



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)
ประจำปีการศึกษา2566.....

ชื่อ-สกุล..ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดวงใจ เกริกชัยวัน.....
สาขาวิชา...การพยาบาลอนามัยชุมชน.....

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก
สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน
แบบเสนอแผนการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของ
อาจารย์
(Faculty Practice of Individual Development Plan)

ตอนที่ 1 รายละเอียดการขอไปปฏิบัติการพยาบาลในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของอาจารย์

1. ชื่อ - สกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดวงใจ เกริกชัยวัน ตำแหน่ง จ้างเหมาบริการพยาบาลวิชาชีพ (อาจารย์พยาบาล)
2. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล/ การปฏิบัติงาน

การดูแลสุขภาพผู้รับบริการที่เสี่ยงต่อการเกิดความดันโลหิตสูงด้วยหลัก 3 อ. 2 ส. ที่บ้าน เขตเทศบาลเมือง อำเภอเมือง จังหวัดชัยนาท

3. ความเป็นมาและความสำคัญ

ปี พ.ศ. 2565 ประเทศไทยมีผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 6.8 ล้านคน เพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2564 จำนวน 2 แสนคน ซึ่งในปี พ.ศ. 2564 จังหวัดชัยนาท มีผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 10,288 คน เพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2563 จำนวน 1,889 คน โดยในปี พ.ศ. 2565 พบว่า โรคความดันโลหิตสูงมีอัตราป่วยเป็นอันดับ 2 ของคนในจังหวัดชัยนาท (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดชัยนาท, 2565) ทั้งนี้ ยังพบว่าพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นความเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูงที่สำคัญคือ การรับประทานอาหารรสจัด (หวาน มัน เค็ม) การรับประทานอาหารเกินกว่าความต้องการของร่างกาย การไม่ออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา ตลอดจนการมีความเครียดสะสมในชีวิตประจำวัน ซึ่งผู้รับบริการกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูงยังสามารถทำงานได้ตามปกติ ไม่มีอาการและอาการแสดงของโรค การดูแลสุขภาพจึงเป็นเรื่องที่ค่อนข้างไกลตัว ความสนใจและใส่ใจในการดูแลสุขภาพค่อนข้างน้อย และเพื่อเป็นการเฝ้าระวัง และมีแนวทางในการดูแลสุขภาพตนเองที่เหมาะสมในการลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และภาวะแทรกซ้อนจากโรค ที่ก่อให้เกิดความรุนแรงของโรคในอนาคต จึงนำแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ 3อ.2ส. มาปรับใช้ในการดูแลสุขภาพ การปรับพฤติกรรมเสี่ยงเพื่อป้องกันการเกิดโรคความดันโลหิตสูงของผู้รับบริการ

4. เป้าหมาย

เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญ ความรู้ความสามารถในการดูแลสุขภาพผู้รับบริการที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง

5. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับบริการมีแนวทางการดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อป้องกันการเกิดโรคความดันโลหิตสูง ด้วยหลัก 3อ.2ส.


6. ระยะเวลา


จันทร์ - ศุกร์ ระหว่างเดือนมีนาคม ถึง เดือนพฤษภาคม 2566 เวลา 12.00 น -17.00น.

7. แผนการดำเนินงาน

- พบพยาบาลศูนย์บริการสาธารณสุขเทศบาลเมืองชัยนาท เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ในการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ
- ศึกษาสถานการณ์ในชุมชน อัตราอุบัติการณ์ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง

- ศึกษาข้อมูลผู้รับบริการที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมืองชัยนาท อำเภอเมือง จังหวัดชัยนาท ที่ไม่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง แต่มีประวัติครอบครัวป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง จากฐานข้อมูลสุขภาพศูนย์บริการสาธารณสุขเทศบาลเมืองชัยนาท ฐานข้อมูลโปรแกรม “ระบบงานโรงพยาบาล และศูนย์สุขภาพชุมชน” (JHCIS: Java Health Care Information System)
- ดำเนินการปฏิบัติการพยาบาลการประเมินภาวะสุขภาพ ชักประวัติ การวัดความดันโลหิต การวัดมวลกาย การวัดเส้นรอบเอว ผู้รับบริการที่ครอบครัวมีภาวะความดันโลหิตสูง ร่วมกับการใช้เกณฑ์ สบช. โมเดล ปิงปองจราจรชีวิต 7 สี ในการคัดกรอง
- ดำเนินการส่งเสริมสุขภาพในการจัดการตนเองของผู้รับบริการที่พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โดยมีเนื้อหาครอบคลุมเกี่ยวกับการจัดการตนเองในด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการอารมณ์และความเครียด และหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และการไม่สูบบุหรี่ ตามหลัก 3อ.2ส.

