

๑.ชื่อโครงการ โครงการอบรมผู้ป่วยเบาหวาน เรื่องการดูแลสุขภาพตนเอง จากโรคเรื้อรัง ในเขตเทศบาลตำบลทรายขาว ปี ๒๕๖๒

๒.หลักการและเหตุผล

เบาหวานเป็นโรคเรื้อรัง ที่เป็นปัญหาทางสาธารณสุขของประเทศ ก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนในหลายระบบของร่างกาย หากได้รับการดูแลไม่ถูกต้อง มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนทั้งแบบเฉียบพลันและแบบเรื้อรัง อาทิ เบาหวานขึ้นตา โรคหลอดเลือดสมอง โรคหลอดเลือดหัวใจ ดังนั้นสิ่งสำคัญที่สุดคือการที่ผู้เป็นเบาหวานได้รับการดูแลรักษาอย่างถูกต้องโดยเร็วและต่อเนื่อง และได้รับความรู้รวมทั้งข้อมูลเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม เพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้เป็นไปตามเป้าหมายการรักษา ให้อยู่ในเกณฑ์ที่ปลอดภัยจากภาวะแทรกซ้อนทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

จากการดำเนินงานในพื้นที่อำเภอทรายขาวปีงบประมาณ ๒๕๕๕ พบว่าโรคเบาหวานเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญอันดับแรกของอำเภอทรายขาว ส่วนความดันโลหิตสูงเป็นปัญหาอันดับรองลงมา ในปี ๒๕๕๕ พบว่ามีจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานทั้งหมด ๑,๑๒๑ ราย มีรายใหม่เพิ่มขึ้น จำนวน ๑๑๔ ราย คิดเป็นอัตราป่วย ๑๖๐.๘๐ ต่อแสนประชากร เป็นจำนวนที่เพิ่มมากขึ้นจากปี ๒๕๕๔ และเบาหวานมีโรคร่วมความดันโลหิตสูง ๓๒๓ ราย ส่วนโรคความดันโลหิตสูงมีทั้งหมด ๒,๐๒๓ ราย พบรายใหม่จำนวน ๒๑๑ ราย คิดเป็นอัตราป่วย ๒๙๗.๖๓ ต่อแสนประชากร พบผู้ป่วยเสียชีวิตด้วยเบาหวาน ๖ ราย ผู้ป่วยเสียชีวิตด้วยโรคความดันโลหิตสูง ๕ ราย

ชมรมคนอ่อนหวาน ให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานแบบองค์รวม และเป็นไปตามแนวทางเวชปฏิบัติการดูแลสำหรับโรคเบาหวาน จึงจัดให้มีการตรวจคัดกรองค้นหาภาวะแทรกซ้อน ตรวจตา ตรวจเท้า ปีละ ๑ ครั้ง หลังจากได้รับการคัดกรองแล้ว ผู้ป่วยจะได้รับการติดตามและการรักษาที่เหมาะสม และมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป ดังนั้น ชมรมคนอ่อนหวาน จึงได้จัดทำโครงการนี้ขึ้น

๓.วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานในเขตเทศบาลตำบลทรายขาว ได้รับการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ทางตา/ตรวจเท้า/ตรวจสุขภาพในช่องปาก ตามเกณฑ์มาตรฐาน
๒. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานในเขตเทศบาลทรายขาว มีความรู้เรื่องโรค การปฏิบัติตัว การดูแลเท้า อาหาร ยา การออกกำลังกาย และการเลิกบุหรี่ ได้ถูกต้อง

๔.เป้าหมาย

ผู้ป่วยเบาหวานในเขตเทศบาลตำบลทรายขาว ทั้งหมด ๓๓๐ คน

๕.กิจกรรมดำเนินงาน

๑. จัดทำโครงการเสนอขออนุมัติ
๒. ประชุมคณะทำงานป้องกันควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรังอำเภอทรายขาว และภาคีเครือข่าย เพื่อเตรียมความพร้อมในการจัดกิจกรรม
๓. ประชาสัมพันธ์และนัดตรวจคัดกรองจอประสาทตาในผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มเป้าหมาย
๔. จัดเตรียมเอกสารต่างๆ เช่น เอกสารบันทึกการตรวจตา,ตรวจฟัน,ตรวจดูแลเท้า แผ่นพับความรู้การตรวจจอประสาทตาและการปฏิบัติตัวเพื่อลดภาวะแทรกซ้อนทางตาจากเบาหวาน

๕. จัดอบรมให้ความรู้กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน โดยแบ่งเป็นฐานดังนี้

