

โครงการนวดฟื้นฟูเท้าและการแช่เท้าด้วยสมุนไพรในผู้ป่วยเบาหวาน

จัดทำโดย

นางสาวพรรณวดี คำพิว

แพทย์แผนไทย

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทับสอ

บทที่ ๑ บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาของโครงการ

หลักการและเหตุผล

อาการปวดเมื่อยมักเกิดขึ้นกับบุคคลทุกเพศทุกวัย โดยอาการปวดเมื่อยมักเกิดจากความเจ็บป่วย การเสื่อมในระบบกล้ามเนื้อ การใช้งานกล้ามเนื้อเป็นเวลานาน การเปลี่ยนอิริยาบถไม่เหมาะสมหรือแม้แต่ท่านั่ง ท่านอนที่ไม่ถูกต้องมักทำให้เกิดอาการปวด รวมถึงในปัจจุบันการรับประทานอาหารจานด่วนกำลังเข้ามาแทนที่วิธีการรับประทานอาหารของคนในหมู่บ้าน พฤติกรรมการบริโภคและการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงตามสภาพแวดล้อมทางสังคม ส่งผลกระทบและชักนำให้เกิดโรคไม่ติดต่อ เช่นเบาหวาน ความดันโลหิต และมะเร็งซึ่งโรคดังกล่าวหากไม่ได้รับการดูแลและการป้องกันส่งเสริมการปรับตัวที่ถูกก็จะส่งผลให้เกิดโรคหลอดเลือดสมองและเกิดความพิการตามมาได้

ตำบลจี้ว๋ต่อนของเราซึ่งในพื้นที่เขตรับผิดชอบของ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทับสอ มีจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงเป็นส่วนมาก จากการรณรงค์ตรวจคัดกรองโรคในประชากรกลุ่มเสี่ยงซึ่งมีอายุมากกว่า 35 ปีขึ้นไปในแต่ละปีพบจำนวนผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้นทุกปี และในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง บางคนไม่ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมพฤติกรรมดูแลตนเองที่ถูกต้อง บางส่วนลองผิดลองถูก ซื้อยาสมุนไพรมากินเอง บางคนเอาซากกิ่งของเพื่อนบ้านทดลองกินยาลูกกลอน ยาสมุนไพร จนก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตตามมา จึงได้นำภูมิปัญญาพื้นบ้านมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดอย่างปลอดภัยทั้งทางด้านส่งเสริมสุขภาพ การ รักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสมรรถภาพของประชาชนผู้รับบริการ กระทรวงสาธารณสุข มีการส่งเสริม สนับสนุนการพัฒนาด้านการแพทย์แผนไทยมาอย่างต่อเนื่อง เริ่มแรกโดยการนำสมุนไพรมาใช้ในงานสาธารณสุขมูลฐาน มุ่งหวังให้ประชาชนพึ่งตนเองด้านสุขภาพ จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 ได้ระบุไว้ว่า การส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดีจะต้องให้การส่งเสริมให้มีการดำเนินการพัฒนา ภูมิปัญญาทางการรักษาพยาบาลแบบพื้นบ้าน เช่น การแพทย์แผนไทย สมุนไพร และการนวด ประสาน เข้ากับระบบบริการ การแพทย์แผนปัจจุบัน ประกอบกับนโยบายของรัฐบาลก็มีการสนับสนุนให้มีการ ผสมผสานการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร เข้ากับระบบบริการสาธารณสุขอย่างเหมาะสม

ดังนั้น เพื่อเป็นการสนับสนุนและส่งเสริมให้ประชาชนได้รับการบริการการแพทย์แผนไทยอย่างทั่วถึงและครอบคลุมมีการพัฒนางานการแพทย์แผนไทยในชุมชน ส่งเสริมให้ประชาชนได้รับการอบรมนวดแผนไทยเพื่อให้บริการให้กับประชาชนในชุมชน และให้ประชาชนได้รับการเรียนรู้การใช้พืชสมุนไพรท้องถิ่น ในการรักษาโรคเบื้องต้น และมีการสร้างเครือข่ายหมอนวดแผนไทยในชุมชน ดังนั้นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจี้ว๋ต่อน จึงได้จัดทำโครงการนวดฟื้นฟูเท้าและการแช่เท้าด้วยสมุนไพรในผู้ป่วยเบาหวาน โดยใช้รูปแบบการอบรมการนวดแผนไทยสู่ชุมชน

