

ชื่อ โครงการ : ผู้สูงอายุอำเภอสบปราบคุณภาพชีวิตดี ปี 2567

ประเภทโครงการ ☒ ภายใต้ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 1 ☐ งานแก้ไขปัญหา ☐ งานบริการ

1. ตัวชี้วัดหลักและค่าเป้าหมายความสำเร็จของโครงการ

1. ผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงได้รับการดูแล ร้อยละ 85
2. ผู้สูงอายุได้รับการคัดกรองและส่งต่อ (Fall, สมองเสื่อม, ตา, หู, ฟัน, ซึมเศร้า) ร้อยละ 80
3. มีการขยายกิจกรรมดูแลสุขภาพ กลุ่ม 55 - 59 ปีขึ้นไป ร้อยละ 40

2. หลักการและเหตุผล

อำเภอสบปราบเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยพบว่า ปี 2566 สัดส่วนของประชากรสูงอายุอำเภอสบปราบ คิดเป็นร้อยละ 33.88 ผลการคัดกรองภาวะสุขภาพผู้สูงอายุจำนวน 5,984 ราย (ร้อยละ 98.50) แบ่งผู้สูงอายุตามความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อประกอบกิจวัตรประจำวัน (Activity of Daily Living : ADL) พบว่าอำเภอสบปราบมีผู้สูงอายุที่มีข้อจำกัดในการทำกิจวัตรประจำวัน (กลุ่มติดเตียง) จำนวน 23 ราย ร้อยละ 0.38 มีผู้สูงอายุที่ต้องการความช่วยเหลือในการทำกิจวัตรประจำวัน (กลุ่มติดบ้าน) จำนวน 67 ราย ร้อยละ 1.12 ผู้สูงอายุที่ต้องการความช่วยเหลือในการทำกิจวัตรประจำวัน (กลุ่มติดสังคม) จำนวน 5,860 ราย (ร้อยละ 98.5) และผลจากการคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุพบปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุ 5 อันดับ คือ เสี่ยง CVD มากที่สุด ร้อยละ 45.50 รองลงมาคือมีภาวะ BMI ต่ำ ร้อยละ 22.25 และมีภาวะเสี่ยง DM ร้อยละ 25.91 มีค่า BMI เกิน ร้อยละ 18.38 และเสี่ยง ตามลำดับ ส่วนการดำเนินงานตำบล LTC ในปี 2565 อำเภอสบปราบได้เข้าร่วม 2 ตำบล คือ ตำบลสบปราบ และ ตำบลสมัย คิดเป็น ร้อยละ 50 ตำบลนายางและตำบลแม่กัวะ ยังไม่ได้เข้าร่วม LTC

จากข้อมูลข้างต้น คปสอ.สบปราบ จึงได้จัดทำโครงการผู้สูงอายุอำเภอสบปราบคุณภาพชีวิตดี ปี 2567 เพื่อส่งเสริมคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุ เสริมสร้างความเข้มแข็ง ของครอบครัว ชุมชน อปท.ในการวางแผนการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว ผู้พิการ และสนับสนุนการดำเนินกิจกรรมของสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง

3. เป้าประสงค์ ประชาชนวัยสูงอายุ ได้รับการดูแลส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค รวมถึงให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี

4. วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริม คัดกรองสุขภาพ ผู้สูงอายุในอำเภอสบปราบ และดูแลผู้ที่มีปัญหาสุขภาพได้เหมาะสม
2. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเอง สามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมตามศักยภาพ (เกิดศูนย์ชีวภิบาล อำเภอสบปราบ)
3. เพื่อสนับสนุนการดำเนินกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุให้ต่อเนื่อง สม่ำเสมอ
4. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้รับการติดตามเยี่ยม และดูแลต่อเนื่องครอบคลุม

5. กลุ่มเป้าหมาย (Target population)

1. คณะกรรมการ COC จำนวน 30 คน
2. ทีมสหวิชาชีพ จำนวน 20 คน
3. Care Manager 4 คน
4. ผู้สูงอายุ อ.สบปราบ จำนวน 6,892 คน
5. ประชากรสูงอายุ ตัดบ้าน ตัดเตียง ผู้พิการ
6. อปท. 5 แห่งเข้าร่วม LTC เทศบาลสบปราบ , อบต.สบปราบ , อบต.นายาง, อบต.สมัย, อบต.แม่แก้วะ
7. ตำบล LTC จำนวน 4 ตำบล

