

**บัญชีรายละเอียดแนบท้ายประกาศคณะกรรมการประเมินบุคคล
เรื่อง รายชื่อผู้ที่ผ่านการประเมินบุคคลเพื่อเลื่อนขั้นแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งประเภทวิชาการ
ระดับชำนาญการพิเศษ ของโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี**

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ส่วนราชการ/ตำแหน่งเดิม	ตำแหน่ง เลขที่	ส่วนราชการ/ตำแหน่ง ที่ผ่านการประเมินบุคคล	ตำแหน่ง เลขที่	หมายเหตุ
๒	นางรจิตร์ ปิ่นเพชร	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี กลุ่มงานเวชกรรมสังคม งานส่งเสริมสุขภาพและฟื้นฟู	๑๔๘๔๗๙	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี กลุ่มงานพัฒนาคุณภาพบริการ และมาตรฐาน	๔๔๕๗๐	เลื่อนระดับ
	ชื่อผลงานส่งประเมิน	“การประเมินผลการสร้างเสริมสุขภาพและการจัดการดูแลตนเองของผู้ป่วย โรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อม ในเขตเทศบาลเมืองเพชรบุรี”				๑๐๐ %
	ชื่อแนวคิดในการพัฒนางาน	“การพัฒนารูปแบบการเฝ้าระวังและจัดการภัยสุขภาพด้วยตัวเองในผู้ป่วย โรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อมให้เกิดประสิทธิผล”				
	รายละเอียดเค้าโครงผลงาน	“แนบท้ายประกาศ”				

ส่วนที่ ๒ ผลงานที่เป็นผลการปฏิบัติงานหรือผลสำเร็จของงาน

๑. เรื่อง การประเมินผลการสร้างเสริมสุขภาพและการจัดการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อม ในเขตเทศบาลเมืองเพชรบุรี

๒. ระยะเวลาที่ดำเนินการ ตุลาคม ๒๕๖๓ - กันยายน ๒๕๖๔

๓. ความรู้ ความชำนาญ หรือความเชี่ยวชาญและประสบการณ์ที่ใช้ในการปฏิบัติงาน

เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง(quasi-experimental research) มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินและเฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดภาวะไตเสื่อม ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความรอบรู้และพัฒนาทักษะการจัดการดูแลตนเอง ด้านสุขภาพ และกระตุ้นให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อชะลอไตเสื่อม เป็นการประเมินข้อมูลพื้นฐาน ปัญหาของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง และพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพและการจัดการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อม

๔. สรุปสาระสำคัญ ขั้นตอนการดำเนินงาน และเป้าหมายของงาน

โรคไตวายเรื้อรัง (Chronic kidney disease) เป็นภาวะที่มีการทำงานของไตเสื่อมลงอย่างต่อเนื่อง เป็นระยะเวลานาน ซึ่งส่วนใหญ่มักทำให้ไตเสื่อมลงอย่างถาวร ส่งผลกระทบต่อตัวผู้ป่วยและครอบครัว จากสภาพที่ไตไม่สามารถทำหน้าที่ได้ตามปกติ ทำให้คุณภาพชีวิตลดลง การปรับเปลี่ยนแบบแผนการดำเนินชีวิต โดยการสร้างเสริมสุขภาพและการจัดการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อม จึงมีความสำคัญ ในการที่จะทำให้ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเอง มีการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม และสามารถชะลอภาวะเสื่อมของไต การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง(quasi-experimental research) มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินและเฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดภาวะไตเสื่อม ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความรอบรู้และพัฒนาทักษะการจัดการดูแลตนเองด้านสุขภาพ และกระตุ้นให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อชะลอไตเสื่อม ดำเนินการเฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยงต่อไตเสื่อมของไต การจัดการกระบวนการเรียนรู้ เน้นให้ผู้ป่วยมีการสร้างเสริมสุขภาพและการจัดการดูแลตนเอง สามารถวิเคราะห์ความเชื่อมโยงระหว่างปัญหาสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงที่ส่งผลต่อภาวะเสื่อมของไต และพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพได้ด้วยตนเองให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามกำลังและศักยภาพของแต่ละคน ประเมินผลก่อนและหลังการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ที่มีภาวะไตวายเรื้อรังระยะ ๒ และระยะ ๓ ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมืองเพชรบุรี สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ และสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน ๔๔ คน ดำเนินการโดย ชั้นที่ ๑ การประเมิน ภาวะสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงที่ส่งเสริมการเสื่อมของไต ชั้นที่ ๒ การจัดการกิจกรรมกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการดูแลตนเอง ด้านอาหาร การใช้ยา การออกกำลังกายและการคลายเครียด ติดตามประเมินผลหลังการจัดการกิจกรรมเรียนรู้ วิเคราะห์ทางสถิติ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ใช้สถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมสุขภาพก่อน และหลังการจัดการกิจกรรม โดยใช้สถิติที (t - test dependent) และประเมินผลภาวะเสื่อมของไตจากการติดตามผลการตรวจค่า eGFR (อัตราการกรองของไต)