ลงชื่อ ผู้จัดทำแผน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดวงใจ เกริกชัยวัน)
ตำแหน่ง จ้างเหมาบริการพยาบาลวิชาชีพ (อาจารย์พยาบาล)

ลงชื่อ..... ผู้รับรอง
(นางสาวปารวีร์ มั่นพัก)
ตำแหน่ง หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ชัยนาท

คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข

แบบรายงานผลการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/ การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของอาจารย์ ประจำปีการศึกษา 2566

(Faculty Practice of Individual Development Report)

1. ชื่อ-นามสกุลผู้ช่วยศาสตราจารย์ดวงใจ เกริกช้อยวัน.....
2. สาขาวิชา การพยาบาลอนามัยชุมชน
3. กลุ่มเป้าหมาย (ผู้ป่วย/ ผู้รับบริการ) ผู้รับบริการที่เสี่ยงต่อการเกิดความดันโลหิตสูง
4. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาล.....การเยี่ยมบ้านผู้รับบริการ อำเภอเมือง จังหวัดชัยนาท.....
5. ระยะเวลาปฏิบัติการพยาบาล (Faculty Practice) จันทร์ - ศุกร์ ระหว่างเดือนมีนาคม ถึง เดือนพฤษภาคม 2567 เวลา 12.00 - 18.00น.

ผลการดำเนินงานการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ประจำปีการศึกษา 2566

