



โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการการดูแลและรักษา
ข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทย
ปีงบประมาณ ๒๕๖๓
งบประมาณจากเงินกองทุนหลักประกันสุขภาพ
เทศบาลตำบลบ้านดู่



โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดู่
ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

๑. โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการการดูแลและรักษาข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทย ปีงบประมาณ ๒๕๖๓

๒. หน่วยงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดู่

๓. ผู้รับผิดชอบโครงการ นางสาวนันทันท์ จริยะธรรม / ทีมสุขภาพรพ.สต.บ้านดู่

๔. หลักการและเหตุผล

ตามที่กระทรวงสาธารณสุขและสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ มีนโยบายในการพัฒนางานแพทย์แผนไทย และให้ดำเนินการเปิดให้บริการรักษาโรคทั่วไป และคลินิกเฉพาะโรค เช่น ไมเกรน (ลมปะกำ) ข้อเข่าเสื่อม (ลมจับโปง เข่า) อัมพฤกษ์ / อัมพาต (หลอดเลือดสมอง) และ ภูมิแพ้ทางเดินหายใจส่วนต้น เพื่อให้ประชาชนสามารถเข้าถึงบริการด้านการแพทย์แผนปัจจุบันควบคู่กับบริการการแพทย์แผนไทยได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากข้อมูลประชากรกลางปีของประเทศไทยปี ๒๕๖๒ ประชากรไทยมีจำนวน ๖๖.๔ ล้านคน เป็นผู้สูงอายุมากถึง ๑๑.๖ ล้านคน คาดว่าในปี ๒๕๗๓ จะมีจำนวนผู้สูงอายุ ๑๗.๖ ล้านคน และปี ๒๕๘๓ จะมีจำนวนถึง ๒๐.๕ ล้านคน ซึ่งหน่วยงานทั้งภาครัฐ และเอกชน ได้ร่วมกันดำเนินงานเพื่อคุ้มครอง ส่งเสริม และสนับสนุนสถานภาพ บทบาท และกิจกรรมของผู้สูงอายุ จากการประเมินสภาวะสุขภาพ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอายุยืนยาวขึ้น แต่ก็ต้องเผชิญกับปัญหาสุขภาพเพิ่มขึ้นด้วย จากการศึกษาภาวะสุขภาพผู้สูงอายุไทย พบว่าผู้สูงอายุมีปัญหาปวดข้อเข่า ในสัดส่วนที่ค่อนข้างสูง คือ ร้อยละ ๔๓.๙๕ ส่วนใหญ่อาการปวดข้อเข่ามีสาเหตุมาจาก ข้อเข่าเสื่อม ปัญหาปวดข้อเข่าทำให้ผู้สูงอายุ เกิดความยากลำบากในการเคลื่อนไหว ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุลดลงเป็นอุปสรรคในการเข้าสังคม ทำให้สูญเสียเวลาและค่าใช้จ่ายในการรักษาจำนวนมาก จากข้อมูลประชากรของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดู่ในปี ๒๕๖๒ มีจำนวน ๑๓,๖๓๕ คน มีผู้สูงอายุ ๒,๐๓๘ คนคิดเป็นร้อยละ ๑๔.๙๕ พบว่าผู้สูงอายุที่มีปัญหาปวดหัวเข่า มีจำนวน ๙๑๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๔.๘๐ แต่มีผู้สูงอายุที่มีปัญหาปวดเข่ามาทำการรักษาในสถานบริการเพียง ๘๗ คน เนื่องจากปัญหาไม่สะดวกในการเดินทางมารับบริการในสถานบริการ

ดังนั้นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดู่ จึงได้จัดทำโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการการดูแลและรักษาข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทยในชุมชน เพื่อให้ประชาชนได้มีทางเลือกในรักษามากขึ้น รวมถึงการส่งเสริมการใช้สมุนไพรในท้องถิ่นเพื่อลดอาการปวดเข่า โดยมีการสาธิตทำยาพอกเข่าเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในการดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสมเพื่อให้คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

๕. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อมมีความรู้และสามารถดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสม
๒. เพื่อส่งเสริมการใช้สมุนไพรลดอาการปวดเข่าในผู้สูงอายุที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

๖. กลุ่มเป้าหมาย

๑. แกนนำผู้สูงอายุ ๑๔ หมู่ จำนวน ๓๐ คน
๒. อาสาสมัครประจำหมู่บ้าน ๑๔ หมู่ จำนวน ๗๐ คน
๓. ผู้สูงอายุที่มีปัญหาปวดเข่าจำนวน ๓๕๐ คน

๗. สถานที่ดำเนินการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดู่

อาคารเอนกประสงค์ประจำหมู่บ้าน หมู่ ๑, ๒, ๓, ๙, ๑๐, ๑๑, ๑๒, ๑๔, ๑๕, ๑๖, ๑๗, ๑๙

วัดป่าอ้อ หมู่ ๘

๘. วิธีดำเนินการ

ขั้นเตรียมการ

๑. ประชุมเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ เป้าหมายโครงการให้เจ้าหน้าที่และอสม.
๒. สสำรวจผู้สูงอายุที่มีปัญหาปวดเข่าในเขตพื้นที่รับผิดชอบ
๓. เขียนโครงการและเสนอโครงการเพื่ออนุมัติ

