

โครงการฟื้นฟูสุขภาพเข้าในผู้สูงอายุด้วยภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย ตำบลเขาบายศรี ปี ๒๕๖๙

๑. ชื่อโครงการ โครงการฟื้นฟูสุขภาพเข้าในผู้สูงอายุด้วยภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย ตำบลเขาบายศรี
ปี ๒๕๖๙

๒. หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ ข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ (๒๕๖๖) ระบุว่า ประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปมีสัดส่วนมากกว่า ๒๐% ของประชากรทั้งหมด และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นต่อเนื่อง โรคที่พบมากในผู้สูงอายุ ได้แก่ โรคข้อเข่าเสื่อม (Osteoarthritis: OA) ซึ่งเป็นโรคเรื้อรังที่ทำให้เกิดอาการปวดเข่า ข้อฝืด ข้อบวม และเคลื่อนไหวลำบาก ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ความสามารถในการดูแลตนเอง และภาระค่าใช้จ่ายด้านการรักษา จากรายงานของกรมการแพทย์ (๒๕๖๕) พบว่า ผู้สูงอายุไทยกว่าร้อยละ ๓๐ มีอาการปวดข้อเข่า และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นตามอายุที่มากขึ้น การดูแลสุขภาพด้วยภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย เช่น การนวดไทย การประคบสมุนไพร การพอกยาสมุนไพรเฉพาะส่วน และการใช้ยาสมุนไพรที่มีสรรพคุณบรรเทาอาการปวดข้อ สามารถช่วยลดอาการปวด ลดการอักเสบ ฟื้นฟูสมรรถภาพข้อเข่าได้ อีกทั้งยังปลอดภัย ประหยัด และเหมาะสมกับวิถีชีวิตผู้สูงอายุ

ดังนั้น โรงพยาบาลเขาสุกิม ได้เห็นความสำคัญจัดทำโครงการฟื้นฟูสุขภาพเข้าในผู้สูงอายุด้วยภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย เพื่อส่งเสริมสุขภาพ ฟื้นฟูสมรรถภาพ ลดภาระการเจ็บป่วย และยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชน

๓. วัตถุประสงค์ของโครงการ

- ๓.๑) เพื่อส่งเสริมและฟื้นฟูสุขภาพเข้าในผู้สูงอายุด้วยภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย
- ๓.๒) เพื่อลดอาการปวดเข่าและเพิ่มสมรรถภาพการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ
- ๓.๓) เพื่อสร้างความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง

๔. กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุและผู้ที่มีสนใจ จำนวน ๓๐ คน

๕. ขั้นตอนและวิธีดำเนินงาน

- ๕.๑) สำรวจสภาพปัญหาและความต้องการในชุมชน
- ๕.๒) ประชาสัมพันธ์โครงการและรับสมัครผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเข่า/ข้อเข่าเสื่อม
- ๕.๓) คัดกรองสุขภาพผู้เข้าร่วมโครงการโดยทีมแพทย์แผนไทยและสาธารณสุข
- ๕.๔) จัดกิจกรรมให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพเข้า และฝึกปฏิบัติการฟื้นฟูข้อเข่าด้วยตัวเอง
- ๕.๕) ติดตามประเมินผล และสรุปผลโครงการ
- ๕.๖) สรุปและรายงานผลต่อคณะกรรมการ/ผู้บริหารเทศบาล

๖. ระยะเวลาดำเนินงาน

วันที่ ๒๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙

๗. สถานที่ดำเนินงาน

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลเขาบายศรี อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี

๘. งบประมาณ

จากเงินกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเขาบายศรี ตามแผนงาน Service Excellence ในแผนปฏิบัติการพัฒนาสุขภาพโรงพยาบาลเขาสุกิม ปี ๒๕๖๙ โครงการ A๑๐ B๓๙ วงเงิน ๑๑,๗๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นหนึ่งพันเจ็ดร้อยบาทถ้วน) รายละเอียด ดังนี้

อำนวยการ
อำนวยการ

- ค่าอาหารกลางวัน เป็นเงิน ๒,๑๐๐ บาท
จำนวน ๓๐ คนๆละ ๑ มื้อๆละ ๗๐ บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท
จำนวน ๓๐ คนๆละ ๒ มื้อๆละ ๓๐ บาท
- ค่าชุดทำยาสมุนไพรพอกเข้า จำนวน ๓๐ ชุด เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
(ชุดละ ๑๐๐ บาท จำนวน ๓๐ ชุด)
- ค่าชุดทำลูกประคบ จำนวน ๓๐ ชุด เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท
(ชุดละ ๖๐ บาท จำนวน ๓๐ ชุด)
- ค่าจ้างเหมาจัดทำคู่มือดูแลสุขภาพเข้า จำนวน ๓๐ เล่ม เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
(เล่มละ ๑๐๐ บาท จำนวน ๓๐ เล่ม)

๙. ผู้รับผิดชอบโครงการ

กลุ่มงานแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลเขาสุกิ

(นางอรอุมา / โภชียพัฒน์)

เจ้าพนักงานการเงินและบัญชีชำนาญงาน

๑๐. ผลประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑๐.๑) ผู้สูงอายุมีสุขภาพข้อเข่าที่ดีขึ้น ลดอาการปวดและเพิ่มการเคลื่อนไหว
- ๑๐.๒) ผู้สูงอายุสามารถนำความรู้ด้านภูมิปัญญาแพทย์แผนไทยไปใช้ดูแลตนเองต่อเนื่อง

๑๑. การประเมินผล

๑๑.๑) ผลผลิต/ผลลัพธ์

- ๑๑.๑.๑) ผู้สูงอายุได้รับบริการฟื้นฟูสุขภาพเข้า มีอาการปวดเข่าลดลง
- ๑๑.๑.๒) ผู้สูงอายุมีความสามารถในการเคลื่อนไหว (ADL) ดีขึ้น

๑๑.๒) ตัวชี้วัดโครงการ

๑๑.๒.๑) ร้อยละ ๗๐ ของผู้เข้าร่วมโครงการ มีค่า VAS (Visual Analog Scale: ระดับความปวด) ลดลงอย่างน้อย ๒ ระดับเมื่อสิ้นสุดโครงการ

๑๑.๒.๒) ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้าร่วมโครงการ มีความพึงพอใจต่อการดำเนินโครงการอยู่ในระดับ "มาก" ขึ้นไป

(ลงชื่อ).....*นางสาวอรอุมา วิชาญธรรณ*.....ผู้เขียน/ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวอรอุมา วิชาญธรรณ)

แพทย์แผนไทย

(ลงชื่อ).....*นายพิริยะ ภิบาลกุล*.....ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายพิริยะ ภิบาลกุล)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเขาสุกิ

(ลงชื่อ).....*นายวรา ศาสตร์กุล*.....ผู้อนุมัติโครงการ

(นายวรา ศาสตร์กุล)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดจันทบุรี

นางชลิษา เพี้ยเพ็งตัน

อรอุมา วิชาญธรรณ

18

ได้ตรวจสอบโครงการ.....*นางชลิษา เพี้ยเพ็งตัน*.....

กลุ่มงานที่ตรวจสอบ.....*นางชลิษา เพี้ยเพ็งตัน*.....วันที่ *19/10/69*

ได้ตรวจสอบการเงิน.....*นางชลิษา เพี้ยเพ็งตัน*.....วันที่ *19/10/69*

6

(นางชลิษา เพี้ยเพ็งตัน)

นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

กำหนดการ

โครงการฟื้นฟูสุขภาพเข้าในผู้สูงอายุด้วยภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย ตำบลเขาบายศรี ปี ๒๕๖๙

วันที่ ๒๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลเขาบายศรี อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี

เวลา	กิจกรรม
๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น.	พิธีเปิดการประชุม วิทยากร ตัวแทนจากเทศบาลเขาบายศรี
๐๙.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.	บรรยาย “อาการเข้าเสื่อม และการดูแลอาการปวดเข้าด้วยตัวเอง” วิทยากร นางสาวนวรรณ วิชญ์จรกุล แพทย์แผนไทย โรงพยาบาลเขาสุกิ
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ “การดูแลอาการปวดเข้าด้วยภูมิปัญญาไทย” วิทยากร นางสาวนวรรณ วิชญ์จรกุล แพทย์แผนไทย โรงพยาบาลเขาสุกิ
๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	อภิปราย ชักถาม ปิดประชุม วิทยากร นางสาวนวรรณ วิชญ์จรกุล แพทย์แผนไทย โรงพยาบาลเขาสุกิ

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มเวลา ๑๐.๐๐ - ๑๐.๑๕ น. และ ๑๔.๑๕ - ๑๔.๓๐ น.

สำเนา
อภินันท์ วิชญ์จรกุล