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 1 วันที่ 6 มีค 67 13.00 น - 17.00 น	4	1. ปฏิบัติการพยาบาลรายกรณี ลงพื้นที่ ในการเยี่ยมบ้าน โดยให้บริการปฏิบัติการพยาบาลรายกรณีผู้ที่เสี่ยงต่อการเกิดความดันโลหิตสูง จากประวัติครอบครัวผู้รับบริการโรคความดันโลหิตสูงที่มีประวัติการคลื่นหัวใจ ความดันโลหิตสูง พื้นที่เขตเทศบาลเมืองชัยนาท อำเภอเมือง จังหวัดชัยนาท 2. พูดคุยแนะนำตัว สร้างสัมพันธภาพ แจ้งวัตถุประสงค์การลงปฏิบัติการพยาบาลรายกรณีในการสร้างเสริมสุขภาพ เพื่อป้องกันโรคความดันโลหิตสูง โดยการจัดกิจกรรมวัด วัดความดันโลหิต สอบถามน้ำหนัก ความสูง กิจกรรมประจำวัน การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย 3. ประเมินภาวะสุขภาพ (Pre assessment) ร่วมกับการนำแนวคิดทฤษฎีแรงจูงใจในการป้องกันโรค (Protection motivation theory) ของโรเจอร์ (Roger) มาใช้ในการจัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง ด้วยการจัดกิจกรรมรับรู้ 2 ส่วนคือ	ผู้รับบริการรายที่ 1 เพศหญิง อายุ 55 ปี ไม่เคยตรวจสุขภาพ สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 63 กก ส่วนสูง 158 ซม BMI=25.24 BP=120/81 รอบเอว 84 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ป้องกันการตรวจชีวิต 7 สี ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน ประเมินการรับรู้ภาวะคุกคามต่อสุขภาพ ที่ประกอบด้วยความรู้ ความรุนแรงของโรค (Perceived severity) อยู่ในระดับปานกลาง และการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อความเป็นโรค (Perceived probability) อยู่ในระดับดี และประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหา ประกอบด้วยความรู้ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรค (Response efficacy) อยู่ในระดับปานกลาง และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy) ร่วมกับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม อยู่ในระดับปานกลาง นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 2 วันที่ 7 มีค 67 12.30 น – 16.30 น	4	<p>3.1. การประเมินภาวะคุณภาพที่ประกอบด้วยการรับรู้ความรุนแรงของโรค (Perceived severity) และการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรค (Perceived probability)</p> <p>3.2. การประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหา ประกอบด้วยการรับรู้ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรค (Response efficacy) และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy) ร่วมกับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม แรงจูงใจมาใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงมาเป็นพฤติกรรมที่ป้องกัน เน้นการรับรู้ความรุนแรงของโรค ความเชื่อมั่นในตนและความคาดหวังของผลกระทบบทที่เกิดจากพฤติกรรม</p> <p>4. ประเมินสภาพผู้รับบริการ ค้นหาปัญหาตามความต้องการ วางแผนจัดการตามบทบาทของพยาบาลผู้จัดการรายผู้รับบริการ ร่วมกับแนวคิดและขั้นตอนทฤษฎีแรงจูงใจในการป้องกันโรค (Protection motivation theory)</p> <p>5. นำเกณฑ์ สบช.โมเดล ป้องกันโรคจริงชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรองความรุนแรงของโรค ความรู้ การจัดการภาวะสุขภาพ ตามหลัก 3 อ (ออกกำลังกาย อารมณ์ อาหาร) 3 อด (ลดอ้วน ลดบุหรี่ ลดเหล้า)</p> <p>6. ให้คำแนะนำในการสร้างเสริมสุขภาพเพื่อป้องกันภาวะความดันโลหิตสูงให้สอดคล้องกับบริบทและวิถีชีวิตของผู้รับบริการ</p>	<p>พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค งดเว้นการสูบบุหรี่ ควรเพิ่มการออกกำลังกาย พร้อมทั้งให้กำลังใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสม</p> <p>ผู้รับบริการรายที่ 2 เพศชาย อายุ 49 ปี ไม่เคยตรวจสุขภาพ ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ไม่ออกกำลังกาย น้ำหนัก 60 กก ส่วนสูง 172 ซม BMI=20.28 BP=115/73 รอบเอว 70 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ป้องกันโรคจริงชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียว นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย การประเมินภาวะคุณภาพ และการประเมินการกำลังกาย การประเมินภาวะคุณภาพ และการประเมินการดูแลสุขภาพตนเอง ส่งเสริมการดูแลสุขภาพตนเองอย่างต่อเนื่อง และการเข้าตรวจสุขภาพ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง</p> <p>ผู้รับบริการรายที่ 3 เพศชาย อายุ 45 ปี ไม่มีโรคประจำตัว สูบบุหรี่ 10 มวน ต่อวัน ดื่มเหล้า ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 103 กก ส่วนสูง 175 ซม BMI=33.63 BP=139/106 รอบเอว 111.7 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ป้องกันโรคจริงชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย การประเมินภาวะคุณภาพ และการประเมินการดูแลสุขภาพตนเอง ส่งเสริมการดูแลสุขภาพตนเอง อดอ้วน อดบุหรี่ อดเหล้า การบริโภค ตามหลัก 3 อ (ออกกำลังกาย อารมณ์ อาหาร) 3 อด (ลดอ้วน ลดบุหรี่ ลดเหล้า) การบริโภค การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ การออกกำลังกาย แนะนำให้รับการตรวจสุขภาพที่โรงพยาบาล</p>
ครั้งที่ 3 วันที่ 8 มีค 67 13.00 น – 17.00 น	4		

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้พยาบาลการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 4 วันที่ 12 มีค 67 12.00 น - 16.00 น	4		<p>ผู้รับบริการรายที่ 4 เพศหญิง อายุ 53 ปี โรคหัวใจทำการรักษาต่อเนื่อง ไม่ สูบหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ไม่กลั้ออกกำลังกาย น้ำหนัก 56 กก ส่วนสูง 160 ซม BMI=21.88 BP=140/100 รอบเอว 78 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.ไมเคิล ปิงปอง จรรยาชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียว อ่อน ประเมินภาวะความดันโลหิต ได้รับการประเมินแนวคิดทฤษฎีแรงจูงใจ ในการป้องกันโรค (Protection motivation theory) ประเมินภาวะ สุขภาพ โดยใช้เกณฑ์ สบช.ไมเคิล ปิงปองจรรยาชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรอง ความรุนแรงของโรค ความรู้ การจัดการภาวะสุขภาพตามหลัก3อ (ออกกำลัง ภาย อารมณ์ อาหาร) 3 ลด (ลดอ้วน ลดบุหรี่ ลดเหล้า) นำแนวคิดเกี่ยวกับ พฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัย กำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออก กำลังกาย ผู้รับบริการมีความพึงพอใจต่อการบริการ</p>
ครั้งที่ 5 วันที่ 13 มีค 67 13.30 น - 17.30 น	4		<p>ผู้รับบริการรายที่ 5 เพศหญิง อายุ 52 ปี ไม่มีโรคประจำตัว ไม่สูบบุหรี่ ไม่ ดื่มเหล้า ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 85 กก ส่วนสูง 165 ซม BMI=31.22 BP=125/74 รอบเอว 97 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.ไมเคิล ปิงปองจรรยาชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สี เขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของ ตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพ อย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย การประเมินภาวะสุขภาพตามต่อ สุขภาพ และการประเมินการประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ใน เกณฑ์ปานกลาง เน้นการดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลัง ภาย การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เน้นการทานผักกับเขียว ผู้รับบริการมีความพึงพอใจต่อการบริการ</p>

