

โครงการที่ ๔๗/ ๒๕๖๗  
โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี  
วันที่ ๑๗ เดือนมีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

\*\*\*\*\*

**๑. ชื่อโครงการ**

เมืองเพชรอ่อนหวาน ตามปณิธานสุขภาพวัฒน์ (วันไตโลก ๒๕๖๗ World Kidney Day “ครอบคลุมทุกสิทธิ์ พิชิตโรคไต ใส่ใจการใช้ยา”)

**๒. หลักการและเหตุผล**

กลุ่มโรค NCDs (Noncommunicable diseases หรือโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง) เป็นโรคที่เกิดจากพฤติกรรม เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคอ้วนลงพุง โรคหัวใจ และหลอดเลือด โรคถุงลมโป่งพอง และโรคมะเร็ง ซึ่งถือเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของโลก จากการรายงานข้อมูลขององค์การอนามัยโลก (WHO) พบประชากรทั่วโลกเสียชีวิตจากโรค NCDs มีแนวโน้มสูงขึ้น จาก ๓๘ ล้านคน คิดเป็นร้อยละ ๖๘ ของสาเหตุการเสียชีวิตทั้งหมดของประชากรโลก จากกองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค พบว่า ปี ๒๕๕๗-๒๕๖๑ มีอัตราการเสียชีวิตอย่างหยาดอันมีสาเหตุมาจาก โรคไม่ติดต่อที่สำคัญ ซึ่งมีแนวโน้มสูงขึ้นในประชากรไทย โดยในปี ๒๕๖๑ โรคไม่ติดต่อที่เป็นสาเหตุการตาย ๓ อันดับแรก ได้แก่ โรคมะเร็งรวมทุกประเภท โรคหลอดเลือดสมอง และโรคหัวใจขาดเลือด คิดเป็นอัตราเสียชีวิตเท่ากับ ๑๒๓.๓, ๔๗.๑ และ ๓๑.๘ ต่อประชากรแสนคนตามลำดับ

สถานการณ์ผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง อำเภอเมืองเพชรบุรี มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี จากข้อมูลงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานอำเภอเมืองเพชรบุรี ปี ๒๕๖๕ จำนวน ๗,๐๔๖ ราย ปี ๒๕๖๖ จำนวน ๗,๑๑๑ ราย ปี ๒๕๖๗ จำนวน ๗,๖๓๑ ราย และสถานการณ์ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในพื้นที่อำเภอเมืองเพชรบุรี ปีพ.ศ. ๒๕๖๕ จำนวน ๑๕,๔๘๓ ราย ปี ๒๕๖๖ จำนวน ๑๕,๕๔๓ ราย ปี ๒๕๖๗ จำนวน ๑๖,๕๒๐ ราย นอกจากนี้ปัจจัยทางกรรมพันธุ์ที่ส่งเสริมการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง เช่น โรคหลอดเลือดสมอง โรคไตวายเรื้อรัง การมีพฤติกรรมสุขภาพไม่เหมาะสม ทั้งด้านการรับประทานอาหารเค็ม มัน หวาน ขาดการออกกำลังกาย มีความเครียดสูง เรื้อรัง ดื่มแอลกอฮอล์ และการสูบบุหรี่เป็นประจำ นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญก่อให้เกิดโรคดังกล่าว หากประชาชนกลุ่มเป้าหมายมีความรู้ด้านสุขภาพ ตระหนักในการดูแลสุขภาพ รวมทั้งมีทักษะในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม จะสามารถดูแลตนเอง ครอบครัวยุ และชุมชน ลดโอกาสการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงได้ ทีมสหสาขาวิชาชีพผู้รับผิดชอบงานการดูแลผู้ป่วย โรคเรื้อรัง เครือข่ายโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี มีความตระหนักให้ผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และการใช้ยาที่ไม่เหมาะสม ตลอดจนการบริโภคเค็มเกินเกณฑ์ที่กำหนด หรืออาหารหวานมากเกินไป มีทักษะในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลดเสี่ยง ลดภาวะแทรกซ้อนของโรค หน่วยงานไตเทียม โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี จึงได้จัดทำโครงการเมืองเพชรอ่อนหวาน ตามปณิธานสุขภาพวัฒน์ (วันไตโลก ๒๕๖๗ World Kidney Day “ครอบคลุมทุกสิทธิ์ พิชิตโรคไต ใส่ใจการใช้ยา”) ขึ้น