๔. จัดเตรียมเอกสาร สื่อ วัสดุ อุปกรณ์ต่างๆ ที่จำเป็นในการจัดกิจกรรม
 ๕. ประชาสัมพันธ์โครงการและประสานกลุ่มเป้าหมาย เพื่อเข้าร่วมกิจกรรม
- ขั้นตอนดำเนินการ

๑. จัดกิจกรรมอบรมการดูแลข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ ด้วยการแพทย์แผนไทย
 - อบรมการดูแลรักษาข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทย
๒. จัดกิจกรรมการดูแลและรักษาข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทยในชุมชน
๓. สรุปผลการดำเนินงาน

๙. ระยะเวลาดำเนินการ

๑ พฤษภาคม ๒๕๖๓ – ๓๐ กันยายน ๒๕๖๓

๑๐. แผนการดำเนินโครงการ

ลำดับ	การปฏิบัติงาน	ปีงบประมาณ ๒๕๖๓												ผู้รับผิดชอบ
		ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	
๑	จัดประชุมเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ เป้าหมายโครงการให้แก่เจ้าหน้าที่								←→					นางสาว มนัสนันท์ จริยธรรม
๒	เขียนโครงการและเสนอโครงการเพื่ออนุมัติ										←→			
๓	จัดเตรียมเอกสาร สื่อ วัสดุ อุปกรณ์ ต่างๆ ที่จำเป็นในการจัดกิจกรรม										←→			
๔	ประชาสัมพันธ์โครงการและประสานกลุ่มเป้าหมาย เพื่อเข้าร่วมกิจกรรม										←→			
๕	จัดกิจกรรมอบรม การดูแลและรักษาข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทย										←→			
๖	จัดกิจกรรมการดูแลและรักษาข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทยในชุมชน											←→		
๗	สรุปผลการดำเนินงาน												←→	

๑๑. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่ จำนวน ๔๓,๘๖๐ บาท รายละเอียด ดังนี้

๑. กิจกรรมอบรม

- ค่าวิทยากร ๑ คน * ๕ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท * ๑ วัน เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
 - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑ มื้อ* ๗๕ บาท* ๑๐๐ คน * ๑ วัน เป็นเงิน ๗,๕๐๐ บาท
 - ค่าอาหารว่าง-เครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ* ๒๕ บาท* ๑๐๐คน*๑ วัน เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท
 - ค่าเอกสารประกอบการอบรม จำนวน ๑๐๐ เล่มๆละ * ๒๐ บาท เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท
 - ค่าวัสดุสำนักงานในการจัดการอบรม จำนวน ๑๐๐ ชุดๆละ * ๒๐ บาท เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท
- รวมเป็นเงิน ๑๙,๕๐๐ บาท

๒. กิจกรรมการดูแลและรักษาข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทย

- ค่าวัสดุอุปกรณ์/สมุนไพรในการให้บริการพอกเข้า ในชุมชน จำนวน ๓๕๐ คน * ๕๐ บาท เป็นเงิน ๑๗,๕๐๐ บาท

- ค่าตอบแทนการออกให้บริการในชุมชน จำนวน ๒ คนๆ ละ * ๓๒๐ บาท * ๓๔ วัน เป็นเงิน ๓,๓๖๐ บาท
 - ค่าเอกสารคู่มือการดูแลไข้เลือด จำนวน ๓๕๐ เล่ม * ๑๐ บาท เป็นเงิน ๓,๕๐๐ บาท
- รวมเป็นเงิน ๒๔,๓๖๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๔๓,๘๖๐ บาท (สี่หมื่นสามพันแปดร้อยหกสิบบาทถ้วน)

หมายเหตุ : ค่าใช้จ่ายสามารถถัวเฉลี่ยกันได้ เฉพาะรายกิจกรรม

๑๒. ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

๑. ร้อยละ ๗๐ ของผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ความเข้าใจและสามารถดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสม
๒. ร้อยละ ๗๐ ของผู้เข้ารับการอบรมและผู้สูงอายุสามารถใช้สมุนไพรลดอาการปวดไข้ในผู้สูงอายุที่มีภาวะไข้เลือด

๑๓. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคไข้เลือดออกได้รับการดูแลด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย
๒. ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเรื่องโรคไข้เลือดออกและสามารถเลือกใช้สมุนไพรในท้องถิ่นเพื่อลดอาการปวดไข้ และสามารถหายาพอกเข้าสมุนไพรใช้เองที่บ้านได้
๓. แกนนำผู้สูงอายุ และ อสม. สามารถนำความรู้ที่ได้ไปถ่ายทอดและดูแลผู้สูงอายุที่เป็นโรคไข้เลือดออกในชุมชนได้

๑๔. การประเมินโครงการ

๑. อสม. และแกนนำผู้สูงอายุ สามารถถ่ายทอดความรู้เรื่องการดูแลรักษาไข้เลือดออกในผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทยได้
๒. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคไข้เลือดออกได้รับการดูแลรักษาอาการปวดไข้ด้วยการแพทย์แผนไทยแล้วอาการดีขึ้น

สรุปผลการดำเนินงาน

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการการดูแลและรักษาข้อเท้าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยกายภาพบำบัดและแผนไทย ปีงบประมาณ ๒๕๖๓
โครงการที่ได้มีการสนับสนุนเงินจากงบประมาณของศูนย์หลักประกันสุขภาพแห่งชาติสำนักงานผู้
ปีงบประมาณ ๒๕๖๓

ผลการดำเนินงาน

๑. ได้มีการจัดทำแผนโครงการเพื่อชุมชน
๒. ได้มีการประชาสัมพันธ์และสำรวจกลุ่มเป้าหมายเพื่อรับทราบ
๓. ได้จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการดำเนินงาน
๔. จัดอบรมให้ความรู้การดูแลและรักษาข้อเท้าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยกายภาพบำบัดและแผนไทย
๕. จัดกิจกรรมการดูแลและรักษาข้อเท้าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยกายภาพบำบัดและแผนไทยในชุมชน
๖. ชุมชน และแกนนำผู้สูงอายุ ที่เข้าร่วมอบรม มีความรู้ และสามารถนำไปใช้ดูแลตนเองและผู้อื่นได้
๗. ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยข้อเท้าเสื่อมได้รับการดูแลรักษาจากอาสาสมัครด้วยกายภาพบำบัดและแผนไทยแล้วมีการติดตาม

ประเมินผลการดำเนินงานโครงการ

๑. กิจกรรมอบรม

ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ความเข้าใจ ได้รับความสนใจและเข้าร่วมอบรมโดยพร้อมเพรียง ได้แลกเปลี่ยนกิจกรรมอบรม และกิจกรรมการดูแลสุขภาพ โดยมีความรู้เรื่องการดูแลและรักษาข้อเท้าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยกายภาพบำบัดและแผนไทย และสามารถนำความรู้ไปใช้ดูแลตนเองและผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

๒. กิจกรรมการดูแลและรักษาข้อเท้าเสื่อมในผู้สูงอายุด้วยกายภาพบำบัดและแผนไทย

มีผู้สูงอายุที่เข้าร่วมการดูแลและรักษาข้อเท้าเสื่อมจำนวน ๕๐๘ คน ผู้สูงอายุที่มาเข้าร่วมการดูแลรักษา ได้รับความสนใจและได้รับความพึงพอใจในการรักษาจากอาสาสมัคร โดยอาสาสมัครได้คำแนะนำในการดูแลตนเองและผู้อื่นได้

สรุปผลการดำเนินงานตามวัตถุประสงค์

ที่	วัตถุประสงค์ของ โครงการ / กิจกรรม	สภาพความสำเร็จ		ผลการดำเนินงาน
		บรรลุ	ไม่บรรลุ	
๑.	เพื่อให้ผู้สูงอายุที่มีอาการข้อเท้าเสื่อมมีความรู้และสามารถดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสม	✓		กลุ่มเป้าหมายสามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการอบรมไปใช้ในการดูแลตนเองได้
๒.	เพื่อส่งเสริมการให้ชุมชนไทยลดอาการปวดเท้าในผู้สูงอายุที่มีอาการข้อเท้าเสื่อม	✓		กลุ่มเป้าหมายสามารถนำความรู้เรื่องการลดอาการปวดเท้าไปใช้ดูแลตนเองอย่างถูกต้อง

สรุปผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัด

ที่	วัตถุประสงค์ของ โครงการ / กิจกรรม	สภาพความสำเร็จ		ผลการดำเนินงาน
		บรรลุ	ไม่บรรลุ	
๑.	ร้อยละ ๗๐ ของผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ความเข้าใจและสามารถดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสม	✓		ร้อยละ ๘๕ ของกลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจและสามารถดูแลตนเองได้
๒.	ร้อยละ ๗๐ ของผู้เข้ารับการอบรมและผู้สูงอายุสามารถใช้สมุนไพรลดอาการปวดเข้าในผู้สูงอายุที่มีภาวะเข่าเสื่อม	✓		ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเป้าหมายสามารถใช้สมุนไพรลดอาการปวดเข้าแก้ตนเองและผู้อื่นได้

ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงาน

- เนื่องจากกลุ่มเป้าหมายในการอบรมเป็นจำนวนมาก แต่การอบรมในครั้งนี้อัตราการมีน้อยทำให้ดูแลผู้เข้าร่วมอบรมได้ไม่ทั่วถึง ในการทำการสาธิตการพอกเข้าด้วยสมุนไพร ทำให้ผู้เข้ารับการอบรมบางส่วนเข้าไม่ถึงการสาธิต

ภาพกิจกรรมโครงการ



ภาพกิจกรรมโครงการ

