



ผลการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)
ปีการศึกษา 2565

เรื่อง การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง
ของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงในชุมชน

โดย
นางสาวอารีย์รัตน์ เปสูงเนิน

ภาควิชาการพยาบาลอนามัยชุมชนและการรักษาพยาบาลขั้นต้น
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา
แผนการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)
ปีการศึกษา 2565

ชื่อ - สกุล นางสาวอารีย์รัตน์ เปสูงเนิน **ความเชี่ยวชาญ** การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพตนเองในการ
ป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงในชุมชน

หน่วยให้บริการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลกระฉอด

หลักการและเหตุผล

โรคหลอดเลือดสมอง (Stroke หรือ Cerebrovascular หรือ CVA) เป็นหนึ่งในกลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือดเกิดจากภาวะที่สมองขาดเลือดไปเลี้ยง เนื่องจากหลอดเลือดตีบหลอดเลือดอุดตัน หรือหลอดเลือดแตก ส่งผลให้เนื้อเยื่อในสมองถูกทำลาย การทำงานของสมองหยุดชะงัก โรคนี้เป็นสาเหตุการเสียชีวิตและความพิการเป็นอันดับสองของประชากรทั่วโลก จากรายงานขององค์การอนามัยโลก (World Stroke Organization: WSO) พบจำนวนผู้ป่วยด้วยโรคหลอดเลือดสมองทั่วโลกมากกว่า 17 ล้านคนและเสียชีวิตจากโรคหลอดเลือดสมอง จำนวน 6.5 ล้านคน องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) ประเมินการว่าทุกปีมีผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองมากกว่า 15 ล้านคนทั่วโลก 5 ล้านคนพิการถาวร 5 ล้านคนเสียชีวิต และในปี พ.ศ.2564ประเทศไทยมีอัตราป่วยของประชาชนด้วยโรคหลอดเลือดสมอง 219.71ต่อแสนประชากรและมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคประมาณ 10 ล้านคน โดยเฉพาะผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวาน จากข้อมูลสำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข พบว่า ในปี พ.ศ. 2561-2564 ประเทศไทยมีอัตราตายต่อประชากรแสนคนด้วยโรคหลอดเลือดสมอง เท่ากับ 8.27,8.05,8.01 และ 8.38 ตามลำดับ โดยเฉลี่ยคือ ในทุก ๆ 1 ชั่วโมง จะมีคนตายด้วยโรคหลอดเลือดสมองประมาณ 3 คน 2 จากสถานการณ์นี้แสดงให้เห็นว่าอัตราป่วย อัตราตายของโรคหลอดเลือดสมองมีแนวโน้มความรุนแรงที่สูงขึ้นและผู้รอดชีวิตมักจะมีคุณภาพการหลงเหลืออยู่

การป้องกันไม่ให้เกิดโรคโดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดำเนินชีวิตถือเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งทำได้โดยการควบคุมระดับความดันโลหิต ระดับน้ำตาล และระดับไขมันในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสมรับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ มีกิจกรรมทางกายหรือออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ งดสูบบุหรี่ งดการใช้สารเสพติดทุกชนิด หลีกเลี่ยงความเครียด พักผ่อนให้เพียงพอตรวจสุขภาพเป็นประจำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง หรือควรพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอ จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่า โรคหลอดเลือดสมองยังคงเป็นภัยคุกคามสุขภาพที่สำคัญ โดยเฉพาะในกลุ่มประชากรโรคเรื้อรังโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงและโรคไขมันในเลือดสูง ถือเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง เนื่องจากทั้งสามโรคนี้นั้นส่งผลกระทบต่อผนังหลอดเลือด ทำให้เกิดการเสื่อมสภาพของหลอดเลือดและการสะสมของคราบไขมัน ซึ่งทำให้หลอดเลือดตีบหรือแตก เพิ่มความเสี่ยงในการเกิดโรคหลอดเลือดสมองได้มากขึ้น ซึ่งหากไม่ได้ป้องกันก็จะเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดโรคหลอดเลือดสมองและภาวะแทรกซ้อนทางหัวใจและไตและอาจนำไปสู่ความพิการหรือการรอดชีวิตก็อาจมีความพิการหลงเหลือ ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการดูแลในระยะยาวอาจส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตและเศรษฐกิจของครอบครัว รวมทั้งเป็นภาระด้านสุขภาพและกระทบต่อการพัฒนาประเทศอีกด้วย

การป้องกันไม่ให้เกิดโรคโดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดำเนินชีวิตถือเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งทำได้โดยการควบคุมระดับความดันโลหิต ระดับน้ำตาล และระดับไขมันในเลือดให้

อยู่ในเกณฑ์ปกติ ควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสมรับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ มีกิจกรรมทางกาย หรือออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ งดสูบบุหรี่ งดการใช้สารเสพติดทุกชนิด หลีกเลี่ยงความเครียด พักผ่อนให้เพียงพอตรวจสุขภาพเป็นประจำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง หรือควรพบแพทย์ อย่างสม่ำเสมอ

อาจารย์พยาบาลนอกจากจะมีบทบาทรับผิดชอบหลักด้านการสอนและควบคุมการฝึกปฏิบัติงานของ นักศึกษาในหน่วยบริการสุขภาพของชุมชน การดูแลผู้รับบริการมีความซับซ้อนมากขึ้น อาจารย์พยาบาลจึง ต้องมีการปฏิบัติการพยาบาลและพัฒนาสมรรถนะทางการพยาบาลเฉพาะทางด้านพยาบาลอนามัยชุมชนที่ เชี่ยวชาญเพื่อพัฒนาทักษะการสอนและการให้คำปรึกษาแก่ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง ดังนั้นจึงจัด โครงการพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือด สมอง ร่วมกับพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล เพื่อให้ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรค หลอดเลือดสมองสามารถดูแลตนเองได้ และลดอัตราการเกิดโรคหลอดเลือดสมองในชุมชนกระฉูด จังหวัด นครราชสีมา

เป้าหมาย

1. เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการพยาบาลกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง : การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพ ตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงในชุมชน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาทักษะการสอนและการให้คำปรึกษาแก่ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองเพื่อป้องกัน โรคหลอดเลือดสมองของอาจารย์พยาบาลให้มีความชำนาญมากยิ่งขึ้น
2. เพื่อพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรค หลอดเลือดสมอง

เป้าหมาย

1. ร้อยละ 100 ของอาจารย์พยาบาลมีความชำนาญในด้านทักษะการสอนและการให้คำปรึกษาแก่ ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง
2. ร้อยละ 80 ของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองมีความรู้ในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรค หลอดเลือดสมองระดับดีและได้รับการฝึกทักษะในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

กิจกรรมที่ดำเนินการ

1. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลกระฉูด
2. หมู่บ้านในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลกระฉูด

ขั้น Plan

1. ประชุมผู้ร่วมแผนงานโครงการ เพื่อทบทวนปัญหาสุขภาพของคนในชุมชน ผลการดำเนินงาน การเรียนการสอน ปัญหา อุปสรรคในการเรียนการสอน และการจัดการเรียนการสอน ปีการศึกษา 2563
2. พุดคุยประเมินความต้องการในการพัฒนาอาจารย์ด้านการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)
3. ประสานงานกับผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลกระฉูดเพื่อขอความร่วมมือ ในการปฏิบัติการพยาบาล

4. เตรียมใบประเมินผล
5. เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติ

ขั้น Do

1. ประสานหมู่บ้านที่ได้รับผิดชอบเพื่อให้ทราบรายละเอียดในการจัดโครงการ
2. ดำเนินการจัดโครงการ (ตามกำหนดการที่แนบมา)
3. อาจารย์พยาบาลและผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงที่เข้าร่วมโครงการประเมินความรู้และทักษะในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

ขั้น Check

1. ประเมินผลตามตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ
 - 1.1 ประเมินทักษะการสอนและการให้คำปรึกษาแก่ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองของอาจารย์พยาบาล
 - 1.2 ประเมินความรู้และทักษะในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง
2. ทำรายงานสรุปผลการดำเนินโครงการ ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมโครงการเพื่อนำเสนอผู้อำนวยการ

ขั้น Act

1. ทำ After Action Review (ARR) เพื่อค้นหาข้อควรพัฒนาของการจัดโครงการ
2. นำข้อเสนอแนะไปปรับปรุงเพื่อการจัดทำโครงการในปีต่อไป

ระยะเวลา เดือนมิถุนายน 2565 – พฤษภาคม 2566

กลุ่มเป้าหมาย

1. ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง
2. พยาบาลวิชาชีพ ในรพ.สต.ที่รับผิดชอบผู้ป่วยผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง
3. ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย (ผู้นำชุมชน อสม. อบต.)

