

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี คณะพยาบาลศาสตร์

สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข

แบบบันทึกการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)

1. ชื่อ - นามสกุล อาจารย์ปิยะนาฏ ช่างเสียง

2. สาขาวิชา

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลมารดา ทารกและการผดุงครรภ์ | <input checked="" type="checkbox"/> การพยาบาลชุมชน     |
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลเด็ก                      | <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ |
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต        |  |

3. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยในภาวะวิกฤติ                   | <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยภาวะเฉียบพลัน/อุบัติเหตุ/ฉุกเฉิน    |
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวช                         | <input checked="" type="checkbox"/> การพยาบาลเวชปฏิบัติทั่วไป/ครอบครัว/ชุมชน |
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค           | <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยในระยะเจ็บป่วยเรื้อรัง              |
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยที่ได้รับการตรวจ/การบำบัดพิเศษ | <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยในระยะเจ็บป่วยสุดท้าย               |
| <input type="checkbox"/> อื่นๆ ระบุ .....                               |  |

4. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาล รพ.สต. วัดแก้ว อำเภอบางแพ จังหวัดราชบุรี.....

5. ระยะเวลาปฏิบัติการพยาบาล (Faculty Practice) ระหว่างวันที่ 27 พฤศจิกายน - 19 ธันวาคม 2566

ตารางปฏิบัติการพยาบาลและผลการดำเนินงาน/ผลลัพธ์

วัน เดือน ปี	กิจกรรมที่ปฏิบัติจริง	จำนวน ชั่วโมง	ผลการดำเนินงาน ระบุผลการเรียนรู้/ความเชี่ยวชาญ/ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ระหว่างการปฏิบัติการพยาบาล
วันที่ 27, 28 พฤศจิกายน 2566	- ประเมินปัญหาในการดูแลตนเองเพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 หมู่ที่ 3 ตำบลวัดแก้ว ซึ่งมีผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ทั้งหมด 56 คน และควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ 23 คน คิดเป็นร้อยละ 41.1 โดยการสุ่มสัมภาษณ์ที่บ้านเกี่ยวกับพฤติกรรมการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และการรับประทานยา	14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้ป่วยมีพฤติกรรมรับประทานอาหารรสหวานร้อยละ 22.63 และดื่มเครื่องดื่มรสหวานร้อยละ 24.52</li> <li>- ผู้ป่วยยังขาดความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองเพื่อลดระดับน้ำตาลในเลือด โดยเฉพาะการคะเนปริมาณอาหารในแต่ละมื้อ</li> <li>- ผู้ป่วยยังปฏิบัติตัวไม่เหมาะสมกับโรคเบาหวาน ยังรับประทานอาหารจุกจิกมากกว่า 3 มื้อ และรับประทานขนม</li> <li>- ผู้ป่วยขาดการออกกำลังกาย และมีกิจกรรมทางกายน้อย อาจเนื่องจากส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ</li> <li>- ผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ ซึ่งสมาชิกครอบครัวเป็นคนทำอาหารให้รับประทาน และมีบางส่วนรับประทานอาหารถุงเนื่องจากสะดวกและประหยัดค่าอาหารมากกว่าการซื้อมาประกอบอาหารเอง</li> </ul>
วันที่ 29 พฤศจิกายน 2566	- ร่วมกับอสม.และตัวแทน อบต. วางแผนการดูแล เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารได้อย่างเหมาะสมทั้งชนิด ปริมาณ และความถี่	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- อสม. และตัวแทน อบต. ร่วมวางแผนให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เบื้องต้น และอาหารที่เหมาะสมผ่านเสียงตามสายในช่วงเย็นครั้งละไม่เกิน 20 นาทีวันเว้นวันเป็นเวลา 1 สัปดาห์ โดยมีเนื้อหาสลับกันไป</li> <li>- อสม.ต้องการเพิ่มความรู้และทักษะในการตัดสินใจเลือกอาหาร เพื่อช่วยผู้ป่วยในพื้นที่รับผิดชอบเลือกอาหารที่เหมาะสม</li> </ul>
วันที่ 1 ธันวาคม 2566	ให้ความรู้และฝึกทักษะอสม.	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ให้ความรู้ อสม.เกี่ยวกับโรคเบาหวานเบื้องต้น</li> <li>- ฝึกทักษะเกี่ยวกับการเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสมให้อสม. 5 คน (มี อสม.ที่อาสาสมัครเข้าร่วม 5 คน) และตัวแทนจาก อบต. 1 คน โดยใช้รูปภาพเมนูอาหารประกอบการตัดสินใจเลือกอาหารที่เหมาะสมกับผู้ป่วยเบาหวาน พร้อมระบุเหตุผล</li> <li>- แจกแผ่นพับความรู้เกี่ยวกับอาหารสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน</li> </ul>

