



แผนการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์พยาบาล (Faculty Practice)

รายบุคคล

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรดิตถ์

ปีการศึกษา 2566 ระยะเวลา เดือน มิถุนายน 2566 – เดือน พฤษภาคม 2567 จำนวน 20 ชั่วโมง

ชื่อ...ปณณนุช ชมคำ.....ตำแหน่ง...อาจารย์ (ด้านการสอน).....

ภาควิชา.....การพยาบาลชุมชน.....

1. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล

- | | |
|---|--|
| ☐ การพยาบาลผู้ป่วยภาวะเฉียบพลัน/อุบัติเหตุ/ฉุกเฉิน | ☐ การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวช |
| ☐ การพยาบาลผู้ป่วยในภาวะวิกฤต | ☒ การพยาบาลเวชปฏิบัติทั่วไป/ครอบครัว/ชุมชน |
| ☐ การพยาบาลผู้ป่วยในระยะเจ็บป่วยเรื้อรัง | ☐ การพยาบาลส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค |
| ☐ การพยาบาลผู้ป่วยในระยะเจ็บป่วยสุดท้าย | ☐ การพยาบาลผู้ป่วยที่ได้รับการตรวจ/การบำบัดพิเศษ |
| ☐ การพยาบาลผดุงครรภ์ | |
| ☐ อื่น ๆ (ระบุ)..... | |

2. กลุ่มผู้ป่วย/ผู้รับบริการเป้าหมาย

2.1 รายบุคคล

- | | |
|---|---|
| ☐ ทารกแรกเกิด | ☐ เด็กและวัยรุ่น |
| ☐ ผู้ใหญ่ | ☐ ผู้สูงอายุ |
| ☐ ผู้ป่วยจิตเวช | ☐ หญิงตั้งครรภ์ |
| ☐ อื่น ๆ เช่น..... | |

2.2 รายครอบครัว/กลุ่ม/ชุมชน(ระบุ)

- ☒ ครอบครัว
- ☐ กลุ่ม/ชุมชน.....
- ☐ อื่น ๆ เช่น.....

3. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาลในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการ

3.1 โรงพยาบาลระบุ.....

- ☐ หอผู้ป่วย ระบุ.....
- ☐ คลินิกผู้ป่วยนอก/ Ambulatory Care Setting ระบุ.....

3,2 ในชุมชน ระบบบริการสุขภาพ ระดับปฐมภูมิ

- ☐ ศูนย์บริการสาธารณสุข/โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ระบุ.....
- ☐ โรงเรียน.....
- ☒ Home Health Care /Hospice Care.....
- ☐ ศูนย์พัฒนาเด็กปฐมวัย.....

- ☐ ศูนย์ผู้สูงอายุ
- ☐ อื่น ๆ (ระบุ)

4 บทบาทการพยาบาลที่ต้องการไปปฏิบัติการพยาบาล

- ☒ Direct care
- ☐ Consultation
- ☐ พัฒนาระบบบริการและคุณภาพการพยาบาล

อื่น ๆ ระบุ

สาขาความเชี่ยวชาญหรือความสนใจเฉพาะทาง

การดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่บ้าน

หัวข้อ/ประเด็นการปฏิบัติ Faculty Practice...การดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการจัดการตนเอง

หลักการเหตุผล

จากการถอดบทเรียนการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการจัดการตนเองตามแนวคิดของลอริก และโฮลแมน (2003) โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัว ใน 2 ปีที่ผ่านมา พบว่า พฤติกรรมสุขภาพที่ยังเป็นปัญหา ในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ได้แก่ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และการรับประทานยา สอดคล้องกับงานวิจัยของประเสริฐ วันดี (2565) พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะความดันโลหิตสูง ได้แก่ ดัชนีมวลกายเกิน ออกกำลังกายน้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์ ไขมันในเลือดสูง การบริโภคอาหารรสเค็ม การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และสูบบุหรี่ โดยปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิต ได้แก่ ทักษะเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง ($r = 0.382, p < 0.001$) การรับรู้อุปสรรคของการควบคุมความดันโลหิต ($r = -0.239, p = 0.002$) การเข้าถึงบริการสุขภาพ ($r = -0.323, p < 0.001$) และการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ($r = 0.300, p < 0.001$) (จิราวรรณ เจนจบและสุพัฒนา คำสอน, 2559) ดังนั้นจึงมีความสนใจการสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วยเพื่อปรับทัศนคติเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง เนื่องจากเมื่อผู้ป่วยมีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ ก็จะมีความมั่นใจและพยายาม ปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพอย่างไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ฉะนั้นการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ จึงสามารถกำหนดทิศทางและมีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย และผู้ป่วยสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองให้สามารถควบคุมความดันโลหิตได้

คำจำกัดความ

1. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง หมายถึง ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็น โรคความดันโลหิตสูง ซึ่งมีความดันโลหิตโลหิตตัวบน (Systolic) มากกว่า หรือเท่ากับ 140-169 มิลลิเมตรปรอท และ/หรือความดันโลหิตตัวล่าง (Diastolic) มากกว่าหรือเท่ากับ 90-109 มิลลิเมตรปรอท

2. การดูแลตามทฤษฎีการจัดการตนเอง หมายถึง การดูแลให้ผู้ผู้ป่วยมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โดยการจัดการตนเองของลอริกและโฮลแมน (2003) ทั้ง 6 ทักษะ โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัวตามทฤษฎีโครงสร้างและหน้าที่ของ Friedman ในประเด็นการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และการรับประทานยา

3. การรับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย เป็นการกระทำของบุคคลที่ยึดถือเป็นแบบแผนโดยอยู่บนพื้นฐานขององค์ความรู้ที่สอดคล้องกับบริบท วัฒนธรรม ความเชื่อ ค่านิยม และวิถีชีวิต และเชื่อว่าบุคคลมีความสามารถในการเรียนรู้ การตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการควบคุมระดับความดันโลหิตไปในทางที่ดีขึ้น (Orem & Taylor, 2003) ในด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และการรับประทานยา

กลุ่มเป้าหมาย/หน่วยงาน...ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในเขตรับผิดชอบของ รพ.สต.ม่อนดินแดง

ระยะเวลา.....มิถุนายน 2566 - พฤษภาคม 2567.....จำนวน...120...ชั่วโมง

เป้าหมาย/ผลลัพธ์

ระยะสั้น

1. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และสมาชิกในครอบครัวมีความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง
2. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้นจากการจัดการตนเองที่ถูกต้อง โดยครอบครัวมีส่วนร่วม

ระยะยาว

1. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมีระดับความดันโลหิตปกติ หรือใกล้เคียงปกติ
2. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงไม่มีภาวะแทรกซ้อนจากโรคที่เป็นอยู่

