

5. โครงการระบบหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองทุ่งสง

5.1 โครงการตรวจสุขภาพประชาชน ตำบลปากแพรก ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลเมืองทุ่งสง

หลักการและเหตุผล

โครงการ หลักการประกันสุขภาพถ้วนหน้า เป็นโครงการที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อระบบสุขภาพเป็นอย่างมาก โดยมีปรัชญา คือ 1) ประชาชนไม่ต้องจ่ายเงินกับสถานบริการ แต่รัฐบาลจะจ่ายเงินเป็นค่าบริการรายหัวให้กับสถานบริการ ซึ่งจะเห็นว่า เป็นนโยบายที่ลดค่าใช้จ่ายให้กับประชาชน ให้คนไทยทุกคนได้เข้าถึงระบบบริการสุขภาพมากขึ้น 2) ระบบบริการต้องมีสถานที่ใกล้บ้านใกล้ใจและมีหมอประจำครอบครัว มีบริการผสมผสานเป็นองค์รวม ต่อเนื่องและครอบคลุม 3) ต้องเน้นสร้างสุขภาพมากกว่าซ่อมแซมสุขภาพ โดยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคล และการตรวจสุขภาพของประชาชน

ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลเมืองทุ่งสง จึงได้เล็งเห็นความจำเป็นการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ตามชุดสิทธิประโยชน์ของสำนักงานหลักประกันสุขภาพ โดยการแนะนำให้ประชาชนทั่วไปที่มีสุขภาพปกติได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี ซึ่งเป็นเวชปฏิบัติที่ยอมรับกันในวงการแพทย์ในปัจจุบัน ด้วยความเชื่อถือว่าสามารถตรวจค้นหาโรคอันตรายในระยะเริ่มแรก ซึ่งจำทำให้การรักษาได้ผลดี และหายขาดตลอดทั้งยังสามารถดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรคและคำแนะนำในการปฏิบัติตนที่ถูกต้องซึ่งจะส่งผลให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดีและยืนยาว ซึ่งจะแตกต่างจากการตรวจร่างกายเพื่อวินิจฉัยโรค

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ประชาชนเกิดความตื่นตัวตระหนักและเห็นความสำคัญให้ความสนใจ และใส่ใจในสุขภาพตัวเอง และคนในครอบครัว ซึ่งเป็นสิทธิประโยชน์หลักที่กำหนดให้ประชาชน ที่มีอายุ ๓๕ ปี ขึ้นไปต้องได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี ทุก 1-2 ปี
2. เพื่อให้ประชาชนทราบปัจจัยเสี่ยง ในการที่จะเกิดภาวะเจ็บป่วยในอนาคตของตนเองและครอบครัว เพื่อให้เกิดการตื่นตัวและนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
3. เพื่อให้ประชาชนในกลุ่มที่มีปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพ และประชาชนที่มีภาวะโรค ได้รับการให้คำปรึกษาที่เหมาะสม ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านสุขภาพเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ
4. เพื่อได้รับและสามารถวิเคราะห์สภาวะสุขภาพของชุมชน อันจะนำไปสู่ในการวางแผนแก้ไข ปัญหาสาธารณสุขของชุมชนได้ตามความเป็นจริง

งบประมาณที่ใช้ดำเนินการ

108,513.50 บาท

วิธีดำเนินการ

1. การดำเนินสุขภาพเชิงรุก โดยมีเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลทุ่งสงซึ่งประกอบด้วย

1. พยาบาลวิชาชีพ 3 คน
2. เจ้าหน้าที่บันทึกข้อมูล 1 คน
3. พนักงานตรวจสุขภาพ จำนวน 2 คน
4. พนักงานขับรถ
5. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำชุมชน ชุมชนละ 5 คน (ในกรณีออกในชุมชนเท่านั้น)ได้โดยมีการจัดกลุ่มผู้รับบริการเพื่อกำหนดกิจกรรมในการให้บริการ เนื่องจากความแตกต่างด้านสุขภาพของช่วงอายุ ดังนั้น กลุ่มนักเรียนในโรงเรียน กลุ่มข้าราชการ กลุ่มประกันสังคม และกลุ่มประชาชนทั่วไป

1. การดำเนินการคัดเลือกกลุ่มเสี่ยงและนำมาปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

1.1 ขั้นตอนเตรียมการ

- รวบรวม วิเคราะห์ข้อมูลจากการตรวจสุขภาพประชาชนตำบลปากแพรก
- ประชุมทีมคณะทำงานเพื่อร่วมกันระดมความคิดในการดำเนินการแก้ไขปัญหาแก่กลุ่มเสี่ยง
- เขียนโครงการแก้ไขเพื่อเสนอขออนุมัติงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลปากแพรก
- จัดประชุมทีมวิทยากรปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
- ประสานงานกับหน่วยงาน องค์การที่เกี่ยวข้อง
- จัดเตรียมพื้นที่ อุปกรณ์ สื่อการจัดการเรียนรู้ และการพัฒนาทักษะในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

2.2 ขั้นตอนดำเนินการ

- จัดกิจกรรมเข้าค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยใช้หลักสูตร รุ่นละ 1 วัน แบบไปกลับ แบ่งออกเป็น 1 รุ่นๆ ละ 100 คน (เชิงปฏิบัติการ)
- ระยะติดตาม แบ่งออกเป็น

ครั้งที่ 2 ห่างจากครั้งแรก	1 สัปดาห์
ครั้งที่ 3 ห่างจากครั้งที่	2 สัปดาห์

ครั้งที่ 4 ห่างจากครั้งที่	3	สัปดาห์
ครั้งที่ 5 ห่างจากครั้งที่	4	สัปดาห์

2.3 ขั้นตอนประเมินผล

- ประเมินผลผลิตผู้เข้ารับการอบรมโดยการทำแบบทดสอบก่อนและหลังเข้าร่วมอบรม
- ประเมินพฤติกรรมสุขภาพของผู้เข้ารับการอบรมติดตามโดย อสม. ทุกๆ 6 เดือน

กิจกรรมที่จัด

1. การตรวจสุขภาพ มีดังนี้
 - ดัชนีมวลกาย (BMI)
 - สุขภาพฟัน
 - เส้นรอบเอว
 - ระดับน้ำตาลในเลือด ในกลุ่ม ๓๕ ปี ขึ้นไป และผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อโรค metabolic syndrome
 - ระดับความดันโลหิต
 - ระดับความเข้มข้นของเลือด
 - มะเร็งเต้านมในหญิงอายุ 30 ปีขึ้นไป
 - มะเร็งปากมดลูกในหญิงอายุ 30 ปี ขึ้นไป (โดยออกใบนัดให้มาตรวจที่ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลทุ่งสง)
 - ตรวจวัดสายตา
 - ภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ผิวหนัง
 - คอ (ไทรอยด์)
 - การประเมินความพิการ
2. การประเมินพฤติกรรมสุขภาพ
 - การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ และการใช้สารเสพติด
 - การออกกำลังกาย
 - ความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุจราจร
 - สุขภาพจิต (ภาวะซึมเศร้า)
 - การรับประทานอาหาร (สุก คุป จูรส เค็ม มัน หวาน)

ผลการดำเนินงาน

การประเมินผลโครงการ

ประชาชนได้เข้าถึงการบริการตามชุดสิทธิประโยชน์หลักของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้

1. มีการใช้สมุดบันทึกสุขภาพประจำตัวในการดูแลสุขภาพแต่ละบุคคลอย่างต่อเนื่อง
2. การดูแลสุขภาพเด็กและภาวะโภชนาการเด็ก
3. การตรวจสุขภาพประชาชนทั่วไปและกลุ่มเสี่ยง
4. การเยี่ยมบ้านและการดูแลผู้ป่วยที่บ้าน
5. การให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ประชาชนในระดับบุคคลและครอบครัว
6. การให้คำปรึกษานับสนุนการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพ

สิ่งที่ประชาชนตำบลปากแพรกได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี

