



ที่ สน ๐๐๓๒.๓๐๑/๑๒๔๖

โรงพยาบาลเจริญศิลป์ อำเภोजังหวัดสกลนคร  
จังหวัดสกลนคร ๔๗๒๔๐

๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขออนุมัติโครงการและขออนุมัติดำเนินการกิจกรรมในโครงการ

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสกลนคร

อ้างถึง หนังสือที่ สน ๐๐๓๒.๐๐๒/๕๔๓๔ ลงวันที่ ๒๘ กันยายน ๒๕๖๔

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการอบรมผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน ปี ๒๕๖๕  
คปสอ.เจริญศิลป์ อำเภोजังหวัดสกลนคร จำนวน ๑ ฉบับ

ตามหนังสือที่อ้างถึง สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนครได้แจ้งให้ทุก คปสอ.และให้  
จัดส่งโครงการตามแผนปฏิบัติการฯ นั้น

ในการนี้ โรงพยาบาลเจริญศิลป์ ได้จัดทำโครงการโครงการอบรมผู้ป่วยเบาหวาน/ความ  
ดันโลหิตสูงเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน ปี ๒๕๖๕ คปสอ.เจริญศิลป์ อำเภोजังหวัดสกลนคร  
เป็นโครงการที่บรรจุในแผนปฏิบัติการสาธารณสุข คปสอ.เจริญศิลป์ ปีงบประมาณ ๒๕๖๕ แผนงานที่ ๕  
โครงการตามแผนปฏิบัติการฯ ลำดับที่ ๑ ใช้งบประมาณจากเงินบำรุงโรงพยาบาลเจริญศิลป์ เป็นเงิน  
จำนวน ๓๖,๐๐๐ บาท (สามหมื่นหกพันบาทถ้วน) และจะดำเนินการกิจกรรมในโครงการในระหว่างวันที่  
๑ ธันวาคม ๒๕๖๔ ถึง วันที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสังพงษ์ โชคคติวัฒน์)

นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเจริญศิลป์

อนุมัติ

กลุ่มงานบริหารทั่วไป

โทร ๐๔๒ ๗๐๙ ๑๔๘ ต่อ ๑๔๑

โทรสาร ๐๔๒ ๗๐๙ ๑๔๘ ต่อ ๑๒๑

(นายวิศณุ วิทยาบำรุง)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสกลนคร  
๒๕๖๔

“อยู่สกล รักสกล ทำเพื่อสกลนคร”

## โครงการอบรมผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน ปี ๒๕๖๕ คปสอ.เจริญศิลป์ อำเภोजเจริญศิลป์ จังหวัดสกลนคร

หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันทั่วโลกให้ความสำคัญกับการจัดการโรคไม่ติดต่อเรื้อรังมากขึ้นเนื่องจากสภาวะความเป็นอยู่และวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไปทำให้ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น จากรายงานสถิติสุขภาพทั่วโลกปีพ.ศ. ๒๕๕๕ ขององค์การอนามัยโลก พบว่า ๑ ใน ๑๐ ของประชาชนในวัยผู้ใหญ่เป็นโรคเบาหวาน ซึ่งโรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาสำคัญในศตวรรษที่ ๒๑ ปัจจุบันพบผู้ป่วยโรคเบาหวานทั่วโลก ๓๗๑ ล้านคน และประมาณ ๒๘๐ ล้านคน เป็นผู้ที่มีความเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน คาดว่าปีพ.ศ.๒๕๗๓ จะมีผู้ป่วยโรคเบาหวานถึง ๕๐๐ ล้านคนโรคเบาหวาน และภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่สามารถป้องกัน และควบคุมได้

และในปี พ.ศ. ๒๕๕๔มีผู้เสียชีวิตด้วยโรคเบาหวาน ร้อยละ๒๑ มีผู้ป่วยเบาหวานที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลอยู่ในเกณฑ์ปกติเพียงร้อยละ ๒๙ อีกประมาณร้อยละ ๗๐ คุมระดับน้ำตาลไม่ได้ เกิดโรคแทรกซ้อน ทั้งโรคหัวใจและหลอดเลือด ตัดเท้า ไตวาย ตามมา

