



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงพยาบาลบ้านนา กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โทร.๐๓๔-๗๘๙๑๖๓ ต่อ ๑๑๕  
 ที่ นย ๐๐๓๓.๓๐๓/๒๔๓๖ วันที่ ๒๖ มิถุนายน ๒๕๖๗ กลุ่มงานพัฒนายouth ศาสนาฯ  
 เรื่อง ขออนุมัติโครงการสุขภาพดีบ้านนา ปี ๒๕๖๗ รับเลขที่ ..... เรื่อง  
 เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดนนทบุรี วันที่ ..... ๒๖๖๗  
 ๑๖๖๒ ๕๙๙ ๒๔๓๖

ต้นเรื่อง

ด้วยโรงพยาบาลบ้านนา ได้จัดทำโครงการสุขภาพดีวิถีบ้านนา ปี ๒๕๖๗ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ประชาชนอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป ในเขตเทศบาลตำบลบ้านนาได้รับการคัดกรองคันหารोคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง กลุ่มเสี่ยงจากการคัดกรองมีความรู้และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองได้อย่างเหมาะสม และลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคได้ ในวันที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๖๗ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๐๐ ณ ศาลาเอนกประสงค์ SML หมู่ ๒ ตำบลบ้านนา อำเภอบ้านนา จังหวัดศรีสะเกษ กลุ่มเป้าหมายได้แก่ ประชาชนในเขตเทศบาลตำบลบ้านนาที่มีอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป และประชาชนที่เป็นกลุ่มเสี่ยงจากการคัดกรองเข้ารับการอบรม จำนวน ๕๐ คน โดยได้รับการสนับสนุนงบประมาณดำเนินการจากกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นเทศบาลตำบลบ้านนา จำนวน ๕๐,๓๐๐ บาท (สี่หมื่นสามร้อยบาทถ้วน)

ข้อพิจารณา

โรงพยาบาลบ้านนา ได้พิจารณาแล้วว่า โครงการสุขภาพดีวิถีบ้านนา ปี ๒๕๖๗ จะส่งผลให้ประชาชนอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป ในเขตเทศบาลตำบลบ้านนา ได้รับการคัดกรองคันทารโครคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง กลุ่มเสี่ยงจากการคัดกรองมีความรู้และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองได้อย่างเหมาะสม และลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคได้

ข้อเสนอ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นชอบโปรดลงนามอนุมัติโครงการสุขภาพดีวิถีบ้านนา  
ปี ๒๕๖๗ และอนุมัติจัดการอบรมโครงการฯ ที่เสนอมาพร้อมนี้

(นายจุ่งประภรณ์ พรประภากศดี)

นายแพทย์ชำนาญการ

(ສັງລັກເມືນ ທອງອິນໄວ)  
ນໍາວິຊາການສາຂາຮະຄສຊ່ານາຄູກາ  
**ຕະຫຼາດ ເພີ້ມ**

፭፻፲፭

مکالمہ

## ବେଳିକାରୀ ମହାତ୍ମା

๑. ชื่อโครงการ : โครงการสุขภาพดีวิถีบ้านนา ปี ๒๕๖๗

๒. ผู้รับผิดชอบโครงการ : กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลบ้านนา

### ๓. หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ และถือว่าเป็น "ภัยเงียบ" เพราะเป็นโรคที่ไม่ปรากฏอาการ และเป็นสาเหตุของโรคแทรกซ้อนในอัจฉริยะสำคัญ หลายระบบของร่างกาย เช่น ตา ไต หลอดเลือด ในประเทศไทยนั้น อุบัติการณ์โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ในแต่ละปีเพิ่มสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจของประเทศไทยเป็นอย่างมาก เนื่องจากโรคเรื้อรังเป็นโรคที่จำเป็นต้องรักษาอย่างต่อเนื่องและยานาน มีค่าใช้จ่ายด้านการรักษาสูงมาก

ในปี ๒๕๖๖ พบร่างประชาชนทั่วบ้านนา ป่วยเป็นโรคเบาหวาน จำนวน ๒๔๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๕.๓๗ โรคความดันโลหิตสูง จำนวน ๔๙๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐.๑๘ และป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน จำนวน ๑๔๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๓.๐๘ สำหรับผลการคัดกรองโรคเบาหวานในกลุ่มประชาชน ที่มีอายุตั้งแต่ ๓๕ ปีขึ้นไป ในปี ๒๕๖๗ จำนวน ๒,๕๖๖ คน พบร่างประชาชนที่คัดกรองอยู่ในกลุ่มปกติ ร้อยละ ๙ ๗.๒๓ รองลงมาคือกลุ่มเสี่ยง ร้อยละ ๒.๐๔ และสัมปทานร้อยละ ๐.๖๐ พบร่างป่วยรายใหม่ ร้อยละ ๐.๓๓ ผลการคัดกรองโรคความดันโลหิตสูงในกลุ่มประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ ๓๕ ปีขึ้นไป จำนวน ๒,๐๗๔ คน พบร่างจัดอยู่ในกลุ่มปกติ ร้อยละ ๘๐.๓๐ รองลงมาคือกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ ๕.๓๗ และกลุ่มสัมปทานร้อยละ ๓.๕๔ พบร่างป่วยรายใหม่ ร้อยละ ๐.๓๘ และยังพบว่ามีผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงที่ต้องเข้าอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลด้วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงจากภาวะแทรกซ้อนต่างๆอีกเป็นจำนวนมาก ถึงแม้ว่าโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ส่วนใหญ่ไม่ทำให้สูญเสียชีวิตทันที แต่ทำให้คุณภาพชีวิตลดลง เกิดความสูญเสียทั้งทางด้านสังคม และเศรษฐกิจ โดยเฉพาะเมื่อผู้ป่วยมีภาวะแทรกซ้อน ทำให้เกิดข้อจำกัดด้านความสามารถหรือมีความพิการหรือเสียชีวิตก่อนเวลาอันควร

จากสถานการณ์ปัญหาดังกล่าว กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลบ้านนา ได้เห็นความสำคัญในการคัดกรองโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงและค้นหากลุ่มเสี่ยง รวมทั้งให้มีทักษะในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสมโดยสามารถดูแลสุขภาพตนเองโดยกิจกรรม ๓๐ ๒๘ ๑๙ จึงเป็นวิธีการที่สำคัญในการช่วยให้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ระดับความดันโลหิตมีความสำคัญในการควบคุมความรุนแรงของโรค เพื่อลดโอกาสการเกิดภาวะแทรกซ้อน และช่วยลดความรุนแรงของโรค ดังนั้น จึงได้จัดทำโครงการสุขภาพดีวิถีบ้านนา ปี ๒๕๖๗ ขึ้น เพื่อให้ประชาชนอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป ได้รับการคัดกรองค้นหาโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง โดยประชาชนกลุ่มเสี่ยง มีความรู้และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

### ๔. วัตถุประสงค์

๔.๑ เพื่อให้ประชาชนอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป ได้รับการตรวจคัดกรองค้นหาโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

๔.๒ เพื่อให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยงมีความรู้เรื่องโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตนเองได้อย่างเหมาะสม

๔.๓ เพื่อค้นหาผู้ป่วยรายใหม่และส่งต่ออย่างเป็นระบบ

๔.๔ เพื่อลดอัตราการเกิดภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

/๔. กลุ่มเป้าหมาย...

#### ๕. กลุ่มเป้าหมาย

๕.๑ ประชาชนในเขตเทศบาล ตำบลบ้านนา อายุ ๓๕ ปีขึ้นไป จำนวน ๒,๕๐๐ คน

๕.๒ ประชาชนกลุ่มเสี่ยงเข้ารับการอบรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จำนวน ๕๐ คน

#### ๖. วิธีการดำเนินงาน

๖.๑ ประสานขอความร่วมมือ ชี้แจงวัตถุประสงค์โครงการแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง

๖.๒ ตรวจคัดกรองคันโทรคเบหวานและโรคความดันโลหิตสูงประชาชนอายุ ๓๕ ปีขึ้นไปในเทศบาลตำบลบ้านนา

๖.๓ จัดอบรมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง โดยมีกิจกรรมดังนี้

๖.๓.๑ ให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ภาวะแทรกซ้อนของโรค

๖.๓.๒ ให้ความรู้เรื่อง ๓๐ ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

๖.๔ ให้ความรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยใช้หลักนาฬิกาชีวิต

๖.๕ คัดกรองความเสี่ยงต่อการเกิดโรคแทรกซ้อนในกลุ่มป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

๖.๖ Home BP ที่บ้านในกลุ่มเสี่ยงความดันโลหิตสูง

๖.๗ ติดตามและประเมินผลการดำเนินงาน

๖.๘ สรุปผลการดำเนินงานโครงการ

#### ๗. ระยะเวลาดำเนินโครงการ

วันที่ ๑๕ สิงหาคม ๒๕๖๗

#### ๘. สถานที่ดำเนินการ

ณ ศาลาเอนกประสงค์ SML หมู่ ๒ ตำบลบ้านนา อำเภอบ้านนา จังหวัดนครนายก

#### ๙. งบประมาณดำเนินการ

งบประมาณจากเงินบำรุงโรงพยาบาลบ้านนา (งบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล ตำบลบ้านนา) จำนวน ๔๐,๓๐๐ บาท (สี่หมื่นสามร้อยบาทถ้วน) เป็นค่าใช้จ่ายดังต่อไปนี้

๙.๑ ค่าແນບตรวจน้ำตาล (๑๐๐ແนبن/กล่อง) จำนวน ๒๕ กล่องฯ ละ ๖๕๒ บาท เป็นเงิน ๑๖,๓๕๐ บาท

๙.๒ ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๕๐ คนฯ ละ ๒ มื้อฯ ละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท

๙.๓ ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๕๐ คนฯ ละ ๑ มื้อฯ ละ ๗๕ บาท เป็นเงิน ๓,๗๕๐ บาท

๙.๔ ค่าสมนาคุณวิทยากร จำนวน ๕ ชั่วโมงฯ ละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท

๙.๕ ค่าวัสดุ/จัดทำเอกสารประกอบการอบรม เป็นเงิน ๑๕,๐๐๐ บาท

- ค่ากระเบ郭ใส่เอกสาร จำนวน ๕๐ ใบฯ ละ ๘๐ บาท เป็นเงิน ๔,๐๐๐ บาท

- ค่าปากกา จำนวน ๕๐ ตัวฯ ละ ๑๐ บาท เป็นเงิน ๕๐๐ บาท

- ค่าสมุด จำนวน ๕๐ เล่มฯ ละ ๑๐ บาท เป็นเงิน ๕๐๐ บาท

- ค่าจัดทำสื่อนำมาใช้ชีวิต จำนวน ๕๐ ชุดฯ ละ ๒๐๐ บาท เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท

รวมเป็นจำนวนทั้งสิ้น ๔๐,๓๐๐ บาท (สี่หมื่นสามร้อยบาทถ้วน)

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายต่างๆ สามารถถวายได้แต่ต้องไม่เกินงบประมาณทั้งหมดของโครงการ

/๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ...

นายแพทย์พัฒนา ใจดี  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบ้านนา

(นายสมมุทรชัย คำเข้าเดช)

นิติกรชำนาญการ

๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑๐.๑ ผู้ป่วยรู้ปัจจัยเสี่ยงการเกิดโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และรู้วิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดปัจจัยเสี่ยง ป้องกัน และลดอุบัติการณ์ผู้ป่วยเบาหวาน มีทักษะการดูแลตนเองที่บ้าน

๑๐.๒ อัตราอุบัติการณ์ผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูงรายใหม่ของประชาชนอายุ ๓๕ ปี ขึ้นไปเป็นพื้นที่ลดลง

๑๐.๓ ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม และลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

๑๑. การประเมินผล

๑๑.๑ ประชาชนอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป ได้รับการคัดกรองมากกว่าหรือเท่ากับ ร้อยละ ๙๐

๑๑.๒ กลุ่มเสี่ยงเข้ารับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ ร้อยละ ๘๐

๑๒. ผู้รับผิดชอบโครงการ : โครงการสุขภาพดีวิถีบ้านนา ปี ๒๕๖๗ งบประมาณ ๔๐,๓๐๐ บาท (สี่หมื่นสามร้อยบาทถ้วน)

ลงชื่อ.....

