

**โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ป่วยในคลินิกเบาหวานความดันโลหิตสูง
โรงพยาบาลม่วงสามสิบ จังหวัดอุบลราชธานี ปีงบประมาณ 2565**

1. หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวานเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่เป็นปัญหาทางสาธารณสุขของประเทศ ในอันดับต้นๆของประเทศไทยก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนในหลายระบบของร่างกายทั้งแบบเฉียบพลันและเรื้อรังเช่น โรคไตเรื้อรัง โรคหลอดเลือดสมอง โรคหลอดเลือดหัวใจ ภาวะเบาหวานขึ้นจอประสาทตา ซึ่งส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิต ภาวะเศรษฐกิจของผู้ป่วยและครอบครัวรวมทั้งประเทศชาติ

จากข้อมูลสถานการณ์การดำเนินงานรักษาพยาบาลผู้ป่วยเบาหวานและ ความดันโลหิตสูง ณ วันที่ 30 กันยายน 2564 อำเภอม่วงสามสิบ มีผู้ป่วยเบาหวานจำนวน 4,810 คน อัตราป่วยรายใหม่ต่อแสนประชากร 530.20 ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี ร้อยละ 33.80 เป็นผู้ป่วยเบาหวานที่ได้รับการรักษาในคลินิกเบาหวานโรงพยาบาลม่วงสามสิบ 3,212 คนและผู้ป่วยความดันโลหิตสูง 9,260 คน อัตราป่วยรายใหม่ต่อแสนประชากร 1,222.92 ควบคุมระดับความดันได้ดีร้อยละ 77.30 เป็นผู้ป่วยความดันที่ได้รับการรักษาในคลินิกความดันโลหิตสูงโรงพยาบาลม่วงสามสิบจำนวน 3,912 คน

เพื่อเป็นการส่งเสริมและสร้างความตระหนักในการดูแลตนเองเพื่อชะลอการดำเนินของโรคและลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ จึงได้จัดทำโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ป่วย ในคลินิกเบาหวานและคลินิกความดันโลหิตสูงโรงพยาบาลม่วงสามสิบ ปีงบประมาณ 2565

2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานควบคุมระดับน้ำตาลได้และผู้ป่วยความดันควบคุมความดันโลหิตได้
 2. เพื่อควบคุมและชะลอการเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยเบาหวานและผู้ป่วยความดันโลหิตสูง
- ส่งเสริมให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเป็นประจำอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

3. กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 12 เดือน ละ 12 ครั้งๆ ละ 25 คน

1. ผู้ป่วยเบาหวานที่เข้ารับบริการในคลินิกเบาหวาน
2. ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่เข้ารับบริการในคลินิกโรคความดันโลหิตสูง

4. วิธีดำเนินการ

4.1 ขั้นเตรียมการ

1. ประชุมวางแผนผู้รับผิดชอบงาน
2. เขียนโครงการ เสนอโครงการเพื่อพิจารณาอนุมัติ
3. จัดเตรียมข้อมูลผู้ป่วยแต่ละกลุ่ม
4. กำหนดรูปแบบกิจกรรม
5. จัดเตรียมเอกสารเนื้อหา ในแต่ละกิจกรรม

อานนท ก่อ

นางสาวนงลักษณ์ ขญคง
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

7/65

4.2 ขั้นตอนการ

1. จัดแบ่งกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงที่มาใช้บริการที่คลินิกในแต่ละครั้งที่ให้บริการ ทีมสหวิชาชีพออกให้บริการ โดยแบ่งกลุ่มผู้ป่วยดังนี้

1.1 กลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลและความดันโลหิตได้ดี

1.2 กลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้และควบคุมความดันโลหิตไม่ได้

2. จัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในคลินิกทุกวัน พุธ พฤหัสบดี ศุกร์ คัดกรองผู้ป่วยแต่ละกลุ่มเพื่อส่งต่อ ทีมสหวิชาชีพเป็นผู้ดำเนินการให้ความรู้ กำหนดรูปแบบกิจกรรม เน้น 30.2 ส. ตามปัญหาของผู้ป่วยแต่ละราย - ให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และภาวะแทรกซ้อน

- การรับประทานยา

- การออกกำลังกาย

- โภชนาการด้านอาหารแลกเปลี่ยน

- การจัดการกับอารมณ์ และสมาธิบำบัด SKT

4.3 การวัดประเมินผล

1. ติดตามประเมินผลค่าระดับน้ำตาล ความดันโลหิต ในนัดครั้งต่อไปทุก 2 เดือน

2. ติดตามประเมินผลระดับ HbA1c ตามเกณฑ์ ทุก 1 ปี

ตัวชี้วัดโครงการ

1. ผู้ป่วยเบาหวานควบคุมระดับน้ำตาลได้ $\geq$ ร้อยละ 40

2. ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงควบคุมระดับความดันโลหิต $\geq$ ร้อยละ 60

5. ระยะเวลาดำเนินการ เดือนตุลาคม 2564 - กันยายน 2565

6. สถานที่ดำเนินการ คลินิกเบาหวานความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลม่วงสามสิบ

8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงได้รับการเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนสามารถดำรงชีวิตอย่างปกติสุข และไม่มีภาวะแทรกซ้อนของโรค

2. ผู้ป่วยเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้อยู่ในเกณฑ์

3. ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมระดับความดันได้อยู่ในเกณฑ์

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

คลินิก NCD โรงพยาบาลม่วงสามสิบ โทรศัพท์ 045 489064 ต่อ 206

1. นางสาวนงลักษณ์ บุญคง ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

2. นางสาวหทัยรัตน์ พินิจ ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

นางสาวนงลักษณ์

6

นางสาวนงลักษณ์ บุญคง
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

10.งบประมาณ ได้รับงบประมาณจากเงินบำรุงโรงพยาบาลม่วงสามสิบ เป็นค่าใช้จ่ายดังนี้

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มของผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมในคลินิก ตั้งแต่ ตุลาคม 2564-กันยายน 2565
จำนวน 12 เดือนๆละ 12 ครั้งๆละ 25คนๆ ละ 1 มื้อๆละ 25 บาท เป็นเงิน 90,000 บาท

รวมเป็นเงิน 90,000 บาท (เก้าหมื่นบาทถ้วน)

ลงชื่อ

ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวนงลักษณ์ บุญคง)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ

ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายประจักษ์ สีลาชาติ)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลม่วงสามสิบ

ลงชื่อ

ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายพิทักษ์พงษ์ จันทร์แดง)

นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านเวชกรรมป้องกัน)

ลงชื่อ

ผู้อนุมัติโครงการ

(นายสุวิทย์ โรจนศักดิ์โสธร)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดอุบลราชธานี

นางสาวนงลักษณ์ บุญคง

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

หมายเหตุ

รหัสงบประมาณ..... 1/65 ชื่อโครงการ..... เงินเพิ่มค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มของผู้ป่วยในคลินิก
งบประมาณทั้งโครงการ จำนวน..... 90000 บาท จากแหล่งงบประมาณ..... ดินนาพรพร.

ลงชื่อ.....

(นายจิระพงษ์ สองศรี)

หัวหน้ากลุ่มงานยุทธศาสตร์ รพ.ม่วงสามสิบ