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ช่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 6 วันที่ 14 มีค 67 13.00 น – 17.00 น	4	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	<p>ผู้รับบริการรายที่ 6 เพศหญิง อายุ 44 ปี ไม่เคยตรวจสุขภาพ ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ไม่ออกกำลังกาย น้ำหนัก 56 กก ส่วนสูง 155 ซม BMI=20.28 BP=132/72 รอบเอว 78 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ปิงปองจากรชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย การประเมินภาวะคุกคามต่อสุขภาพ และการประเมินการประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ผู้รับบริการได้รับการจัดการด้านอาหาร DASH Diet เนื่องจากเริ่มมีภาวะความดันโลหิตสูง กระตุ้นการออกกำลังกาย และการจัดการด้านอารมณ์ ผู้รับบริการมีความพึงพอใจต่อการบริการ</p>
ครั้งที่ 7 วันที่ 15 มีค 67 13.30 น – 17.30 น	4	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	<p>ผู้รับบริการรายที่ 7 เพศหญิง อายุ 52 ปี ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 58 กก ส่วนสูง 148 ซม BMI=26.48 BP=113/77 รอบเอว 78.74 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ปิงปองจากรชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียว การประเมินภาวะคุกคามต่อสุขภาพ และการประเมินการประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ดี ส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง การบริโภค และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ</p>
ครั้งที่ 8 วันที่ 20 มีค 67 12.00 น – 16.00 น	4	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	<p>ผู้รับบริการรายที่ 8 เพศชาย อายุ 45 ปี ไม่มีโรคประจำตัว สูบบุหรี่ 5-6 มวนต่อวัน ดื่มเหล้า ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 103 ส่วนสูง 175 ซม BMI=33.63 BP=139/106 รอบเอว 111.7 ซม - ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ปิงปองจากรชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ</p>

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 9 วันที่ 21 มีค 67 13.00 น - 17.00 น	4		<p>จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย</p> <p>ผู้รับบริการรายที่ 9 เพศชาย อายุ 37 ปี BP=115/91 ใช้เกณฑ์ สบข.โมเดล ปังป้องกันจรรยาชีวิต 7 สี ในการติดตามค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน การประเมินภาวะคุกคามต่อสุขภาพ และการประเมินการประเมินความเสี่ยงสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ดี ประเมินภาวะสุขภาพ โดยใช้เกณฑ์ สบข.โมเดล ปังป้องกันจรรยาชีวิต 7 สี ในการคัดกรองความรุนแรงของโรค ความรู้ การจัดการภาวะสุขภาพ ตามหลัก 3 อ (ออกกำลังกาย อารมณ์ อาหาร) 3 ลด (ลดอ้วน ลดบุหรี่ ลดเหล้า) ส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง การบริโภค และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ</p>
ครั้งที่ 10 วันที่ 22 มีค 67 12.00 น - 16.00 น	4		<p>ผู้รับบริการ รายที่ 10 เพศหญิง อายุ 29 ปี BP=118/90 ขอรับประทาน น้ำอัดลม ขานมไข่มุกเป็นประจำ ใช้เกณฑ์ สบข.โมเดล ปังป้องกันจรรยาชีวิต 7 สี ในการติดตามค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน ประเมินภาวะสุขภาพ โดยใช้เกณฑ์ สบข.โมเดล ปังป้องกันจรรยาชีวิต 7 สี ในการคัดกรองความรุนแรงของโรค ความรู้ การจัดการภาวะสุขภาพ ตามหลัก 3 อ (ออกกำลังกาย อารมณ์ อาหาร) 3 ลด (ลดอ้วน ลดบุหรี่ ลดเหล้า) ส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ การจัดการกับสุขภาพของตนเอง การบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ ลดการดื่มเครื่องดื่ม ขานมไข่มุก แนะนำการออกกำลังกายที่เหมาะสม</p>
ครั้งที่ 11 วันที่ 26 มีค 67 13.00 น - 17.00 น	4		<p>ผู้รับบริการรายที่ 11 เพศชาย อายุ 53 ปี BP=140/71 รอบเอว 79 ซม ใช้เกณฑ์ สบข.โมเดล ปังป้องกันจรรยาชีวิต 7 สี ในการติดตามค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียว การประเมินภาวะคุกคามต่อสุขภาพ และการประเมินการประเมินความเสี่ยงสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ดี ส่งเสริมพฤติกรรม การดูแลสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง การบริโภค และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ</p>