๑.๒ วัตถุประสงค์โครงการ

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการดูแลภาวะแทรกซ้อนของเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน ด้วยวิธีการแพทย์แผนไทย เช่นการนวด การประคบ การแช่เท้าด้วยสมุนไพรการดูแลสุขภาพเบื้องต้น กับประชาชนทั่วไปและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน
2. เพื่อลดอัตราการตัดเท้า และภาวะแทรกซ้อนที่เกิดกับเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน
3. เพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวานที่มีอาการขาปลายเท้า ได้รับการดูแลเกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อและไหลเวียนโลหิตโดยวิธีการแพทย์แผนไทย

๑.๓ ขอบเขตโครงการ

๑.๓.๑ กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนทั่วไปที่เป็นผู้ป่วยเบาหวาน และชมรม อสม จำนวน 30 คน ในเขตรับผิดชอบ รพ.สต.บ้านทับสอ

๑.๓.๒ วิธีการดำเนินการ

๑. เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณการดำเนินงานกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นเทศบาลตำบลจี่ว้ด่อน
๒. ประชุมชี้แจงแนวทางการดำเนินโครงการแก่คณะเจ้าหน้าที่ใน รพ.สต.บ้านทับสอ และอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน
๓. จัดเตรียมรูปแบบการอบรมเอกสาร วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการอบรม
๔. กำหนดสถานที่จัดอบรม จัดทำแผ่นพับ/เอกสารการอบรม
๕. ประสานหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ขอสนับสนุนวิทยากรในการอบรม
๖. จัดการอบรมถ่ายทอดความรู้แก่ผู้ป่วยเบาหวาน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ที่มีอาการมีนขาเท้าและปลายเท้า
๗. ประเมินความพึงพอใจหลังได้รับการอบรม
๘. สรุปผล ประเมินผล และรายงานผลการดำเนินงาน

๑.๓.๓ ระยะเวลาดำเนินการ

มีนาคม - สิงหาคม ๒๕๖๒

๑.๓.๔ สถานที่ดำเนินงาน

ห้องประชุม โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทับสอ ตำบลจี่ว้ด่อน อำเภอเมือง จังหวัด

สกลนคร

๑.๓.๕ สมมติฐานการวิจัย

เมื่อผู้ป่วยที่มีอาการขาเท้าเข้าร่วมกิจกรรมการแช่เท้าด้วยสมุนไพรเพื่อลดอาการขาเท้าของผู้ป่วยเบาหวานแล้ว ทำให้ผู้ป่วยมีอาการขาเท้าลดลง