(นางสาววิตรี พาทีพิน)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

รักษาการในตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม

๑๓. ผู้เห็นชอบโครงการ : โครงการสุขภาพดีวิถีบ้านนา ปี ๒๕๖๗ งบประมาณ ๔๐,๓๐๐ บาท (สี่หมื่นสามร้อยบาทถ้วน)

ลงชื่อ.....

(นายฐานะกรรณ์ ประภากศกติ)

รักษาการในตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบ้านนา

๑๔. ผู้อนุมัติโครงการ : โครงการสุขภาพดีวิถีบ้านนา ปี ๒๕๖๗ งบประมาณ ๔๐,๓๐๐ บาท (สี่หมื่นสามร้อยบาทถ้วน)

ลงชื่อ.....

(นายชาติชาย กิติyanนันท์)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดนราธิวาส

กำหนดการอบรมโครงการสุขภาพดีวิถีบ้านนา ปี ๒๕๖๗  
ระหว่างวันที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๖๗

ณ ศาลาเอนกประสงค์ SML หมู่ ๒ ตำบลบ้านนา อําเภอบ้านนา จังหวัดนครนายก

เวลา ๐๙.๐๐ – ๐๙.๓๐ น.

ลงทะเบียน

เวลา ๐๙.๓๐ – ๐๙.๐๐ น.

พิธีเปิดการอบรม โดย นายกเทศมนตรีตำบลบ้านนา

เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๑.๐๐ น.

บรรยาย เรื่องโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และการกินอาหารซึ่ง

( ๒ ชั่ว.)

โดย นายแพทย์พสุ จันทร์เพ็ญ

เวลา ๑๑.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

ตำแหน่ง นายแพทย์ปฏิบัติการ โรงพยาบาลบ้านนา

( ๑ ชั่ว.)

บรรยาย เรื่อง การส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยโรคเรื้อรังด้วย ๓๐ ๒๘ ๑๘

เวลา ๑๓.๐๐ – ๑๔.๓๐ น.

โดย นางพัชรินทร์ มณี

( ๑ ½ ชั่ว.)

ตำแหน่ง อธิศูนย์การบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัวว้า

เวลา ๑๔.๓๐ – ๑๕.๐๐ น.

แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติการ เรื่อง ๓ อ (จำนวน ๑ ชั่วโมง ๓๐ นาที) ดังนี้

( ๑ ชั่ว.)

๑ - อ.๑ : อาหาร โดย นางสุดารา ราชวงศ์

ตำแหน่ง นักโภชนาการชำนาญการ โรงพยาบาลบ้านนา

๒ - อ.๒ : อาหาร โดย นางสาวนิชนันท์ เสมาทอง

ตำแหน่ง นักจิตวิทยาปฏิบัติการ โรงพยาบาลบ้านนา

๓ - อ.๓ : ออกกำลังกาย โดย นางทับทิม ย้อยสนิท

ตำแหน่ง 医師 แพทย์แผนไทยปฏิบัติการ โรงพยาบาลบ้านนา

การประเมินและคัดกรองสุขภาพด้วยปิงปองจะราชชีวิต ๗ สี

โดย นางเนตรอรุณ วรรณพาหุล

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลบ้านนา

แลกเปลี่ยนเรียนรู้ สรุป และ ซักถามปัญหา

ปิดการอบรม

หมายเหตุ : เวลาสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ตามความเหมาะสม

เวลา ๑๐.๓๐ – ๑๐.๔๕ น. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม

เวลา ๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน

เวลา ๑๕.๑๕ – ๑๕.๓๐ น. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม