



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)

ประจำปีการศึกษา 2566

นายยุทธนา นุ่นละออง

สาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี 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 พฤติกรรมการไม่ออกกำลังกาย วัตร ๑ ชั่วโมง สัปดาห์ ได้ศึกษาวิจัย ผลการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมณีเวชของกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง สอดคล้องกับแนวคิดของ Pender ที่กล่าวว่า การที่บุคคลปฏิบัติกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องจนกลายเป็นแบบแผนการดำเนินชีวิตและนิสัยสุขภาพ จะสามารถบอกถึงความสามารถของบุคคลในการคงไว้หรือยกระดับของภาวะสุขภาพเพื่อความสุขและความสำเร็จในชีวิต ซึ่งผลการวิจัยพบว่าสามารถลดความดันโลหิตสูงในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง โดยมี ค่าเฉลี่ยความดันโลหิต Systolic และ Diastolic หลังการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมณีเวช พบว่ามีค่าลดลงจากก่อนออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมณีเวช เป้าหมาย

เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญ ความรู้ ความสามารถในการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี

5. วัตถุประสงค์

1. เพื่อลดระดับค่าความดันโลหิต ซิสโตลิกและระดับความดันโลหิตไดแอสโตลิก ของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมณีเวช

6. ระยะเวลา

จันทร์ - ศุกร์ เวลา 08.30 - 16.00 น. ระหว่างเดือน มีนาคม ถึง เมษายน พ.ศ. 2567

7. แผนการดำเนินงาน

7.1 พบผู้อำนวยการและพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดโพธาราม เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ในการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของอาจารย์

7.2 ศึกษาสถานการณ์ วิเคราะห์ปัญหา ข้อมูลเบื้องต้นร่วมค้นหาสาเหตุโดยประเมินปัญหาร่วมกัน วางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกับผู้ป่วย ในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี ที่เข้ารับการรักษาที่คลินิกความดันโลหิตสูงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดโพธาราม ซึ่งกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมความดันโลหิตได้ไม่ดี หมายถึง ผู้ที่มีระดับความดันโลหิตในตอนเช้าสูงกว่า ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่ามีระดับความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมได้ และได้รับการรักษาด้วยยาลดความดันมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี และมีระดับความดันโลหิตตั้งแต่ 140/90 มิลลิเมตรปรอทขึ้นไป

7.3 นำการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมณีเวช ประกอบด้วยกิจกรรม ดังนี้

- กิจกรรมการให้ความรู้ แบบเข้มข้น รายการเพื่อลดหวาน มัน เค็มการให้ข้อมูลคืนกลับ

รายบุคคล การอ่านฉลากโภชนาการ การคำนวณปริมาณโซเดียมอย่างง่าย อธิบายความหมาย เพื่อสร้างความตระหนัก แลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการบริโภคอาหาร

- กิจกรรมการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมณีเวช ครั้งละ 30 นาที ประกอบด้วย 5 ท่า

ท่าที่ 1 ท่าไหว้สวัสดีหรือท่ารำละคร

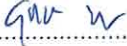
ท่าที่ 2 ท่าโม้แป้ง

ท่าที่ 3 ท่าถอดเสื้อ

ท่าที่ 4 ท่าหมุนแขน กรรเชียง

ท่าที่ 5 ท่าปล่อยพลัง

- การติดตามเยี่ยมติดตามโดย เพื่อเป็นการเสริมแรง ให้กำลังใจทุกสัปดาห์ (Social Support)
ตลอดการศึกษาทั้งแบบไปติดตามด้วยตนเองและโดยผ่านไลน์แอปพลิเคชัน

ลงชื่อ..........ผู้จัดทำแผน

(นายยุทธนา นุ่นละออง)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน)

ลงชื่อ..........ผู้รับรอง

(นางสาวปารวีร์ มั่นพิภ)

ตำแหน่ง หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ชัยนาท

คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข

แบบรายงานผลการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/ การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ ผู้ชำนาญการของอาจารย์ ประจำปีการศึกษา 2567

(Faculty Practice of Individual Development Report)

1. ชื่อ - นามสกุล นายยุทธนา นุ่นละออง ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน)
2. สาขาวิชา การพยาบาลอนามัยชุมชน
3. กลุ่มเป้าหมาย (ผู้ป่วย/ผู้รับบริการ)
ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้ ที่เข้ารับการรักษาที่คลินิกความดันโลหิตสูงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโพธาราม ซึ่งกลุ่มผู้ที่มีระดับความดันโลหิตที่ควบคุมไม่ได้ คือ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่ามีระดับความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมได้ และได้รับการรักษาด้วยยาลดความดันมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี และมีระดับความดันโลหิตตั้งแต่ 140/90 มิลลิเมตรปรอทขึ้นไป
4. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาล คลินิกความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโพธาราม และการดูแลต่อเนื่องที่บ้าน
5. ระยะเวลาปฏิบัติการพยาบาล (Faculty Practice)

จันทร์ - ศุกร์ เวลา 08.30 – 16.00 น. ระหว่างเดือน มิถุนายน ถึง สิงหาคม พ.ศ. 2567

6. ผลการดำเนินงานปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ประจำปีการศึกษา 2567