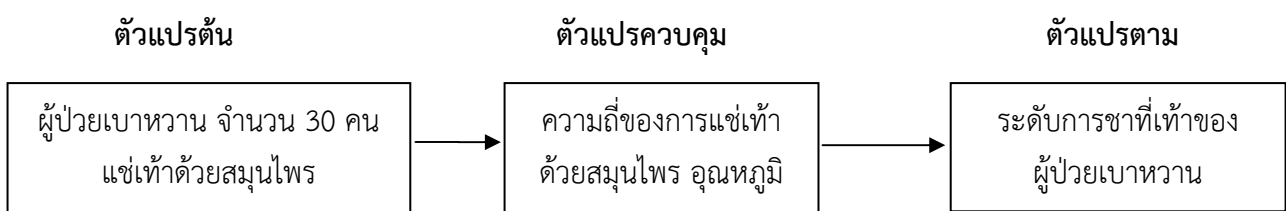
๑.๓.๖ กรอบแนวคิดในการวิจัย

ปัจจุบันภาวะแทรกซ้อนที่เท้าผู้ป่วยเบาหวานเป็นสาเหตุสำคัญ ทำให้เกิดการสูญเสียเท้าและขาในผู้ป่วยมากที่สุด จากสถิติของสมาพันธ์เบาหวานโลก (International Diabetes Federation) พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานมีความเสี่ยงต่อการถูกตัดขามากกว่าผู้ป่วยที่ไม่เป็นเบาหวานถึง 25 เท่า และร้อยละ 70.0 ของการถูกตัดขา มีสาเหตุมาจากโรคเบาหวาน ทุก ๆ สามสิบวินาที จะมีผู้สูญเสียเท้าหรือขาจากเบาหวานหนึ่งข้าง จากการศึกษาก่อนหน้านี้ พบว่าอุบัติการณ์การเกิดแผลพบประมาณร้อยละ 1-4 ต่อปี และพบอุบัติการณ์ในช่วงชีวิตของผู้ป่วยเบาหวานทั้งหมดสูงถึงร้อยละ 25.0 สำหรับประเทศไทย จากการศึกษา พบว่า ความชุกของการเกิดแผลที่เท้าในผู้ป่วยเบาหวานมีประมาณร้อยละ 1-20 โดยความชุกของการตัดเท้าพบประมาณร้อยละ 1.6

จากปัญหาดังกล่าวข้างต้น พบว่าการเกิดภาวะแทรกซ้อนที่เท้าจากเบาหวานเป็นปัญหาที่สำคัญอย่างยิ่ง ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและเป็นภาระของประเทศ ดังนั้นการตรวจและการดูแลรักษาผู้ป่วยตั้งแต่ระยะแรก จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง นอกจากนี้องค์ประกอบที่สำคัญของระบบการดูแลรักษาผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนที่เท้าควรประกอบด้วย ระบบทะเบียนผู้ป่วยที่สามารถติดตามได้ ทีมงานที่เข้มแข็งและมีศักยภาพในการตรวจคัดกรองป้องกันการเกิดแผลที่เท้า (สำนักหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ, 2559)

การแช่เท้าด้วยสมุนไพรยังเป็นอีกทางเลือกหนึ่งของการดูแลรักษาผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนที่เท้าสมุนไพรแช่เท้า ทำให้ผู้ป่วยเบาหวานที่มีปัญหาทางเท้ามีการไหลเวียนของเลือดส่วนปลายดีขึ้น ลดอาการปวด อาการชาปลายเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน ทำให้เท้าสะอาด ลดการติดเชื้อ ดับกลิ่นเท้า รักษาแผล กระตุ้นการไหลเวียนของเลือดคลายเส้น คลายกล้ามเนื้อ และคลายเครียดจากกลิ่นสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหย ผู้ป่วยเบาหวานเกิดทักษะในการป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่เกิดกับเท้าผู้ป่วยเบาหวาน และสามารถนำนวัตกรรมแช่เท้าไปใช้ในการดูแลเท้าได้ด้วยตนเองเพื่อลดอาการขาเท้าในผู้ป่วยเบาหวานต่อไป (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยยางดง, 2556)

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลของการแช่เท้าด้วยสมุนไพรที่มีต่ออาการขาเท้าผู้ป่วยเบาหวาน ตัวแปรต้น ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานจำนวน 34 คนแช่ด้วยสมุนไพร และมีความถี่การแช่เท้า อุณหภูมิ เป็นตัวแปรควบคุม โดยมีรายละเอียดการแช่เท้า คือ ใช้สมุนไพรทั้ง 5 ชนิด อย่างละ 5 กรัม ต้มกับน้ำ 1 ลิตร (ประมาณ 1 ลิตร) เดือดประมาณ 5-10 นาที ผสมน้ำธรรมดา 2 ลิตร (ประมาณ 2 ลิตร) ใช้เวลาในการแช่เท้าครั้งละ 10-15 นาทีโดยทำทุกวัน ๆ ละ 2 ครั้ง ตัวแปรตาม คือ ระดับการขาเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งมีรายละเอียดสรุปเป็นกรอบแนวคิดดังนี้



