

หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง นับเป็นปัญหาการเจ็บป่วยที่สำคัญและนำมาซึ่งความทุกข์ การสูญเสียทรัพยากรในการดูแลรักษา มีผลกระทบต่อผู้ป่วยเองและ ผู้ดูแล ค่ารักษาพยาบาลค่าใช้จ่ายในครอบครัว เนื่องจากมีอาการป่วยเรื้อรังเป็นเวลานาน ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ บางรายอาจมีภาวะแทรกซ้อนร้ายแรง เช่น แผลเรื้อรังซึ่งนำไปสู่การตัดอวัยวะได้ ปัญหาเรื่องการมองเห็นจากเบาหวานขึ้นจอประสาทตา ไตวาย หลอดเลือดสมองตีบหรือแตกซึ่งนำไปสู่การเป็นอัมพฤกษ์ อัมพาตได้ และหลอดเลือดหัวใจตีบ จากสถานการณ์ปัจจุบันพบว่า มี 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 จะก่อให้เกิดความสูญเสียและความรุนแรงต่อสุขภาพ และมีผลต่อภาวะเศรษฐกิจของผู้ป่วย ไม่มีโอกาสที่จะหายขาด เป็นปกติได้ แต่ผู้ป่วยสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขเหมือนกับคนปกติทั่วไป ถ้ามีการดูแลสุขภาพตนเอง เอาใจใส่ สนใจปฏิบัติตัวในการควบคุมระดับน้ำตาล ระดับความดัน รับประทานยาตามแพทย์สั่ง มาตรฐานตามนัด รับการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนประจำปี ก็จะช่วยลดการเกิดภาวะแทรกซ้อน รวมถึงได้รับการแก้ไขภาวะแทรกซ้อนกรณีเกิดขึ้นแล้ว โดยอาศัยความร่วมมือกันระหว่างเจ้าหน้าที่ ผู้ป่วยและผู้ดูแลเพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อลดอัตราการเกิดผู้ป่วยเบาหวาน / ความดันโลหิตสูงรายใหม่
๒. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงได้รับการดูแลตามมาตรฐานการดูแลผู้ป่วย
๓. เพื่อค้นหาและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง โดยการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ด้วยการตรวจจอประสาทตา ตรวจการทำงานของไต ตรวจการเสื่อมของปลายประสาทโดยการตรวจเท้า ตรวจประเมินหัวใจและหลอดเลือด คัดกรองภาวะซึมเศร้า
๔. เพื่อสร้างความตระหนักให้ประชาชนใส่ใจดูแลและสุขภาพของตนเองมากขึ้น
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. ทีมเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงอำเภอหนองม่วงจำนวน๒๕ คน

ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

๑. อัตราการเกิดผู้ป่วยเบาหวาน / ความดันโลหิตสูงรายใหม่ลดลง
๒. อัตราการคัดกรองภาวะแทรกซ้อนผ่านเกณฑ์

