



ส.ร.๑๖

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ งานบริการปฐมภูมิ กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลทางดง 50230

ที่ ชม 0033.310/๒๕๖๑

วันที่ 27 พฤษภาคม 2567

เรื่อง ขออนุมัติดำเนินโครงการการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยในการดูแลตนเอง (DSME) ในผู้ป่วยโรคเบาหวาน
เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลทางดง

ตามที่ ศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลทางดง กลุ่มงานปฐมภูมิและองค์รวม ได้รับอนุมัติโครงการการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยในการดูแลตนเอง (DSME) ในผู้ป่วยโรคเบาหวาน เขตเทศบาลตำบลทางดง อำเภอทางดง จังหวัดเชียงใหม่ ประจำปี 2567 โดยใช้งบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลทางดง จำนวนเงิน 9,880 บาท (เก้าพันแปดร้อยแปดสิบบาทถ้วน) นั้น

ในการนี้กลุ่มงานปฐมภูมิและองค์รวม ขออนุมัติดำเนินงานตามโครงการการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยในการดูแลตนเอง(DSME)ในผู้ป่วยโรคเบาหวาน เขตเทศบาลตำบลทางดง อำเภอทางดง จังหวัดเชียงใหม่ ประจำปี 2567 ตามรายละเอียดดังนี้

กิจกรรมที่ 1 อบรมให้ความรู้เพื่อสนับสนุนการปรับพฤติกรรมในการจัดการตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในวันที่ 2 กรกฎาคม พ.ศ.2567 เวลา 08.30 - 16.30 น. ณ ห้องประชุมศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลทางดง โดยผู้เข้าอบรมจำนวน 46 คน (ผู้ป่วย 30, แกนนำ 8 คน, เจ้าหน้าที่ 8 คน)

1. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 46 คนๆละ 80 บาท x 1 มื้อ เป็นเงิน 3,680 บาท
2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 46 คนๆละ 30 บาท x 2 มื้อ เป็นเงิน 2,760 บาท
3. ค่าจ้างเหมาถ่ายเอกสารพร้อมทำรูปเล่ม จำนวน 40 เล่มๆ ละ 20 บาท เป็นเงิน 800 บาท
4. ค่าสมนาคุณวิทยากรจำนวน 1 คนๆ จำนวน 5 ชั่วโมงๆ ละ 300 บาท เป็นเงิน 1,500 บาท

กิจกรรมที่ 2 ประชุมสรุปผลการดำเนินงาน แจกเกียรติบัตรให้กับคคลต้นแบบ ในวันที่ 16 กรกฎาคม พ.ศ.2567 เวลา 08.30 - 16.30 น. ณ ห้องประชุมศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลทางดง จำนวน 28 คน (ผู้ป่วย 12, แกนนำ 8 คน, เจ้าหน้าที่ 8 คน)

- 1.ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 28 คนๆละ 30 บาท x 1 มื้อ เป็นเงิน 840 บาท
 - 2.ค่าจ้างเหมาทำสรุปรูปเล่มจำนวน 2 เล่มๆละ 150 บาท เป็นเงิน 300 บาท
- รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 9,880 บาท (เก้าพันแปดร้อยแปดสิบบาทถ้วน)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ

ขอแสดงความนับถือ

(นางมัทธรา เจริญกาญจน์)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

หัวหน้ากลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม

(นายบดินทร์ จักรแก้ว)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลคอยเต่า รักษาการในตำแหน่ง
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลทางดง

โครงการการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยในการดูแลตนเอง(DSME)ในผู้ป่วยโรคเบาหวาน
เขตเทศบาลตำบลหางดง อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ประจำปี 2567
คปสอ./รพ. หางดง ประจำปีงบประมาณ 2567

1. หลักการและเหตุผล

จากสถานการณ์และแนวโน้มโรคเบาหวานความดันโลหิตสูง(DM/HT) ที่จัดเป็นปัญหาสุขภาพเรื้อรังที่มีจำนวนมากขึ้น ปัจจุบันได้มีแนวทางการดูแลผู้ป่วยที่ทันสมัยมากขึ้น การดูแลผู้ป่วยกลุ่มนี้จึงจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาศักยภาพทีมผู้ดูแล ให้มีประสิทธิภาพ และมีความต่อเนื่องด้วยทีมสหสาขาวิชาชีพ รวมถึงให้ความรู้กับกลุ่มผู้ป่วยเพื่อควบคุมการดำเนินที่รุนแรงของโรค ความเสี่ยงและภาวะแทรกซ้อนของโรคต่างๆ ลดลง ภาวะแทรกซ้อนเป็นปัญหาสุขภาพที่มีค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลสูงและกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัว เช่น ภาวะแทรกซ้อนทางไต ตา หลอดเลือด หัวใจและสมอง

