**งานวิจัย/บทความ เผยแพร่ KMblog สสจ.กาฬสินธุ์**

**1. ชื่องานวิจัย/บทความ** ผลการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพบุคลากรกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยโรค NCD

โรงพยาบาลเขาวงด้วยหลักการแพทย์วิถีธรรมและสมาธิบำบัด SKT

**2. ชื่อผู้วิจัย** : นางอดิศร อุดรทักษ์ นางวิชชุนี ละม้ายศรี นางยุวดี คาดีวี

**4. ปีที่จัดทำ** : 2560

**5. หลักการและเหตุผล** :

 สุขภาพของบุคลากรมีผลกับการจัดบริการ และผลลัพธ์การดำเนินงานขององค์กรโดยรวม การดูแลสุขภาพของบุคลากร นอกจากจะดูแลปกป้องจากปัจจัยอันตราย จากสภาพแวดล้อมการทำหน้าที่ไม่ปลอดภัย ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของบุคลากร แล้วยังต้องดูแลให้ครอบคลุมถึงปัญหาโรคภัยไข้เจ็บที่ไม่เกี่ยวข้องกับการทำงานอีกจำนวนมาก เช่นอุบัติเหตุ จากการทำงาน โรคกลุ่ม NCD ไม่ว่าจะเป็นโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด เป็นต้น

 จากการสำรวจข้อมูลสุขภาพ ปี 2559 โดยการตรวจเลือดประจำปี การสัมภาษณ์ พบ มีดัชนีมวลกาย ≥ 25 Km/m2 ร้อยละ 16.51 การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูงเป็นประจำร้อยละ 3.8 และบ่อยครั้งร้อยละ 31.32 นอกจากนี้มีบุคลากรป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง 13 คน เบาหวาน 5 คน และมีภาวะไขมันในเลือดสูง โดยไตรกลีเซอร์ไรด์ในเลือดสูง 20 คนและคลอเรสเตอรอลสูง 45 คน

 จากข้อมูลเบื้องต้น คณะทำงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ได้มองเห็นความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรของโรงพยาบาล ปี 2560 จึงมีการดำเนินงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพโดยใช้หลักการแพทย์วิถีธรรมและสมาธิบำบัด SKT ผลการศึกษาที่ได้จะช่วยให้มีแนวทางการพัฒนาสุขภาพบุคคลากรที่มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น

**6.วัตถุประสงค์** :

 6.1 เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพ ด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และอารมณ์

ของบุคลากรโรงพยาบาลเขาวง กลุ่มเสี่ยง ที่มีภาวะ BMI สูง ไขมันในเลือดสูง และกลุ่มป่วยโรค NCD

 6.2 เพื่อศึกษาผลการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ด้วยหลักการแพทย์วิถีธรรมและสมาธิบำบัด SKT

**7.** **กลุ่มเป้าหมาย** : บุคลากรของโรงพยาบาลที่มีภาวะ BMI สูง ไขมันในเลือดสูง และกลุ่มป่วยโรค NCD ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ

**8.** **เครื่องมือ** : แบบสอบถามประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และอารมณ์

 : แบบสัมภาษณ์ การนำแพทย์วิถีธรรมและสมาธิบำบัด SKT มาใช้ในการปรับพฤติกรรมสุขภาพ

**9. ขั้นตอนการดำเนินงาน** :

 9.1 ประชุมคณะกรรมการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพบุคลากร เพื่อกำหนดแผนงาน/โครงการดำเนินงาน

 9.2 อบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อปรับพฤติกรรมสุขภาพกลุ่มเสี่ยงที่มีภาวะ BMI ไขมันในเลือดสูง และกลุ่มป่วยโรค NCD ด้วยหลักการแพทย์วิถีธรรมและสมาธิบำบัด SKT

 9.3 สัมภาษณ์ การนำแพทย์วิถีธรรมและสมาธิบำบัด SKT มาใช้ในการปรับพฤติกรรมสุขภาพหลังการอบรม 1 เดือน

 9.4 ติดตามประเมินผล สรุปและถอดบทเรียนผลการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ด้วยหลักการแพทย์วิถีธรรมและสมาธิบำบัด SKT ทุกสามเดือน

 9.5 เขียนรายงาน

**10. คำสำคัญ** : พัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ, แพทย์วิถีธรรม, สมาธิบำบัด SKT

**11. ประเภทผลงาน** : CQI, ***R2R***, วิจัย, เรื่องเล่า

**12. สถานะ** : ***จัดทำโครงร่าง, เสนอโครงร่าง***, วิเคราะห์ข้อมูล, จัดทำรายงาน

**13. อำเภอ** : เขาวง

**14. โครงการกองทุน** : -

**15. รพ.สต. ที่รับผิดชอบ** :