



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครศรีธรรมราช
 เลขที่ 12842
 วันที่ 29 ก.ค. 63 เวลา 14.00 น.
 โรงพยาบาลพรหมคีรี

บค ๐๐๓๒๓๘(๐๒) ๑๖๕๑
 กลุ่มงานพัฒนายุทธศาสตร์สาธารณสุข
 เลขที่รับ 1524 / 41
 วันที่ 30/07/63 เวลา 14.54

ต.พรหมโลก อ.พรหมคีรี
 จ.นครศรีธรรมราช ๘๐๓๒๐ 12.2

๒๕ กรกฎาคม ๒๕๖๓

เรื่อง ขอส่งแผนปฏิบัติการและโครงการเพื่อลงนาม
 เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดนครศรีธรรมราช

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่าง ในเขต
 เทศบาลตำบลพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช ปี พ.ศ. ๒๕๖๓ (ต่อเนื่อง) จำนวน ๑ ชุด

ด้วยกลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวมโรงพยาบาลพรหมคีรี ได้จัดทำโครงการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่างในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช ปี พ.ศ. ๒๕๖๓ (ต่อเนื่อง) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เป็นหมู่บ้านต้นแบบที่ประชาชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ร่วมกับการรับประทานผักและผลไม้สดและลดอาหารไขมัน ซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด พร้อมหนังสือฉบับนี้ ทางโรงพยาบาลพรหมคีรี ขอส่งแผนปฏิบัติการและโครงการดังกล่าว มาขออนุมัติจัดทำโครงการและแผนงานโดยใช้งบประมาณของโรงพยาบาลพรหมคีรีจำนวน ๑๘,๒๐๐.- บาท รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาขออนุมัติโครงการและอนุมัติจัดทำโครงการ

- กษณ นพ.สัสดี.พล.
- เพื่อไม่ให้เกิดโรค
- รพ.พรหมคีรี ขอหม่าจู่ไทกรรฯ มี 63
- วาระเงิน 1๑,๒๐๐.- มีค่าเงิน ๑๑,๒๐๐.๖๖
- ส่งเอกสารทั้งหมดให้ท่าน กษณ.

ขอแสดงความนับถือ

(นางเชียรรัตน์ มาลาภรณ์)
 นักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ (ด้านบริการทางวิชาการ) (นายเฉลียว ผจญภัย)

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดนครศรีธรรมราช

งานการเงินได้ตรวจสอบงบประมาณของ
 โครงการนี้แล้ว เห็นว่าถูกต้องตามระเบียบการเบิกจ่ายเงิน
 จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(นางสุนีย์ อุดมสิน)

เจ้าพนักงานการเงินและบัญชีชำนาญงาน

กลุ่มงานการจัดการทั่วไป
 โทร. ๐ ๗๕๓๙ ๖๑๒๓
 โทรสาร. ๐ ๗๕๓๙ ๖๔๖๓

(นายจรัสพงษ์ คุ้มศิริ)
 นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด นครศรีธรรมราช

รพ.พรหมคีรี
 10 ก.ค 63

ชื่อโครงการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่าง
ในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช ปี พ.ศ. ๒๕๖๓ (ต่อเนื่อง)

หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันปัญหาสุขภาพที่เป็นสาเหตุการตายอันดับต้นๆ ของประเทศไทย คือ โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด ซึ่งโรคเหล่านี้เป็นโรคติดต่อเรื้อรังที่เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ และถือว่าเป็น "ภัยเงียบ" เพราะเป็นโรคที่ไม่ปรากฏอาการ และเป็นสาเหตุของโรคแทรกซ้อนในอวัยวะสำคัญ หลายระบบของร่างกาย เช่น ตา ไต หลอดเลือด ซึ่งเกิดจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง คือขาดการออกกำลังกาย รับประทานอาหารไม่เหมาะสมและไม่เพียงพอ แม้ประชาชนจะมีความรู้ แต่ยังไม่ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพไม่ถูกต้อง

จากการตรวจคัดกรองโรคไม่ติดต่อในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลพรหมคีรี พบว่าผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงมีอัตราเพิ่มขึ้นทุกปีในปี ๒๕๖๒ พบว่า กลุ่มเสี่ยงเบาหวาน ๕๔๘ คน กลุ่มเสี่ยงความดันโลหิตสูง ๙๙๓ คน ซึ่งปัจจัยส่วนหนึ่งมาจากการบริโภคอาหาร ขาดการดูแลสุขภาพ ขาดความรู้ในเรื่องพยาธิสภาพ อาการ การป้องกันการเกิดโรค และจากข้อมูลการคัดกรองผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรังในเขตโรงพยาบาลพบว่า หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่างมีผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรังมากที่สุด โรงพยาบาลพรหมคีรี ร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุขในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี จึงได้จัดทำโครงการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่างในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช ปี พ.ศ. ๒๕๖๓ (ต่อเนื่อง) ขึ้น เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีพฤติกรรมออกกำลังกายสม่ำเสมอสัปดาห์ละ ๓-๕ วัน วันละอย่างน้อย ๓๐ นาที ร่วมกับการรับประทานผักและผลไม้สดวันละอย่างน้อย ๕ ชีดขึ้นไป (ครึ่งกิโลกรัม) และลดอาหารไขมัน จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด และเพื่อที่จะจุดประกายให้ประชาชนในหมู่บ้าน ได้ดูแลสุขภาพของตนเองและคนในชุมชน ซึ่งจะส่งผลดีต่อสุขภาพที่ยั่งยืนต่อไป

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เป็นหมู่บ้านต้นแบบที่ประชาชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ สัปดาห์ละอย่างน้อย ๓-๕ วันๆ ละอย่างน้อย ๓๐ นาที ร่วมกับการรับประทานผักและผลไม้สดวันละอย่างน้อยครึ่ง กิโลกรัมขึ้นไป หรือกินผักครึ่งหนึ่งอย่างอื่นครึ่งหนึ่งและลดอาหารไขมัน ซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด

๒. เพื่อให้ภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วมในกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมออกกำลังกาย และการ รับประทานอาหารของประชาชนในชุมชน

๓. เพื่อสร้างกระแสการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายในชุมชน

กลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรมที่ ๑ เจ้าหน้าที่, คณะกรรมการหมู่บ้านและประชาชนหมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่างที่มาร่วม ประชาคมและร่วมจัดทำแผนงาน/กำหนดมาตรการ หมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคจำนวน ๔๐ คน

กิจกรรมที่ ๒ ๒.๑ แกนนำการออกกำลังกายในหมู่บ้านในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรีจำนวน ๔๐ คน

๒.๒ ประชาชนในหมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่าง จำนวน ๓๓๘ ครัวเรือน

กิจกรรมที่ ๓ ประชาชนอายุ ๓๕ ปี ขึ้นไป หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่างในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรีที่ได้รับคัดกรองจากอาสาสมัครสาธารณสุขว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด เข้าร่วมกิจกรรมด้วยความสมัครใจ จำนวน ๕๐ คน

วิธีการดำเนินงาน

ขั้นเตรียมการ

เก็บข้อมูลในชุมชนเพื่อนำมาเป็นฐานข้อมูลหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (พฤติกรรมสุขภาพ ข้อมูลทั่วไป โรค/อัตราป่วย/อัตราราย ปัจจัยและสาเหตุพฤติกรรมทางสุขภาพ) โดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพและตรวจสุขภาพเบื้องต้นดำเนินการลงทะเบียนเป็นกลุ่มเสี่ยงที่ตรวจคัดกรองและยืนยันผลการคัดกรองว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงมีความพร้อมและสมัครใจร่วมกิจกรรม จัดทำปฏิทินดำเนินงาน กำหนดวันประชุม ประสานวิทยากร ประสานประชาชนกลุ่มเสี่ยงที่เข้าร่วมโครงการฯ จัดเตรียมสถานที่ เอกสารประกอบการประชุม ข้อมูลสถานการณ์โรคเรื้อรังของพื้นที่

