**ชื่อเรื่อง:** การสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่

ในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลนามน

**ผู้ศึกษา :** นางรัชฎาภรณ์ ภูโอบ และคณะ แผนกผู้ป่วยนอก กลุ่มการพยาบาล โรงพยาบาลนามน

**หลักการและเหตุผล**:

ปัจจุบันอำเภอนามนมีจำนวนผู้ป่วยเบาหวานมากกว่า 1,500 ราย เป็นผู้ป่วยเบาหวานไม่มีโรคร่วม 1,372 ราย ผู้ป่วยเบาหวานมีโรคความดันโลหิตร่วม 169 ราย และมีจำนวนผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ ย้อนหลัง 3 ปี ปี 2557 – 2559 คือ 53,93,82 ราย ตามลำดับ ซึ่งพบว่าจำนวนผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ

จากการดำเนินงานควบคุม ป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ในเขตพื้นที่อำเภอนามน พบว่า มีจำนวนผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่แต่ละปีเพิ่มมากขึ้น และอัตราการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีอยู่ในระดับต่ำ ผู้ศึกษาจึงได้เล็งเห็นถึงความสำคัญในการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องให้แก่ผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ เพื่อให้สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ดีได้ โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ยา การรับประทานอาหาร และการออกกำลังกายที่เหมาะสมแก่ผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ทุกราย

**วัตถุประสงค์**:

1. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดี
2. เพื่อเพิ่มอัตราการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดี ( HbA1C < 7 % )

**กลุ่มเป้าหมาย** :

ผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ ปี 2559 จำนวน 82 คน ปี 2560 ไตรมาสที่ 1 จำนวน 10 คน รวม 92 คน

**เครื่องมือ**:

1. แบบประเมินภาวะสุขภาพผู้ป่วยเบาหวาน
2. วิเคราะห์จากเวชระเบียนผู้ป่วย

**ขั้นตอนดำเนินการ**:

1. ประชุมชี้แจงขั้นตอนการดำเนินงาน
2. ให้ความรู้แก่ผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ ในด้านโภชนาการ การรับประทานยา และการออกกำลังกาย
3. ติดตามระดับน้ำตาลในเลือดผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ก่อนเข้าร่วมโครงการ
4. ประเมิน ติดตามการดูแลตนเองของผู้ป่วย โดยใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพ
5. ติดตามระดับน้ำตาลในเลือดผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่หลังเข้าร่วมโครงการ
6. มอบเกียรติบัตรแก่ผู้ป่วยเบาหวานที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดี
7. สรุปผลการดำเนินงาน และรายงานผลให้ผู้บริหารทราบ

**ตัวชี้วัด**:

1. ร้อยละผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ได้รับความรู้ ร้อยละ 100
2. อัตราการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด HbA1C < 7 % ≥ 80 %

**คำสำคัญ**:

การสร้างเสริมสุขภาพ, พฤติกรรมสุขภาพ, ผู้ป่วยเบาหวาน , ผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่, ระดับน้ำตาลในเลือด