

1.ยุทธศาสตร์ คปสอ.PP&P Excellence และ Service Excellence

นโยบายกระทรวง : “คนไทยห่างไกลโรคและภัยสุขภาพ” : ส่งเสริมสุขภาพประชาชนทุกมิติ เพื่อลดโรคไม่ติดต่อที่สำคัญ (NCDs)

แผนงาน/โครงการ : แผนงานที่ การพัฒนาระบบบริการสุขภาพ (Service plan)

2.ชื่อโครงการ มหกรรม นคร วังทองสร้างสุข

3.หลักการและเหตุผล

โรคไม่ติดต่อเรื้อรังหรือโรค NCDs(Non Communicable Diseases) กำลังเป็นปัญหาสาธารณสุขระดับโรคและประเทศไทยในขณะนี้ จากการรายงานขององค์การอนามัยโลก ออกโรงเตือนว่าโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง คร่าชีวิตผู้คนถึง 41 ล้านคนต่อปี คิดเป็นสัดส่วน 74% ของการเสียชีวิตของผู้คนทั่วโลก โดยพบว่า แต่ละปี จะมีผู้คนอายุต่ำกว่า 70 ปี ราว 17 ล้านคน ที่เสียชีวิตก่อนวัยอันควร อันเนื่องมาจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังหรือ NCD โดยกลุ่มโรคร้ายที่คร่าชีวิตผู้คนทั่วโลกมากที่สุด ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด รองลงมา คือ โรคมะเร็ง โรคระบบทางเดินหายใจเรื้อรังและสุขภาพจิต

จากข้อมูลดังกล่าวโรคติดต่อไม่เรื้อรัง ย้ำว่าการเสียชีวิตส่วนใหญ่นั้นสามารถป้องกันได้ โดยระบุว่า ในทุก 2 วินาที จะมีผู้ที่อายุต่ำกว่า 70 ปี เสียชีวิตจากโรค NCD ทำให้โรค NCD เป็นประเด็นปัญหาทั้งในด้านความเท่าเทียม การพัฒนาอย่างยั่งยืน เช่นเดียวกับปัญหาด้านสาธารณสุขระดับโลก ปัจจัยเสี่ยงของการเสียชีวิตจากโรค NCD ที่เป็นโรคที่เกิดจากพฤติกรรมและสามารถป้องกันได้ ที่น่ากังวล คือ โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ที่พบว่าผู้คน 1,300 ล้านคนทั่วโลกกำลังเผชิญกับภาวะดังกล่าว แต่หลายคนกลับไม่คิดว่าเป็นภาวะอาการที่อันตรายถึงชีวิต และไม่สามารถเข้าถึงการรักษาที่จำเป็นได้ นอกจากนี้ ปัจจัยเสี่ยงอื่น ๆ ได้แก่ การรับประทานอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพ การสูบบุหรี่ และการดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งการเสริมสร้างพฤติกรรมที่ดีต่อสุขภาพมากขึ้นและการปรับลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพเหล่านี้ จะช่วยลดโอกาสเสี่ยงต่อโรคดังกล่าวได้ หากผู้คนเข้าถึงบริการสุขภาพที่สามารถตรวจวัดค่าระดับน้ำตาล วัดความดันโลหิตและเข้าถึงยารักษาได้ จะช่วยชีวิตผู้คนเกือบ 10 ล้านชีวิตจากภาวะหัวใจวายและภาวะหลอดเลือดสมองได้ ภายในปี 2030

สถานการณ์โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงของจังหวัดพิษณุโลก ปีงบประมาณ 2565-2567 มีอัตราผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ (ต่อแสนประชากร) 1163.82 , 1279.94 , 1485.99 ตามลำดับ อัตราผู้ป่วยโรคเบาหวานรายใหม่ (ต่อแสนประชากร) 613.89 , 699.12 , 750.26 ตามลำดับ แนวโน้มผู้ป่วยรายใหม่ทั้งสองโรคมียังแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง

ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ควบคุมความดันโลหิตสูงไม่ได้คิดเป็นร้อยละ 39.69 ,38.52 ,35.67 ตามลำดับ ผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ คิดเป็นร้อยละ 61.14 ,59.79 ,58.40 ตามลำดับ การควบคุมระดับความดันโลหิตและระดับน้ำตาลในเลือดเมื่อเปรียบเทียบกับอายุเหมือนควบคุมไม่ได้ลดลงแต่ถ้าดูเป็นจำนวนคนจะเพิ่มขึ้น

ผู้ป่วยเบาหวานมีภาวะอ้วน คิดเป็นร้อยละ 2.25 ,2.28 ,2.95 ตามลำดับ แนวโน้มภาวะอ้วนของผู้ป่วยเบาหวานมีจำนวนเพิ่มขึ้น เป็นความเสี่ยงที่จะทำให้เกิดภาวะโรคหลอดเลือดสมอง หลอดเลือดหัวใจเพิ่มขึ้น

ส่วนสถานการณ์โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงของ อำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลก ปีงบประมาณ 2565-2567 มีอัตราผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ (ต่อแสนประชากร) 1129.02,1391.81, 1429.13 ตามลำดับ อัตราผู้ป่วยโรคเบาหวานรายใหม่ (ต่อแสนประชากร) 585.42, 544.92, 582.04 ตามลำดับ แนวโน้มผู้ป่วยรายใหม่ทั้งสองโรคอำเภอวังทองมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ถ้านำไปทำเป็นกราฟเส้นจะเห็นว่าความชันของกราฟลดลง สาเหตุหนึ่งอาจเกิดจากการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของกลุ่มเสี่ยง/กลุ่มสงสัยป่วย

ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ควบคุมความดันโลหิตสูงไม่ได้คิดเป็นร้อยละ 31.84 ,35.10 ,35.26 ตามลำดับ ผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ คิดเป็นร้อยละ 55.99 ,62.79 ,56.79 ตามลำดับ การควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้ แนวโน้มเพิ่มขึ้น และระดับน้ำตาลในเลือดเมื่อเปรียบเทียบกับควบคุมไม่ได้ลดลง เพราะได้มีการนำกระบวนการเทคนิคการใช้แรงจูงใจ อาหารจานสุขภาพ 211 อาหารพร้อมคาร์โบไฮเดรต แต่ยังทำได้ไม่ครอบคลุม และผู้ป่วยมีจำนวนมากกว่าเจ้าหน้าที่

ผู้ป่วยเบาหวานมีภาวะอ้วนมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นกว่าปีที่ผ่านมา คิดเป็นร้อยละ 4.13 ,1.55 ,2.78 ตามลำดับ แนวโน้มภาวะอ้วนของผู้ป่วยเบาหวานมีจำนวนเพิ่มขึ้น เป็นความเสี่ยงที่จะทำให้เกิดภาวะโรคหลอดเลือดสมอง หลอดเลือดหัวใจเพิ่มขึ้น

กลุ่มงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรังของอำเภอวังทอง ได้จัดทำแผนปฏิบัติการคณะประสานงานสาธารณสุขอำเภอวังทอง “โครงการ นคร วังทองร่วมใจนับคาร์บ ปราบ NCDs เฟส 1,2,3” มีความเกี่ยวข้องกับเครือข่ายทางด้านสุขภาพหลายเครือข่าย เพื่อให้เห็นเป้าหมายและมีทิศทางในการดำเนินงานเดียวกัน จึงได้จัดทำโครงการนี้ ให้เครือข่ายทางด้านสุขภาพ และ ผู้เกี่ยวข้องมีการดำเนินงานในเป้าหมายให้คนอำเภอวังทอง มีความสุข สุขภาพดี

4.วัตถุประสงค์หลักของโครงการ

- 4.1 เพื่อให้ผู้เข้าร่วมทุกคนและเครือข่ายได้ทำความเข้าใจภาพรวมและบทบาทของโครงการ
- 4.2 เพื่อให้ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ผู้สนับสนุนโครงการเห็นภาพตรงกันก่อนลงมือทำ
- 4.3 เพื่อสร้างกระบวนการความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการทำงานร่วมกัน

5.เป้าหมายหลักของโครงการ

- 5.1 บุคลากรสาธารณสุข ผู้เกี่ยวข้อง ผู้รับผิดชอบงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง รพ.สต. และ รพ.วังทอง จำนวน 50 คน
- 5.2 อสม. จำนวน 300 คน

6.ระยะเวลาดำเนินกิจกรรมตามโครงการ

วันที่ 22 มกราคม 2568

7.วิธีดำเนินงานตามโครงการ แบ่งเป็นกิจกรรม จำนวน 5 กิจกรรม ดังนี้

7.1 กิจกรรมให้ความรู้ ในหัวข้อ นคร วังทอง

วัตถุประสงค์กิจกรรม	เป้าหมายกิจกรรม	การวัดผลกิจกรรม
1.เพื่อให้รู้เท่าทันน้ำตาลทุกรูปแบบและสามารถรับมือ ปรับพฤติกรรม 2.เพื่อให้ทราบและใช้เครื่องมือ (Application) ในการสนับสนุนส่งเสริมการออกกำลังกาย 3.สามารถออกแบบการดูแลสุขภาพส่วนบุคคลได้ (Personal Wellness Health)	อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน	1.ระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติ 2.Application ในการส่งเสริมการออกกำลังกาย อย่างน้อย 1 App. 3.ดูแลสุขภาพส่วนบุคคลได้ (Personal Wellness Health) ตามความเหมาะสม

7.2 กิจกรรมนิทรรศการ 4 บุท

7.2.1 Fit With Friend

วัตถุประสงค์กิจกรรม	เป้าหมายกิจกรรม	การวัดผลกิจกรรม
เพื่อออกกำลังกายง่าย ๆ ในชีวิตประจำวัน	ประชาชนทั่วไป กลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ที่เข้าร่วมกิจกรรม	การออกกำลังกายเพิ่มขึ้น อย่างน้อย ร้อยละ 75

7.2.2 HUB - Care

วัตถุประสงค์กิจกรรม	เป้าหมายกิจกรรม	การวัดผลกิจกรรม
เพื่อให้มีสถานที่สามารถตรวจวัดความเสี่ยงด้วยตนเองในชุมชน	ประชาชนทั่วไป กลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ที่มาเข้าร่วมกิจกรรม	รับประเมินภาวะสุขภาพและความเสี่ยงที่สถานีสภาพ

7.2.3 ปรุ้รงักรัปรุ้รงร

วัตถุประสงค์กิจกรรม	เป้าหมายกิจกรรม	การวัดผลกิจกรรม
เพื่อทราบวิธีการจัดมื้ออาหารให้ตรงกับการนับคาร์บ ที่ต้องการและช่วยปรับพฤติกรรมการใช้สารปรุงรสดในอาหาร	ประชาชนทั่วไป กลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ที่มาเข้าร่วมกิจกรรม	นำความรู้ไปปรับพฤติกรรม การใช้สารปรุงรสนในชีวิตประจำวันลดลงอย่างน้อยครึ่งเท่าจากเดิมที่เคยใช้

7.2.4 health food board

วัตถุประสงค์กิจกรรม	เป้าหมายกิจกรรม	การวัดผลกิจกรรม
เพื่อให้เห็นภาพน้ำตาลที่อยู่ในอาหาร เครื่องดื่มและสามารถเปรียบเทียบได้ อย่างชัดเจน	ประชาชนทั่วไป กลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย อาสาสมัครสาธารณสุข ประจำหมู่บ้าน เจ้าหน้าที่ สาธารณสุข ที่มาเข้าร่วม กิจกรรม	พฤติกรรมการเลือกเครื่องดื่ม หรือวัตถุดิบปรุงรสในอาหารใน ชีวิตประจำวันลดลงอย่าง น้อยครึ่งเท่าจากเดิมที่เคยใช้

วิธีดำเนินการกิจกรรม

- 1.จัดทำโครงการฯ เพื่อขออนุมัติ
- 2.ประสานผู้เข้าร่วมโครงการ เครือข่าย ฯ
- 3.จัดกิจกรรมให้ความรู้ตามหัวข้อต่าง ๆ โดยวิทยากรที่กำหนดในตารางอบรม
- 4.ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเดินชมบูทนิทรรศการ และร่วมสนุกตอบคำถามในบูท
- 5.ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ประเมินความพึงพอใจ
- 6.สรุปผลการดำเนินงานตามโครงการ

8.งบประมาณและแหล่งงบประมาณ

แหล่งงบประมาณ จากเงินบ งบประมาณ งบประมาณ 2567 เป็นจำนวนเงิน 42,750 บาท (สี่หมื่นสองพันเจ็ดร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

รายละเอียดการใช้งบประมาณ	จำนวนเงิน (บาท)
8.1 ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 350 คน ๆ ละ 25 บาท x 1 มื้อ เป็นเงิน 8,750 บาท	8,750.00
8.2 ค่าอาหารกลางวันพร้อมเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 350 คน ๆ ละ 80 บาท x 1 มื้อ เป็นเงิน 28,000 บาท	28,000.00
8.3 ค่าจัดบูทนิทรรศการ 4 บูท ๆ ละ 1,500 บาท เป็นเงิน 6,000 บาท	6,000.00
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น (สี่หมื่นสองพันเจ็ดร้อยห้าสิบบาทถ้วน)	42,750.00

หมายเหตุ : งบค่าใช้จ่ายถ้วนเฉลี่ยกันได้

9.ผู้รับผิดชอบโครงการ

- 9.1 นางสาววลัยพร พงษ์มณี พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ สำนักงานสาธารณสุขวังทอง
- 9.2 นางนิตยา คำสี พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลวังทอง

10.หน่วยงานที่ให้การสนับสนุน

10.1 อบจ.พิษณุโลก

10.2 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพิษณุโลก

10.3 คณะกรรมการประสานงานสาธารณสุขอำเภอวังทอง (คปสอ.วังทอง)

11.การประเมินผลและตัวชี้วัด

ตัวชี้วัด	วิธีการประเมิน	แหล่งข้อมูล/เอกสาร
11.1 ประชาชน บุคลากรทางการแพทย์ และเครือข่ายทางด้านสุขภาพสามารถเข้าใจ บทบาทและให้ความร่วมมือในการดำเนิน โครงการ	-การติดตามงานไตรมาส 2-4 -การติดตามตามแผนปฏิบัติการ คณะกรรมการ ประสานงานสาธารณสุข อำเภอวังทอง ปีงบประมาณ 2568	-ผลงานในโปรแกรม HDC -การสรุปผลงานตาม แผนปฏิบัติการ คปสอ. วังทอง
11.2 ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ผู้สนับสนุนโครงการ ได้เห็นภาพรวมก่อนลงมือทำ	-การติดตามงานไตรมาส 2-4 -การติดตามตามแผนปฏิบัติการ คณะกรรมการ ประสานงานสาธารณสุข อำเภอวังทอง ปีงบประมาณ 2568	-ผลงานในโปรแกรม HDC -การสรุปผลงานตาม แผนปฏิบัติการ คปสอ. วังทอง
11.3 เพื่อสร้างกระบวนการความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ในการทำงานร่วมกัน	- การสังเกตกระบวนการของ การทำงานและความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์และผลสำเร็จของ การดำเนินงาน	-การสรุปผลโครงการ
11.4 ประเมินความพึงพอใจ ร้อยละ ≥ 80	-แบบประเมินความพึงพอใจ	-การสรุปผลการประเมิน ความพึงพอใจ

12.ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

12.1 บุคลากรทางการแพทย์ มีความเข้าใจที่ชัดเจนเกี่ยวกับโครงการที่เรา กำลังจะลงมือทำ เห็นภาพตรงกัน รู้ว่าแต่ละคนมีบทบาทอะไรในโครงการ รู้ว่าเราจะทำงานร่วมกันและสามารถสื่อสารกันภายในได้

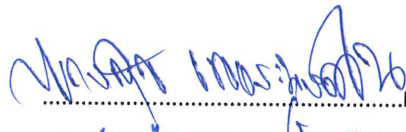
13.การอนุมัติโครงการ


.....ผู้เขียนโครงการ
(นางสาวลลิตา พงษ์มณี)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

.....ผู้เสนอโครงการ
(นายมนต์เกียรติ ทักษณา)
สาธารณสุขอำเภอวังทอง


.....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายจักริน สมบูรณ์จันทร์)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาล (นายแพทย์เชี่ยวชาญ)
ปฏิบัติหน้าที่นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านเวชกรรมป้องกัน)

