

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นพรัตน์วชิระ
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก
กลุ่มวิชา การพยาบาลอนามัยชุมชนและรักษาพยาบาลเบื้องต้น
แบบบันทึกการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ประจำปีการศึกษา 2566
ประเด็นการป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อยล้าของประชาชนในชุมชน

ชื่อ นางสาวอัจฉรา สกุนตนิยม

1. สาขาวิชาความชำนาญ/ เชี่ยวชาญ/ เนื้อหาที่สอน

1.1 ภาคทฤษฎี การพยาบาลอนามัยชุมชน 1

1.2 ภาคปฏิบัติ การพยาบาลอนามัยชุมชน 1 การพยาบาลอนามัยชุมชน 2 และการรักษาพยาบาล

เบื้องต้น

2. รูปแบบ Faculty Practice ของอาจารย์

- ปฏิบัติงานร่วมกับ APN/พยาบาลผู้ชำนาญการขึ้นไป ในคลินิกพยาบาล
- ปฏิบัติงานร่วมกับผู้บริหาร ในการพัฒนารูปแบบบริหารพยาบาล คุณภาพการบริการพยาบาล เพื่อผู้รับบริการ กลุ่มเป้าหมาย หรือการพัฒนาบุคลากร/ กำลังคน
- ปฏิบัติงานร่วมกับ APN/ พยาบาลผู้ชำนาญการขึ้นไป ทำวิจัย ใช้ผลงานวิจัย พัฒนาแนวปฏิบัติทางการพยาบาล หรือพัฒนาความรู้จากกรณีศึกษาในสถานการณ์จริง
- สร้างความรู้จากการปฏิบัติ การวิจัย ตีพิมพ์ผลงานวิชาการร่วมกับฝ่ายการพยาบาล เป็นต้น
- Individual development plan (IDP) ของอาจารย์แต่ละคน ที่สามารถเพิ่มพูนประสบการณ์การปฏิบัติการพยาบาล เฉพาะผู้ป่วย เฉพาะกลุ่ม เฉพาะโรค
- เป็นที่ปรึกษาทางวิชาการ และวิชาชีพในการดูแล เฉพาะกลุ่ม เฉพาะโรค หรือที่ปรึกษาการวิจัย

3. ปฏิบัติการพยาบาล เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อยล้าของประชาชนในชุมชน

ผู้รับบริการ

- รายบุคคล
- ครอบครัว
- กลุ่มและชุมชน ประชาชนในหมู่บ้านเพชรอนันต์ คันนายาว กรุงเทพฯ

4. กรอบการบูรณาการ

- องค์ความรู้สอดคล้องกับการจัดการเรียนการสอน รายวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน และรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลอนามัยชุมชน หัวข้อ การส่งเสริมสุขภาพประชาชนทุกช่วงวัย
- การวิจัย เรื่อง
- ปฏิบัติการพยาบาล สร้างแนวปฏิบัติการพยาบาล
- อื่นๆ.....

5. การบรรลุตามวัตถุประสงค์/ เป้าหมาย การปฏิบัติการพยาบาลสร้างความเชี่ยวชาญ

บรรลุตามวัตถุประสงค์

วัตถุประสงค์การปฏิบัติการพยาบาล เพื่อนำผลการวิจัยและ ความรู้ทางด้านการบริหารร่างกายด้วยศาสตร์ต่างๆ ที่ได้ศึกษา และฝึกอบรม มาประยุกต์ใช้ในกลุ่มเป้าหมายที่หลากหลาย เป็นการส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรค ให้กับประชาชนในชุมชนต่างๆ และเป็นการเพิ่มความเชี่ยวชาญให้กับผู้ปฏิบัติการพยาบาลอีกด้วย

6. รายงานการปฏิบัติการพยาบาล (Faculty Practice)

