



แผนการนำความเชี่ยวชาญ (Faculty practice) ไปให้บริการแก่ผู้รับบริการ ปีการศึกษา 2566
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปาง คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

1. ชื่อ - สกุล นางวนิดา อินทราชา ตำแหน่ง อาจารย์
2. อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ.....
(ระบุชื่อผู้ร่วมให้ครบ) ชื่อ - สกุล นางสาวตยารัตน์ พุทธิมณี ตำแหน่ง อาจารย์
3. ผู้รับบริการ/ประเภทผู้ป่วย ผู้สูงอายุที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
4. หน่วยบริการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลบ้านต้นมื่น อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง
5. แผนพัฒนารายบุคคล (Individual Development plan) ตามความเชี่ยวชาญของอาจารย์พยาบาล

ความเชี่ยวชาญ	เป้าหมาย (เน้นการเพิ่มพูนสมรรถนะ)	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วย)	ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ประโยชน์ที่เกิด กับผู้รับบริการ)
การส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่มี ภาวะข้อเข่าเสื่อม	พัฒนาความเชี่ยวชาญในการส่งเสริม สุขภาพของผู้สูงอายุที่มีภาวะข้อเข่า เสื่อม	1. เพื่อให้ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมที่ใน ชุมชนได้รับการประเมินภาวะสุขภาพ อย่างครอบคลุมเพื่อป้องกันการพลัดตก หกล้ม 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมได้รับ การส่งเสริมสุขภาพเพื่อเสริมสร้างมวล กล้ามเนื้อ	1. ผู้สูงอายุที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อมมีความ เสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มลดลง 2. ผู้สูงอายุที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อมไม่เกิด ภาวะแทรกซ้อนและมีความรุนแรงของ โรคลดลง 3. ผู้สูงอายุที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อมมี คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น สามารถพึ่งพา ตนเองได้

ลงชื่อ.....วนิดา อินทราชา.....

(นางวนิดา อินทราชา)

วันที่ 29 พฤษภาคม 2566

หมายเหตุ กรณีทำเป็นกลุ่ม/ หมู่คณะ โปรดระบุรายละเอียดและลงนามให้ครบทุกท่าน

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของผู้บังคับบัญชา

ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ ของผู้บังคับบัญชาชั้นต้น (หัวหน้าสาขา)

เห็นชอบ เนื่องจาก

สอดคล้องกับความเชี่ยวชาญของอาจารย์

ระยะเวลาดำเนินการไม่เข้าซ้อนกับภาระงานสอน

ไม่เห็นชอบ เนื่องจาก

ลงชื่อ.....เอกรัตน์...เชื้ออินตา

(นางสาวเอกรัตน์...เชื้ออินตา)

หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

วันที่ 31 พฤษภาคม 2566

ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ ของผู้อำนวยการ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ

๒๓๓๗

(นางปานทิพย์ ปุราณนท์)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง

วันที่ 2 มิถุนายน 2566



แบบบันทึกผลการทำ Faculty practice รายบุคคล ปีการศึกษา 2564
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปาง คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

1. ชื่อ - สกุล นางสาวนิตา อินทราชา ตำแหน่ง อาจารย์
2. อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ.....
(ระบุชื่อผู้ร่วม) ชื่อ - สกุล นางสาวตยารัตน์ พุทธิมิณี ตำแหน่ง อาจารย์
3. ความเชี่ยวชาญ การพยาบาลผู้สูงอายุที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
4. หน่วยบริการ..โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลบ้านทุ่งมันเหนือ
5. เวลาการนำความเชี่ยวชาญไปให้บริการ 12 กค.66 – 28 กย.2566 เวลา 8 – 12 น.
6. แบบบันทึกผลการทำ Faculty practice ตามความเชี่ยวชาญของอาจารย์พยาบาล