ในปี 2567 ศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลหางดง มีผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนจำนวน 787 คน สามารถควบคุมน้ำตาลได้ดี คิดเป็นร้อยละ 24 (เกณฑ์ร้อยละ 40) ผู้ป่วยเบาหวานได้รับการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน พบมีภาวะเสี่ยงสูงโรคหลอดเลือดหัวใจและสมองร้อยละ 1.57 มีภาวะแทรกซ้อนทางไต ร้อยละ 1.77 มีค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 จำนวน 311 คน คิดเป็นร้อยละ 39.5 จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังกล่าวพบปัญหาในเรื่องการควบคุมระดับน้ำตาลสะสมได้น้อยจึงส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อนดังกล่าว หากปัญหาไม่ได้รับการแก้ไขอาจส่งผลให้ผู้ป่วยเกิดภาวะแทรกซ้อนเพิ่มมากขึ้นได้ โครงการสนับสนุนการจัดการตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน(DSME) สามารถช่วยเหลือผู้ป่วยเบาหวานให้ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีขึ้น ช่วยลดภาวะแทรกซ้อนและทำให้ผู้ป่วยใช้ชีวิตอยู่กับโรคเบาหวานได้อย่างมีความสุขมากขึ้น เป็นการดูแลแบบองค์รวม ประกอบด้วย การดูแลด้วยอาหารแต่ละโรค กิจกรรมทางกายและการควบคุมอารมณ์ ระบบบริการสุขภาพโรคไม่ติดต่อเรื้อรังของศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลหางดงที่ให้บริการในปัจจุบัน ได้แก่คลินิกโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง โดยมีแพทย์เป็นผู้ตรวจวินิจฉัยรักษาและให้ข้อมูลสุขภาพแก่ผู้ป่วย ซึ่งรูปแบบระบบบริการเช่นนี้ยังมีการเน้นผู้ป่วยเป็นศูนย์กลางเพื่อตอบสนองความต้องการทางสุขภาพของผู้ป่วยอย่างแท้จริงค่อนข้างน้อย อันอาจเป็นอุปสรรคต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับโรคของผู้ป่วย ทางทีมสหวิชาชีพจึงมีความต้องการพัฒนารูปแบบการให้บริการโรคเรื้อรังที่เน้นผู้ป่วยเป็นศูนย์กลางและสร้างเสริมทักษะการดูแลตนเองให้แก่ผู้ป่วยมากขึ้น จึงจัดทำโครงการที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองในผู้ป่วยเบาหวาน (DSME) ขึ้น เพื่อเสริมสร้างทักษะความรู้ในการจัดการตนเองและเพื่อสร้างแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากความต้องการของผู้ป่วยเอง เพื่อให้เกิดพฤติกรรมการดูแลสุขภาพได้อย่างถาวร อันจะทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยดีขึ้น ลดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ได้

2. วัตถุประสงค์

2.1 เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้และสามารถจัดการตนเองในการควบคุมโรคได้เพิ่มขึ้นร้อยละ 80

2.2 เพื่อให้ผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการมีระดับน้ำตาลในเลือดสะสม(HbA1C <7%) ที่ควบคุมได้ตาม

เป้าหมายการรักษาร้อยละ 60 (เกณฑ์ร้อยละ 50) จากค่าร้อยละ 50

ตรวจสอบแล้ว
ผู้รับผิดชอบแผน
การเงิน

/3. กลุ่มเป้าหมาย ..

3. กลุ่มเป้าหมาย

3.1 ผู้ป่วยเบาหวานที่มีระดับน้ำตาลสะสม (HbA1C) มากกว่า 7 เฉพาะสิทธิ์ประกันสุขภาพถ้วนหน้า
จำนวน 30 คน

3.2 แกนนำสุขภาพ เขตเทศบาลตำบลหางดง จำนวน 8 คน

3.3 เจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลหางดง จำนวน 8 คน

รวมผู้เข้ารับการอบรม จำนวน 46 คน

4. พื้นที่ดำเนินการ

หมู่ที่ 2, หมู่ที่ 3, หมู่ที่ 4 และหมู่ 5 ตำบลหางดง อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่

