



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)
ประจำปีการศึกษา 2565

นายยุทธนา นุ่นละออง
สาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ชัยนาท
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก
สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน

แบบเสนอแผนการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของอาจารย์
(Faculty Practice of Individual Development Plan)

ตอนที่ 1 รายละเอียดการขอไปปฏิบัติการพยาบาลในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของอาจารย์

1. ชื่อ - สกุล นายยุทธนา นุ่นละออง ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน)
2. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล/ การปฏิบัติงาน (การดูแลผู้ป่วยเฉพาะโรค)
ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้ที่คลินิกความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดโพธาราม และการดูแลต่อเนื่องที่บ้าน
3. ความเป็นมาและความสำคัญ

ภาวะความดันโลหิตสูง ปัจจัยหนึ่งที่สำคัญ คือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีเกลือ โซเดียม และค่าโซเดียมในอาหาร ยุภาพร ทรงศรี ได้ศึกษาวิจัย การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคเพื่อลดเกลือโซเดียมในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง สอดคล้องกับแนวคิดของ Pender ที่กล่าวว่า การที่บุคคลปฏิบัติกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องจนกลายเป็นแบบแผนการดำเนินชีวิตและนิสัยสุขภาพ จะสามารถบอกถึงความสามารถของบุคคลในการคงไว้หรือยกระดับของภาวะสุขภาพเพื่อความผาสุกและความสำเร็จในชีวิต ซึ่งผลการวิจัยพบว่าสามารถลดความดันโลหิตสูงในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง โดยมี ค่าเฉลี่ยความดันโลหิต Systolic และ Diastolic หลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมพบว่ามีค่าลดลงจากก่อนการเข้าร่วมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และ ค่าเฉลี่ยความเค็ม หลังการเข้าร่วมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมีค่าเฉลี่ยลดลงน้อยกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม

เป้าหมาย

เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญ ความรู้ ความสามารถในการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี

5. วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปรียบเทียบ พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีเกลือโซเดียม และค่าโซเดียมในอาหารในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงก่อนและหลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับความดันโลหิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงก่อนและหลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

6. ระยะเวลา

จันทร์ - ศุกร์ เวลา 08.30 – 16.00 น. ระหว่างเดือน มีนาคม ถึง พฤษภาคม พ.ศ. 2566

7. แผนการดำเนินงาน

7.1 พบผู้อำนวยการและพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดโพธาราม เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ในการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของอาจารย์

7.2 ศึกษาสถานการณ์ วิเคราะห์ปัญหา ข้อมูลเบื้องต้นร่วมกันหาสาเหตุโดยประเมินปัญหาร่วมกัน วางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกับผู้ป่วย ในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี ที่เข้ารับการรักษาที่คลินิกความดันโลหิตสูงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดโพธาราม ซึ่งกลุ่มผู้ป่วยโรคความดัน

โลหิตสูงที่ควบคุมความดันโลหิตได้ไม่ดี หมายถึง ผู้ที่มีระดับความดันโลหิตในตอนเช้าสูงกว่า ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่ามีระดับความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมได้ และได้รับการรักษาด้วยยาลดความดันมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี และมีระดับความดันโลหิตตั้งแต่ 140/90 มิลลิเมตรปรอทขึ้นไป

7.3 นำโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดบริโภคเค็มประกอบด้วย 4 กิจกรรม ดังนี้

- กิจกรรมการให้ความรู้ แบบเข้มข้น ร่ายกลุ่มเพื่อการลดหวาน มัน เค็มการให้ข้อมูลคืนกลับรายบุคคล การอ่านฉลากโภชนาการ การคำนวณปริมาณโซเดียมอย่างง่าย อธิบายความหมาย เพื่อสร้างความตระหนัก แลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการบริโภคอาหาร

- การปรับสูตรอาหาร (Reformulation) เพื่อลดการบริโภคเกลือและโซเดียม

- การใช้Salt Meter เพื่อเป็นเครื่องมือสะท้อนข้อมูลปริมาณโซเดียมในอาหาร (Biofeedback)

- การติดตามเยี่ยมติดตามโดย เพื่อเป็นการเสริมแรง ให้กำลังใจทุกสัปดาห์ (Social Support)

ตลอดการศึกษาทั้งแบบไปติดตามด้วยตนเองและโดยผ่านไลน์แอปพลิเคชัน

ลงชื่อ..........ผู้จัดทำแผน

(นายยุทธนา นุ่นละอง)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน)

ลงชื่อ..........ผู้รับรอง

(นางสาวปารวีร์ มั่นพิภ)