วิธีดำเนินการ

๑. สร้างเสริมสุขภาพแก่ประชาชน โดยการจัดทำสื่อเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการเกิดโรคให้ความรู้เรื่องการบริโภคเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรค จัดกิจกรรม ลด ละ เลิกบุหรี่ สุรา , จัดกิจกรรมเชิญชวนการออกกำลังกาย
๒. คัดกรองค้นหากลุ่มเสี่ยงเบาหวาน/ความดันโดยการจัดทำสมุดคู่มือติดตามผลกลุ่มเสี่ยงพร้อมทั้งติดตามผล เป็นระยะทุก ๖ เดือน , ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงเบาหวาน/ความดัน
๓. พัฒนาเจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้เป็นต้นแบบในการดูแลสุขภาพ ดูแลกลุ่มเสี่ยง เลี่ยงเกิดโรค โดยตรวจระดับน้ำตาล ความดัน ไขมัน ในกลุ่มเสี่ยงที่เข้าร่วมโครงการ , ตั้งกลุ่ม health leader กลุ่มไขมันสูง และมีการติดตามผล ทุก ๓ เดือน
๔. ค้นหาเบาหวานในเด็กอ้วน มีการเจาะ dtx ถ้าสงสัยป่วย confirm fbs - ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดเสี่ยง ลดโรค
๕. ส่งเสริม สนับสนุน และผลักดันให้ชุมชน/ ท้องถิ่นมีการจัดสิ่งแวดล้อมในชุมชน
๖. จัดระบบบริการที่กลุ่มเสี่ยงต่างๆสามารถเข้าถึงได้ง่ายได้แก่ จัดตั้งคลินิกอดบุหรี่ สุรา ในโรงพยาบาล, จัดตั้งคลินิกให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิต, จัด mobile unit เพื่อให้บริการเชิงรุกต่างๆ
๗. พัฒนาการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน/ความดัน โดย จัดสื่อความรู้ที่ดูง่าย, จัดทำสมุดประจำตัวผู้ป่วย, จัดทำสติ๊กเกอร์ชวนมองคัดกรองหรือยัง
๘. จัดทำนวัตกรรมการฉีดอินซูลิน
๙. จัดมหกรรมสุขภาพคัดกรองภาวะแทรกซ้อนผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูงโดยแบ่งเป็นฐาน มีฐานวัด สัญญาณชีพ โดยเจ้าหน้าที่ รพ.สต. ฐานตรวจตา โดยพยาบาลที่ผ่านการอบรมใช้กล้อง fundus camera ฐานตรวจเท้า โดยพยาบาลที่ผ่านการอบรมการตรวจเท้า ฐานประเมิน CVD RISK โดยพยาบาลวิชาชีพฐานประเมินภาวะซึมเศร้าโดยนักจิตวิทยา ฐานตรวจฟันโดยทันตภิบาล
๑๐. จัดอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันที่พบ cvd risk > ร้อยละ ๓๐
๑๑. มีการติดตามเยี่ยมบ้านในผู้ป่วย uncontrol โดยทีมสหวิชาชีพ
๑๒. มีการอบรมพัฒนาศักยภาพเจ้าหน้าที่ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน/ความดัน
๑๓. พัฒนางานข้อมูลเบาหวาน/ความดัน
๑๔. มีทีมแพทย์ เภสัชกร พยาบาลวิชาชีพ ออกตรวจที่ รพ.สต. เพื่อปรับยาและแนะนำการใช้ยาที่ถูกต้อง รพ.สต.ขนาดใหญ่ ๒ ครั้ง/ปี ขนาดเล็ก ๑ ครั้ง/ปี รวม ๙ ครั้ง
๑๕. โครงการลดยาความดันในกลุ่มที่ใช้ยาความดันมากกว่า ๓ ชนิด
๑๖. โครงการวัดความดันที่บ้าน (home bp) ในกลุ่มที่สงสัยป่วยรายใหม่ และกลุ่มป่วย uncontrol
๑๗. โครงการเฝ้าระวังกลุ่ม pre dm ในผู้ป่วย HT
๑๘. จัดทำกล่อง magic box สำหรับผู้ป่วย hypoglycemia เพื่อลดการ re admit และผู้ป่วยเบาหวานที่ให้อาหารที่มีภาวะหิว ๆ ใจสั้นบ่อย

ระยะเวลาการดำเนินการ

ตุลาคม ๒๕๖๒ - กันยายน ๒๕๖๓

งบประมาณ

งบประมาณกองทุนส่งเสริมและป้องกันโรค PPA

- ๑. ค่าอบรมในพัฒนาศักยภาพเจ้าหน้าที่ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน/ความดัน จำนวน ๔ คน x ๒,๕๐๐ บาท
รวมเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท
- ค่าวัสดุสำนักงานในการจัดทำสมุดประจำตัวผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ๒๐๐๐ เล่ม เล่มละ ๑๐ บาท
รวมเงิน ๒๐,๐๐๐ บาท
- ๒. จัดทำสติ๊กเกอร์ชวนมองคัดกรองแล้วหรือยัง
รวมเงิน ๑,๐๐๐ บาท
- ๓. จัดทำคู่มือติดตามกลุ่มเสี่ยง ๔๐๐ ชุด
รวมเงิน ๑,๐๐๐ บาท
- ๔. จัดทำสื่อเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการเกิดโรค
รวมเงิน ๒,๐๐๐ บาท
- ๕. จัดทำป้ายมุมวัดความดันโลหิต
รวมเงิน ๕,๐๐๐ บาท
- ๖. ค่าอาหารว่างในการนิเทศติดตาม health leader กลุ่มไขมันสูง ๑๕คนx๓ครั้ง
รวมเงิน ๑,๐๐๐ บาท
- ๗. ค่าวัสดุในการจัดทำสมุดคู่มือกลุ่มเสี่ยงในเจ้าหน้าที่
รวมเงิน ๒๐๐ บาท
- ๘. ค่าวัสดุวิทยาศาสตร์ทางการแพทย์ในการค้นหาเบาหวานในเด็กอ้วน จำนวน ๒๐คนx๕๐บาท
รวมเงิน ๑,๐๐๐ บาท
- ๙. ค่าอาหารว่างในการจัดกิจกรรมอบรมเด็กอ้วน จำนวน ๒๐ คนx๒๕บาทx๓ครั้ง
รวมเงิน ๑,๕๐๐ บาท
- ๑๐. ค่าอาหารและอาหารว่างเจ้าหน้าที่ในกิจกรรมชมรมสุขภาพคัดกรองภาวะแทรกซ้อนเบาหวาน ๒ ครั้ง / แห่ง
 ๗ รพ.สต. และ ๑ pcu . (เหม่าจ่ายไม่เกิน ๑๐๐ บาท / คน) แห่งละประมาณ ๒๐ คน x ๘ แห่ง x ๒ ครั้ง
รวมเงิน ๓๒,๐๐๐ บาท
- ๑๑. ค่าอาหารและอาหารว่างในการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ความดันสูงที่ cvd risk score
 พบเสี่ยงสูงมาก สูงอันตรายประมาณ ๑๕ คน x ๗๕ บาท x ๒ ครั้ง
รวมเงิน ๒,๒๕๐ บาท
- ๑๒. ค่าพัฒนาการจัดการระบบข้อมูล DM/HT ระดับเครือข่ายอำเภอ
รวมเงิน ๕,๐๐๐ บาท
- ๑๓. ค่าวัสดุวิทยาศาสตร์ในการตรวจ microalbumin กล่องละ ๑๘๕๐ x ๔๐
รวมเงิน ๗๔,๐๐๐ บาท
- ๑๔. ค่าสนับสนุนสื่อความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง
รวมเงิน ๕,๐๐๐ บาท
- ๑๕. ค่าจ้างเหมาในการคัดกรองภาวะแทรกซ้อนทางเท้าเบื้องต้น ๓๓ ครั้ง x ๑๕๐ บาท
รวมเงิน ๔,๙๕๐ บาท
- ๑๖. ค่าวัสดุในการจัดทำ นวัตกรรม ในการฉีดอินซูลิน ๕๐ ชิ้น x ๒๐ บาท
รวมเงิน ๑,๐๐๐ บาท
- ๑๗. ค่าอาหารและอาหารว่างในการจัดอบรม โครงการ review การฉีดอินซูลิน ๕๐น.น x ๗๕ บาท
รวมเงิน 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
รวมเงิน ๖,๓๐๐ บาท

๑๙. ค่าจ้างเหมาอ่านภาพถ่ายจอประสาทตาในผู้ป่วยเบาหวาน คนละ ๓๐ บาท จำนวน ๑๒๐๐ คน

รวมเงิน ๓๖,๐๐๐ บาท

๒๐. ค่าอาหารว่างในการประชุมคณะทำงาน ncd borad (๒๐x๒๕)x๓ ครั้ง

รวมเงิน ๑,๕๐๐ บาท

รวมเงินทั้งสิ้น ๒๑๔,๔๕๐ บาท

หมายเหตุ งบประมาณ สามารถถัวเฉลี่ยได้ในวงเงินงบเดียวกัน

ผู้รับผิดชอบโครงการ

๑. นางณัฐภักดิ์ นามมุงคุณ
๒. นางบงกช ฉิมธนู
๓. นางสาวพรศิริ แซ่มพิกุล
๔. นายทินภัทร ทองมัน

การประเมินผล

๑. แบบคัดกรองกลุ่มเสี่ยง / แบบส่งต่อผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงมาพบแพทย์
๒. รายงานผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่
๓. ผลการตรวจระดับน้ำตาล / HbA1c / ระดับความดัน
๔. ผลการตรวจตาด้วยกล้อง fundus camera
๕. แบบรายงานการตรวจคัดกรองเท้า
๖. ผลการตรวจ CR / urine albumin / micro albumin
๗. แบบประเมิน thai cvd risk score

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. กลุ่มเสี่ยงผู้ป่วยเบาหวาน / ความดันโลหิตสูงได้รับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และให้ความสำคัญในการดูแลสุขภาพตนเอง มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม ไม่กลายเป็นผู้ป่วยเบาหวาน/ความดันสูง
๒. กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูงได้รับคำแนะนำในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และให้ความสำคัญในการดูแลสุขภาพตนเอง มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม สามารถควบคุมระดับน้ำตาล /ระดับความดันได้ดี ไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน และสามารถปฏิบัติตนได้เมื่อเกิดภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลัน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ต่อ)

น้ำตาล /ระดับความดันได้ดี ไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน และสามารถปฏิบัติตนได้เมื่อเกิดภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลัน

๓.กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน / ความดันสูง ได้รับการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนตามเกณฑ์
๔.ผู้ป่วยที่พบภาวะแทรกซ้อนได้รับการส่งต่อเพื่อการรักษาที่ถูกต้องเหมาะสม

ผู้เขียนโครงการ



(นางณัฐภัค นามมงคล)
ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้เสนอโครงการ



(นายทินภัทร ทองมัน)
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
ผู้รับผิดชอบงานแผนพัฒนายุทธศาสตร์
เครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอหนองม่วง

ผู้เห็นชอบโครงการ



(นายสมบูรณ์ คำชา)
สาธารณสุขอำเภอหนองม่วง
รองประธานเครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอหนองม่วง

ผู้อนุมัติโครงการ



(นายเกรียงไกร คำคุณ)
นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลหนองม่วง
ประธานเครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอหนองม่วง

ผู้ควบคุมกำกับการค้าดำเนินงาน โครงการ อยู่อย่างมีความสุข 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 การฉีดยาอินซูลิน				↑										ณัฐภัค
๓	จัดมหกรรมตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนผู้ป่วยเบาหวาน				↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	ณัฐภัค
๔	ทีมแพทย์ ฝากส่งการออกตรวจปรับยาผู้ป่วยที่รับยาารพสต.				↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	ณัฐภัค
๕	อบรมโครงการเด็กอ่าน ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเพื่อลดเสี่ยง ลดโรค												↑		ณัฐภัค