



**เอกสารตรวจราชการกระทรวงสาธารณสุข เขตสุขภาพที่ 12
รอบที่ 1 ปีงบประมาณ พ.ศ. 2567
วันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2567**

**โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มพะไลด
ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล**

คำนำ

เอกสารเล่มนี้ เป็นเอกสารสรุปผลการดำเนินงานตามนโยบายด้านสาธารณสุข จัดทำเพื่อรวบรวมผลการดำเนินงานตามแผนยุทธศาสตร์และตัวชี้วัดที่สำคัญ ประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไปในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุบ้งปะโหลด ข้อมูลทรัพยากรสาธารณสุข สถานการณ์และปัญหาสุขภาพในพื้นที่ ผลการดำเนินงานตามประเด็นการตรวจราชการกระทรวงสาธารณสุขทั้ง ๘ ประเด็น ครั้งที่ ๑ ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

คณะผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เอกสารสรุปผลการดำเนินงานสาธารณสุข เล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อคณะผู้ตรวจราชการและคณะนิเทศงานกระทรวงสาธารณสุข เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานและผู้สนใจทุกท่าน หากมีข้อผิดพลาดประการใดคณะผู้จัดทำเอกสารขออภัยไว้ทุกประการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุบ้งปะโหลด

๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

สารบัญ

คำนำ	ก
สารบัญ	ข
สารบัญภาพ	ง
สารบัญตาราง	จ
ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป	๑
วิสัยทัศน์ (Vision)	๑
พันธกิจ (Mission)	๑
ที่อยู่	๒
อาณาเขตติดต่อ	๒
ลักษณะภูมิประเทศ	๒
ลักษณะภูมิอากาศ	๒
การคมนาคม	๓
การนับถือศาสนา	๓
เศรษฐกิจ	๓
การท่องเที่ยว	๓
หน่วยงานหรือองค์กรในเขตรับผิดชอบ	๔
บริบทโดยรวมของชุมชน	๔
ส่วนที่ ๒ ข้อมูลทรัพยากรสาธารณสุข	๕
ทำเนียบบุคลากร	๕
ตำแหน่งในหน่วยงาน	๕
การแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบ	๕
การแบ่งหน้าที่รับผิดชอบตามนโยบาย ๓ หมอ	๘
อัตราส่วนเจ้าหน้าที่ต่อการดูแลประชากรในพื้นที่	๘
ข้อมูลประชากร รายนามหมู่บ้าน	๘
ข้อมูลประชากรตามช่วงอายุ	๘
ปิรามิดประชากร	๑๐
การแบ่งประชากรตามช่วงอายุ	๑๐
สถานะเงินบำรุงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพบ้านกุ่มบึงปะโหลด	๑๐
การสนับสนุนงบประมาณจากโรงพยาบาลแม่ข่าย	๑๑
ส่วนที่ ๓ สถานการณ์และปัญหาสุขภาพ	๑๒
สาเหตุการป่วยของผู้ป่วยนอกที่มารับบริการ	๑๒

สารบัญ (ต่อ)

ผู้ป่วยโรคติดต่อทางระบาดวิทยา ปี ๒๕๖๖	๑๒
ค้นหาปัญหาสาธารณสุขในพื้นที่	๑๓
ส่วนที่ ๔ ผลการดำเนินงานตามประเด็นการตรวจราชการ	๑๔
ประเด็นที่ ๑ โครงการพระราชดำริ เถลิงพระเกียรติที่เกี่ยวข้องกับพระบรมวงศานุวงศ์	๑๔
ประเด็นที่ ๒ สุขภาพจิตและยาเสพติด	๑๕
ประเด็นที่ ๓ มะเร็งครบวงจร	๓๗
ประเด็นที่ ๔ ลดแออัด ลดป่วย ลดรอคอย ลดตาย	๔๐
ประเด็นที่ ๕ สถานชิวาภิบาล	๔๔
ประเด็นที่ ๖ ดิจิทัลสุขภาพ	๔๕
ประเด็นที่ ๗ ส่งเสริมการมีบุตร	๔๗
ประเด็นที่ ๘ เศรษฐกิจสุขภาพ	๔๗
ส่วนที่ ๕ ผลงานเด่น ผลงานที่ภาคภูมิใจ	
ผลงานเด่น	๔๘
ผลงานที่ภาคภูมิใจ	๕๑

สารบัญภาพ

ภาพที่ ๑ อาคาร รพ.สต.บ้านกุบังปะโหลด	๑
ภาพที่ ๒ แผนที่สังเขปหมู่บ้านที่รับผิดชอบของ รพ.สต.บ้านกุบังปะโหลด	๒
ภาพที่ ๓ ภาพบริบทชุมชน	๔
ภาพที่ ๔ ทำเนียบบุคลากร รพ.สต.บ้านกุบังปะโหลด	๕
ภาพที่ ๕ ปิรามิดประชากรประชากรในเขตรับผิดชอบ รพ.สต.บ้านกุบังปะโหลด	๑๐
ภาพที่ ๖ กิจกรรมประชากรในพื้นที่ รพ.สต.บ้านกุบังปะโหลด	๑๓

สารบัญตาราง

ตารางที่ ๑	แสดงการแบ่งหน้าที่รับผิดชอบตามนโยบาย ๓ หมอ	๘
ตารางที่ ๒	แสดงอัตราส่วนเจ้าหน้าที่ต่อการดูแลประชากรในพื้นที่	๘
ตารางที่ ๓	แสดงจำนวนประชากร คริวเรือนและ อสม. จำแนกรายหมู่บ้าน	๘
ตารางที่ ๔	แสดงจำนวนประชากรชาย หญิง จำแนกกลุ่มอายุ	๘
ตารางที่ ๕	แสดงจำนวนประชากร จำแนกตามกลุ่มวัย	๑๐
ตารางที่ ๖	แสดง รายรับ- รายจ่าย รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะโหลด จำแนกรายปี	๑๑
ตารางที่ ๗	แสดงการสนับสนุนงบประมาณจาก รพ.ควนโดน ปีงบประมาณ ๒๕๖๖	๑๑
ตารางที่ ๘	แสดงจำนวนสาเหตุการป่วยของผู้ป่วยนอกมารับบริการที่ รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะโหลด จำแนกรายเพศ ปีงบประมาณ ๒๕๖๖	๑๒
ตารางที่ ๙	แสดงจำนวนผู้ป่วยทางระบาดวิทยา จำแนกรายหมู่บ้าน ปี ๒๕๖๖	๑๒

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป



ภาพที่ ๑ อาคาร รพ.สต.บ้านกุ่มบังปะโฮลต

วิสัยทัศน์ (Vision)

บริการด้วยคุณภาพ มาตรฐาน ผสานภาคี ประชาชนสุขภาพดี เป็นที่พึงพอใจของผู้ใช้บริการและผู้ให้บริการ

พันธกิจ (Mission)

๑. พัฒนาระบบบริการให้ได้มาตรฐาน ภายใต้การบริหารจัดการที่ดี ควบคู่กับการส่งเสริมสุขภาพ ให้สอดคล้องกับวัฒนธรรมท้องถิ่น
๒. ดำเนินการให้มีการประกันคุณภาพงานบริการ
๓. ส่งเสริม สนับสนุน ชุมชนให้สามารถจัดการด้านสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ
๔. ส่งเสริม สนับสนุน สร้างขวัญและกำลังใจ เจ้าหน้าที่ทุกระดับให้มีความพร้อมในการพัฒนาคุณภาพ อยู่เสมอและเป็นแบบอย่างที่ดีด้านสุขภาพแก่ประชาชน



ภาพที่ ๒ แผนที่สังเขปหมู่บ้านที่รับผิดชอบของ รพ.สต.บ้านกุงปะไหลด

ที่อยู่

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุงปะไหลด ตั้งอยู่บ้านเลขที่ ๑๐๖ หมู่ที่ ๒ ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล ๙๑๑๖๐

อาณาเขตติดต่อ

ทิศเหนือ	อาณาเขตติดต่อ ตำบลควนโดน อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล
ทิศใต้	อาณาเขตติดต่อ ตำบลฉลุง อำเภอเมือง จังหวัดสตูล
ทิศตะวันออก	อาณาเขตติดต่อ ตำบลวังประจัน อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล
ทิศตะวันตก	อาณาเขตติดต่อ ตำบลย่านซื่อ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

ลักษณะภูมิประเทศ

พื้นที่ส่วนใหญ่ประมาณ ร้อยละ ๖๐ เป็นป่าเขาและที่ราบลุ่มมีลักษณะเป็นลูกคลื่นพื้นที่เอียงลาด จากทิศตะวันออกเฉียงเหนือไปทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ พื้นที่เหมาะแก่การทำสวนและอีกส่วนหนึ่งเป็นพื้นที่ที่เหลื่อประมาณ ร้อยละ ๔๐ เป็นที่ราบลุ่มเหมาะแก่การทำนาและเป็นที่อยู่อาศัย

ลักษณะภูมิอากาศ

เป็นแบบมรสุมเขตร้อน มีฝนตกเกือบตลอดทั้งปี เนื่องจากได้รับอิทธิพลจากลมมรสุมทั้งฝั่งตะวันออกด้านอ่าวไทยและฝั่งตะวันตกจากทะเลอันดามัน แบ่งออกเป็น ๒ ฤดูคือ

๑. ฤดูฝน เริ่มตั้งแต่เดือนพฤษภาคม ถึงเดือนกันยายน เป็นช่วงที่มีฝนตกชุกจากอิทธิพลของลมมรสุมตะวันตกเฉียงใต้ (พ.ค. – ก.ย.) และลมมรสุมตะวันออกเฉียงเหนือ (ต.ค. – ธ.ค.)

๒. ฤดูร้อน เริ่มตั้งแต่เดือนมกราคมถึงเดือน เมษายน มีฝนตกเล็กน้อยจากอิทธิพลปลายมรสุม ตะวันออกเฉียงเหนือ

ปริมาณน้ำฝนเฉลี่ย ๑,๘๘๗.๕ มม. ต่อปี อุณหภูมิเฉลี่ย ๒๘ องศาเซลเซียส ความชื้นสัมพัทธ์เฉลี่ย ๘๐%แบบ มรสุมเขตร้อนมีฝนตกเกือบตลอดทั้งปี

การคมนาคม

ในพื้นที่ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน ถนนทุกสายได้มีการลาดยางหมด ประชาชนส่วนใหญ่ ตั้งบ้านเรือนอยู่ติดถนน การเดินทางไปมาหาสู่กันในหมู่บ้าน ใช้วิธีการเดิน ปั่นจักรยาน ขับขี่รถจักรยานยนต์ ส่วน การเดินทางเข้าตัวเมืองสตูลใช้ขี้นี้ รถรถจักรยานยนต์หรือรถยนต์ส่วนบุคคลเข้าไปในตัวจังหวัด ใช้เวลา ๑๕-๓๐ นาที ระยะทางจากที่ว่าการอำเภอควนโดน ถึง รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะโหลด มีระยะทาง ๗ กิโลเมตร ระยะทางจาก รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะโหลด ถึง โรงพยาบาลควนโดน ๖ กิโลเมตร ระยะทางจากหมู่บ้านที่ไกลที่สุดถึง รพ.ควนโดน ๘ กิโลเมตร ระยะทางจากหมู่บ้านที่ใกล้ที่สุด ถึงรพ.สต ๔ กิโลเมตร

การนับถือศาสนา

ในพื้นที่รับผิดชอบ รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะโหลด ประชากรนับถือศาสนาอิสลาม ร้อยละ ๑๐๐ มีมัสยิดจำนวน ๔ แห่งใช้ในการประกอบศาสนกิจและกิจกรรมส่งเสริมทางด้านศาสนา

เศรษฐกิจ

ประชากรส่วนใหญ่ของตำบลควนสตอ ประกอบอาชีพด้านการเกษตรเป็นหลัก ได้แก่การทำนา ทำสวน ยาง สวนผลไม้ไม่มีพื้นที่ทำการเกษตรทั้งหมด ๑๕,๕๐๐ ไร่ โดยมีอาชีพเสริมคือ การเลี้ยงสัตว์ และรับจ้าง ส่วน อุตสาหกรรมในครัวเรือนและการค้าขายมีบ้างเล็กน้อย โดยมากจะเป็นโรงสีข้าว และร้านค้าขนาดเล็ก ขายของใช้ จำเป็นที่ใช้ในการอุปโภคบริโภคภายในหมู่บ้าน ซึ่งมีอาชีพหลักดังนี้

๑. การทำนา การปลูกของเกษตรกรตำบลควนสตอ ส่วนใหญ่ปลูกไว้ เพื่อบริโภคในครอบครัวโดยเริ่มปลูก ข้าวนาตั้งแต่เดือน กรกฎาคม และเก็บเกี่ยวในเดือนธันวาคม มีพื้นที่เพาะปลูก จำนวน ๙,๖๘๗ไร่ และมีกลุ่ม เกษตรกรที่รวมตัวกันปลูกข้าวนาปรังเพื่อจำหน่าย

๒. การทำสวนยาง เป็นอาชีพหลักเช่นเดียวกับการทำนาข้าว มีพื้นที่ที่ใช้ในการเพาะปลูก จำนวน ๗,๗๕๐ ไร่ ผลผลิตเฉลี่ย ๒๕,๐๐๐ กิโลกรัม/ปี ส่วนใหญ่จะเป็นสวนขนาดเล็ก ประมาณ ๕-๑๐ ไร่/ครอบครัว

๓. การทำสวนผลไม้ มีการปลูกกระจายกระจายในพื้นที่ในลักษณะสวนหลังบ้านหรือใกล้ ๆ บริเวณที่พักอาศัย ไม้ผลที่ปลูกกันมากได้แก่ ทุเรียน เงาะ จำปาตะ กระท้อน มังคุด และลองกอง มีพื้นที่เพาะปลูก จำนวน ๑,๙๓๗ ไร่ ปัจจุบันเกษตรกรเริ่มเปลี่ยนอาชีพหลังจากการทำสวนยางพาราและทำนามาเป็นการทำสวนผลไม้มากขึ้น เนื่องจากสภาพภูมิประเทศเอื้ออำนวยและได้รับผลตอบแทนสูงกว่า

๔. การเลี้ยงสัตว์ มีควบคู่ไปกับการทำนาและทำสวน เกษตรกรนิยมเลี้ยงโค ไก่ แกะ และแพะ เฉลี่ย ครอบครัวละ ๕ ตัว ส่วนใหญ่เลี้ยงไว้เพื่อการบริโภค

๕. อุตสาหกรรม ในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลควนสตอ ไม่มีอุตสาหกรรม คงมีแต่โรงสีข้าวขนาดเล็ก ไว้บริการสีข้าวในท้องถิ่นโดยคิดค่าบริการเป็นเงินหรือเปลี่ยนเป็นข้าวสาร

๖. การพาณิชย์กรรม การค้าขายในตำบลควนสตอ มีลักษณะเป็นร้านค้าขายปลีก มีตลาดนัดเอกชน คือ ตลาดนัดเย็นวันจันทร์ หมู่ที่ ๖ ตลาดนัดเย็นวันอังคาร หมู่ที่ ๑๐ และตลาดนัดเย็นวันศุกร์ หมู่ที่ ๒

๗. ผลิตภัณฑ์ โครงการหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์ มีจำนวน ๒ ชนิด คือ การทำผ้าบาติก และน้ำพริก หมู่ที่ ๒ ตำบลควนสตอ

การท่องเที่ยว

มีสถานที่ท่องเที่ยว ๑ แห่ง คือ อ่างเก็บน้ำวังตะหงา

หน่วยงานหรือองค์กรในเขตรับผิดชอบ

- | | |
|---|--------------|
| - โรงเรียนประถมศึกษา | จำนวน ๑ แห่ง |
| - โรงเรียนมัธยมศึกษา (เอกชน สอนศาสนาอิสลาม) | จำนวน ๒ แห่ง |
| - มัสยิด | จำนวน ๓ แห่ง |
| - สนามกีฬา | จำนวน ๑ แห่ง |
| - ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก | จำนวน ๒ แห่ง |

บริบทโดยรวมของชุมชน

- เป็นสังคมเกษตร
- ส่วนใหญ่เป็นครอบครัวขยาย พึ่งพาอาศัยกันแบบเครือญาติ
- ใช้ชีวิตแบบพอเพียง
- เคร่งครัดต่อคำสอนของศาสนา
- ไม่มีสถานที่เรีงรมย์ ผู้ชายจะมีชีวิตผูกพันกับร้านน้ำชาในหมู่บ้าน



ภาพที่ ๓ ภาพบริบทชุมชน

ส่วนที่ ๒ ข้อมูลทรัพยากรสาธารณสุข

ทำเนียบบุคลากร

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มบึงปะโลลด์มีการแบ่งโครงการและภารกิจหน่วยงานในราชการ ส่วนภูมิภาค ตามกรอบโครงสร้างของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล(รพ.สต.)/สถานีนามัยเฉลิมพระเกียรติฯ (สอน.) ดังนี้



ภาพที่ ๔ ทำเนียบบุคลากร รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะโลลด์

ตำแหน่งในหน่วยงาน

- | | |
|-----------------------------------|-------------|
| - นักวิชาการสาธารณสุข | จำนวน ๒ คน |
| - พยาบาลวิชาชีพ | จำนวน ๔ คน |
| - พนักงานช่วยเหลือคนไข้ | จำนวน ๑ คน |
| - จ้างเหมาทำความสะอาด | จำนวน ๑ คน |
| - อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน | จำนวน ๓๘ คน |

การแบ่งหน้าที่รับผิดชอบภายในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มบึงปะโลลด์

๑. นางสุราทิพย์ ม่วงปลอด ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล รับผิดชอบงานดังนี้
กลุ่มภารกิจด้านบริหาร

๑.๑ งานบริหารทั่วไป

- ๑.๒ งานการเจ้าหน้าที่
- ๑.๓ งานสารบรรณ
- ๑.๔ งานพัฒนาบุคลากร
- ๑.๕ งานคุ้มครองผู้บริโภค
- ๑.๖ งานควบคุมกำกับและประเมินผล
- ๑.๗ งานอื่นๆที่ได้รับมอบหมาย

๒. นายจิรายุทธ์ ศรีชุม ตำแหน่ง ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ รับผิดชอบงานดังนี้

- ๒.๑ งานแผนงานและยุทธศาสตร์
- ๒.๒ กลุ่มงานควบคุมและป้องกันโรคติดต่อ
- ๒.๓ งานระบาดวิทยา
- ๒.๔ งานสาธารณสุขมูลฐานและสุขภาพภาคประชาชน
- ๒.๕ งานพัฒนาคุณภาพและมาตรฐาน
- ๒.๖ งานประกันสุขภาพ
- ๒.๗ การเงินและบัญชี
- ๒.๘ รับผิดชอบหมู่ที่ ๔
- ๒.๙ งานอื่นๆที่ได้รับมอบหมาย

๓. นางถนอมสิน ธีรัฐสถิตย์ ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รับผิดชอบงานดังนี้

- ๓.๑ กลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อ
 - งานควบคุมป้องกันโรคความดันโลหิต
 - งานควบคุมป้องกันโรคเบาหวาน
 - งานมะเร็งเต้านม
 - งานมะเร็งปากมดลูก
 - งานยาเสพติด
- ๓.๒ กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ
 - งานรักษาพยาบาล (งานรอง)
 - อนามัยแม่และเด็ก (งานรอง)
- ๓.๓ รับผิดชอบหมู่ที่ ๑
- ๓.๔ งานอื่นๆที่ได้รับมอบหมาย

๔. นางสาวอรัญญา บานย้าต ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รับผิดชอบงานดังนี้

- ๔.๑ กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ
 - งานรักษาพยาบาล (งานหลัก)

- งานวางแผนครอบครัว
- งานอนามัยโรงเรียน
- โภชนาการ/ ศูนย์เด็กเล็ก
- อนามัยแม่และเด็ก (งานรอง)
- งานควบคุมป้องกันโรคความดันโลหิต/ เบาหวาน (งานรอง)

๔.๒ งานสุขศึกษา

๔.๓ งานควบคุมและป้องกันการติดเชื้อ (IC)

๔.๔ งานพัสดุ

๔.๕ รับผิดชอบหมู่ที่ ๓

๔.๖ งานอื่นๆที่ได้รับมอบหมาย

๕. นางยานีลา บาหลัง ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รับผิดชอบดังนี้

๕.๑ กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ

- งานอนามัยแม่และเด็ก (งานหลัก)
- งานรักษาพยาบาล (งานรอง)
- งานควบคุมป้องกันโรคความดันโลหิต/ เบาหวาน (งานรอง)

๕.๒ งานทันตสาธารณสุข

๕.๓ งานยาและเวชภัณฑ์

๕.๔ งานสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค

๕.๕ งานแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก

๕.๖ รับผิดชอบหมู่ที่ ๒

๕.๗ งานอื่นๆที่ได้รับมอบหมาย

๖. นายเอนก หลังยานาย ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รับผิดชอบงานดังนี้

๖.๑ กลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อ

- งานอุบัติเหตุ
- งานประสานการบังคับใช้ พ.ร.บ บุหรี่

๖.๒ กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ

- งานสุขภาพจิตและผู้พิการ
- งานผู้สูงอายุ
- งานรักษาพยาบาล (งานรอง)

๖.๓ งานอนามัยสิ่งแวดล้อมและอาชีวอนามัย

๖.๔ รับผิดชอบหมู่ที่ ๒

๖.๕ งานอื่นๆที่ได้รับมอบหมาย

การแบ่งหน้าที่รับผิดชอบตามนโยบาย ๓ หมอ

ตารางที่ ๑ แสดงการแบ่งหน้าที่รับผิดชอบตามนโยบาย ๓ หมอ

หมอคนที่ ๑	อสม.ในเขตรับผิดชอบ ๓๘ คน อัตรา ๑ : ๒๕ หลังคาเรือน		
หมอคนที่ ๒	หมู่ที่ ๑ บ้านโตะสะ	๑๘๖ หลังคาเรือน	นางณอมสิน หิรัญสถิตย์ (พยาบาลวิชาชีพ)
	หมู่ที่ ๒ บ้านกุ่มบึงปะโหลด	๔๙๗ หลังคาเรือน	๑.นางสุธาทิพย์ ม่วงปลอด (นวก.สาธารณสุข) ๒.นายเอนก หลังยาหน่าย (พยาบาลวิชาชีพ) ๓.นางยานีลา บาหลัง (พยาบาลวิชาชีพ)
	หมู่ที่ ๓ บ้านควนยาหาว	๑๒๗ หลังคาเรือน	๑.นางอรัญญา บานย้าต (พยาบาลวิชาชีพ)
	หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง	๑๕๖ หลังคาเรือน	๑.นายจิริยุทธ์ ศรีชุม (นวก.สาธารณสุข)
หมอคนที่ ๓	นายแพทย์ภูริวัจน์ ชูสิงห์แค แพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว		

อัตราส่วนเจ้าหน้าที่ต่อการดูแลประชากรในพื้นที่

ตารางที่ ๒ แสดงอัตราส่วนเจ้าหน้าที่ต่อการดูแลประชากรในพื้นที่

ตำแหน่ง	จำนวน	อัตราส่วน
นักวิชาการสาธารณสุข	๒	๑ : ๑,๒๙๗
พยาบาลวิชาชีพ	๔	๑ : ๖๓๙.๕

ข้อมูลประชากร รายหมู่บ้าน

ตารางที่ ๓ แสดงจำนวนประชากร คราวเรือนและ อสม. จำแนกรายหมู่บ้าน

หมู่บ้าน	จำนวนประชากร	จำนวนครัวเรือน	จำนวน อสม.
หมู่ที่ ๑ บ้านโตะสะ	๕๐๓	๑๘๖	๘
หมู่ที่ ๒ บ้านกุ่มบึงปะโหลด	๑,๒๕๒	๔๙๗	๑๕
หมู่ที่ ๓ บ้านควนยาหาว	๓๙๔	๑๒๗	๘
หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง	๔๐๙	๑๕๖	๗
รวม	๒,๕๕๘	๙๖๖	๓๘

ที่มา : PHD สสจ.สตูล ณ ๓๑ ธ.ค. ๒๕๖๖

ข้อมูลประชากรแยกตามช่วงอายุ

ตารางที่ ๔ แสดงจำนวนประชากรชาย หญิง จำแนกกลุ่มอายุ

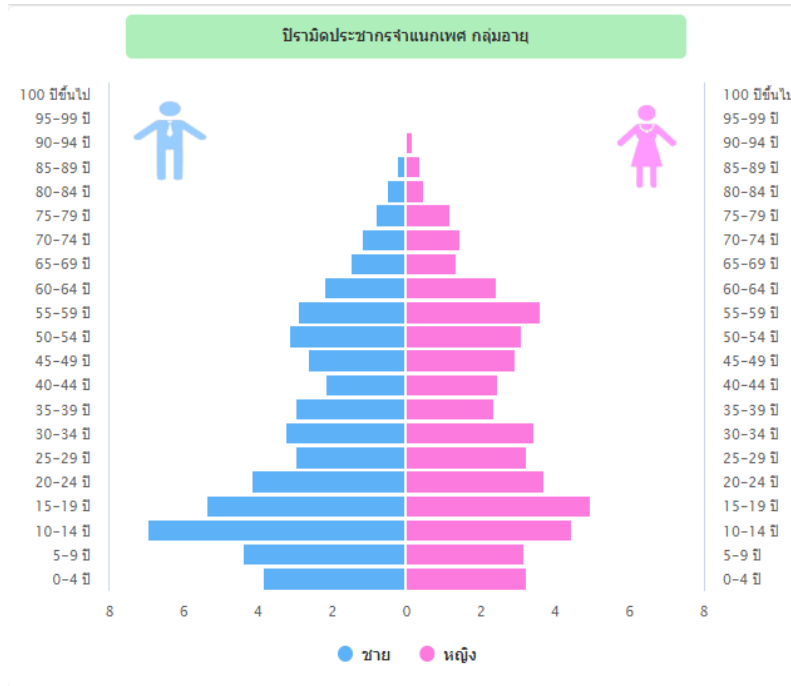
ช่วงอายุ	ชาย	หญิง	รวม
0-4 ปี	99	85	184
5-9 ปี	112	82	194
10-14 ปี	179	115	294

เอกสารตรวจราชการกระทรวงสาธารณสุข เขตสุขภาพที่ ๑๒ (รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะโหลด) | ๘

