

## แผนการดำเนินการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ Faculty practice ปีการศึกษา 2565

### สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน

ผู้ดำเนินการ อาจารย์โสมสิริ รอดพิพัฒน์

#### ผู้ร่วมดำเนินงาน

1. อาจารย์ ดร.เมทนี ระดาบุตร
2. อาจารย์สรายุทธ นามเมือง
3. อาจารย์พัฒนา เศรษฐวิชรวานิช
4. อาจารย์อุ้นเรือน ศรอากาศ
5. อาจารย์วศิรัตน์ ศรีวงศ์วรรณ
6. อาจารย์ภราดร ยิ่งยวด
7. อาจารย์ณิขมน หล้ารอด
8. อาจารย์เอนกพงศ์ ฮ้อยคำ

#### ทำงานร่วมกับพยาบาลชำนาญการ รพ.สต.

1. นางเพ็ชร หงษานุรักษ์
2. นางอนุรัตน์ เชาวเลิศ
3. นางทวารัตน์ อติชาติสินธพ

#### รูปแบบการปฏิบัติการพยาบาล พัฒนาแนวปฏิบัติทางการพยาบาล

กิจกรรมที่ดำเนินการ การเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชนในการเฝ้าระวัง ควบคุม ป้องกันโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

ระยะเวลา เดือน กุมภาพันธ์ – กันยายน 2565 จำนวนอย่างน้อย 80 ชั่วโมง

สถานที่ ชุมชนทางหลวง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบางเขน อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี

กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนชุมชนวัดทางหลวง จำนวน 70 ราย

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ในการเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชน
2. เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชนในการเฝ้าระวัง ควบคุม ป้องกันผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง

## ดัชนีชี้วัดความสำเร็จ

1. อาจารย์พยาบาลปฏิบัติการพยาบาลในการเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชน = 80 ชม.
2. ประชาชนกลุ่มเป้าหมายเข้ามาในกลุ่มในกิจกรรมเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชนในการเฝ้าระวัง ควบคุม ป้องกันผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง อย่างน้อย 1 กิจกรรม

## แผนการดำเนินการ

เวลา วัน	08.00-09.00	09.00 – 10.00	10.00 -11.00	11.00-12.00	13.00-14.00	14.00-15.00	15.00-16.00	16.00-17.00
วันที่ 1 (ว/ด/ป)	- ปฏิบัติร่วมกับเจ้าหน้าที่ในการวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับประชาชนในพื้นที่และศึกษาข้อมูลทฤษฎีภูมิ เพื่อร่วมหาแนวทางในการเฝ้าระวัง ควบคุม ป้องกันปัจจัยเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นกับประชาชน - สร้างสัมพันธภาพกับประชาชนในชุมชน				- ทำงานร่วมกับพยาบาล อสม.และผู้นำชุมชนในการวางแผนการดำเนินงานและแผนผังคุมกำหนัดงาน - พัฒนาศักยภาพ อสม.และผู้นำชุมชนในการรณรงค์ลดเบาหวานและความดันโลหิตสูง และพัฒนาศักยภาพ อสม.และผู้นำชุมชนให้สามารถตรวจวัดความดันโลหิตเพื่อค้นหาผู้ป่วยความดันโลหิตสูง			
วันที่ 2 (ว/ด/ป)	- ปฏิบัติงานการเก็บรวบรวมข้อมูลในชุมชน ร่วมกับพยาบาล อสม.และผู้นำชุมชนเพื่อประเมินสุขภาพและพฤติกรรมของประชาชนกลุ่มเสี่ยงต่อการโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงตามแนวทางป้องกันจรรยาจรชีวิต 7 สี				- บรรณาธิกรข้อมูลร่วมกันกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต. และวิเคราะห์ข้อมูลและวินิจฉัยชุมชนร่วมกันพยาบาล อสม.และผู้นำชุมชนในการคัดกรองประชาชนกลุ่มเป้าหมาย และแยกกลุ่มผู้ป่วยตามแนวทางป้องกันจรรยาจรชีวิต 7 สี ทำสมุดประจำตัวผู้ป่วยรายบุคคล			
วันที่ 3 (ว/ด/ป)	- จัดส่งผลรายงานผลการคัดกรองและนำปัญหาพฤติกรรมเสี่ยง จัดทำแผนรณรงค์ในชุมชน เพื่อแก้ไขความเสี่ยงและสร้างความตระหนักในการเฝ้าระวัง ควบคุม ป้องกันผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และสร้างแรงจูงใจเป็นระยะ				- ปฏิบัติงานให้ความรู้เรื่องการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคแก่ประชาชนโดยใช้หลัก 3อ 1ล 2ง แก่ อสม.และ ผู้นำชุมชน และญาติผู้ป่วย เพื่อนำความรู้ที่ได้ไปให้การดูแลประชาชนและผู้ป่วยในชุมชน			





# การเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชนในการเฝ้าระวัง ควบคุม ป้องกันโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ชุมชนวัดทางหลวง

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์  
(Faculty Practice)



ศูนย์บริการสาธารณสุขที่ 8 เทศบาลนครนนทบุรี (รพ.สต. บางเขน)  
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดนนทบุรี

# ประชุมวางแผนเตรียมความพร้อมในการประเมินสุขภาพด้วยปิงปอง 7 สี

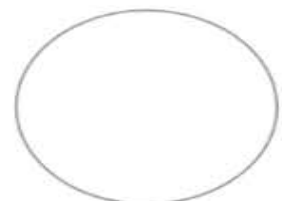


# ให้บริการประเมินสุขภาพด้วยป้องกัน 7 สี ให้ความรู้ตามหลัง 3 อ. 2 ส.





# เสียงท่ายปอง 7 สี



ระดับน้ำตาร น้อยกว่า 100 มิลลิกรัม/เดซิลิตร

ระดับความดันโลหิต น้อยกว่า/เท่ากับ 120/80 มิลลิกรัมปรอท



ระดับน้ำตาร 100-125 มิลลิกรัม/เดซิลิตร

ระดับความดันโลหิต 121-139/81-89 มิลลิกรัมปรอท



ระดับน้ำตาร มากกว่า/เท่ากับ 125 มิลลิกรัม/เดซิลิตร

ระดับความดันโลหิต มากกว่า/เท่ากับ 139/89 มิลลิเมตรปรอท



ระดับน้ำตาร 126-154 มิลลิกรัม/เดซิลิตร

ระดับน้ำตารสะสม น้อยกว่า 7 %

ระดับความดันโลหิต 140/90-159/99 มิลลิเมตรปรอท



ระดับน้ำตาร 155-182 มิลลิกรัม/เดซิลิตร

ระดับน้ำตารสะสม 7-8 %

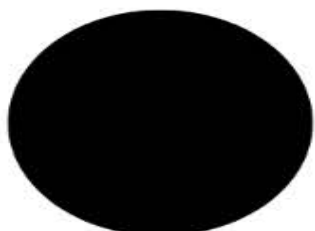
ระดับความดันโลหิต 160/100-179/109 มิลลิเมตรปรอท