1. หลังตรวจสุขภาพแล้วควรมีสมุดบันทึกสุขภาพและนำไปใช้ทุกครั้งที่ใช้บริการที่สถานพยาบาล
2. ต้องรู้ว่าตนเองมีสุขภาพเป็นอย่างไรถ้าอยู่ในกลุ่มสุขภาพดี ไม่มีปัจจัยเสี่ยง ควรดำรงชีวิตอย่างไร เพื่อให้สุขภาพดีต่อไป จะกินอาหารแบบไหน ออกกำลังกายอย่างไรถ้ามีปัจจัยเสี่ยง ปัจจัยเสี่ยงคืออะไรบ้าง จะป้องกันหรือลดโอกาสการเกิดโรคอย่างไร ถ้าพบว่าเป็นโรค ควรได้รับการรักษาและสังเกต เพื่อให้โรคที่เป็นอยู่ได้รับการดูแลรักษาตามมาตรฐานและต่อเนื่อง ลดภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดจากโรคนั้นๆ ให้น้อยที่สุด รู้จักการดูแลรักษาตนเอง ได้รับความเหมาะสม ถ้าเป็นกลุ่มผู้พิการ และด้อยโอกาสให้ได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง การฟื้นฟูสมรรถภาพและเป็นองค์รวม ผู้ดูแลสามารถดูแลได้ตามความเหมาะสม อสม.ผู้นำชุมชน ท้องถิ่น ต้องรู้ว่าใครในชุมชน ที่มีสุขภาพดี ใครบ้างที่มีปัจจัยเสี่ยง และเสี่ยงเรื่องอะไร ปัญหาสุขภาพของชุมชน มีอะไรบ้างจะวางแผนแก้ปัญหาเหล่านั้นๆ อย่างไร

ปัญหาและอุปสรรค

1. ประชาชนยังไม่ให้ความร่วมมือ

ข้อเสนอแนะ

1. ต้องมีเจ้าหน้าที่ลงเชิงรุกถึงบ้าน โดยต้องมีเจ้าหน้าที่ที่เพียงพอและมีแรงจูงใจให้กับ อสม.
2. ควรมีรถประชาสัมพันธ์ตามชุมชนบ่อยๆ เกี่ยวกับการตรวจสุขภาพ

สรุป จำนวนประชากรที่ได้รับการคัดกรอง กลุ่มโรคความดันโลหิต และเบาหวาน

ที่	ชุมชน	กลุ่มเป้าหมาย	จำนวนผู้คัดกรอง
1	สะพานเหล็ก	49	-
2	เปรมประชา	304	125
3	ตลาดใน	223	124
4	บ้านในหวัง	153	62
5	ตะวันออกวัดชัยชุมพล	248	50
6	ทุ่งสง-ห้วยยอด	89	-
7	หลังโรงพยาบาล	317	50
8	หมู่บ้านพัฒนา	224	122
9	ทุ่งสง-นาบอน	449	127
10	บ้านพักรถไฟ	231	138
11	เขาปรีดี	566	143
12	ท่าแพเหนือ	104	156
13	ท่าแพใต้	122	-
14	บ้านนาเหนือ	348	160
15	เสริมชาติ	329	149
16	ยุทธศาสตร์	528	100
รวม			1,619
คัดกรองภายในศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลเมืองทุ่งสง			881
รวมทั้งหมด			2,500

ข้อเสนอแนะ

- ผลจากการตรวจสุขภาพประจำปี แต่ละชุมชนมีโรคอะไรบ้างซึ่งจะนำไปสู่การจัดทำแผนเฝ้าระวัง รวมทั้งการตรวจสุขภาพเพื่อหาสารพิษในเลือดของประชาชนในเขตเทศบาล
- ควรรายงานว่าผู้ที่มารับการตรวจคัดกรองมีโรคใดบ้าง อาทิ โรคเบาหวานมี.....คน โรคอ้วน.....คน โรคความดัน.....คน
- คนที่อยู่ในกลุ่มสีเขียว คือ ปกติ กลุ่มสีเหลือง คือ เฝ้าระวังและกลุ่มสีแดง เป็นโรค เป็นต้น
- ควรเขียนวัตถุประสงค์โครงการให้สามารถบรรลุได้ในทางปฏิบัติ

ภาพประกอบกิจกรรม



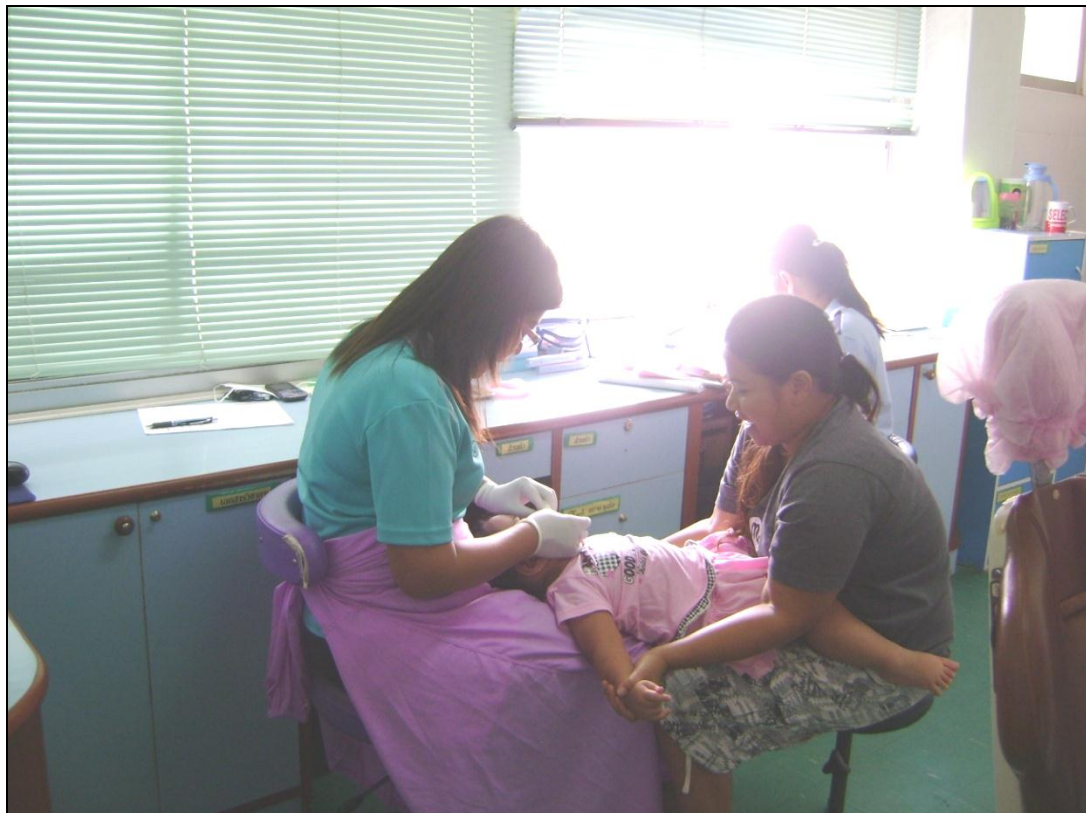
ภาพที่ 1 ตรวจสอบสุขภาพประจำปีของนักเรียน



ภาพที่ 2 ตรวจสอบสุขภาพผู้สูงอายุที่บ้าน



ภาพที่ 3 การปฏิบัติงานของศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลปากแพรก



ภาพที่ 4 การตรวจสุขภาพช่องปากและฟัน



ภาพที่ 5 ตรวจคัดกรองและวินิจฉัยโรค



ภาพที่ 6 บอร์ดให้ความรู้แก่ผู้มารับบริการ



ภาพที่ 7 ตรวจสอบสุขภาพคลินิกเบาหวานความดัน

5.2 โครงการผอมสวยไร้เหา

หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันโรคเหายังถือว่าเป็นปัญหาสำคัญอีกประการหนึ่งเหาเกิดจากเชื้อปรสิต ชื่อว่า “Pediculus humanus” ซึ่งอาศัยอยู่บนหนังศีรษะ เส้นผม ขน ปาราลิตนี้จะคอยดูดเลือดกินเป็นอาหาร และวางไข่บนเส้นผม โดยหลังสารไคติน (chitin) หุ้มปลายหนึ่งของไข่ ให้เกาะติดแน่นอยู่ มองเห็นได้ด้วยตาเปล่าบางคนไม่มีอาการเท่าใดแต่จะสร้างความรำคาญใจได้ เหาในคนกับสัตว์ต่างกันแต่ทำให้เกิดอาการคันเหมือนกัน