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
ครั้งที่ 1 26 มิถุนายน 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	-วางแผนกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต.ม่อน ดินแดง (พยาบาลวิชาชีพ) และอสม. เรื่อง การดูแลผู้ป่วยโรค ความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการ จัดการตนเอง <u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 1</u> -สร้างสัมพันธภาพ -ทำแผนที่บ้าน	-รพ.สต.ม่อนดินแดง ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์ -บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	1.แผนการดูแลผู้ป่วยโรคความดัน โลหิตสูงตามทฤษฎีการจัดการตนเอง 2.แผนที่บ้านผู้ป่วย
ครั้งที่ 2 28 มิถุนายน 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	-วางแผนกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต.ม่อน ดินแดง (พยาบาลวิชาชีพ) และอสม. เรื่อง การดูแลผู้ป่วยโรค ความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการ จัดการตนเอง <u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 2</u> -ทำแผนที่บ้าน -ทำผังเครือญาติ	-รพ.สต.ม่อนดินแดง ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์ -บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	1.แผนที่บ้านผู้ป่วย 2. ผังเครือญาติ
ครั้งที่ 3 30 มิถุนายน 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 3</u> -ซักประวัติครอบครัวด้วยการ -ตรวจร่างกายผู้ป่วยและสมาชิกใน ครอบครัวโดยใช้แนวคิด INHOMESSS	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-รายงานประวัติครอบครัว -รายงานการตรวจร่างกายผู้ป่วยและ สมาชิกในครอบครัว
ครั้งที่ 4 3 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 4</u> -วิเคราะห์ปัญหา (problem analysis) ร่วมกับผู้ป่วยโรคความ ดันโลหิตสูง และสมาชิก	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-mind mapping ปัญหา/สาเหตุของ ผู้ป่วย
ครั้งที่ 5 4 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 5</u> -วิเคราะห์ปัญหา (problem analysis) ร่วมกับผู้ป่วยโรคความ ดันโลหิตสูง และสมาชิก	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-mind mapping ปัญหา/สาเหตุของ ผู้ป่วย
ครั้งที่ 6 5 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 6</u> -วิเคราะห์ปัญหา/สาเหตุของโรค ความดันโลหิตสูง และผลกระทบ จากปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัย เสริม	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-mind mapping ปัญหา/สาเหตุของ ผู้ป่วย

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
ครั้งที่ 7 7 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 7</u> -วิเคราะห์การมีส่วนร่วมของ ครอบครัวในการดูแลผู้ป่วยโรค ความดันโลหิตสูง โดยใช้ทฤษฎี โครงสร้างและหน้าที่ของครอบครัว ของ ฟรีดแมน (Friedman, 1998)	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-รายงานการมีส่วนร่วมของ ครอบครัวในการดูแลผู้ป่วยโรคความ ดันโลหิตสูงตามทฤษฎีโครงสร้างและ หน้าที่
ครั้งที่ 8 8 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 8</u> -สร้างวิสัยทัศน์ร่วม โดยนำผลที่ได้ จากการวิเคราะห์ปัญหาสาเหตุ โดยให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และสมาชิกครอบครัวร่วมกันหา แนวทางในการแก้ไขปัญหาโดย สร้างวิสัยทัศน์ร่วม (เช่น ลดเค็ม ลดเคี้ยว) และเป็นข้อตกลงของ ครอบครัว รวมทั้งให้วาดภาพตาม ความมุ่งหวังเป็นภาพที่แสดงถึงการ มีส่วนร่วมการให้กำลังใจการก้าว เข้าสู่เป้าหมายด้วยความมั่นใจ	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-วิสัยทัศน์ร่วมของครอบครัว
ครั้งที่ 9 10 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 9</u> -วางแผนให้การพยาบาลกับผู้ป่วย เพื่อสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของ ครอบครัวในด้านการรับประทาน อาหาร การออกกำลังกาย การจัดการ ความ เครียด และการรับประทานยา	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-แผนการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรค ความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการ จัดการตนเอง เพื่อสร้างการรับรู้ สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และการ มีส่วนร่วมของครอบครัวในด้านการ รับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความ เครียด และการ รับประทานยา
ครั้งที่ 10 12 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 10</u> -ประเมินผลการพยาบาลในครั้งที่ ผ่านมาร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัว และปรับแผนการให้การดูแล -ให้การพยาบาลกับผู้ป่วยเพื่อสร้าง การรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ ผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของ ครอบครัวในด้านการรับประทาน	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-บันทึกการให้การดูแลผู้ป่วยตาม ทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยสร้างการ รับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และ การมีส่วนร่วมของครอบครัว -การปรับแผนการให้การดูแล

