

ส่วนที่ ๓ แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุน  
หลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอโครงการ/แผนงานลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)  
ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม พัฒนาศักยภาพ อสม.เบาหวานหายได้ถ้าเข้าใจโรค

๑ ผลการดำเนินงาน

- อบรม อสม. การดูแลผู้ป่วยเบาหวาน

๒ ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๒.๑ การบรรลุตามวัตถุประสงค์

(  ) บรรลุตามวัตถุประสงค์

( ) ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ.....

๒.๒ จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

จำนวน 296 คน

๓ การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 37,660 บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง 37,660 บาท

งบประมาณเหลือส่งคืน.....บาท

๔ ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

(  ) ไม่มี

( ) มี

ปัญหา/

(ลงชื่อ).....ผู้รายงาน

( นายอานนท์ จำลีชา )

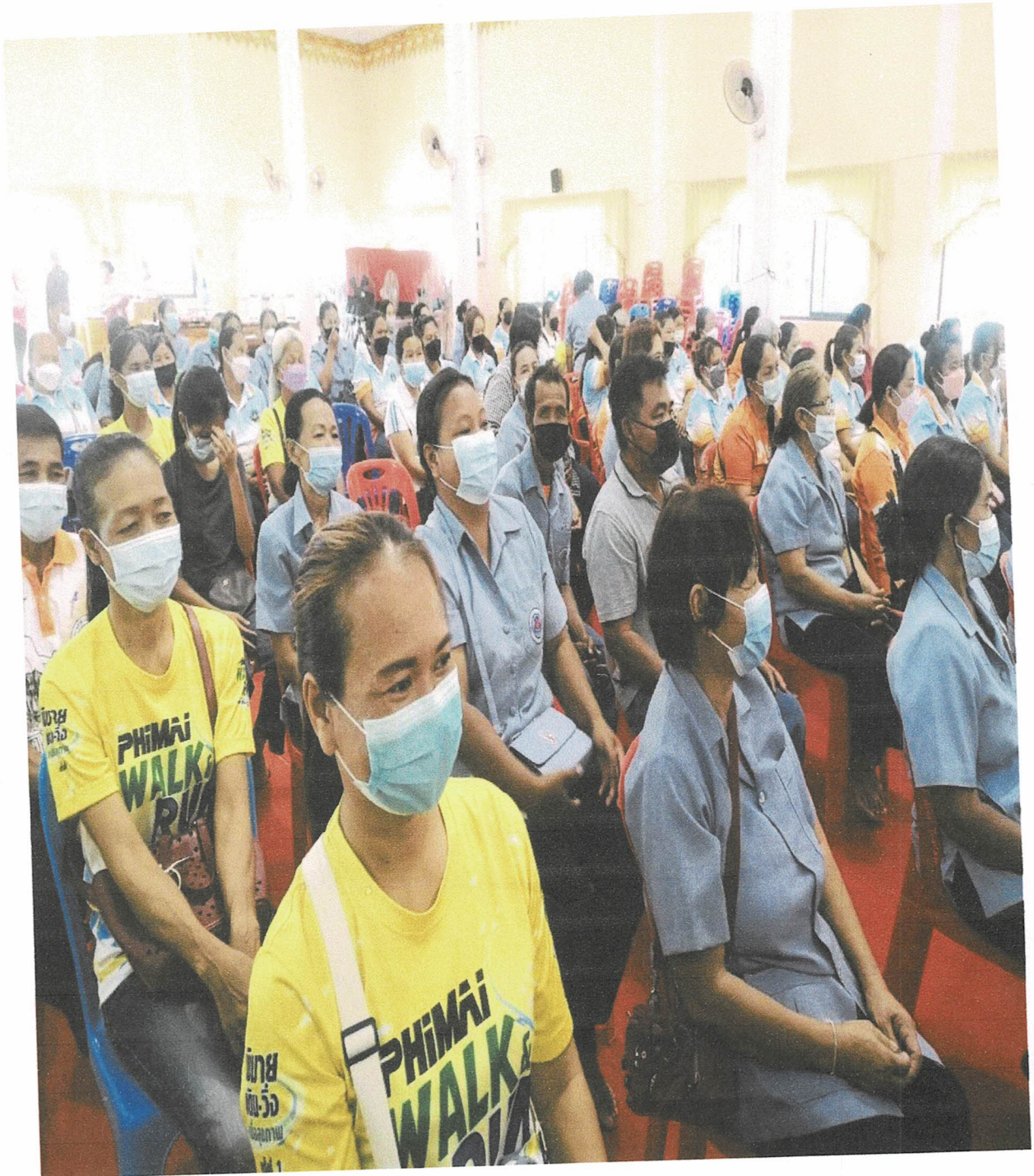
ตำแหน่ง ประธาน อสม.ตำบลนิคมฯ

วันที่. ๓๐ .เดือนกันยายน ๒๕๖๕

โครงการพัฒนาศักยภาพ อสม.เบาหวานหายได้ ถ้าเข้าใจโรค

ณ วัดนิคมคุณิศาสตร์ ตำบลนิคมฯ อำเภอพิมาย จังหวัดนครราชสีมา

วันที่ ๒๖.....มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๕





ภาพวิทยากร และกิจกรรม





แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลนิคมสร้างตนเอง

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการอบรมพัฒนาศักยภาพอสม. เบาหวานหายได้ ถ้าเข้าใจโรค

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนิคมสร้างตนเอง

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านตำบลนิคมสร้างตนเอง มีความประสงค์จะทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการอบรมพัฒนาศักยภาพอสม. เบาหวานหายได้ ถ้าเข้าใจโรค

โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลนิคมสร้างตนเอง เป็นเงิน 37,660 บาท โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ 1 : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด)