เหา เป็นแมลงไร้ปีกที่มีขนาด 1-2 มม. พบได้บ่อยในเด็กวัยเรียน โดยเฉพาะเด็กผู้หญิง เหาจะคอยดูดเลือดกินเป็นอาหาร ในน้ำลายของเหามีสารที่ระคายผิวหนังได้ ทำให้เกิดตุ่มคันตรงรอยกัด เหามีลำตัวเรียวยาวและมีความคล่องตัวในการเคลื่อนไหว จึงติดต่อกันได้ง่ายมาก พบว่าเด็กหญิงที่มีเหาที่หนังศีรษะ สามารถแพร่การติดเชื้อให้แก่เพื่อนๆ ภายในชั้นเรียนเดียวกัน ภายใน 24 ชม. ไข่มีขนาดเล็กประมาณ 0.5-1 มม. พักเป็นตัวอ่อนของเหาภายในหนึ่งสัปดาห์ มองเห็นได้ด้วยตาเปล่า มักจะทำให้เกิดอาการคันที่บริเวณด้านหลังและด้านตรงศีรษะ ถ้าเกามากเป็นหนอง สะเก็ดแห้งกรังได้ บางครั้งเกิดการติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อนทำให้ต่อมน้ำเหลืองที่บริเวณท้ายทอยและข้างคอโต

เหามักพบในเด็กวัยเรียนโดยส่วนใหญ่ โดยมากเกิดจากการไม่รักษาความสะอาดของร่างกาย เครื่องนอน จากสถิติการตรวจสุขภาพนักเรียนหญิงโรงเรียนเทศบาลบ้านนาเหนือพบว่า เป็นเหาร้อยละ 80

จากเหตุผลและความจำเป็นดังกล่าว ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลทุ่งสง จึงมีแนวคิดในการส่งเสริมความรู้ด้านการรักษาความสะอาดของร่างกาย และการกำจัดเหาในนักเรียนหญิงโรงเรียนเทศบาลบ้านนาเหนือโดยให้นักเรียนได้รับ ความรู้ การกำจัดเหา และให้ผู้ปกครองได้มีส่วนร่วมเพื่อให้งานจัดทำโครงการครั้งนี้บรรลุวัตถุประสงค์ มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมอันจะเกิดความรู้ความเข้าใจ และมีความตระหนักในการป้องกันโรคอย่างแท้จริง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนหญิงโรงเรียนเทศบาลบ้านนาเหนือ สามารถดูแลรักษาความสะอาดของร่างกายตนเองได้ถูกต้อง
2. เพื่อลดอัตราการเป็นเหาในนักเรียนหญิงโรงเรียนเทศบาลบ้านนาเหนือ
3. เพื่อส่งเสริมให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการกำจัดเหา

งบประมาณที่ใช้ดำเนินการ

36,745 บาท

วิธีดำเนินการ

แบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบของแต่ละหน้าที่ของเป็นชุดเพื่อความเรียบร้อยของการดำเนินงาน โดยแบ่งออกเป็น 4 ชุด ดังนี้

1. ชุดดำเนินโครงการ
2. ชุดจัดซื้อ จัดจ้าง
3. ชุดเบิกจ่าย
4. ชุดตรวจรับ

กิจกรรมที่จัด

1. ในโรงเรียน

- 1.1 จัดให้มีหวีเสนียดประจำทุกชั้นเรียนและให้มีกิจกรรมสางเหงาฬปดาห้ละ 2 ครั้ง (ประสานงานกับครูประจำชั้น)
- 1.2 จัดอบรมให้ควมรู้และแจกแผ่นพับควมรู้เรื่องเหา แก่นักเรียนหญิงโรงเรียนเทศบาลบ้านนาเหนือ
- 1.3 ดำเนินการกำจัดเหาให้นักเรียนหญิงโรงเรียนเทศบาลบ้านนาเหนือ

2. ที่บ้าน

- 2.1 ทำหนังสือแจ้งการเป็นเหาของนักเรียนและวิธีการกำจัดเหา
- 2.2 แจกแผ่นพับควมรู้เรื่องเหา และให้อุปกรณ์การกำจัดเหาแก่ผู้ปกครองไปทำให้บุตรที่เป็นเหาที่บ้าน
- 2.3 ติดตามการปฏิบัติกิจกรรมกำจัดเหาของผู้ปกครองที่บ้าน ในแบบบันทึก
- 2.4 ประเมินผลโครงการโดยการให้ผู้ปกครองตอบแบบสอบถาม

ผลการดำเนินงาน

● จากการไปกำจัดเหาเมื่อวันที่ 9 มีนาคม 2555 นักเรียนหญิงโรงเรียนเทศบาลบ้านนาเหนือจำนวน 225 คน และพี่น้องของนักเรียนหญิงที่เป็นเหาจำนวน 180 คน และจัดอบรมให้ควมรู้เรื่องเหา แจกแผ่นพับควมรู้เรื่องเหาและให้อุปกรณ์การกำจัดเหาแก่ผู้ปกครองไปทำให้บุตรที่เป็นเหาที่อยู่ที่บ้าน ทำให้นักเรียนและผู้ปกครองเกิดความตระหนักถึงโทษการเป็นเหา เข้าใจในการดูแลเรื่องเหามากขึ้น

● หลังจากนั้น ได้เข้าไปตรวจร่างกายเด็กนักเรียนหญิงอีกครั้ง เมื่อวันที่ 1 สิงหาคม 2555 พบว่าจากจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการกำจัดเหาจำนวน 225 คน ปรากฏว่านักเรียนหายจากการเป็นเหาจำนวน 160 คน คิดเป็นร้อยละ 71 และน้องผู้หญิงของนักเรียนที่เป็นเหาเข้าร่วมโครงการ 180 คน ปรากฏว่าหายจากการเป็นเหาจำนวน 135 คน คิดเป็นร้อยละ 75

ข้อเสนอแนะ

- เลื่อนระยะเวลาการดำเนินการปฏิบัติพร้อมทั้งกำหนดระยะเวลาให้อยู่ในช่วงเวลาที่สามารถควบคุมได้ (คือช่วงที่เด็กสามารถดำเนินการตามแผนดำเนินงานของเจ้าของโครงการ และสามารถตรวจสอบได้) เช่นเมื่อรู้ว่าเด็กหญิง ก เมื่อได้ดำเนินการสระผม รักษาความสะอาด มีการบันทึกการกำจัดเหาตามแบบฟอร์มที่กำหนดแล้วดูต่อไประยะหนึ่งว่าเด็กสามารถควบคุมไม่ให้เหาเป็นเหาได้หรือไม่)
- มีการทำแผนงาน/โครงการเพื่าระวังเสมอ

ประมวลภาพกิจกรรม



5.3 โครงการฝึกพลังไทยต้านภัยไข้เลือดออก

หลักการและเหตุผล

จากข้อมูลสำนักงานสาธารณสุขอำเภอทุ่งสง พบว่า อัตราป่วยด้วยโรคไข้เลือดออกของอำเภอทุ่งสงในช่วง 5 ปีที่ผ่านมา มีการระบาดของโรคไข้เลือดออกปีเว้นปีและปีเว้น 2 ปี ซึ่งพบผู้ป่วยในเขตเทศบาลเมืองทุ่งสงสูงสุด โดยในปี 2552 พบผู้ป่วยโรคไข้เลือดออกในเขตเทศบาลเมืองทุ่งสงจำนวน 8 ราย (อัตราป่วยเท่ากับ 27.91 ต่อแสนประชากร) ในปี 2553 พบผู้ป่วยโรคไข้เลือดออกในเขตเทศบาลเมืองทุ่งสงจำนวน 103 ราย (อัตราป่วยเท่ากับ 359.37 ต่อแสนประชากร) ในปี 2554 พบผู้ป่วยโรคไข้เลือดออกในเขตเทศบาลเมืองทุ่งสงจำนวน 29 ราย (คิดเป็นอัตราป่วยเท่ากับ 101 ต่อแสนประชากร ข้อมูล ณ วันที่ 10 ธันวาคม 2554) ซึ่งพบมากในเด็กวัยเรียน มาตรการก่อนหน้านี้ อาสาสมัครสาธารณสุขจะเยี่ยมบ้านเพื่อสำรวจและแนะนำให้ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย และสร้างแกนนำนักเรียนในการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก เน้นการประชาสัมพันธ์ทุกรูปแบบ ซึ่งได้รับความร่วมมือของประชาชนเป็นอย่างดี