ตำแหน่ง หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ชัยนาท
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข
แบบรายงานผลการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/ การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ ผู้ชำนาญการของอาจารย์ ประจำปีการศึกษา 2566
(Faculty Practice of Individual Development Report)

1. ชื่อ - นามสกุล นายยุทธนา นุ่นละออง ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน)
2. สาขาวิชา การพยาบาลอนามัยชุมชน
3. กลุ่มเป้าหมาย (ผู้ป่วย/ผู้รับบริการ)
ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี ที่เข้ารับการรักษาที่คลินิกความดันโลหิตสูงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดโพธาราม ซึ่งกลุ่มผู้ที่มีระดับความดันโลหิตที่ควบคุมไม่ได้ คือ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่ามีระดับความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมได้ และได้รับการรักษาด้วยยาลดความดันมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี และมีระดับความดันโลหิตตั้งแต่ 140/90 มิลลิเมตรปรอทขึ้นไป
4. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาล คลินิกความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดโพธาราม และการดูแลต่อเนื่องที่บ้าน
5. ระยะเวลาปฏิบัติการพยาบาล (Faculty Practice)
จันทร์ - ศุกร์ เวลา 08.30 – 16.00 น. ระหว่างเดือน มิถุนายน ถึง สิงหาคม พ.ศ. 2566
6. ผลการดำเนินงานปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ประจำปีการศึกษา 2566

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 1 6 มิ.ย 66 08.30-16.30 น.	7	1. ศึกษาสถานการณ์ วิเคราะห์ปัญหา ข้อมูลเบื้องต้นร่วมกัน สาเหตุโดยประเมิณปัญหาร่วมกัน วางแผนการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมกับผู้ป่วย ในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุม ระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี ที่เข้ารับการรักษาที่คลินิกความดัน โลหิตสูงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดโพธาราม ซึ่งกลุ่ม	- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายชื่อ 1-5) ได้รับการ จัดการรายกรณีผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วย โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในโปรแกรมปรับ พฤติกรรมลดบริโภคเค็ม

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 2 7 มิ.ย. 66 08.30-16.30 น.	7	ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมความดันโลหิตได้ไม่ดี หมายถึงผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่ามีระดับความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมได้ และได้รับการรักษาด้วยยาลดความดันมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี และมีระดับความดันโลหิตตั้งแต่ 140/90 มิลลิเมตรปรอทขึ้นไป 2. คัดเลือกผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี จำนวน 20 ราย 3. พุดคุยสร้างสัมพันธภาพ อธิบายถึงความสำคัญของการควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และเชิญชวนเข้าร่วมโปรแกรมปรับปรุงพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม 4. ให้การพยาบาลผู้ป่วยรายกรณี โดยเริ่มโปรแกรมปรับปรุงพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม ในผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี ดังนี้ 4.1 กิจกรรมที่ 1 วิเคราะห์ปัญหา ข้อมูลเบื้องต้น ได้เปรียบ ร่วมค้นหาสาเหตุ พบแพทย์ ค่าความดันโลหิต จากการที่ผู้ป่วยมาตรวจตามแพทย์นัด ประเมินปัญหาร่วมกัน วางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกับผู้ป่วย ทำแบบสอบถาม โดยการสัมภาษณ์ พูดคุย ให้ความรู้เรื่อง โรคความดันโลหิตสูง ผลกระทบจากโรคแทรกซ้อน การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคให้ความรู้ แล้วให้ความรู้แบบเข้มข้น รวบรวมเพื่อการลดหวาน มัน เค็มการให้ข้อมูลคืนกลับรายบุคคล การอ่าน	- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายชื่อ 5-10) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยโปรแกรมปรับปรุงพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการโปรแกรมปรับปรุงพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายชื่อ 10-15) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยโปรแกรมปรับปรุงพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการโปรแกรมปรับปรุงพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายชื่อ 15-20) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยโปรแกรมปรับปรุงพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการโปรแกรมปรับปรุงพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิต หลังการโปรแกรมปรับปรุงพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง รายที่ 1 จาก 150/90 เหลือ 150/90 รายที่ 2 จาก 140/96 เหลือ 140/85 รายที่ 3 จาก 145/90 เหลือ 140/90
ครั้งที่ 3 13 มิ.ย 66 08.30-16.30 น.	7		
ครั้งที่ 4 14 มิ.ย 66 08.30-16.30 น.	7		
ครั้งที่ 5 20 มิ.ย 66 08.30-16.30 น.	7		