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อส่งเสริมความร่วมมือระหว่างคณะพยาบาลศาสตร์ และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลกระฉูด
2. เพื่อส่งเสริมให้อาจารย์พยาบาลได้นำผลการวิจัยทางการพยาบาลไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริงของการทำงาน
3. เพื่อพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง

แผนการดำเนินงาน

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
<p>การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงในชุมชน</p> <p>วันที่ 16 มิ.ย. 65 เวลา 08.00 – 16.00 น. วันที่ 17 มิ.ย. 65 เวลา 08.00 – 16.00 น. วันที่ 15 ก.ค. 65 เวลา 08.00 – 16.00 น. วันที่ 16 ก.ค. 65 เวลา 08.00 – 16.00 น. วันที่ 18 ส.ค. 65 เวลา 08.00 – 16.00 น. วันที่ 19 ส.ค. 65 เวลา 08.00 – 12.00 น. วันที่ 31 ต.ค. 65 เวลา 08.00 – 16.00 น. วันที่ 1 พ.ย. 65 เวลา 08.00 – 12.00 น. วันที่ 19 พ.ย. 65 เวลา 08.00 – 16.00 น. วันที่ 11 ม.ค. 66 เวลา 08.00 – 16.00 น. วันที่ 18 ม.ค. 66 เวลา 08.00 – 12.00 น. วันที่ 2 ก.พ. 66 เวลา 08.00 – 12.00 น. วันที่ 16 มี.ค. 66 เวลา 08.00 – 12.00 น. วันที่ 24 เม.ย. 66 เวลา 08.00 – 12.00 น. วันที่ 20 พ.ค. 66 เวลา 08.00 – 12.00 น.</p>	<p>1. เพื่อพัฒนาทักษะการสอนและการให้คำปรึกษาแก่ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของอาจารย์พยาบาลให้มีความชำนาญมากยิ่งขึ้น</p> <p>2. เพื่อพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองในชุมชน</p>	<p>จัดกิจกรรมพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองในชุมชนได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> - ค้นหาผู้ที่มีความเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดสมองโดยใช้แบบคัดกรองความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรคไขมันในเลือดสูง - ให้ความรู้เกี่ยวกับโรคหลอดเลือดสมองเกี่ยวกับการรับรู้ความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง “มารู้จักโรคหลอดเลือดสมองภัยร้ายมหันตภัยเงียบ” โดยการใช้สื่อ Power Point และวีดิทัศน์ความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง รวมทั้งมอบคู่มือโรคหลอดเลือดสมอง - แบ่งเป็นกลุ่มย่อย ให้กลุ่มตัวอย่างร่วมอภิปรายและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์และอุปสรรคหรือประสบการณ์ในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง รวมทั้งให้ร่วมกันหาแนวทางในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของแต่ละกลุ่มด้วยตนเอง - แลกเปลี่ยนการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยแบ่งเป็นกลุ่มย่อย ให้เล่าประสบการณ์ในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของตนเอง - เยี่ยมบ้าน เพื่อติดตามประเมินพฤติกรรมการปฏิบัติตัวและกระตุ้นการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง รวมทั้งให้คำแนะนำเพิ่มเติมในข้อที่สงสัย และให้กำลังใจ แนะนำให้สมาชิกในครอบครัวกระตุ้นเตือนให้กลุ่มตัวอย่างได้ปฏิบัติตามพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโรคหลอดเลือดสมอง

แผนการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)

ระยะเวลา มิถุนายน 2565 – พฤษภาคม 2566

ระยะเวลาการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง
ในชุมชนจำนวน 84 ชั่วโมง

กิจกรรม	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.
ประสานงาน & วางแผนการดำเนินงาน	←→											
ทบทวนแนวทางการดำเนินงานเกี่ยวกับการสร้างเสริมความเชื่อด้านสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง และสรุปสาระจากวรรณกรรม		←→										
ปฏิบัติการสร้างเสริมความเชื่อด้านสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง โดยให้โปรแกรมการสร้างเสริมความเชื่อด้านสุขภาพเพื่อป้องกันการเกิดโรคในกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง					←→							
สรุปผลการปฏิบัติการพยาบาล เพื่อกำหนดเป็นแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงเพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมองและพัฒนาการให้บริการต่อไป										←→		

ตารางการปฏิบัติกิจกรรม

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี	เวลา	จำนวนชั่วโมง
1	วันที่ 16 มิ.ย. 65	เวลา 08.00 – 16.00 น.	7 ชั่วโมง
2	วันที่ 17 มิ.ย. 65	เวลา 08.00 – 16.00 น.	7 ชั่วโมง
3	วันที่ 15 ก.ค. 65	เวลา 08.00 – 16.00 น.	7 ชั่วโมง
4	วันที่ 16 ก.ค. 65	เวลา 08.00 – 16.00 น.	7 ชั่วโมง
5	วันที่ 18 ส.ค. 65	เวลา 08.00 – 16.00 น.	7 ชั่วโมง
6	วันที่ 19 ส.ค. 65	เวลา 08.00 – 12.00 น.	4 ชั่วโมง
7	วันที่ 31 ต.ค. 65	เวลา 08.00 – 16.00 น.	7 ชั่วโมง
8	วันที่ 1 พ.ย. 65	เวลา 08.00 – 12.00 น.	4 ชั่วโมง
9	วันที่ 19 พ.ย. 65	เวลา 08.00 – 16.00 น.	7 ชั่วโมง
10	วันที่ 11 ม.ค. 66	เวลา 08.00 – 16.00 น.	7 ชั่วโมง
11	วันที่ 18 ม.ค. 66	เวลา 08.00 – 12.00 น.	4 ชั่วโมง
12	วันที่ 2 ก.พ. 66	เวลา 08.00 – 12.00 น.	4 ชั่วโมง
13	วันที่ 16 มี.ค. 66	เวลา 08.00 – 12.00 น.	4 ชั่วโมง
14	วันที่ 24 เม.ย. 66	เวลา 08.00 – 12.00 น.	4 ชั่วโมง
15	วันที่ 20 พ.ค. 66	เวลา 08.00 – 12.00 น.	4 ชั่วโมง

เอกสารอ้างอิง

- กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. กรมควบคุมโรค ผนวกวันหลอดเลือดสมองโลก ปี 2565. [อินเทอร์เน็ต]. 2565 [เข้าถึงเมื่อ 2567 มีนาคม 3]; เข้าถึงได้จาก: <https://datariskcom-ddc.moph.go.th/download/5>.
- กฤษฎิพงษ์ ทิพย์ล้อย, ปุณณณิน เชื้อนเพ็ชร. ประสิทธิผลของการให้ความรู้โดยประยุกต์ใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อการปฏิบัติตัวในผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงราย. เชียงรายเวชสาร. 2562;11(2):19-24.
- เกษริน อุบลวงค์, นัยนาพิพัฒน์วิชชา. ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อด้านสุขภาพกับพฤติกรรมป้องกันโรคสมองเสื่อมของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ. 2560;33(2):14-24.
- จารุวรรณ จันดาหงส์, เดชา ทำดี, ศิวพร อังวัฒนา. ผลของโปรแกรมความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของกลุ่มเสี่ยงในชุมชน. พยาบาลสาร มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. 2566; 50(1): 300-13
- พันทิพพา บุญเศษ, ลัทวี ปิยะบัณฑิตกุล. ผลของโปรแกรมการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในกลุ่มเสี่ยงสูงตำบลห้วยบง อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ. วารสารโรงพยาบาลสกลนคร. 2561;21(2):28-41.
- วรกร วิชัยโย, เพ็ญศิริ จงสมัคร, สิริพร ชัยทอง, ศิริษา โคตรบุตตา. ผลของโปรแกรมการประยุกต์ใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและผู้ป่วยโรคเบาหวาน อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ. 2564;14(2):25-35.
- สายสุนี เจริญศิลป์. (2564). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ป่วยความดันโลหิตสูง อำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์. (วิทยานิพนธ์). มหาวิทยาลัยนครสวรรค์. 2564