ขั้นดำเนินการ

กิจกรรมที่ ๑ จัดประชุมเวทีประชาคมชาวบ้านในการทำแผนงาน/กำหนดมาตรการ หมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค ประสานงานภาคีเครือข่าย เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องชี้แจงทำความเข้าใจแนวทางโครงการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค จัดทำเวทีประชาคม ประเมินวิเคราะห์สถานการณ์โรคไม่ติดต่อของหมู่บ้าน จัดทำแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสร้างปัจจัยเอื้อต่อการลดโรคและควบคุมป้องกันโรคไม่ติดต่อ

กิจกรรมที่ ๒ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคหมู่บ้านต้นแบบในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี จัดประชุมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย และจัดให้มีแกนนำการออกกำลังกาย โดยให้ประชาชนในหมู่บ้านมีการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อย 3-5 วัน/สัปดาห์ โดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้และการมีส่วนร่วมเป็นกรอบในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน เวทีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การถอดบทเรียน และประเมินผลหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเสี่ยง 3, 6 เดือน สรุปผลการดำเนินงาน ปัญหาและอุปสรรค

กิจกรรมที่ ๓ จัดงานประกวดหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ในเรื่องการออกกำลังกาย การกินผัก ผลไม้สด ปลอดสารพิษ กระตุ้นให้ทุกครัวเรือน/ชุมชนปลูกผักปลอดสารพิษไว้รับประทานเอง จัดประชุมเชิงปฏิบัติการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และประกวดหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค ประกวดแปลงผักสมุนไพร ผักสวนครัวปลอดสารพิษ

ขั้นสรุปผล

๑. เก็บรวบรวมข้อมูลตามแบบประเมินผลการพัฒนาหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด

๒. คณะทำงานมีการติดตามประเมินผลโครงการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่างในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี

๓. สรุปและรายงานงานผลโครงการให้ผู้บริหารและผู้ที่เกี่ยวข้องทราบ

การบริหารความเสี่ยง

ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้น	การจัดการความเสี่ยง
๑. การกำหนดการประชุมไม่เป็นไปตามที่กำหนด	๑. วันเวลาการประชุมสามารถยืดหยุ่นได้แต่ให้อยู่ในกรอบและไตรมาสที่กำหนดในงบประมาณ
๒. กิจกรรมที่ไม่เป็นไปตามที่กำหนดไว้	๒. จัดทำแผนควบคุมกำกับกิจกรรมการดำเนินงานต่างๆให้ชัดเจน
๓. ผู้เข้าร่วมประชุมที่เป็นภาคีเครือข่ายไม่สามารถเข้าร่วมประชุมได้ครบตามที่กำหนด	๓. ให้มีการยืนยันรายชื่อผู้เข้าร่วมประชุมก่อนการประชุมอย่างน้อย ๑ สัปดาห์

ระยะเวลาดำเนินการ

สิงหาคม ๒๕๖๓ - กันยายน ๒๕๖๓

สถานที่ดำเนินการ

ศาลาประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่าง ตำบลพรหมโลก

งบประมาณ

งบประมาณค่าใช้จ่ายตามโครงการเงินบำรุงโรงพยาบาลพรหมคีรีได้รับการสนับสนุนจากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลพรหมคีรี จำนวน ๑๘,๒๐๐ บาท โดยโอนเข้าเงินบำรุงโรงพยาบาลพรหมคีรี รายละเอียดดังนี้

กิจกรรมที่ ๑ จัดประชุมเวทีประชาคมชาวบ้านในการทำแผนงาน/กำหนดมาตรการ หมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มจำนวน ๔๐ คนๆ ละ ๒๐ บาท/มือ จำนวน ๑ มือ เป็นเงิน ๘๐๐ บาท

กิจกรรมที่ ๒ ประชุมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการออกกำลังกายหมู่บ้านต้นแบบลดโรคในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี

- ค่าตอบวิทยากรบรรยายความรู้ จำนวน ๕ ชั่วโมงๆ ละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มจำนวน ๔๐ คนๆ ละ ๒๐ บาท/มือ จำนวน ๒ มือ เป็นเงิน ๑,๖๐๐ บาท
- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๔๐ คนๆ ละ ๖๐ บาท/มือ จำนวน ๑ มือ เป็นเงิน ๒,๔๐๐ บาท
- ค่าวัสดุ แฟ้ม เอกสาร เป็นเงิน ๘๐๐ บาท

กิจกรรมที่ ๓ จัดงานประกวดหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค (ประกวดแปลงผักสมุนไพร ผักสวนครัวปลอดสารพิษ)

- ค่าตอบแทนคณะกรรมการตัดสิน ๕ คนๆ ละ ๔๐๐ บาท เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มจำนวน ๕๐ คนๆ ละ ๒๐ บาท/มือ จำนวน ๑ มือ เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
- ค่าอาหารกลางวันจำนวน ๕๐ คนๆ ละ ๖๐ บาท/มือ จำนวน ๑ มือ เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
- ค่าวัสดุ แฟ้ม เอกสาร เป็นเงิน ๘๐๐ บาท
- ค่าจ้างทำไว้นิลจัดนิทรรศการ ขนาดกว้าง ๑๐๐ ซม. ยาว ๑๘๐ ซม. จำนวน ๒ แผ่นๆ ละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๖๐๐ บาท

๔/ค่าของรางวัล

- ค่าของรางวัลในการประกวดแปลงผักสมุนไพร ผักสวนครัวปลอดสารพิษ, กรอบใส่เกียรติบัตร

เป็นเงิน ๒,๒๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๘,๒๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นแปดพันสองร้อยบาทถ้วน)

หมายเหตุ: ถัวเฉลี่ยจ่ายทั้งรายการและจำนวนคน

เจ้าหน้าที่การเงินของหน่วยงาน
ลงชื่อ.....
(นางอรุณญา จันทมนี)
เจ้าพนักงานการเงินและบัญชีชำนาญงาน

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

๑. มีคณะทำงานที่มีความรู้และทักษะในการดำเนินงานหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค ความดันโลหิตสูงโรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด
 ๒. มีการกำหนดนโยบาย กลวิธี แผนการดำเนินงานหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรค หัวใจและหลอดเลือด
 ๓. เป็นหมู่บ้านที่ประชาชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการออกกำลังกาย โดยมีแกนนำที่ผ่านการประชุมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย ๔๐ คน ร่วมกับการรับประทานผักและผลไม้สดวันละอย่างน้อยครึ่งกิโลกรัมขึ้นไป หรือกินผักครึ่งหนึ่งอย่างอื่นครึ่งหนึ่งและลดอาหารไขมัน
 ๔. มีเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมพฤติกรรมลดโรคความดันโลหิตสูงโรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือดของประชาชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชน
 ๕. มีคนต้นแบบและนวัตกรรมในการสร้างแนวคิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมพฤติกรรมลดโรคความดันโลหิตสูงโรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือดของประชาชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชน
 ๖. ผ่านการประเมินหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพลดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรคหัวใจและหลอดเลือด
- การประเมินผล

๑. มีคณะทำงานที่มีความรู้และทักษะในการดำเนินงานหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค ความดันโลหิตสูงโรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด จำนวน ๒๓ คน
๒. มีการประกาศนโยบาย กลวิธี แผนการดำเนินงานหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรค หัวใจและหลอดเลือดที่ศาลาประจำหมู่บ้าน
๓. เป็นหมู่บ้านที่ประชาชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการออกกำลังกาย โดยมีแกนนำที่ผ่านการประชุมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย ๔๐ คน และประชาชนในหมู่บ้านมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอสัปดาห์ละอย่างน้อย ๓-๕ วันๆ ละอย่างน้อย ๓๐ นาที ณ ลานกีฬาของหมู่บ้าน ร่วมกับการรับประทานผักและผลไม้สดวันละอย่างน้อยครึ่งกิโลกรัมขึ้นไป หรือกินผักครึ่งหนึ่งอย่างอื่นครึ่งหนึ่งและลดอาหารไขมัน โดยที่ทุกบ้านมีการปลูกผักปลอดสารพิษไว้รับประทานเองอย่างน้อย ๕ ชนิด
๔. มีเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมพฤติกรรมลดโรคความดันโลหิตสูงโรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือดของประชาชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชน คือ ที่ศาลาประจำหมู่บ้านเดือนละ ๑ ครั้ง