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินงาน											
	ด.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
6.แต่งตั้งผู้จัดการคลินิกผู้สูงอายุ												
7.จัดทำระบบส่งต่อและระดับความรุนแรงของอาการที่ต้องส่งต่อจากการคัดกรอง Geriatric Syndromes												
8.ยืนยันผลการคัดกรองโดย จนท.สธ.												
ผลปกติ ดำเนินการกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ												
ผลพบความเสี่ยง fall,สมองเสื่อม,ข้อเข่า (พอกเข่า) ส่งต่อ PCU												
9.เจ้าหน้าที่ประเมินความเสี่ยงซ้ำ ดังนี้												
9.1 Fall ประเมิน Thai frat 15-20 คะแนน												
ให้ exercise program 3 ทำ												
9.2 สมองเสื่อม ประเมิน TMSE												
คะแนน >23 (MCI) Brain Training ทำโปรแกรมกระตุ้นสมอง												
ได้แก่ รับ-ส่ง ลูกบอล / ตาราง 9 ช่อง/กรรไกร ใช้ ผ้าไหม/จี้ภาพ /												
จำตัวเลข/ ยึดเหยียด 10 ทำ/จัดบ้าน												
คะแนน ≤ 23 ส่งต่อ รพช. เพื่อตรวจร่างกาย ตรวจเลือด												
ส่ง CT Brain ส่ง รพ.ลำปาง												
9.3 ข้อเข่า ประเมิน Oxford Knee Score												
คะแนน= 20-39 คะแนน : พอกเข่าสมุนไพร 5 ครั้งตามเกณฑ์												
10.รายงาน ประเมินผล ทุกไตรมาส												

7. ระยะเวลาดำเนินการ

วันที่ 1 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2566 ถึง วันที่ 30 เดือน กันยายน พ.ศ. 2567

8. ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

1. ผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงได้รับการดูแล
2. ผู้สูงอายุได้รับการคัดกรองและส่งต่อ (Fall,สมองเสื่อม,ตา,หู,ฟัน,ซึมเศร้า)
3. มีการขยายกิจกรรมดูแลสุขภาพ กลุ่ม 55 - 59 ปีขึ้นไป

9. การประเมินผลโครงการ

- 1.ผู้สูงอายุในอำเภอสบปราบ ได้รับการคัดกรองสุขภาพ และดูแลผู้ที่มีปัญหาสุขภาพได้เหมาะสม
- 2.ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเอง สามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมตามศักยภาพ (เกิดศูนย์ชีววิถี ออำเภอสบปราบ)

10. ผู้รับผิดชอบ

หน่วยงานหลัก

1. หน่วยงานงานรับผิดชอบหลักโรงพยาบาลสบปราบ
2. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอสบปราบ

หน่วยงานสนับสนุน

1. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจัวเหนือ
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลปงกา
3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนายาง
4. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านไร่

11. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

เชิงปริมาณ

1. ความครอบคลุมของผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไปที่ได้รับการคัดกรองสุขภาพหรือโรคที่พบบ่อย โดยการมีส่วนร่วมของ อสม. และ มอค.
2. ความครอบคลุมของผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้านที่ได้รับการเยี่ยมบ้านโดย Care Manager และCare giver ความครอบคลุมของผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียงที่ได้รับการเยี่ยมบ้านโดยทีมภาคีเยี่ยมบ้านและ Care Manager และCare giverและได้รับการดูแลช่วยเหลือทั้งด้านร่างกายจิตใจสังคมอย่างเหมาะสม

เชิงคุณภาพ

1. มีกิจกรรมการสนับสนุนของอบต./กสต. ด้านการพัฒนาสังคมและมนุษย์ ทำให้เกิดความน่าเชื่อถือและศรัทธาต่อองค์กร
2. ผู้สูงอายุได้รับการดูแลอย่างทั่วถึง เท่าเทียมกัน เข้าถึงบริการได้ดีขึ้น
3. ผู้สูงอายุในภาวะพึ่งพิง ได้รับการดูแลที่บ้านอย่างต่อเนื่องโดยภาคีเครือข่ายในชุมชน
4. สมาชิกชมรมผู้สูงอายุมีเวทีในการแสดงออกได้พัฒนาศักยภาพของตนเอง
5. มีรูปแบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว ผู้พิการทางกาย โดยภาคีเครือข่ายทั้งในและนอกชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุระดับตำบล และระดับอำเภอ อย่างต่อเนื่อง

12.งบประมาณ

แหล่งที่มางบประมาณจากเงินบำรุงโรงพยาบาลสบปราบ จำนวน 9,500 บาท (เก้าพันห้าร้อยบาทถ้วน)

กิจกรรมที่ 1

1. ประชุมคณะกรรมการผู้สูงอายุระดับอำเภอร่วมกับท้องถิ่น และผู้นำชุมชน เพื่อร่วมวางแผนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ
 - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 50 คนๆละ 25 บาท จำนวน 2 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 2,500 บาท
 - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 50 คนๆละ 50 บาทจำนวน 1 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 2,500 บาท

รวมเป็นเงิน 5,000 บาท
2. ประชุมเตรียมความพร้อมกิจกรรมก่อนเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (50-59 ปี)
 - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 10 คนๆละ 25 บาท จำนวน 2 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 500 บาท
 - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 10 คนๆละ 50 บาทจำนวน 1 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 500 บาท

รวมเป็นเงิน 1,000 บาท

ผ่านการตรวจสอบจากกลุ่มงานพัฒนายุทธศาสตร์ฯ


 (น.ส. ศักดิ์ทิพย์ ศรีใจ)
 นักวิชาการศึกษาอาวุโส

กิจกรรมที่ 3

- ประชุมทีมสหวิชาชีพ ในการดำเนินการจัดตั้งคลินิกผู้สูงอายุ ระบบส่งต่อ นัดต่อเนื่อง และ Telemedicine
 - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 10 คนๆละ 25 บาท จำนวน 2 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 500 บาท
 - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 10 คนๆละ 50 บาทจำนวน 1 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 500 บาท
 รวมเป็นเงิน 1,000 บาท

- จัดทำป้าย ความสุข 5 มิติ สำหรับ 5 สถานบริการ จำนวน 5 ป้ายๆละ 500 บาท เป็นเงิน 2,500 บาท
- รวมเป็นเงิน 2,500 บาท

รวมงบประมาณจากเงินบำรุงโรงพยาบาลสบปราบ รวมเงินทั้งสิ้น 9,500 บาท (เก้าพันห้าร้อยบาทถ้วน)

13.ผู้เสนอโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวกนกวรรณ พุทธวงศ์)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวอินธอร ศรีจันทร์)
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

14.ผู้เห็นชอบโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายศุภฤกษ์ ทิฉลาด)
สาธารณสุขอำเภอสบปราบ

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นางสาวพนิตา มหาราช)
นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง
ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสบปราบ

15.ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ.....
(.....)

(นายพนรัตน์ วัชรขจรกุล)
นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านเวชกรรมป้องกัน)
รักษาราชการแทน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดลำปาง

ผ่านการตรวจสอบจากกลุ่มงานพัฒนายุทธศาสตร์ฯ

.....
(น.ส.ศุภมา คุ้มคำ)
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

ผ่านการตรวจสอบจากผู้รับผิดชอบบริหารแผนแล้ว

ลงชื่อ.....
(นายไพศาล พันทิสืบ)
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

รายละเอียดการประชุม/อบรม

โครงการผู้สูงอายุอำเภอสบปราบคุณภาพชีวิตดี ปี 2567

กิจกรรม	ประชุมคณะกรรมการผู้สูงอายุระดับอำเภอร่วมกับท้องถิ่น และผู้นำชุมชน เพื่อร่วมวางแผนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ
กลุ่มเป้าหมาย	ประธานผู้สูงอายุทุกหมู่บ้าน
จำนวนผู้เข้าอบรม	50 คน
ระยะเวลาดำเนินการ	8 มีนาคม 2567
งบประมาณ	5,000 บาท

รายละเอียด

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 50 คนๆละ 25 บาท จำนวน 2 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 2,500 บาท
 - ค่าอาหารกลางวัน ระบุ จำนวน 50 คนๆละ 50 บาทจำนวน 1 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 2,500 บาท
- รวมเป็นเงิน 5,000 บาท

หัวข้อวิชา/หลักสูตร

1. ค้นข้อมูลผลการคัดกรองภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ
2. ประชุมกลุ่ม เพื่อร่วมวางแผนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ และการวางแผนดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ

กำหนดการประชุม/อบรม

กิจกรรมการประชุม / อบรม : ประชุมคณะกรรมการผู้สูงอายุระดับอำเภอร่วมกับท้องถิ่น และผู้นำชุมชน เพื่อร่วมวางแผนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ	
วันที่ 8 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2567 สถานที่ : ณ ห้องประชุม ชั้น 2 สำนักงานสาธารณสุขอำเภอสบปราบ	
เวลา	กำหนดการ
08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.30 น.	ค้นข้อมูลผลการคัดกรองภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ
10.30 – 12.00 น.	บรรยายเรื่อง การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 - 15.00 น.	ประชุมกลุ่ม เพื่อร่วมวางแผนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ
15.00 – 16.30 น.	แต่ละกลุ่มนำเสนอแนวทางการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ
หมายเหตุ : รับประทานอาหารว่าง เวลา 10.00 - 10.15 น. , 15.30 - 15.45 น.	

รายละเอียดการประชุม/อบรม

โครงการผู้สูงอายุอำเภอสบปราบคุณภาพชีวิตดี ปี 2567

กิจกรรม	ประชุมเตรียมความพร้อมกิจกรรมก่อนเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ทหารเรือแนวทางดำเนินกิจกรรม
กลุ่มเป้าหมาย	ทีมสหวิชาชีพ
จำนวนผู้เข้าอบรม	10 คน
ระยะเวลาดำเนินการ	22 มีนาคม 2567
งบประมาณ	1,000 บาท

รายละเอียด

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 10 คนๆละ 25 บาท จำนวน 2 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 500 บาท
 - ค่าอาหารกลางวัน ระบุ จำนวน 10 คนๆละ 50 บาทจำนวน 1 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 500 บาท
- รวมเป็นเงิน 1,000 บาท

หัวข้อวิชา/หลักสูตร

1. ปรับหลักสูตร Pre Aging Program ให้เข้ากับบริบทพื้นที่
2. การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (55 - 59 ปี)
 - การดูแลสุขภาพกาย
 - การดูแลสุขภาพช่องปาก
 - โภชนาการ
 - การดูแลสุขภาพจิต
 - การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ
 - การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม
 - การเตรียมความพร้อมด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม

กำหนดการประชุม/อบรม
ชื่อโครงการ ผู้สูงอายุอำเภอสปราบคุณภาพชีวิตดี ปี 2567

สถานที่ : ณ ห้องประชุม ชั้น 2 โรงพยาบาลสปราบ

กิจกรรมการประชุม / อบรม : ประชุมเตรียมความพร้อมกิจกรรมก่อนเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ทารือแนวทาง ดำเนินกิจกรรม	
วันที่ 22 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2567	
เวลา	กำหนดการ
08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.00 น.	ชี้แจงวัตถุประสงค์การดำเนินงาน สถานการณ์และโรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ
10.00 – 12.00 น.	ปรับหลักสูตร Pre Aging Program ให้เข้ากับบริบทพื้นที่ การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (55 - 59 ปี) - ตรวจคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น ชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว BMI - การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ - การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม - การเตรียมความพร้อมด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 16.30 น.	ปรับหลักสูตร Pre Aging Program ให้เข้ากับบริบทพื้นที่ (ต่อ) การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (55 - 59 ปี) - การดูแลสุขภาพกาย - การดูแลสุขภาพช่องปาก - โภชนาการ - การดูแลสุขภาพจิต
หมายเหตุ : รับประทานอาหารว่าง เวลา 10.00 - 10.15 น. , 15.30-15.45 น.	

รายละเอียดการประชุม/อบรม

โครงการ ผู้สูงอายุอำเภอสบปราบคุณภาพชีวิตดี ปี 2567

กิจกรรม	ประชุมทีมสหวิชาชีพ ในการดำเนินการจัดตั้งคลินิกผู้สูงอายุ ระบบส่งต่อ นัดต่อเนื่อง และ Telemedicine
กลุ่มเป้าหมาย	ทีมสหวิชาชีพ
จำนวนผู้เข้าอบรม	10 คน
ระยะเวลาดำเนินการ	29 มีนาคม 2567
งบประมาณ	1,000 บาท

รายละเอียด

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 10 คนๆละ 25 บาท จำนวน 2 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 500 บาท
 - ค่าอาหารกลางวัน ระบุ จำนวน 10 คนๆละ 50 บาทจำนวน 1 มื้อ 1 วัน เป็นเงิน 500 บาท
- รวมเป็นเงิน 1,000 บาท

หัวข้อวิชา/หลักสูตร

- 1.การจัดตั้งคลินิกผู้สูงอายุ ระบบส่งต่อผู้ป่วย และ Telemedicine

กิจกรรมการประชุม / อบรม : ประชุมทีมสหวิชาชีพ ในการดำเนินการจัดตั้งคลินิกผู้สูงอายุ ระบบส่งต่อ นัดต่อเนื่อง และ Telemedicine	
วันที่ 29 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2567 สถานที่ : ณ ห้องประชุมโรงพยาบาลสบปราบ	
เวลา	กำหนดการ
08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.00 น.	ชี้แจงนโยบายในการจัดตั้งคลินิกผู้สูงอายุ
10.00 – 12.00 น.	หารือการดำเนินการจัดตั้งคลินิกผู้สูงอายุ
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 16.30 น.	หารือระบบแนวทางการรักษา ส่งต่อ และ Telemedicine
หมายเหตุ : รับประทานอาหารว่าง เวลา 10.00 - 10.15 น. , 15.30-15.45 น.	