แผนภูมิที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผังกำกับการทำกิจกรรม
โครงการนวดฟื้นฟูเท้าและการแช่เท้าด้วยสมุนไพรในผู้ป่วยเบาหวาน
ปีงบประมาณ ๒๕๖๒

เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
๐๘.๐๐-๐๘.๓๐น.	ลงทะเบียน	เจ้าหน้าที่ประจำของสถานที่
๐๘.๓๐-๑๐.๐๐น.	ให้ความรู้เรื่องประโยชน์สรรพคุณของสมุนไพรแช่เท้าด้วยการแพทย์แผนไทย	เจ้าของสถานที่และคณะผู้จัดกิจกรรม
๑๐.๐๐-๑๐.๓๐น.	พักรับประทานอาหารว่าง	เจ้าของสถานที่และคณะผู้จัดกิจกรรม
๑๐.๓๐-๑๒.๐๐น.	ให้ความรู้ผู้ป่วยเบาหวานเกี่ยวกับโรคเรื้อรัง	ผู้รับผิดชอบงาน NCD
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	เจ้าของสถานที่และคณะผู้จัดกิจกรรม
๑๓.๐๐-๑๔.๓๐น.	ให้ความรู้การดูแลสุขภาพเท้า ขณะเท้าเป็นแผล	คณะผู้จัดกิจกรรม
๑๔.๓๐-๑๕.๐๐น.	พักรับประทานอาหารว่าง	เจ้าของสถานที่และคณะผู้จัดกิจกรรม
๑๕.๐๐-๑๖.๓๐น.	ให้ความรู้และฝึกปฏิบัติ ทำนวดเท้า บริหารฤชี่ตัดต้น ทำบริหารยืดเหยียดกล้ามเนื้อ	คณะผู้จัดกิจกรรม

๑.๕ งบประมาณ

รับการสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลจี่ว้ตอน จำนวน 8,000 บาท รายละเอียด ดังนี้
 ๑.กิจกรรมอบรมให้ความรู้ เรื่องการดูแลสุขภาพด้วยวิธีการแพทย์แผนไทย เช่น การนวด ประคบ การแช่เท้าด้วยสมุนไพร ในการดูแลสุขภาพเบื้องต้น

- ค่าอาหารกลางวันและของผู้เข้าร่วมโครงการจำนวน 30 คน x 50 บาท เป็นเงิน 1,500 บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าอบรม จำนวน 30 คนๆ ละ 25 บาท 2 มื้อ จำนวน 1 วัน เป็นเงิน 1,500 บาท
- ค่าวัสดุ จำนวน 5,000 บาท มีรายละเอียดดังนี้
 - กะละมัง 15 ชิ้น x 20 บาท เป็นเงิน 300 บาท
 - สมุนไพรแช่เท้าแบบสำเร็จ เป็นเงิน 350 บาท
 - ผ้าขนหนูขนาดกลางห่อเท้า 60 ผืน x 40 บาท เป็นเงิน 2,400 บาท
 - ไม้กดเท้า 30 คน x 30 บาท เป็นเงิน 900 บาท
 - ครีมทาผิว เพื่อช่วยหล่อลื่น 30 คน x 20 บาท เป็นเงิน 600 บาท
- ค่าป้ายโครงการ 1.5 x 3 เมตร เป็นเงิน 450 บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น จำนวน รวมทั้งสิ้น 8,000 บาท (แปดพันบาทถ้วน)

หมายเหตุ : ค่าใช้จ่ายตามแต่ละรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้ทุกรายการ

๑.๖ ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.ผู้ป่วยเบาหวานที่มีอาการชาปลายเท้า มีระบบกล้ามเนื้อและไหลเวียนโลหิตดีขึ้น
- 2.ผู้ป่วยเบาหวานรู้จักวิธีการดูแลสุขภาพเท้าของตนเองเมื่อมีอาการชาเท้า
- 3.ผู้ป่วยเบาหวานมีอาการชาปลายเท้าลดลง