ระดับน้ำตาร มากกว่า 183 มิลลิกรัม/เดซิลิตร

ระดับน้ำตารสะสม มากกว่า 8 %

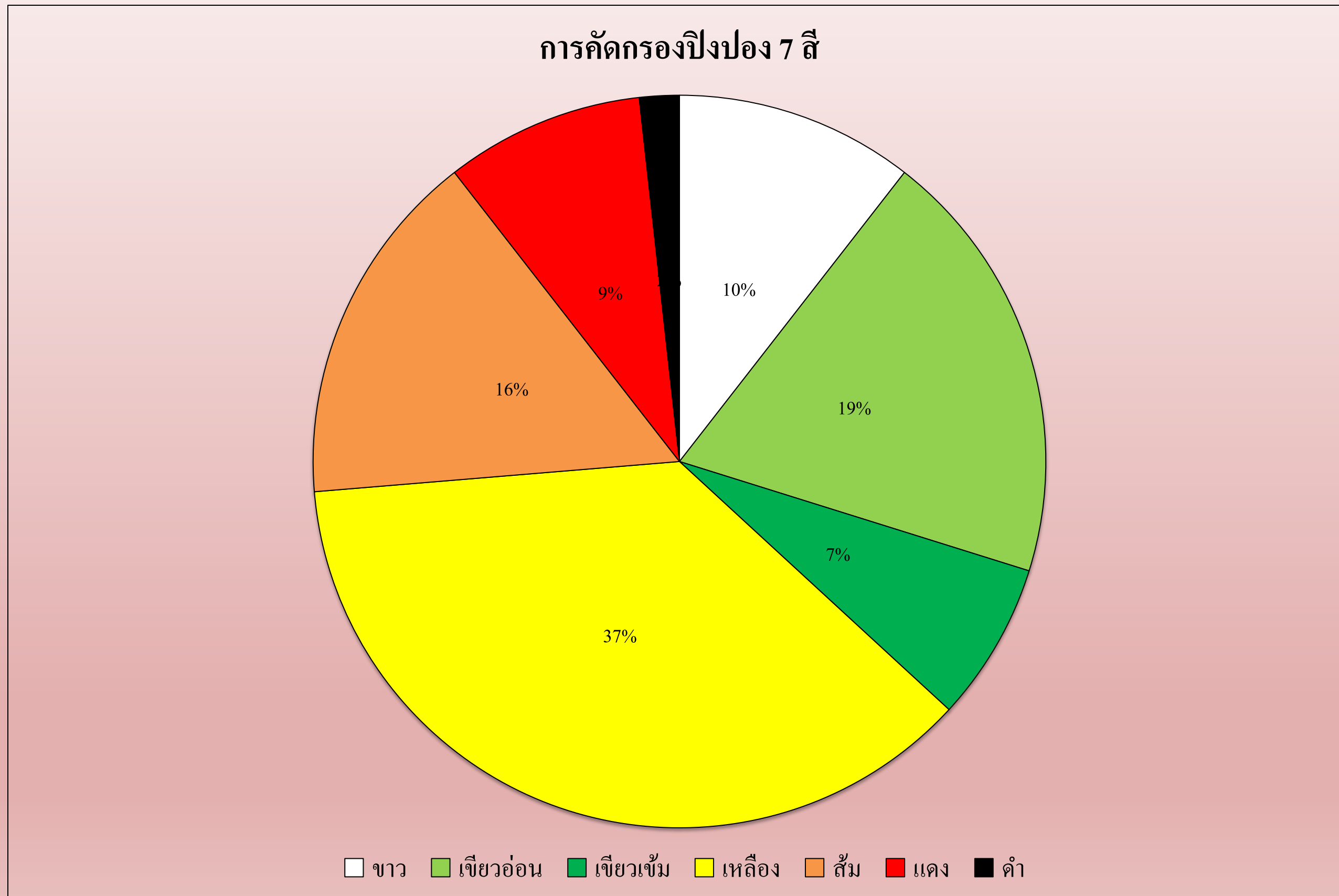
ระดับความดันโลหิต มากกว่า 180/110 มิลลิเมตรปรอท