อำเภोजเจริญศิลป์ จังหวัดสกลนคร ในปี ๒๕๕๙-๒๕๖๓ มีผู้ป่วยเบาหวาน มีภาวะแทรกซ้อนทางตา ร้อยละ๒.๖๒,๓.๑๕,๐.๐๕,๐.๒๓ และ ๐.๑๘ ตามลำดับและมีภาวะแทรกซ้อนทางไตร้อยละ ๒๖.๕๒,๒๘.๔๙,๒๕.๑๙,๑๕.๙๕และ๑๙.๐๒ ตามลำดับเพื่อเป็นการป้องกันการเกิดปัญหาภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงต่อไปจากเหตุผลและความสำคัญดังกล่าว คปสอ.เจริญจึงได้ดำเนินการจัดทำโครงการอบรมผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนให้ความรู้เพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน ทำให้ผู้ป่วยได้รับการรักษาที่ทันทั่วถึงลดอัตราความพิการและการเสียชีวิตในที่สุด เพื่อให้การดำเนินงานเกิดผลและยั่งยืน

จากสภาพสังคมปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ และเทคโนโลยีอย่างรวดเร็ว ทำให้วิถีชีวิตความเป็นอยู่เปลี่ยนตามสภาพจากเดิมทำให้พฤติกรรมของแต่ละคน เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ไม่ถูกต้อง เช่นพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองอันนำไปสู่ ทำให้ผู้ป่วยเกิดภาวะทนต์ทุกขุทรมานและทำให้เกิดความสูญเสียทั้งทรัพย์สินและชีวิตข้อมูลทางระบาดวิทยาพบว่าจำนวนผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังทั่วโลกเพิ่มขึ้นอย่างมากมาจากการดูแลโรคไม่ติดต่อเรื้อรังนั้นไม่ได้จำกัดระบบการทำงานต่างๆของร่างกายเริ่มจะเสื่อมโทรมลงและมีโอกาสที่จะเจ็บป่วยได้ง่ายมากขึ้นโดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคเรื้อรัง Metabolic ได้แก่โรคเบาหวาน, โรคความดันโลหิตสูงและโรคไขมันในเลือดผิดปกติโรคหลอดเลือดหัวใจ อยู่เฉพาะโดยแพทย์เท่านั้นแต่ขึ้นอยู่กับการดูแลตนเองของผู้ป่วยและการตรวจป้องกันภาวะแทรกซ้อน นอกจากนี้ยังควรมีการติดตามเยี่ยมผู้ป่วยที่บ้าน เพื่อจะได้ทราบถึงปัญหา ของการดูแลตนเอง และร่วมหารือและแนะนำการแก้ไขปัญหาสุขภาพ กับผู้ป่วยแต่ละราย ปัจจุบันผู้ป่วยที่มารับบริการดูแล รักษาโรคเรื้อรังดังกล่าวมีเป็นจำนวนมาก และมากขึ้นเรื่อย ๆ แต่ผู้ป่วยส่วนใหญ่ ก็ยังไม่ได้รับบริการ ดูแลภาวะแทรกซ้อนได้อย่างครบถ้วน และการรักษาส่วนใหญ่ ยังเน้นโรงพยาบาลเป็นศูนย์กลาง(Hospital-based) ถึงแม้หลาย ๆ โรงพยาบาลจะได้รับการรับรอง เป็นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ(HPH)ก็ตาม ทำให้ไม่เกิดความยั่งยืน ในระบบการดูแลสุขภาพผู้ป่วยและครอบครัวมีศักยภาพ ในการดูแลตนเองน้อย ทำให้ผู้ป่วยส่วนใหญ่ ยังต้องพึ่งแพทย์ และทีมงานเป็นหลัก แต่ในความเป็นจริงการที่สามารถ ให้ประชาชน กลุ่มเสี่ยง ผู้ป่วย ได้ตระหนัก ในการดูแลตนเองมีความรู้สร้างทัศนคติ จะสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และปฏิบัติตัวให้ห่างจากการเกิดโรคและภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วย เพื่อลดงบประมาณในการรักษาผู้ป่วยได้เป็นจำนวนมาก

ดังนั้นเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน ของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง Metabolic ได้แก่โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง รพ.เจริญศิลป์ จึงได้จัดทำโครงการอบรมผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนขึ้น เพื่อดูแล ส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันกลุ่มผู้ป่วยมีสุขภาพที่ดี ไม่มีโรคแทรกซ้อนซึ่งจะทำให้สูญเสียชีวิต

**“อยู่สกล รักสกล ทำเพื่อสกลนคร”**

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง มีความรู้ ในการดูแลตนเองจากภาวะแทรกซ้อนได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อลดอัตราการเกิดโรคแทรกซ้อนทาง ตา ไต เท้า ในผู้ป่วยโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง
3. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวาน /ความดันโลหิตสูงได้เข้าถึงการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน

## กลุ่มเป้าหมาย

- ผู้ป่วยโรคเบาหวาน / ความดันโลหิตสูง จำนวน ๓๖๐ คน

## พื้นที่ดำเนินการ

- เขตพื้นที่ ตำบลเจริญศิลป์ วันที่ ๕ มกราคม ๒๕๖๕ จำนวน ๗๒ คน
- เขตพื้นที่ ต.ทุ่งแก วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๖๕ จำนวน ๗๒ คน
- เขตพื้นที่ ต.โคกศิลา วันที่ ๑๔ มกราคม ๒๕๖๕ จำนวน ๗๒ คน
- เขตพื้นที่ ต.หนองแปน วันที่ ๑๒ มกราคม ๒๕๖๕ จำนวน ๗๒ คน
- เขตพื้นที่ ต.บ้านเหล่า วันที่ ๒๕ มกราคม ๒๕๖๕ จำนวน ๗๒ คน

## ระยะเวลาดำเนินการ

- ๑ ธันวาคม ๒๕๕๖๔ - ๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕

๓๖๐

## กลวิธีดำเนินงาน

- ๑ ประชุมชี้แจง รายละเอียดโครงการ แก่เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้นำท้องถิ่น และอาสาสมัครสาธารณสุข
- ๒ ร่วมกับผู้นำท้องถิ่น และอาสาสมัครสาธารณสุข สสำรวจประชากรกลุ่มเป้าหมาย ในเขตรับผิดชอบ
- ๓ จัดทำเบียนประชากรกลุ่มเป้าหมายและคัดเลือกผู้ป่วยรายใหม่และผู้ป่วยเก่าที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้
- ๔ จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการให้กับผู้ป่วยโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงเพื่อป้องกัน

## ภาวะแทรกซ้อน

- ๕ สรุปและประเมินผลโครงการ

## งบประมาณ

งบประมาณจากเงินทุนหมุนเวียนหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าโรงพยาบาลเจริญศิลป์ ปีงบประมาณ ๒๕๖๕ เป็นค่าใช้จ่ายดังนี้

ค่าอบรมเชิงปฏิบัติการผู้ป่วยโรคเบาหวานความดันโลหิตสูงเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน

- ๑. ค่าจ้างเหมาประกอบอาหารกลางวันสำหรับผู้เข้ารับการอบรม จำนวน ๓๖๐คน x มื้อละ ๕๐บาท x ๑มื้อ เป็นเงิน ๑๘,๐๐๐ บาท
- ๒.ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้ารับการอบรม จำนวน ๓๖๐คนx๒๕ บาท x ๒ มื้อเป็นเงิน ๑๘,๐๐๐ บาท

รวมทั้งสิ้น ๓๖,๐๐๐ บาท (สามหมื่นหกพันบาทถ้วน)

**“อยู่สกล รักสกล ทำเพื่อสกลนคร”**

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้ป่วย และมีความรู้ ความเข้าใจในการป้องกันภาวะแทรกซ้อนของโรคเรื้อรัง Metabolic ได้ อย่างถูกต้องเหมาะสม > ร้อยละ ๘๐
๒. ร้อยละของผู้ป่วยผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงที่มี CVD risk  $\geq$  ร้อยละ ๒๐ หลังได้รับการปรับเปลี่ยนความเสี่ยงแล้วมี CVD risk ลดลง
๓. ผู้ป่วยเบาหวานได้รับการคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ตา ไต เท้า  $\geq$  ร้อยละ ๖๐