อนุมัติโครงการ มทกรรม นคร วังทอง สร้างสุข ปีงบประมาณ 2568 งบประมาณ 42,750 บาท
(สี่หมื่นสองพันเจ็ดร้อยห้าสิบบาท)


.....ผู้อนุมัติโครงการ
(นายเกรียง กฤษณ์)
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพิษณุโลก

กำหนดการ มหกรรม นคร วังทอง สร้างสุข
อำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลก ปีงบประมาณ 2568

วันที่ 22 มกราคม 2568

ณ ห้องประชุมประสานแผนพัฒนาท้องถิ่นระดับจังหวัด อำเภอวังทอง

เวลา	หัวข้อกิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
08.30 น. – 09.00 น.	ลงทะเบียน	
09.00 น. – 10.00 น.	พิธีเปิดการอบรม โดย นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพิษณุโลก ประธานพิธีเปิด ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังทอง ประธาน คปสอ.วังทอง ผู้ กล่าวรายงาน	พิธีกร วลัยพร พงษ์มณี พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ สสอ.วังทอง
10.00 น. – 11.00 น.	บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับ นคร วังทอง - น น้ำตาล คุยเฟื่องเรื่องน้ำตาล - ค เครื่องมือ (Application) สนับสนุนการออกกำลังกาย - ร ครอบรู้ ครอบรอบ : รู้เรา รู้เสี่ยง รู้ปรับ	นางสาวรมิตา ต๊ะเทียน นักโภชนาการชำนาญการ โรงพยาบาลวังทอง นางกัญติศา สายพันธ์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สต.บ้านน้ำพรม
10.00 น. - 10.15 น.	พักรับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม	รับระหว่างการบรรยาย
11.00 น. – 12.00 น.	เดินชมบูทนิทรรศการ และร่วมสะสมของรางวัล - Fit With Friend - HUB – Care - ปรงรักปรงรส - health food board	พยาบาลวิชาชีพ ผู้รับผิดชอบงาน โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง อ.วังทอง
12.00 น. – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
13.00 น. – 13.30 น.	อภิปราย ตอบข้อซักถาม ทบทวนเป้าหมาย	นายมนต์เกียรติ ทักษณา สาธารณสุขอำเภอวังทอง

กำหนดการ มหกรรม นคร วังทอง สร้างสุข
อำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลก ปีงบประมาณ 2568

วันที่ 22 มกราคม 2568

ณ ห้องประชุมประสานแผนพัฒนาท้องถิ่นระดับจังหวัด อำเภอวังทอง

เวลา	หัวข้อกิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
08.30 น. – 09.00 น.	ลงทะเบียน	
09.00 น. – 10.00 น.	พิธีเปิดการอบรม โดย นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพิษณุโลก ประธานพิธีเปิด ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังทอง ประธาน คปสอ.วังทอง ผู้ กล่าวรายงาน	พิธีกร วลัยพร พงษ์มณี พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ สสอ.วังทอง
10.00 น. – 11.00 น.	บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับ นคร วังทอง - น น้ำตาล คุยเฟื่องเรื่องน้ำตาล - ค เครื่องมือ (Application) สนับสนุนการออกกำลังกาย - ร รอบรู้ รื้อรอบ : รู้เรา รู้เสี่ยง รู้ปรับ	นางสาวรมิดา ต๊ะเทียน นักโภชนาการชำนาญการ โรงพยาบาลวังทอง นางกันติชา สายพันธ์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สต.บ้านน้ำพรม
10.00 น. - 10.15 น.	พักรับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม	รับระหว่างการบรรยาย
11.00 น. – 12.00 น.	เดินชมบูทนิทรรศการ และร่วมสะสมของรางวัล - Fit With Friend - HUB – Care - ปรงรักปรงรส - health food board	พยาบาลวิชาชีพ ผู้รับผิดชอบงาน โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง อ.วังทอง
12.00 น. – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
13.00 น. – 13.30 น.	อภิปราย ตอบข้อซักถาม ทบทวนเป้าหมาย	นายมนต์เกียรติ ทักษณา สาธารณสุขอำเภอวังทอง