โรคแทรกซ้อน

สุขภาพที่ดี เริ่มได้ที่ตัวเอง

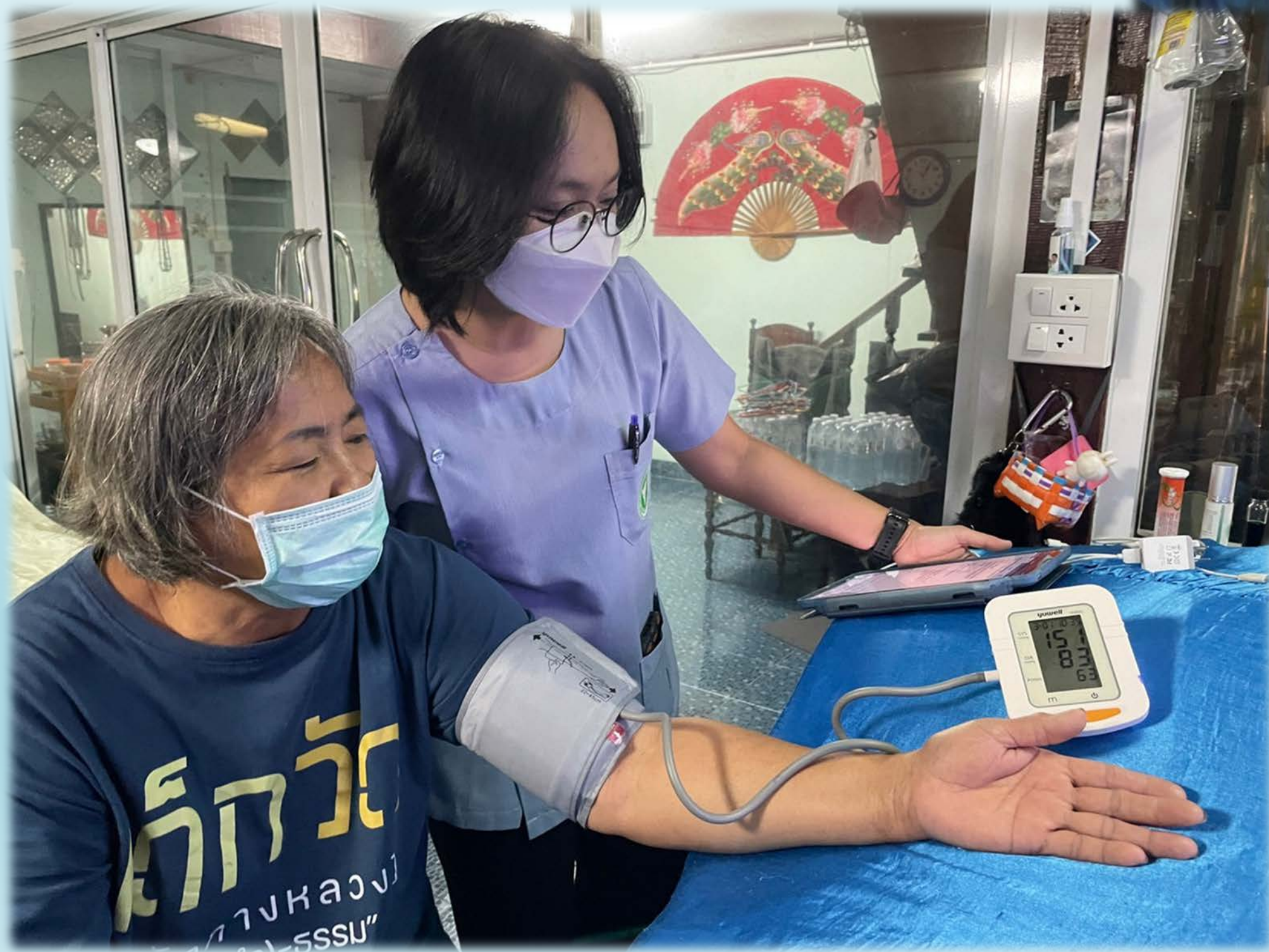
# แผนภูมิวงกลมแสดงผลการตรวจสุขภาพจำแนกตามปีป้องกัน 7 สี ชุมชนวัดทางหลวง หมู่ 6 (N = 57)



