



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครธวัชบุรี คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)

ชื่อ-สกุล นางสาวสิริลักษณ์ อู่เจริญ สาขา การพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

แผนพัฒนาความเชี่ยวชาญ Faculty practice ปีการศึกษา 2567

ชื่อ-สกุล	พัฒนาความ เชี่ยวชาญด้านใด	เรื่อง/ประเด็น อะไรที่สนใจ	สถานที่	ทำอย่างไร (HOW?)	ทำกับใครผู้ร่วม ปฏิบัติการ พยาบาล
นางสาวสิริลักษณ์ อู่เจริญ	การพยาบาล ผู้สูงอายุ	การจัดการ ตนเองของ ผู้สูงอายุ ในการควบคุม โรคความดัน โลหิตสูง	สอน เฉลิม พระเกียรติฯ 60 พรรษา มหาสารคาม	- เพื่อนำความเชี่ยวชาญไปให้การ ดูแลผู้สูงอายุ เพิ่มพูนทักษะการ สอนการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ ในการควบคุมโรคความดันโดยให้ การพยาบาลเป็นรายบุคคล	พยาบาลพี่เลี้ยง ในแหล่งฝึก คุณปิยะมาศ สุวรรณรัตน์

ลงชื่อ

(นางสาวสิริลักษณ์ อู่เจริญ)

ตำแหน่ง อาจารย์

ลงชื่อ

(นางเบญจวรรณ กิจวรดี)

ตำแหน่ง ประธานสาขาการพยาบาล

ผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครธวัชบุรี คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)

ชื่อ-สกุล นางสาวสิริลักษณ์ อ๋อยเจริญ สาขา การพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

แผนพัฒนาความเชี่ยวชาญ Faculty practice ปีการศึกษา 2567

ชื่อ-สกุล	ความเชี่ยวชาญ	การปฏิบัติการพยาบาลและสถานที่	ผู้ร่วมปฏิบัติการพยาบาล	วัน-เวลา	จำนวนชั่วโมง	ผลจากการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น
นางสาวสิริลักษณ์ อ๋อยเจริญ	การพยาบาลผู้สูงอายุ	การจัดการตนเองของผู้สูงอายุในการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง	พยาบาลที่เลี้ยงในแหล่งฝึก คุณปิยะมาศ สุวรรณรัตน์ (พว.ชำนาญการ)	9 พ.ย. 67 10 พ.ย. 67 16 พ.ย. 67 23 พ.ย. 67 (9.00-15.00)	5 5 5 5	1. ทักทายผู้สูงอายุตรวจประเมินอาการผู้สูงอายุที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมได้ 2. เรียนรู้และเริ่มต้นสอนวิธีการจัดการตนเองในการจัดการตนเองเพื่อควบคุมโรคความดันโลหิตสูง 3. ประเมินพฤติกรรมการควบคุมโรคโดยใช้กรอบแนวทางการประเมินที่ ของ รัตนา เรือนอินทร์	บทความวิจัยเรื่อง ผลของการใช้โปรแกรมในการจัดการตนเองเกี่ยวกับการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง
				1 ก.พ.68 8 ก.พ.68 15 ก.พ. 68 22 ก.พ. 68 (9.00-15.00)	5 5 5 5	1. ชี้แจงเกี่ยวกับกิจกรรมครั้งที่ 2 ให้ความรู้เกี่ยวกับการจัดการตนเองในเรื่องการออกกำลังกาย 2. ให้ผู้สูงอายุชมวีดิทัศน์การควบคุมโรคความดันโลหิตสูงด้วยการออกกำลังกาย 3. ให้ผู้สูงอายุ ฝึกออกกำลังกายตามโปรแกรมการออกกำลังกาย โดยเริ่มเดินช้าๆ ในช่วงเวลาสั้นๆ 4. กล่าวสรุปกิจกรรมที่ผู้สูงอายุ ได้ทำในครั้งนี้ และบอกเวลานัดพบในครั้งต่อไป - ให้ความรู้เกี่ยวกับการจัดการตนเองในเรื่องการบริโภคอาหารที่เหมาะสมการจัดการกับความเครียด การใช้ยาที่ถูกต้อง และการมาตรวจตามนัด - พูดคุยกับผู้สูงอายุที่ได้รับผลดีต่อการควบคุมโรคจากการปฏิบัติพฤติกรรมที่เหมาะสมและมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการปฏิบัติพฤติกรรม	



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรธานี คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)

ชื่อ-สกุล นางสาวสิริลักษณ์ อู่เจริญ สาขา การพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

แผนพัฒนาความเชี่ยวชาญ Faculty practice ปีการศึกษา 2567

ชื่อ-สกุล	ความ เชี่ยวชาญ	การ ปฏิบัติการ พยาบาลและ สถานที่	ผู้ร่วม ปฏิบัติการ พยาบาล	วัน-เวลา	จำนวน ชั่วโมง	ผลจากการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่ เกิดขึ้น
						- การดำเนินการตามแผนการส่งเสริมการจัดการตนเองเป็นรายบุคคล - พบผู้สูงอายุเพื่ออภิปรายหัวข้ออภิปรายประกอบด้วย การส่งเสริมและการกำหนดแผนการปฏิบัติและการตั้งจุดมุ่งหมายรายบุคคล การฝึกทักษะ เพื่อให้ผู้สูงอายุ มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการจัดการกับโรคความดันโลหิตสูง การปฏิบัติการควบคุมโรค (การรับประทานยา การออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ การหลีกเลี่ยงความเครียด การใช้ยาควบคุมความดัน และการมาตรวจตามนัด การพูดเพื่อจูงใจผู้สูงอายุในการปรับเปลี่ยนวิถีในการดำเนินชีวิต กระตุ้นให้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการปฏิบัติพฤติกรรมซึ่งกันและกัน	
				รวม	40		
				5 เม.ย.68	5	- เยี่ยมบ้านรายบุคคลเพื่อส่งเสริมทักษะการแก้ปัญหาการเอาชนะอุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพและการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม	



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครธวัชบุรี คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)

ชื่อ-สกุล นางสาวสิริลักษณ์ อู่เจริญ สาขา การพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

แผนพัฒนาความเชี่ยวชาญ Faculty practice ปีการศึกษา 2567

ชื่อ-สกุล	ความ เชี่ยวชาญ	การ ปฏิบัติการ พยาบาลและ สถานที่	ผู้ร่วม ปฏิบัติการ พยาบาล	วัน-เวลา	จำนวน ชั่วโมง	ผลจากการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่ เกิดขึ้น
				19 เม.ย.68 26 เม.ย.68 27 เม.ย.68 10 พ.ค.68 17 พ.ค.68 (9.00-15.00)	5 5 5 5 5	การให้ความรู้อย่างต่อเนื่อง การจูงใจอย่างต่อเนื่อง และการส่งเสริมการปรับตัวเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ ผู้สูงอายุ	
				24 พ.ค.68 31 พ.ค.68 (9.00-15.00)	5 5	นัดผู้สูงอายุมาประเมินพฤติกรรม การจัดการตนเองเกี่ยวกับการควบคุมโรคความดันโลหิตสูงและวัดระดับความดันโลหิตหลังเข้าร่วมโปรแกรมการจัดการตนเองเกี่ยวกับการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง หมายเหตุ : สัปดาห์ที่ (5 เม.ย.68-31 พ.ค.68) ยังไม่ดำเนินการ	
				รวม	40		

ลงชื่อ

(นางสิริลักษณ์ อู่เจริญ)

ตำแหน่ง อาจารย์

ลงชื่อ

(นางเบญจวรรณ กิจควรดี)

ตำแหน่ง ประธานสาขาวิชาการ

การพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