๕/มีคนต้นแบบ ๓ คน

๕. มีคนต้นแบบ ๓ คน และนวัตกรรมด้านการออกกำลังกายและการปลูกผักปลอดสารพิษทุกครัวเรือน ซึ่งเป็นการสร้างแนวคิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมพฤติกรรมลดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือดของประชาชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชน

๖. รอเข้ารับการประเมินหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพลดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวานและโรคหัวใจและหลอดเลือด

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ประชาชนในหมู่บ้านลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรค หัวใจและหลอดเลือด

๒. ลดภาระค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลของประชาชน


๓. หมู่บ้านได้รับการยกย่องเชิดชูให้เป็นแบบอย่างหมู่บ้านสุขภาพดีตามวิถีชุมชน

๔. เป็นแหล่งเรียนรู้ด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อลดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวานและโรคหัวใจและหลอดเลือด

๕. มีหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพลดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวานและโรคหัวใจและหลอดเลือด เพื่อส่งประกวดในระดับโซนและจังหวัดต่อไป


หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางเกสรารรณ ประดับพจน์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ งานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวมโรงพยาบาลพรหมคีรี

ลงชื่อ..........ผู้เขียนโครงการ

(นางเกสรารรณ ประดับพจน์)

พยาบาลวิชาชีพ ระดับชำนาญการ


ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ

(นายเฉลียว ผจญภัย)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพรหมคีรี

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายเฉลียว ผจญภัย (รองผู้อำนวยการ))
 นายแพทย์สาธารณสุข (ด้านเวชกรรมป้องกัน)
 ตำแหน่ง.....

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติโครงการ

(นายเฉลียว ผจญภัย)
 นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดนครศรีธรรมราช
 นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดนครศรีธรรมราช

ร่างกำหนดจัดประชุมเวทีประชาคมชาวบ้านในการทำแผนงาน/กำหนดมาตรการ
หมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค หมู่ที่ 5 บ้านปลายอวนล่าง

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.2563 (เวลา 8.00 น.-12.00 น.)

ณ ศาลาประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 5 ตำบลพรหมโลก อำเภอพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช

08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน
08.30 – 08.45 น.	นายกเทศมนตรีเทศบาลตำบลพรหมคีรี กล่าวเปิดการประชุม
08.45 – 09.30 น	ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการประชุมประชาคม แนวทางการพัฒนาหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (นางเกสรารวรรณ ประดับพจน์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ)
09.30 – 12.00 น.	ทำแผนงาน/กำหนดมาตรการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค
12.00 น.	ปิดการประชุม

หมายเหตุ รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา 10.15 น. - 10.30 น.

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงพยาบาลพรหมคีรี ตำบลพรหมโลก อำเภอพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช ๘๐๓๒๐

ที่ ที่นศ ๐๐๓๒.๓๐๔(๐๒)/พิเศษ วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๓

เรื่อง ขอย้ายเวลาดำเนินโครงการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่าง
ในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช ปี พ.ศ. ๒๕๖๓ (ต่อเนื่อง)

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพรหมคีรี

ด้วยงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม
โรงพยาบาลพรหมคีรี ได้จัดทำ “ชื่อโครงการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค หมู่ที่ ๕ บ้าน
ปลายอวนล่างในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช ปี พ.ศ. ๒๕๖๓” โดยมีวัตถุประสงค์
เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีพฤติกรรมออกกำลังกายสม่ำเสมอสัปดาห์ละ ๓-๕ วัน วันละอย่างน้อย ๓๐ นาที
ร่วมรับประทานผักและผลไม้สดวันละอย่างน้อย ๕ ชนิดขึ้นไป (ครึ่งกิโลกรัม) และลดอาหารไขมัน จะช่วยลด
ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและโรคหลอดเลือด และเพื่อที่จะจุด
ประกายให้ประชาชนในหมู่บ้าน ได้หันมาเอาใจใส่ดูแลสุขภาพของตนเองและคนในชุมชน ซึ่งจะส่งผลดีต่อ
สุขภาพที่ยั่งยืน และเตรียมรับการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง
และโรคหัวใจและหลอดเลือดต่อไป โครงการนี้ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ
เทศบาลตำบลพรหมคีรี โดยโอนเข้าเงินบำรุงโรงพยาบาลพรหมคีรี เนื่องจากประสบปัญหาสถานการณ์โควิด-๑๙
และกลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่เป็นชาวเกษตรกรอยู่ในช่วงเก็บผลไม้ตามฤดูกาล ทำให้ไม่สามารถดำเนินโครงการ
ได้ทันตามกำหนด จึงขอย้ายเวลาดำเนินโครงการมาอยู่ในช่วงวันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๓ - ๓๑ พฤศจิกายน
๒๕๖๓

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(นางเกสรารวรรณ ประดับพจน์)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

เรียน ผู้อำนวยการ

เขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี

ขอรับทราบ

ในนามของ
(นางสาวกัญญากร กุศล)

นางสาวกัญญากร กุศล

ขอรับทราบ



ที่ นศ ๐๐๓๒.๓๐๔(๐๒)/๑๘๘๓

โรงพยาบาลพรหมคีรี
ต.พรหมโลก อ.พรหมคีรี
จ.นครศรีธรรมราช ๘๐๓๒๐

A กันยายน ๒๕๖๓

เรื่อง ขอยายเวลาดำเนินโครงการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่าง
ในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช ปี พ.ศ. ๒๕๖๓ (ต่อเนื่อง)

เรียน นายกเทศมนตรีเทศบาลตำบลพรหมคีรี

ด้วยกลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลพรหมคีรี ได้จัดทำโครงการหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค หมู่ที่ ๕ บ้านปลายอวนล่างในเขตเทศบาลตำบลพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช ปี พ.ศ. ๒๕๖๓ (ต่อเนื่อง) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีพฤติกรรมออกกำลังกายสม่ำเสมอสัปดาห์ละ ๓-๕ วัน วันละอย่างน้อย ๓๐ นาทีร่วมรับประทานผักและผลไม้สดวันละอย่างน้อย ๕ ชนิดขึ้นไป (ครึ่งกิโลกรัม) และลดอาหารไขมัน จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและโรคหลอดเลือด และเพื่อที่จะจุดประกายให้ประชาชนในหมู่บ้าน ได้หันมาเอาใจใส่ดูแลสุขภาพของตนเองและคนในชุมชน ซึ่งจะส่งผลดีต่อสุขภาพที่ยั่งยืน และเตรียมรับการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และโรคหัวใจและหลอดเลือดต่อไป โดยจะจัดทำโครงการช่วงวันที่ ๑ สิงหาคม ๒๕๖๓ - ๓๑ กันยายน ๒๕๖๓ เนื่องจากประสบปัญหาสถานการณ์โควิด-๑๙และกลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่เป็นชาวเกษตรกรอยู่ในช่วงเก็บผลไม้ตามฤดูกาล ทำให้ไม่สามารถดำเนินโครงการได้ทันตามกำหนด จึงขอยายเวลาดำเนินโครงการมาอยู่ในช่วงวันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๓ - ๓๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๓

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นางเกสรารวรรณ ประดับพจน์)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้รับผิดชอบโครงการ

กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม

โทร. ๐๗๕๓๙๖๐๒๓

โทรสาร. ๐๗๕๓๙๖๔๖๓