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้พยาบาลการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 1 4 เม.ย. 67 08.30-16.30 น.	7	1. ศึกษาสถานการณ์ วิเคราะห์ปัญหา ข้อมูลเบื้องต้นร่วมค้นหาสาเหตุโดยประเมินปัญหาร่วมกัน วางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกับผู้ป่วย ในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้ ที่เข้ารับการรักษาที่คลินิกความดันโลหิตสูงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโพธาราม ซึ่งกลุ่ม	- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายชื่อ 1-5) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยการได้รับความรู้ร่วมกับทีมการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมีผล - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมีผล

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 2 5 เม.ย. 67 08.30-16.30 น.	7	ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมความดันโลหิตได้ไม่ดี หมายถึงผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่ามีระดับความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมได้ และได้รับการรักษาด้วยยาลดความดันมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี และมีระดับความดันโลหิตตั้งแต่ 140/90 มิลลิเมตรปรอทขึ้นไป	- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 5-10) ได้รับการจัดการรายการหนี้ผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมวดเนื้เวช
ครั้งที่ 3 11 เม.ย. 67 08.30-16.30 น.	7	2. คัดเลือกผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี จำนวน 20 ราย 3. พุดคุยสร้างสัมพันธภาพ อธิบายถึงความสำคัญของการควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และเชิญชวนเข้าร่วมการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมวดเนื้เวช	- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 10-15) ได้รับการจัดการรายการหนี้ผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมวดเนื้เวช
ครั้งที่ 4 12 เม.ย. 67 08.30-16.30 น.	7	4. ให้การพยาบาลผู้ป่วยรายกรณี โดยเริ่มการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมวดเนื้เวช ในผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี ดังนี้ 4.1 กิจกรรมที่ 1 วิเคราะห์ปัญหา ซ้อมเลบเบื้องต้น ได้เปรียบ	- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 15-20) ได้รับการจัดการรายการหนี้ผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมวดเนื้เวช
ครั้งที่ 5 18 เม.ย. 67 08.30-16.30 น.	7	ร่วมค้นหาสาเหตุ พบแพทย์ ค่าความดันโลหิต จากการที่ผู้ป่วยมาตรวจตามแพทย์นัด ประเมินปัญหาร่วมกัน วางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกับผู้ป่วย ทำแบบสอบถาม โดยการสัมภาษณ์ พูดคุย ให้ความรู้เรื่อง โรคความดันโลหิตสูง ผลกระทบจากโรคแทรกซ้อน การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคให้ความรู้	- นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิตหลังได้รับการความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมวดเนื้เวช - 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 วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 6 19 เม.ย. 67 08.30-16.30 น.	7	4.2 กิจกรรมที่ 2 กิจกรรมให้ความรู้แบบเข้มข้น รายกลุ่ม เพื่อการลดหวาน มัน เติ้มการให้ข้อมูลคืนกลับรายบุคคล การอ่านฉลากโภชนาการ การคำนวณปริมาณโซเดียมอย่างง่าย อธิบายความหมาย เพื่อสร้างความตระหนัก แลกเปลี่ยนเรียนรู้ เรื่องการบริโภคอาหาร 4.3 กิจกรรมที่ 3 กิจกรรมการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมีเวช ครึ่งละ 30 นาที ประกอบด้วย 5 ท่า ท่าที่ 1 ท่าไหว้สวัสดีหรือท่ารำละคร ท่าที่ 2 ท่าโม้แป้ง ท่าที่ 3 ท่าถอดเสื้อ ท่าที่ 4 ท่าหมุนแขน กรรเชียง ท่าที่ 5 ท่าปล่อยพลัง 4.4 กิจกรรมที่ 4 เยี่ยมผู้ป่วยต่อเนื่องที่บ้าน เพื่อเป็นการเสริมแรง ให้กำลังใจทุกสัปดาห์ (Social Support) เพื่อติดตามการปฏิบัติและลงมือทำอย่างต่อเนื่องของผู้ป่วย รวมทั้งถาม ตอบ ในสิ่งที่สงสัย เป็นกิจกรรมการถาม ตอบประเด็นปัญหาพฤติกรรมสุขภาพ และการทวนกลับ 4.5 ติดตามการปฏิบัติและลงมือทำอย่างต่อเนื่องของผู้ป่วย โดย การ 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 มาวัดความดันโลหิตหลังได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมีเวช - 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 มาวัดความดันโลหิตหลังได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมีเวช - 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 มาวัดความดันโลหิตหลังได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมีเวช - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง
ครั้งที่ 7 25 เม.ย. 67 08.30-16.30 น.	7		
ครั้งที่ 8 26 เม.ย. 67 08.30-16.30 น.	7		