ช่วงอายุ	ชาย	หญิง	รวม
15-19 ปี	137	128	265
20-24 ปี	106	96	202
25-29 ปี	76	84	160
30-34 ปี	83	89	172
35-39 ปี	76	61	137
40-44 ปี	55	64	119
45-49 ปี	67	76	143
50-54 ปี	80	80	160
55-59 ปี	74	93	167
60-64 ปี	56	63	119
65-69 ปี	38	35	73
70-74 ปี	30	38	68
75-79 ปี	21	31	52
80-84 ปี	13	13	26
85-89 ปี	6	10	16
90-94 ปี	0	5	5
95-99 ปี	1	0	1
100 ปีขึ้นไป	1	0	1
รวม	1,310	1,248	2,558

ที่มา : HDC สสจ.สตูล ณ ๓๑ ธ.ค. ๒๕๖๖

ปิรามิดประชากร



ภาพที่ ๕ ปิรามิดประชากรประชากรในเขตรับผิดชอบ รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะไหลด

การแบ่งประชากรตามช่วงวัย

ตารางที่ ๕ แสดงจำนวนประชากร จำแนกตามกลุ่มวัย

ช่วงวัย	จำนวน	ร้อยละ
ปฐมวัย (แรกเกิด ถึง ๔ ปี)	๑๘๔	๗.๑๙
วัยเรียน (๕-๙ ปี)	๑๙๔	๗.๕๙
วัยรุ่น (๑๐-๑๔ ปี)	๒๙๔	๑๑.๔๙
วัยทำงาน (๑๕-๕๙ ปี)	๑,๕๒๕	๕๙.๖๒
ผู้สูงอายุ (๖๐ ปีขึ้นไป)	๓๖๑	๑๔.๑๑
รวม	๒,๕๕๘	๑๐๐

ที่มา : HDC สสจ.สตูล ณ ๓๑ ธ.ค. ๒๕๖๖

สถานะเงินบำรุงของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มบึงปะไหลด

สถานะเงินบำรุง

- เงินบำรุง ณ ๓๐ กันยายน ๒๕๖๖ ๒,๑๔๘,๙๘๑.๖๕ บาท
- ประมาณการรายรับ ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ ๑,๐๐๘,๖๕๓.๓๑ บาท
- ประมาณการรายจ่าย ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ ๒,๒๘๑,๗๐๑.๘๔ บาท
- ยอดเงินคงเหลือ ณ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๖ ๒,๖๖๘,๕๙๘.๐๖ บาท

รายรับ-รายจ่าย ย้อนหลัง ปีงบประมาณ ๒๕๖๒-๒๕๖๖

ตารางที่ ๖ แสดง รายรับ- รายจ่าย รพ.สต.บ้านกุ่มะโหลด จำแนกรายปี

ปีงบประมาณ	รายรับ	รายจ่าย
๒๕๖๒	๕๒๔,๑๗๓.๙๑	๕๗๕,๐๑๕.๐๓
๒๕๖๓	๘๕๙,๒๙๗.๒๒	๒๙๖,๓๐๖.๗๐
๒๕๕๔	๗๔๐,๔๑๓.๓๖	๔๓๗,๙๒๙.๙๒
๒๕๖๕	๕๗๙,๓๗๓.๔๓	๕๐๖,๙๗๕.๗๓
๒๕๖๖	๙๕๘,๕๒๔.๓๗	๕๐๐,๗๔๗.๗๑

ที่มา : รายงานเงิน รพ.สต.กุ่มะโหลด ณ ๓๑ ธ.ค. ๒๕๖๖

การสนับสนุนงบประมาณจากโรงพยาบาลแม่ข่าย ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

ตารางที่ ๗ แสดงการสนับสนุนงบประมาณจาก รพ.ควนโดน ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

รายการสนับสนุน	จำนวนเงิน
Fixed Cost	๓๓๐,๐๐๐.๐๐
ค่าตอบแทน OT	๘๔,๙๐๐.๐๐
ค่าตอบแทน ฉ ๑๑	๒๒๕,๖๐๐.๐๐
ค่าจ้างตาม Fixed Cost	๒๕๒,๐๐๐.๐๐
วัสดุเภสัชกรรม	๑๔๖.๐๐
วัสดุการแพทย์	๓๒,๗๑๗.๐๐
ยา เวชภัณฑ์	๑๕๒,๕๑๓.๓๓

ที่มา : รายงานเงิน รพ.สต.กุ่มะโหลด ณ ๓๑ ธ.ค. ๒๕๖๖

ส่วนที่ ๓ สถานการณ์และปัญหาสุขภาพ

สาเหตุการป่วยของผู้ป่วยนอกที่มารับบริการในปีงบประมาณ ๒๕๖๖

ตารางที่ ๘ แสดงจำนวนสาเหตุการป่วยของผู้ป่วยนอกมารับบริการที่ รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะไหลด จำแนกรายเพศ ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

กลุ่มโรค	เพศชาย	เพศหญิง	รวม
ไข้หวัด (J00)	๓๙๔	๓๙๘	๗๙๒
ความดันโลหิตสูง (I๑๐)	๗๘	๓๗๑	๔๔๙
ระบบกล้ามเนื้อ (M๗๙.๑)	๑๓๖	๒๓๖	๓๗๒
อาหารไม่ย่อย (K๓๐)	๑๒๔	๒๑๖	๓๔๐
การแพ้ (L๒๓.๙)	๕๖	๑๒๑	๑๗๗
เบาหวานไม่พึ่งอินซูลิน (E๑๔.๙)	๒๙	๑๐๔	๑๓๓
ฝีหนอง (L๐๒.๙)	๕๖	๕๘	๑๑๔
ไอ (R๐๕.๐)	๔๒	๕๐	๙๒
อาการคัน (L๒๙.๙)	๒๗	๕๕	๘๒
ผื่นผิวหนัง (R๒๑.๐)	๒๘	๕๐	๗๘

ที่มา : JHCIS รพ.สต.กุ่มบึงปะไหลด ณ ๓๑ ธ.ค.๒๕๖๖

ผู้ป่วยโรคติดต่อทางระบาดวิทยา ปี ๒๕๖๖

ตารางที่ ๙ แสดงจำนวนผู้ป่วยทางระบาดวิทยา จำแนกรายหมู่บ้าน ปี ๒๕๖๖

โรค	หมู่ที่ ๑	หมู่ที่ ๒	หมู่ที่ ๓	หมู่ที่ ๔	รวม
Acute Diarrhoea	๕	๑๑	๙	๖	๓๑
Viral conjunctivitis	๓	๘	๓	๔	๑๘
Pneumonia	๓	๙	๔	๒	๑๘
Chickenpox	-	๖	๑	-	๗
DHF	-	๒	๒	๑	๕
Hand food mouth	-	๓	๑	๑	๕
flu	๑	-	๑	-	๒
Malaria	๑	-	-	-	๑

ที่มา : รายงาน ๕๐๖ ศูนย์ระบาดวิทยา รพ.ควนโดน ณ ๓๑ ธ.ค.๒๕๖๗

ค้นหาปัญหาสาธารณสุขในพื้นที่

มีการระดมความคิดเห็นจากทุกภาคส่วนผ่านจัดเวทีประชาคมในทุกหมู่บ้านเพื่อทราบถึงสภาพปัญหาสุขภาพในพื้นที่และมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา โดยสรุปปัญหาสาธารณสุขในพื้นที่รับผิดชอบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุบังปะโหลด เรียงลำดับ ได้ดังนี้

๑. โรคความดันโลหิตสูง
๒. ปัญหายาเสพติด
๓. โรคเบาหวาน
๔. ปัญหาสุขภาพจิต
๕. โรคมือ เท้า ปาก



ภาพที่ ๖ กิจกรรมประชาคมในพื้นที่ รพ.สต.บ้านกุบังปะโหลด

ส่วนที่ ๔

ผลการดำเนินงานตามประเด็นการตรวจราชการ

ประเด็นที่ ๑ โครงการพระราชดำริ เจริญพระเกียรติ/ที่เกี่ยวข้องกับพระบรมวงศานุวงศ์

๑. ส่งเสริมสนับสนุนการดำเนินงาน To Be Number One

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุบั้งปะโหลด มีการส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการจัดตั้งชมรม To Be Number One จำนวน ๒ ชมรม ดังนี้

๑. ชมรม To Be โรงเรียนบ้านกุบั้งปะโหลด

๒. ชมรม To Be ชุมชนหมู่ที่ ๔ บ้านกลาง



-ชมรม To Be Number One โรงเรียนบ้านกุบั้งปะโหลด มีสมาชิกทั้ง ๑๐๐ คน เป็นคณะกรรมการ ชมรม ๑๐ คน กิจกรรมกลุ่มคือการเลี้ยงไส้เดือนดิน มีเงิน คงเหลือหมุนเวียนในกิจกรรม ๒,๕๐๐ บาท มูลไส้เดือนส่วนใหญ่จะใช้ใส่ต้นไม้และดอกไม้ในโรงเรียน ส่วนที่เหลือจะแบ่งขาย



-ชมรม To Be Number One ชุมชนหมู่ที่ ๔ บ้านกลาง มีสมาชิกทั้งหมด ๕๐ คน เป็นคณะกรรมการ ชมรม ๑๐ คน กิจกรรมกลุ่มคือ สมาชิกในชมรม ร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจะช่วยดูแล เป็นหูเป็นตา ให้กำลังใจ เยี่ยมเยียนผู้ที่บำบัดยาเสพติด ๒ ครั้ง ทำกลุ่มบำบัด ๑๐ ครั้งในกลุ่มกิจกรรมบำบัดและช่วยป้องกันผู้ที่ยังไม่เสพ มีเงินในชมรม ๓,๐๐๐ บาทจากการเก็บค่าสมาชิกชมรม

ประเด็นที่ ๒ สุขภาพจิตและยาเสพติด

๑.การดำเนินงานยาเสพติดในพื้นที่

ผลการคัดกรองยาเสพติด ปีงบประมาณ ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐-๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๖ กิจกรรมตรวจค้นหา ผู้ติดยาเสพติดในพื้นที่ หมู่ที่ ๑-๔ ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล ในกระบวนการเอ็กเรย์เพื่อค้นหาผู้เสพยาเสพติดในพื้นที่

ผลการดำเนินการคัดกรอง รพ.สต.บ้านกูบังปะไหลด ปี ๒๕๖๖

กลุ่ม	ผลงาน (ราย)
คัดกรองยาเสพติด	๗๑
ผู้ใช้ (๒-๓ คะแนน)	๕
ผู้เสพ (๔-๒๖ คะแนน)	๒๒
ผู้ติด (๒๗ + คะแนน)	๓
ผู้ติดสมัครใจเลิก	๒๓

ที่มา : งานยาเสพติด รพ.สต.บ้านกูบังปะไหลด ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗



ผลการคัดกรองยาเสพติด ปี ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๖ กิจกรรมตรวจค้นหาผู้ติดสารเสพติดในพื้นที่ หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล ในกระบวนการเอ็กเรย์เพื่อค้นหาผู้เสพยาเสพติดในพื้นที่ ตามโครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืนเพื่อแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติดแบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ.๒๕๖๕ ออกตรวจ x-ray ปัสสาวะ เพื่อหาสารเสพติดโครงการชุมชนยั่งยืน ฯ ในหมู่บ้าน ม.๔ บ้านกลาง ต.ควนสตอ อ.ควนโดน จังหวัดสตูล

ผลการดำเนินการโครงการชุมชนยั่งยืน หมู่ ๔ บ้านกลาง

กลุ่ม	ผลงาน (ราย)
คัดกรองยาเสพติด	๓๕
ผู้ใช้ ๒-๓ คะแนน	๒
ผู้เสพ ๔-๒๖ คะแนน	๘
ผู้ติด ๒๗ + คะแนน	๓
ผู้ติดสมัครใจเลิก	๑๐

ที่มา : งานยาเสพติด รพ.สต.บ้านกุ่มบังปะโหลต ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

ประชุมรับทราบนโยบายโครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล

ประชุมคณะทำงาน และจัดทำแผนงาน โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล เมื่อวันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๕



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

ท่านนายอำเภอ ควนโดน ร่วมกับศูนย์อำนวยการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดจังหวัดสตูล ร่วมกับสำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติดภาค๙ ร่วมกับ อบต.ควนสตอ กำนันควนสตอ ผู้นำชุมชนหมู่ที่ ๔ บ้านกลาง และประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน ทำบันทึกข้อตกลงให้ความร่วมมือตาม โครงการดำเนินงาน ชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล เพื่อนำความสันติสุขมาสู่ลูกหลานชาวตำบลควนสตอ และประเทศชาติผ่านความร่วมมือทุกภาคส่วน



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล

ท่านนายอำเภอ กวนโดน ร่วมกับศูนย์อำนวยการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดจังหวัดสตูล ร่วมกับสำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติดภาค๙ ร่วมกับ อบต.ควนสตอ กำนันควนสตอ ผู้นำชุมชนหมู่ที่ ๔ บ้านกลาง และประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน ทำบันทึกข้อตกลงให้ความร่วมมือตามโครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล เพื่อนำความสันติสุขมาสู่ลูกหลานชาวตำบลควนสตอ และประเทศชาติผ่านความร่วมมือทุกภาคส่วน



ประชุมภาคีเครือข่ายโครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตาม
ยุทธศาสตร์ชาติ หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล

ประชุมเตรียมความพร้อมร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง สร้างรูปแบบการทำงานแบบมีส่วนร่วมของภาคี
เครือข่ายในการดำเนินการชุมชนบำบัด CBTx วันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๕