### ๓. วัตถุประสงค์

๓.๑ เพื่อให้ประชาชน มีความรู้เรื่องอาหาร ยา อาหารเสริม สมุนไพร การออกกำลังกาย และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคได้อย่างถูกต้องเหมาะสม สามารถป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง

๓.๒ เพื่อประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนในเขตอำเภอเมืองเพชรบุรี ตระหนักเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวป้องกันการป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

### ๔. กลุ่มเป้าหมาย จำนวน ๑๕๐ คน ประกอบด้วย

๔.๑ กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง

๔.๒ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

๔.๓ บุคลากรเจ้าหน้าที่หน่วยบริการในเครือข่าย โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

๔.๔ บุคลากรของโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

### ๕. กลวิธีดำเนินงาน/กิจกรรม

๕.๑ ประชุมคณะกรรมการดำเนินงาน เพื่อกำหนดหัวข้อการบรรยาย ดังนี้

๕.๑.๑ บรรยายเรื่อง “การชะลอไตเสื่อม ตามวิถีทางสุขภาวะวัฒน์”

๕.๑.๒ เรียนรู้กิจกรรมฐานที่ ๑ อาหารชะลอไตเสื่อม

๕.๑.๓ เรียนรู้กิจกรรมฐานที่ ๒ กินยาของหมอไตไม่เสื่อม

๕.๑.๔ เรียนรู้กิจกรรมฐานที่ ๓ ออกกำลังกาย ออกกำลังกาย

๕.๑.๕ เรียนรู้กิจกรรมฐานที่ ๔ บำบัดทดแทนไต

๕.๑.๕ เรียนรู้กิจกรรมฐานที่ ๕ นวดแผนไทย

๕.๒ ประสานหน่วยงาน วิทยากร และผู้เกี่ยวข้อง จัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์ และข้อมูลกิจกรรม

๕.๓ ประชาสัมพันธ์วันเวลา สถานที่ กิจกรรม และเชิญผู้เข้าร่วมกิจกรรม

๕.๕ ดำเนินกิจกรรมตามวันเวลาและสถานที่ตามกำหนดการ

๕.๖ สรุปโครงการและประเมินผลโครงการ

### ๖. ระยะเวลาดำเนินการ

เดือนมีนาคม ๒๕๖๗

### ๗. สถานที่ดำเนินการ

ณ ลานเอนกประสงค์ หน้าห้อง LAB OPD โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

๘. งบประมาณ

๑๒ มี.ค. ๒๕๖๗

จากเงินบำรุงของหน่วยคู่สัญญาของเครือข่ายโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ตามแผนปฏิบัติการประจำปี ๒๕๖๗ เครือข่ายโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี (PPBS) รหัส CUP-๒๒ จำนวน ๑๕๒,๒๕๐ บาท ใช้ในการดำเนินงานโครงการครั้งนี้ จำนวน ๓๐,๐๐๐ บาท รายละเอียด ดังนี้

๘.๑ ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๑๕๐ คน ๆ ละ ๒๕ บาท/ มื้อ รวม ๒ มื้อ	เป็นเงิน	๗,๕๐๐ บาท
๘.๒ ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑๕๐ คน ๆ ละ ๕๐ บาท/ มื้อ รวม ๑ มื้อ	เป็นเงิน	๗,๕๐๐ บาท
๘.๓ ค่าบุชจัดนิทรรศการ จำนวน ๕ บุช ๆ ละ ๒,๐๐๐ บาท	เป็นเงิน	๑๐,๐๐๐ บาท
๘.๔ ค่าจัดสถานที่	เป็นเงิน	๕,๐๐๐ บาท

หมายเหตุ รายละเอียดค่าใช้จ่ายกิจกรรมข้างต้นทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายกันได้ ทั้งนี้ เป็นไปตามการใช้จ่ายจริง และเป็นไปตามระเบียบของราชการ และกำหนดการดำเนินงานสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความจำเป็น

๙. หน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ หน่วยไตเทียม โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

๑๐. การประเมินผล/ตัวชี้วัด

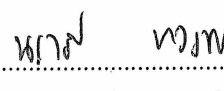
๑๐.๑ ร้อยละ ๘๐ ของประชาชนที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถเลือกการรับประทานอาหาร การใช้ยา สมุนไพร และวิธีออกกำลังกายได้อย่างเหมาะสม


๑๐.๒ ร้อยละ ๘๐ ของประชาชนที่เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจ


๑๑. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ประชาชนเกิดการรับรู้ ตื่นตัว ตระหนักและมีความรู้เรื่องโรคไต การใช้ยาสมุนไพร การออกกำลังกาย และการดูแลสุขภาพตนเอง คนในครอบครัว และชุมชนได้อย่างเหมาะสม

ลงชื่อ..........ผู้รับผิดชอบโครงการ  
(นางสาวเพ็ญดาว จุลบาท)  
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ  
(นายนราธิป ทองทับ)  
นายแพทย์ชำนาญการ

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ  
(นายพิเชษฐ พัวพันกิจเจริญ)  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติโครงการ  
(นายเพชรฤกษ์ แทนสวัสดิ์)  
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี

๑๒ มี.ค. ๒๕๖๗

กำหนดการ

โครงการเมืองเพชรอ่อนหวาน ตามปณิธานสุภาพวัฒน์  
วันไตโลก ๒๕๖๗ (World Kidney Day) “ครอบคลุมทุกสิทธิ์พิชิตโรคไต ใส่ใจการใช้ยา”  
วันที่ ๑๔ มีนาคม ๒๕๖๗

ณ สถานเอกอัครราชทูต หน้าห้อง LAB OPD โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

\*\*\*\*\*

- ๘.๓๐ - ๙.๐๐ น. ลงทะเบียน
- ๙.๐๐ - ๙.๓๐ น. พิธีเปิด
- กล่าวรายงาน โดย นพ.นราธิป ทองทับ
  - กล่าวเปิดโดย ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี
- ๙.๓๐ - ๑๐.๐๐ น. บรรยายเรื่อง “การชะลอไตเสื่อม ตามวิถีทางสุภาพวัฒน์”  
โดย นพ.วิเชียรชัย ผดุงเกียรติวงศ์ ผู้ช่วยผู้อำนวยการด้านปฐมภูมิ
- ๑๐.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. ลำตัด “น้อยสุภาพวัฒน์” โดย ทีมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลต้นมะม่วง
- ๑๐.๓๐ - ๑๖.๓๐ น. แลกเปลี่ยนเรียนรู้กิจกรรมวันไตโลก ครอบคลุมทุกสิทธิ์ พิชิตโรคไต ใส่ใจการใช้ยา  
ชาวเพชร สุขภาพดี ตามวิถีสุภาพวัฒน์
- เรียนรู้กิจกรรมบูธที่ ๑ อาหารชะลอไตเสื่อม
  - เรียนรู้กิจกรรมบูธที่ ๒ กินยาของหมอไตไม่เสื่อม
  - เรียนรู้กิจกรรมบูธที่ ๓ ออกกำลังกาย ออกกำลังไต
  - เรียนรู้กิจกรรมบูธที่ ๔ บำบัดทดแทนไต
  - เรียนรู้กิจกรรมบูธที่ ๕ นวดแผนไทย
- หมายเหตุ รับประทานอาหารเที่ยง เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.,  
รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม ช่วงเช้า เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น.,  
รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม ช่วงบ่าย เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.



# บันทึกข้อความ

หมายเลข ๑  
ก.ยุทธศาสตร์และแผนงานโครงการ

ส่วนราชการ โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี โทร ๑๒๖๗

ที่ พบ ๐๐๓๓.๒๐๒/

วันที่ ๕ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

เรื่อง ขออนุมัติในหลักการ จัดทำโครงการเมืองเพชรอ่อนหวาน ตามปณิธานสุขภาวะวัฒน์ วันไตโลก ๒๕๖๗

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

ด้วยหน่วยไตเทียม กลุ่มภารกิจด้านการพยาบาล ได้จัดทำโครงการเมืองเพชรอ่อนหวาน ตามปณิธานสุขภาวะวัฒน์ (วันไตโลก ๒๕๖๗ World Kidney Day “ครอบคลุมทุกสิทธิ์ พิชิตโรคไต ใส่ใจการใช้ยา”)รายละเอียด ดังนี้

- ชื่อโครงการ เมืองเพชรอ่อนหวาน ตามปณิธานสุขภาวะวัฒน์ วันไตโลก ๒๕๖๗
- หลักการและเหตุผล กลุ่มโรค NCDs (Noncommunicable diseases หรือโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง) เป็นโรคที่เกิดจากพฤติกรรม เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคอ้วนลงพุง โรคหัวใจ และหลอดเลือด โรคถุงลมโป่งพอง และโรคมะเร็ง ซึ่งถือเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของโลก
- วัตถุประสงค์ เพื่อให้ประชาชน มีความรู้เรื่องอาหาร ยา อาหารเสริม สมุนไพร การออกกำลังกาย และปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การบริโภคได้อย่างถูกต้องเหมาะสม สามารถป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง
- เป้าหมาย เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ประชาชนทั่วไป อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านผู้ป่วยเบาหวานความดันโลหิตสูง
- กิจกรรม วันไตโลก ๒๕๖๗ (World Kidney Day) “ครอบคลุมทุกสิทธิ์พิชิตโรคไต ใส่ใจการใช้ยา”
- ระยะเวลาดำเนินการ มีนาคม พ.ศ.๒๕๖๗ – เมษายน พ.ศ.๒๕๖๗
- สถานที่ โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี
- งบประมาณ จากเงินบำรุงของหน่วยคู้สัญญาของเครือข่ายโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ตามแผนปฏิบัติการ ประจำปี ๒๕๖๗ เครือข่ายโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี (PPBS) รหัส CUP-๒๒) จำนวน ๑๕๒,๒๕๐ บาท ใช้ในการดำเนินงานโครงการครั้งนี้ จำนวน ๓๐,๐๐๐ บาท รายละเอียด ดังนี้
 

๘.๑ ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๑๕๐ คน ๆ ละ ๒๕ บาท/ มื้อ รวม ๒ มื้อ	เป็นเงิน ๗,๕๐๐ บาท
๘.๒ ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑๕๐ คน ๆ ละ ๕๐ บาท/ มื้อ รวม ๑ มื้อ	เป็นเงิน ๗,๕๐๐ บาท
๘.๓ ค่าบุชจัดนิทรรศการ จำนวน ๕ บุช ๆ ละ ๒,๐๐๐ บาท	เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท
๘.๔ ค่าจัดสถานที่	เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท
- การประเมินผล/ตัวชี้วัด ร้อยละ ๘๐ ของประชาชนที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ ความเข้าใจ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ลงชื่อ..... ทพ. ทพท .....ผู้ขออนุมัติ

(นายณราธิป ทองทับ)

นายแพทย์ชำนาญการ

## ความเห็นของกลุ่มงานยุทธศาสตร์และแผนงานโครงการ

เรียน ผู้อำนวยการ โปรดพิจารณาอนุมัติ เนื่องจาก

( / ) อยู่ในแผน ปฏิบัติการประจำปี ๒๕๖๗ เครือข่าย รพ.พระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี รหัส CUP-๒๒

( / ) ใช้งบดำเนินการจาก เงินบำรุงของหน่วยคู้สัญญาของ เครือข่ายโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี จำนวน ๓๐,๐๐๐ บาท

ก.ยุทธศาสตร์และแผนงานโครงการ ตรวจสอบแล้ว

ลงชื่อ..... [Signature] .....ผู้ตรวจสอบโครงการ

(นางสาวรัตชดาภรณ์ แจ่มจันทร์)