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 12 วันที่ 28 มีค 67 13.30 น – 17.30 น	4		<p>ผู้รับบริการรายที่ 12 เพศหญิง อายุ 51 ปี สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 2 ครั้ง น้ำหนัก 63 กก ส่วนสูง 158 ซม BMI=25.24 BP=121/80 รอบเอว 85 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ป้องงจรจรชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน การรับรู้ภาวะสุขภาพต่อสุขภาพ ที่ประกอบด้วยการรับรู้ความรุนแรงของโรค (Perceived severity) อยู่ในระดับปานกลาง และการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรค (Perceived probability) อยู่ในระดับดี และประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหา ประกอบด้วยการรับรู้ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรค (Response efficacy) อยู่ในระดับปานกลาง กระตุ้นให้มีการออกกำลังกายโดยการเดินให้มากขึ้นอย่างน้อยวันละ 30 นาที เป็นประจำทุกวัน เน้นการรับประทานอาหาร DASH Diet และการจัดการด้านอารมณ์ พุดคุยซักถามเรื่องการดูแลสุขภาพ</p>
ครั้งที่ 13 วันที่ 3 เม.ย 67 14.00 น – 18.00 น	4		<p>ผู้รับบริการรายที่ 13 เพศชาย อายุ 46 ปี ไม่มีโรคประจำตัว สูบบุหรี่วันละ 1 ซอง ดื่มเหล้า ไม่ชอบออกกำลังกาย น้ำหนัก 103 กก ส่วนสูง 175 ซม BMI=33.63 BP=129/96 รอบเอว 97.7 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ป้องงจรจรชีวิต 7 สี่ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิตอยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย การประเมินภาวะสุขภาพต่อสุขภาพ และการประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ให้ความรู้ความรุนแรงของโรค การจัดการภาวะสุขภาพ ตามหลัก 3 อ (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) พยายามจำกัดการรับประทานอาหารให้น้อยลง แต่ยังคงช่วย แนะนำให้ทานอาหารรสหวาน หรือน้ำตาลน้อยลง ลดการดื่มสุราและลดการสูบบุหรี่ เพิ่มการออกกำลังกายให้มากขึ้น แนะนำให้เข้ารับการตรวจสุขภาพที่โรงพยาบาล</p>

วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ช่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
<p>ครั้งที่ 14 วันที่ 4 เม.ย 67 13.00 น – 17.00 น</p>	4		<p>ผู้รับบริการรายที่ 14 เพศชาย อายุ 35 ปี BP=142/97 รอบเอว 91 ซม. สูบบุหรี่วันละ 3 มวน ไม่ชอบออกกำลังกาย ต้มยาชูกำลังเป็นประจำ นำหนัก 85 กก ส่วนสูง 165 ซม BMI=31.22 ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ปังป้องกันจากรชีวิต 7 สี ในการติดตามค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน การประเมินภาวะสุขภาพต่อสุขภาพ และการประเมินการประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ต่ำ แนะนำให้ตรวจสุขภาพ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง การบริโภค และการออกกำลังกายสม่ำเสมอ</p>
<p>ครั้งที่ 15 วันที่ 10 เม.ย 67 12.30 น – 16.30 น</p>	4		<p>ผู้รับบริการรายที่ 15 เพศหญิง อายุ 52 ปี ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ไม่ออกกำลังกาย นำหนัก 56 กก ส่วนสูง 160 ซม BMI=21.88 BP=130/87 รอบเอว 78 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ปังป้องกันจากรชีวิต 7 สี ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย การประเมินภาวะสุขภาพต่อสุขภาพ และการประเมินการประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ให้ความรู้ความรุนแรงของโรค การจัดการภาวะสุขภาพ ตามหลัก 3 อ (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) กระตุ้นการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับโรคและการประเมินเมื่อมีภาวะผิดปกติ ผู้รับบริการมีความพึงพอใจต่อการบริการ</p> <p>ผู้รับบริการรายที่ 16 เพศชาย อายุ 42 ปี ไม่มีโรคประจำตัว ไม่สูบบุหรี่ ดื่มเหล้าตอนออกสังคมหรือสังสรรค์ ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 103 ส่วนสูง 175 ซม BMI=33.63 BP=139/96 รอบเอว 91.7 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ปังป้องกันจากรชีวิต 7 สี ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ</p>

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
			<p>จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย</p> <p>ผู้รับบริการรายที่ 17 เพศหญิง อายุ 46 ปี ไม่มีโรคประจำตัว ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 85 กก ส่วนสูง 165 ซม BMI=31.22 BP=125/74 รอบเอว 97 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ป้องกันโรคหัวใจ 7 สัปดาห์ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย การประเมินภาวะสุขภาพต่อสุขภาพ และการประเมินการประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง เน้นการดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกายมากกว่สัปดาห์ละ 3 ครั้ง การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เน้นการทานผักใบเขียว บริโภคอาหารที่มีรสหวานและน้ำตาลให้น้อยลง ผู้รับบริการมีความพึงพอใจต่อการบริการ</p>
ครั้งที่ 16 วันที่ 18 เม.ย 67 13.30 น – 17.30 น	4		<p>ผู้รับบริการรายที่ 18 เพศหญิง อายุ 34 ปี ไม่เคยตรวจสุขภาพ ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ไม่ออกกำลังกาย น้ำหนัก 56 กก ส่วนสูง 155 ซม BMI=20.28 BP=132/88 รอบเอว 79 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล ป้องกันโรคหัวใจ 7 สัปดาห์ ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย การประเมินการประเมินภาวะสุขภาพ และการประเมินการประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ดี ผู้รับบริการได้รับการจัดการด้านอาหาร DASH Diet เนื่องจากเริ่มมีภาวะความดันโลหิตสูง กระตุ้นการออกกำลังกาย และการจัดการด้านอารมณ์</p>

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 17 วันที่ 23 เม.ย 67 13.00 น - 17.00 น	4	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	<p>ผู้รับบริการรายที่ 19 เพศชาย อายุ 42 ปี ไม่มีโรคประจำตัว ไม่สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 103 ส่วนสูง 175 ซม BMI=33.63 BP=139/96 รอบเอว 91.7 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล บึงจองจางชีวิต 7 สี ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย</p> <p>ผู้รับบริการ รายที่ 20 เพศชาย อายุ 37 ปี BP=115/91 ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล บึงจองจางชีวิต 7 สี ในการติดตามค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน การประเมินภาวะคุกคามต่อสุขภาพ และการประเมินการประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ดี ประเมินภาวะสุขภาพ โดยใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล บึงจองจางชีวิต 7 สี ในการคัดกรอง ความรุนแรงของโรค ความรู้ การจัดการภาวะสุขภาพ ตามหลัก 3 อ (ออกกำลังกาย อารมณ์ อาหาร) 3 ลด (ลดอ้วน ลดบุหรี่ ลดเหล้า) ส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง การบริโภค และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ</p>
ครั้งที่ 18 วันที่ 25 เม.ย 67 12.30 น - 16.30 น	4	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	<p>ผู้รับบริการ รายที่ 21 เพศหญิง อายุ 26 ปี BP=128/90 ขอปรับประทานน้ำหนักมาดื่มชา กาแฟเป็นประจำ ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล บึงจองจางชีวิต 7 สี ในการติดตามค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน ประเมินภาวะสุขภาพ โดยใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล บึงจองจางชีวิต 7 สี ในการคัดกรอง ความรุนแรงของโรค ความรู้ การจัดการภาวะสุขภาพ ตามหลัก 3 อ (ออกกำลังกาย อารมณ์ อาหาร) 3 ลด (ลดอ้วน ลดบุหรี่ ลดเหล้า) ส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง การบริโภคที่เหมาะสม</p>

