โครงการ **อยู่อย่างเป็นสุข ไม่ทุกข์กับเบาหวาน ความดัน** ปี๒๕๖๓

หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง นับเป็นปัญหาการเจ็บป่วยที่สำคัญและนำมาซึ่งความทุกข์ การสูญเสียทรัพยากรในการดูแลรักษา มีผลกระทบทั้งต่อผู้ป่วยเองและ ผู้ดูแล ค่ารักษาพยาบาลค่าใช้จ่ายในครอบครัว เนื่องจากมีอาการป่วยเรื้อรังเป็นเวลานาน ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ บางรายอาจมีภาวะแทรกซ้อนร้ายแรง เช่น แผลเรื้อรังซึ่งนำไปสู่การตัดอวัยวะได้ ปัญหาเรื่องการมองเห็นจากเบาหวานขึ้นจอประสาทตา ไตวาย หลอดเลือดสมองตีบหรือแตกซึ่งนำไปสู่การเป็นอัมพฤกษ์ อัมพาตได้ และหลอดเลือดหัวใจตีบ จากสถานการณ์ปัจจุบันพบว่ามี จำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวาน เพิ่มมากขึ้น อัตราการเกิดผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ของอำเภอหนองม่วงเทียบต่อแสนประชากร พบว่า ปี ๒๕๕๘=๑๙๔.๕๑ ปี ๒๕๕๙ = ๑๐๒.๐๖ ปี ๒๕๖๐ = ๑๘๖.๖๙ ปี ๒๕๖๑ = ๓๕๙.๙๐ ปี ๒๕๖๒ = ๔๐๙.๗ และ อัตราการเกิดผู้ป่วยความดันโลหิตสูงราย ๒๕๕๘ = ๓๔๒.๕๘ ปี ๒๕๕๙ = ๒๓๖.๒๑ ปี ๒๕๖๐ = ๓๕๐.๗๕ ปี ๒๕๖๑ = ๘๗๑.๙๖ ปี ๒๕๖๒ = ๘๙๖.๐๔ ถึงแม้ว่าโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง จะก่อให้เกิดความสูญเสียและความรุนแรงต่อสุขภาพและมีผลต่อภาวะเศรษฐกิจของผู้ป่วย ไม่มีโอกาสที่จะหายขาดเป็นปกติได้ แต่ผู้ป่วยสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขเหมือนกับคนปกติทั่วไป ถ้ามีการดูแลสุขภาพตนเอง เอาใจใส่ สนใจปฏิบัติตัวในการควบคุมระดับน้ำตาล ระดับความดัน รับประทานยาตามแพทย์สั่ง มาตรวจตามนัด รับการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนประจำปี ก็จะช่วยลดการเกิดภาวะแทรกซ้อน รวมถึงได้รับการแก้ไขภาวะแทรกซ้อนกรณีเกิดขึ้นแล้ว โดยอาศัยความร่วมมือกันระหว่างเจ้าหน้าที่ ผู้ป่วยและผู้ดูแลเพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์

๑ เพื่อลดอัตราการเกิดผู้ป่วยเบาหวาน / ความดันโลหิตสูงรายใหม่

๒ เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงได้รับการดูแลตามมาตรฐานการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ความดัน

๓ เพื่อค้นหาและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง โดยการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ด้วยการตรวจจอประสาทตา ตรวจภาวการทำงานของไต ตรวจการเสื่อมของปลายประสาทโดยการตรวจเท้า ตรวจประเมินหัวใจและหลอดเลือด คัดกรองภาวะซึมเศร้า

๔ เพื่อสร้างความตระหนักให้ประชาชนใส่ใจดูและสุขภาพของตนเองมากขึ้น

๕ เพื่อสนับสนุนการดูแลรักษาและให้บริการที่เหมาะสมกับกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วย

๖ เพื่อให้ผู้ป่วยที่มีภาวะแทรกซ้อนได้รับการส่งต่อดูแลรักษาที่ถูกต้องและเหมาะสม

๗ มีระบบข้อมูลข่าวสารที่เป็นปัจจุบันเพื่อให้ประชาชนสามารถทราบข้อมูลการเจ็บป่วย

เป้าหมาย

๑ กลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวนประมาณ ๑,๙๑๔ คน

๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง จำนวนประมาณ ๔,๗๙๙ คน

๓ กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง จำนวนประมาณ ๑๕๐ คน

๔ ทีมเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงอำเภอหนองม่วงจำนวน ๒๕ คน

ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

๑ อัตราการเกิดผู้ป่วยเบาหวาน / ความดันโลหิตสูงรายใหม่ลดลง

๒ อัตราการคัดกรองภาวะแทรกซ้อนผ่านเกณฑ์

วิธีดำเนินการ

๑. สร้างเสริมสุขภาพแก่ประชาชน โดยการจัดทำสื่อเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการเกิดโรค , ให้ความรู้เรื่องการบริโภคเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรค ,จัดกิจกรรม ลด ละ เลิกบุหรี่ สุรา , จัดกิจกรรมเชิญชวนการออกกำลังกาย

๒. คัดกรองค้นหากลุ่มเสี่ยงเบาหวาน/ความดัน โดยการจัดทำสมุดคู่มือติดตามผลกลุ่มเสี่ยง พร้อมทั้งติดตามผลเป็นระยะทุก ๖ เดือน , ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงเบาหวาน/ความดัน

๓. พัฒนาเจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้เป็นต้นแบบในการดูแลสุขภาพ ดูแลกลุ่มเสี่ยง เลี่ยงเกิดโรค โดยตรวจระดับน้ำตาล ความดัน ไขมัน ในกลุ่มเสี่ยงที่เข้าร่วมโครงการ , ตั้งกลุ่มhealth leader กลุ่มไขมันสูง และมีการติดตามผล ทุก ๓ เดือน

๔. ค้นหาเบาหวานในเด็กอ้วน มีการเจาะ dtx ถ้าสงสัยป่วย confirm fbs – ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดเสี่ยง ลดโรค

๕. ส่งเสริม สนับสนุน และผลักดันให้ชุมชน/ ท้องถิ่นมีการจัดสิ่งแวดล้อมในชุมชน

๖. จัดระบบบริการที่กลุ่มเสี่ยงต่างๆสามารถเข้าถึงได้ง่ายได้แก่ จัดตั้งคลีนิกอดบุหรี่ สุรา ในโรงพยาบาล, จัดตั้งคลินิกให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิต, จัด mobile unit เพื่อให้บริการเชิงรุกต่างๆ

๗. พัฒนาการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน/ความดัน โดย จัดสื่อความรู้ที่ดูง่าย, จัดทำสมุดประจำตัวผู้ป่วย,จัดทำสติ๊กเกอร์ชวนมองคัดกรองหรือยัง

๘. จัดทำนวัตกรรมการฉีดอินสุลิน

๙. จัดมหกรรมสุขภาพคัดกรองภาวะแทรกซ้อนผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูงโดยแบ่งเป็นฐาน มีฐานวัดสัญญาณชีพ โดยเจ้าหน้าที่ รพ.สต. ฐานตรวจตา โดยพยาบาลที่ผ่านการอบรมใช้กล้อง fundus camera ฐานตรวจเท้า โดยพยาบาลที่ผ่านการอบรมการตรวจเท้า ฐานประเมิน CVD RISK โดยพยาบาลวิชาชีพ ฐานประเมินภาวะซึมเศร้าโดยนักจิตวิทยา ฐานตรวจฟันโดยทันตาภิบาล

๑๐.จัดอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มป่วยเบาหวาน/ความดันที่พบ cvd risk > ร้อยละ ๓๐

๑๒. มีการติดตามเยี่ยมบ้านในผู้ป่วย uncontrol โดยทีมสหวิชาชีพ

๑๓. มีการอบรมพัฒนาศักยภาพเจ้าหน้าที่ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน/ความดัน

๑๔. พัฒนางานข้อมูลเบาหวาน/ความดัน

๑๕. มีทีมแพทย์ เภสัชกร พยาบาลวิชาชีพ ออกตรวจที่ รพ.สต. เพื่อปรับยาและแนะนำการใช้ยาที่ถูกต้อง รพสต.ขนาดใหญ่ ๒ ครั้ง/ปี ขนาดเล็ก ๑ ครั้ง/ปี รวม ๙ ครั้ง

๑๖. โครงการลดยาความดันในกลุ่มที่ใช้ยาความดันมากกว่า ๓ ชนิด

๑๗. โครงการวัดความดันที่บ้าน (home bp) ในกลุ่มที่สงสัยป่วยรายใหม่ และกลุ่มป่วย uncontrol

๑๘. โครงการเฝ้าระวังกลุ่ม pre dm ในผู้ป่วย HT

๑๙. จัดทำกล่อง magic box สำหรับผู้ป่วย hypoglycemia เพื่อลดการ re admit และผู้ป่วยเบาหวานที่ให้ประวัติมีภาวะหวิว ๆใจสั่นบ่อย

ระยะเวลาการดำเนินการ

ตุลาคม ๒๕๖๒ - กันยายน ๒๕๖๓

งบประมาณ

งบประมาณกองทุนส่งเสริมและป้องกันโรค PPA

๑. ค่าอบรมในพัฒนาศักยภาพเจ้าหน้าที่ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน/ความดัน จำนวน ๔ คน x ๒,๕๐๐ บาท เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐บาท

ค่าวัสดุสำนักงานในการจัดทำสมุดประจำตัวผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ๒๐๐๐ เล่ม เล่มละ ๑๐ บาท เป็นเงิน ๒๐,๐๐๐ บาท

๒. จัดทำสติ๊กเกอร์ชวนมองคัดกรองแล้วหรือยัง เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท

๓. จัดทำคู่มือติดตามกลุ่มเสี่ยง ๔๐๐ ชุด เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท

๔. จัดทำสื่อเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการเกิดโรค เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท

๕. จัดทำป้ายมุมวัดความดันโลหิต เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท

๖. ค่าอาหารว่างในการนิเทศติดตาม health leader กลุ่มไขมันสูง ๑๕คนx๓ครั้ง เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท

๗. ค่าวัสดุในการจัดทำสมุดคู่มือกลุ่มเสี่ยงในเจ้าหน้าที่ เป็นเงิน ๒๐๐ บาท

๘. ค่าวัสดุวิทยาศาสตร์ทางการแพทย์ในการค้นหาเบาหวานในเด็กอ้วน จำนวน ๒๐คนx๕๐บาท เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท

๙. ค่าอาหารว่างในการจัดกิจกรรมอบรมเด็กอ้วน จำนวน ๒๐ คนx๒๕บาทx๓ครั้ง เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท

๑๐. ค่าอาหารและอาหารว่างเจ้าหน้าที่ในกิจกรรมมหกรรมสุขภาพคัดกรองภาวะแทรกซ้อนเบาหวาน ๒ ครั้ง / แห่ง ๗ รพ.สต. และ ๑ pcu . (เหมาจ่ายไม่เกิน ๑๐๐ บาท / คน) แห่งละประมาณ ๒๐ คน x ๘ แห่ง x ๒ ครั้ง เป็นเงิน ๓๒,๐๐๐ บาท

๑๑. ค่าอาหารและอาหารว่างในการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ความดันสูงที่ cvd risk score พบเสี่ยงสูงมาก สูงอันตรายประมาณ ๑๕ คน x ๗๕ บาท x ๒ ครั้ง เป็นเงิน ๒,๒๕๐ บาท

๑๒. ค่าพัฒนาการจัดการระบบข้อมูล DM/HT ระดับเครือข่ายอำเภอ เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท

๑๓. ค่าวัสดุวิทยาศาสตร์ในการตรวจ microalbumin กล่องละ ๑๘๕๐ x ๔๐ เป็นเงิน ๗๔,๐๐๐ บาท

๑๔. ค่าสนับสนุนสื่อความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท

๑๕. ค่าจ้างเหมาในการคัดกรองภาวะแทรกซ้อนทางเท้าเบื้องต้น ๓๓ ครั้ง x ๑๕๐ บาท เป็นเงิน ๔,๙๕๐ บาท

๑๖. ค่าวัสดุในการจัดทำ นวัตกรรม ในการฉีดอินสุลิน ๕๐ ชิ้น x ๒๐ บาท เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท

๑๗. ค่าอาหารและอาหารว่างในการจัดอบรม โครงการ review การฉีดอินสุลิน ๕๐ น x ๗๕ บาท เป็นเงิน ๓,๗๕๐ บาท