#### หลักการและเหตุผล

สถานการณ์ปัจจุบัน กลุ่มโรคไม่ติดต่อเป็นปัญหาอันดับ 1 ของโลก และอันดับ 1 ของประเทศ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันสูง ไขมันเกินในกระแสเลือด ไตเสื่อมเป็นต้น โรคเหล่านี้สาเหตุหลักมาจากพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ทำให้เซลล์และเนื้อเยื่อวัยต่างๆ ถูกสารพิษทำลายทำให้ผิดปกติ และเกิดการเจ็บป่วยตามมาด้วยภาวะแทรกซ้อน มีผลต่อ ร่างกาย จิตใจ สังคม

โรคเบาหวาน ถือเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังแต่รุนแรงที่สุด มีจำนวนผู้ป่วยเพิ่มขึ้นทุกปี เนื่องจากพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ประกอบกับวิถีการดำเนินชีวิตที่เร่งรีบ แข่งขันกันมากขึ้น ในปัจจุบัน ทำให้เกิดความเครียด อารมณ์แปรปรวน เกิดการหลั่งฮอร์โมนความเครียดออกมา เซลล์และเนื้อเยื่อในร่างกายจึงทำงานผิดปกติ ก่อให้เกิดโรคเช่น โรคความดันสูง ซึมเศร้า นอนไม่หลับ ระบบภูมิคุ้มกันลดลง ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น เป็นปัจจัยที่เสี่ยงต่อภาวะไตเสื่อม และหลอดเลือดสมอง

จากการศึกษางานวิจัยคณะสาธารณสุขศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ได้ข้อค้นพบจากการวิจัยว่าสาเหตุหลักของการเกิดโรคมาจากพิษที่เข้าร่างกาย 2 ทางคือ 1)พิษมาจากภายนอก เช่นการกิน การดื่ม การหายใจ หรือการสัมผัส 2)พิษจากภายในโดยการสร้างพิษขึ้นเอง เช่น โกรธ แค้น วิตกกังวล ร่างกายจะหลั่งฮอร์โมนความเครียดออกมา ทำให้เซลล์ทำงานผิดปกติ นอกจากนี้ยังค้นพบหลักการจัดการกับพิษ 3 ข้อคือ 1)เอาพิษออก 2)อย่าสร้างพิษขึ้นเอง และ 3)เอาพิษออก ได้ทำการทดลองกับผู้ป่วยโรคไต 4เดือน ค่าการกรองของไตดีขึ้น และทดลองกับผู้ป่วยความดันสูง 2 เดือน ความดันโลหิตเป็นปกติและน้ำหนักลดลง ข้อค้นพบนี้จึงเป็นแนวทางของตำบลนิคมสร้างตนเอง นำมาดำเนินการผู้ป่วยโรคเรื้อรังในชุมชนให้ความรู้เชิงปฏิบัติการแก่ อสม.และผู้ป่วยเบาหวานในชุมชน เพื่อลดน้ำตาลสะสมในกระแสเลือดให้เป็นปกติ โดยคัดผู้ป่วยที่ HbA1C (น้ำตาลสะสม)มากกว่า 7 มาเข้าร่วมโครงการนี้

ในตำบลนิคมสร้างตนเองนั้นมีผู้ป่วยเบาหวานจำนวน 176 ราย ความดัน 281ราย ผู้ป่วยเบาหวานที่ HbA1C (น้ำตาลสะสม)มากกว่า 7 mg% มีจำนวน 116 ราย ความรู้ในการทำ 4 อ.อารมณ์ อาหาร ออกกำลังกาย

เอาพิษออก นี่จึงจำเป็นต้องถ่ายทอดให้ อสม.ในตำบลเป็นผู้รู้และเข้าใจ สามารถนำไปปฏิบัติได้ในพื้นที่หมู่บ้าน  
รับผิดชอบของตนเองได้

## 1. วัตถุประสงค์

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ อสม. ในเขตพื้นที่รับผิดชอบ มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการปรับพฤติกรรมสุขภาพตาม หลัก 4 อ. ยา 8 ขนาน
2. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานที่มีน้ำตาลสะสมมากกว่า 7 ขึ้นไป มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการปรับพฤติกรรมสุขภาพตาม หลัก 4 อ.ยา 8 ขนาน สั้หาร NCDs เพื่อลดภาวะเสี่ยงภาวะแทรกซ้อนของตนเอง
3. เพื่อให้เกิดกิจกรรมในชุมชน การดำเนินการด้านยา 8 ขนานในชุมชน และเกิดเป็นรูปธรรมขึ้น
4. เพื่อให้ชุมชนเกิดการตื่นตัว ในครอบครัวของผู้ป่วยดูแลได้อย่างถูกต้อง
5. มี Health station ในชุมชน

### ตัวชี้วัด

1. ร้อยละ 90 ของอสม.ในเขตพื้นที่รับผิดชอบ มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการปรับพฤติกรรมสุขภาพตาม หลัก 4 อ.ยา 8 ขนาน
2. ร้อยละ 90 ผู้ป่วยเบาหวานที่มีน้ำตาลสะสมมากกว่า 7 ขึ้นไป มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการปรับพฤติกรรมสุขภาพตาม หลัก 4 อ.ยา 8 ขนาน สั้หาร NCDs เพื่อลดภาวะเสี่ยงภาวะแทรกซ้อนของตนเอง
3. ร้อยละ 50 ของผู้ป่วยที่มีค่าน้ำตาลสะสมมากกว่า 7 mg% มีค่าน้ำตาลสะสมลดลง
4. เกิดกิจกรรมเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 4 อ.ยา 8 ขนานในชุมชน
5. มี Health station ในชุมชนอย่างน้อย 1 แห่ง

## 2. วิธีดำเนินการ

1. สสำรวจกลุ่มเป้าหมายจำนวนผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคไต ให้เป็นปัจจุบัน
2. จัดทำโครงการเสนอกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนิคมสร้างตนเอง
3. ประชุมภาคีเครือข่าย อสม. เพื่อวางแผนการทำงานและกำหนดตารางการดำเนินงานร่วมกัน
4. อบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ 4 อ. ยา 8 ขนานสั้หาร NCDs ให้แก่ อสม.ในเขต  
รับผิดชอบ เพื่อนำไปขยายผลในชุมชน
5. จัดบริการยา 8 ขนานในชุมชน มีกิจกรรมต่อเนื่อง