วันที่/เวลา	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมปฏิบัติการพยาบาล	สถานที่/ ผู้รับบริการ
ก.ย 66		<ul style="list-style-type: none"> ติดต่อ ประสานงานกับประธานชุมชน หมู่บ้านเพชรอนันต์ ในการนัดหมาย และเตรียมชุมชน สำหรับ กิจกรรม การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อย่ำของประชาชนในชุมชน 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
9 ต.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ศึกษา ค้นคว้า เตรียมสื่อ เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อย่ำของประชาชนในชุมชน 	วพบ. นพรัตน์วัชริระ
10 ต.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ศึกษา ค้นคว้า เตรียมสื่อ เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อย่ำของประชาชนในชุมชน 	วพบ. นพรัตน์วัชริระ
11 ต.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ศึกษา ค้นคว้า เตรียมสื่อ เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อย่ำของประชาชนในชุมชน 	วพบ. นพรัตน์วัชริระ
12 ต.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ศึกษา ค้นคว้า เตรียมสื่อ เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อย่ำของประชาชนในชุมชน 	วพบ. นพรัตน์วัชริระ
13 ต.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ศึกษา ค้นคว้า เตรียมสื่อ เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อย่ำของประชาชนในชุมชน 	วพบ. นพรัตน์วัชริระ
16 ต.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> บรรยาย สาธิต สาธิตย้อนกลับ แจกสื่อเป็นโปสเตอร์ขนาด A4 และ QR Code เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อย่ำของประชาชนในชุมชน 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
17 ต.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> บรรยาย สาธิต สาธิตย้อนกลับ 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ

		<ul style="list-style-type: none"> ● แจกสื่อเป็นโปสเตอร์ขนาด A4 และ QR Code เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อยล้าของประชาชน ในชุมชน 	
18 ต.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ● บรรยาย ● สาธิต ● สาธิตย้อนกลับ ● แจกสื่อเป็นโปสเตอร์ขนาด A4 และ QR Code เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อยล้าของประชาชน ในชุมชน 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
19 ต.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ● บรรยาย ● สาธิต ● สาธิตย้อนกลับ ● แจกสื่อเป็นโปสเตอร์ขนาด A4 และ QR Code เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อยล้าของประชาชน ในชุมชน 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
20 ต.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ● บรรยาย ● สาธิต ● สาธิตย้อนกลับ ● แจกสื่อเป็นโปสเตอร์ขนาด A4 และ QR Code เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อยล้าของประชาชน ในชุมชน 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
18 ธ.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ● ติดตาม การนำไปใช้ ของประชาชน ในชุมชน หลังจาก ผ่านมา 1 เดือน และแนะนำเพิ่มเติม 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
19 ธ.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ● ติดตาม การนำไปใช้ ของประชาชน ในชุมชน หลังจาก ผ่านมา 1 เดือน และแนะนำเพิ่มเติม 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
20 ธ.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ● ติดตาม การนำไปใช้ ของประชาชน ในชุมชน หลังจาก ผ่านมา 1 เดือน และแนะนำเพิ่มเติม 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
21 ธ.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ● ติดตาม การนำไปใช้ ของประชาชน ในชุมชน หลังจาก ผ่านมา 1 เดือน และแนะนำเพิ่มเติม 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ

วันที่/เวลา	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมปฏิบัติการพยาบาล	สถานที่/ ผู้รับบริการ
22 ธ.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ติดตาม การนำไปใช้ ของประชาชน ในชุมชน หลังจาก ผ่านมา 1 เดือน และแนะนำเพิ่มเติม 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
25 ธ.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> ติดตาม การนำไปใช้ ของประชาชน ในชุมชน หลังจาก ผ่านมา 1 เดือน และแนะนำเพิ่มเติม 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
26 ธ.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> สรุปผลกิจกรรม เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการ เมื่อยล้าของประชาชนในชุมชน 	หมู่บ้านเพชรอนันต์ เขตคันนายาว กรุงเทพฯ
27 ธ.ค. 66 8.30-16.30	7	<ul style="list-style-type: none"> สรุปผลกิจกรรม เรื่อง การป้องกันและบรรเทาอาการ เมื่อยล้าของประชาชนในชุมชน 	วพบ. นพรัตน์วัชร
รวม	126		