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 19 วันที่ 2 พค 67 12.00 น – 16.00 น	4		<p>ผู้รับบริการรายที่ 22 เพศหญิง อายุ 50 ปี ประวัติเดิม ไม่เคยตรวจสุขภาพ ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 63 กก ส่วนสูง 158 ซม BMI=25.24 BP=126/80 รอบเอว 82 ซม ใช้เกณฑ์ สบช. โมเดล ป้องงจรจรชีวิต 7 สี ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน สอดแนมปัญหาและพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเอง การรับรู้ภาวะคุกคามต่อสุขภาพ ที่ประกอบด้วยการรับรู้ความรุนแรงของโรค (Perceived severity) อยู่ในระดับปานกลาง และการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรค (Perceived probability) อยู่ในระดับดี และประเมินความสามารถในการเผชิญปัญหา ประกอบด้วยการรับรู้ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรค (Response efficacy) อยู่ในระดับดี กระตุ้นให้มีการออกกำลังกายโดยการเดินให้มากขึ้นอย่างน้อยวันละ 30 นาที เป็นประจำทุกวัน เน้นการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และอาหารป้องกันกรเกิดความดันโลหิตสูง DASH Diet และการจัดการด้านอารมณ์ พุดคุยซักถามข้อสงสัยเรื่องการดูแลสุขภาพ</p>
ครั้งที่ 20 วันที่ 8 พค 67 13.00 น – 17.00 น			<p>ผู้รับบริการรายที่ 23 เพศชาย อายุ 38 ปี BP=132/97 รอบเอว 91 ซม สบช บุหรี่วันละ 5 มวน ไม่ชอบออกกำลังกาย ดื่มยกชูและน้ำอัดลมกำลังเป็นประจำ ชอบอาหารรสหวาน น้ำหนัก 85 กก ส่วนสูง 165 ซม BMI=31.22 ใช้เกณฑ์ สบช. โมเดล ป้องงจรจรชีวิต 7 สี ในการติดตามค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน การประเมินภาวะคุกคามต่อสุขภาพ และการประเมินการประเมินความเสี่ยงสามารถในการเผชิญปัญหาอยู่ในเกณฑ์ดี แนะนำให้ตรวจสุขภาพ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง การบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ ลดอาหารที่มีรสหวาน และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ลด ละเลิกการสูบบุหรี่</p>

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 21 วันที่ 9 พค 67 12.30 น – 16.30 น	4	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	<p>ผู้รับบริการรายที่ 24 เพศชาย อายุ 41 ปี ไม่มีโรคประจำตัว ไม่สูบบุหรี่ ไม่มีโรคประจำตัว ไม่สูบบุหรี่ ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 103 กก ส่วนสูง 175 ซม BMI=33.63 BP=138/98 รอบเอว 98.7 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล บิงเจอร์ จราจรชีวิต 7 สี ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ จัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกาย การประเมินภาวะคุกคามต่อสุขภาพ และการประเมินการประเมินความเสี่ยงโรค การจัดการภาวะสุขภาพ ตามปานกลาง ให้ความรู้ความรุนแรงของโรค การจัดการภาวะสุขภาพ ตามหลัก 3 อ (ออกกำลังกาย อารมณ์ พยายามจำกัดการรับประทานอาหารให้น้อยลง แต่ยังคงดื่มน้ำให้เพียงพอ หรือลดน้ำหนักลงเล็กน้อย ลดการดื่มสุราและการสูบบุหรี่ เพิ่มการออกกำลังกายให้มากขึ้น แนะนำให้เข้ารับการตรวจสุขภาพที่โรงพยาบาล</p>
ครั้งที่ 22 วันที่ 10 พค 67 13.00 น – 17.00 น	4	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	<p>ผู้รับบริการรายที่ 25 เพศหญิง อายุ 52 ปี ประวัติเดิม ไม่มีโรคประจำตัว ไม่สูบบุหรี่ ไม่มีโรคประจำตัว ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง น้ำหนัก 85 กก ส่วนสูง 165 ซม BMI=31.22 BP=125/74 รอบเอว 97 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล บิงเจอร์ จราจรชีวิต 7 สี ในการคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน วัดความดันโลหิต BP=120/78 อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน BMI=31.35 รอบเอว 98 ซม เพิ่มมากขึ้นกว่าเดิม สอบถามปัญหาและพฤติกรรมของตนเอง เน้นการดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกายมากกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เน้นการทำงานกับเขียว บริเวณอาหารที่มีรสหวานและน้ำตาลให้น้อยลง ผู้รับบริการมีความพึงพอใจต่อการบริการ</p>