นักวิเคราะห์นโยบายและแผน

เห็นควรเสนออนุมัติ

(นายจิรายุ เล็กพิทยา)

รองผู้อำนวยการฝ่ายการแพทย์

กลุ่มงานการเงิน ตรวจสอบแล้ว ลงชื่อ..... <u>[Signature]</u> ..... (นายณณิณี เสงี่ยมขจร) ตำแหน่ง..... <u>ทพ. นร. นินา</u> ..... ว.ด.ป..... <u>๒๕๓๖</u> .....	กลุ่มงานพัสดุ ตรวจสอบแล้ว ลงชื่อ..... <u>[Signature]</u> ..... (นาง สันติภรดา สัตวรักษ์) ตำแหน่ง..... <u>ทพ. ศิริลักษณ์ สัตวรักษ์</u> ..... ว.ด.ป..... <u>๒๕๓๖</u> .....
--	--

งานพัฒนาเครือข่ายฯ ตรวจสอบแล้ว ลงชื่อ..... <u>[Signature]</u> ..... (นางสาวณัฏฐา พงษ์ศรี) ตำแหน่ง..... <u>ทพ.ณัฏฐา พงษ์ศรี</u> ..... ว.ด.ป..... .....
---

อนุมัติ

(นายพิเชษฐ พัวพันกิจเจริญ)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

แผนปฏิบัติการประจำปี 2567 เครือข่ายโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

รหัส แผน	โครงการ/กิจกรรม	แหล่งงบประมาณ					ไม่ใช้ งบประมาณ	ผู้รับผิดชอบ
		QOF	PPBS	PCC	กปท.เทศบาล เมืองเพชรบุรี	งบพันตกรรม		
CUP-12	โครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากรสถานบริการสาธารณสุขในเขต อำเภอเมืองเพชรบุรีด้านการป้องกันควบคุมโรคติดต่อฯ โดยแมลง	5,400.00						นายอภิชา พูลศักดิ์
CUP-13	โครงการประกวดตำบลควบคุมโรคเข้มแข็งโดยกลไก พขอ.	30,050.00						นายอภิชา พูลศักดิ์
CUP-14	โครงการอำเภอป้องกันควบคุมโรคพิษสุนัขบ้า						ไม่ใช้ งบประมาณ	นายอภิชา พูลศักดิ์
CUP-15	โครงการการอบรมหลักสูตรหน่วยปฏิบัติการควบคุมโรคติดต่อ (CDCU) อ.เมือง จ.เพชรบุรี		50,000.00					น.ส.รุ่งทิพย์ อินชื่นใจ
CUP-16	โครงการพัฒนาศักยภาพการดำเนินงานยาเสพติดในชุมชน		4,500.00					นายอภิชา พูลศักดิ์
CUP-17	โครงการแพทย์แผนไทยเชิงรุกยุคใหม่ 2567		25,000.00					น.ส.ดลทิพา มณีใส
CUP-18	โครงการการใช้ยาสมุนไพรอย่างปลอดภัยและสมเหตุสมผล		6,000.00					น.ส.ดลทิพา มณีใส
CUP-19	โครงการมหกรรมพื้นที่สร้างสรรค์สุขภาพดีด้วยวิถีสุขภาพวัฒน์ ปี 2567				91,900.00			น.ส.ดลทิพา มณีใส
CUP-20	โครงการตรวจคัดกรองเพื่อค้นหาผู้ป่วยโรคเบาหวาน และโรคความ ดันโลหิตสูง ในประชากรอายุ 35 ปีขึ้นไป อำเภอเมืองเพชรบุรี ปี 2567		143,751.80					นายแสวง สอนสวรรค์ นาง สมพร พงษ์รอด
CUP-21	โครงการประชาชนเมืองเพชรตื่นรู้ คัดกรองเบาหวาน ความดันโลหิต สูง ด้วยตนเอง (Health Station )		121,500.00					นางสมพร พงษ์รอด นายฉัตรชัย ชูทอง
CUP-22	โครงการคนเมืองเพชรอ่อนหวาน ตามปณิธานสุขภาพวัฒน์		152,250.00					นายฉัตรชัย ชูทอง นางสมพร พงษ์รอด