๑๘. ค่าอาหารทีมแพทย์ เภสัชกร พยาบาลออกตรวจผู้ป่วยที่รพสต. รวม ๙ ครั้ง (รพสต.ขนาดใหญ่ ๒ ครั้ง/ปี ขนาดเล็ก ๑ ครั้ง/ปี) รวม ๙ ครั้ง ครั้งละ ๗๐๐ บาท ๙ x ๗๐๐ เป็นเงิน ๖,๓๐๐ บาท

๑๙.ค่าจ้างเหมาอ่านภาพถ่ายจอประสาทตาในผู้ป่วยเบาหวาน คนละ ๓๐ บาท จำนวน ๑๒๐๐ คน
เป็นเงิน ๓๖,๐๐๐ บาท

๒๐.ค่าอาหารว่างในการประชุมคณะทำงาน ncd borad (๒๐x๒๕)x๓ ครั้ง เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๒๑๔,๔๕๐ บาท

หมายเหตุ งบประมาณ สามารถถัวเฉลี่ยได้ในวงเงินงบเดียวกัน

ผู้รับผิดชอบโครงการ

๑ นางณัฐภัค นามมุงคุณ
๒ นางบงกช ฉิมธนู
๓ นางสาวพรศิริ แซมพิกุล
๓ นายทินภัทร ทองมั่น

การประเมินผล

๑ แบบคัดกรองกลุ่มเสี่ยง / แบบส่งต่อผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงมาพบแพทย์
๒ รายงานผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่
๓ ผลการตรวจระดับน้ำตาล / HbA๑C / ระดับความดัน
๔ ผลการตรวจตาด้วยกล้อง fundus camera
๕ แบบรายงานการตรวจคัดกรองเท้า
๖ ผลการตรวจ CR / urine albumin / micro albumin
๗ แบบประเมิน thai cvd risk score

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. กลุ่มเสี่ยงป่วยเบาหวาน / ความดันโลหิตสูงได้รับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และให้ความสำคัญในการดูแลสุขภาพตนเอง มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม ไม่กลายเป็นผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันสูง
๒. กลุ่มป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูงได้รับคำแนะนำในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และให้ความสำคัญในการดูแลสุขภาพตนเอง มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม สามารถควบคุมระดับน้ำตาล /ระดับความดันได้ดี ไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน และสามารถปฏิบัติตนได้เมื่อเกิดภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลัน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ต่อ)

น้ำตาล /ระดับความดันได้ดี ไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน และสามารถปฏิบัติตนได้เมื่อเกิดภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลัน

๓.กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน / ความดันสูง ได้รับการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนตามเกณฑ์

๔.ผู้ป่วยที่พบภาวะแทรกซ้อนได้รับการส่งต่อเพื่อการรักษาที่ถูกต้องเหมาะสม

ผู้เขียนโครงการ

(นางณัฐภัค นามมุงคุณ)
ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้เสนอโครงการ

(นายทินภัทร ทองมั่น)
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
ผู้รับผิดชอบงานแผนพัฒนายุทธศาสตร์
เครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอหนองม่วง

ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายสมบูรณ์ ดำบำ)
สาธารณสุขอำเภอหนองม่วง
รองประธานเครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอหนองม่วง

ผู้อนุมัติโครงการ

(นายเกรียงไกร ค้ำคูณ)
นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลหนองม่วง
ประธานเครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอหนองม่วง

ผังควบคุมกำกับการดำเนินงาน โครงการ อยู่อย่างเป็นสุข ไม่ทุกข์กับเบาหวาน ความดัน ปี ๒๕๖๓
งาน โรคเรื้อรัง

ลำดับ	กิจกรรม	พ.ศ.๒๕๖๒			พ.ศ.๒๕๖๓									ผู้รับผิดชอบ
		ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	
๑	จัดอบรมปรับเปลี่ยนผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันสูงที่ CVD >๓๐ %				→	→								ณัฐภัค
๒	อบรมโครงการ review การฉีดอินสุลิน				→	→								ณัฐภัค
๓	จัดมหกรรมตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนผู้ป่วยเบาหวาน			→	→	→	→	→	→	→	→			ณัฐภัค
๔	ทีมแพทย์ เภสัชกรออกตรวจปรับยาผู้ป่วยที่รับยารพสต.			→	→	→	→	→	→	→	→			ณัฐภัค
๕	อบรมโครงการเด็กอ้วน ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดเสี่ยง ลดโรค						→							ณัฐภัค