**ให้บริการเยี่ยมบ้านเพื่อปรับพฤติกรรมสุขภาพตามภาวะสุขภาพของผู้รับบริการ (ช่วงสค.-กย.65)**

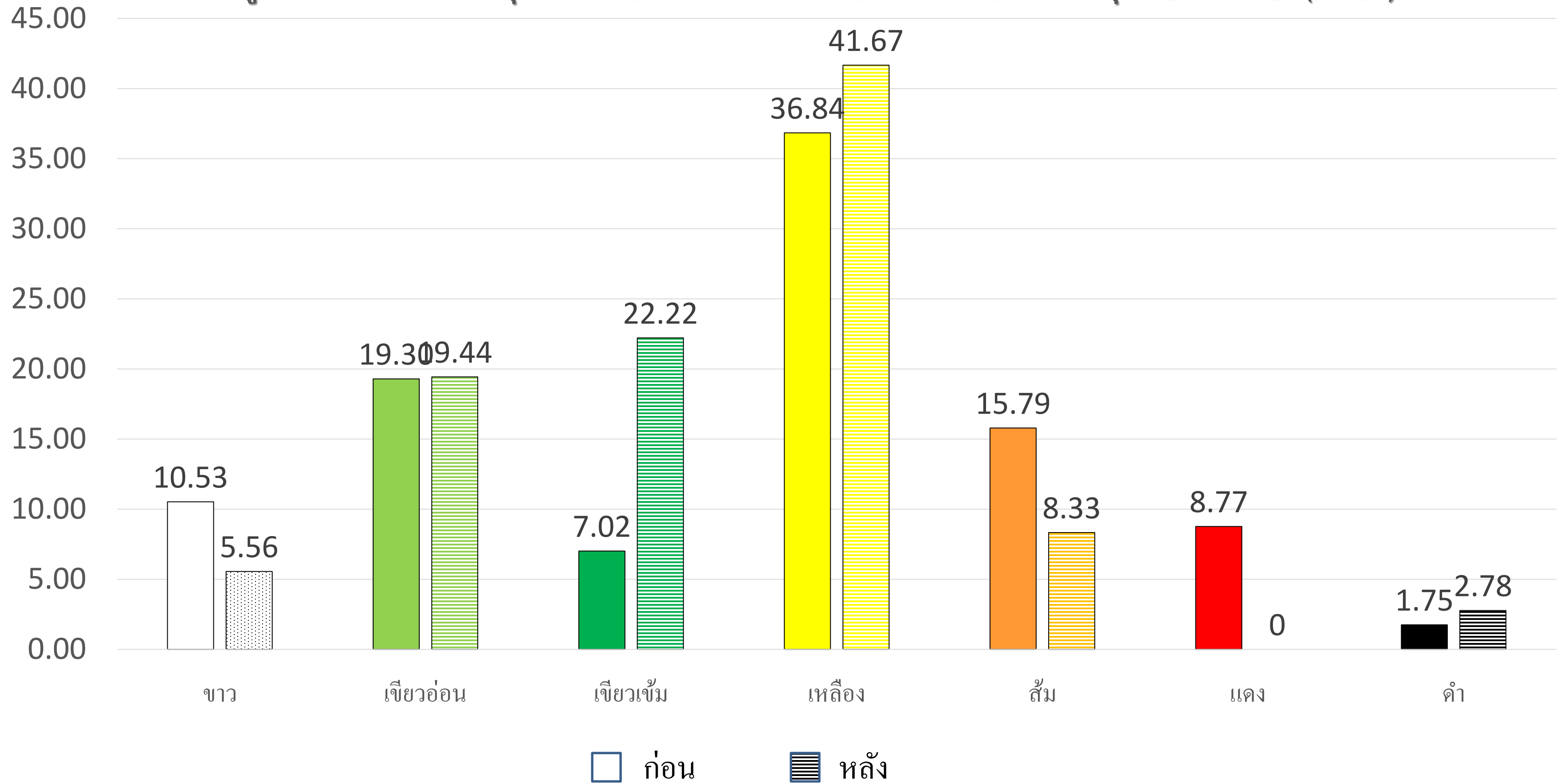








แผนภูมิแสดงผลการคัดกรองสุขภาพจำแนกตามป้องกัน 7 สี เปรียบเทียบก่อน-หลังของชุมชนวัดทางหลวง (N = 57)



# สรุปประเด็นปัญหาของผู้รับบริการในพื้นที่ที่พบ

1. ความรู้ของประชาชนในการดูแลสุขภาพไม่เพียงพอ (Health Education)
2. ลักษณะกายภาพของชุมชนและการศึกษา (Physical Community & Education)
3. ขาดการออกกำลังกาย (Physical Activity)
4. พร่องความรู้ในการรับประทานอาหาร (Nutrition)
5. การเข้าถึงในการรับบริการ (Health Services)
6. การให้คำปรึกษา ทางด้านจิตใจ และการให้บริการทางสังคม และการควบคุมอารมณ์ (Counseling, Psychological & Social Services & Emotional)