ดังนั้น ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลทุ่งสง จึงเปลี่ยนกลยุทธ์ใหม่ด้วยการสร้างแกนนำนักเรียนในการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออกและสร้างโรงเรียนต้นแบบในการป้องกันและควบคุมโรค และพัฒนาศักยภาพอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน ซึ่งคาดว่าจะทำให้เกิดความร่วมมือและประชาชนมีความตระหนักในการป้องกันโรคไข้เลือดออกเพิ่มขึ้น และอัตราป่วยด้วยโรคไข้เลือดออกลดลง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ความรู้และวิธีการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออกแก่นักเรียน
2. เพื่อสร้างแกนนำนักเรียนในการสำรวจและทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย
3. แกนนำนักเรียนสามารถขยายเครือข่ายกลุ่มนักเรียนในการสำรวจและทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลายทั้งในโรงเรียนและในชุมชนของตนเองได้
4. สร้างโรงเรียนต้นแบบในการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก
5. พัฒนาศักยภาพอาสาสมัครสาธารณสุขในการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก
6. จัดตั้งศูนย์ปฏิบัติการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก
7. อัตราป่วยด้วยโรคไข้เลือดออกลดลง
8. สร้างความตระหนักให้กับประชาชนในการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก

งบประมาณที่ใช้ดำเนินการ

399,442 บาท

วิธีดำเนินการ

1. ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลทุ่งสงเขียนโครงการ
2. นำเสนอโครงการแก่คณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองทุ่งสง
3. โครงการผ่านการอนุมัติ เริ่มดำเนินการประชุมชี้แจงเพื่อเตรียมความพร้อมแก่ทีมผู้จัดโครงการ
4. จัดอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติเกี่ยวกับโรคไข้เลือดออก แก่แกนนำนักเรียนและครูอนามัยโรงเรียน จำนวน 150 คน ในวันที่ 21 สิงหาคม 2555 เวลา 08.00-12.00 น. ณ ห้องประชุมเทศบาลเมืองทุ่งสง
5. จัดตั้งศูนย์ปฏิบัติการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก โดยจัดประชุมประธานชุมชน ประธาน อสม. และครูอนามัยโรงเรียน วันที่ 21 สิงหาคม 2555 เวลา 13.00-16.00 น. ณ ห้องประชุมเทศบาลเมืองทุ่งสง
6. อาสาสมัครสาธารณสุขออกสำรวจและทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลายพร้อมทั้งเชิญชวนเจ้าของบ้านในการทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย ออกปฏิบัติการทุกวันศุกร์และลงบันทึกในแบบฟอร์มสำรวจลูกน้ำยุงลายส่ง เดือนละ 1 ครั้ง
7. แกนนำนักเรียนและอาสาสมัครสาธารณสุขรณรงค์ประชาสัมพันธ์ในการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออกทุกรูปแบบ เช่น จัดบอร์ด ให้ความรู้หน้าเสาธง/ เสียงตามสายในชุมชน และร่วมกันเดินรณรงค์เพื่อสร้างความตระหนักให้เกิดขึ้นในชุมชน
8. สรุปและประเมินผลโครงการเสนอของวิชาการและแผนงาน
9. นำเสนอผู้บริหารทราบ
10. แจ้งเวียนกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อมทราบและนำไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนางาน
11. รายงานคณะกรรมการติดตามและประเมินผลแผนพัฒนาเทศบาล

กิจกรรมที่จัด

1. จัดอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติเกี่ยวกับโรคไข้เลือดออก แก่แกนนำนักเรียนและครูอนามัยโรงเรียน จำนวน 150 คน
2. ฟื้นฟูศักยภาพอาสาสมัครสาธารณสุขเกี่ยวกับโรคไข้เลือดออก จำนวน 200 คน
3. แกนนำนักเรียนออกสำรวจลูกน้ำยุงลายและทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลายที่โรงเรียน บ้านตนเองและบ้านใกล้เคียงอีก 5 หลัง / แกนนำนักเรียน 1 คน ออกปฏิบัติการทุกวันศุกร์และลงบันทึกในสมุดบันทึกส่งครูอนามัยโรงเรียน และเจ้าหน้าที่จะรวบรวมผลเดือนละ 1 ครั้ง
4. แกนนำนักเรียนสามารถแนะนำเพื่อนเพื่อสำรวจและทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย จำนวน 5 คน / แกนนำนักเรียน 1 คน

5. อาสาสมัครสาธารณสุขออกสำรวจและทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลายพร้อมทั้งเชิญชวนเจ้าของบ้านในการทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย ออกปฏิบัติการทุกวันศุกร์และลงบันทึกในแบบฟอร์มสำรวจ ลูกน้ำยุงลายส่งเดือนละ 1 ครั้ง

6. แกนนำนักเรียนและอาสาสมัครสาธารณสุขรณรงค์ประชาสัมพันธ์ในการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออกทุกรูปแบบ เช่น จัดบอร์ด ให้ความรู้หน้าเสาธง/เสียงตามสายในชุมชน และร่วมกันเดินรณรงค์เพื่อสร้าง ความตระหนักให้เกิดขึ้นในชุมชน

7. จัดตั้งศูนย์ปฏิบัติการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออกเทศบาลเมืองทุ่งสง

ผลการดำเนินงาน

1. จัดกิจกรรมฟื้นฟูศักยภาพเกี่ยวกับโรคไข้เลือดออกแก่อาสาสมัครสาธารณสุข จำนวน 191 คน โดยการไปศึกษาดูงาน ณ โรงเรียน อสม.ตำบลสี่แยกบ้านสวนป่า อำเภอบางขัน จัดเป็น 3 รุ่น รุ่นละ 70 คน เมื่อวันที่ 10 , 11 , และ 14 พฤษภาคม 2555

2. จัดอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติเกี่ยวกับโรคไข้เลือดออก แก่แกนนำนักเรียนและครูอนามัยโรงเรียน จำนวน 150 คน ในวันที่ 21 สิงหาคม 2555 ณ ห้องประชุมเทศบาลเมืองทุ่งสง

3. จัดอบรมเชิงปฏิบัติการแก่นักเรียน ป.4 เพื่อเป็นโรงเรียนต้นแบบในการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก จำนวน 2 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนเทศบาลวัดชัยชุมพล และ โรงเรียนรัตนศึกษา (ชายเขา) ในวันที่ 7 และ 11 กันยายน 2555

4. จัดตั้งศูนย์ปฏิบัติการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออกโดยจัดประชุมประธานชุมชนครูอนามัยโรงเรียนและอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน จำนวน 60 คน ในวันที่ 21 สิงหาคม 2555 ณ ห้องประชุมเทศบาลเมืองทุ่งสง

5. จัดกิจกรรมรณรงค์ป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออกเข้มข้น ระหว่างวันที่ 20 สิงหาคม-10 กันยายน 2555

ข้อเสนอแนะ

- ควรสนับสนุนบให้เพียงพอกับการรณรงค์ป้องกันไข้เลือดออกเนื่องจากไม่ทราบแน่นอนว่าโรคจะระบาดรุนแรงตอนไหน

- การกำหนดตัวชี้วัดจะต้องอยู่บนพื้นฐานของข้อมูล โครงการนี้จึงยังไม่ประสบผลสำเร็จ

ผลการประเมิน

จากการประมวลผลแบบสอบถามความคิดเห็นและความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ
ฝึกพลังไทยต้านภัยไข้เลือดออก ปี 2555 สรุปผลได้ ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (เพศ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
เพศ		
ชาย	48	40
หญิง	72	60
รวม	120	100

อภิปรายผล

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 60 และเพศชาย
จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 40

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (อายุ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
อายุ		
ไม่เกิน 30 ปี	112	94
31-40 ปี	4	3
41-50 ปี	4	3
51-60 ปี	-	-
61 ปีขึ้นไป	-	-
รวม	120	100

อภิปรายผล

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ เป็นอายุไม่เกิน 30 ปี จำนวน 112 คน คิดเป็นร้อยละ 94 อายุ
31-40 ปี และ 41-50 ปี จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 3

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (ระดับการศึกษา)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่ามัธยมศึกษา	64	54
มัธยมศึกษา	40	33
ปวช./ปวส./อนุปริญญา	-	-
ปริญญาตรี	16	13
สูงกว่าปริญญาตรี	-	-
อื่น ๆ	-	-
รวม	120	100

อภิปรายผล

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับการศึกษา ต่ำกว่ามัธยมศึกษา จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 54 ระดับมัธยมศึกษา จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 33 และระดับปริญญาตรี จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 13