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้พยาบาล
ครั้งที่ 23 วันที่ 14 พค 67 12.30 น – 16.30 น	4	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผู้รับบริการรายที่ 26 เพศหญิง อายุ 43 ปี ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า ไม่ออกกำลังกาย น้ำหนัก 56 กก ส่วนสูง 160 ซม BMI=21.88 BP=140/100 รอบเอว 78 ซม ใช้เกณฑ์ สบช.โมเดล บังปองจรรยาชีวิต 7 สัปดาห์การคัดกรองโดยดูค่าความดันโลหิต อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน ประเมินภาวะความดันโลหิต วัดความดันโลหิต BP=138/98 อยู่ในเกณฑ์สีเขียวอ่อน BMI=21.78 รอบเอว 78 ซม เท่าเดิม สอบถามปัญหา และพฤติกรรมการดูแลพฤติกรรมสุขภาพ การจัดการกับสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพ การบริโภค การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับโรคและการประเมินเมื่อมีภาวะผิดปกติ ผู้รับบริการมีความพึงพอใจต่อการบริการ
รวมชั่วโมง ปฏิบัติการพยาบาล ตามความเชี่ยวชาญ	92		ผู้รับบริการ ได้รับการจัดการรายกรณี ในการดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อป้องกันการเกิดโรคความดันโลหิตสูง ด้วยหลัก 3อ.2 ส. จำนวน 26 ราย

7. สรุปผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น

ตลอดการปฏิบัติงาน Faculty Practice ผู้รับบริการที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูงที่มีบิดาหรือมารดาได้รับบริการวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูงจำนวน 26 ราย เป็นเพศหญิง 14 คน เพศชาย 12 คน เพศชาย 26-55 ปี มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ จำนวน 6 ราย ดื่มเหล้า จำนวน 5 ราย ไม่ออกกำลังกาย จำนวน 9 ราย มีดัชนีมวลกายเกินเกณฑ์มาตรฐานคนเอเชีย (มากกว่า 22.90 ก.ก/ม²) จำนวน 14 ราย ขอปรับเปลี่ยนรับประทานอาหารรสหวาน เค็ม ตัดความมันของอาหารรับประทานเครื่องดื่ม (กาแฟ ชา ชานมไข่มุก น้ำปั่น น้ำอัดลม เครื่องดื่มชูกำลัง ฯลฯ) มีปัจจัยที่มีผลต่อความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง ได้แก่ การมีคาร์บอนมากกว่าเกณฑ์ และการดื่มเครื่องดื่ม กาแฟ ชา ชานมไข่มุก น้ำปั่น น้ำอัดลม เครื่องดื่มชูกำลัง ฯลฯ การส่งเสริมสุขภาพด้วยหลัก 3อ 2ส ในกลุ่มที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง ทำให้ผู้รับบริการมีความรู้ ความเข้าใจ และเริ่มตระหนักถึงดูแลสุขภาพในการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง โดยส่งเสริมสุขภาพเพื่อป้องกันการเกิดภาวะความดันโลหิตสูงที่สอดคล้องกับบริบทและวิถีชีวิต เพื่อลดอัตราอุบัติการณ์ของโรคความดันโลหิตสูง

8. ปัญหา - อุปสรรค (ถ้ามี)

- 1) การเยี่ยมบ้านผู้รับบริการไม่เป็นไปตามลำดับตามแผน หรือบางครั้งผู้รับบริการไม่อยู่บ้าน ต้องปรับเปลี่ยนการเยี่ยมบ้าน
- 2) ผู้รับบริการมีปัญหาสุขภาพอื่นๆ

9. แนวทางการพัฒนา/ ปรับปรุง

- 1) เพิ่มเทคนิควิธีการพยาบาลเพื่อการจัดการกรณีที่มีความหลากหลาย ตามความซับซ้อนของผู้รับบริการ
- 2) พัฒนาและสร้างองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพที่สอดคล้องกับบริบทชีวิตของผู้รับบริการ

ลงชื่อ.....ผู้ปฏิบัติการพยาบาล
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดวงใจ เกริกชัยวัน)
ตำแหน่ง อำนวยการบริการตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ (อาจารย์พยาบาล)

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจสอบ
(นางสาวปาริวัรี มั่นพัก)
ตำแหน่ง หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน

ลงชื่อ.....ผู้รับรอง
(นางสาวปริยดา ศรีธราพิพัฒน์)
ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการด้านวิชาการ