6.สรุปรายงานผลการดำเนินงาน ตามข้อกำหนดของกองทุนฯ

### 3.กลุ่มเป้าหมาย

-อสม.เขตรพ.สต.นิคมฯ 1 จำนวน 197 คน

-อสม.เขตรพ.สต.หนองหญ้าขาว จำนวน 99 คน

รวมกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 296 คน

### 4.ระยะเวลาดำเนินการ

มกราคม ถึง กันยายน 2565

### 5.สถานที่ดำเนินการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนิคม 1และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองหญ้าขาว

### 6.งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนิคมสร้างตนเอง

จำนวน บาท รายละเอียด ดังนี้

#### รุ่นที่ 1

-ค่าอาหารกลางวันอสม. 197 คน คนละ 60 บาท เป็นเงิน 11,820 บาท

-อาหารว่าง และเครื่องดื่มอสม.จำนวน 197 คน คนละ 50 บาท ( 2 มื้อ คิดเป็น 50 บาท ) เป็นเงิน 9,850 บาท

-ค่าป้ายโครงการ 300 บาท

-ค่าวิทยากร ชั่วโมงละ 600 บาท 4 ชั่วโมงเป็นเงิน 2,400 บาท

#### รุ่นที่ 2

-ค่าอาหารกลางวันอสม. 99 คน คนละ 60 บาท เป็นเงิน 5,940 บาท

-อาหารว่าง และเครื่องดื่มอสม.จำนวน 99 คน คนละ 50 บาท ( 2 มื้อ คิดเป็น 50 บาท)เป็นเงิน 4,950 บาท

-ค่าวิทยากร ชั่วโมงละ 600 บาท 4 ชั่วโมงเป็นเงิน 2,400 บาท

### 7.ผลที่คาดว่าจะได้รับ



1. ประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไปได้รับการคัดกรองความเสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ตามเกณฑ์ที่กำหนด

2. ประชาชนที่มีผลการคัดกรองความเสี่ยง มีความเสี่ยง และที่สงสัยรายใหม่ได้รับการส่งต่อและมีความรู้เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตามหลัก 4 อ ย่า 8 ขนาน เพื่อลดภาวะเสี่ยงของตนเอง และไม่ป่วยเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

3. การเกิดผู้ป่วยเบาหวาน รายใหม่จากกลุ่มสงสัย ไม่เกินเกณฑ์ที่กำหนด

4. อัตราการเกิดผู้ป่วย ความดันโลหิตสูง จากกลุ่มสงสัย รายใหม่ ไม่เกินเกณฑ์ที่กำหนด

5. อสม. มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการคัดกรอง ความเสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดสมอง หลอดเลือดหัวใจ เข้าใจเรื่องโรคและกระบวนการรักษาและส่งต่อ อย่างถูกต้องและนำไปดูแลประชาชนในเขตที่ตนเองรับผิดชอบได้ถูกต้อง

6. กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรังทุกราย ได้รับการคัดกรอง หลอดเลือดสมอง หลอดเลือดหัวใจ (CVD Risk)และไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนอื่นๆ จากโรคที่ตนเองเป็น

## 8. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียดเพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้วโดยสามารถลงรายการได้มากกว่า 1 รายการ สำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น)

8.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน ที่รับผิดชอบโครงการ/กิจกรรม (ตามประกาศฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อ(หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนิคมสร้างตนเอง 1

- 1. หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. {ข้อ 10 (1)}
- 2. หน่วยงานสาธารณสุข เช่น อปท. {ข้อ 10 (1)}
- 3. หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. {ข้อ 10 (1)}
- 4. หน่วยงานอื่น ๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน {ข้อ 10 (2)}
- 5. องค์กรหรือกลุ่มประชาชน {ข้อ 10 (2)}
- 6. ศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ {ข้อ 10 (3)}
- 7. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) {ข้อ 10 (4)}

8.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

- 1. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ สถานบริการ หรือหน่วยงานสาธารณสุข {ข้อ 10 (1)}
- 2. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคขององค์กรหรือกลุ่มประชาชน {ข้อ 10 (2)}
- 3. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ (เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ) {ข้อ 10 (3)}
- 4. สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ {ข้อ 10 (4)}
- 5. สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ {ข้อ 10 (5)}