

# แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยด้วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ปี 2564

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยด้วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ปี 2564

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นตำบลแก้มอัน

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทุ่งแฝก มีความประสงค์จะจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยด้วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ปี 2564 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นตำบลแก้มอันเป็นเงิน 4,500.00 บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

## ส่วนที่ 1 : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

### หลักการและเหตุผล

ในปัจจุบันโรคไม่ติดต่อเป็นปัญหาที่พบบ่อยและเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศไทย โดยเฉพาะโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ซึ่งโรคดังกล่าวเป็นโรคเรื้อรังซึ่งเกิดจากพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่ พฤติกรรมเสี่ยงในการบริโภคอาหาร การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การที่ไม่ออกกำลังกาย ความเครียด โรคอ้วน โรคเรื้อรังดังกล่าวโรคที่ต้องได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง และมีภาระค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลสูง ถ้าไม่ได้รับการดูแลอาจเกิดภาวะแทรกซ้อน และทำให้เสียชีวิตก่อนวัยอันควร ปัจจุบันในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทุ่งแฝก มีผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงเป็นจำนวนมาก ซึ่งมีแนวโน้มจะสูงขึ้น และคาดว่าจะมีผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้นทุกๆ ปี

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทุ่งแฝก ได้เห็นความสำคัญของการป้องกันและลดอัตราป่วยและลดภาวะแทรกซ้อนของการเจ็บป่วย ทางโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทุ่งแฝก จึงจัดทำโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยด้วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ปี 2564 ขึ้น เพื่อดูแลส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันกลุ่มเสี่ยงไม่ให้ป่วย และกลุ่มผู้ป่วยให้มีสุขภาพดี ไม่มีโรคแทรกซ้อน ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตหรือพิการได้ หากมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม

### 1. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

1. เพื่อให้กลุ่มเสี่ยง กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง มีความรู้ และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม ได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อลดอัตราการเกิดโรคแทรกซ้อน ตา ไต เท้า ในผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
3. เพื่อลดอัตราป่วยในกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง

### ตัวชี้วัด

1. กลุ่มเสี่ยง กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง มีความรู้การดูแลสุขภาพตนเองได้ดีขึ้น
2. กลุ่มเสี่ยง กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไม่มีภาวะแทรกซ้อน

### เป้าหมาย

กลุ่มเสี่ยง กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง จำนวน 30 คน ในเขตรับผิดชอบ รพ.สต.บ้านทุ่งแฝก

1. จัดทำโครงการเพื่อขอสนับสนุนงบประมาณ
2. ประชุมร่วมกับคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.แก้มอัน
3. กำหนดแนวทางการดำเนินโครงการ
4. ประชุมชี้แจงโครงการ แนวทางการดำเนินงานให้ผู้เกี่ยวข้องทราบ
5. จัดทำทะเบียนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง
6. จัดการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้วย 3 อ. 2 ส.
7. ติดตามประเมินผล

### 3.ระยะเวลาดำเนินการ

มีนาคม 2564 ถึง 30 กันยายน 2564

### 4.สถานที่ดำเนินการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทุ่งแฝก ตำบลแก้มอัน อำเภोजอมบึง จังหวัดราชบุรี

### 5.งบประมาณ

จากงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นตำบลแก้มอัน ตามรายละเอียดดังนี้

1. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 2 มื้อๆละ 25 บาท จำนวน 30 คน เป็นเงิน 1,500.00 บาท
2. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 1 มื้อๆละ 60 บาท จำนวน 30 คน เป็นเงิน 1,800.00 บาท
3. ค่าสมนาคุณวิทยากร จำนวน 2 คนๆ ละ 1 ชั่วโมงๆ ละ 600 บาท เป็นเงิน 1,200.00 บาท

รวมใช้งบประมาณทั้งสิ้น 4,500.00 บาท (สี่พันห้าร้อยบาทถ้วน)

หมายเหตุ ทุกรายการถ้วนเฉลี่ยจ่ายแทนกันได้

### 6.ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้เรื่องโรคเบาหวาน
2. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง มีความรู้เรื่องความดันโลหิตสูง
3. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงมีความรู้ในการดูแลตนเอง และมีพฤติกรรมกรบริโภคที่ดีขึ้น และได้รับการรักษาที่ถูกต้อง

7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับการดำเนินการจำแนกประเภทเท่านั้นเพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทุ่งแฝก

7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.[ข้อ 10(1)]

7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล

7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.

7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน

7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

7.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ10)

7.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)]

7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]

7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)]

7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2561)

7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน

7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด

7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษาแม่ตั้งครรภ์ปากมดลูกและมะเร็งเต้านม

7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

- 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

- 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 7.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 7.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ ..... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นายประเทือง หัวเพชร)

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 9 ตุลาคม 2563

ลงชื่อ ..... ผู้อนุมัติแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นายชูศักดิ์ เนตรธวัชกุล)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.แก้มอ้น

วันที่-เดือน-พ.ศ. ....

กำหนดการอบรมโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วย  
ด้วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ปี 2564

ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทุ่งแฝก

วันที่ 19 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2564

ลำดับที่	เวลา	หัวข้ออบรม	ชื่อวิทยากร
1.	08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน	จนท.รพ.สต.บ้านทุ่งแฝก
2.	09.00 – 09.15 น.	พิธีเปิดการอบรม	นายกองค์การบริหารส่วนตำบลแก้มอัน
3.	09.15 – 10.15 น.	สถานการณ์/ปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เบาหวาน / ความดันโลหิตสูง	น.ส.พจนา พุกรอด นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
4.	10.30 – 11.30 น.	การดูแลสุขภาพตนเองในเรื่องอาหาร การออกกำลังกาย อารมณ์	น.ส.พรมอุษา ต้นประเสริฐ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
5.	11.30 – 12.00 น.	ปัจจัยเสี่ยงของโรคเรื้อรัง สุรา บุหรี่	จนท.รพ.สต.บ้านทุ่งแฝก
6.	13.00 – 16.15 น.	กิจกรรมกลุ่ม กลุ่มที่ 1 อาหารเพื่อสุขภาพ/การออกกำลังกาย กลุ่มที่ 2 อารมณ์ และยาเสพติด (สุราและบุหรี่)	น.ส.พจนา พุกรอด นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ น.ส.พรมอุษา ต้นประเสริฐ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
7.	16.15 -16.30 น.	สรุปผลการดำเนินงาน/ปัญหา/อุปสรรค	น.ส.พจนา พุกรอด นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ น.ส.พรมอุษา ต้นประเสริฐ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

หมายเหตุ

เวลา 10.15 – 10.30 น. พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา 12.00 – 13.00 น. พักรับประทานอาหารกลางวัน

เวลา 14.00 – 14.15 น. พักรับประทานอาหารว่าง