

การทำแผนพัฒนารายบุคคล (Individual Development Plan) ตามความเชี่ยวชาญของอาจารย์พยาบาล
ปีการศึกษา 2565

ภาควิชา/ ชื่ออาจารย์	ความเชี่ยวชาญ/ หน่วยให้บริการ	เป้าหมาย (เน้นการเพิ่มพูนสมรรถนะ ของอาจารย์)	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วย)	ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้ป่วยบริการ)
สาขาวิชาการพยาบาลจิต เวชและสุขภาพจิต นายประกาศ ณะ เวลาให้บริการ เดือน ก.ค.- ก.ย. 65 และ ม.ค.- มี.ค. 66 เวลา 08.30-16.30 น.	สารเสพติด โรคจิตจากการใช้สาร เสพติด ที่รพ.สต.หนองยาวและ ชุมชนเมือง จังหวัดสระบุรี	เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญ ในการพยาบาลผู้ติดสาร เสพติด บุหรี่ และสุรา	1.สอนทักษะการปฏิบัติ 2.การเชิญชวนในการเลิกบุหรี่ และสุรา	1.ผู้ป่วยจิตเวชที่เกิดจากการใช้สารเสพติด ตระหนักรู้และเห็นถึงโทษภัยจาก การสูบบุหรี่ และสุรา 2.ผู้ป่วยจิตเวชที่เกิดจากการใช้สารเสพติด สามารถ ลด เลิกสูบบุหรี่และสุรา ได้

การทำแบบบันทึก ผลการทำ Faculty Practice รายบุคคล (Individual Development Plan) สาขาวิชาพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต

1. ชื่อ นายประกาศ ธนะ ความเชี่ยวชาญ สารเสพติด โรคทางจิตจากสารเสพติด
2. หน่วยงานให้บริการ รพ.สต. หนองยาวและชุมชนเมือง จังหวัดสระบุรี เป้าหมาย เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการพยาบาลผู้ติดสารเสพติด บุหรี่ และสุรา
3. เวลาการนำความเชี่ยวชาญไปให้บริการ เดือน 21,22,25 กค. 23,25,26 สค. 1,2,5 กย. 65 และวันที่ 25,26 ม.ค. 23,24 ก.พ. 21,22 มี.ค. 66 เวลา 08.30-16.30 น.

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้นผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ชัดเจน)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
<p>การดูแลผู้ติดสารเสพติดในชุมชน ที่ยังมีประวัติการกลับไปใช้เสพยาติอกทั้งที่เสพยาติอกทั้งที่ป่วยเป็นโรคทางจิตเวชแล้ว</p> <p>เป็นโรคทางจิตเวชแล้ว วันที่ 21,22,25 กค.65 23,25,26 สค. 65 1,2,5 กย. 65 25,26 ม.ค. 66 23,24 ก.พ. 66 21,22 มี.ค. 66 เวลา 08.30-16.30 น.</p>	<p>1.ผู้ติดสารเสพติดที่ยังมีประวัติการกลับไปใช้เสพยาติอกทั้งที่ป่วยเป็นโรคทางจิตเวชแล้ว</p>	<p>เทคนิคการเลิกบุหรี่ 5A 5R 5D</p> <p>วิธีการส่งเสริมเพื่อให้กลุ่มเสี่ยง(RISK)ในการเลิกบุหรี่ ด้วยกิจกรรม 5A = ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ask = การถาม ผู้ที่สูบบุหรี่ถึงพฤติกรรมในการสูบบุหรี่ 2. Advise = การให้คำแนะนำถึงอันตรายการสูบบุหรี่ ความเสี่ยงต่อการเกิดโรค แนะนำการลด การเลิกการสูบบุหรี่ การเข้าถึงบริการในคลินิก “อดบุหรี่” 3. Assess = การประเมินว่าบุคคลนั้นติดบุหรี่เพราะความเคยชินหรือการติดบุหรี่จริงๆ ควรบำบัดด้วยการ Empowerment / การจูงใจ (Motivation) หรือควรรักษาด้วยยาในคลินิก “อดบุหรี่” 4. Assist = การช่วยเหลือด้วยการบำบัด (Therapy) หรือการรักษาด้วยยา 5. Arrange follow-up = การจัดการติดตามผลในระยะระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมและภายหลังการสิ้นสุดกิจกรรม/โครงการ “เลิกบุหรี่เป็นคนดีศรีสังคม” <p>การให้คำปรึกษา (Counseling) และจูงใจ(Motivation)ให้เลิกบุหรี่</p>	<p>ผู้ป่วยที่มีอาการทางจิตที่สูบบุหรี่ จำนวน 4 ราย ได้ส่งเสริมและให้กำลังใจในการเลิกบุหรี่ ซึ่งเห็นโทษและภัยจากบุหรี่ ทำให้เกิดความตระหนักรู้และเห็นถึงโทษภัยจากการสูบบุหรี่ แต่ยังไม่สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ทันที</p>

การให้บริการตาม ความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้น ผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ชัดเจน)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้ป่วยบริการ)
		<p>กิจกรรม SR = ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relevance = การทำกิจกรรมให้ตรงประเด็นและสอดคล้องกับสิ่งที่สนใจของผู้รับผู้รับหรือ 2. Risks = ให้ข้อมูลกับผู้รับหรือ ผู้ใกล้ชิดญาติ ผู้เกี่ยวข้องถึงความเสี่ยง ขาดเสีย ภัยอันตราย โรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ 3. Rewards = ข้อดีที่จะได้รับจากการหยุดใช้บุหรี่ เป็นรางวัลสำหรับตนเอง บุคคลใกล้ชิดอันเป็นที่รัก ห่วงใย 4. Road blocks = อุปสรรค ปัญหา สิ่งที่เป็นข้อขัดขวาง รวมถึงการให้คำแนะนำ/วิธีการแก้ไข 5. Repetition = การกระทำซ้ำ ๆ ในทุก ๆ ครั้งของการมาติดต่อ / การบำบัดรักษา <p>การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Behavior Change) เพื่อเลิกบุหรี่อย่างยั่งยืน (Sustainability) ด้วยกิจกรรม 5D = ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Delay = อย่าย่ำบุหรี่ทันทีที่อยากสูบบุหรี่ 2. Deep Breath = การหายใจเข้าออกลึกๆจำนวน 5-10 ครั้ง 3. Drink Water = การดื่มน้ำชา ๆ หรือ การจิบน้ำหรืออมน้ำ 4. Do something else = การหาสิ่งอื่นทำแทนการสูบบุหรี่ 5. Destination = การให้คิดถึงผลดีของการเลิกสูบบุหรี่ 	

รวมชั่วโมงให้บริการตามความเชี่ยวชาญ 120 ชั่วโมง

สรุปสิ่งที่ได้รับการให้บริกรรมความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

สรุปสิ่งที่ได้รับการให้บริกรรมความเชี่ยวชาญ

๑. ได้พัฒนาความเชี่ยวชาญการพยาบาลผู้ป่วยติดสารเสพติด
๒. ได้เชิญชวนและชักจูงให้ผู้ป่วยที่ติดบุหรี่เลิกสูบบุหรี่
๓. ได้ฝึกใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการแก้ปัญหาการติดสารเสพติด

แนวทางการพัฒนา

ค้นหาวิธีการสร้างแรงจูงใจ และการช่วยให้เลิกสูบบุหรี่ได้อย่างเด็ดขาด

อาจารย์
(นายประภาส ณะ)

อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต

ผู้ลงนามรับรอง
(นางดวงดาว อุบลรัมย์)

หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต

ผู้ลงนามรับรอง
(นางสาวประภท รัชต์ศรี)

รักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี สระบุรี