ฐาน ๑ ให้ความรู้เรื่องภาวะแทรกซ้อนทางตาจากโรคเบาหวาน

ฐาน ๒ ตรวจสุขภาพในช่องปาก

ฐาน ๓ ตรวจเท้าอย่างละเอียด

ฐาน ๔ ให้ความรู้เรื่องโทษของสุราและบุหรี่

๖. ดำเนินการตรวจคัดกรองจอประสาทตาด้วยเครื่องถ่ายภาพจอประสาทตา ชนิดไม่ต้องขยายม่านตา (Funduscamara) ตรวจคัดกรองเท้าด้วยเครื่องตรวจแบบการทดสอบการรับความรู้สึก (Monofilament) ตรวจคัดกรองเท้า แบบประเมินการลงน้ำหนักของเท้า (Podoscope)

๗. สรุปผลการดำเนินงานและประเมินผลโครงการ

๖. ระยะดำเนินการ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒ - กันยายน ๒๕๖๒

๗. งบประมาณ

กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ป่วยเบาหวาน

- ค่าอาหารกลางวันสำหรับผู้เข้าร่วมอบรม ทีมวิทยากร ทีมงานผู้ดำเนินกิจกรรม และทีม อสม.

จำนวน ๑ มื้อ ๆ ละ ๗๐ บาท จำนวน ๓๕๐ คน เป็นเงิน ๒๔,๕๐๐ บาท

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมอบรม ทีมวิทยากร ทีมงานผู้ดำเนินกิจกรรม และทีม อสม.

จำนวน ๒ มื้อ ๆ ละ ๓๕ บาท จำนวน ๓๕๐ คน เป็นเงิน ๒๔,๕๐๐ บาท

- ค่าวิทยากรให้ความรู้เป็นฐานๆ ละ ๒ คน รวม ๘ คนๆละ ๔ ชั่วโมงๆ ละ ๓๐๐ เป็นเงิน ๙,๖๐๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๕๘,๖๐๐ บาท

กิจกรรมที่ ๒ กิจกรรมตรวจคัดกรองจอประสาทตา ตรวจเท้าแบบการทดสอบการรับความรู้สึก (Monofilament) และตรวจเท้าแบบประเมินการลงน้ำหนักของเท้า (Podoscope)

- ค่าตรวจจอประสาทตาและอ่านผลสำหรับผู้ป่วยเบาหวานจำนวน ๓๓๐ คนๆละ ๑๐๐ บาท

เป็นเงิน ๓๓,๐๐๐ บาท

- ค่าจ้างอ่านผลตรวจจอตาสำหรับผู้ป่วยเบาหวานจำนวน ๓๓๐ คนๆ ละ ๒๐ บาท

เป็นเงิน ๖,๖๐๐ บาท

- ค่าตรวจเท้าแบบการทดสอบการรับความรู้สึก (Monofilament) จำนวน ๓๓๐ คนๆละ ๒๐ บาท

เป็นเงิน ๖,๖๐๐ บาท

- ค่าตรวจเท้าแบบประเมินการลงน้ำหนักของเท้า (Podoscope) จำนวน ๓๓๐ คนๆละ ๒๐ บาท

เป็นเงิน ๖,๖๐๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๕๒,๘๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๑๑,๔๐๐ บาท (หนึ่งแสนหนึ่งหมื่นหนึ่งพันสี่ร้อยบาทถ้วน)

หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้โดยไม่กระทบยอดเงินที่ได้รับจัดสรร

๘. ผู้รับผิดชอบ

๘.๑ คณะกรรมการโครงการ

- ๑) นางสาวบังอร สำเภาแก้ว
- ๒) นางระเบียบ วนามิ
- ๓) นางสมปอง บัวทอง

๘.๓ คณะกรรมการเบิกจ่าย

- ๑) นางสาวบังอร สำเภาแก้ว
- ๒) นางระเบียบ วนามิ
- ๓) นางสมปอง บัวทอง

๘.๒ คณะกรรมการจัดจ้าง

- ๑) นางสาวบังอร สำเภาแก้ว
- ๒) นางระเบียบ วนามิ
- ๓) นางสมปอง บัวทอง

๘.๔ คณะกรรมการตรวจรับ

- ๑) นางเกศรา สิทธิประภา
- ๒) นายประสิทธิ์ บัวศรี
- ๓) นางวรรณ สร้อยแก้ว

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ได้รับการตรวจคัดกรองประเมินภาวะแทรกซ้อนทางตา เท้า และช่องปาก
๒. ผู้ป่วยโรคเบาหวาน มีความรู้และตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลตนเอง ป้องกันภาวะแทรกซ้อนทางตา เท้า และการดูแลช่องปาก
๓. ผู้ป่วยเบาหวานเกิดภาวะแทรกซ้อน ทางตา และเท้าลดลง