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ	วัน/เดือน/ปี เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้น ผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ ได้รับ)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct care)/Consultation กับ พยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
การพยาบาลผู้สูงอายุที่มีภาวะ ข้อเข่าเสื่อม	วันที่ 12-13 กค. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.) วันที่ 19-20 กค. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.)	1. เพื่อให้ผู้สูงอายุโรคข้อเข่า เสื่อมที่ในชุมชนได้รับการ ประเมินภาวะสุขภาพอย่าง	1. ให้บริการการประเมินภาวะ สุขภาพอย่างครอบคลุมเพื่อ ป้องกันการพลัดตกหกล้ม ร่วมกับ ทีมพยาบาล เช่น Fall risk,	1.จากการประเมินภาวะ สุขภาพอย่างครอบคลุมเพื่อ ป้องกันการพลัดตกหกล้ม ใน ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ	วัน/เดือน/ปี เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้น ผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ ได้รับ)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct care)/Consultation กับ พยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
	<p>วันที่ 26-27 กค. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.)</p> <p>วันที่ 2-3 สค. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.)</p> <p>วันที่ 9-10 สค. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.)</p> <p>วันที่ 16-17 สค. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.)</p> <p>วันที่ 23-24 สค. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.)</p> <p>วันที่ 30-31 สค. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.)</p> <p>วันที่ 7-8 กย. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.)</p> <p>วันที่ 14-15 กย. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.)</p> <p>วันที่ 21-22 กย. 2566 เวลา 8-12 น. (8 ชม.)</p> <p>วันที่ 27-28 กย. 2566</p>	<p>ครอบคลุมเพื่อป้องกันการพลัด ตกหกล้ม</p> <p>2. เพื่อให้ผู้สูงอายุโรคข้อเข่า เสื่อมได้รับการส่งเสริมสุขภาพ เพื่อเสริมสร้างมวลกล้ามเนื้อ</p>	<p>TUGT, Malnutrition, Urinary incontinence และ Dementia เป็นต้น</p> <p>2. ให้บริการประเมินสมรรถภาพ ทางกาย ได้แก่ การลุกยืนจาก เก้าอี้ (จำนวนครั้ง) เดินย้าเท้า 2 นาทีก่อน (จำนวนครั้ง) ลูกเดินจาก เก้าอี้ไป-กลับ (วินาที) และการ ทรงตัว (วินาที) โดยทำก่อนและ หลังใช้โปรแกรมเสริมสร้างมวล กล้ามเนื้อ</p> <p>3. ให้บริการตรวจวัดองค์ประกอบ ของร่างกาย ได้แก่ มวลกล้ามเนื้อ มวลกระดูก และมวลไขมัน เพื่อ ประเมินความเสี่ยงต่อการพลัดตก หกล้ม</p>	<p>จำนวน 27 คน พบว่าส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง ร้อยละ 96.67 มี อายุระหว่าง 71 - 80 ปี ร้อย ละ 46.67 อีกทั้งมีดัชนีมวลกาย อยู่ในเกณฑ์ปกติ (23.0 - 24.9kg/m²) ส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุอยู่ในกลุ่มพึ่งพาตนเอง ได้ส่วนใหญ่ มีคะแนน ADL มากกว่า 12 คะแนน ร้อยละ 98.9 เสี่ยงต่อการพลัดตก หกล้ม คิดเป็นร้อยละ 6.25 เสี่ยง ต่อภาวะทุพโภชนาการ คิดเป็น ร้อยละ 9.30 มีปัญหาหกล้ม ปีสภาวะไม่อยู่ คิดเป็นร้อยละ 6.25 เสี่ยงต่อภาวะสมองเสื่อม ร้อยละ 3.12 มีภาวะซึมเศร้า ในระดับเล็กน้อย ร้อยละ 3.12 2.จากการให้บริการตรวจวัด องค์ประกอบของร่างกาย</p>

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ	วัน/เดือน/ปี เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้น ผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ ได้รับ)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct care)/Consultation กับ พยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
	เวลา 8-12 น. (8 ชม.) รวม 96 ชั่วโมง		<p>4. จัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพเพื่อเพิ่มความเพิ่มมวลกล้ามเนื้อ โดยใช้โปรแกรมการสร้างเสริมมวลกล้ามเนื้อสำหรับผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ร่วมกับเจ้าหน้าที่ ได้แก่ การให้ความรู้เรื่องโรค การสาธิตบริหารข้อเข่า การออกกำลังกายที่เสริมสร้างมวลกล้ามเนื้อ และการรับประทานอาหาร พร้อมให้คู่มือการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมเพื่อเสริมสร้างมวลกล้ามเนื้อ</p> <p>5. ติดตามเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมที่บ้านร่วมกับทีมเจ้าหน้าที่ เพื่อประเมินผลการดูแลตนเองและให้คำปรึกษาเพื่อแก้ไขปัญหาและอุปสรรค</p> <p>6. นัดผู้สูงอายุที่ได้รับการให้บริการส่งเสริมสุขภาพเพื่อประเมินความ</p>	<p>พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีภาวะมวลกล้ามเนื้อน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 78.5 มวลไขมันสูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 58.5 และมวลกระดูกต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 66</p> <p>3.จากการนำโปรแกรมการสร้างเสริมมวลกล้ามเนื้อ มาใช้ในการบริการส่งเสริมสุขภาพเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ เช่น การให้ความรู้เรื่องโรค การสาธิตบริหารข้อเข่า การออกกำลังกายที่เสริมสร้างมวลกล้ามเนื้อ และส่งเสริมการรับประทานอาหารที่เสริมสร้างมวลกล้ามเนื้อ พบว่า</p> <p>3.1 ผู้สูงอายุมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อโดยวัดจากการ</p>

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ	วัน/เดือน/ปี เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้น ผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ ได้รับ)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct care)/Consultation กับ พยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
			<p>แข็งแรงของกล้ามเนื้อ การเดิน และการทรงตัว (TUGT)</p> <p>7. ประเมินผลความพึงพอใจต่อ การให้บริการการส่งเสริมสุขภาพ</p>	<p>ประเมินสมรรถภาพทางกาย เพิ่มขึ้น</p> <p>3.2 ประสิทธิภาพในการเดิน และการทรงตัวดีขึ้น โดยมี ค่าเฉลี่ยของ TUGT ลดลง</p> <p>3.3 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีค่าเฉลี่ย ของมวลกล้ามเนื้อรวมเพิ่มขึ้น ส่วนมวลไขมันมีค่าลดลง ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการส่งเสริม มวลกล้ามเนื้อในผู้สูงอายุโรค ข้อเข่าเป็นสิ่งสำคัญในการเพิ่ม สมรรถภาพทางกาย ซึ่งจะ ส่งผลต่อการดูแลตนเองใน ชีวิตประจำวัน</p> <p>4. จากการประเมินผลความพึง พอใจต่อการให้คำแนะนำการ ดูแลตนเองในขณะที่อยู่ โรงพยาบาลและที่บ้าน พบว่า อยู่ระดับที่ดีมาก ร้อยละ 88.8</p>

7. รวมจำนวนชั่วโมงให้บริการตามความเชี่ยวชาญ.....96..... ชั่วโมง

8. สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

ในปัจจุบันผู้สูงอายุโรคข้อเสื่อมมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น และมีปัญหาเรื่องมวลกล้ามเนื้อเป็นจำนวนมาก ถ้าโรคมีความรุนแรงเพิ่มขึ้นหรือเกิดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ จะทำให้เกิดภาวะเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มเพิ่มมากขึ้น และส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวันได้ จึงเกิดแนวคิดในการออกแบบโปรแกรมการสร้างเสริมมวลกล้ามเนื้อในผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ซึ่งประกอบด้วย 1. การออกกำลังกายแบบมีแรงต้านและการเดิน 2. การส่งเสริมภาวะโภชนาการและ 3. การส่งเสริมการทรงตัวและการมีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสม สามารถกระตุ้นให้เกิดการสร้างกล้ามเนื้อและทำให้มวลกล้ามเนื้อในร่างกายเพิ่มขึ้นได้ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อบริเวณขาและข้อเข่า นอกจากนี้ผู้สูงอายุโรคข้อเสื่อมยังเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มจากปัจจัยอื่น ๆ ดังนั้นควรประเมินสุขภาพผู้สูงอายุแบบครอบคลุม เพื่อค้นหาสาเหตุและปัจจัยส่งเสริมต่าง ๆ เพื่อนำมาใช้ในการวางแผนให้พยาบาลเพื่อป้องกันการพลัดตกหกล้มให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

ขอรับรองว่าข้อมูลการปฏิบัติการพยาบาลในหน่วยบริการสุขภาพของข้าพเจ้าเป็นความจริงทุกประการ และได้ส่งหลักฐานผลลัพธ์การเพิ่มพูนทักษะปฏิบัติการพยาบาล (Faculty practice) ประกอบแนบมาด้วยแล้ว

ลงชื่อ.....วนิดา อินทราชา.....

(...นางวนิดา อินทราชา.....)

อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

ขอรับรองว่า .นางวนิดา อินทราชา..... ได้มีการเพิ่มพูนทักษะปฏิบัติการพยาบาล (Faculty practice) ครบถ้วนตามตารางการปฏิบัติงานและครบถ้วนตาม
วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ ของผู้บังคับบัญชาชั้นต้น

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

ลงชื่อ.....เอกรัตน์ เชื้ออินธา.....

(.....นางสาวเอกรัตน์ เชื้ออินธา.....)

หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

วันที่ 2 ตุลาคม 2566

ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ ของผู้อำนวยการ

.....
.....

ลงชื่อ



(นางปานทิพย์ ปุรณานนท์)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง

วันที่ 5 ตุลาคม 2566