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 6 21 มิ.ย 66 08.30-16.30 น.	7	ฉลากโภชนาการ การคำนวณปริมาณโซเดียมอย่างง่าย อธิบายความหมาย เพื่อสร้างความตระหนัก แลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการบริหารโรคอาหาร 4.2 กิจกรรมที่ 2 กิจกรรมการการปรับสูตรอาหาร (Reformulation) เพื่อลดการบริโภคเกลือและโซเดียม 4.3 กิจกรรมที่ 3 การติดตามและการประเมินผล ประเมินความรู้หลังได้เรียนรู้โปรแกรม Post-test ระดับความดันโลหิต การใช้ Salt Meter เพื่อเป็นเครื่องมือสะท้อนข้อมูลปริมาณโซเดียมในอาหาร (Biofeedback) 4.4 กิจกรรมที่ 4 เยี่ยมผู้ป่วยต่อเนื่องที่บ้าน เพื่อเป็นการเสริมแรง ให้กำลังใจทุกสัปดาห์ (Social Support) เพื่อติดตามการปฏิบัติและลงมือทำอย่างต่อเนื่องของผู้ป่วย รวมทั้งถาม ตอบ ในสิ่งที่สงสัย เป็นกิจกรรมการถาม ตอบประเด็นปัญหาพฤติกรรมสุขภาพ และการทวนกลับ 4.5 ติดตามการปฏิบัติและลงมือทำอย่างต่อเนื่องของผู้ป่วย โดยการ Tele-nursing ผ่านโทรศัพท์มือถือหรือ application line	รายชื่อ 4 จาก 146/95 เหลือ 145/90 รายชื่อ 5 จาก 140/90 เหลือ 139/90 - นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิต หลังการโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง รายชื่อ 6 จาก 150/90 เหลือ 147/89 รายชื่อ 7 จาก 152/100 เหลือ 138/86 รายชื่อ 8 จาก 147/98 เหลือ 143/89 รายชื่อ 9 จาก 154/95 เหลือ 140/90 รายชื่อ 10 จาก 160/97 เหลือ 152/95 - นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิต หลังการโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง รายชื่อ 11 จาก 140/96 เหลือ 140/85 รายชื่อ 12 จาก 160/97 เหลือ 152/95 รายชื่อ 13 จาก 146/95 เหลือ 145/90 รายชื่อ 14 จาก 154/95 เหลือ 140/90 รายชื่อ 15 จาก 147/98 เหลือ 143/89 - นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิต หลังการโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง
ครั้งที่ 7 27 มิ.ย 66 08.30-16.30 น.	7	เสริมแรง ให้กำลังใจทุกสัปดาห์ (Social Support) เพื่อติดตามการปฏิบัติและลงมือทำอย่างต่อเนื่องของผู้ป่วย รวมทั้งถาม ตอบ ในสิ่งที่สงสัย เป็นกิจกรรมการถาม ตอบประเด็นปัญหาพฤติกรรมสุขภาพ และการทวนกลับ 4.5 ติดตามการปฏิบัติและลงมือทำอย่างต่อเนื่องของผู้ป่วย โดยการ Tele-nursing ผ่านโทรศัพท์มือถือหรือ application line	
ครั้งที่ 8 28 มิ.ย 66 08.30-16.30 น.	7		- นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิต หลังการโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
			รายที่ 16 จาก 150/90 เหลือ 140/80 รายที่ 17 จาก 154/95 เหลือ 140/90 รายที่ 18 จาก 140/90 เหลือ 130/80 รายที่ 19 จาก 147/98 เหลือ 141/87 รายที่ 20 จาก 140/90 เหลือ 130/80
ครั้งที่ 9 4 ก.ค. 66 08.30-16.30 น.	7		- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 1-5) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในติดตามค่าโซเดียมในอาหารของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยเครื่องมือ Salt Meter และสังเกตการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง
ครั้งที่ 10 5 ก.ค. 66 08.30-16.30 น.	7		- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 5-10) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการติดตามค่าโซเดียมในอาหารของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยเครื่องมือ Salt Meter และสังเกตการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง
ครั้งที่ 11 11 ก.ค. 66 08.30-16.30 น.	7		- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 10-15) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดบริโภคเค็ม