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล

ประชาสัมพันธ์ โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล

เดินประชาสัมพันธ์โครงการ เพื่อสร้างความเข้าใจ กับประชาชนในพื้นที่



กิจกรรมตรวจค้นหา ผู้ติดยาเสพติดในพื้นที่ หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๑ วันที่ ๒๑ กันยายน ๒๕๖๕

ชี้แจงวัตถุประสงค์โครงการให้น้องที่สมัครบำบัด ข้อตกลงการอยู่ร่วมกัน การนัดหมายครั้งต่อไป



กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๑ วันที่ ๒๑ กันยายน ๒๕๖๕

คัดกรองผู้บำบัดยาเสพติดตามแบบ v ๒ คัดกรองสุขภาพจิต คัดกรองซึมเศร้า



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๒ วันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๖๕

ให้ความรู้เรื่องสมองติดยา และผลกระทบของการใช้สารเสพติด



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๓ วันที่ ๑๔ ตุลาคม ๒๕๖๕

ให้ความรู้ทักษะชีวิตป้องกันยาเสพติด การเลิกเสพยาเสพติด



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๔ วันที่ ๒๖ ตุลาคม ๒๕๖๕

ให้ความรู้ทักษะการแก้ไข ปัญหาอย่างเป็นระบบ การหลีกเลี่ยงการหวนกลับไปใช้ยาซ้ำทักษะการจัดการกับ
ตัวกระตุ้นและอาการอยากยา ให้ความรู้เส้นทางการเลิกยา



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๔ วันที่ ๒๖ ตุลาคม ๒๕๖๕

ปัญหาที่พบบ่อย ทักษะการปฏิเสธ



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๕ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๕ วันที่ ๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๕

ความเชื่อที่ถูกต้องและทัศนคติที่ร่วมมือในการเลิกยา พ.ร.บ.ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๕ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๕ วันที่ ๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๕

การสร้างควมไว้วางใจ การหาเพื่อนใหม่



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๖ เป้าหมายและคุณค่าของชีวิต การสนับสนุนจากครอบครัวที่สำคัญที่สุด

วันที่ ๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๕



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาเสฟติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๗ วันที่ ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๕

การฝึกอาชีพครั้งที่ ๑ การปลูกผัก โดยเกษตรกรอำเภอกวนโดน



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx ครั้งที่ ๑๐ วันที่ ๗ ธันวาคม ๒๕๖๕

การฝึกอาชีพครั้งที่ ๒ การเลี้ยงปลา



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx เยี่ยมบ้านครั้งที่ ๑ วันที่ ๑๔ ธันวาคม ๒๕๖๕



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหาขยะพืด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมบำบัด CBTx เยี่ยมบ้าน วันที่ ๑๔ ธันวาคม ๒๕๖๕



โครงการดำเนินงานชุมชนยั่งยืน เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด แบบครบวงจรตามยุทธศาสตร์ชาติ

หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล

กิจกรรมประชุมประเมินผล วัดผลความสำเร็จของโครงการ วันที่ ๒๑ ธันวาคม ๒๕๖๕



๒. ผู้ป่วยจิตเวชจากการใช้สารเสพติดในพื้นที่

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุบังปะโหลด ลงพื้นที่ร่วมผู้นำชุมชน สํารวจข้อมูลผู้ป่วยจิตเวชจากการใช้สารเสพติดในพื้นที่ ดังนี้

หมู่บ้าน	เพศชาย	เพศหญิง	รวม
หมู่ที่ ๑ บ้านไต่ะสะ	๓	๑	๔
หมู่ที่ ๒ บ้านกุบังปะโหลด	๑๑	๐	๑๑
หมู่ที่ ๓ บ้านควนยาหว่า	๗	๑	๘
หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง	๕	๐	๕
รวม	๒๖	๒	๒๘

ที่มา : งานจิตเวชและยาเสพติด รพ.สต.บ้านกุบังปะโหลด ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

กิจกรรมที่ดำเนินการ

- ติดตามเยี่ยมผู้ป่วยจิตเวชจากการใช้สารเสพติด และผู้ป่วยจิตเวชที่ต้องใช้ยาฉีด

Fluphenazine

ปัญหา/อุปสรรค การดำเนินงาน

- ผู้ป่วยที่อยู่ในพื้นที่ แต่ตัวผู้ป่วยอยู่ที่อื่น จะมีปัญหาในการติดตาม/เยี่ยม
- ผู้ป่วยขาดยา เนื่องจากไม่มีใครสามารถให้ผู้ป่วยทานยาได้

แนวทางแก้ไข

- ประสาน รพ.สต. ในพื้นที่ที่ผู้ป่วยอาศัยอยู่
- เปลี่ยนจากยากิน มาเป็นยาฉีดแทน

แนวทางการดูแลและนำส่งคนไข้จิตเวชยาเสพติด

๑. การประสานงานนำจับโดยผู้ใหญ่บ้าน
๒. ส่งต่อจิตเวชฉุกเฉิน รพ.ควนโดน
๓. แพทย์ดูแลรักษาเพื่อสงบอาการทางจิต ๕-๗ วัน
๔. ส่งต่อ case manager สุขภาพจิต ใน รพ.ควนโดน
๕. ถ้าไม่สงบ ส่งต่อจิตเวชสงขลา

ประเด็นที่ ๓ มะเร็งครบวงจร

๑. Quick Win : ฉีดวัคซีน HPV ป้องกันมะเร็งปากมดลูกในหญิงไทยอายุ ๑๑-๒๐ ปี

เป้าหมาย หญิงไทยอายุ ๑๑-๒๐ ปี	ฉีดวัคซีน HPV	ร้อยละ	บันทึกผ่าน Moph Claim	ร้อยละ
๑๒๓	๑๒๓	๑๐๐	๑๒๓	๑๐๐

ที่มา : งานมะเร็ง/วัคซีน รพ.สต.บ้านกุบังปะโหลด ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

ปัญหา/อุปสรรค การดำเนินงาน

- ผู้ปกครอง/เด็ก บางคนไม่ยินยอมรับวัคซีน HPV

แนวทางแก้ไข

พูดคุย/ให้ออกสาร เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับวัคซีน HPV ให้คำแนะนำถึงข้อดีของการได้รับวัคซีน และพูดถึงข้อเสียของการไม่รับวัคซีน



๒. การคัดกรองมะเร็งปากมดลูก

KPI : ร้อยละของผู้ได้รับการคัดกรองมะเร็งปากมดลูก (ร้อยละ ๖๐)

หมู่บ้าน	เป้าหมาย	ตรวจคัดกรองคัดกรองวิธี HPV DNA Test	ร้อยละ	ผิดปกติ
หมู่ที่ ๑ บ้านไต้ะสะ	๙๙	๘๕	๘๕.๘๕	๐
หมู่ที่ ๒ บ้านกุบังปะโหลด	๒๑๘	๘๔	๓๘.๕๓	๐
หมู่ที่ ๓ บ้านควนยาหา	๗๖	๓๕	๔๘.๖๘	๐
หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง	๘๓	๔๓	๕๑.๘๐	๐
รวม	๔๖๗	๒๔๗	๕๒.๘๙	๐

ที่มา : งานมะเร็ง รพ.สต.บ้านกุบังปะโหลด ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

ปัญหา/อุปสรรค การดำเนินงาน

- ๑.สตรีมีความอาย สตรีที่ยังไม่แต่งงานปฏิเสธการตรวจ
- ๒.ผู้ป่วยกลัวการทราบผล
- ๓.ผู้ป่วยต้องไปทำงาน จึงไม่สามารถมาตามนัดหมาย
- ๔.สามีไม่ให้บริการตรวจ
- ๕.อายุเจ้าหน้าที่ที่รับงาน เพราะความคั่งเคย

แนวทางแก้ไข

- ๑.จัดบริการที่เอื้อต่อกลุ่มเป้าหมาย มีการนัดตรวจในวันนอกเวลาราชการ
- ๒.จัดกิจกรรมโครงการตรวจคัดกรองโรคมะเร็งปากมดลูก โดยการติดตามสตรีกลุ่มเป้าหมาย ๓๐-๖๐ปี ที่ยังไม่เคยได้รับการตรวจ หรือเคยรับบริการตรวจคัดกรองเกิน ๕ปี เพื่อให้ความรู้เรื่องโรคมะเร็งปากมดลูก ข้อดีการตรวจคัดกรองโรคมะเร็งปากมดลูก จัดเจ้าหน้าที่ ที่อื่นมารับบริการตรวจให้
- ๓.พัฒนางานติดตามในโปรแกรม Jhcis โดยการสร้างรายงานที่สร้างขึ้นเองชื่อรายงานเฉพาะ ที่ผู้ใช้สร้างขึ้นเอง (User 's Report with iReport) คลิกขวา แสดงผลรายงาน (Preview) สำหรับรายงานที่อ้างอิงพารามิเตอร์จาก Jhcis เข้าสู่ Parameters Dialog เพื่อกำหนดวัน ออกหนังสือ และวันเชิญเข้าร่วมประชุม ก็จะได้หนังสือเชิญ เพื่อเชิญเข้าร่วมประชุม และทราบเหตุผลที่ไม่เข้ารับบริการ ในสตรีกลุ่มเป้าหมาย ๓๐-๖๐ปี ที่ยังไม่เคยได้รับการตรวจ หรือเคยรับบริการตรวจคัดกรองเกิน ๕ปี

ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

๑. จัดโครงการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกเป็นประจำทุกปี โดยบสนับสนุนจากงบกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต ๑๒ สงขลา
๒. การพัฒนางานระบบงานติดตามในโปรแกรม Jhcis โดยการสร้างรายงานที่สร้างขึ้นเองชื่อรายงานเฉพาะ ที่ผู้ใช้สร้างขึ้นเอง (User 's Report with iReport) และความร่วมมือจากอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มบึงปะไหลด



๓. การคัดกรองมะเร็งลำไส้ใหญ่และลำไส้ตรง

KPI : ร้อยละของผู้ได้รับการคัดกรองมะเร็งลำไส้ใหญ่และลำไส้ตรง (ร้อยละ ๕๐)

หมู่บ้าน	เป้าหมาย	คัดกรอง มะเร็งลำไส้	ร้อยละ	ผิดปกติ
หมู่ที่ ๑ บ้านไต่ชะ	๑๑๔	๑๘	๑๕.๗๙	๐
หมู่ที่ ๒ บ้านกุงบังปะโหลด	๒๓๗	๓๔	๑๔.๓๕	๐
หมู่ที่ ๓ บ้านควนยาหาว	๖๗	๙	๑๓.๔๓	๐
หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง	๑๐๔	๑๖	๑๕.๓๘	๐
รวม	๕๒๒	๗๗	๑๔.๗๕	๐

ที่มา : งานมะเร็ง/วัคซีน รพ.สต.บ้านกุงบังปะโหลด ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

ปัญหา/อุปสรรค การดำเนินงาน

- รพ.สต.ไม่ได้จัดซื้ออุปกรณ์เอง จึงต้องรอสับสนุนจาก รพ.แม่ข่าย

แนวทางแก้ไข

- รอการสนับสนุนจากรพ. แม่ข่าย

ประเด็นที่ ๔ ลดแออัด ลดป่วย ลดรอคอย ลดตาย

๑. การตรวจติดตามและวินิจฉัย DM/HT

KPI : ๑.ร้อยละของการตรวจติดตามยืนยันวินิจฉัยกลุ่มสงสัยป่วย HT (ร้อยละ ๘๕)

ปีงบประมาณ	เป้าหมาย	ผลงาน	ร้อยละ
๒๕๖๕	๖๕	๖๕	๑๐๐
๒๕๖๖	๑๒๔	๑๒๔	๑๐๐
๒๕๖๗	๗๓	๗๓	๑๐๐

ที่มา : HDC สสจ.สตูล ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

KPI ๒.ร้อยละของการตรวจติดตามยืนยันวินิจฉัยกลุ่มสงสัยป่วย DM (ร้อยละ ๗๒)

ปีงบประมาณ	เป้าหมาย	ผลงาน	ร้อยละ
๒๕๖๕	๖	๖	๑๐๐
๒๕๖๖	๑๘	๑๕	๘๓.๓๓
๒๕๖๗	๑๗	๑๖	๙๔.๑๑

ที่มา : HDC สสจ.สตูล ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

ปัญหา/อุปสรรค การดำเนินงาน

๑. ผู้ป่วยบางรายปฏิเสธการเจาะเลือดเนื่องจากปฏิเสธการรักษาขอใช้ การรักษาตนเอง
๒. ผู้ป่วยขาดความรู้ความเข้าใจเรื่องโรคกลัวการเป็นโรคกลัวการทานยาจึงปฏิเสธการติดตาม

แนวทางแก้ไข

๑. การติดตามดูแลโดยอสม.
๒. การติดตามโดยเจ้าหน้าที่
๓. การติดตามด้วยการเยี่ยมบ้านผู้ป่วย ให้ความรู้ความเข้าใจและยอมรับการรักษาแบบทางเลือก แต่ขอให้เชื่อผลการตรวจวินิจฉัย โดยวิทยาศาสตร์ควบคู่กันไป

๒. การให้บริการดูแลรักษา DM/HT

KPI : ๑.ร้อยละของผู้ป่วย HT ที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดี (ร้อยละ ๖๐)

ปีงบประมาณ	เป้าหมาย	ผลงาน	ร้อยละ
๒๕๖๕	๓๙๐	๑๕๘	๕๑.๑๓
๒๕๖๖	๓๘๐	๑๓๑	๔๒.๕๓
๒๕๖๗	๓๑๔	๑๙๓	๖๑.๔๖

ที่มา : HDC สสจ.สตูล ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

๒. ร้อยละของผู้ป่วย DM ที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี (ร้อยละ ๔๐)

ปีงบประมาณ	เป้าหมาย	ผลงาน	ร้อยละ
๒๕๖๕	๑๐๒	๑๙	๑๘.๖๓
๒๕๖๖	๑๐๘	๒๕	๒๓.๑๕
๒๕๖๗	๑๑๘	๒๖	๒๒.๐๓

ที่

มา : HDC สสจ.สตูล ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

ปัญหา/อุปสรรค การดำเนินงาน

๑. ผู้ป่วยปฏิเสธการรักษาโดยผู้ป่วยบางรายสูงอายุมากรับประทานยา มานานมีความเบื่อยา เป็นการไปรอคอยที่ต้องใช้ระยะเวลานาน
๒. ผู้ป่วยขาดคนดูแลที่มีความรู้ในเรื่องอาหารที่เหมาะสมกับโรคของผู้ป่วย
๓. เศรษฐฐานะ ไม่เอื้ออำนวยในการที่จะทำปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทำให้ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้
๔. ยังขาดความรู้ความเข้าใจทั้งผู้ป่วยและญาติในการควบคุมระดับน้ำตาลและระดับความดันโลหิต

แนวทางแก้ไข

๑. จัดประชุมให้ความรู้กับผู้ป่วยและญาติผู้ดูแลที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ไม่ดีเพื่อให้ความรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
๒. จัดกิจกรรมโครงการถึงครัวถึงใจ นำร่องหมู่ที่ ๔ บ้านกลาง เพื่อให้ความรู้ โดยนักโภชนาการและพยาบาลวิชาชีพในเรื่อง โรคเบาหวานโรคความดันโลหิตสูงการบริโภคโซเดียม
๓. การติดตามเยี่ยมครัว ที่เป็นโรงพยาบาลที่ดีที่สุดที่บ้าน โดยอสม. เพื่อดูการเปลี่ยนแปลงการเลือกผลิตภัณฑ์ที่ใช้ในครัวเรือนที่มีการลดโซเดียม
๔. การส่งเสริมการปลูกผักปลอดสารพิษไว้บริโภคในครัวเรือนและการรับประทานผักในครัวเรือนให้ได้อย่างน้อยครั้งกิโลกรัมต่อวัน
๕. มีโครงการวิจัยการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมความรู้ให้กับประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานโรคความดันโลหิตสูง ในปทุมภูมิซึ่งอยู่ในระหว่างการดำเนินงาน

๓. งานพัฒนาคุณภาพปฐมภูมิ พ.ศ.๒๕๖๖

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มพะโหลด มีการประเมินตามเกณฑ์คุณภาพมาตรฐานบริการสุขภาพปฐมภูมิ พ.ศ. ๒๕๖๖ ได้ผลการประเมินตนเอง ดังนี้

เกณฑ์คุณภาพในการประเมิน	คะแนนเต็ม	คะแนนผ่านเกณฑ์	คะแนนที่ได้
ส่วนที่ ๑ ด้านบริหารจัดการ	๖	๖	๖
ส่วนที่ ๒ ด้านจัดบุคลากรและศักยภาพในการให้บริการ	๘	๘	๘
ส่วนที่ ๓ ด้านสถานที่ตั้งหน่วยบริการ อาคาร สถานที่และสิ่งแวดล้อม	๕	๕	๕
ส่วนที่ ๔ ด้านระบบสารสนเทศ	๙	๙	๙
ส่วนที่ ๕ ด้านบริการสุขภาพปฐมภูมิ	๖๐	๔๘	๕๐
ส่วนที่ ๖ ด้านระบบห้องปฏิบัติการด้านการแพทย์และสาธารณสุข	๔๐	๓๒	๓๒
ส่วนที่ ๗ ด้านการจัดบริการเภสัชกรรมและงานคุ้มครองผู้บริโภค	๓๙	๖๔	๓๐
ส่วนที่ ๘ ด้านระบบการป้องกันและควบคุมการติดเชื้อ	๖๕	๕๒	๖๐
รวม	๒๗๒	๒๒๔	๒๔๐

๔. การขึ้นทะเบียนหน่วยบริการ พ.ศ.๒๕๖๒

จำนวนการจัดตั้งหน่วยบริการปฐมภูมิและเครือข่ายหน่วยบริการปฐมภูมิตาม พ.ร.บ. ระบบสุขภาพปฐมภูมิ

ลำดับที่	สถานบริการ	เป้าหมาย	ผลงาน	ร้อยละ
๑	รพ.สต.ย่านซื่อ	1	1	100
๒	รพ.สต.ควนโดน			
๓	รพ.สต.กุ่มพะโหลด	1	1	100
๔	รพ.สต.วังประจัน			
๕	รพ.ควนโดน			

๕. อสม. มีศักยภาพในการจัดบริการสุขภาพปฐมภูมิขั้นพื้นฐานโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ได้จัดประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพ อสม. ในการจัดบริการสุขภาพ โดยใช้เครื่องมือ แอปพลิเคชัน Smart อสม. พร้อมส่งเสริมและสนับสนุนให้ อสม. มีการใช้เทคโนโลยีอย่างต่อเนื่อง โดยได้ติดตามทั้ง ๓ ประเด็น ได้ผลดังนี้

๕.๑ อสม. มีการใช้งานแอปพลิเคชัน Smart อสม.

เป้าหมาย	ผลงาน	ร้อยละ
๓๘	๓๘	๑๐๐

๕.๒ ผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดกรองความทตถอย ๙ ด้าน จาก อสม.

เป้าหมาย	ผลงาน	ร้อยละ
๓๖๗	๒๙๔	๘๐.๑๐

๕.๓ หญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน

เป้าหมาย	ผลงาน	ร้อยละ
๒๑	๒๐	๙๕.๒๔



ประเด็นที่ ๕ สถานชิวาภิบาล

๑. การดำเนินงานผู้สูงอายุในพื้นที่/การจัดการ LTC

๑.๑ ดำเนินงานกองทุน LTC (Long term Care)

จำนวนผู้สูงอายุ ที่มี ADL<๑๑	เสนอรายชื่อ ให้ สปสช.(คน)	จัดทำ Care Plan (CP)	ได้รับอนุมัติ CP ในระบบ(คน)	การโอนจ่ายจาก อปท.
๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐

ที่มา : งานผู้สูงอายุ รพ.สต.บ้านกุบังปะโฮลด ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

ขั้นตอนการดำเนินงาน

- ประเมินADLแยกกลุ่มผู้สูงอายุ
- ประเมินTAI
- เขียนCare Plan
- Conference โดยทีมสหวิชาชีพ
- ส่งCare Planไปยังคณะอนุกรรมการเพื่อขออนุมัติ Care Plan
- ส่งCare Planต่อเข้าคณะกรรมการLTCชุดใหญ่เพื่อเห็นชอบ
- ส่งCare Planคณะกรรมการกองทุนเพื่อเบิกเงินจากศูนย์ฟื้นฟู
- Care Planอีกชุดจะส่งกลับCg เพื่อให้ Cg ปฏิบัติงานตามCare Plan

ผู้ดูแลผู้สูงอายุ Care giver ดีเด่น ของศูนย์อนามัยที่ ๑๒ ระดับจังหวัด ประจำปี ๒๕๖๓

ชื่อ นางเจ๊ะอัน หมั่นเส็น

ปฏิบัติงาน เป็นอาสาสมัครสาธารณสุขโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพบ้านกุบังปะโฮลด

เป็นแพทย์ประจำตำบลควนสตอ

ประวัติการอบรม ผ่านการอบรม Care giver ปี ๒๕๕๙

อบรมฟื้นฟู Care giver ปี ๒๕๖๐

อบรมฟื้นฟู Care giver ปี ๒๕๖๑

อบรมฟื้นฟู Care giver ปี ๒๕๖๒

อบรมฟื้นฟู Care giver ปี ๒๕๖๖

๑.๒ ผู้ป่วย LTC ได้รับการดูแลตาม Care Plan

จำนวนผู้ป่วย LTC	ได้รับการดูแลตาม Care Plan	ร้อยละ
๑๐	๑๐	๑๐

ที่มา : งานผู้สูงอายุ รพ.สต.บ้านกุบังปะโฮลด ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

- ติดตามเยี่ยมโดยทีมสหวิชาชีพ รพ.ควนโดน เจ้าหน้าที่ รพ.สต. และ Care Giver



๑.๓ จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ

- มีคณะกรรมการชมรม และสมาชิกรวม ๓๐๐ คน
- มีการตั้งกฎข้อบังคับและกติกาของชมรมและมีการตรวจสอบสุขภาพผู้สูงอายุ
- มีกิจกรรมการให้ความรู้ทางศาสนาทุกสัปดาห์
- มีการเก็บค่าสมาชิกชมรมคนละ ๒๐ บาท และค่าบำรุง ๑๐๐ บาท
- อบต.ควนสตอ สนับสนุนงบประมาณให้กับชมรมในการจัดกิจกรรมวันผู้สูงอายุ



ประเด็นที่ ๖ ดิจิทัลสุขภาพ

๑. การบริการการแพทย์ทางไกล (Telemedicine)

มีการให้บริการร่วมกับโรงพยาบาลควนโดน โดยใช้ระบบสำหรับการแพทย์ทางไกลที่ใช้ EMS EMR Viewer Satun นัดหมายผ่านระบบ Hospital OS และผ่านอื่นๆ เช่น Line โดยมีกลุ่มเป้าหมายที่ให้บริการดังนี้

๑. คลินิกผู้สูงอายุ
๒. ผู้ป่วยติดบ้านติดเตียง
๓. ผู้ป่วย HT/DM Uncontrolled
๔. ผู้ป่วยจิตเวชและยาเสพติด
๕. ผู้ป่วย Home Ward

ซึ่งมีขั้นตอนหรือกระบวนการให้บริการการแพทย์ทางไกล (Telemedicine) ดังนี้

๑. ผู้รับบริการประสงค์รับบริการการแพทย์ทางไกลผ่าน รพ. หรือ รพ.สต.
๒. Manager คัดกรองผู้ป่วยเข้าสู่ระบบ
๓. พบแพทย์ผ่านระบบการแพทย์ทางไกล
๔. ประสานนัดหมาย / นัดในระบบ HIS
๕. ประสานการรับยาผ่าน รพ.สต. หรือ อสม.

***การปรึกษาแพทย์เฉพาะทางอายุรกรรม กับแพทย์ประจำทีม วันอังคารเวลา ๑๓.๐๐- ๑๖.๓๐ น.

การให้ปรึกษา



ประเด็นที่ ๗ ส่งเสริมการมีบุตร

๑. การส่งเสริมการมีบุตร/การเตรียมความพร้อมการตั้งครรภ์/การดูแลหลังคลอด

KPI : ๑. อัตราส่วนมารดาตายไทย (ไม่เกิน ๑๗ ต่อการเกิดมีชีพ) = ๐

KPI : ๒. อัตราตายทารกแรกเกิดอายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ ๒๘ วัน (น้อยกว่า ๓.๖ ต่อ ๑,๐๐๐ ทารกแรกเกิดมีชีพ) = ๐

กิจกรรม

๑. ดำเนินตามโครงการสาวไทยแก้มแดง
๒. ประชาสัมพันธ์ช่องทางการเข้ารับบริการและสิทธิต่างๆ
๓. จัดกิจกรรมเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

ปัญหา/อุปสรรค การดำเนินงาน

๑. หญิงวัยเจริญพันธุ์รับประทานยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กไม่สม่ำเสมอ

แนวทางแก้ไข

๑. ให้คำแนะนำถึงความสำคัญของการรับประทานยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก รวมถึงแจ้งผลเสียของการไม่รับประทานยาต่อเนื่อง

๒. ติดตามการรับประทานยาโดย อสม. หมอคนที่ ๑



ประเด็นที่ ๘ เศรษฐกิจสุขภาพ

ผลิตภัณฑ์สุขภาพ

KPI : ๑. ผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ได้รับการดูแลส่งเสริมและได้รับอนุญาต (ร้อยละ ๖๐)

จำนวนผลิตภัณฑ์สุขภาพ	ได้รับการดูแลส่งเสริมและได้รับอนุญาต	ร้อยละ
๑	๑	๑๐๐

ที่มา : งานคุ้มครองผู้บริโภค รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะโหลด ณ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๗

กิจกรรม

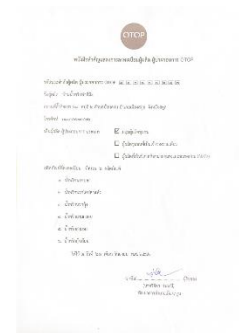
๑. ตรวจสอบผลิตภัณฑ์สุขภาพตามมาตรฐานตามเกณฑ์ที่กำหนด
๒. มีเครือข่ายขับเคลื่อนงานคุ้มครองผู้บริโภค

ปัญหา/อุปสรรค การดำเนินงาน

๑. ยังไม่มีเครื่องหมาย อย.

แนวทางแก้ไข

๑. แจ้งความประสงค์ และอยู่ในระหว่างการดำเนินการ



ส่วนที่ ๕ ผลงานเด่น ผลงานที่ภาคภูมิใจ

ผลงานเด่น

๑.ชื่อผลงานเด่น : มาตรฐาน GREEN and CLEAN Hospital สถานบริการสาธารณสุขปลอดภัย
ความภาคภูมิใจ : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุบังปะโฮลด เป็นหน่วยงานต้นแบบในการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพของเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการและผู้รับบริการ
ปีงบประมาณ ๒๕๖๓



๒. ผลงานเด่น : การประเมินสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน สะอาดปลอดภัยสิ่งแวดล้อมดี มีชีวิตชีวาและ
สมดุลชีวิตระดับดีมาก

ความภาคภูมิใจ : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุบังปะโฮลด เป็นหน่วยงานสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่า
ทำงาน สะอาดปลอดภัยสิ่งแวดล้อมดี มีชีวิตชีวาและสมดุลชีวิตระดับดีมาก
ปีงบประมาณ ๒๕๖๓



๓. ผลงานเด่น : มาตรฐานสิ่งแวดล้อมไทย HAS

ความภาคภูมิใจ : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุบ่งปะโหลด เป็นหน่วยงาน ที่สนับสนุนการดำเนินงานกิจกรรมงานสิ่งแวดล้อมไทย HAS (สะอาด เพียงพอ ปลอดภัย)

ปีงบประมาณ ๒๕๖๓



๔. ผลงานเด่น : งานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพของจังหวัดสตูล

ความภาคภูมิใจ : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุบ่งปะโหลด เป็นหน่วยงาน ที่สนับสนุนการดำเนินงานกิจกรรมงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพของจังหวัดสตูล

ปีงบประมาณ ๒๕๖๖



๕. ผลงานเด่น : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลติดดาว (ระดับ ๕ ดาว)

ความภาคภูมิใจ : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ้งปะโหลด ผ่านเกณฑ์ พัฒนาคุณภาพ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลติดดาว (ระดับ ๕ ดาว)

ปีงบประมาณ ๒๕๖๒ และ ๒๕๖๕



ผลงานที่ภาคภูมิใจ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มปะโฮลด์ มีขับเคลื่อนการดำเนินงานการแก้ไขปัญหาโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง โดยการบูรณาการ ๔ โครงการ เพื่อดูแลสุขภาพประชาชน ลดผู้ป่วยโรคเรื้อรังรายใหม่ ลดภาวะแทรกซ้อนในกลุ่มผู้ป่วยประกอบ ๔ โครงการ ๑ นวัตกรรม ดังนี้

๑.โครงการเฝ้าระวังคัดกรองโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ปี ๒๕๖๖

๑. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ แผนงานโครงการ ฯ ให้แก่ อสม.ทุกหมู่ อสม.ได้เข้าร่วมกิจกรรมประชุม จำนวน ๓๘ คน เพื่อรับทราบวัตถุประสงค์โครงการในการดูแลสุขภาพประชาชน โดยการตรวจสุขภาพเบื้องต้น กิจกรรมที่จะต้องดำเนินการคัดกรองโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ตามแผนแยกแต่ละหมู่บ้าน การติดตาม การส่งต่อ

๒.กิจกรรมคัดกรองแยกตามรายหมู่บ้านดังนี้

๒.๑ คัดกรองหมู่ ๑ บ้านโต๊ะสะ วันที่ คัดกรองวันที่ ๗ กันยายน ๒๕๖๖ ณ ร.ร. ตาดีกา ม.๑ มีผู้รับบริการจำนวน ๒๐๖ คน

๒.๒.คัดกรองหมู่ ๒ บ้านกุ่มปะโฮลด์ วันที่ คัดกรองวันที่ ๙ กันยายน ๒๕๖๖ ณ มัสยิด ม.๒ บ้านกุ่มปะโฮลด์ มีผู้รับบริการจำนวน ๒๖๑ คน

๒.๓.คัดกรองหมู่ ๓ บ้านควนยาหาว วันที่ คัดกรองวันที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๖๖ ณ มัสยิด ม.๒ บ้านกุ่มปะโฮลด์ มีผู้รับบริการจำนวน ๑๔๕ คน

๒.๔.คัดกรองหมู่ ๔ บ้านกลาง วันที่ คัดกรองวันที่ ๑๔ กันยายน ๒๕๖๖ ณ มัสยิด ม.๒ บ้านกุ่มปะโฮลด์ มีผู้รับบริการจำนวน ๑๙๑ คน

๓.บันทึกในโปรแกรม Jhcis แยกกลุ่มเป้าหมายคัดกรอง ปี ๒๕๖๖

- กลุ่มปกติเบาหวาน ๖๗๖ คน กลุ่มเสี่ยงเบาหวาน ๑๑๓ คน กลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๑๓ คน
- กลุ่มปกติความดันโลหิตสูง ๖๕๙ คน กลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง ๑๒๔ คน กลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ๑๙ คน

๔.นัดติดตามปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยง ผ่านโครงการชุมชนสุขภาพวิถีใหม่ทางไกลโรคเรื้อรัง ปี ๒๕๖๖

ภาพกิจกรรมโครงการเฝ้าระวัง คัดกรองโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ปี ๒๕๖๕

กิจกรรมคัดกรอง หมู่ที่ ๑-๔ ตำบลควนสตอ อำเภอควนโดน จังหวัดสตูล



งสา

พ.สต.บ้านกุ่มปะโฮลด์) | ๕๒



สรุปโครงการเฝ้าระวังและคัดกรองโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ปี ๒๕๖๖

๑. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัดดังนี้

๑.๑ เพื่อคัดกรองโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงให้กับประชาชนอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป
คัดกรองได้ ๘๐๓ คน คิดเป็นร้อยละมากกว่า ๙๐ เปอร์เซ็นต์ตามวัตถุประสงค์

๑.๒ ประชาชนกลุ่มป่วยได้รับการส่งต่อ รับการรักษาร้อยละ ๑๐๐

๒. โครงการชุมชนสุขภาพดีวิถีใหม่ห่างไกลโรคเรื้อรัง ปี ๒๕๖๖

๑. ประชุมภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องในการแก้ปัญหาโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง คั้นข้อมูลสุขภาพและ
ข้อมูล ผู้ป่วยชุมชน (เกษตรอำเภอ อปท. อสม. ผู้นำในท้องถิ่น เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)

๒. จัดอบรม ความรู้ ตามกิจกรรม ๓ อ.๒ ส. และให้คู่มือดูแลและติดตามสุขภาพสำหรับกลุ่มเสี่ยง
โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ในกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง ที่ส่งต่อข้อมูล
มาจากกการคัดกรอง เป็นประจำทุกปี

๓. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ให้ความรู้ เรื่องโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

๔. เกษตรอำเภอ ให้ความรู้การปลูกผักในกลุ่มเสี่ยง โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ไว้บริโภคใน
ครัวเรือน กลุ่มเสี่ยงได้รับต้นกล้าพันธุ์ผัก

๕. อสม. ติดตามความดันโลหิตและระดับน้ำตาลในเลือดให้กับกลุ่มเสี่ยง เยี่ยมบ้านและติดตามการปลูกผัก

ภาพกิจกรรมโครงการชุมชนสุขภาพดีวิถีใหม่ห่างไกลโรคเรื้อรัง ปี ๒๕๖๖

วันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖ ประชุมภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องในการแก้ปัญหาโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง



วันที่ ๒๘ สิงหาคม ๒๕๖๖ จัดอบรม ความรู้ ตามกิจกรรม ๓ อ.๒ ส.ในกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานแลโรคความดันโลหิตสูง โดยนักโภชนาการ และนักวิชาการโรงพยาบาลควนโดน



วันที่ ๒๙ สิงหาคม ๒๕๖๖ ภาพกิจกรรมจัดอบรมความรู้ การปลูกผัก ความรู้ศัตรูและวัชพืชในการปลูกผักในกลุ่ม
เสี่ยงโรคเบาหวานแลโรคความดันโลหิตสูง ในกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานแลโรคความดันโลหิตสูง



วันที่ ๑๙ กันยายน ๒๕๖๖ กิจกรรมสรุปผลการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องและการคืนข้อมูล



๑. สรุปผลการดำเนินการโครงการชุมชนวิถีใหม่ห่างไกลโรคเรื้อรัง ปี ๒๕๖๖

๑.๑ จัดตั้งกลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษไว้ทานเองจำนวน ๑ กลุ่ม

๑.๒ จัดตั้งกลุ่มออกกำลังกาย จำนวน ๒ กลุ่ม คือกลุ่มออกกำลังกายที่บ้านโตะสีะและบ้านกุงปะโหลด

๑.๓ ประชาชนกลุ่มเสี่ยง จำนวน ๕๐ คน ได้รับการติดตามเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและขึ้นทะเบียนกลุ่มเสี่ยงจากคลินิกDPAC รพ.สต.บ้านกุงปะโหลด โดยผ่านนวัตกรรมคู่มือลดน้ำหนักสำหรับประชาชน ส่งผลเพื่อให้เจ้าหน้าที่บันทึกผลการตรวจในโปรแกรม JHCIS ของหน่วยบริการเพื่อการวิเคราะห์ข้อมูล และเพิ่มชุมชนเพื่อการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพ

๑.๔ กลุ่มเสี่ยงหรือญาติผู้ดูแลกลุ่มเสี่ยงกลุ่มป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ทำแบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ๓ ๐.๒ส.ที่พึงประสงค์ของคนไทย โดยกองสุศึกษา ร้อยละ ๑๐๐

๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัดดังนี้

๒.๑ ประชากรกลุ่มเสี่ยงได้รับการตรวจ ติดตามซ้ำร้อยละ ๘๐

๒.๒ ประชากรกลุ่มเสี่ยง มีการจัดตั้งกลุ่มปลูกผัก อย่างน้อย ๑ กลุ่ม

๒.๓ จัดตั้งกลุ่มออกกำลังกาย จำนวน ๒ กลุ่ม คือกลุ่มออกกำลังกายที่บ้านโตะสีะและบ้านกุงปะโหลด

๒.๖ จำนวนผู้ป่วยเบาหวาน รายใหม่ลดลงไม่เกินร้อยละ ๕

๒.๗ จำนวนผู้ป่วยความดันโลหิตสูง รายใหม่ลดลงไม่เกินร้อยละ ๒.๕

๓.โครงการ อสม.ร่วมใจ ลดเสี่ยง ลดโรคต้านภัยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิต ปี ๒๕๖๖

โครงการนี้จัดทำเพื่อพัฒนาศักยภาพ อสม.ให้มีความรู้ในเรื่องงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เริ่มตั้งแต่การตรวจสุขภาพ ประเมินผลการตรวจสุขภาพ โดยได้รับการอบรมความรู้ คู่มือการดำเนินงาน อสม. การเรียนรู้การใช้เวป แอปพลิเคชันแหล่งความรู้ด้านสุขภาพโรคไม่ติดต่อ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุงปะโหลด

๑.อบรมพัฒนาศักยภาพ อสม.ในการดำเนินงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง พร้อมจัดทำแนวทางคู่มือการดำเนินงานแก่ อสม. และการเรียนรู้การใช้เวปแอปพลิเคชันแหล่งความรู้ด้านสุขภาพ

๒.ประชุมกลุ่มเสี่ยง เพื่อทำข้อตกลง การติดตาม วัดความดันโลหิตและตรวจน้ำตาลซ้ำ ทุก ๑ เดือน, ๓ เดือน, ๖ เดือน พร้อมสอนการวัดความดันโลหิตที่บ้าน ๗ วัน

๓.เกษตรอำเภอ ร่วมกับ อสม แจกต้นกล้าพันธุ์ให้กลุ่มเสี่ยงปลูก ในครัวเรือน อย่างน้อย ๕ ชนิด ได้แก่ พริก โหระพา ตะไคร้ ขมิ้น ขิง ข่า และผักกินใบ

ภาพกิจกรรมโครงการ อสม.ร่วมใจ ลดเสี่ยง ลดโรคต้านภัยโรคเบาหวานโรคความดัน ปี ๒๕๖๖

วันที่ ๑๘ สิงหาคม ๒๕๖๖ อบรมพัฒนาศักยภาพ อสม.ในการดำเนินงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง พร้อมจัดทำแนวทางคู่มือการดำเนินงานแก่ อสม. และการเรียนรู้การใช้เวปแอปพลิเคชันแหล่งความรู้ด้านสุขภาพ



วันที่ ๔ กันยายน ๒๕๖๖ ประชุมกลุ่มเสี่ยง เพื่อทำข้อตกลง การติดตาม วัดความดันโลหิตและตรวจน้ำตาลซ้ำ ทุก ๑ เดือน ๓ เดือน ๖ เดือน พร้อมสอนการวัดความดันโลหิตที่บ้าน ๗ วัน



วันที่ ๕ กันยายน ๒๕๖๖ ภาพกิจกรรม เกษตร อำเภอกวนโดน ให้ความรู้ประชาชน การเตรียมดิน การปลูกผัก



๑.สรุปผลโครงการ อสม.ร่วมใจลดเสี่ยงลดโรคต้านภัยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงปี ๒๕๖๖

๑.๑ ประชุมกลุ่มเสี่ยง เพื่อทำข้อตกลง การติดตาม วัดความดันโลหิตและตรวจน้ำตาลซ้ำ ทุก ๑ เดือน ๓ เดือน ๖ เดือน พร้อมสอนการวัดความดันโลหิตที่บ้าน ๗ วัน กลุ่มเป้าหมายจำนวน ๔๐ คน เข้าร่วมโครงการครบ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์