5. กิจกรรม และกระบวนการดำเนินงาน

5.1 จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติ และขอสนับสนุนงบประมาณ

5.2 ประชุมคณะกรรมการและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อวางแผนการดำเนินงาน

5.3 คัดเลือกกลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยเบาหวานที่มีระดับน้ำตาลสะสม (HbA1C) มากกว่า 7.0 หรือมีระดับน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหาร 6-8 ชม. เกิน 140 mg/dl ติดต่อกัน 2 ครั้งจากคลินิกโรคไม่ติดต่อเรื้อรังของศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลหางดง

5.4 ประเมินพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์ก่อนเข้าร่วมโครงการโดยใช้แบบจัดการตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

5.5 จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้เพื่อสนับสนุนการพฤติกรรมจัดการตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

5.6 หลังอบรมผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการวางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจัดการตนเองและตั้งเป้าหมายการรักษา ร่วมกับแพทย์หรือพยาบาลเป็นรายบุคคล ใช้เวลารายละ 15 - 30 นาที โดยใช้เทคนิคการสร้างแรงจูงใจดำเนินงานตามแผนปฏิบัติงาน

5.7 ผู้ป่วยพบแพทย์เพื่อทบทวนแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตั้งเป้าหมายรวมทั้งแก้ไขอุปสรรคการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ร่วมกับประเมินพฤติกรรมสุขภาพของตนเองเมื่อครบ 1 เดือน

5.8 แกนนำสุขภาพติดตามเยี่ยมผู้ป่วยที่บ้านเพื่อดูแลและแนะนำการปฏิบัติตัว

5.9 ประเมินผลลัพธ์ทางสุขภาพหลังการวางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเมื่อครบ 6 เดือน ได้แก่ ระดับน้ำตาลในเลือดสะสม (HbA1C) น้ำตาลหลังอดอาหาร (FBS) และระดับไขมันในเลือด (LDL, HDL) และค่า CVD Risk เป็นต้น

5.10 คัดเลือกผู้ป่วยที่มีพฤติกรรมจัดการตนเองดีขึ้น จากแบบวัดการจัดการตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน หรือผลระดับน้ำตาลในเลือดดีขึ้น ให้เป็นต้นแบบ (Role model) ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมพร้อมมอบเกียรติบัตรให้

5.11 สรุปผลประเมินผลการดำเนินโครงการ คำนวณข้อมูลโครงการให้ชุมชน

6. ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

6.1 ค่าคะแนนความรู้ภายหลังการอบรมเพิ่มขึ้นจากก่อนการอบรม ร้อยละ 80

6.2 ผู้เข้าร่วมโครงการมีระดับน้ำตาลในเลือดสะสม (HbA1C <7%) มากกว่าร้อยละ 60

ของผู้เข้ารับการอบรมทั้งหมด

ตรวจสอบแล้ว
ผู้รับผิดชอบแผน.....
การเงิน.....

/7. ระยะเวลา..

7. ระยะเวลาดำเนินงาน

พฤษภาคม - 30 กันยายน 2567

8. งบประมาณดำเนินงาน

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลหางดง จำนวน 9,880 บาท ดังนี้
 กิจกรรมที่1 อบรมให้ความรู้เพื่อสนับสนุนการจัดการตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน 46 คน
 (ผู้ป่วย 30, แกนนำ 8 คน, เจ้าหน้าที่ 8 คน)

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 46 คนๆละ 80 บาท x 1 มื้อ	เป็นเงิน	3,680	/ บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 46 คนๆละ 30 บาท x 2 มื้อ	เป็นเงิน	2,760	/ บาท
- ค่าจ้างเหมาถ่ายเอกสารพร้อมทำรูปเล่ม จำนวน 40 เล่มๆ ละ 20 บาท	เป็นเงิน	800	/ บาท
- ค่าสมนาคุณวิทยากรจำนวน 1 คนๆ จำนวน 5 ชั่วโมงๆ ละ 300 บาท	เป็นเงิน	1,500	/ บาท
รวมเป็นเงิน		8,740	/ บาท

กิจกรรมที่2 ประชุมสรุปผลการดำเนินงาน แจกเกียรติบัตรให้กับคคลต้นแบบ จำนวน 28 คน (ผู้ป่วย 12, แกนนำ 8 คน, เจ้าหน้าที่ 8 คน)