บทที่ ๒

การดำเนินงาน

โครงการนวดฟื้นฟูเท้าและการแช่เท้าด้วยสมุนไพรในผู้ป่วยเบาหวาน ในปีงบประมาณ ๒๕๖๒ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลจี่ว่ต๋อน เป็นเงิน 8,000 บาท (แปดพันบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

๒.๑ การดำเนินงาน

ขั้นตอนการเตรียม

๑. เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณการดำเนินงานกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เทศบาลตำบลจี่ว่ต๋อน
๒. ประชุมชี้แจงแนวทางการดำเนินโครงการแก่คณะเจ้าหน้าที่ใน รพ.สต. บ้านทับสอ และอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน
๓. จัดเตรียมรูปแบบการอบรมเอกสาร วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการอบรม
๔. กำหนดสถานที่จัดอบรม จัดทำแผนพับ/เอกสารการอบรม
๕. ประสานหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ขอสนับสนุนวิทยากรในการอบรม
๖. จัดการอบรมถ่ายทอดความรู้แก่ผู้ป่วยเบาหวาน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ที่มีอาการมินชาเท้าและปลายเท้า โดยการใช้ เครื่องตรวจเท้า Monofilament ผู้ป่วยมีอาการชา 2 จุด ขึ้นไป ถือว่ามีอาการชาเท้า
๗. ประเมินความพึงพอใจหลังได้รับการอบรม
๘. สรุปผล ประเมินผล และรายงานผลการดำเนินงาน

๑. ให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยหลักการแพทย์แผนไทย

ให้ความรู้เกี่ยวกับการสรรพคุณสมุนไพร

- 1) มะขาม (ใบ) สรรพคุณ ฟอกโลหิต ขับเหงื่อ ต้มผสมกับสมุนไพร อื่นๆ อาบช่วยให้ผิวสะอาด
- 2) มะกรูด (ผิวจากผล) สรรพคุณ ช่วยยับยั้งเชื้อแบคทีเรีย เป็นยาขับลมในลำไส้ แก้แน่น ขับผายลม
- 3) ไพล (หัว) สรรพคุณ ฝนทาแก้เคล็ดขัดยอก สมานแผล
- 4) ขมิ้นชัน (หัว) สรรพคุณ เป็นยาภายนอก แก้โรคผิวหนัง สมานแผล
- 5) เกลือ รักษาเนื้อหนังไม่ให้เน่าเปื่อย บำรุงธาตุทั้ง 5
- 6) เครื่องตรวจเท้า Monofilament
- 7) กะละมังแช่เท้า ขนาด 6 ลิตร
- 8) กระทะไฟฟ้า สำหรับต้มน้ำร้อน
- 9) นาฬิกาจับเวลา
- 10) แบบการติดตามการทดลอง

11) น้ำ

วิธีการเตรียมสมุนไพร

1. ใบมะขามนำมา รูดออกจากกิ่ง ล้างน้ำในสะอาด แล้วนำไปตากแห้ง
2. มะกรูดนำมาล้างทำความสะอาด แล้วหั่นเอาแต่ผิวไปตากแดดให้แห้ง
3. โพล้ นำมาล้างทำความสะอาด ตัดรากที่ติดออก แล้วหั่นเป็นแว่นบาง ๆ ตากแดดให้แห้ง
4. ขมิ้นนำมาล้างให้สะอาด ตัดรากที่ติดออก หั่นเป็นแว่นบาง ๆ แล้วนำไปตากแดด
5. เมื่อสมุนไพรทั้ง 4 ชนิดแห้งสนิทแล้วนำมาผสมกัน โดยใช้อย่างละ 5 กรัม แล้วใส่เกลือผสมลงไป 1 ช้อน

ชา บดให้หยาบ แพ็คใส่ถุง แล้วปิดปากถุงให้สนิท

วิธีการแช่เท้า

1. จัดเตรียมสถานที่ ในเหมาะสม



2. นำสมุนไพรแห้ง ผสมสมุนไพรแห้งให้เข้ากัน
3. ต้มน้ำให้เดือด 15 นาที



4. ตักสมุนไพรแห้งที่เตรียมไว้ ผสมกับน้ำต้มเดือด ผสมน้ำธรรมดาให้อุ่น (สามารถแช่เท้าได้ อุณหภูมิไม่เกิน 42 องศาเซลเซียส)