๑.๒ ให้ความรู้โดยเกษตร อำเภอกวนโดน การเตรียมดิน การปลูกผัก ให้กลุ่มเป้าหมายจำนวน ๔๐ คน โดยมีกิจกรรม เกษตร อำเภอกวนโดน ให้ความรู้การปลูกผักโดยเกษตร อำเภอกวนโดน การเตรียมดิน วัสดุปลูก การเรียนรู้โรคและศัตรูพืช การผลิตหัวเชื้อไตรโคเดอร์มาเพื่อใช้กำจัดโรคเชื้อราในพืชผัก จัดตั้งกลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษไว้ทานเอง จำนวน ๑ กลุ่ม

๑.๓ ให้ความรู้การออกกำลังกาย จัดตั้งกลุ่มออกกำลังกาย จำนวน ๑ กลุ่ม คือกลุ่มออกกำลังกายบ้านกุ่มบึงปะโหลด

๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัดดังนี้

๒.๑ กลุ่มเสี่ยงได้รับการติดตามความดันโลหิตและเจาะน้ำตาล ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์

๒.๒ ประชากรกลุ่มเสี่ยง มีการจัดตั้งกลุ่มปลูกผัก อย่างน้อย ๑ กลุ่ม

๒.๓ กลุ่มเสี่ยงได้รับส่งต่อ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์

๔.โครงการถึงคร้วถึงใจ ปี ๒๕๖๖

จัดทำขึ้นเพื่อดูแลกลุ่มเป้าหมายกลุ่มป่วย ให้มีความรู้ มีทักษะ ในการเลือกอาหารและเครื่องปรุงในครัวเรือน เพื่อช่วยสนับสนุนให้ผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วย ดูแลสุขภาพ เพื่อเป้าหมายลดระดับความดันโลหิต ลดระดับน้ำตาลในเลือด ป้องกันโรคแทรกซ้อนของโรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และไตวายเรื้อรัง

๑.จัดอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้แก่กลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยและญาติผู้ดูแลผู้ป่วยในเรื่องอาหาร



๒.อสม.ลงพื้นที่สำรวจเยี่ยม ครัวเรือนในชุมชน

กลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยและญาติผู้ดูแลผู้ป่วย เพื่อดูความก้าวหน้า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการเลือกอาหารและเครื่องปรุงในครัวเรือน พร้อมติดตามและให้คำปรึกษา



สรุปผลโครงการถึงคร้วถึงใจ ปี ๒๕๖๖

- ๑ ประชาชนกลุ่มเป้าหมาย จำนวน ๖๕ คน มีความรู้เรื่อง ๓๐๒ส.
- ๒ ประชาชนกลุ่มเป้าหมาย จำนวน ๖๕ คน ได้รับการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ๓๐.๒ส.ที่พึงประสงค์ของคนไทย โดยกองสุขศึกษา ครอบคลุม ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์
- ๓ ประชาชนกลุ่มเป้าหมาย ได้รับการเยี่ยมครัวสุขภาพดีที่บ้าน ครอบคลุม ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์
- ๔ จำนวนผู้ป่วยเบาหวาน รายใหม่ ๔ ราย ลดลงไม่เกินร้อยละ ๕
- ๕ จำนวนผู้ป่วยความดันโลหิตสูง รายใหม่ ๗ ราย ลดลงไม่เกินร้อยละ ๒.๕
- ๖ กลุ่มเสี่ยงได้รับการติดตามความดันโลหิตและเจาะน้ำตาลครอบคลุม ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์

๕.นวัตกรรมการเรียนรู้การใช้เวปแอปพลิเคชัน แหล่งความรู้ด้านสุขภาพโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

QR Code เพื่อเพิ่มพูนความรู้ด้านสุขภาพ การแปรผลสุขภาพและการเรียนรู้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตลอดจนการค้นหาความรู้ด้านสุขภาพให้กับประชาชน

ขั้นตอนการเข้าชมแอปพลิเคชัน แหล่งความรู้ด้านสุขภาพโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

ได้ ๒ช่องทาง

๕.๑ ผ่านเวป <http://koobung.hos.stno.moph.go.th/bmi/> เข้าชมได้เลย

๕.๒ ผ่านคิวอาร์โค้ดที่สะดวกรวดเร็ว โดยการกดข้ามหน้าโฆษณา



๕.๓ เลือกความรู้เรื่องโรคที่สนใจ เช่นโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน เปิดอ่านเป็น E-BOOK

แหล่งความรู้ด้านสุขภาพ:รพ.สต.บ้านกุ่ม...
http://koobung.hos.stno.moph.go.th

แหล่งความรู้ด้านสุขภาพ
«« รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะไหลด »»




ความดันโลหิตสูง



หมายถึง ภาวะที่มีระดับความดันโลหิตขณะจับตัว (ตั้งนอน) ตั้งแต่ 140 มิลลิเมตรปรอท และระดับความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว (ตัวล่าง) มากกว่า หรือเท่ากับ 90 มิลลิเมตรปรอทขึ้นไป


โรคเบาหวาน



โรคเบาหวานคือโรคที่เกิดจาก ความผิดปกติของการทำงานของ ฮอริโมนที่ชื่อว่า อินซูลิน (อินสุลิน) ซึ่งโดยปกติแล้วร่างกายของเราจำเป็นต้องใช้อินซูลิน เพื่อเข้าน้ำตาลในกระแสเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย โดยเฉพาะสมองและกล้ามเนื้อ (ในภาวะที่อินซูลินผิดปกติ) ปรากฏเป็นการลดลงของปริมาณอินซูลินในร่างกาย หรือการที่อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายดื้อต่ออินซูลิน ลดลง (หรือที่เรียกว่า ภาวะดื้ออินซูลิน) จะทำให้ร่างกายไม่สามารถเข้าน้ำตาลที่อยู่นอกกระแสเลือดไปใช้ได้ อย่างเต็มประสิทธิภาพ

๕.๔ การประเมินดัชนีมวลกาย โดยบันทึก น้ำหนัก ส่วนสูง จะมีการแปรผลพร้อมคำแนะนำสุขภาพ

แหล่งความรู้ด้านสุขภาพ:รพ.สต.บ้านกุ่ม...




การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย
http://koobung.hos.stno.moph.go.th

การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย
«« รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะไหลด »»

น้ำหนัก(กิโลกรัม) :

ส่วนสูง(เซนติเมตร) :

คำนวณความต้องการพลังงานขั้นพื้นฐาน ในหนึ่งวัน

คำนวณสารอาหาร

การแปรผลพร้อมคำแนะนำสุขภาพ ครอบคลุมกลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย

การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย

การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย

«« รพ.สต.บ้านกุงปะโฮลด »»

น้ำหนัก(กิโลกรัม) : 52

ส่วนสูง(เซนติเมตร) : 157

ดัชนีมวลกายของคุณคือ : 21.10

คุณมีน้ำหนักปกติ

คำแนะนำ : คุณมีรูปร่างสมส่วน สุขภาพที่ดีอยู่แล้ว ปฏิบัติตัวเช่นนี้ตลอดไป
อาหาร : ควรรับประทานอาหารที่เป็นผัก ผลไม้ครึ่งหนึ่งอย่างอื่นครึ่งหนึ่ง ควรหลีกเลี่ยงผลไม้ที่มีรสหวานจัด
ออกกำลังกาย : ออกกำลังกายสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 30 นาที
อารมณ์ : ควรทำจิตใจให้แจ่มใสอยู่เสมอ หากมีอาการเครียดหรือทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว

คำนวณความต้องการพลังงานขั้นพื้นฐาน ในหนึ่งวัน

คำนวณสารอาหาร

การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย

น้ำหนัก(กิโลกรัม) : 70

ส่วนสูง(เซนติเมตร) : 157

ดัชนีมวลกายของคุณคือ : 28.40

คุณมีน้ำหนักที่มากเกินไป(อ้วน)

คำแนะนำ : คุณมีภาวะอ้วน ต้องปฏิบัติตัวเรื่องการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และการออกกำลังกายให้สม่ำเสมอ เพื่อลดเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง หรือโรคเบาหวาน
อาหาร : ควรรับประทานอาหารที่เป็นผัก ผลไม้ครึ่งหนึ่งอย่างอื่นครึ่งหนึ่ง ควรหลีกเลี่ยงผลไม้ที่มีรสหวานจัด และงดรับประทานอาหารพวกแป้ง ขนมเบเกอรี่ เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง อาหารที่มีไขมันสูง อาหารจำพวกทอด
ออกกำลังกาย : ออกกำลังกายสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 30 นาที
อารมณ์ : ควรทำจิตใจให้แจ่มใสอยู่เสมอ หากมีอาการเครียดหรือทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว

คำนวณความต้องการพลังงานขั้นพื้นฐาน ในหนึ่งวัน

คำนวณสารอาหาร

การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย

การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย

«« รพ.สต.บ้านกุงปะโฮลด »»

น้ำหนัก(กิโลกรัม) : 60

ส่วนสูง(เซนติเมตร) : 157

ดัชนีมวลกายของคุณคือ : 24.34

คุณมีน้ำหนักเริ่มมาก(ตัวม)

คำแนะนำ : คุณเริ่มมีน้ำหนักมากขึ้น พยายามปฏิบัติตัวเรื่องการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และการออกกำลังกายเพิ่มขึ้นอีกนิด เพื่อให้รูปร่างเข้าสู่เกณฑ์ปกติ
อาหาร : ควรรับประทานอาหารที่เป็นผัก ผลไม้ครึ่งหนึ่งอย่างอื่นครึ่งหนึ่ง ควรหลีกเลี่ยงผลไม้ที่มีรสหวานจัด รับประทานอาหารพวกแป้ง น้ำตาล ให้น้อยลง
ออกกำลังกาย : ออกกำลังกายสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 30 นาที
อารมณ์ : ควรทำจิตใจให้แจ่มใสอยู่เสมอ หากมีอาการเครียดหรือทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว

คำนวณความต้องการพลังงานขั้นพื้นฐาน ในหนึ่งวัน

คำนวณสารอาหาร

การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย

น้ำหนัก(กิโลกรัม) : 80

ส่วนสูง(เซนติเมตร) : 157

ดัชนีมวลกายของคุณคือ : 32.46

คุณมีน้ำหนักที่มากเกินไป(อ้วนมาก)

คำแนะนำ : คุณมีภาวะอ้วนมาก เสี่ยงต่อการเกิดโรคที่อันตราย พยายามลดน้ำหนัก โดยด่วน ต้องปฏิบัติตัวเรื่องการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และการออกกำลังกายให้สม่ำเสมอ
อาหาร : ควรรับประทานอาหารที่เป็นผัก ผลไม้ครึ่งหนึ่งอย่างอื่นครึ่งหนึ่ง ควรหลีกเลี่ยงผลไม้ที่มีรสหวานจัด และงดรับประทานอาหารพวกแป้ง ขนมเบเกอรี่ เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง อาหารที่มีไขมันสูง อาหารจำพวกทอด
ออกกำลังกาย : ออกกำลังกายสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 30 นาที
อารมณ์ : ควรทำจิตใจให้แจ่มใสอยู่เสมอ หากมีอาการเครียดหรือทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว

คำนวณความต้องการพลังงานขั้นพื้นฐาน ในหนึ่งวัน

คำนวณสารอาหาร

๕.๕ คำนวณความต้องการพลังงานขั้นพื้นฐานในหนึ่งวัน ที่ร่างกายจำเป็นต้องได้รับ



การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย <http://koobung.hos.stno.moph.go.th>

การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย

«« รพ.สต.บ้านกุ่มบึงปะโหลด »»

น้ำหนัก(กิโลกรัม):

ส่วนสูง(เซนติเมตร):

คำนวณความต้องการพลังงานขั้นพื้นฐาน ในหนึ่งวัน

คำนวณสารอาหาร

คำแนะนำ : กรณีต้องการลดน้ำหนัก แนะนำให้ลดปริมาณพลังงานให้น้อยกว่าที่ร่างกายเราใช้วันละประมาณ 500 แคลลอรี่ แต่เมื่อลบบอก 500 แคลลอรี่แล้ว จะต้องหามีน้อยกว่าพลังงานขั้นพื้นฐานที่จำเป็นต่อวัน ที่เราคำนวณได้

คำนวณพลังงานที่จำเป็นในหนึ่งวัน <http://koobung.hos.stno.moph.go.th>

คำนวณพลังงานที่จำเป็นในหนึ่งวัน

เขต :

อายุ :

น้ำหนัก(กิโลกรัม):

ส่วนสูง(เซนติเมตร):

พลังงานขั้นพื้นฐานที่จำเป็นต่อวัน = 1207 กิโลแคลลอรี่

กรณีนั่งทำงานอยู่กับที่ ไม่ได้ออกกำลังกายเลย = 1449 กิโลแคลลอรี่

กรณีออกกำลังกายเบาๆ 1-3 วันต่อสัปดาห์ = 1660 กิโลแคลลอรี่

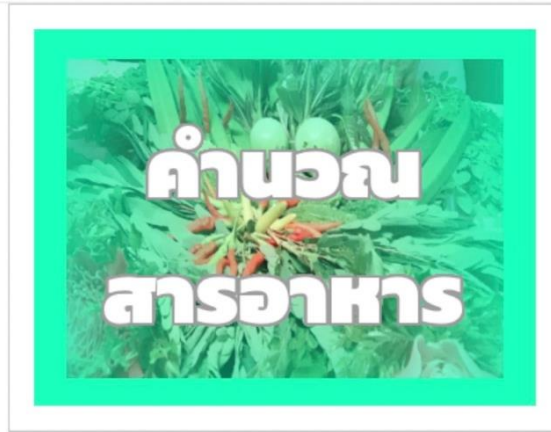
กรณีออกกำลังกายปานกลาง 3-5 วันต่อสัปดาห์ = 1871 กิโลแคลลอรี่

กรณีออกกำลังกายปานกลาง 6-7 วันต่อสัปดาห์ = 2052 กิโลแคลลอรี่

กรณีออกกำลังกายอย่างหนักเป็นประจำ เพื่อซ้อม ในการแข่งขัน = 2293 กิโลแคลลอรี่

๕.๖ การคำนวณสารอาหารที่จำเป็น โดยคำนวณจากปริมาณที่ต้องการต่อวัน ตามกิจกรรมทางกาย กรณีต้องการลดน้ำหนัก ลดปริมาณสารอาหาร ต้องไม่น้อยกว่าพลังงานขั้นพื้นฐานร่างกายต้องจำเป็นต้องได้รับในหนึ่งวัน เพื่อให้ทราบถึงปริมาณสารอาหารว่าโปรตีน คาร์โบไฮเดรตและไขมัน ที่เราควรได้รับ สามารถเปิดดูตาราง แคลลอรี่ในอาหารไทย การรู้จักไขมัน และแหล่งคาร์โบไฮเดรต

แหล่งความรู้ด้านสุขภาพ:รพ.สต.บ้านกุ่ม...



การคำนวณสารอาหารที่จำเป็น

การคำนวณสารอาหารที่จำเป็น

ปริมาณพลังงานที่ต้องการต่อวัน : 1449

น้ำหนักตัว : 52

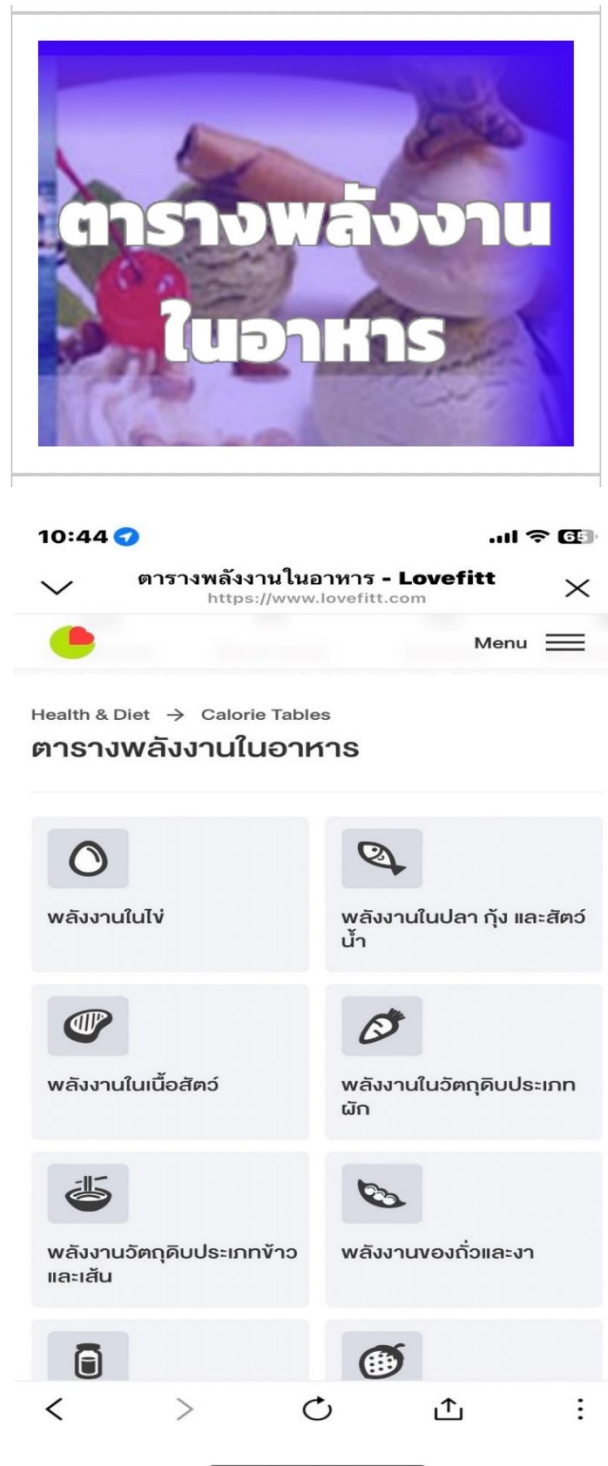
พลังงานที่คุณต้องการต่อวันคือ : 1449.00 กิโลแคลลอรี่

โปรตีนที่คุณต้องการต่อวันคือ : 312.00 กิโลแคลลอรี่ (78.00 กรัม)

คาร์โบไฮเดรตที่คุณต้องการต่อวันคือ : 702.30 กิโลแคลลอรี่ (175.57 กรัม)

ไขมันที่คุณต้องการต่อวันคือ : 434.70 กิโลแคลลอรี่ (48.30 กรัม)

๕.๗ ตารางพลังงานในอาหาร จะให้ค้นหา พลังงานโปรตีนจากแหล่งต่าง พลังงานในอาหารจานเดียว



๕.๘ การรู้จักไขมัน

แหล่งความรู้ด้านสุขภาพรพ.สต.บ้านกุ่ม...



10:45



รู้จักไขมัน ห่างไกลโรคหัวใจและหลอดเลือด...

(Polyunsaturated fat) and saturated fat (trans fat)

1.ไขมันอิ่มตัว (Saturated fat) มีลักษณะเป็นของแข็งเมื่ออยู่ในอุณหภูมิที่ต่ำกว่า 25 องศาเซลเซียส มักพบในแหล่งอาหารจำพวกเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์เนยนม เช่น เนื้อหมู เนื้อวัว เนื้อไก่ติดหนัง ไข่สัตว์ เนย ชีส น้ำมันพืชบางอย่างก็มีกรดไขมันอิ่มตัว เช่น น้ำมันปาล์ม หรือน้ำมันมะพร้าว เหมาะแก่การทอดด้วยความร้อนสูง

2.ไขมันไม่อิ่มตัวเชิงเดี่ยว (Monounsaturated fat) มักพบในน้ำมันพืชอย่างน้ำมันมะกอก น้ำมันงา หรือน้ำมันดอกคำฝอย อะโวคาโด ปลาที่มีกรดไขมันอย่างทูน่า แมคเคอเรล หรือแซลมอน และถั่วหรือเมล็ดธัญพืชต่างๆ ไขมันไม่อิ่มตัวเชิงเดี่ยวช่วยลดระดับคอเลสเตอรอลไม่ดี ความเสี่ยงเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดสมอง รวมทั้งทำร่างกายได้รับกรดไขมันจำเป็นที่สร้างเองไม่ได้ ทานความได้น้อยกว่าไขมันอิ่มตัว สามารถนำไปผัด ทอดได้บ้าง

3.ไขมันไม่อิ่มตัวเชิงซ้อน (Polyunsaturated fat) มักพบในน้ำมันพืช เช่น น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันข้าวโพด หรือน้ำมันทานตะวัน ถั่วและเมล็ดพืชต่างๆ ไขมันประเภทนี้ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอลไม่ดีในเลือด ลดความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดสมอง ให้สารอาหารที่เสริมสร้างเซลล์ในร่างกาย และทำให้ได้รับกรดไขมันจำเป็นที่ร่างกายผลิตเองไม่ได้ เช่น โอเมก้า 6 และโอเมก้า 3 แต่ไขมันที่ทนความร้อนได้น้อยที่สุด การบริโภคกรดไขมันไม่อิ่มตัวเชิงเดี่ยวและเชิงซ้อน จะช่วยให้ร่างกายได้รับประโยชน์มากกว่าบริโภคไขมันอิ่มตัวหรือไขมันทรานส์

แชทกับ สสส. (สำนักงานก...
สวีสวีดีส์ เพจสำนักงานกองทุนสนับสนุนก...
อีตของออส...
ไฟลของไฟล... (Partially Hydrogenated Oil)

๕.๙ แหล่งคาร์โบไฮเดรต



นั้บคาร์บ ลดน้ำหนัก ต้านเบาหวาน

ข้าว เส้นก๋วยเตี๋ยว ขนมปัง เบเกอรี่ต่างๆ
แล้ว ทราบหรือไม่ว่า อาหารชนิดอื่นก็มี
คาร์โบไฮเดรตเช่นกัน

“คาร์โบไฮเดรต” เป็นสารอาหารหลักที่
ร่างกายควรได้รับเพื่อใช้เป็นพลังงาน
คาร์โบไฮเดรต แบ่งเป็น 2 กลุ่ม

1. **คาร์โบไฮเดรตที่มีโมเลกุลเชิงเดี่ยว**
(Simple carbohydrate) เมื่อกิน
คาร์โบไฮเดรตกลุ่มนี้ ร่างกายจะดูดซึมและ
เปลี่ยนเป็นน้ำตาลในเลือดได้อย่างรวดเร็ว
ผู้เป็นเบาหวาน ผู้มีความเสี่ยงเบาหวาน
และผู้ที่มีน้ำหนักเกิน จึงควรหลีกเลี่ยง
อาหารกลุ่มนี้ ตัวอย่างอาหารกลุ่มนี้ เช่น
น้ำหวาน น้ำอัดลม
2. **คาร์โบไฮเดรตที่มีโมเลกุลเชิงซ้อน**
(Complex carbohydrate)
คาร์โบไฮเดรตกลุ่มนี้โครงสร้างโมเลกุล
ใหญ่ บางชนิดมีใยอาหารมาก จึงดูดซึม
และเปลี่ยนเป็นน้ำตาลในเลือดได้ช้ากว่า
คาร์โบไฮเดรตเชิงเดี่ยว อาหารกลุ่มนี้จึง
เหมาะกับผู้เป็นเบาหวาน ผู้มีความเสี่ยง
เบาหวาน และผู้ที่มีน้ำหนักเกิน ตัวอย่าง
อาหารกลุ่มนี้ เช่น นมหรือ โยเกิร์ตรส
ธรรมชาติ กล้วย ฝรั่ง ลูกเดือย ถั่วแดง
ผักที่มีแป้งมาก พริกทอง ข้าวโพด

**อาหารชนิดใดบ้างที่จัดเป็น
คาร์โบไฮเดรต**

๕.๑๐ ความรู้สุขภาพ จากแหล่งอื่นๆ เช่นคลิปยูทูป ตี๊กต็อก ในเรื่องโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง การลดภาวะดื้ออินซูลิน การลดไขมันในเลือดเป็นต้น สามารถเลือกคลิกลิงค์ที่ต้องการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม จากแพทย์และผู้ทรงคุณวุฒิ ที่ทำคลิปวีดีโอ



นักรับ ลดน้ำหนัก ด้านเบาหวาน

ข้าว เส้นก๋วยเตี๋ยว ขนมปัง เบเกอรี่ต่างๆ
แล้ว กราบหรือไม่ว่า อาหารชนิดอื่นก็มี
คาร์โบไฮเดรตเช่นกัน

“คาร์โบไฮเดรต” เป็นสารอาหารหลักที่
ร่างกายควรได้รับเพื่อใช้เป็นพลังงาน
คาร์โบไฮเดรต แบ่งเป็น 2 กลุ่ม

- 1. คาร์โบไฮเดรตที่มีโมเลกุลเชิงเดี่ยว**
(Simple carbohydrate) เมื่อกิน
คาร์โบไฮเดรตกลุ่มนี้ ร่างกายจะดูดซึมและ
เปลี่ยนเป็นน้ำตาลในเลือดได้อย่างรวดเร็ว
ผู้เป็นเบาหวาน ผู้มีความเสี่ยงเบาหวาน
และผู้ที่มีน้ำหนักเกิน จึงควรหลีกเลี่ยง
อาหารกลุ่มนี้ ตัวอย่างอาหารกลุ่มนี้ เช่น
น้ำหวาน น้ำอัดลม
- 2. คาร์โบไฮเดรตที่มีโมเลกุลเชิงซ้อน**
(Complex carbohydrate)
คาร์โบไฮเดรตกลุ่มนี้โครงสร้างโมเลกุล
ใหญ่ บางชนิดมีใยอาหารมาก ซึ่งดูดซึม
และเปลี่ยนเป็นน้ำตาลในเลือดได้ช้ากว่า
คาร์โบไฮเดรตเชิงเดี่ยว อาหารกลุ่มนี้จึง
เหมาะกับผู้เป็นเบาหวาน ผู้มีความเสี่ยง
เบาหวาน และผู้ที่มีน้ำหนักเกิน ตัวอย่าง
อาหารกลุ่มนี้ เช่น บมหรือ โยเกิร์ตรส
ธรรมชาติ ธัญพืช เช่น ลูกเดือย ถั่วแดง
ผักที่มีแป้งมาก พักทอง ข้าวโพด

อาหารชนิดใดบ้างที่จัดเป็น คาร์โบไฮเดรต