๕. ผลสำเร็จของงาน(เชิงปริมาณ/เชิงคุณภาพ)

ผลการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมจัดการดูแลตนเองเพื่อชะลอไตเสื่อมของกลุ่มตัวอย่าง มีการดูแลตนเองเรื่องอาหาร, เรื่องการใช้ยา, เรื่องการออกกำลังกาย/การจัดการความเครียด และ พฤติกรรมภาพรวมดีกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .๐๕$)

จากผลการวิเคราะห์ผลการชะลอไตเสื่อมหลังจากการจัดการเรียนรู้อีกกลุ่มตัวอย่างมีผลเลือด eGFR (อัตราการกรองของไต หน่วยเป็น $\text{ml}/\text{min}/1.73\text{ m}^2$) สามารถชะลอภาวะไตเสื่อมได้(ลดลงน้อยกว่า ๔

ml/min/๑.๗๓ m^๓) ร้อยละ ๗๕ ดังนั้นจึงควรพิจารณาผลการศึกษาวิจัยไปใช้ในการพัฒนาการสร้างเสริมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อมเพื่อให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง เพื่อเป็นการสร้างและพัฒนาขีดความสามารถของผู้ป่วยในการดูแลรักษาสุขภาพตนเองอย่างยั่งยืน

๖. การนำไปใช้ประโยชน์/ผลกระทบ

๑. นำผลการศึกษาวิจัยเป็นแนวทางในการเฝ้าระวัง และพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อมในเขตเทศบาลเมืองเมืองเพชรบุรี เพื่อให้ผู้ป่วยมีการสร้างเสริมสุขภาพ มีทักษะในการดูแลตนเอง สามารถควบคุมโรคเรื้อรังที่เป็นอยู่ได้ตามเกณฑ์ เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน

๒. นำรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพ มาใช้กับผู้ป่วยโรคเรื้อรังในเขตเทศบาลเมืองเพชรบุรี และเครือข่ายบริการ เพื่อให้มีการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ และส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีการดูแลตนเองได้อย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดี และสามารถใช้ชีวิตอย่างปกติสุข

๗. ความยุ่งยากซับซ้อนในการดำเนินการ

การดำเนินการ สร้างเสริมสุขภาพและการจัดการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อมในเขตเทศบาลเมืองเพชรบุรีนั้น มีความยุ่งยากในการดำเนินการจึงต้องมีการเตรียมความพร้อม ตามลำดับดังนี้

ความยุ่งยากในการสำรวจ และจัดทำฐานข้อมูล ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ต้องมีการศึกษาข้อมูลย้อนหลัง ต้องมีการเก็บข้อมูลที่มาบริการรักษา ซึ่งในการดำเนินงานต้องมีการประสานงานกับเจ้าหน้าที่ ในการคัดเลือกผู้ป่วยที่เข้ามาเข้าร่วมกิจกรรม การนัดผู้ป่วยเข้าร่วมกิจกรรม การทำความเข้าใจกับผู้ป่วยและญาติ เพื่อไม่ให้ผู้ป่วยและญาติมีความเข้าใจ ไม่วิตกกังวล

การจัดกิจกรรมกลุ่ม มีความยากในการจัดกิจกรรม เนื่องจากการจัดกิจกรรมโดยใช้กระบวนการ Self-Health Group ผู้เข้าร่วมต้องมีปฏิสัมพันธ์และมีความไว้วางใจกันในกลุ่ม เพื่อให้ให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ อย่างแท้จริง ต้องใช้วิธีการที่หลากหลายเพื่อช่วยกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนได้เล่าประสบการณ์และแสดงความคิดเห็น จึงต้องมีการวางแผน มีการเตรียมความพร้อมของทีมที่จะดำเนินกิจกรรมกลุ่ม

การประเมินผลการดำเนินงาน มีความยากในการติดตามเฝ้าระวังพฤติกรรม และการประเมินผลหลังการจัดกิจกรรม ผู้ประเมินจำเป็นต้องสัมภาษณ์ผู้ป่วยเป็นรายบุคคล ใช้คำถามที่เข้าใจง่าย และตรงตามวัตถุประสงค์ของการประเมิน ให้ครบทุกคนที่เข้าร่วมกิจกรรม