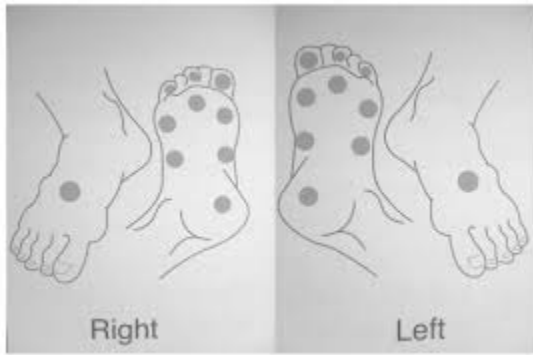


5. เมื่อผสมน้ำสมุนไพรแช่เท้าเสร็จแล้ว นำเท้าลงไปแช่ในน้ำสมุนไพรที่ผสมเสร็จแล้ว นาน 15 นาที เมื่อแช่ครบตามเวลาแล้วยกเท้าออกใช้ผ้าสะอาดเช็ดเท้าให้แห้งโดยไม่ต้องล้างเท้า



6. นวด และกดจุดลดอาการชาเท้า





(จุดสะท้อนฝ่าเท้า)

7. เสร็จสิ้นภารกิจ



บทที่ ๓ ผลการดำเนินงาน

ผู้เข้าร่วมโครงการ อาสาสมัครธารณสุข ประชาชนทั่วไป ในเขต รพ.สต.บ้านทับสอ ได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย การใช้สมุนไพรใกล้ตัวในการรักษาอาการชาเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน รู้จักสรรพคุณและวิธีการใช้ยาสมุนไพรแช่เท้า การบริหารร่างกายด้วยฤาษีตัดตน และการแปรรูปสมุนไพรใกล้ตัวช่วยในการบำบัด เพื่อบรรเทาอาการชาเท้า เพื่อผ่อนคลายอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ที่สามารถนำมาใช้ได้ง่ายสะดวก และเก็บรักษาได้นานยิ่งขึ้น จำนวน ๓๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

การประเมินความพึงพอใจของผู้เข้ารับการอบรม

ผู้เข้ารับการอบรมมีทั้งหมด ๓๐ คน และตอบแบบสอบถาม ๓๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าอบรม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	๖	๒๐
หญิง	๒๔	๘๐
อายุ		
๒๐-๔๐ ปี	-	-
๔๑-๕๐ ปี	๓	๑๐
๕๑-๖๐ ปี	๙	๓๐
มากกว่า ๖๐ ปี	๑๘	๖๐
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	๓๐	๑๐๐
มัธยมศึกษาตอนต้น	-	-
มัธยมศึกษาตอนปลาย	-	-
ปริญญาตรี	-	-
อาชีพ		
รับราชการ/ราชการบำนาญ	๐	๐
เกษตรกรกรม	๒๘	๙๓.๓
รับจ้างทั่วไป	๐	๐
อื่นๆ	๒	๖.๖

จากการเก็บข้อมูลแบบสอบถามจำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าร่วมอบรม พบว่าเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย คิดเป็นร้อยละ ๘๐ อายุในช่วงมากกว่า ๖๐ ปีขึ้นไป มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๖๐ ระดับการศึกษา ประถมศึกษา มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๑๐๐ และอาชีพเกษตรกรมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ ๙๓.๓

บทที่ ๔

สรุปผล และข้อเสนอแนะ

๔.๑ ผลจากการดำเนินงานตามโครงการ

ผู้เข้าร่วมโครงการ อาสาสมัครสาธารณสุข ประชาชนทั่วไป ในเขตเทศบาลตำบลท่าแร่ ได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย การใช้สมุนไพรใกล้ตัวในการรักษาอาการเจ็บป่วยเบื้องต้น รู้จักสรรพคุณและวิธีการใช้ยาสมุนไพรที่เป็นยาสามัญประจำบ้านและยาในบัญชียาหลักแห่งชาติ การบริหารร่างกายด้วยฤาษีตัดตน และการแปรรูปสมุนไพรใกล้ตัวเป็นผลิตภัณฑ์น้ำมันโพล ใช้ทาลดอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ที่สามารถนำมาใช้ได้ง่ายและเก็บรักษาได้นานยิ่งขึ้น จำนวน ๓๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

๔.๒ จากการทำโครงการนี้สิ่งดีๆที่ได้รับ

- ผู้ป่วยเบาหวานที่มีอาการชาปลายเท้า มีระบบกล้ามเนื้อและไหลเวียนโลหิตดีขึ้น
- ผู้ป่วยเบาหวานรู้จักวิธีการดูแลสุขภาพเท้าของตนเองเมื่อมีอาการชาเท้า
- ผู้ป่วยเบาหวานมีอาการชาปลายเท้าลดลง
- ประชาชนและอาสาสมัครสาธารณสุข มีความรู้ ความเข้าใจ และประโยชน์ของการนวดเท้าลดอาการปวดขา มีความสามารถในการนวดเพื่อสุขภาพขั้นพื้นฐานได้ สามารถนำการบริหารท่าต่างๆเพื่อลดอาการปวดเมื่อยได้
- ประชาชนและอาสาสมัครสาธารณสุข มีความรู้ รู้จักสรรพคุณของสมุนไพรใกล้ตัว วิธีการใช้ ในการใช้พืชสมุนไพรท้องถิ่นในการรักษาอาการเจ็บป่วยเบื้องต้นได้
- ประชาชนและอาสาสมัครสาธารณสุขสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

๔.๓ ค่าใช้จ่ายในการดำเนินการ

ได้รับเงินจากงบกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นเทศบาลตำบลจันทวน จำนวนเงิน ๘,๐๐๐ บาท (แปดพันบาทถ้วน) โดยได้นำมาใช้จ่ายในกิจกรรมที่เป็นประโยชน์โดยตรงแก่ประชาชนทั่วไป

๔.๔ ข้อเสนอแนะของผู้รับผิดชอบโครงการ

๑. ควรให้มีการดำเนินงานโครงการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย จะได้ลดค่าใช้จ่ายในการใช้ยาแผนปัจจุบันที่ไม่จำเป็นและมาใช้ยาสมุนไพรหรือพืชสมุนไพรในการรักษาอาการเจ็บป่วยและการส่งเสริมสุขภาพ หรือบำบัดอาการเจ็บป่วยที่ไม่รุนแรง ซึ่งเป็นการลดอาการข้างเคียงจากการใช้ยาแผนปัจจุบันและมีความปลอดภัยสูง

๒. การดำเนินโครงการเป็นการพัฒนาระบบบริการ ให้ประชาชนทั่วไปรู้จักการดูแลสุขภาพตนเอง

สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนรพ.สต.บ้านทับสอ.....

7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล

7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.

7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน

7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

7.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

7.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]

7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น

[ข้อ 7(2)]

7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]

7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน

7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด

7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- 7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.3 กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน
 - 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
 - 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
 - 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

- 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ)การส่งเสริมสุขภาพช่องปากและฟัน.....
- 7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 - 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
 - 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
 - 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
 - 7.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 7.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

7.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางวรรัตน์ เพ็งสว่าง)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านทับสอ

วันที่ 27 เดือนมีนาคม พ.ศ. 2562

ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ.....
ครั้งที่ / 25..... เมื่อวันที่ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน บาท
เพราะ

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี).....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่

ลงชื่อ

(.....)

ตำแหน่ง

วันที่-เดือน-พ.ศ.

ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม.....

1. ผลการดำเนินงาน

.....
.....
.....
.....
.....

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง บาท คิดเป็นร้อยละ

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ บาท คิดเป็นร้อยละ

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

ลงชื่อ ผู้รายงาน

(.....)

ตำแหน่ง

วันที่-เดือน-พ.ศ.