ตารางที่ 4 แสดงจำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (อาชีพ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
อาชีพ		
ผู้บริหารท้องถิ่น	-	-
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	-	-
พนักงานบริษัท	-	-
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	12	10
นักเรียน/นักศึกษา	104	87
อื่น ๆ	4	3
รวม	120	100

อภิปรายผล

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีอาชีพ นักเรียน/นักศึกษา จำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 87 ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 10 และอื่นๆ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 3

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 5 แสดงจำนวนและร้อยละความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม (เคยเข้าร่วมกิจกรรม/โครงการต่าง ๆ ที่เทศบาลจัดขึ้น)

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
เคยเข้าร่วมกิจกรรม/โครงการต่าง ๆ ที่เทศบาลจัดขึ้นหรือไม่		
เคยเข้าร่วม	80	67
ไม่เคยเข้าร่วม	40	33
รวม	120	100

อภิปรายผล

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ เคยเข้าร่วมโครงการ/กิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางเทศบาลจัดขึ้น จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 67 และไม่เคยเข้าร่วม จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 33

ตารางที่ 6 แสดงจำนวนและร้อยละความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม (การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ทราบข่าวจากสื่อประชาสัมพันธ์ใด)

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ทราบข่าวจากสื่อประชาสัมพันธ์ใด		
วิทยุ	20	17
รถประชาสัมพันธ์	60	50
หอกระจายข่าว	4	3
ผู้นำชุมชน	28	23
เพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง	-	-
อื่น ๆ	8	7
รวม	120	100

อภิปรายผล

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ ทราบข่าวประชาสัมพันธ์จากรถประชาสัมพันธ์ จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 50 ผู้นำชุมชน จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 23 วิทยุ จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 17 อื่น ๆ จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 7 และหอกระจายข่าว จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 3

ตารางที่ 7 แสดงจำนวนและร้อยละความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม (โครงการนี้ตรงกับความต้องการหรือไม่)

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
โครงการนี้ตรงกับความต้องการหรือไม่		
ตรงตามความต้องการ	120	100
ไม่ตรงตามความต้องการ	-	-
รวม	120	100

อภิปรายผล

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ ระบุว่าโครงการนี้ตรงกับความต้องการ จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 100

ตอนที่ 3 ความพึงพอใจต่อโครงการฝึกพลังไทยด้านภัยใช้เล็ดออก ปี 2555

ตารางที่ 9 แสดงจำนวน ร้อยละ และค่าเฉลี่ย ความพึงพอใจต่อโครงการฝึกพลังไทยด้านภัยใช้เล็ดออก ปี 2555

ประเด็นคำถาม	$\bar{X}$	ระดับความคิดเห็น
1. ผู้เข้าร่วมโครงการฯ ความรู้และวิธีการป้องกันและควบคุมโรคใช้เล็ดออก	4.45	มาก
2. หลังจากได้รับความรู้และวิธีการป้องกันและควบคุมโรคใช้เล็ดออกแล้ว ผู้เข้าร่วมโครงการได้นำความรู้ที่ได้ขยายเครือข่ายในการทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย	4.69	มากที่สุด
3. ความพึงพอใจต่อการให้ความรู้และวิธีป้องกันและควบคุมใช้เล็ดออกของโครงการฝึกพลังไทยด้านภัยใช้เล็ดออก	4.50	มาก
4. ความพึงพอใจต่อการบริการของเจ้าหน้าที่เทศบาลเมืองทุ่งสงและอาสาสมัครสาธารณสุข	3.77	มาก
5. ต้องการให้เทศบาลสนับสนุนงบประมาณในการจัดโครงการฝึกพลังไทยด้านภัยใช้เล็ดออก เทศบาลเมืองทุ่งสงต่อไปหรือไม่	4.80	มากที่สุด

ประเด็นคำถาม	$\bar{X}$	ระดับความคิดเห็น
6. ความพึงพอใจต่อโครงการฝึกพลังไทยด้านภัยใช้เลือดออก (โดยการสนับสนุนงบประมาณ จากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองทุ่งสง) ในภาพรวม	4.56	มากที่สุด
รวม	4.62	มากที่สุด

อภิปรายผล

ผู้ตอบแบบสอบถามแสดงความคิดเห็นและความพึงพอใจเกี่ยวกับต่อโครงการฝึกพลังไทยด้านภัยใช้เลือดออก ปี 2555 ในภาพรวม ค่าเฉลี่ย 4.62 อยู่ในระดับความพึงพอใจ มากที่สุด

อันดับสูงสุด 3 อันดับ ได้แก่

- อันดับที่ 1 ต้องการให้เทศบาลสนับสนุนงบประมาณในการจัดโครงการฝึกพลังไทยด้านภัยใช้เลือดออก เทศบาลเมืองทุ่งสงต่อไป ค่าเฉลี่ย 4.80 อยู่ในระดับ มากที่สุด
- อันดับที่ 2 หลังจากได้รับความรู้และวิธีการป้องกันและควบคุมโรคใช้เลือดออกแล้ว ผู้เข้าร่วมโครงการได้นำความรู้ที่ได้ขยายเครือข่ายในการทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย ค่าเฉลี่ย 4.69 อยู่ในระดับ มากที่สุด
- อันดับที่ 3 ความพึงพอใจต่อโครงการฝึกพลังไทยด้านภัยใช้เลือดออก (โดยการสนับสนุนงบประมาณ จากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองทุ่งสง) ในภาพรวม ค่าเฉลี่ย 4.56 อยู่ในระดับ มากที่สุด

อันดับน้อยสุด 3 อันดับ ได้แก่ เรียงจากลำดับน้อยไปหามาก

- อันดับที่ 1 ความพึงพอใจต่อการบริการของเจ้าหน้าที่เทศบาล เมืองทุ่งสงและอาสาสมัครสาธารณสุข ค่าเฉลี่ย 3.77 อยู่ในระดับ มาก
- อันดับที่ 2 ผู้เข้าร่วมโครงการฯ ความรู้และวิธีการป้องกันและควบคุมโรคใช้เลือดออก ค่าเฉลี่ย 4.45 อยู่ในระดับ มาก
- อันดับที่ 3 ความพึงพอใจต่อการให้ความรู้และวิธีป้องกันและควบคุมใช้เลือดออกของโครงการฝึกพลังไทยด้านภัยใช้เลือดออก ค่าเฉลี่ย 4.50 อยู่ในระดับ มาก

ประมวลภาพกิจกรรม



5.4 โครงการสุขภาพดี ชีวิตมีสุข

หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันวิวัฒนาการทางการแพทย์มีความก้าวหน้าอย่างมาก แม้มนุษย์เราจะพยายามหาทางป้องกันบำบัดแก้ไขให้ก้าวโรคร้ายเพียงใด แต่โรคร้ายไข้เจ็บก็ยังมีโอกาสเกิดขึ้น และเบียดเบียนมวลมนุษยชาติได้เสมอที่มนุษย์เรายังมีชีวิตอยู่ในโลกใบนี้ชีวิตของมวลมนุษยชาติและสรรพสัตว์เป็นอยู่ได้ด้วยอาหาร โดยส่วนใหญ่มักถูกละเลย และไม่ตระหนักในการตรวจสุขภาพประจำปีเมื่อเกิดเวลารู้สึกไม่สบายก็จะไปหาซื้อยามากินเองหรือใช้ยาจากผู้หวังดีนำมาให้รับประทานเอง ซึ่งเป็นเรื่องที่เสี่ยงต่ออันตรายอย่างยิ่ง

ด้วยเหตุนี้ ทางศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลทุ่งสงจึงได้รับมอบความรู้และความเข้าใจในการป้องกันบำบัดโรคภัยที่พบบ่อยชนิดต่างๆ ในเบื้องต้นพร้อมกับการดูแลเอาใจใส่ดูแลสุขภาพโดยเน้น 3 ข้อ คือ อาหาร ออกกำลังกาย และอารมณ์ ทั้งนี้เพราะการป้องกันรักษาสุขภาพให้ถูกต้อง ก่อนจะเกิดโรค และการปรึกษาแพทย์เพื่อบำบัดโรคเบื้องต้นก่อนที่โรคจะมีการหนักมากขึ้น จึงเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่ง ซึ่งถ้าปฏิบัติได้เช่นนี้โรคในระดับเบื้องต้นก็จะหายและจะผ่อนหนักเป็นเบาได้