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ช่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
			- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการติดตามค่าโซเดียมในอาหารของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยเครื่องมือ Salt Meter และสังเกตการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง
ครั้งที่ 12 12 ก.ค. 66 08.30-16.30 น.	7		- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 15-20) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการติดตามค่าโซเดียมในอาหารของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยเครื่องมือ Salt Meter และสังเกตการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง
ครั้งที่ 13 18 ก.ค. 66 08.30-16.30 น.	7		- นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิต หลังการโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง - รายที่ 1 จาก 1.2 เหลือ 0.75 - รายที่ 2 จาก 1.0 เหลือ 0.85 - รายที่ 3 จาก 0.9 เหลือ 0.70 - รายที่ 4 จาก 1.3 เหลือ 0.74 - รายที่ 5 จาก 1.4 เหลือ 0.99
ครั้งที่ 14 19 ก.ค. 66 08.30-16.30 น.	7		- นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิต หลังการโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง - รายที่ 6 จาก 1.4 เหลือ 0.89

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
			รายที่ 7 จาก 0.99 เหลือ 1.23 รายที่ 8 จาก 1.5 เหลือ 1.2 รายที่ 9 จาก 1.5 เหลือ 1.1 รายที่ 10 จาก 1.1 เหลือ 0.78
ครั้งที่ 15 25 ก.ค. 66 08.30-16.30 น.	7		- นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิต หลังการโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง รายที่ 11 จาก 1.2 เหลือ 0.87 รายที่ 12 จาก 0.98 เหลือ 0.78 รายที่ 13 จาก 1.1 เหลือ 0.74 รายที่ 14 จาก 1.0 เหลือ 0.64 รายที่ 15 จาก 1.3 เหลือ 0.84
ครั้งที่ 16 26 ก.ค. 66 08.30-16.30 น.	7		- นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิต หลังการโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง รายที่ 16 จาก 0.84 เหลือ 0.76 รายที่ 17 จาก 0.92 เหลือ 0.78 รายที่ 18 จาก 1.67 เหลือ 1.3 รายที่ 19 จาก 0.79 เหลือ 0.82 รายที่ 20 จาก 1.1 เหลือ 0.98

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ช่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
รวมชั่วโมง ปฏิบัติการ พยาบาลตาม ความเชี่ยวชาญ	112		- รวมผู้ช่วยความดันโลหิตสูง ได้รับการดูแล ด้วยโปรแกรมปรับพฤติกรรมลดบริโภคเค็มที่ได้รับบาดเจ็บ จำนวน 20 ราย - ผู้ช่วยความดันโลหิตสูง มีความดันโลหิตลดลง จำนวน 20 ราย

7. สรุปผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น

- 1) ตลอดการปฏิบัติงาน Faculty Practice มีผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ได้รับการจัดการรายกรณี จำนวนทั้งสิ้น 20 ราย ค่าเฉลี่ยความดันโลหิต Systolic หลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมพบว่า 140.9 mmHg ซึ่งลดลงจากก่อนการเข้าร่วมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมซึ่งมีค่าความดันโลหิตอยู่ที่ 148.4 mmHg และค่าเฉลี่ย Diastolic หลังการเข้าร่วมกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 84.74 mmHg ซึ่ง ลดลงจากก่อนการเข้าร่วมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 95.63 mmHg
- 2) ตลอดการปฏิบัติงาน Faculty Practice ค่าเฉลี่ยค่าความดันโลหิตสูงที่ได้รับการจัดการรายกรณี จำนวนทั้งสิ้น 20 ราย พบว่าค่าเฉลี่ยความดันโลหิตสูงหลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมีค่าเฉลี่ย 0.86 % ลดลงน้อยกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ย 1.14 %
- 3) มีการเข้าร่วมโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม ตามระยะเวลาที่กำหนด จำนวนทั้งสิ้น 20 ราย
- 4) ได้ฝึกทักษะความเชี่ยวชาญในการจัดการรายกรณี ที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยภาวะความดันโลหิตสูง เข้าร่วมโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการลดบริโภคเค็ม

8. ปัญหา - อุปสรรค (ถ้ามี)

ติดตามผลการปฏิบัติงาน โทรศัพท์/ไลน์ ทุกสัปดาห์ ในบางรายต้องติดตามสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง

9. แนวทางการพัฒนา/ ปรับปรุง

- 1) เพิ่มจำนวนกลุ่มผู้ช่วยความดันโลหิตสูง ที่มีความดันโลหิตมากกว่าหรือ เท่ากับ 140/90 มม.ปรอท

ลงชื่อ..... ผู้ปฏิบัติการพยาบาล

(นายยุทธนา นุ่นละออง)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน)

ลงชื่อ..... ผู้ตรวจสอบ

(นางสาวปาริวรรี มั่นพัก)

ตำแหน่ง หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน

ลงชื่อ..... ผู้รับรอง

(นางสาวปริญญา ศรีธราพัฒน์)

รองผู้อำนวยการด้านวิชาการ

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท