

แบบเสนอโครงการประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖

คปสอ.เจาะไอร้อง

- (/) โครงการตามแผนยุทธศาสตร์ของหน่วยงาน
- () โครงการตามแผนงานปกติของหน่วยงาน

๑. ชื่อโครงการ ติดตามผู้ป่วยขาดนัดและปรับพฤติกรรมการดูแลตนเองในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน

รหัสโครงการ คปสอ. ๑๓-๖๖-๐๑๐๒-๐๒๐๖-๒๓/๑๓

ประเภทโครงการลักษณะโครงการ

- (/) ภารกิจปกติ
- (/) โครงการใหม่
- () การพัฒนางาน
- () โครงการต่อเนื่อง

๒. ความสอดคล้องกับประเด็นยุทธศาสตร์ของสาธารณสุข

๒.๑ ยุทธศาสตร์ชาติ ระยะ ๒๐ ปี (๔ Excellence) : ยุทธศาสตร์ที่ ๑ : ด้านส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรคและคุ้มครองผู้บริโภค เป็นเลิศ PP & PE Excellence

๒.๒ แผนกระทรวงสาธารณสุข: แผนงานที่ ๓ การป้องกันควบคุมโรคและลดปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพ

๒.๓ เชื่อมโยงกับโครงการหลักของกระทรวง:

- โครงการที่ ๕ โครงการควบคุมโรคและภัยสุขภาพ

๓. ความสอดคล้องกับประเด็นยุทธศาสตร์ของหน่วยงาน

๓.๑ ยุทธศาสตร์จังหวัดนราธิวาสที่ ๒ ส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคให้คนนราธิวาสทุกกลุ่มวัยให้มีสุขภาพดีตามบริบทของพื้นที่

๓.๒ ยุทธศาสตร์หน่วยงานที่ ๒ ส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคให้ประชาชนทุกกลุ่มวัยให้มีสุขภาพดีตามบริบทของพื้นที่

แผนงานหน่วยงานที่ ๖ ประชาชนทุกกลุ่มวัยมีสุขภาพที่ดี เจ็บป่วย และตายด้วยโรคภัย สุขภาพที่ลดลงโดยการมีส่วนร่วมกับภาคีเครือข่ายสุขภาพ

๔. ตัวชี้วัด

- ๔.๑ ร้อยละการติดตามยืนยันส่งสัยป่วยโรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูงมากกว่า ๓๕ ปีขึ้นไป
- ๔.๒ ร้อยละผู้ป่วยเบาหวานได้รับการค้นหาและคัดกรอง CKD ร้อยละ ๙๐
- ๔.๓ ร้อยละผู้ป่วย CKD มีอัตราการลดลงของ eGFR < ๕ ml/min/๑.๗๓ m²/yr
- ๔.๔ ผู้ป่วยโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมระดับน้ำตาลและความดันโลหิตสูงได้ดี
- ๔.๕ อัตราผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองในผู้ป่วยขาดนัด ≤ ๑๐
- ๕.๖ อัตราตายของผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน ชนิด STEMI ≤ ๑๐

หน่วยงานที่รับผิดชอบ.. /

๕.หน่วยงานที่รับผิดชอบ

- งานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง คปสอ.เจาะไอร้อง

๖.ผู้รับผิดชอบหลักของโครงการ

นางพัลลภา นงรัตน์	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	เบอร์โทรศัพท์ ๐๘๙-๕๙๖๔๗๒๕
นางสาวซารีฟาร์ อับดุลชามะ	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	เบอร์โทรศัพท์ ๐๙๑-๐๔๗๑๒๑๗
นางนุรฮาซานี ตาเล๊ะ	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	เบอร์โทรศัพท์ ๐๘๙-๘๗๖๖๐๗๒

๗.หลักการและเหตุผล

โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-communicable diseases) เป็นสาเหตุการเสียชีวิตที่สำคัญของโลกและประเทศไทย จากรายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย โดยการตรวจร่างกายครั้งที่ ๔ (พ.ศ. ๒๕๕๒) และครั้งที่ ๕ (พ.ศ. ๒๕๕๗) ประชากรไทยอายุ ๑๕ ปีขึ้นไป พบว่าความชุกของผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงมีแนวโน้มที่สูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง

จากข้อมูลสถิติHDCจังหวัดนราธิวาส ในปี ๒๕๖๓ -๒๕๖๕ สถานการณ์โรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานมีแนวโน้มผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้นทุกปี ผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ เป็นจำนวน ๑๒๒, ๑๔๔, ๑๖๑ ราย พบผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงป่วยเบาหวานร้อยละ ๑๗.๕๓, ๑๒.๑๑, ๖.๑๓ พบผู้ป่วยสงสัยป่วยเบาหวาน ร้อยละ๑.๖๖, ๑.๔๓, ๐.๘๔ มีผู้ป่วยควบคุมระดับน้ำตาล ร้อยละ ๒๕.๓, ๑๖.๑, ๒๒.๙๔ มีผู้ป่วยขาดน้ำตาลร้อยละ ๐.๕๓, ๐.๑๔, ๑.๒๔ ตามลำดับ ส่งผลให้ผู้ป่วยมีภาวะแทรกซ้อนบริเวณเท้าร้อยละ ๑.๘๘, ๐.๐๘, ๐.๓๑ พบภาวะแทรกซ้อนไต ร้อยละ ๖.๓๔, ๒.๙๓, ๒.๓๑ และผลการคัดกรองโรคความดันโลหิตสูงพบรายใหม่ ๓๒๕, ๓๖๒, ๒๗๙ พบกลุ่มเสี่ยงเป็นความดันโลหิตสูง ๖.๘, ๔.๒๖, ๓.๕๒ พบกลุ่มสงสัยป่วยความดันโลหิตสูง ๒.๔๓, ๑.๘๗, ๑.๘ พบผู้ป่วยขาดน้ำตาลร้อยละ ๒๖.๔๗, ๑๓.๒, ๑๘.๐๒ พบผู้ป่วยมีภาวะแทรกซ้อนหลอดเลือดและสมอง ร้อยละ ๑.๗๓, ๒.๓๗, ๑.๔๒ พบผู้ป่วยที่มีภาวะแทรกซ้อนหลอดเลือดและหัวใจ ร้อยละ ๐.๒๕, ๐.๔, ๐.๔ ตามลำดับ ซึ่งผู้ป่วยส่วนใหญ่ขาดน้ำตาลเป็นเวลานานกว่า ๖ เดือน รวมทั้งมีพฤติกรรมมารับประทานอาหารไม่เหมาะสม เนื่องจากไม่สามารถปฏิบัติตามคำแนะนำเรื่องพฤติกรรมมารับประทานอาหารให้เหมาะกับบริบทตัวเอง

ดังนั้น คปสอ.เจาะไอร้อง จึงสนใจจะจัดทำโครงการติดตามผู้ป่วยขาดน้ำตาลและปรับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองในกลุ่มป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน โดยมุ่งหวังให้ผู้ป่วยสามารถจัดการพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมกับตนเองและบริบทพื้นที่ สามารถลดภาวะเสี่ยงการเกิดโรคแทรกซ้อนจากการเป็นโรคเรื้อรัง และผู้ป่วยที่ขาดน้ำตาลนานเกิน ๖ เดือนสามารถเข้ารับบริการอีกครั้ง

๘.วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน มีการปรับพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม สามารถเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น และสามารถจัดการตนเองได้เมื่อเกิดภาวะฉุกเฉิน
๒. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานในรายชื่อขาดน้ำตาลเข้ารับบริการดูแล
๓. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานมีความพึงพอใจต่อการดำเนินงานและการบริการโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

๙.กลุ่มเป้าหมาย../

๙. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มผู้ป่วยที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและความดันโลหิต จำนวน ๓๐ คน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

1. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ที่มีค่า Systolic BP มากกว่า ๑๘๐ และ Diastolic BP มากกว่า ๑๐๐ หรืออย่างน้อย ค่าใดค่าหนึ่ง
๒. FBS มากกว่า ๓๐๐ mg/dl หรือ HbA๑c มากกว่าหรือเท่ากับ ๑๐

กลุ่มผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและเบาหวานที่ขาดนัด จำนวน 90 คน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

๑. ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงหรือเบาหวานขาดนัดมากกว่า ๖ เดือน

๑๐. ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมาย

ตัวชี้วัด	หน่วยนับ	ค่าเป้าหมาย
ตัวชี้วัดผลผลิต - ร้อยละของกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานได้รับความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสม	ร้อยละ	≥๙๐
ตัวชี้วัดผลลัพธ์ - อัตราผู้ป่วยstroke รายใหม่จากการขาดนัดลดลง จากเดิม	ร้อยละ	๑๐
- อัตราผู้ป่วยSTEMI รายใหม่ลดลง จากเดิม	ร้อยละ	๑๐
- อัตราผู้ป่วยเบาหวานมีภาวะแทรกซ้อนถูกตัดเท้า	ร้อยละ	๑๐

๑๑. ผลกระทบ

เชิงบวก: ผู้ป่วยที่สามารถปรับพฤติกรรมด้านอาหารได้และรับประทานยาอย่างต่อเนื่องไม่ขาดนัดจะสามารถลดภาวะแทรกซ้อนจากโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานได้

เชิงลบ: การดำเนินงานการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นเรื่องยาก เพราะบริบทแต่ละคนไม่เหมือนกัน ส่งผลการดำเนินงานปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทำได้ยาก และความสะดวกของผู้ป่วยแต่ละคนเพื่อมารับยาที่ รพ.ไม่เหมือนกัน

๑๒. สถานที่ดำเนินงาน

โรงพยาบาลเจาะไอร้อง

๑๓. ระยะเวลาดำเนินงาน

ดำเนินการตั้งแต่ เมษายน - กรกฎาคม ๒๕๖๖

๑๔. กลวิธีการดำเนินงาน

ขั้นเตรียมการ

๑. จัดทำแผนปฏิบัติการและการดำเนินงานป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ (โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง)
๒. ประชุมคณะทำงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
๓. เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติ
๔. แจกกลุ่มเป้าหมายในการดำเนินโครงการ
๕. ตรวจสอบรายชื่อผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและเบาหวานที่ขาดนัดและผู้ป่วยที่ไม่สามารถคุมความดันโลหิตสูงและเบาหวานได้
๕. ปรับปรุงและผลิตสื่อการสอน (Plate Method) ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และการติดตามพฤติกรรมสุขภาพ

กิจกรรม

๑. ให้ความรู้การปรับพฤติกรรมมารับประทานอาหาร โดย นักโภชนาการ ภาวะแทรกซ้อนและการดูแลจัดการตนเองเมื่อมีภาวะฉุกเฉิน โดย พยาบาล NCD (กรณีนักโภชนาการไม่อยู่ ก็แทนพยาบาล NCD ฝ่ายเวชฯ/OPD1) รายละเอียดดังนี้
 - ๑.๑ ทุกวันพุธของสัปดาห์ นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูงหรือเบาหวานที่ขาดนัด สัปดาห์ละ ๕๐ คน เพื่อมาเจาะเลือด Screen Lab ประจำปี และให้ความรู้แก่ผู้ป่วยที่ขาดนัด ณ อาคารกลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลเจาะไอร้อง
 - ๑.๒ ทุกวันศุกร์ในสัปดาห์ถัดไป นัดผู้ป่วยมาพบแพทย์และรับยาเพื่อเข้าสู่กระบวนการรักษาใหม่
 - ๑.๓ ติดตามระดับความดันโลหิตสูงและระดับเบาหวานผู้ป่วยใน visit ถัดไปที่แพทย์นัด
๒. ให้ความรู้การปรับพฤติกรรมมารับประทานอาหาร โดย นักโภชนาการ ภาวะแทรกซ้อนและการดูแลจัดการตนเองเมื่อมีภาวะฉุกเฉิน โดย พยาบาล NCD (กรณีนักโภชนาการติดภารกิจ ทดแทนโดยพยาบาล NCD / กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม / OPD) รายละเอียดดังนี้
 - ๒.๑ กิจกรรมในกลุ่มผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมได้ ในคนไข้ทั้งหมด ๓๐ คน ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ที่มีค่า Systolic BP มากกว่า ๑๘๐ mmHg และ Diastolic BP มากกว่า ๑๐๐ mmHg หรืออย่างน้อย ค่าใดค่าหนึ่ง และผู้ป่วยเบาหวาน FBS มากกว่า ๓๐๐ mg/dl หรือ HbA๑c มากกว่า หรือเท่ากับ ๑๐ โดยแบ่งกลุ่มละ 6 คน ทั้งหมด ๕ กลุ่ม นัดผู้ป่วยเข้ากลุ่ม เดือนละ ๑ ครั้ง ในวันศุกร์ เพื่อเข้ากลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แשרประสบการณ์การดูแลตนเอง
 - ๒.๒ ติดตาม FBS ผู้ป่วยเดือนละ ๑ ครั้ง ทุกครั้งที่นัดเข้ากลุ่ม และติดตาม Hba1c ๓ เดือน หลังจากเข้ากลุ่ม

๑๕. งบประมาณ

งบประมาณเงินบำรุงโรงพยาบาลเจาะไอร้อง เป็นเงินทั้งสิ้น ๑๔,๗๒๐ บาท (หนึ่งหมื่นสี่พันเจ็ดร้อยยี่สิบบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดดังนี้

กิจกรรมที่ ๑ ให้ความรู้การปรับพฤติกรรมในคนไข้ขาดนัด

-ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๙๐ คน x ๑ มื้อ x ๕๐ บาท x ๑ วัน

เป็นเงิน ๔,๕๐๐.- บาท

-ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๙๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ มื้อ x ๑ วัน

เป็นเงิน ๔,๕๐๐.- บาท

-ค่าไว้นิลขนาด ๑.๒*๒.๔ เมตร

เป็นเงิน ๗๒๐.- บาท

รวมเป็นเงิน ๙,๗๒๐ บาท (เก้าพันเจ็ดร้อยยี่สิบบาทถ้วน)

กิจกรรมที่ ๒ กิจกรรมในกลุ่มผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมได้

Visit ที่ ๑

-ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๓๐ คน x ๑ มื้อ x ๕๐ บาท x ๑ วัน

เป็นเงิน ๑,๕๐๐.- บาท

-ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๓๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ มื้อ x ๑ วัน

เป็นเงิน ๑,๕๐๐.- บาท

Visit ที่ ๒

-ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๓๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ มื้อ x ๑ วัน

เป็นเงิน ๑,๕๐๐.- บาท

-ค่าอุปกรณ์กิจกรรม

เป็นเงิน ๕๐๐.- บาท

รวมเป็นเงิน ๕,๐๐๐ - บาท (ห้าพันบาทถ้วน)

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๔,๗๒๐ บาท (หนึ่งหมื่นสี่พันเจ็ดร้อยยี่สิบบาทถ้วน)

หมายเหตุ จำนวนกลุ่มเป้าหมายและค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถ่วงเฉลี่ย


๑๖. การประเมินผล

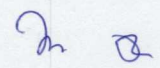
ประเมินผล: ประเมินผลคนไข้ HT , DM


๑๗. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน มีการปรับพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม สามารถเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น และสามารถจัดการตนเองได้เมื่อเกิดภาวะฉุกเฉิน

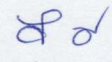
๑๘. ผู้เสนอโครงการ


(นางสาวชาร์ฟาร์ อับดุลซามะ)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

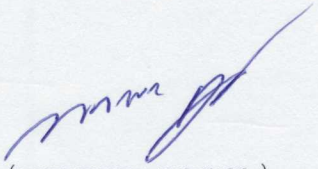

(นางนุรฮาซานี ตาเล๊ะ)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการงาน


(นางพัลลภา นงรัตน์)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

๑๙. ผู้เห็นชอบโครงการ


(นางลีนี นวนเปียน)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

๒๐. ผู้ขออนุมัติโครงการ


(นายมาหามะ เมาะมูลา)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลรือเสาะ รักษาการในตำแหน่ง
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเจาะไอร้อง

๒๐. ผู้อนุมัติโครงการ

อนุมัติโครงการติดตามผู้ป่วยขาดนัดและปรับพฤติกรรมสุขภาพกลุ่มผู้ป่วยที่ควบคุมความดันโลหิต และน้ำตาลในเลือดไม่ได้ เป็นจำนวนเงิน รวมเป็นเงิน ๑๔,๗๒๐ บาท (หนึ่งหมื่นสี่พันเจ็ดร้อยยี่สิบบาทถ้วน) จากเงินบำรุงโรงพยาบาลเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส

แผนการดำเนินงาน ติดตามผู้ป่วยขาดนัดและปรับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวาน
อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

กิจกรรม	ปี ๒๕๖๕			ปี ๒๕๖๖									
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	
ขั้นตอนเตรียมการ ๑. จัดทำแผนปฏิบัติการและการดำเนินงานป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ (โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง) ๒. ประชุมคณะทำงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ๓. เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติ ๔. แต่งกลุ่มเป้าหมายในการดำเนินงาน ๕. ตรวจสอบรายชื่อผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและเบาหวานที่ขาดนัดและผู้ป่วยที่ไม่สามารถควบคุมความดันและเบาหวานได้ ๕. ปรับปรุงและผลิตสื่อการสอน (Plate Method) ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และการติดตามพฤติกรรมสุขภาพ	↔												
กิจกรรมที่ ๑ ให้ความรู้การปรับพฤติกรรมการรับประทานอาหาร โดย นักโภชนาการ ภาวะแทรกซ้อนและการดูแลจัดการตนเองเมื่อมีภาวะฉุกเฉิน								↔					
กิจกรรมที่ ๒ ให้ความรู้การปรับพฤติกรรมการรับประทานอาหาร โดย นักโภชนาการ ภาวะแทรกซ้อนและการดูแลจัดการตนเองเมื่อมีภาวะฉุกเฉิน								↔					
ขั้นตอนติดตามและประเมินผลโครงการ								↔					



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลเจาะไอร้อง

ที่ นธ ๐๐๓๓.๑๓๐๕/ ๑๒๖

วันที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอเปลี่ยนแปลงจำนวนวันอบรม

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเจาะไอร้อง

ด้วย กลุ่มงานพยาบาล โรงพยาบาลเจาะไอร้อง กำหนดจัดทำโครงการติดตามผู้ป่วยขาดนัดและปรับพฤติกรรมการดูแลตนเองในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน นั้น

ในการนี้ ข้าพเจ้านางสาวซารีฟาร์ อับดุลซามะ ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ จึงขอจัดโครงการอบรมดังกล่าว ในกิจกรรมที่ ๑ อบรมให้ความรู้การปรับพฤติกรรมในคนไข้ขาดนัด จำนวน ๙๐ คน แต่สถานที่ในการจัดทำโครงการไม่สามารถรองรับผู้เข้าร่วมอบรมได้ทั้งหมด ๙๐ วัน จึงขอแบ่งกลุ่มผู้ป่วยเป็น ๒ วัน วันละ ๔๕ คน รวมทั้งหมด ๙๐ คน

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

๗

๘

(นางสาวซารีฟาร์ อับดุลซามะ)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเจาะไอร้อง
เพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ

๘

(นางสินี นวนเปียน)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

อนุมัติ

(นายมาหะมะ เมาะมูลา)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลรือเสาะ รักษาการในตำแหน่ง
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเจาะไอร้อง

กำหนดการกิจกรรม

ให้ความรู้การปรับพฤติกรรมการรับประทานอาหาร ภาวะแทรกซ้อนและการดูแลตนเองเมื่อมีภาวะฉุกเฉิน

ในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานที่ควบคุมไม่ได้

ตามโครงการติดตามผู้ป่วยขาดนัดและปรับพฤติกรรมการดูแลตนเอง

ในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน

อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

วันที่ ๓ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ณ ห้องประชุมพริศศ โรงพยาบาลเจาะไอร้อง

เวลา ๐๘.๓๐ น. - ๐๙.๐๐ น.

ลงทะเบียน

เวลา ๐๙.๐๐ น. - ๐๙.๓๐ น.

เปิดพิธีการอบรม

เวลา ๐๙.๓๐ น. - ๑๐.๓๐ น.

ซึ่งนำหนัก วัตรอบเอา วัดความดันโลหิตสูง และเจาะเลือด
ปลายนิ้วในกลุ่มผู้ป่วย

เวลา ๑๐.๓๐ น. - ๑๐.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา ๑๐.๔๕ น. - ๑๒.๐๐ น.

ให้ความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการรับประทานอาหาร
โดยนักโภชนาการ

เวลา ๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น.

รับประทานอาหารกลางวัน

เวลา ๑๓.๐๐ น. - ๑๔.๓๐ น.

ให้ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานยา พร้อมกับแชร์ประสบการณ์

เวลา ๑๔.๓๐ น. - ๑๔.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา ๑๔.๔๕ น. - ๑๖.๐๐ น.

ให้ความรู้ภาวะแทรกซ้อนและการดูแลจัดการตนเอง
เมื่อมีภาวะฉุกเฉิน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้ป่วยที่มีภาวะแทรกซ้อน

หมายเหตุ : กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงเพื่อความเหมาะสม

กำหนดการกิจกรรม

ให้ความรู้การปรับพฤติกรรมมารับประทานอาหาร ภาวะแทรกซ้อนและการดูแลตนเองเมื่อมีภาวะฉุกเฉิน

ในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานที่ควบคุมไม่ได้

ตามโครงการติดตามผู้ป่วยขาดนัดและปรับพฤติกรรมดูแลตนเอง

ในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน

อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

วันที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ณ ห้องประชุมพริศ โรงพยาบาลเจาะไอร้อง

เวลา ๐๘.๓๐ น. - ๐๙.๐๐ น.

ลงทะเบียน

เวลา ๐๙.๐๐ น. - ๑๐.๐๐ น.

ชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว วัดความดันโลหิตสูง และเจาะเลือด

ปลายนิ้วในคนไข้

เวลา ๑๐.๐๐ น. - ๑๐.๑๕ น.

พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา ๑๐.๑๕ น. - ๑๒.๐๐ น.

ให้ผู้ป่วยเข้ากลุ่ม แשרประสบการณ์ของผู้ป่วยหลังจากรับฟังความรู้

หมายเหตุ : กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงเพื่อความเหมาะสม