ซึ่งเนื้อหาสาระในหนังสือเล่มนี้นอกจากจะให้คำแนะนำ ในด้านการดูแลสุขภาพเบื้องต้นแล้วยังชี้แนะให้รู้จักกับโรคที่พบบ่อย ทั้งนี้เพื่อสะท้อนให้ทุกฝ่ายได้เห็นความสำคัญและหาทางร่วมมือกันแก้ไขปัญหา และส่งเสริมสุขภาพของประชาชนให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น เพื่อปลอดโรคภัยไข้เจ็บและมีสุขภาพอนามัยดีแล้ว ก็จะช่วยประโยชน์และความสันติสุขให้เกิดแก่ประเทศชาติบ้านเมืองได้อย่างยั่งยืนสืบไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคที่พบบ่อย
2. เพื่อให้ประชาชนได้เล็งเห็นความสำคัญในปัญหาทางด้านสุขภาพอนามัยที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง
3. เพื่อเป็นแนวทางในการดูแลป้องกันและรักษาตามปฏิกิริยา

งบประมาณที่ใช้ดำเนินการ

495,000 บาท

วิธีดำเนินการ

1. คัดเลือกชุมชนนำร่องจำนวน 3 ชุมชน ดังนี้
 - ชุมชนบ้านนาเหนือ
 - ชุมชนเสริมชาติ
 - ชุมชนตลาดใน

2. จัดทำกล่องหมอบ้าน จำนวน 3,000 ชุด ประกอบด้วย

- คู่มือการดูแลสุขภาพ 3,000 เล่ม
- อุปกรณ์ใส่ยาจำนวน 3,000 ใบ

3. ติดตามและประเมินผลโดย อสม.

ผลการดำเนินงาน

● คัดเลือกชุมชนนำร่อง 3 ชุมชน คือ ชุมชนบ้านนาเหนือ ชุมชนเสริมชาติ ชุมชนตลาดใน แล้วจัดทำกล่องหมอบ้าน จำนวน 3,000 ชุดประกอบด้วย คู่มือการดูแลสุขภาพ อุปกรณ์ใส่ยา อุปกรณ์และยาในการปฐมพยาบาลเบื้องต้น ติดตามและประเมินผล โดย อสม. ดำเนินการระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ถึงสิงหาคม 2555 ผลการดำเนินงาน

1. ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคที่พบบ่อย
2. ประชาชนเล็งเห็นความสำคัญในปัญหาทางด้านสุขภาพอนามัยที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง
3. เป็นแนวทางในการดูแลป้องกันและรักษาตามปฐมภูมิ

ข้อเสนอแนะ

● ควรให้มีการประเมินความรู้ความเข้าใจของประชาชนเกี่ยวกับโรคที่พบบ่อย หลังจากที่ได้ดำเนินการไปแล้วและผู้รับผิดชอบโครงการจะต้องติดตามและประเมินผลโครงการว่าประชาชนในชุมชนนำร่องที่ได้รับกล่องหมอบ้านไปแล้วสามารถนำไปปฏิบัติได้ถูกวิธี

5.5 โครงการ วรรณคดีการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูก

หลักการและเหตุผล

มะเร็งเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศต่างๆ ทั่วโลก องค์การอนามัยโลกได้ประมาณอัตราการเพิ่มขึ้นของโรคมะเร็งในอนาคตอีก 20 ปี ข้างหน้า จะเพิ่มเป็น 2 เท่าของปัจจุบัน รายงานสถิติสาธารณสุขของศูนย์ข้อมูลข่าวสารสาธารณสุข อัตราตายมะเร็งทุกชนิดสูงขึ้นตลอด โดยมะเร็งปากมดลูกเป็นมะเร็งที่มีอันตรายสูงสุดอันดับ 1 และมะเร็งเต้านมมีอัตราตายสูงเป็นอันดับ 2 อัตราการเกิดมะเร็งเต้านมในแต่ละช่วงของชีวิต สำหรับกลุ่มผู้หญิงอายุ 30 ปีขึ้นไป อยู่ที่ 1 ใน 10 หมายความว่าเมื่อผู้หญิงมีอายุย่างเข้าสู่วัยกลางคน ความเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งเต้านมคือ 1 ใน 10 ราย โดยไม่มีปัจจัยเสี่ยงที่ระบุได้ชัดเจนว่า ใครจะเป็นหนึ่งในผู้โชคร้ายนั้น ปัจจุบันมีผู้ป่วยมะเร็งเต้านมในประเทศไทยกว่า 10,000 รายและคาดการณ์ว่าจะเพิ่มจำนวนขึ้นเรื่อยๆ

วิธีการป้องกันที่สำคัญที่สุดของมะเร็งทั้งสองชนิดนี้ คือ ป้องกันโรคตั้งแต่ยังไม่มีอาการ เพื่อรับการรักษาก่อนลุกลาม โดยให้ประชาชนสามารถดูแลตนเองได้ ถ้าได้รับการถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง การฝึกทักษะในการสังเกต และการตรวจคัดกรองค้นหาด้วยตนเองเพื่อค้นหาความผิดปกติ และรับการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกหากพบความผิดปกติจะได้รับการดูแลรักษาได้ตั้งแต่ระยะเริ่มแรก ซึ่งมีโอกาสหายขาดได้ เมื่อพิจารณาถึงการดำเนินงานคัดกรองโรคมะเร็งเต้านมและมะเร็งปากมดลูกในปี 2554 พบว่ามีสตรีได้รับการตรวจเต้านมร้อยละ 81.96 (เป้าหมายร้อยละ 80) แต่จำนวนผู้ได้รับการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกในสตรีอายุ 35 ปี ขึ้นไปมีเพียงร้อยละ 1.67 เท่านั้น (เป้าหมายร้อยละ 30)

จากสาเหตุข้างต้น ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลเมืองทุ่งสง จึงได้จัดทำโครงการวรรณคดีตรวจเต้านมด้วยตนเองและตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกขึ้น เพื่อคัดกรองค้นหาสตรีที่ป่วยด้วยโรคมะเร็งเต้านมและมะเร็งปากมดลูก เป็นการลดปัญหาสาธารณสุขจากโรคดังกล่าวต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อค้นหาผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านมและมะเร็งปากมดลูกในระยะเริ่มแรก
2. เพื่อให้สตรีอายุ 30 ปีขึ้นไปมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องและสามารถตรวจเต้านมด้วยตนเองได้ถูกต้องอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง
3. เพื่อให้สตรีที่ตรวจหาความผิดปกติของเซลล์มะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านมได้รับการตรวจวินิจฉัย ยืนยันการเกิดโรคเพื่อรับการขึ้นทะเบียนผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
4. เพื่อให้สตรีที่เป็นมะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านมในระยะแรกเริ่มมีโอกาสรักษาหายขาด เป็นการลดการสูญเสียงบประมาณค่าใช้จ่ายและเวลาในการรักษา

งบประมาณที่ใช้ดำเนินการ

93,950 บาท

วิธีดำเนินการ

แบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบของแต่ละหน้าที่ของเป็นชุดเพื่อความเรียบร้อยของการดำเนินงาน โดยแบ่งออกเป็น 4 ชุด ดังนี้

1. ชุดดำเนินโครงการ
2. ชุดจัดซื้อ จัดจ้าง
3. ชุดเบิกจ่าย
4. ชุดตรวจรับ

กิจกรรมที่จัด

1. กำหนดให้มีคลินิกตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมและมะเร็งปากมดลูกเพิ่มเป็นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง (วันอังคารและพฤหัสบดี ช่วง 13.00-16.00)
2. อาสาสมัครสาธารณสุขให้ความรู้เชิงรุกเพื่อถ่ายทอดความรู้และทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองและประเมินผลตามแบบฟอร์มการตรวจเต้านมด้วยตนเองและทำการนัดหมายให้สตรีกลุ่มเป้าหมายมารับการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกตามวันและเวลาที่กำหนด
3. จัดสัปดาห์รณรงค์ตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านมโดยตรวจวิธีทราบผลในหนึ่งนาที่ โดยเจ้าหน้าที่ชำนาญการและคณะ จากโรงพยาบาลทุ่งสง จำนวน 10 วัน
4. นัดหมายสตรีที่พบความผิดปกติมาพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม
5. ดำเนินการขึ้นทะเบียนผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านมและมะเร็งปากมดลูกจากผลการยืนยันโดยแพทย์
6. ติดตามดูแลรักษาผู้ป่วยมะเร็งเต้านมและมะเร็งปากมดลูกโดยเจ้าหน้าที่

