กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพ (CQI)

๑. ชื่อหน่วยงาน คลินิกโรคเรื้อรัง โรงพยาบาลเจริญศิลป์ อำเภอเจริญศิลป์ จังหวัดสกลนคร

โทร ๐๘๐๓๐๕๘๙๗๑ E-mail : lawanrat๑๘@hotmail.co.th

๒. ชื่อเรื่อง การบูรณาการใช้ปิงปอง๗ สีและเทคนิคแรงจูงใจในการติดตามการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ป่วยเบาหวาน

๓. ประเภทการพัฒนา ด้านที่ ๓ ระบบสนับสนุนการจัดการตนเอง

๔. กระบวนการพัฒนา

๔.๑ สถานการณ์ ปัญหา

โรงพยาบาลเจริญศิลป์ มีผู้ป่วยโรคเบาหวาน มียอดมารับบริการเป็นอันดับหนึ่งที่มารับบริการที่งานผู้ป่วยนอก จากสถิติปี๒๕๖๔๓-๒๕๖๖ จำนวน ๒,๒๖๑,๒,๓๓๑,๒,๕๕๘และ๒,๖๓๙ ยอดผู้ป่วยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นในทุกๆปี ซึ่งโรคดังกล่าวหากไม่ได้รับการรักษาต่อเนื่องมักเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ได้ ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยลดลง ในปีงบประมาณ ๒๕๖๔-๒๕๖๕ คลินิกพิเศษโรคเรื้อรัง โรงพยาบาลเจริญศิลป์ พบปัญหาผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มารับบริการที่โรงพยาบาลเป็นจำนวนมากค่อนข้างแออัด อีกทั้งสถานการณ์โควิด-๑๙ ที่แพร่ระบาดอย่างหนัก ในช่วงปีที่ผ่านมา ทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถเดินทางมารพ ขาดนัด ไม่มีความตระหนักในการดูแลตนเอง ระบบการดูแลผู้ป่วยไม่ชัดเจน ส่งผลให้ระดับตัวชี้วัดการควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีในผู้ป่วยเบาหวานลดลง ทีม NCD board อำเภอเจริญศิลป์ จึงได้มีการพัฒนาระบบบริการมาอย่างต่อเนื่อง จัดทำแนวทาง การดูแลผู้ป่วยเบาหวานและมีการทบทวนกระบวนการทำงานและ ผู้ป่วยที่ควบคุมได้ดีจัดให้มีการส่งกลับไปรักษาต่อที่ รพ.สต.ใกล้บ้าน เพื่อลดความแออัดและระยะเวลารอคอย ความแออัดของผู้ป่วยมีแนวโน้มลดลง และผลงานตัวชี้วัด ร้อยละผู้ป่วยเบาหวานควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีเพิ่มขึ้นร้อยละ≥๔๐

๔.๒ ทางเลือกในการแก้ไขปัญหา

จากสถานการณ์ดังกล่าว เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวาน ได้มารับบริการตรวจ และรับยาตามนัด อย่างมีประสิทธิภาพ ลดระยะเวลารอคอย ลดการเกิดภาวะแทรกซ้อน ภาวะฉุกเฉินที่จะทำให้เป็นอันตรายต่อชีวิต ผู้ป่วยมีความตระหนักในการดูแลสุขภาพของตนอง มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่จะส่งผลให้มีการควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีขึ้น ทางโรงพยาบาลเจริญศิลป์ จึงได้ปรับแนวทางการดูแลผู้ป่วย เพื่อให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

๔.๓ วัตถุประสงค์

๑.เพื่อให้ผู้ป่วยทราบภาวะสุขภาพของตนเอง

๒.เพื่อให้ผู้ป่วยรับรู้และมีดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ

๓.เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการวางแผน การดูแลรักษาผู้ป่วยอย่างเหมาะสม

๔.๔ ตัวชี้วัด/เป้าหมาย : ร้อยละผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี ร้อยละ ≥๔๐

๔.๕ กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพ

<u>กิจกรรมการพัฒนาระยะที่ ๑</u> เดือน กันยายน ๒๕๖๕ – กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

๑.ประชุมทีมดำเนินงานประกอบด้วย คณะกรรมการงาน NCD คปสอ.เจริญศิลป์ เพื่อหา แนวทางการดูแลผู้ป่วยเบาหวานร่วมกัน

๒.จัดทำแนวทางระบบส่งต่อผู้ป่วยในเครือข่ายผู้ป่วยที่ควบคุมได้ดี ส่งรับยาต่อ รพ.สต ใกล้บ้าน ผู้ป่วยที่ควบคุมไม่ดี ส่งรับยาที่โรงพยาบาล เพื่อลดความแออัด

๓.ผู้ป่วยที่อยู่หมู่บ้านเดียวกัน นัดตรงกัน

๔.จัดทำสัญลักษณ์ปิงปอง ๗ สี แยกตามระดับน้ำตาลคนไข้

๕.จัดเตรียมสื่ออุปกรณ์ ในการให้คำปรึกษา เช่นแนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมคลินก NCD คุณภาพของสป.สช คู่มือแผนการสอนเกี่ยวกับโรค ตัวอย่างอาหาร ภาพพลิก ป้ายสีสัญญาณชีพ

๖.กิจกรรมประเมินระดับน้ำตาลในเลือด ซักประวัติทั่วไป บันทึกในสมุดประจำตัวที่รับยา และประเมินภาวะสุขภาพของตนเองว่าอยู่ปิงปอง สีอะไร รายบุคคล

๗ให้คำปรึกษาตามกลุ่มสี (self health group) โดยทีมเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

-กลุ่มสีเขียว หลังทำกิจกรรมกลุ่มเสร็จเข้ารับการตรวจจากทีมสหวิชาชีพและรับยารับคำแนะนำ

-กลุ่มสีเหลื่องสีส้ม รับการตรวจจากพยาบาลเวชปฏิบัติ และนัดปรับเปลี่ยนสุขภาพต่อไป

-กลุ่มสีแดง ที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลพบพยาบาลจัดการรายกรณีเพื่อส่งต่อแพทย์ได้ตรวจวินิจฉัย ปรับยาตามแผนการรักษาของแพทย์

๘.แบ่งกลุ่มผู้ป่วยให้อสม ประจำตัวดุแลต่อเนื่อง ในชุมชน เพื่อให้ผู้ป่วยตระหนัก เห็นความสำคัญของการควบคุมระดับน้ำตาลและการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง

ผลการดำเนินงาน

การวัดผลและการเปลี่ยนแปลง จากผลการดำเนินงานผู้ป่วยเบาหวานเดือน กันยายน พบระดับน้ำตาลสีเขียวร้อยละ๖๔.๕๘ รองลงมาเป็นสีเหลือง ร้อยละ๒๐.๘๓ เดือน กุมภาพันธ์ สีเขียวร้อยละ๖๘.๗๕ รองลงมาสีเหลืองร้อยละ๒๗.๐๘ และพบว่ามีระดับสีเขียวเพิ่มขึ้นระดับสีแดงมีแนวโน้มลดลง ผลจากการดำเนินการมีสิ่งที่ต้องปรับปรุงดังนี้

ผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ จำนวน ๘๙ ราย ร้อยละ๗๙.๑๗(เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า๘๐ ปี จำนวน ๙ ราย) ทำให้ไม่สามารถจดจำ หรือแปลผลระดับน้ำตาลได้ด้วยตนเอง และต้องพึ่งพาผู้อื่นในการดูแลตนเอง มีการรับรู้การควบคุมอาหารไม่ถูกต้องทั้งชนิดและปริมาณ และความเคยชินในการรับประทานอาหารตาม

ความชอบของตนเอง จึงจำเป็นต้องมีเจ้าหน้าที่และอสม ที่ผ่าการอบรมการพัฒนาศักยภาพในการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในชุมชน แปรผลพร้อมทั้งกระตุ้นติดตามในชุมชน/บ้าน

<u>กิจกรรมการพัฒนาระยะที่ ๒</u> เดือน มีนาคม ๒๕๖๖- มิถุนายน ๒๕๖๖

กระบวนการดำเนินงาน ได้มีการนำปัญหาที่พบในระยะที่๑ มาใช้ในการปรับการดำเนินงานในระยะที่๒ ดังนี้

๑.ประชุมทีมดำเนินงานประกอบด้วย คณะกรรมการงาน NCD คปสอ.เจริญศิลป์ เพื่อหาแนวทาง การดูแลผู้ป่วยร่วมกัน

๒ให้อสม ซึ่งผ่านหลักสูตรการพัฒนาศักยภาพการดูแลผู้ป่วยเบาหวานต่อเนื่องในชุมชนให้ผู้ป่วยตระหนักเห็นความสำคัญของการควบคุมระดับน้ำตาลและการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง

๓.ย้ำกระตุ้นและสร้างความตระหนักให้ผู้ป่วยประเมินภาวะสุขภาพของตนเองว่าอยู่สีอะไรและดำเนินกิจกรรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

๔.ผู้ป่วยที่อยู่หมู่บ้านเดียวกัน นัดตรงกัน ตามเขต รพ.สต. นัดวันให้ตรงกันกับผู้ป่วยที่มีรถยนต์ส่วนตัว หรือมีรถโดยสารเหมาจ่าย เพื่อให้สามารถมารับบริการพร้อมกันได้ ลดค่าใช้จ่าย และเป็นการเตือนกันเมื่อถึงวันนัด

๕..ผู้ป่วยบางส่วนที่มีการเจาะเลือดในหมู่บ้าน ในเขตความรับผิดชอบของแต่ละพื้นที่ ส่งรายชื่อนัดประจำวันล่วงหน้า ให้เจ้าหน้าที่ห้องบัตรคีย์ส่งรายชื่อผู้ป่วยมาที่คลินิกพิเศษโรคเรื้อรัง จัดให้มีการเจาะเลือดผู้ป่วยในหมู่บ้าน ก่อนถึงวันนัด ๑สัปดาห์ คีย์เบิกยาให้คนไข้ ส่งเภสัช จัดยาไว้รอให้คนไข้ พอถึงวันนัด ผู้ป่วยและอสมเดินทางมารับยาที่รพ หรือฝากอสม นำส่งให้ที่บ้าน ช่วงบ่ายตรวจสอบรายชื่อผู้ป่วยขาดนัด และโทรติดตามผู้ป่วย กรณีไม่สามารถโทรติดตามได้ ส่งรายชื่อผู้ป่วยผิดนัดทางไลน์ ncd แจ้งผู้รับผิดชอบงานประจำ รพ.สต. ติดตามผู้ป่วย

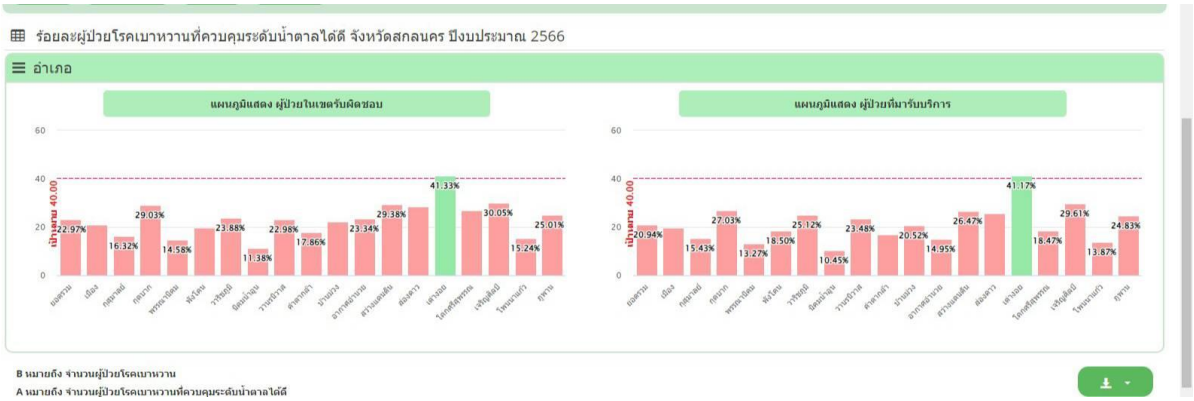
๖.กรณีผู้สูงอายุ ผู้ป่วยติดเตียง ให้ อสม.ใกล้บ้าน เจาะ DTX วัด V/S และให้ญาติมารับยาแทนได้

๗.กรณีติดธุระ ประชาสัมพันธ์ให้มารับบริการล่วงหน้าได้ และแจ้งช่องทางการเลื่อนนัดกรณีติดธุระ

๕. ผลลัพธ์การพัฒนาคุณภาพ

ผลการดำเนินงาน พบร้อยละของผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลได้ดี ในปีงบประมาณ ๒๕๖๔-๒๕๖๕ คิดเป็นร้อยละ ๑๓.๗๗ และ ๑๘.๒๒ ตามลำดับ หลังการพัฒนาระบบการการใช้ปิงปอง๗ สี และเทคนิคแรงจูงใจในการติดตามการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ป่วยเบาหวาน พบว่าร้อยละผู้ป่วยเบาหวานที่มีการควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี ปี ๒๕๖๖ มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ ๓๐.๐๕

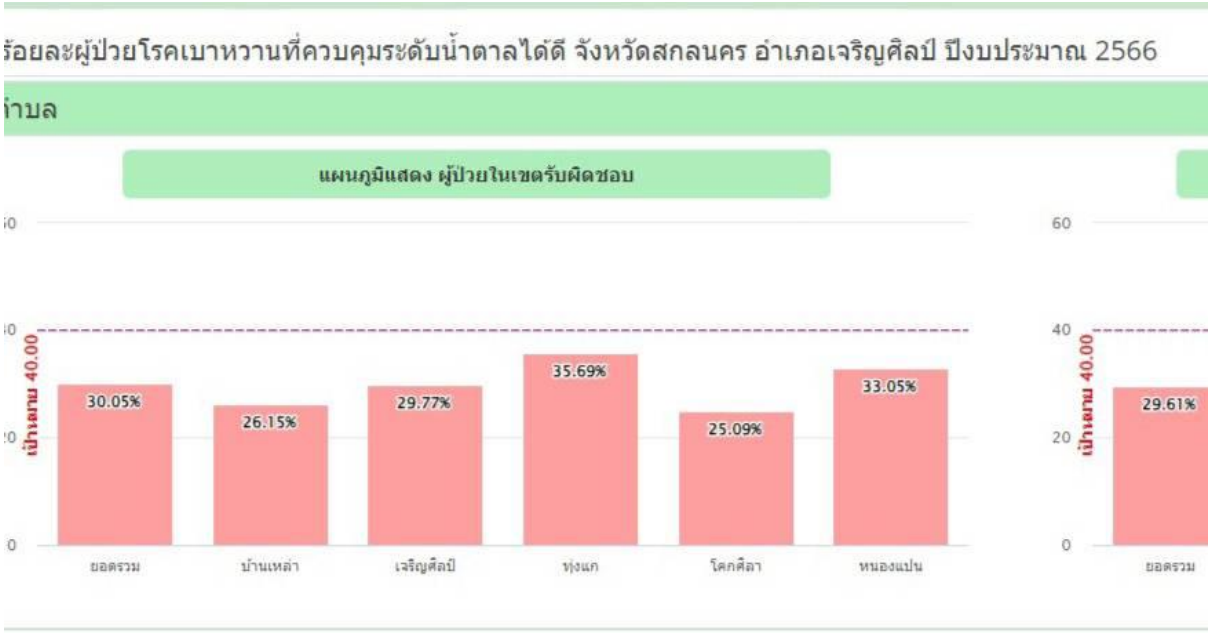
ภาพที่๑กราฟแสดงผลการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดปี๒๕๖๖ในภาพรวมทั้งจังหวัด



กราฟที่๒ กราฟแสดงผลการควบุมระดับน้ำตาลในเลือดย้อนหลัง๕ปีของอำเภอเจริญศิลป์

ร้อยละของผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีเปรียบเทียบ๕ปีที่ผ่านมา พบว่าผู้ป่วยสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีขึ้น

กราฟที่๓ .ร้อยละของผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีปี๒๕๖๖แยกรายรพ.สต



๖. ปัญหา-อุปสรรค และการแก้ไขปัญหาที่ผ่านมา

จากการดำเนินงาน พบว่าปัญหาสำคัญในผุ้ป่วยที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ เป็นเพราะมีการรับรู้การควบคุมอาหารที่ไม่ถูกต้อง ทั้ง ชนิดและปริมาณและความเคยชินในการรับประทานอาหารตามความชอบ ของตนเอง หลังได้ดำเนินกิจกรรมทำให้การรับรู้ภาวะสุขภาพ ทำให้เกิดความตระหนักและร่วมมือวางแผนการดูแลที่สอดคล้องร่วมกับเจ้าหน้าที่และ อสม. และติดตามการขาดนัดคนไข้ที่ไม่มาตามนัดที่ผ่านมา พบว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่ เป็นผู้สูงอายุ ไม่มีโทรศัพท์ และเบอร์โทรศัพท์ ส่วนใหญ่ไม่เป็นปัจจุบัน ได้ประสานห้องบัตรให้สอบถามเบอร์โทรและแก้ไขให้เป็นปัจจุบันทุกครั้งที่ผู้ป่วยมารับบริการ ในพื้นที่พบว่าการติดต่อโดยการโทรติดตามค่อนข้างลำบาก เนื่องจากผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ ไม่ใช้โทรศัพท์ การประสานกับเครือข่ายร่วมกับ อสม.ในการติดตามการดูแลผู้ป่วยจึงมีความสำคัญค่อนข้างมาก เนื่องจากผู้รับผิดชอบงานประจำ รพ.สต.และเครือข่าย อสม.จะรู้บุคคลในพื้นที่ และสามารถติดตามการดูแลผู้ป่วยได้ค่อนข้างดี

๗. ข้อเสนอแนะและโอกาสในการพัฒนา จากผลการดำเนินงานของการใช้ปิงปอง๗ สี ร่วมกับเทคนิคแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ป่วยเบาหวาน พบว่าผู้ป่วยมีการ รับทราบภาวะทางสุขภาพของตนเองที่ดีขึ้นและมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยุ่ในเกณฑ์ปกติ เพิ่มขึ้น จากการดำเนินงานการพัฒนาระบบการดูแลผุ้ป่วยเรื้อรังชิ้นนี้สามารถ นำไปต่อยอดในการจัดทำโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ “กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน”สู้ภัยเบาหวานความดันโลหิตสูง เพื่อให้ผู้ป่วยที่มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ดี เป็นต้นแบบในการช่วยเหลือที่ยังไม่สามารถ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ การดำเนินงาน NCD หากกระบวนการต่างๆ มีครอบครัว ภาคีเครือข่าย เข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลและออกแบบกระบวนการบริการ จะเป็นกุญแจสำคัญให้งานต่างๆ ประสบผลสำเร็จได้ง่ายขึ้น ส่วนทีม NCD ควรมีการพัฒนาให้มีความเชี่ยวชาญ ด้านการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง โอกาสในการพัฒนา จัดให้มีการพัฒนาระบบการส่งต่อข้อมูลแบบ Real time ให้เป็นปัจจุบัน สื่อสารระหว่าง รพ.และ รพ.สต. และมีการจัดระบบดูแลติดตามผู้ป่วยที่ปฏิเสธการรักษา ไม่ยอมมารับบริการที่ รพ./รพ.สต.

๘. การเผยแพร่ผลงาน(ถ้ามี) –

https://charoensinhos.go.th/๒๐๒๓/๐๗/๒๐/%e๐%b๘%๘๑%e๐%b๘%b๔%e๐%b๘%๘๘%e๐%b๘%๘๑%e๐%b๘%a๓%e๐%b๘%a๓%e๐%b๘%a๑%e๐%b๘%๘๑%e๐%b๘%b๒%e๐%b๘%a๓%e๐%b๘%๙e%e๐%b๘%b๑%e๐%b๘%๙๒%e๐%b๘%๙๙%e๐%b๘%b๒%e๐%b๘%๘๔%e๐%b๘%b๘%e๐%b๘%๙๓%e๐%b๘%a๐%e๐%b๘%b๒%e๐%b๘%๙e-cqi/