๘. ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินการ

การดำเนินการมีปัญหาอุปสรรค ดังนี้

๑. การนัดผู้ป่วยเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากต้องใช้เวลาในการจัดกิจกรรม ซึ่งต้องทำความเข้าใจกับผู้ป่วยและญาติให้เข้าใจและเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

๒. การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ และการประเมินผลข้อมูล ต้องมีการติดตามประเมินผลหลังการจัดกิจกรรม ต้องใช้เวลาในการติดตามข้อมูลให้ครบ เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์ และสรุปผลประเมิน

๙. ข้อเสนอแนะ

๑. ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ มีทักษะการสื่อสาร สามารถพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ

๒. พัฒนาทักษะการดูแลตนเองของผู้ป่วย และติดตามเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง และถอดบทเรียนมาพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

๓. นำรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพ มาใช้กับผู้ป่วยโรคเรื้อรังในเขตเทศบาลเมืองเพชรบุรี และ
เครือข่ายบริการ เพื่อให้มีการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ และส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีการดูแลตนเองได้อย่างต่อเนื่อง
ส่งผลให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดี และสามารถใช้ชีวิตอย่างปกติสุข

๑๐. การเผยแพร่ผลงาน

วารสารสุขภาพภาคประชาชน ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๔ ประจำเดือนกรกฎาคม - กันยายน ๒๕๖๔
กองสนับสนุนสุขภาพภาคประชาชน กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข

๑๑. ผู้มีส่วนร่วมในผลงาน

๑. นางรจิตร์ ปิ่นเพชร สัดส่วนของผลงาน ๑๐๐ %

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวเป็นความจริงทุกประการ

(ลงชื่อ).....

(.....นางรจิตร์..ปิ่นเพชร.....)

(ตำแหน่ง).....นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ.....

(วันที่)..... ๗ / กรกฎาคม / ๒๕๖๔

ผู้ขอประเมิน

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวเป็นความจริงทุกประการ

รายชื่อผู้มีส่วนร่วมในผลงาน	ลายมือชื่อ
นางรจิตร์ ปิ่นเพชร	

ได้ตรวจสอบแล้วขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นถูกต้องตรงกับความเป็นจริงทุกประการ

(ลงชื่อ).....

(.....นายปิยะ..สินลาวรรณ.....)

(ตำแหน่ง).....นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ.....

หัวหน้ากลุ่มงานเวชกรรมสังคม

(วันที่)..... ๗ / กรกฎาคม / ๒๕๖๔

(ลงชื่อ).....

(.....นายพิเชษฐ..พัชพันธ์กิจเจริญ.....)

(ตำแหน่ง).....ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

(วันที่)..... 7 8 กค. 2565

แบบเสนอแนวทางการพัฒนาหรือปรับปรุงงาน
(ระดับชำนาญการพิเศษ)

๑. เรื่อง การพัฒนารูปแบบการเฝ้าระวังและจัดการภัยสุขภาพด้วยตัวเองในผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อมให้เกิดประสิทธิผล

๒. หลักการและเหตุผล

ในปัจจุบันโรคไตเรื้อรัง (chronic kidney disease, CKD) เป็นปัญหาสาธารณสุขระดับโลกโดยรวมทั้งในประเทศไทยด้วย เนื่องจากเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญของการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด ซึ่งทำให้เสียชีวิตก่อนวัยอันควร และมีการดำเนินของโรคไปสู่โรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย (end-stage renal disease, ESRD) ที่ต้องได้รับการรักษาด้วย การบำบัดทดแทนไตและการปลูกถ่ายไต (renal replacement therapy) ปัจจุบันคนไทยป่วยด้วยโรคไตเรื้อรังประมาณ ๘ ล้านคน คิดเป็นร้อยละ ๑๗.๖ ของประชากร (สุขุม กาญจนพิมาย, ๒๕๖๒). เป็นผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๒ แสนคนป่วยเพิ่มปีละกว่า ๗,๘๐๐ ราย และมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องร้อยละ ๑๕ - ๒๐ ต่อปี บั่นทอนคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและญาติ ซึ่งมีขั้นตอนในการรักษาที่ยากและเสียค่าใช้จ่ายสูงถึงปีละประมาณ ๒ แสนบาทต่อคน นอกจากนี้หากไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้อง จะเกิดโรคแทรกซ้อนถึงเสียชีวิต โดยในปี ๒๕๕๕ ใช้งบประมาณในการบำบัดทดแทนไตในสิทธิหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าประมาณกว่า ๓,๐๐๐ ล้านบาทต่อปีประมาณ ๑ ใน ๓ ตายก่อนวัยอันควรอายุน้อยกว่า ๖๐ ปี ในจำนวนนี้ป่วยระยะสุดท้ายและต้องรับการบำบัดทดแทนไตด้วยการฟอกเลือด หรือล้างไตทางช่องท้อง ซึ่งต้องใช้งบประมาณในการดูแลรักษากว่า ๒๐,๐๐๐ ล้านบาทต่อปี และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นต่อเนื่องประมาณ ๑๕-๒๐ เปอร์เซ็นต์ต่อปี (โสภณ เมฆธน, ๒๕๖๒) ซึ่งโรคกลุ่มนี้เกิดจากพฤติกรรมบริโภคที่ไม่ถูกต้อง พฤติกรรมการรับประทานอาหารเปลี่ยนไป ทำให้พบโรคไตเพิ่มขึ้นสาเหตุหนึ่งคือการรับประทานอาหารเค็ม ฟาสต์ฟู้ด เป็นต้น

สาเหตุของเกิดโรคในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง มีหลายสาเหตุ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และการรับประทานยาบางอย่างที่มีพิษต่อ ดังนั้นเพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพพฤติกรรมบริโภคอาหาร เพื่อให้มีสุขภาพที่ดีขึ้นจึงจำเป็นต้องให้ผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อมจึงมีความจำเป็นต้องได้รับการเสริมพลังให้มีความรู้ ทักษะเพื่อการเฝ้าระวังโรคและจัดการภัยสุขภาพด้วยตนเอง

๓. บทวิเคราะห์/แนวคิด/ข้อเสนอ และข้อจำกัดที่อาจเกิดขึ้นและแนวทางแก้ไข

การที่จะพัฒนาประเทศให้มีความเจริญยั่งยืนจำเป็นต้องอาศัยให้ประชาชนทุกกลุ่มวัยมีสุขภาพที่แข็งแรง ลดการเจ็บป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้ ลดความรุนแรงและลดภาวะแทรกซ้อนเนื่องจากจะส่งผลให้รัฐต้องแบกรับภาระค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้น แต่สิ่งที่เราพบปัญหาในระบบการควบคุมและป้องกันโรคนั้นก็คือผู้ป่วยไม่มีระบบการเฝ้าระวังหรือจัดการภัยสุขภาพที่เกิดขึ้นกับตัวเองแต่เป็นการปล่อยให้ไปตามธรรมชาติของโรค และเมื่อปฏิบัติแล้วไม่ได้ผลลัพธ์ที่ดีทำให้หมดพลังที่จะแก้ไขปัญหาคือไปทำให้การก่อโรค

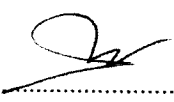
แทรกซ้อนตามมา และการเกิดภาวะแทรกซ้อนสามารถเข้าถึงผู้ป่วยโรคเรื้อรังได้รวดเร็วมากขึ้น แต่ถ้าเราคิดค้นเครื่องมือหรือระบบที่ง่ายต่อการเฝ้าระวังโรคเรื้อรังของผู้ป่วยด้วยตัวเองหรือญาติ และสามารถมีการจัดการภัยสุขภาพที่จะตามมาได้อย่างเข้าใจ และรวดเร็วจะทำให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางด้านประสิทธิภาพ การควบคุมและป้องกันโรคแทรกซ้อนทางไตที่จะตามมาอีกมากมายดังนั้นจึงควรสร้างรูปแบบการเฝ้าระวังและการจัดการภัยสุขภาพด้วยตัวเองของผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อมให้มีประสิทธิภาพอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

๔. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อมในเขตเทศบาลเมืองเพชรบุรี มีความตระหนักในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตนเองและมีความเข้าใจผลเสียของการเกิดโรคไตเสื่อมและสามารถจัดการควบคุมได้ด้วยตนเองได้อย่างถูกต้อง

๕. ตัวชี้วัดความสำเร็จ

๑. ผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อมมีผลเลือด eGFR (อัตราการกรองของไต หน่วยเป็น ml/min/๑.๗๓ m^๒) สามารถชะลอภาวะไตเสื่อมได้(ลดลงน้อยกว่า ๔ ml/min/๑.๗๓ m^๒)

(ลงชื่อ).....

(.....นางรจิตร์..ปิ่นเพชร.....)

(ตำแหน่ง).....นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ.....

(วันที่)..... ๙ / กรกฎาคม / ๒๕๖๕

ผู้ขอประเมิน