วัน เดือน ปี	กิจกรรมที่ปฏิบัติจริง	จำนวน ชั่วโมง	ผลการดำเนินงาน ระบุผลการเรียนรู้/ความเชี่ยวชาญ/ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ระหว่างการศึกษาปฏิบัติการพยาบาล
วันที่ 1, 4 ธันวาคม 2566	ร่วมกับ อสม. ประชาสัมพันธ์ตามร้านอาหาร โดยการติดโปสเตอร์ขนาด A4 เกี่ยวกับธงโภชนาการ ตัวอย่างเมนูอาหาร และ MyPlate ตามร้านจำหน่ายอาหารร้านขายของชำ ศาลาประชาคม	14 ชม.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ชุมชนให้ความร่วมมือดี และได้ยื่นประกาศความรู้ผ่านเสียงตามสาย</li> <li>- ชุมชนให้ความสนใจและมีความตื่นตัวเกี่ยวกับการเลือกรับประทานอาหารตามธงโภชนาการ</li> </ul>
วันที่ 6, 8, 12, 13 ธันวาคม 2566	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ให้ความรู้ผู้ป่วยเบาหวาน และผู้สนใจเป็นกลุ่มย่อย โดยใช้ธงโภชนาการและ MyPlate เป็นสื่อ ร่วมกับ อสม.</li> <li>- ฝึกทักษะผู้ป่วยเบาหวานเกี่ยวกับการเลือกอาหารตามเมนูตัวอย่าง พร้อมให้เหตุผล</li> <li>- ฝึกการใช้ MyPlate</li> </ul>	28 ชม.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้ป่วยเบาหวานและผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด 40 คน โดยทุกคนมีความรู้เกี่ยวกับการเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสมและมีทักษะการตัดสินใจเลือกเมนูอาหารเพิ่มขึ้น</li> </ul>
วันที่ 15 ธันวาคม 2566	ร่วมกับพยาบาล ประเมินทักษะในการช่วยผู้ป่วยเบาหวานเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสม โดยให้อสม.ยกตัวเองเมนู และประเมินผลการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน โดยการสอบถามและให้ผู้ป่วยเลือกอาหารตามเมนูที่จัดเตรียม รวมทั้งประเมินผู้สนใจที่เข้าร่วมโครงการโดยการสุ่มซักถาม	7 ชม.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- อสม.มีทักษะในการช่วยผู้ป่วยเลือกเมนูอาหารที่เหมาะสมมากขึ้น</li> <li>- อสม.รู้สึกมั่นใจ</li> <li>- ผู้ป่วยและผู้สนใจที่เข้าร่วมกิจกรรมสามารถตอบคำถามเกี่ยวกับชนิดปริมาณอาหาร และความถี่ในการรับประทานอาหารในแต่ละวันได้มากขึ้น โดยยึดตามธงโภชนาการสำหรับคนไทย</li> </ul>
วันที่ 19 ธันวาคม 2566	คืนข้อมูลให้กับพยาบาลที่ รพ.สต. ตัวแทนจาก อบต. อสม. หมู่ 9 ตำบลวัดแก้ว และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น	7 ชม.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- อสม.มีความรู้เกี่ยวกับการช่วยผู้ป่วยเบาหวานควบคุมระดับน้ำตาลเพิ่มขึ้น ดดยเฉพาะเกี่ยวกับกาเลือกรับประทานอาหารในแต่ละวัน</li> <li>- ตัวแทน อบต. รู้ปัญหาของผู้ป่วยเบาหวานในชุมชน และร่วมกับ อสม ส่งเสริมการดูแลตนเองเพื่อลดระดับน้ำตาลในเลือด</li> <li>- รพ.สต. ปรับวิธีการดูแลผู้ป่วยเบาหวานโดยให้อสม. และตัวแทนชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแล</li> </ul> <p>ผลการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การใช้ความร่วมมือกับทุกภาคส่วนในชุมชน โดยให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม ช่วยให้การส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานเป็น</li> </ul>

วัน เดือน ปี	กิจกรรมที่ปฏิบัติจริง	จำนวน ชั่วโมง	ผลการดำเนินงาน ระบุผลการเรียนรู้/ความเชี่ยวชาญ/ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ระหว่างการปฏิบัติการพยาบาล
			รูปธรรมมากขึ้น และสามารถช่วยกันดูแลผู้ป่วยในชุมชนได้ในระดับหนึ่ง
	รวม	84 ชม.	

### สรุปผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น

#### ต่อผู้รับบริการ

1. ได้รับการดูแลตามปัญหาและความต้องการ
2. มีความรู้เกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมด้านการรับประทานอาหาร การมีกิจกรรมทางกาย และการรับประทานยา เพื่อลดระดับน้ำตาลในเลือด

#### ต่อตนเอง


1. ได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาและความต้องการการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ในบริบทที่แตกต่างกัน
2. สามารถนำสิ่งที่ได้ไปใช้ในการพัฒนาทักษะการดูแลผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ในชุมชน
3. สามารถนำสิ่งที่ได้ไปใช้สอนนักศึกษาเพื่อเพิ่มสมรรถนะการบริหารจัดการสุขภาวะชุมชนของนักศึกษา โดยเฉพาะชั้นปีที่ 4

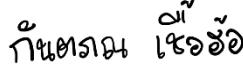
## ปัญหา - อุปสรรค (ถ้ามี)

การไปให้การเยี่ยมบ้านในเวลากลางวัน ทำให้พบผู้ป่วยที่เป็นผู้สูงอายุ อาจทำให้ไม่ครอบคลุมการดูแลกลุ่มอายุอื่น โดยเฉพาะวัยทำงาน

## แนวทางการพัฒนาต่อยอด

- พัฒนารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในชุมชน โดยเน้นที่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านการรับประทานอาหาร การมีกิจกรรมทางกาย และการรับประทานยา
- การตั้งเป้าหมายในการดูแลตนเองโดยผู้ป่วย เริ่มจากเป้าหมายง่ายๆก่อน ทำให้ผู้ป่วยเรียนรู้จากความสำเร็จ มีกำลังใจ แล้วจึงปรับเป้าหมายให้ท้าทายขึ้น

ลงชื่อ.....  .....ผู้ปฏิบัติการพยาบาล  
(นางปิยะนาฏ ช่างเสียง)  
อาจารย์

ลงชื่อ.....  .....ผู้ตรวจสอบ  
(นายกันตภณ เชื้ออ้อ)  
หัวหน้าสาขาวิชาพยาบาลชุมชน

ลงชื่อ.....ผู้รับรอง  
(นางเพ็ญมาศ คำธนะ)  
ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี