

ระบบประเมินมาตรฐานระบบบริการสุขภาพ

ด้านที่ ๘ ด้านสุขภาพศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพ

หมวดที่ ๓ กระบวนการสุขภาพศึกษาในสถานพยาบาล

๓.๒ การจัดทำแผนกิจกรรมสุขภาพกลุ่มป่วย

ผู้รับผิดชอบงานสุขภาพศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพ มีแผนงาน หรือโครงการ หรือโปรแกรมสุขภาพ หรือแผนการจัดกิจกรรมสุขภาพที่มีวัตถุประสงค์หรือตัวชี้วัดพฤติกรรมสุขภาพที่สอดคล้องกับปัญหาสุขภาพที่สำคัญตามภารกิจของโรงพยาบาล ดังนี้

๑. โครงการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๙

แผนปฏิบัติการ การพัฒนาระบบสุขภาพ หน่วยงานโรงพยาบาลโนนคูณ อำเภอโนนคูณ จังหวัดศรีสะเกษ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๙

สรุปแผนปฏิบัติการ การพัฒนาระบบสุขภาพ หน่วยงานโรงพยาบาลโนนคูณ										
1. แผนเชิงนโยบาย/ยุทธศาสตร์										
ลำดับ	ชื่อโครงการ/ แผนงาน	แหล่งงบประมาณ (บาท)							รวม (บาท)	ผู้รับผิดชอบ/ โทรศัพท์
		เงินอุดหนุน (1)		PP (2)	Op ๓๒๐.5% (3)	งบกองทุนฯ (4)	งบ สสจ. (5)	งบกลางจังหวัด (6)		
อยู่ในแผนรับ จัดเงินในระ	ไม่อยู่ในแผนรับ จัดเงินในระ									
6	โครงการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดภาวะแทรกซ้อน ในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง	5,000.00							5,000.00	งานสุขภาพศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ นางสาวเกษณี นบรัมย์ 0982097475
7	โครงการคัดกรองความเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในกลุ่มประชาชน อายุ 35 ปี ขึ้นไป				10,000.00				10,000.00	นางสาวสายชล นิลเนตร 0833665645 นางสาวอรยา ใจชื่น 0654426605
8	โครงการคัดกรองและเฝ้าระวังโรคมะเร็งตับ มะเร็งต่อมไทรอยด์ ด้วยวิธีอัลตราซาวด์ ในประชาชนกลุ่มเสี่ยง ในเขตโรงพยาบาลโนนคูณ				5,500.00				5,500.00	นางสาวสายชล นิลเนตร 0833665645 นางสาวอรยา ใจชื่น 0654426605
9	โครงการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม ในเขตโรงพยาบาลโนนคูณ				4,900.00				4,900.00	นางสาวสายชล นิลเนตร 0833665645 นางสาวอรยา ใจชื่น 0654426605
10	โครงการพัฒนาและสร้างเสริมศักยภาพคนในกลุ่มวัยเรียนและวัยรุ่น				5,000.00				5,000.00	นางสุชีรา อุดมธยาน 0817605181

แผนปฏิบัติการ การพัฒนาระบบสุขภาพ หน่วยงาน พช.โนนคูณ
อำเภอโนนคูณ จังหวัดศรีสะเกษ ประจำปีงบประมาณ 2569

- แผนเชิงนโยบาย/ยุทธศาสตร์
1. นโยบายกระทรวงสาธารณสุข สร้างสุขภาพดีด้วยรักไม่เหลื่อมล้ำ
 2. ยุทธศาสตร์กระทรวงสาธารณสุข (5 ด้าน) PP & P Excellence (3 แผนงาน 4 โครงการ 9 ภารกิจ)
 3. แผนงานกระทรวงสาธารณสุข (12 แผนงาน) แผนงานที่ 2 การเฝ้าระวังควบคุมโรคและปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพ
 4. โครงการกระทรวงสาธารณสุข (27 โครงการ) โครงการป้องกันควบคุมโรคและภัยสุขภาพ
 5. ศีลธรรมของสาธารณสุข (36 ศีลธรรม)
 - ๕.1) วัตถุประสงค์การดำเนินงานที่มีวัตถุประสงค์หลักและวัตถุประสงค์รอง
 - ๕.2) วัตถุประสงค์การดำเนินงานที่มีวัตถุประสงค์หลักและวัตถุประสงค์รอง