.....
(นางสาวอารีย์รัตน์ เปสูงเนิน)
ผู้เสนอ

.....
(นางฉัตรทอง จารุพิสิฐไพบุลย์)
หัวหน้าสาขาการพยาบาลชุมชน
ผู้เห็นชอบ

บันทึกผลการทำ Faculty Practice รายบุคคล
ปีการศึกษา ๒๕๖๕

ชื่อ – สกุล นางสาวอารีย์รัตน์ เปสูงเนิน **ความเชี่ยวชาญ** การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงในชุมชน

หน่วยให้บริการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลกระฉอด

เป้าหมาย

๑. ร้อยละ ๑๐๐ ของอาจารย์พยาบาลมีความชำนาญในด้านทักษะการสอนและการให้คำปรึกษาแก่กลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองในชุมชน

๒. ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองในชุมชนมีความรู้ในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองระดับดีและได้รับการฝึกทักษะในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

เวลานำความเชี่ยวชาญไปให้บริการ เดือนมิถุนายน ๒๕๖๕ – พฤษภาคม ๒๕๖๖

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่/เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
<p>การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงในชุมชน</p> <p>วันที่ ๑๖ มิ.ย. ๖๕ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. วันที่ ๑๗ มิ.ย. ๖๕ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. วันที่ ๑๕ ก.ค. ๖๕ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. วันที่ ๑๖ ก.ค. ๖๕ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. วันที่ ๑๘ ส.ค. ๖๕ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. วันที่ ๑๙ ส.ค. ๖๕ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. วันที่ ๓๑ ต.ค. ๖๕ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. วันที่ ๑ พ.ย. ๖๕ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. วันที่ ๑๙ พ.ย. ๖๕ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. วันที่ ๑๑ ม.ค. ๖๖ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. วันที่ ๑๘ ม.ค. ๖๖ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. วันที่ ๒ ก.พ. ๖๖ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.</p>	<p>๑. เพื่อพัฒนาทักษะการสอนและการให้คำปรึกษาแก่ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของอาจารย์พยาบาลให้มีความชำนาญมากยิ่งขึ้น</p> <p>๒. เพื่อพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองในชุมชน</p>	<p>จัดกิจกรรมพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองในชุมชนได้แก่</p> <p>- ค้นหาผู้ที่มีความเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดสมองโดยใช้แบบคัดกรองความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรคไขมันในเลือดสูง</p> <p>- ให้ความรู้เกี่ยวกับโรคหลอดเลือดสมองเกี่ยวกับการรับรู้ความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง “มารู้จักโรคหลอดเลือดสมอง ภัยร้ายมหันตภัยเงียบ” โดยการใช้สื่อ Power Point และวีดิทัศน์ความรุนแรงของโรคหลอดเลือด</p>	<p>มีผู้ที่เกี่ยวข้องต่อโรคหลอดเลือดสมองเข้าร่วมโปรแกรม ๑๕ ราย หลังเข้ารับบริการติดตามพบว่า</p> <p>๑. ผู้ที่เกี่ยวข้องต่อโรคหลอดเลือดสมองมีความรู้และสามารถดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองได้อย่างถูกต้อง</p> <p>๒. ผู้ที่เกี่ยวข้องต่อโรคหลอดเลือดสมองป่วยด้วยโรคหลอดเลือดสมอง ๑ ราย จากจำนวน ๑๕ ราย</p>