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 28 คนๆละ 30 บาท x 1 มื้อ	เป็นเงิน	840	/ บาท
- ค่าจ้างเหมาทำสรุปรูปเล่มจำนวน 2 เล่มๆละ 150 บาท	เป็นเงิน	300	/ บาท
รวมเป็นเงิน		1,140	/ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 9,880 บาท (เก้าพันแปดร้อยแปดสิบบาทถ้วน)

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้ตามความเหมาะสมภายในกิจกรรมเดียวกัน 13

9. ผู้รับผิดชอบ

นางสาววิจิตรา หล้าดวงดี พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โทรศัพท์ 065-4236294

10. การติดตามกำกับและประเมินผล

1. ผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้และสามารถจัดการตนเองในการควบคุมโรคจากแบบประเมิน3อ.2ส. ได้เพิ่มขึ้นร้อยละ 80
2. ผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการมีการติดตามผลโดยการตรวจเลือดหาระดับน้ำตาลในเลือดสะสม (HbA1C <7%) ที่ควบคุมได้ตามเป้าหมายการรักษา ร้อยละ 60

11. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ป่วยเบาหวานที่ร่วมโครงการมีค่าระดับน้ำตาลในเลือดสะสม (HbA1C <7%) มากกว่าร้อยละ60
2. ผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้และสามารถจัดการตนเองในการควบคุมโรคได้เพิ่มขึ้น

ตรวจสอบแล้ว
ผู้รับผิดชอบแผน.....
การเงิน.....

/ผู้เสนอโครงการ..

โครงการการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยในการดูแลตนเอง(DSME)ในผู้ป่วยโรคเบาหวาน เขตเทศบาลตำบลหางดง
ตำบลหางดง อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ปี 2567

วันที่

สถานที่ ห้องประชุมศูนย์สุขภาพตำบลหางดง อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่

- | | |
|---------------|---|
| 08.30-09.00น. | ลงทะเบียน และทำแบบทดสอบก่อนอบรม |
| 09.00-09.15น. | กล่าวเปิดการอบรม โดย แพทย์หญิงกานต์วี ทองตัน |
| 09.15-10.30น. | นายแพทย์ชำนาญการ แพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว โรงพยาบาลหางดง
บรรยายเรื่องให้ความรู้เรื่องภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน การดูแลเท้า
การเจาะน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตัวเองและการดูแลเมื่อเกิดภาวะน้ำตาลในเลือด
สูง หรือน้ำตาลในเลือดต่ำกว่าปกติ
โดย คุณณณมล ตรังวัชรกุล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพสต.บวกรกร |
| 10.30-10.45น. | พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม / |
| 10.45-12.00น. | บรรยาย เรื่องการสร้างความรู้รอบรู้และทักษะการดูแลด้านสุขภาพ (Health
Literacy) ด้านอาหาร
โดย คุณณณมล ตรังวัชรกุล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพสต.บวกรกร |
| 12.00-13.00น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน ✓ |
| 13.00-14.30น. | บรรยายเรื่องการสร้างความรู้รอบรู้และทักษะการดูแลด้านสุขภาพ (Health
Literacy) ด้านออกกำลังกายและกิจกรรมทางกาย
โดย คุณณณมล ตรังวัชรกุล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพสต.บวกรกร |
| 14.30-14.45น. | พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม |
| 14.45-16.00น. | บรรยายเรื่องการสร้างความรู้รอบรู้และทักษะการดูแลด้านสุขภาพ (Health
Literacy)
โดย คุณณณมล ตรังวัชรกุล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพสต.บวกรกร |
| 16.00-16.30น. | ทำแบบทดสอบหลังเรียน สรุปการอบรมและปิดการอบรม |

เสนอโครงการ

(ลงชื่อ)

(นางมัทธรา เจริญกาญจน์)

หัวหน้ากลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม

ผู้เห็นชอบโครงการ

(ลงชื่อ)

(นายบัณฑิต จักรแก้ว)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลดอยเต่า รักษาการในตำแหน่ง

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลหางดง

ผู้อนุมัติโครงการโครงการการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยในการดูแลตนเอง(DSME)ในผู้ป่วยโรคเบาหวาน

เขตเทศบาลตำบลหางดง อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ประจำปี2567

คปสอ./รพ. หางดง ประจำปีงบประมาณ 2567

งบประมาณ 9,880 บาท (เก้าพันแปดร้อยแปดสิบบาทถ้วน)

(ลงชื่อ)

(นายจตุชัย มณีรัตน์)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่

ตรวจสอบแล้ว

ผู้รับผิดชอบแผน

การเงิน