ลำดับ	ชื่อโครงการ/แผนงาน	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ	กิจกรรม/รายละเอียดกิจกรรม	กลุ่มเป้าหมาย	แหล่งงบประมาณ (บาท)											
						เงินอุดหนุน (1)	PP (2)	Op ๓๒๐.5% (3)	งบกองทุนฯ (4)	งบ สสจ. (5)	งบกลางจังหวัด (6)	อื่นๆ ระบุ... (7)	รวม (บาท)	งบค่าตอบแทน (บาท)	ผู้รับผิดชอบ/โทรศัพท์		
						อยู่ในแผนรับจัดเงินในระ	ไม่อยู่ในแผนรับจัดเงินในระ										
6	โครงการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดภาวะแทรกซ้อน ในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง	1. เพื่อสร้างความรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ 2. เพื่อป้องกันและชะลอการเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง	1. ผู้ป่วยสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด และความดันโลหิต ได้ในระดับที่ต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนด 2. ผู้ป่วยได้รับการตรวจสุขภาพติดตามผลต่อเนื่อง ซึ่งเป็นการประเมินความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้น มากกว่าร้อยละ 90	ประชุมเชิงปฏิบัติการสร้างความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ อบรมการคัดกรองเพื่อลดภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 100 คน x 1 เดือน 50 บาท = 5,000 บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 5,000 บาท	ผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง จำนวน 50 คน	5,000.00									5,000.00		น.ก. - ก.บ 69 งานสุขภาพศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ นางสาวเกษณี นบรัมย์ 0982097475
รวมเงินใน						5,000.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5,000.00		

แผนกิจกรรม (รายกลุ่ม)

โครงการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๙

วัตถุประสงค์	พฤติกรรมเป้าหมาย	ปัจจัยที่แก้ (นำ/เอื้อ/เสริม)	กิจกรรมสุขภาพ	ตัวชี้วัด	การประเมิน	ผู้รับผิดชอบ
๑. เพื่อสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ	ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ	ปัจจัยนำ: ขาดความรู้ ความเข้าใจ	บรรยาย เรื่องความรู้ด้านสุขภาพ - การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ - การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ - การตัดสินใจใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ - การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเป้าหมายมีความรู้เพิ่มมากขึ้น	แบบทดสอบก่อน-หลัง เรื่อง การป้องกันโรคเรื้อรัง (เบาหวาน และความดันโลหิตสูง) ของกลุ่มเสี่ยง	ทีมสุขภาพ/ นักวิชาการ สาธารณสุข
๒. เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงการเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง	การบริโภคอาหารที่เหมาะสม (ลดหวาน มัน เค็ม)	ปัจจัยนำ: ขาดความรู้เรื่อง การอ่าน ฉลากโภชนาการ และปริมาณน้ำตาล/โซเดียม ปัจจัยเอื้อ: ร้านค้าในชุมชน ไม่มีเมนู ทางเลือกสุขภาพ หรือไม่มีป้ายบอก	- กิจกรรม "ฉลาดเลือก ฉลาด กิน" (สอนอ่านฉลากหวาน มัน เค็ม) - การตรวจเค็มจากเครื่อง Salt meter - กิจกรรม "เมนูสุขภาพ" ชักชวนร้านค้าในหมู่บ้านจัดทำเมนูลดเค็ม/ส่งหวานน้อย	ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเสี่ยงมีคะแนนความรู้เพิ่มขึ้น - ร้อยละ ๕๐ ของครัวเรือน มีปริมาณความเค็ม น้อยกว่า ๐.๗% - ร้านค้าในชุมชนร้อยละ ๕๐ เข้าร่วมโครงการ	แบบทดสอบ Pre Post Test เรื่อง โภชนาการ - เครื่อง Salt meter - สสำรวจร้านค้า/จุด จำหน่ายอาหารใน ชุมชน	ทีมสุขภาพ/นัก โภชนาการ/อสม.
	พฤติกรรมการออกกำลังกาย	ปัจจัยนำ: ไม่รู้วิธีการออกกำลังกาย	- จัด Workshop สาธิตการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ๓๐ ๒ส. - แจกสื่อแนะนำการออกกำลังกาย	- ร้อยละ 60 มีพฤติกรรมออกกำลังกาย อยู่ในระดับดี - ร้อยละ 70 มีการออกกำลังกายต่อเนื่อง 1 เดือน	- การสาธิตกลับ - สมุดบันทึกการออกกำลังกาย กิจกรรม - ๒ สัปดาห์ หลังเข้าร่วมโครงการติดตามพฤติกรรมสุขภาพ และรับฟังความคิดเห็นและความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้น พร้อมทำแผนเฝ้าระวังความเสี่ยงที่จะเกิด - ๑,๒,๓ เดือน หลังเข้าร่วมโครงการติดตามพฤติกรรมสุขภาพ น้ำหนัก รอบเอว และรับฟังความคิดเห็นและความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้น พร้อมทำแผนเฝ้าระวังความเสี่ยงที่จะเกิด - ๖ เดือน หลังเข้าร่วมโครงการติดตามพฤติกรรมสุขภาพ น้ำหนัก รอบเอว BMI และรับฟังความคิดเห็น	ทีมสุขภาพ/นัก กายภาพ/พยาบาล

ตัวอย่าง
แบบฟอร์ม แผนกิจกรรมสุขศึกษาผู้ป่วย (รายบุคคล)



แบบฟอร์ม แผนกิจกรรมสุขศึกษาผู้ป่วย (รายบุคคล)

ชื่อ-สกุล ผู้ป่วย:..... HN:.....

โรคประจำตัว:..... วันที่จัดทำแผน:.....

ผู้รับผิดชอบ:.....

ผู้ร่วมวางแผน:.....

๑. การคืนข้อมูล

.....
.....
.....

๒. แรงจูงใจและเป้าหมายร่วม (Motivation Interviewing)

.....
.....
.....

๓. แผนกิจกรรมสุขศึกษาเฉพาะราย

พฤติกรรมสุขภาพที่พบ	กิจกรรมสุขศึกษา	ทีมสหวิชาชีพ/เครือข่าย	วิธีการดำเนินการ	ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์ที่คาดหวัง

๔. การติดตามและประเมินผล

.....
.....
.....

ลงชื่อผู้ทำแผน..... ลงชื่อผู้ป่วย/ครอบครัว.....

(.....)

(.....)

ตำแหน่ง.....



แบบฟอร์ม แผนกิจกรรมสุศึกษาผู้ป่วย (รายบุคคล)

ชื่อ-สกุล ผู้ป่วย: คุณประจักษ์ศักดิ์ โทระส HN: 21302
 โรคประจำตัว: DM HT CKD-3 วันที่จัดทำแผน: 2 กุมภาพันธ์ 2569
 ผู้รับผิดชอบ: สหภาพ / นักวิชาการสาธารณสุข / นักวิชาแพทย์ / คณ.
 ผู้ร่วมวางแผน: ผู้ช่วยศาสตราจารย์

๑. การคืนข้อมูล

จากผลตรวจระดับน้ำตาลกลูโคสในเลือด พบว่า ผู้ป่วยมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงผิดปกติ และมีภาวะ
กรดในเลือดสูงผิดปกติ ระดับน้ำตาลในเลือดสูงผิดปกติ ระดับน้ำตาลในเลือดสูงผิดปกติ
ระดับน้ำตาลในเลือดสูงผิดปกติ ระดับน้ำตาลในเลือดสูงผิดปกติ

๒. แรงจูงใจและเป้าหมายร่วม (Motivation Interviewing)

- ประวัติ: ผู้ป่วยมีอาการเหนื่อย อ่อนเพลีย น้ำหนักลด
 - อาการ: ระดับน้ำตาลในเลือดสูงผิดปกติ ระดับน้ำตาลในเลือดสูงผิดปกติ
 - ประวัติการรับทราบ: ๓๐๖ FBS ๐๖/๑๙๕ → < 1๒๖ mg/dl ๓ ครั้ง/๓ เดือน

๓. แผนกิจกรรมสุศึกษาเฉพาะราย

พฤติกรรมสุขภาพที่พบ	กิจกรรมสุศึกษา	ทีมสหวิชาชีพ/เครือข่าย	วิธีการดำเนินการ	ตัวชี้วัด/ผลลัพธ์ที่คาดหวัง
<u>ยังไม่เข้าใจโรค</u>	<u>- อธิบายโรคเบาหวาน</u> <u>- อธิบายโรคไต</u> <u>- อธิบายโรคหัวใจ</u>	<u>RN / วิชาเภสัช</u> <u>สห. สาธารณสุข</u>	<u>ให้คำปรึกษา</u> <u>หนังสือให้ความรู้</u>	<u>- ผู้ป่วยเข้าใจโรค</u> <u>- ผลตรวจระดับน้ำตาลในเลือด</u> <u>- ควบคุมระดับน้ำตาล</u>
<u>ยังไม่ปฏิบัติตามแผน</u>	<u>- อธิบายวิธีปฏิบัติตน</u> <u>- แนะนำการออกกำลังกาย</u>	<u>RN / วิชาโภชนาการ</u>	<u>สาธิตการออกกำลังกาย</u> <u>วิธี</u>	<u>ผู้ปฏิบัติตามแผน</u> <u>ผลตรวจระดับน้ำตาล</u>
<u>ไม่ออกกำลังกาย</u>	<u>- แนะนำการออกกำลังกาย</u> <u>- แนะนำการควบคุมอาหาร</u>	<u>RN / วิชาออกกำลังกาย</u> <u>สห. สาธารณสุข</u>	<u>สาธิตการออกกำลังกาย</u> <u>วิธี</u>	<u>ผู้ปฏิบัติตามแผน</u> <u>≥ 3 ครั้ง/สัปดาห์</u>

๔. การติดตามและประเมินผล

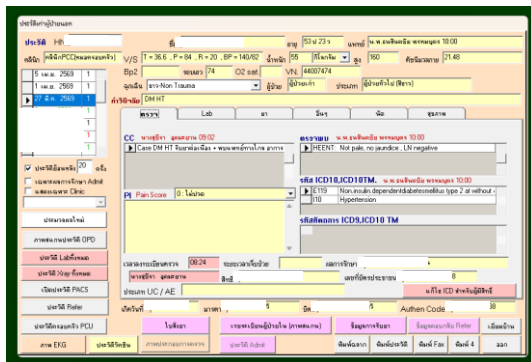
- ติดตามผลตามแผน ๓ เดือน
 - ติดตามผลตามแผน ๓ เดือน
 - ผลตรวจระดับน้ำตาลในเลือด ๓๐๖ FBS ๐๖/๑๙๕
 * ผลตรวจระดับน้ำตาลในเลือด : ๓๐๖ FBS < 1๒๖ mg/dl ๓ ครั้ง/๓ เดือน ผู้ป่วยปฏิบัติตามแผนการดูแลสุขภาพ

ลงชื่อผู้จัดทำแผน: น.ส. (นางรุสลา ต.พุ่มเกษ) ลงชื่อผู้ป่วย/ครอบครัว: ประจักษ์ศักดิ์ โทระส
 ตำแหน่ง: นางสาววิชาชั้นหัวหน้าศูนย์ (สห. สาธารณสุข โทระส.) ผู้แปล

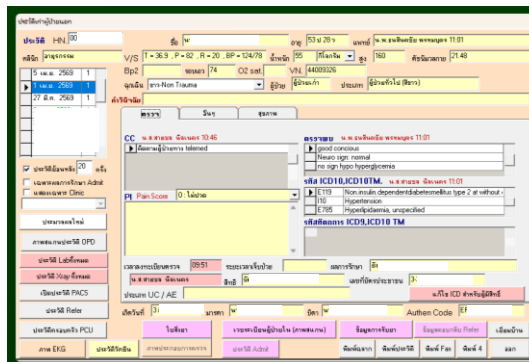
การจัดทำแผนและคืนข้อมูล ในเวชระเบียนโรงพยาบาลโนนคูณ

โรงพยาบาลโนนคูณ ได้จัดตั้งคลินิกเวชศาสตร์วิถีชีวิต (Lifestyle Medicine Clinic) ซึ่งดำเนินการโดยแพทย์ และทีมสหวิชาชีพที่ผ่านการอบรมเฉพาะทาง โดยมุ่งเน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 6 เสาหลัก ได้แก่ โภชนาการที่เหมาะสม การมีกิจกรรมทางกาย การจัดการความเครียด การนอนหลับที่เพียงพอ การหลีกเลี่ยงสารเสพติด และการมีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี โดยเฉพาะด้านโภชนาการซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ควบคู่กับการส่งเสริมความรู้ด้านอาหาร (Food Literacy) เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถเลือก วางแผน และบริโภคอาหารที่เหมาะสมต่อสุขภาพได้อย่างยั่งยืน

งานสุศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ร่วมกับคลินิกเวชศาสตร์วิถีชีวิต ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง โดยการพบแพทย์ทางไกล (Health Station) และติดตามทางโทรศัพท์ หากผู้ป่วยพฤติกรรมไม่เหมาะสม มีค่าระดับน้ำตาลในเลือดสูง ต้องกลับมารักษาที่คลินิก



Visit พบแพทย์



Visit ติดตามพฤติกรรม