๑๐. การประเมินผล

๑. ผู้ป่วยเบาหวานของเขตเทศบาลตำบลทรายขาว ได้รับการตรวจคัดกรองจอประสาทตาร้อยละ ๙๐
๒. ผู้ป่วยเบาหวานของเขตเทศบาลตำบลทรายขาว ได้รับการตรวจเท้าร้อยละ ๙๐
๓. ผู้ป่วยเบาหวานของเขตเทศบาลตำบลทรายขาว ได้รับการตรวจสุขภาพในช่องปากร้อยละ ๙๐
๔. ผู้ป่วยเบาหวานของเขตเทศบาลตำบลทรายขาว ได้มีความรู้เรื่องการดูแลเท้า อาหาร การใช้ยา การออกกำลังกาย การเลิกบุหรี่ได้ถูกต้อง ร้อยละ ๙๐
๕. ผู้ป่วยเบาหวานที่ตรวจพบอาการผิดปกติที่เกิดจากภาวะแทรกซ้อน ทางตา เท้า ได้รับการส่งต่อ ร้อยละ ๑๐๐

ลงชื่อ.....นาง.....สุนทร.....ณรงค์ศรี.....ผู้เขียนโครงการ
(นางสุนทร ณรงค์ศรี)

คณะกรรมการชมรมคนอ่อนหวาน

ลงชื่อ.....นางระเบียบ วนามิ.....ผู้เสนอโครงการ
(นางระเบียบ วนามิ)

รองประธานชมรมคนอ่อนหวาน

ลงชื่อ.....นางสมปอง บัวทอง.....ผู้เสนอโครงการ
(นางสมปอง บัวทอง)

รองประธานชมรมคนอ่อนหวาน

ลงชื่อ.....นางสาวบังอร สำเภาแก้ว.....ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวบังอร สำเภาแก้ว)

ประธานชมรมคนอ่อนหวาน

ความเห็นคณะกรรมการด้านบริหารจัดการกองทุน

ผลการตรวจสอบตามวัตถุประสงค์



ถูกต้อง



ไม่ถูกต้อง

ความเห็น



ควรอนุมัติ



ไม่อนุมัติ

เพราะ.....

(ลงชื่อ).....

ประธานคณะกรรมการกองทุนฯ

ผู้ตรวจสอบโครงการ

ตรวจสอบแล้วถูกต้องตามมติที่ประชุม คณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบล
ทรายขาว ครั้งที่๑...../ปีงบประมาณ ๒๕๖๒ เมื่อวันที่ ๒๕ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

(ลงชื่อ).....

ผู้เห็นชอบโครงการ
กรรมการและเลขานุการกองทุนฯ

ผู้อนุมัติโครงการ

ตรวจสอบโครงการ



อนุมัติ



ไม่อนุมัติ

เพราะ.....

(ลงชื่อ).....

(นายสุรพงษ์ จันทบุรณันท์)

ประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ
เทศบาลตำบลทรายขาว

กำหนดการอบรมโครงการอบรมผู้ป่วยเบาหวาน เรื่องการดูแลสุขภาพตนเองจากโรคเรื้อรัง
ในเขตเทศบาลตำบลทรายขาว ปี ๒๕๖๒
สถานที่ ศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลสอยดาว

- 07.30 – 09.30 น. ลงทะเบียน
ชักประวัติ
- 09.00 – 09.30 น. พิธีเปิด
โดย นายสุรพงษ์ จันทบุรณันท์ นายกเทศมนตรีตำบลทรายขาว
- 09.30 – 12.00 น. เข้ากิจกรรมกลุ่มตามฐานการเรียนรู้ โดยทีมงานเบาหวานอำเภอสอยดาว
ฐาน 1 ให้ความรู้เรื่องภาวะแทรกซ้อนทางตาจากโรคเบาหวาน
ฐาน 2 ตรวจสุขภาพในช่องปาก
ฐาน 3 ตรวจเท้าอย่างละเอียด
ฐาน 4 ให้ความรู้เรื่องโทษของสุราและบุหรี่
- 12.00 – 13.00 น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- 13.00 – 15.00 น. เข้ากิจกรรมกลุ่มตามฐานการเรียนรู้ โดยทีมงานเบาหวานอำเภอสอยดาว
ฐาน 1 ให้ความรู้เรื่องภาวะแทรกซ้อนทางตาจากโรคเบาหวาน
ฐาน 2 ตรวจสุขภาพในช่องปาก
ฐาน 3 ตรวจเท้าอย่างละเอียด
ฐาน 4 ให้ความรู้เรื่องโทษของสุราและบุหรี่
- 15.00 – 16.00 น. กิจกรรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน
- 16.00 – 16.30 น. ปิดการอบรม

หมายเหตุ รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา 10.30 - 10.40 น. และเวลา 14.30 – 14.40 น.