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 2 พ.ค. 67 08.30-16.30 น.	7		- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 1-5) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมอนี่เวช ความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมอนี่เวช - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการโปรแกรมการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมอนี่เวช
ครั้งที่ 10 3 พ.ค. 67 08.30-16.30 น.	7		- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 5-10) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านการลดความดันโลหิตสูง ด้วยการใช้ความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมอนี่เวช ความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมอนี่เวช - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการโปรแกรมการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมอนี่เวช
ครั้งที่ 11 9 พ.ค. 67 08.30-16.30 น.	7		- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 10-15) ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านการลดความดันโลหิตสูง ด้วยการใช้ความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมอนี่เวช ความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมอนี่เวช - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการโปรแกรมการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารหมอนี่เวช

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 12 10 พ.ค. 67 08.30-16.30 น.	7		- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย (รายที่ 15-20) ได้รับการจัดการรายการณผ่านกระบวนการลดความดันโลหิตสูง ด้วยการใช้ความรู้ร่วมกันกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมีเนืเวช - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทุกรายให้ความร่วมมือในการโปรแกรมการได้รับความรู้ร่วมกันกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมีเนืเวช
ครั้งที่ 13 16 พ.ค. 67 08.30-16.30 น.	7		- นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิตหลังการได้รับความรู้ร่วมกันกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมีเนืเวช - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง - รายที่ 1 จาก 150/90 เหลือ 140/80 - รายที่ 2 จาก 154/95 เหลือ 140/90 - รายที่ 3 จาก 140/90 เหลือ 130/80 - รายที่ 4 จาก 147/98 เหลือ 141/87 - รายที่ 5 จาก 140/90 เหลือ 130/80
ครั้งที่ 14 17 พ.ค. 67 08.30-16.30 น.	7		- นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิตหลังได้รับความรู้ร่วมกันกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมีเนืเวช - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง - รายที่ 6 จาก 140/96 เหลือ 140/85 - รายที่ 7 จาก 160/97 เหลือ 152/95 - รายที่ 8 จาก 146/95 เหลือ 145/90 - รายที่ 9 จาก 154/95 เหลือ 140/90 - รายที่ 10 จาก 147/98 เหลือ 143/89

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 15 23 พ.ค. 67 08.30-16.30 น.	7		- นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิตหลังการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมณีเวช - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง - รายที่ 11 จาก 150/90 เหลือ 147/89 - รายที่ 12 จาก 152/100 เหลือ 138/86 - รายที่ 13 จาก 147/98 เหลือ 143/89 - รายที่ 14 จาก 154/95 เหลือ 140/90 - รายที่ 15 จาก 160/97 เหลือ 152/95
ครั้งที่ 16 24 พ.ค. 67 08.30-16.30 น.	7		- นัดผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 5 ราย มาวัดความดันโลหิตหลังการได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมณีเวช - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทั้ง 5 ราย มีความดันโลหิตลดลง - รายที่ 16 จาก 150/90 เหลือ 150/90 - รายที่ 17 จาก 140/96 เหลือ 140/85 - รายที่ 18 จาก 145/90 เหลือ 140/90 - รายที่ 19 จาก 146/95 เหลือ 145/90 - รายที่ 20 จาก 140/90 เหลือ 139/90
รวมชั่วโมง ปฏิบัติการ พยาบาลตาม ความเชี่ยวชาญ	112		- รวมผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ได้รับการดูแล ด้วยได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารมณีเวชที่ได้รับการดูแล จำนวน 20 ราย - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง มีความดันโลหิตลดลง จำนวน 20 ราย

7. สรุปผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น

- 1) ตลอดการปฏิบัติงาน Faculty Practice มีผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ได้รับการจัดการรายกรณี จำนวนทั้งสิ้น 20 ราย ค่าเฉลี่ยความดันโลหิต Systolic หลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมพบว่ามีค่า 141.8 mmHg ซึ่งลดลงจากก่อนการเข้าร่วมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมซึ่งมีค่าความดันโลหิตอยู่ที่ 148.1 mmHg และค่าเฉลี่ย Diastolic หลังการเข้าร่วมกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 82 mmHg ซึ่ง ลดลงจากก่อนการเข้าร่วมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 94.25 mmHg
- 2) มีการเข้าร่วมได้รับความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารกรณีเวช ตามระยะเวลาที่กำหนด จำนวนทั้งสิ้น 20 ราย
- 3) ได้ฝึกทักษะความเชี่ยวชาญในการจัดการรายกรณี ที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยภาวะความดันโลหิตสูง เข้าร่วมการรับรู้ร่วมกับการออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารกรณีเวช

8. ปัญหา - อุปสรรค (ถ้ามี)

ติดตามผลการปฏิบัติทาง โทรศัพท์/ไลน์ ทุกสัปดาห์ ในบางรายต้องติดตามสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง

9. แนวทางการพัฒนา/ ปรับปรุง

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

ลงชื่อ.....*Gan*.....ผู้ปฏิบัติการพยาบาล

(นายยุทธนา นุ่นละออง)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน)

ลงชื่อ.....*Wan*.....ผู้ตรวจสอบ

(นางสาวปาริวรรี มั่นพัก)

ตำแหน่ง หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน

ลงชื่อ.....*Wan*.....ผู้รับรอง

(นางสาวปริญดา ศรีธราพัฒน์)

รองผู้อำนวยการด้านวิชาการ

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท