## **ชื่อโครงการ** พัฒนาระบบระบบบริการการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงแบบมีส่วนร่วม

## ปี 2559

1. **หน่วยงานที่รับผิดชอบ** โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโนนสูง อำเภอยางตลาด จังหวัดกาฬสินธุ์

## **หลักการและเหตุผล**

ปัจจุบันเศรษฐกิจและสังคมของประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของประชาชน ประชาชนมีการแข่งขันสร้างความมั่นคงให้แก่ครอบครัว นิยมวัฒนธรรมตะวันตกมากขึ้น จึงทำให้วิถีชีวิตมีการเปลี่ยนแปลง เช่น การเร่งรีบกับการทำงาน บริโภคอาหารโดยไม่ได้คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการ มีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อยลง ขาดการออกำลังกาย เครียด ทำให้มีโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ซึ่งเป็นปัญหาสำคัญทางด้านสาธารณสุข เป็นกลุ่มโรคที่มีปัจจัยสาเหตุการนำสู่โรคจากปัจจัยเสี่ยงร่วม และเสียชีวิตก่อนวัยอันควร ซึ่งโรคนี้สามารถป้องกันได้โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น การรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ และมีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสม การมีสุขภาพจิตที่ดี

ในแต่ละเดือนผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในเขตตำบลโนนสูงมารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเป็นจำนวนมาก ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มผู้ป่วยที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับที่ดี นั่นคือสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในระดับปกติได้ มีเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่ไม่สามรถควบคุมได้แต่ก็ไม่ถึงขั้นรุนแรง กรณีที่ผู้ป่วยไม่สามารถคุมระดับน้ำตาลในเลือดและควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในระดับปกติได้ โรงพยาบาลจำเป็นต้องส่งผู้ป่วยกลับไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาล ทั้งนี้การที่ผู้ป่วยนั้นจะสามารถดูแลตนเองและอยู่กับโรคที่เป็นได้โดยที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนใดๆ นั้น ย่อมเกิดจากความตระหนักของผู้ป่วยและญาติที่ช่วยกันดูแลซึ่งกันและกัน จนก่อให้เกิดพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยที่เหมาะสม สามารถเป็นต้นแบบที่ดีแก่ผู้ป่วยคนอื่นๆ ได้ ทั้งนี้ทางโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโนนสูงได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการดูแลตนเองของผู้ป่วย เพราะเชื่อว่าการมีต้นแบบหรือโมเดลที่ดีย่อมส่งผลให้เกิดการเลียนแบบเรียนรู้ที่ดีตามมาด้วย จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาระบบระบบบริการการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงแบบมีส่วนร่วม ขึ้นเพื่อให้เกิดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองให้เหมาะสม เป็นต้นแบบที่ดีแก่บุคคลอื่นได้อีกต่อไปในอนาคต

##### วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาคลินิกเบาหวานและความดันโลหิตสูงแบบมีส่วนร่วม
2. เพื่อจัดกระบวนการส่งเสริมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยแบบมีส่วนร่วม
3. เพื่อให้ผู้ป่วยตระหนักและเห็นความสำคัญในการดูและตนเองเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน
4. เพื่อส่งเสริมให้มีบุคคลต้นแบบในชุมชนเพื่อพัฒนาอย่างต่อเนื่องและยังยืน

4. เป้าหมาย

1. ผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงที่มารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโนนสูง

##### 5. วิธีการดำเนินงาน

1. ประชุมชี้แจงนำเสนอโครงการ
2. เสนอโครงการ
3. ดำเนินงานตามโครงการ
* จัดคลินิกให้บริการผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
* จัดกิจกรรมกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้การดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงภายในคลินิกไตรมาสละ 1 ครั้ง
* จัดเวทีเชิดชูบุคคลต้นแบบผู้ป่วยที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในระดับปกติได้
1. สรุปผลการดำเนินงาน

##### 6.ระยะเวลาดำเนินงาน

- ตุลาคม 2558 – กันยายน 2559

##### 7. ผลคาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องเหมาะสมตามโรคประจำตัว
2. ผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงมีการสร้างแรงบัลดาลในการดูแลสุขภาพและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพไปในทางที่เหมาะสมเพื่อลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ตามมา

ชุมชนมีต้นแบบผู้ป่วยฯ ในการดูแลสุขภาพของตนเองและประชาชนในชุมชน