ผลการดำเนินงาน

- กำหนดให้มีคลินิกตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมและมะเร็งปากมดลูก สัปดาห์ละ 2 ครั้ง (วันอังคารและวันพฤหัสบดีช่วง 13.00-16.00 น.)
- อาสาสมัครสาธารณสุขให้ความรู้เชิงรุกเพื่อถ่ายทอดความรู้และทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองและประเมินผลตามแบบฟอร์มการตรวจเต้านมด้วยตนเองและทำการนัดหมายให้สตรีกลุ่มเป้าหมายมารับการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกตามวันและเวลาที่กำหนด
- จัดสัปดาห์รณรงค์ตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านมโดยตรวจวิธีทราบผลในหนึ่งนาที่โดยเจ้าหน้าที่ชำนาญการและคณะจากโรงพยาบาลทุ่งสง จำนวน 10 วัน

- นั้ดหมายสตรีที่พบความผิดปกติมาพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม
- อาสาสมัครสาธารณสุขให้ความรู้เชิงรุกเพื่อก่ายทอดความรู้และทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองและประเมินผลตามแบบฟอร์มการตรวจเต้านมด้วยตนเองแก่กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 2,586 ราย คิดเป็น 36.09%และนัดหมายให้สตรีกลุ่มเป้าหมายมารับการตรวจคัดกรองในวันรณรงค์ตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกวันที่ 24 เมษายน-23 พฤษภาคม 2555
- ดำเนินการขึ้นทะเบียนผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านมและมะเร็งปากมดลูกจากผลการยืนยันโดยแพทย์
- ติดตามดูแลรักษาผู้ป่วยมะเร็งเต้านมและมะเร็งปากมดลูกโดยเจ้าหน้าที่

ข้อเสนอแนะ

- การทำในเชิงรุกควรค้นหาวิธีป้องกันและการบำบัด การป้องกันควรนำสตรีที่อยู่ในช่วงอายุ 30 ปี ขึ้นไป ภาวะเจริญพันธุ์หรือที่มีความเสี่ยงมาตรวจคัดกรองเมื่อพบจึงได้ดำเนินการส่งต่อ และควรให้ความรู้ประชาชนว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคมะเร็งปากมดลูก คือมาจากสาเหตุใดให้มีการป้องกันดีกว่าการตรวจคัดกรอง

ประมวลภาพกิจกรรม

ซักประวัติก่อนตรวจตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูก



ตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูก



อบรมอาสาสมัครสาธารณสุขให้ความรู้เชิงรุกเพื่อถ่ายทอดความรู้และทักษะการตรวจเต้านม
ด้วยตนเองก่อนลงพื้นที่ปฏิบัติงาน



5.6 โครงการแกนนำทันตสุขภาพและฝึกฝนการแปรงฟันในโรงเรียนเขตรับผิดชอบเทศบาลเมืองทุ่งสง

หลักการและเหตุผล

จากการทำงานทันตสาธารณสุข ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลเมืองทุ่งสง ได้เข้าตรวจสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนประถมศึกษาโรงเรียนเทศบาลเมืองทุ่งสง ในเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 1,3,6 พบฟันผุในฟันแท้กลุ่มอายุ 7-12 ปี ร้อยละ 77.85 ซึ่งยังคงเป็นอัตราที่ค่อนข้างสูง และการรักษาทางทันตกรรมค่อนข้างสูงด้วย เป้าหมายทันตสุขภาพระยะยาวของประเทศไทยปี 2563 ระบุว่า “คนไทยมีสุขภาพช่องปากดี บด เคี้ยวได้ อยู่ในสังคมอย่างปกติสุข ทุกช่วงวัยของชีวิต” การที่จะบรรลุเป้าหมายระยะยาวได้นั้นจะต้องเริ่มตั้งแต่วัยเด็กหรือเริ่มตั้งแต่ระยะฟันน้ำนมเริ่มขึ้น ฟันได้รับการดูแลอย่างดี เมื่อถึงวัยผู้ใหญ่จะมีฟันใช้งานได้ครบทั้งปาก ไม่มีโรคในช่องปาก ไม่มีความเจ็บปวดในช่องปากคงสภาวะเช่นนี้ได้ตลอดชีวิต ดังนั้น งานทันตสาธารณสุข ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลเมืองทุ่งสง จึงจัดทำโครงการอบรมแกนนำทันตสุขภาพและฝึกฝนทักษะการแปรงฟัน ในโรงเรียนเขตรับผิดชอบเทศบาลเมืองทุ่งสงขึ้น เพื่อให้เด็กนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4 มีความสนใจ ตั้งใจและเสียสละเวลาช่วยเหลือบริการเพื่อนๆ ให้มีสุขภาพที่ดีเข้ารับการอบรมเป็นผู้นำนักเรียน เพื่อให้การดำเนินการเป็นไปอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน จำเป็นที่จะต้องส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียน มีพฤติกรรมทันตสุขภาพที่ดี ตลอดจนโรงเรียนจัดให้มีกิจกรรมทันตสุขภาพในโรงเรียนอย่างต่อเนื่อง จนนักเรียนปฏิบัติเป็นปกตินิสัย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อจัดกระบวนการเรียนรู้และกิจกรรมเสริมด้านการดูแลทันตสุขภาพให้กับนักเรียน
2. เพื่อเสริมสร้างเจตคติและสุขนิสัยในการดูแลทันตสุขภาพ
3. เพื่อพัฒนาทักษะของครูและนักเรียนในการดูแลทันตสุขภาพ
4. เพื่อลดอัตราการเกิดโรคฟันผุ

งบประมาณที่ใช้ดำเนินการ

67,410 บาท

วิธีดำเนินการ

1. การตรวจคัดกรองและตรวจสุขภาพช่องปาก พร้อมลงบันทึกในฐานข้อมูลของเด็กในระดับเด็กก่อนประถมและเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6
2. การจัดกิจกรรมแปรงสีฟันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ในสถานศึกษาหลังอาหารกลางวันทุกวัน โดยครอบคลุมทั้งเด็กก่อนประถมและเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ซึ่งสถานศึกษาจะมีบทบาทหลักในการจัดสถานที่และน้ำที่ใช้ในการแปรงสีฟัน จัดหาและจัดเก็บอุปกรณ์แปรง

พื้น จัดกิจกรรมแปรงสีฟันอย่างเป็นระบบและจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพการแปรงสีฟัน เช่น การตรวจความสะอาดช่องปากอย่างสม่ำเสมอ การให้ทันตสุขศึกษารายกลุ่มเพื่อกระตุ้นความสนใจและสร้างเจตคติที่ดีให้แก่เด็ก ฯลฯ ภายใต้การสนับสนุนทางด้านวิชาการ บริหารจัดการ และทรัพยากรที่จำเป็นจากสถานบริการสุขภาพ

ผลการดำเนินงาน

- จัดกิจกรรมแปรงสีฟันด้วยยาสีฟันฟลูออไรด์ในสถานศึกษาหลังอาหารกลางวันทุกวัน โดยครอบคลุมทั้งเด็กก่อนวัยเรียนและเด็กประถมศึกษา 1-6 ซึ่งสถานศึกษาจะมีบทบาทหลักในการจัดสถานที่และน้ำที่ใช้ในการแปรงฟัน จัดหาและจัดเก็บอุปกรณ์แปรงฟัน ระหว่าง มีนาคม 2555-กันยายน 2555

ข้อเสนอแนะ

- แนะนำว่า ควรตรวจค้นหาและเมื่อพบแล้วเราก็ต้องเฝ้าระวังเป็นการลดภาวะฟันผุในเด็กต่อไป เช่น เมื่อพบว่าเด็กคนไหนเป็นโรคฟันผุเราต้องเฝ้าระวังในเด็กคนนั้นต่อไป แล้วขยายผลไปถึงโรงเรียนอื่นที่อยู่ในความดูแลของเราขยายผลไปสู่โรงเรียนเอกชนด้วย สรุปว่าเป็นโครงการที่ดีและน่าจะมีการเฝ้าระวังต่อไป

5.7 โครงการเติมพลังให้ปอดพิชิตโรคหอบหืด

หลักการและเหตุผล

โรคหอบหืดเป็นโรคที่มีการอักเสบเรื้อรังของหลอดลมมีผลทำให้ผนังหลอดลมมีผลทำให้ผนังหลอดลมมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสารก่อภูมิแพ้และสิ่งแวดล้อมมากกว่าคนปกติ พบได้ในคนทุกวัย ตั้งแต่เด็กจนถึงวัยผู้สูงอายุ และพบมากในคนที่มีประวัติภูมิแพ้ในครอบครัว ซึ่งมีการ แน่นหน้าอก ไอ มีเสมหะมาก หายใจมีเสียงหวีด หรือหอบเหนื่อย อาการเหล่านี้อาจหายไปเองหรือหายไปเมื่อได้รับยาขยายหลอดลม สาเหตุอาจเกิดจากสิ่งกระตุ้นให้เกิดอาการหอบหืด เช่น ฝุ่นละออง , เกสรดอกไม้ , ขนสัตว์ , อาหารทะเลบางชนิด , ควันพิษและมลพิษอื่นๆ เช่น ควันบุหรี่ สารเคมี หรือฝุ่นในโรงงานอุตสาหกรรม , ความเย็น ความชื้น หรือการติดเชื้อในทางเดินหายใจ เช่น ติดเชื้อไวรัส ความเครียด ซึ่งภาวะหอบหืด ทำให้มีการอักเสบเรื้อรังของหลอดลม ทำให้หลอดลมมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสารก่อภูมิแพ้ หรือสิ่งแวดล้อมมากกว่าปกติ เกิดมีการหดเกร็งตัวของหลอดลม เยื่อหลอดลมบวม และมีการขับเมือกออกมา ซึ่งถ้าเป็นรุนแรง อาจก่อให้เกิดการหายใจล้มเหลว และสมรรถภาพการทำงาน ของปอดลดลง ดังนั้น โรคหอบหืดเป็นโรคเรื้อรัง มีผลกระทบต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม การรู้จักดูแลตนเองที่ถูกต้อง ตั้งแต่เริ่มมีอาการ จะช่วยลดภาวะหืดหอบที่รุนแรง ช่วยให้ผู้ป่วยสามารถ ดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข

โรคหอบหืดไม่ใช่เป็นโรคที่น่ากลัวอย่างที่เคยเข้าใจกันมาแต่ก่อน เพราะปัจจุบันนี้มีการรักษา ได้ และเป็นที่ยอมรับทางการแพทย์ด้วยว่าผู้ที่ เป็นโรคหอบหืด สามารถออกกำลังกายได้ และการออกกำลังกายก็เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้ป่วยโรคหอบหืด เพราะการออกกำลังกายสามารถช่วยบรรเทา อาการหอบหืดทำให้อาการดีขึ้น ถึงแม้จะไม่หายขาดจากโรคเลยทีเดียวแต่จะทำให้ผู้ป่วย แข็งแรงขึ้น ผู้ป่วยสามารถใช้ชีวิตได้เหมือนคนปกติทั่วไป ผู้ป่วยด้วยโรคหอบหืดจำเป็นที่จะต้องออกกำลังกาย การออกกำลังกายที่เหมาะสมเป็นไปตามขั้นตอนตามลำดับภายใต้การดูแลอย่างใกล้ชิดพยาบาล ฝึกออกกำลังกาย จะทำให้ผู้ป่วยเริ่มเรียนรู้ว่าตนเองสามารถออกกำลังกายได้ จะรู้สึกแข็งแรงขึ้นสามารถ ควบคุมได้ เป็นที่มาของความเชื่อมั่นและความภาคภูมิใจ

คนส่วนใหญ่เข้าใจว่าผู้ที่ เป็นโรคหอบหืดไม่สามารถออกกำลังกายได้ เพราะผู้ที่ เป็นโรคหอบหืด เมื่อออกกำลังกายบางครั้งจะรู้สึกไม่สบาย เหนื่อยง่าย หายใจไม่สะดวก อึดอัด หรือเจ็บในทรวงอก จึงทำให้เกิดความกลัวต่อการออกกำลังกาย เพราะมีบุคคลอีกเป็นจำนวนมากที่ยังไม่รู้จักรวธีการบริหาร การหายใจ หรือการฝึกการหายใจที่ถูกต้อง ทำให้กล้ามเนื้อบางส่วนถูกใช้มากกว่าปกติ และบางส่วน แทบจะไม่ได้ใช้เลย ซึ่งถ้าบุคคลเหล่านี้ได้เรียนรู้วิธีการหายใจที่ถูกต้องก็จะช่วยให้หายใจได้อย่างมี ประสิทธิภาพยิ่งขึ้นในขณะปกติ และเมื่อมีพยาธิสภาพเกิดขึ้นก็จะช่วยให้หายจากโรคภัยไข้เจ็บและกลับ มีสุขภาพปอดที่แข็งแรงขึ้นในเร็ววัน

ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลทุ่งสงจึงได้เห็นถึงความสำคัญในการออกเยี่ยมบ้านผู้ป่วยโรคหืดหอบและส่งเสริมให้รู้จักการออกกำลังกายที่ถูกต้องเพื่อสุขภาพปอด จึงได้จัดทำโครงการดังกล่าวขึ้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับโรคที่เป็นอยู่
2. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคหืดหอบ ได้รู้จักวิธีการหายใจที่ถูกต้อง
3. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคหืดหอบ รู้จักวิธีการออกกำลังกายบริหารปอดได้อย่างถูกต้อง
4. เพื่อสร้างความมั่นใจและมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับโรคหืดหอบได้
5. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคหืดหอบมีภาวะความรุนแรงของการเกิดโรคลดลง

งบประมาณที่ใช้ดำเนินการ

13,150 บาท

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นตอนเตรียมการ

- รวบรวมข้อมูลผู้ป่วยโรคหืดหอบจำนวน 40 ราย
- ประสานงานกับ อสม.ในแต่ละชุมชน วางแผนและระดมความคิดในการเยี่ยมบ้านผู้ป่วยโรคหืดหอบ
- ประสานงานกับพนักงานขับรถในแต่ละครั้งในการเยี่ยม
- จัดเตรียมแผ่นพับ อุปกรณ์ในการตรวจสมรรถภาพปอด

2. ขั้นตอนดำเนินการ

- เยี่ยมบ้านผู้ป่วยโรคหืดหอบ แต่ละราย สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ช่วงเวลา 09.00-16.00 น. จำนวน 8 ราย
- ระยะติดตามแบ่งออกเป็น ครั้งที่ 2 ห่างจากครั้งแรก 2 เดือน

กิจกรรมที่จัด

1. กิจกรรมเยี่ยมบ้านการดำเนินการผู้ป่วยโรคหืดหอบ โดยมีเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลเมืองทุ่งสง ซึ่งประกอบด้วย
 - พยาบาลวิชาชีพ 2 คน
 - พนักงานขับรถ
 - อาสาสมัครสาธารณสุขประจำชุมชน ชุมชนละ 2 คน

2. กิจกรรมการตรวจสุขภาพ

- การชั่งน้ำหนัก วัด ส่วนสูง และวัดความดันโลหิต
- ประวัติการเจ็บปวดในอดีตโดยเฉพาะประวัติการเป็นโรคปวด หรือไอเรื้อรัง
- ประวัติการเจ็บป่วยในครอบครัวโดยเฉพาะโรคหืดหอบ
- ประวัติภูมิแพ้ของตัวเอง และครอบครัว
- ประวัติของสิ่งที่มากระตุ้นทำให้เกิดอาการหอบหืด เช่น สถานที่ อากาศ สิ่งของ สัตว์เลี้ยง
- การซักประวัติ รวมทั้งการพ่นยาที่ห้องฉุกเฉิน
- การซักประวัติการสูบบุหรี่

ผลการดำเนินงาน

- จัดอบรมให้ความรู้ด้านวิชาการและฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพและการออกกำลังกายอย่างถูกวิธีแก่สมาชิกชมรม จำนวน 100 คน ระหว่างเดือนมิถุนายน ถึง เดือนกันยายน ๒๕๕๕ ผลการดำเนินงานสมาชิกร้อยละ ๘๐ ที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ ความสามารถนำไปปรับใช้ และพัฒนาตนเองเกี่ยวกับการออกกำลังกาย และทำให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และสุขภาพจิตดีขึ้น

ประมวลภาพกิจกรรม