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	อาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และการรับประทานยา		
ครั้งที่ 11 14 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 11</u> -ประเมินผลการพยาบาลในครั้งที่ผ่านมาร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัว โดยผ่านการสะท้อนคิดครั้งที่ 1 และปรับแผนการให้การดูแล -ให้การพยาบาลผู้ป่วยตามทฤษฎีการจัดการตนเอง เพื่อสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของครอบครัว ในด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และการรับประทานยา	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-ผลการสะท้อนคิดและการปรับแผนการให้การดูแล -บันทึกการให้การดูแลผู้ป่วยตามทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของครอบครัว
ครั้งที่ 12 17 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 12</u> -ประเมินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และการมีส่วนร่วมของครอบครัว โดยการแลกเปลี่ยนเรียนรู้สอดแทรกวิถีการปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสม ให้กำลังใจ การสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-บันทึกการให้การดูแลผู้ป่วยตามทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของครอบครัว
ครั้งที่ 13 19 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 13</u> -ประเมินผลการพยาบาลในครั้งที่ผ่านมาร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัว และปรับแผนการให้การดูแล -ให้การพยาบาลผู้ป่วยตามทฤษฎีการจัดการตนเอง เพื่อสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของครอบครัวตามแผนในด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และการรับประทานยา	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-บันทึกการให้การดูแลผู้ป่วยตามทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของครอบครัว -การปรับแผนการให้การดูแล

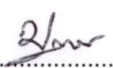
วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
ครั้งที่ 14 21 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 14</u> -ประเมินผลการพยาบาลในครั้งที่ผ่านมาร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัวและปรับแผนการให้การดูแล -สนทนากลุ่มกับผู้ป่วยและสมาชิกในครอบครัวเพื่อสรุปผลการดูแล	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-บันทึกสรุปผลการดูแลผู้ป่วยตามทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของครอบครัว
ครั้งที่ 15 22 กรกฎาคม 2566 10.00-12.00 น. (2 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 15</u> -ถอดบทเรียนของผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับความพึงพอใจและปัญหาอุปสรรคในการให้การดูแลโดยการสะท้อนคิดครั้งที่ 2	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-บันทึกการถอดบทเรียนของผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับความพึงพอใจและปัญหาอุปสรรคในการให้การดูแล
ครั้งที่ 16 31 กรกฎาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	-วางแผนกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต.ม่อนดินแดง (พยาบาลวิชาชีพ) และอสม. เรื่อง การดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการจัดการตนเอง <u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 1</u> -สร้างสัมพันธภาพ -ทำแผนที่บ้าน	-รพ.สต.ม่อนดินแดง ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์ -บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	1.แผนการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการจัดการตนเอง 2.แผนที่บ้านผู้ป่วย
ครั้งที่ 17 2 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	-วางแผนกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต.ม่อนดินแดง (พยาบาลวิชาชีพ) และอสม. เรื่อง การดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการจัดการตนเอง <u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 2</u> -ทำแผนที่บ้าน -ทำผังเครือญาติ	-รพ.สต.ม่อนดินแดง ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์ -บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	1.แผนที่บ้านผู้ป่วย 2. ผังเครือญาติ
ครั้งที่ 18 3 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 3</u> -ซักประวัติครอบครัวด้วยการ -ตรวจร่างกายผู้ป่วยและสมาชิกในครอบครัวโดยใช้แนวคิด INHOMESSS	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-รายงานประวัติครอบครัว -รายงานการตรวจร่างกายผู้ป่วยและสมาชิกในครอบครัว

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
ครั้งที่ 19 7 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 4</u> -วิเคราะห์ปัญหา (problem analysis) ร่วมกับผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และสมาชิก	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-mind mapping ปัญหา/สาเหตุของผู้ป่วย
ครั้งที่ 20 8 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 5</u> -วิเคราะห์ปัญหา (problem analysis) ร่วมกับผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และสมาชิก	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-mind mapping ปัญหา/สาเหตุของผู้ป่วย
ครั้งที่ 21 9 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 6</u> -วิเคราะห์ปัญหา/สาเหตุของโรคความดันโลหิตสูง และผลกระทบจากปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-mind mapping ปัญหา/สาเหตุของผู้ป่วย
ครั้งที่ 22 11 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 7</u> -วิเคราะห์การมีส่วนร่วมของครอบครัวในการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โดยใช้ทฤษฎีโครงสร้างและหน้าที่ของครอบครัวของ ฟรีดแมน (Friedman, 1998)	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-รายงานการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีโครงสร้างและหน้าที่
ครั้งที่ 23 14 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 8</u> -สร้างวิสัยทัศน์ร่วม โดยนำผลที่ได้จากการวิเคราะห์ปัญหาสาเหตุ โดยให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และสมาชิกครอบครัวร่วมกันหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาโดยสร้างวิสัยทัศน์ร่วม (เช่น ลดเค็ม ลดเคี้ยว) และเป็นข้อตกลงของครอบครัว รวมทั้งให้วาดภาพตามความมุ่งหวังเป็นภาพที่แสดงถึงการมีส่วนร่วมการให้กำลังใจการก้าวเข้าสู่เป้าหมายด้วยความมั่นใจ	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-วิสัยทัศน์ร่วมของครอบครัว
ครั้งที่ 24 16 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น.	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 9</u> -วางแผนให้การพยาบาลกับผู้ป่วย เพื่อสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตน	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-แผนการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการจัดการตนเอง เพื่อสร้างการรับรู้

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
(4 ชม.)	ของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของ ครอบครัวในด้านการรับประทาน อาหาร การออกกำลังกาย การจัดการ ความ เครียด และการรับประทานยา		สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และการ มีส่วนร่วมของครอบครัวในด้านการ รับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความ เครียด และการ รับประทานยา
ครั้งที่ 25 18 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 10</u> -ประเมินผลการพยาบาลในครั้งที่ ผ่านมาร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัว และปรับแผนการให้การดูแล -ให้การพยาบาลกับผู้ป่วยเพื่อสร้าง การรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ ผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของ ครอบครัวในด้านการรับประทาน อาหาร การออกกำลังกาย การ จัดการความ เครียด และการ รับประทานยา	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-บันทึกการให้การดูแลผู้ป่วยตาม ทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยสร้างการ รับรู้สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และ การมีส่วนร่วมของครอบครัว -การปรับแผนการให้การดูแล
ครั้งที่ 26 21 สิงหาคม 2566 08.00-15.00 น. (6 ชม.) 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 13.00-15.00 น. (2 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 11</u> -ประเมินผลการพยาบาลในครั้งที่ ผ่านมาร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัว โดยผ่านการสะท้อนคิดครั้งที่ 1 และปรับแผนการให้การดูแล -ให้การพยาบาลผู้ป่วยตามทฤษฎี การจัดการตนเอง เพื่อสร้างการรับรู้ สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และ การมีส่วนร่วมของครอบครัว ใน ด้านการรับประทานอาหาร การออก กำลังกาย การจัดการความเครียด และการรับประทานยา <u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 16</u> -ประเมินประสิทธิภาพการดูแลผู้ป่วย โรคความดันโลหิตสูงที่ตามทฤษฎี การจัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้ สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และ การมีส่วนร่วมของครอบครัว	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์ -บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-ผลการสะท้อนคิดและการปรับ แผนการให้การดูแล -บันทึกการให้การดูแลผู้ป่วยตาม ทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของ ครอบครัว -บันทึกประสิทธิภาพการดูแลผู้ป่วยโรค ความดันโลหิตสูงที่ตามทฤษฎีการ จัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้ สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และการ มีส่วนร่วมของครอบครัว ตาม วัตถุประสงค์ (ครอบครัวที่ 1)