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่/เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
<p>วันที่ ๑๖ มี.ค. ๖๖ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. วันที่ ๒๔ เม.ย. ๖๖ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. วันที่ ๒๐ พ.ค. ๖๖ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.</p>		<p>เลือดสมอง รวมทั้งมอบคู่มือโรคหลอดเลือดสมอง</p> <ul style="list-style-type: none"> - แบ่งเป็นกลุ่มย่อย ให้กลุ่มตัวอย่างร่วมอภิปรายและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์และอุปสรรคหรือประสบการณ์ในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง รวมทั้งให้ร่วมกันหาแนวทางในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของแต่ละกลุ่มด้วยตนเอง - แลกเปลี่ยนการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยแบ่งเป็นกลุ่มย่อย ให้เล่าประสบการณ์ในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของตนเอง - เยี่ยมบ้าน เพื่อติดตามประเมินพฤติกรรมการปฏิบัติตัวและกระตุ้นการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง รวมทั้งให้คำแนะนำเพิ่มเติมในข้อที่สงสัย และให้กำลังใจ แนะนำให้สมาชิกในครอบครัวกระตุ้นเตือนให้กลุ่มตัวอย่างได้ปฏิบัติพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากโรคหลอดเลือดสมอง 	

การจัดการผลลัพธ์ที่เกิดจากการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์

การพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองในชุมชน เน้นการประเมินระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง และแจ้งให้ผู้เสี่ยงทราบว่าตนเองมีความเสี่ยงอยู่ในระดับใด จากนั้นจึงให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง โดยเน้นการปรับพฤติกรรม ได้แก่ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การนอนหลับพักผ่อน การจัดการความเครียด การงดเว้นการสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการติดตามการรักษาอย่างต่อเนื่อง และการให้ผู้ที่เสี่ยงร่วมกันหาปัญหาอุปสรรคของการปรับพฤติกรรมป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง และหาแนวทางในการจัดการแก้ไขปัญหานั้นก็เป็นอีกหนึ่งความสำคัญที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการสร้างเสริมสุขภาพเพื่อป้องกันโรค ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ที่มีพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพที่ดีขึ้น และไม่เกิดโรคหลอดเลือดสมองและไม่มีภาวะแทรกซ้อนอื่นๆเกิดขึ้น

การใช้ความรู้จากการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน/การบริการวิชาการ/วิจัย

ด้านการเรียนการสอน

นำกรณีศึกษาที่ได้จากการดูแลผู้ป่วยจริงมาใช้ในการเรียนการสอนในรายวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน ๑ และ ๒ พัฒนาแผนการสอนโดยเน้นการเรียนรู้เชิงบูรณาการผ่านสถานการณ์จำลอง

ด้านการบริการวิชาการ

- จัดอบรม ให้ความรู้แก่พยาบาลวิชาชีพในชุมชนเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่มีเสี่ยง
- จัดทำคู่มือและสื่อการให้ความรู้ด้านสุขภาพเพื่อใช้ในการให้ความรู้สุขภาพแก่ผู้ที่มีเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดสมอง

ด้านการวิจัย

- ดำเนินงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงในชุมชน
- นำข้อมูลจากการปฏิบัติจริงไปวิเคราะห์เพื่อพัฒนานวัตกรรมในการดูแล

ทบทวนการดำเนินงาน

ทบทวนการดำเนินงาน โดยการตรวจสอบความสอดคล้องของวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีการสอนกับความต้องการของผู้ที่มีเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดสมอง และความต่อเนื่องของการมีส่วนร่วมในการทบทวนการจัดการผลลัพธ์ที่เกิดจากการปฏิบัติการพยาบาล

สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา และแสดงรวมชั่วโมงให้บริการตามความเชี่ยวชาญ ๘๐+ ชั่วโมง

อาจารย์ได้รับการพัฒนาทักษะด้านการดูแลผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองในชุมชน สามารถคัดกรอง วางแผนให้ความรู้ และจัดกิจกรรมการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงในชุมชนได้อย่างถูกต้อง โดยมีการให้บริการตามความเชี่ยวชาญ ตั้งแต่เดือนเดือนมิถุนายน ๒๕๖๕ - พฤษภาคม ๒๕๖๖ คิดเป็น ๘๔ ชั่วโมง

.....
(นางสาวอารีย์รัตน์ เปสูงเนิน)
สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน

.....
(นายฉัตรทอง จารุพิสิฐไพบุลย์)
หัวหน้าสาขาผู้ลงนามรับรอง