การประเมินผล

๑. ประเมินผลความรู้ พฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมาย ก่อน – หลังการอบรม
๒. รายงานอัตราการเกิดโรคแทรกซ้อน

ผู้รับผิดชอบ

โรงพยาบาลเจริญศิลป์ อำเภोजังหวัดสกลนคร

ผู้เขียนโครงการ



(นางพรทิพย์ อุ่นจิตร)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้เสนอโครงการ



(นายอุทัย สุขานนท์)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

ผู้เห็นชอบโครงการ



(นายสังพงษ์ โชคคติวัฒน์)

นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเจริญศิลป์

ผู้อนุมัติโครงการ



(นายวิศณุ วิทยาบำรุง)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสกลนคร

หมายเหตุ โครงการอบรมผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน ปี ๒๕๖๔  
คป.สอเจริญศิลป์ อำเภอเจริญศิลป์ จังหวัดสกลนครปีงบประมาณ ๒๕๖๕ (ยุทธศาสตร์ที่๒ Service  
Excellene แผนงานที่๕ โครงการที่๑ โครงการย่อยที่๒ ) ใช้งบประมาณจากเงินทุนหมุนเวียนหลักประกัน  
สุขภาพถ้วนหน้าโรงพยาบาลเจริญศิลป์ ปีงบประมาณ ๒๕๖๕ เป็นจำนวนเงิน ๓๖,๐๐๐ บาท (สามหมื่นหก  
พันบาทถ้วน )

**“อยู่สกล รักสกล ทำเพื่อสกลนคร”**

โครงการอบรมผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน  
โรงพยาบาลเจริญศิลป์ อำเภोजังหวัดสกลนคร ปีงบประมาณ ๒๕๖๕  
ณ โรงพยาบาลเจริญศิลป์

\*\*\*\*\*

วันที่	มกราคม	๒๕๖๕
๘.๓๐ - ๙.๐๐ น.		ลงทะเบียน
๙.๐๐ - ๙.๓๐ น.		พิธีเปิด -มอบรางวัล+เกียรติบัตรให้กับผู้ป่วยเบาหวานที่มีระดับน้ำตาลเฉลี่ย สะสมอยู่ในระดับดีมาก -บอกเล่าประสบการณ์เกิดโรคแทรกซ้อนโดยผู้ป่วยไตวายและผู้ป่วยโรค หลอดเลือดสมอง
๙.๓๐ - ๑๐.๓๐ น.		- ภาวะแทรกซ้อนของโรคความดันโลหิตสูง - การปรับเปลี่ยนวิธีการดำเนินชีวิตในเรื่อง การสูบบุหรี่, การดื่ม เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ - การบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับโรค - การรับประทานยาให้สม่ำเสมอ
๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น.		รับประทานอาหารว่าง
๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น.		- การออกกำลังกายที่เหมาะสม - การจัดการความเครียดและภาวะทางจิตใจ - การดูแลและปฏิบัติตัวของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงเพื่อชีวิตที่เป็นสุข
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.		รับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๔.๑๕ น.		- ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน - ภาวะแทรกซ้อนของการไม่ดูแลตนเอง เมื่อเป็นเบาหวาน - การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อดูแลตนเอง - การบริโภคอาหารที่สมดุลกับสุขภาพ - การจำกัดแอลกอฮอล์
๑๔.๑๕ - ๑๔.๓๐ น.		รับประทานอาหารว่าง
๑๔.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.		- การปรับเปลี่ยนวิธีการดำเนินชีวิต - การดูแลเท้า - การออกกำลังกายและทำจิตใจให้เป็นสุข - การกินยาลดน้ำตาลในเลือด

\*\*\*\*\*

“อยู่สกล รักสกล ทำเพื่อสกลนคร”