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	(ครอบครัวที่ 1) ตามวัตถุประสงค์ โดยให้แบบวัดความ แบบวัด พฤติกรรม และตรวจสอบบันทึกการ ลงค่าความดันโลหิต (หลังให้การ พยาบาล 1 เดือน) -ถอดบทเรียนร่วมกับผู้ป่วยและ สมาชิกในครอบครัวเพื่อประเมิน ความพึงพอใจและปัญหาอุปสรรคใน การให้การดูแล		-บันทึกการถอดบทเรียนร่วมกับผู้ป่วย และสมาชิกในครอบครัวเพื่อประเมิน ความพึงพอใจและปัญหาอุปสรรคใน การให้การดูแล
ครั้งที่ 27 23 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 12</u> -ประเมินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สุขภาพ และการมีส่วนร่วมของ ครอบครัว โดยการแลกเปลี่ยน เรียนรู้สื่อดแทรกวิธีการปฏิบัติที่ ถูกต้องเหมาะสม ให้กำลังใจ การ สร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ ผู้ป่วย	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-บันทึกการให้การดูแลผู้ป่วยตาม ทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของ ครอบครัว
ครั้งที่ 28 25 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 13</u> -ประเมินผลการพยาบาลในครั้งที่ ผ่านมาร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัว และปรับแผนการให้การดูแล -ให้การพยาบาลผู้ป่วยตามทฤษฎี การจัดการตนเอง เพื่อสร้างการรับรู้ สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และ การมีส่วนร่วมของครอบครัวตาม แผนในด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการ ความเครียด และการรับประทานยา	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-บันทึกการให้การดูแลผู้ป่วยตาม ทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของ ครอบครัว -การปรับแผนการให้การดูแล
ครั้งที่ 29 28 สิงหาคม 2566 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	<u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 14</u> -ประเมินผลการพยาบาลในครั้งที่ ผ่านมาร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัว และปรับแผนการให้การดูแล -สนทนากลุ่มกับผู้ป่วยและสมาชิก ในครอบครัวเพื่อสรุปผลการดูแล	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	-บันทึกสรุปผลการดูแลผู้ป่วยตาม ทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ของผู้ป่วย และการมีส่วนร่วมของ ครอบครัว

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
ครั้งที่ 30 30 สิงหาคม 2566 10.00-12.00 น. (2 ชม.)	เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 15 - ถอดบทเรียนของผู้ป่วยและ ครอบครัวเกี่ยวกับความพึงพอใจ และปัญหาอุปสรรคในการให้การ ดูแลโดยการสะท้อนคิดครั้งที่ 2	- บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	- บันทึกการถอดบทเรียนของผู้ป่วย และครอบครัวเกี่ยวกับความพึงพอใจ และปัญหาอุปสรรคในการให้การ ดูแล
ครั้งที่ 31 25 กันยายน 2566 13.00-15.00 น. (2 ชม.)	เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 2 ครั้งที่ 16 - ประเมินประสิทธิผลการดูแลผู้ป่วย โรคความดันโลหิตสูงที่ตามทฤษฎี การจัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้ สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และ การมีส่วนร่วมของครอบครัว (ครอบครัวที่ 1) ตามวัตถุประสงค์ โดยให้แบบวัดความ แบบวัด พฤติกรรม และตรวจสอบบันทึกการ ลงค่าความดันโลหิต (หลังให้การ พยาบาล 1 เดือน) - ถอดบทเรียนร่วมกับผู้ป่วยและ สมาชิกในครอบครัวเพื่อประเมิน ความพึงพอใจและปัญหาอุปสรรคใน การให้การดูแล	- บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์	- บันทึกประสิทธิผลการดูแลผู้ป่วยโรค ความดันโลหิตสูงที่ตามทฤษฎีการ จัดการตนเอง โดยสร้างการรับรู้ สมรรถนะแห่งตนของผู้ป่วย และการ มีส่วนร่วมของครอบครัว ตาม วัตถุประสงค์ (ครอบครัวที่ 1) - บันทึกการถอดบทเรียนร่วมกับผู้ป่วย และสมาชิกในครอบครัวเพื่อประเมิน ความพึงพอใจและปัญหาอุปสรรคใน การให้การดูแล

ลงชื่อ..........ผู้ปฏิบัติ
(นางสาวปัญญนุช ชมคำ)

ลงชื่อ.....ผู้รับรอง
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. รพีแพทย์ ประสิทธิ์นราพันธุ์)
(หัวหน้าภาควิชา)

ลงชื่อ.....ผู้กำกับติดตามแผน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ดุจเดือน เขียวเหลือง)
ผู้อำนวยการ

แบบรายงานผลการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรดิตถ์

ปีการศึกษา 2566 (มิถุนายน 2565 – 31 พฤษภาคม 2567)

1. ชื่อ-สกุล นางสาวปณณช ชมคำ
2. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล การพยาบาลเวชปฏิบัติทั่วไป/ครอบครัว/ชุมชน
3. กลุ่มประชากรเป้าหมาย การดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการจัดการตนเอง
4. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาล
 - 1) บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุดรดิตถ์
 - 2) บ้านผู้ป่วย หมู่ 5 ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุดรดิตถ์
 เขตรับผิดชอบของ รพ.สต.ม่อนดินแดง อ.เมือง จ.อุดรดิตถ์

5. ระยะเวลาการปฏิบัติงาน

ระหว่างวันที่ 26 มิถุนายน 2566 ถึงวันที่ 25 กันยายน 2566 รวมระยะเวลา 31 วัน

รวมระยะเวลาปฏิบัติงาน 120 ชั่วโมง

6. ผลการดำเนินงาน

6.1 ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นแก่ผู้รับบริการ

6.1.1 ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และสมาชิกในครอบครัวมีความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงในเรื่องการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และการรับประทานยาอยู่ในระดับดีขึ้นไป ทั้ง 2 กรณีศึกษา

รายการ	กรณีศึกษาที่ 1	กรณีศึกษาที่ 2
คะแนนความรู้ของผู้ป่วย (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)	18	18
คะแนนความรู้ของสมาชิกในครอบครัว (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)	19	18

6.1.2 ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมีพฤติกรรมสุขภาพในเรื่องการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และการรับประทานยาที่ถูกต้อง โดยครอบครัวมีส่วนร่วมอยู่ระดับดีขึ้นไป ทั้ง 2 กรณีศึกษา

รายการ	กรณีศึกษาที่ 1	กรณีศึกษาที่ 2
คะแนนพฤติกรรมของผู้ป่วย (คะแนนเต็ม 100 คะแนน)	82	81
คะแนนพฤติกรรมของสมาชิกในครอบครัว (คะแนนเต็ม 100 คะแนน)	83	82

6.1.3 ในรอบ 1 เดือน หลังให้การพยาบาล พบว่า ความดันโลหิต Systolic เกิน 130 mmHg จำนวน 1 ครั้ง ใน 1 เดือนที่ผ่านมา Diastolic เกิน 90 mmHg จำนวน 1 ครั้งใน 1 เดือนที่ผ่านมา ทั้ง 1 กรณีศึกษา

6.2 ผลลัพธ์ที่เกิดต่อสถานบริการสุขภาพ

รพ.สต.ม่อนดินแดง ได้แนวทางในการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัว และสามารถนำไปขับเคลื่อนการดำเนินงานการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง โดยเฉพาะในรายที่มีปัญหาสุขภาพซับซ้อนในชุมชน

6.3 ผลลัพธ์ที่เกิดต่ออาจารย์ผู้ปฏิบัติการพยาบาล

เป็นการพัฒนาสมรรถนะในการปฏิบัติทางการพยาบาล และเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญทางการพยาบาลของตนเองอย่างต่อเนื่องในเรื่อง การดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงตามทฤษฎีการจัดการตนเอง โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัว และสามารถนำไปบูรณาการความเป็นนักวิชาการ การศึกษา การวิจัย และการปฏิบัติการพยาบาล

ลงชื่อ.....

(นางสาวปณณช ชมคำ)

อาจารย์ผู้ปฏิบัติการพยาบาล