7. ผลลัพธ์ของการปฏิบัติงาน

7.1 ผลต่อชุมชน

- เพิ่มการเข้าถึงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในวัยผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ ผู้ใหญ่และผู้สูงอายุที่อยู่ที่บ้านหรือบ้านที่เปิดเป็นร้านค้า มีโอกาสเข้าถึงกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ในเรื่องการป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อยล้า ได้ความรู้ และการสาธิตย้อนกลับ เพื่อนำไปเลือกใช้ตามความเหมาะสมของรายบุคคล และมี QR Code ที่สามารถเข้าถึงเอกสาร/สื่อที่ตั้งใจผลิตให้ เป็นเอกสารทบทวนการป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อยล้าจากการทำงาน สามารถนำมาใช้ได้ตลอดเวลา

- เป็นกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในวัยผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ กิจกรรมนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในวัยผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ ซึ่งมีจำนวนมาก และเป็นบุคลากรที่สำคัญในการดูแลประชากรในทุกช่วงวัย เมื่อวัยผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ มีสุขภาพดี ย่อมเป็นฐานสำคัญในการดูแลครอบครัวต่อไป

- สัมพันธภาพที่ดีกับชุมชน กิจกรรมนี้สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับชุมชน ใกล้เคียงวิทยาลัยฯ ประชานชุมชนและคณะกรรมการ เอื้อเพื่อและเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพของประชาชนในชุมชน

7.2 ผลต่อตนเอง

- มีโอกาสเข้าถึงชุมชนเมือง ได้ประสบการณ์ในการศึกษาชุมชน สามารถนำประสบการณ์มาใช้ในการเรียนการสอน รายวิชา การพยาบาลอนามัยชุมชน และรายวิชา ปฏิบัติการพยาบาลอนามัยชุมชน หัวข้อ การส่งเสริมสุขภาพประชาชนทุกช่วงวัย

- เป็นโอกาสที่ดีในการเผยแพร่สิ่งที่ตนเองมีและทำได้ มีความภูมิใจในการนำเสนอกิจกรรม การป้องกันและบรรเทาอาการเมื่อยล้า เนื่องจาก ได้ศึกษา และอบรม ด้านการบริหารร่างกายด้วยซิ้ง “กวงอิมจื้อไจ้กง” และทำวิจัยเรื่อง “การนวดตนเองของประชาชนในชุมชน”

- เป็นการเพิ่มความเชี่ยวชาญในการดูแลสุขภาพประชาชน จากที่ได้ศึกษา อบรม และฝึกปฏิบัติด้านการการบริหารร่างกายด้วยซิ้ง “กวงอิมจื้อไจ้กง” จากศูนย์ธรรมชาติบำบัดอาจารย์หยาง จำนวน 3 คอร์ส และศึกษาเพิ่มเติม ทำให้เกิดความสนใจ และต้องการถ่ายทอด ให้กับประชาชนที่พร้อมรับบริการ ซึ่งสามารถพบได้ทั่วไป ในการสอนนักศึกษาภาคปฏิบัติในชุมชน และในการทำกิจกรรมในครั้งนี้ทำให้ได้ความเชี่ยวชาญในการแนะนำประชาชนวัยผู้ใหญ่และสูงอายุ ซึ่งสามารถนำมาสอนนักศึกษา ในหัวข้อ การส่งเสริมสุขภาพประชาชนทุกช่วงวัย ในรายวิชา การพยาบาลสุขภาพชุมชน และปฏิบัติการพยาบาลสุขภาพชุมชน ได้

ขอรับรองว่า อาจารย์อัจฉรา สกุนตนิยม ได้ปฏิบัติ Faculty Practice ครบถ้วน ตามตารางการปฏิบัติงาน

..... *อัจฉรา*

(นางสาวอัจฉรา สกุนตนิยม)

อาจารย์

..... *กัญชิตา*
..... *เสริมสินสิริ*

(นางกัญชิตา เสริมสินสิริ)

หัวหน้าสาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน

..... *พรณภา*

(นางสาวพรณภา เรืองกิจ)

รองผู้อำนวยการกลุ่มงานวิชาการ