

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี

การวางแผนพัฒนารายบุคคล (Individual Development Plan) ตามความเชี่ยวชาญของอาจารย์พยาบาล

กลุ่มวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน ปีการศึกษา 2565

ภาควิชา/ชื่ออาจารย์	ความเชี่ยวชาญ/หน่วยให้บริการ	เป้าหมาย (เห็นการเพิ่มพูนสมรรถนะของอาจารย์)	วัตถุประสงค์ (เห็นการดูแลผู้ป่วย)	ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
นางจิราภรณ์ ชื่นน้า เวลาให้บริการ เดือน กันยายน 2565 ถึง มกราคม 2566 เวลา 08.30-16.30 น.	ความเชี่ยวชาญ การพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานโดยใช้แนวคิดสห.โมเดล หน่วยให้บริการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลต้นตาล อำเภอเสาไห้ จังหวัดสระบุรี	เพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานโดยใช้แนวคิดสห.โมเดล	1.ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานสามารถดูแลตนเองได้ตามแนวคิดสห.โมเดล	1.เพื่อให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยงสามารถดูแลตนเองโดยใช้แนวคิดสห.โมเดลได้ 2.เพื่อให้ประชาชนกลุ่มป่วยมีความรู้ความเข้าใจระดับสีตามแนวคิดสห.โมเดลและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 3 อ. 3 ล.ได้

.....

อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน
(นางจิราภรณ์ ชื่นน้า)

แบบบันทึก ผลการทำ **Faculty Practice** รายบุคคล (**Individual Development Plan**) สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน

1. ชื่อ นางจิราภรณ์ ชื่นน้า ความเชี่ยวชาญ การพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานโดยใช้แนวคิดสห.โมเดล
 2. หน่วยให้บริการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลต้นตาล อำเภอเสนาห์ จังหวัดสระบุรี
- เป้าหมาย เพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานโดยใช้แนวคิดสห.โมเดล

3. เวลาการนำความเชี่ยวชาญไปให้บริการ เดือน ส.ค.65- ต.ค. 65 เวลา 08.00-16.30 น.

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้นผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ดีขึ้น)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
การพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานโดยใช้สบบช.โมเดล 15 ส.ค. 65: 08.00-16.30 น. 16 ส.ค. 65: 08.00-16.30 น. 17 ส.ค. 65: 08.00-16.30 น. 18 ส.ค. 65: 08.00-16.30 น.	1.ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานสามารถดูแลตนเองได้ตามแนวคิดสบบช.โมเดล	1. ช่วยคัดกรองประชาชนที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่อาศัยในพื้นที่ชุมชนต้นตาล หมู่ 2, 3, 4 และ 6 ตำบลต้นตาล อำเภอสทิงพระ โดยใช้แนวคิดสบบช.โมเดล 2. แปลผลการคัดกรองสุขภาพโดยใช้แนวคิดสบบช.โมเดล “ป้องกัน 7 สี” และค้นหาผู้ป่วยเบาหวานที่มีระดับน้ำตาลปลายนิ้วสูง 3. ชักประวัติการรักษาและการดูแลตนเอง	- สรุปผลการคัดกรองสุขภาพโดยใช้แนวคิดสบบช.โมเดล ใน 4 หมู่บ้าน พบป้องกัน กลุ่มปกติ สีขาว จำนวน 10 คน กลุ่มเสี่ยง สีเขียวอ่อน จำนวน 41 คน กลุ่มป่วย สีเขียวเข้ม จำนวน 39 คน สีเหลือง จำนวน 23 คน สีส้ม จำนวน 7 คน สีแดง จำนวน 5 คน สีดำ จำนวน 2 คน
19 ส.ค. 65: 08.00-16.30 น.	2. เพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิต	1. นัดหมายติดตามซ้ำในกลุ่มสีส้ม แดง และส่งต่อไปตรวจรักษาเพิ่มเติมที่รพ. เสาคูให้	พบผู้รับบริการอายุ 15 ปี DTX มากกว่า 250 mg/dL และส่งต่อไปตรวจรักษาเพิ่มเติมที่ร

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่ เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้นผล ลัพธ์ทางการพยาบาลที่ดีขึ้น)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
	หิตสูงและเบาหวานโดยใช้แนว ความคิดสข.โมเดล	2. โทรศัพท์ติดตามผลการปรับยาและรักษาเพิ่มเติมจากรพ.เสาให้ 3. ติดตามประเมินผล	พ.เสาให้ แพทย์นัดเจาะFasting Blood Sugar วันรุ่งขึ้น =250 mg/dL และให้รับประทานยาเบาหวานเลย ให้คำแนะนำตามหลัก 3อ. 3ล. และนัดติดตาม ผลน้ำตาลในเลือดลดลง ป้องกันเป็นสืเหลือง
	1.ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และเบาหวานสามารถดูแลตนเอง ได้ตามแนวความคิดสข.โมเดล	1. ศึกษาประวัติผู้รับบริการ/แฟ้มประวัติครอบครัวในผู้ป่วยโรคความดันและเบา หวานและกลุ่มเสี่ยงที่มีสีโป่งสั้ม แดง จำนวน 12 คน เพื่อนัดหมายติดตามเยี่ยมบ้านและให้คำแนะนำในการปฏิบัติตัวตามหลัก 3อ. 3ล. 2. ติดตามเยี่ยมบ้านผู้ป่วยที่มีสีโป่งสั้ม แดง เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลัก 3อ. 3ล. 3. Empowerment ผู้ป่วยและผู้ดูแลในการกำหนดเป้าหมายในการควบคุมโรค 4. ติดตามประเมินผล	

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่ เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้นพ ลัทธิทางการแพทย์ที่ดีขึ้น)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
27 ก.ย. 65: 08.00- 16.30 น.		-เยี่ยมครอบครัวผู้สูงอายุป่วยเป็นเบาหวานน้ำตาลล่าสุด 211 mg/dL วางแผนการดูแลร่วมกับครอบครัว โดยให้ผู้สูงอายุก้นหาสาเหตุของน้ำตาลขึ้นสูง พบว่า ที่ผ่านมารับประทานองุ่นหวานไร้เมล็ด จึง Empowerment เสริมพลังในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรับประทานผลไม้หวาน และแนะนำเรื่องอาหารโดยเน้นให้รับประทานข้าวกล้องแทนข้าวขาว การดูแลและเฝ้าโดยตรวจแผลที่เท้าทุกสัปดาห์ -ร่วมให้บริการตรวจรักษาโรคเบื้องต้นที่รพ.สต.ต้นตาล	นัดตรวจน้ำตาลปลายนิ้วซ้ำ ผลเลือดลดลงเหลือ 140 mg/dL ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรับประทาน ผลไม้รสหวาน และตรวจแผลที่เท้าทุกสัปดาห์
28 ก.ย. 65: 08.00- 16.30 น.		เยี่ยมบ้านชายอายุ 46 ปี DTXเดือนที่แล้ว 204 mg/dL BMI=26.99 รอบเอว= 96.5 ซม. BP=122/88mmHg สูบบุหรี่มากกว่า10 มวน/วัน กินอาหารรสจัดหวาน มัน เค็ม วางแผนการดูแลร่วมกับครอบครัว โดยให้คำแนะนำตามหลัก3อ. 3ล. อาหารให้ลดปริมาณข้าว ออกกำลังกาย แนะนำวิธีการเลิกบุหรี่ด้วยเทคนิค 5 A -ร่วมให้บริการตรวจรักษาโรคเบื้องต้นที่รพ.สต.ต้นตาล	นัดตรวจน้ำตาลปลายนิ้วซ้ำ ผลเลือดลดลงเหลือ 156 mg/dL ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรับประทาน อาหาร ลดข้าวเหลือมื้อละ 2 ทัพพี ลดบุหรี่ได้ วันละ 5 มวน BP=119/82mmHg
29 ก.ย. 65: 08.00- 16.30 น.	1.ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และเบาหวานสามารถดูแลตนเอง ได้ตามแนวคิดสข.โมเดล	เยี่ยมผู้ป่วยเบาหวานอายุ 72 ปี เป็นความดันเบาหวานมา 10 ปี ญาติบอกผู้ป่วยชอบแอบกินนมกล่องของหลานเป็นประจำ ให้ญาติเปลี่ยนที่เก็บนมใหม่	BP=119/82mmHg DTX=120 mg/dL

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่ เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้นผล ลัพธ์ทางการพยาบาลที่ดีขึ้น)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
	2. เพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการ พยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานโดยใช้แนว คิดสห.โมเดล	-ร่วมให้บริการตรวจรักษาโรคเบื้องต้นที่รพ.สต.ต้นตาล	ญาติทำอาหารเอง ควบคุมได้ และซื่อสัตย์ให้ผู้ป่วยดื่มวันละกลั อง
30 ก.ย. 65: 08.00- 16.30 น.		-ร่วมให้บริการตรวจรักษาโรคเบื้องต้นที่รพ.สต.ต้นตาล -ติดตามเยี่ยมผู้ป่วยที่มีปัญหาสุขภาพเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ไม่สามารถควบคุมโรคได้ -ผู้ป่วยชายไทยวัย 62 ปี HT ปฏิเสธการรักษาต่อเนื่อง เข้าใจว่าหายป่วยแล้ว ได้แนะนำให้ความรู้และตรวจระดับความดันโลหิต พบว่า ความดัน160/90 mmHg แนะนำให้ไปรับการตรวจที่คลินิกผู้ป่วยโรคเรื้อรังของรพ.สต.	ปรึกษาปัญหานี้ รพ.สต.แนะนำให้มาวันที่อนามัยจั ดบริการตรวจผู้ป่วยโรคเรื้อรัง และจะปรึกษาแพทย์เพื่อให้การร ักษาต่อ
2 ต.ค. 65: 08.00- 16.30 น.		-ติดตามเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ จำนวน 2 ราย -ติดตามผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของหญิงสูงอายุหมู่ 6 -ให้คำแนะนำเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลดโรค ลดเสี่ยง แก่สมาชิกในครอบครัว ตามแนวคิด สบช โมเดล -เคส ผู้สูงอายุ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยเสี่ยงไม่กินอาหารหลัง 18.00 น. และไม่กินจุบจิบ	-ผู้สูงอายุทั้ง 2 ราย ยังไม่ได้ไปตรวจรักษาที่ รพ. เนื่องจาก ไม่มีญาติพาไป จึงได้ประสานรพ.สต. เพื่อปรึกษาปัญหานี้ รพ.สต.แนะนำให้มาวันที่อนามัยจั ดบริการตรวจผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่ เวลา	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้นผล ลัพธ์ทางการพยาบาลที่ดีขึ้น)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
			และจะปรึกษาแพทย์เพื่อให้การรักษ

รวมชั่วโมงให้บริการตามความเชี่ยวชาญ **80** ชั่วโมง

สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

1. ได้เพิ่มพูนความรู้และสมรรถนะในการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานที่มีปัญหาสุขภาพซับซ้อน
2. ได้พัฒนาความเชี่ยวชาญการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานโดยใช้แนวคิดสห.โมเดล
3. การไปเยี่ยมบ้านแต่ละราย/ครอบครัว พบว่าปัญหาที่แก้ไขยากที่สุด และไม่สามารถให้การดูแลช่วยเหลือด้วยตนเองได้ คือ ปัญหาเรื่องค่าครองชีพ ค่าใช้จ่ายในครัวเรือนและปัญหาความเจ็บป่วยที่ซับซ้อนโดยเฉพาะมีโรคทางด้านอายุรกรรม และมีความพิการร่วมด้วย เพราะต้องใช้สหวิชาชีพ/ทีมสุขภาพมาร่วมให้การดูแล ร่วมกับต้องหาแหล่งประโยชน์ต่างๆ มาช่วยสนับสนุนการดูแลตนเองของผู้รับบริการร่วมด้วย

ผู้ลงนามรับรอง

อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน

(นางจิราภรณ์ ชื่นนำ)

ผู้ลงนามรับรอง

หัวหน้าภาควิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน

(นางจิราภรณ์ ชื่นนำ)

ผู้ลงนามรับรอง

(นางสาวประกริต รัชวัตร)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ รักษาการแทน

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี

ตารางแสดง สรุปผลการคัดกรองสุขภาพโดยใช้สับซ.โมเดล ณ ชุมชนต้นตาล หมู่ 2 , 3 , 4 และ 6 ตำบลต้นตาล อำเภอเสาไห้ จังหวัดสระบุรี

สรุปผลการคัดกรองสุขภาพ



หมู่	จำนวน กลุ่มเป้าหมาย	คัดกรองแล้ว		ยังไม่ได้คัดกรอง		สีปิงปอง ๗ สี						
		จำนวน	%	จำนวน	%	ขาว	เขียวอ่อน	เขียวเข้ม	เหลือง	ส้ม	แดง	ดำ
๒	๑๑๐	๖๒	๕๖.๓๖	๕๑	๔๖.๓๖	๔	๑๑	๑๐	๓	๕	-	๑
๓	๑๔๗	๕๑	๓๔.๖๙	๑๐๐	๖๘.๐๒	๒	๑๑	๑๒	๑๑	๑	๑	-
๔	๑๓๖	๓๒	๒๓.๕๒	๑๑๒	๘๒.๓๕	๓	๙	๑๒	๕	๑	๓	-
๖	๖๙	๒๑	๓๐.๔๓	๔๘	๖๙.๕๖	๑	๑๐	๕	๔	-	๑	๑
รวม		๑๖๖		๓๑๑		๑๐	๔๑	๓๙	๒๓	๗	๕	๒