



สรุปผลการดำเนินงาน โครงการพระราชดำริ ด้านสาธารณสุข

ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๙



บ้านช่างหม้อ หมู่ ๔

องค์การบริหารส่วนตำบลป่าเป้า
อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน

โครงการอบรมให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

๑. หลักการและเหตุผล

ในปัจจุบัน กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) โดยเฉพาะ โรคเบาหวาน (Diabetes) และ โรคความดันโลหิตสูง (Hypertension) เป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญระดับโลกและระดับประเทศ จากสถิติพบว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่ทราบว่าตนเองป่วยในช่วงแรก เนื่องจากอาการมักไม่แสดงออกอย่างชัดเจน แต่หากปล่อยไว้โดยไม่ได้รับการดูแลที่ถูกต้อง จะนำไปสู่ภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงและค่าใช้จ่ายในการรักษาสูงมหาศาล สาเหตุหลักมาจากการพฤติกรรมการใช้ชีวิตที่ไม่เหมาะสม เช่น การบริโภคอาหารรสจัด (หวาน มัน เค็ม) ขาดการออกกำลังกาย และความเครียดสะสม การสร้าง "ความรู้ด้านสุขภาพ" (Health Literacy) ให้แก่ประชาชนจึงเป็นกุญแจสำคัญที่จะช่วยชะลอการเกิดโรคในกลุ่มเสี่ยง และช่วยให้ผู้ป่วยรายเดิมสามารถควบคุมอาการได้ดีขึ้น ลดโอกาสพิการและเสียชีวิตก่อนวัยอันควร

ดังนั้น ชุมชนบ้านช่างหม้อได้เล็งเห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าวจึงได้จัดทำโครงการอบรมให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงขึ้น เพื่อกระตุ้นขับเคลื่อนการดำเนินงานสุขภาพจิตในชุมชนอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสาเหตุ อาการ และอันตรายของโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

๒.๒ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้เข้ารับการอบรมตามหลักการ ๓อ. ๒ส. (อาหาร, ออกกำลังกาย, อารมณ์, ไม่สูบบุหรี่, ไม่ดื่มสุรา)

๒.๓ เพื่อฝึกทักษะการดูแลตนเองเบื้องต้น เช่น การอ่านฉลากโภชนาการ การวัดความดันโลหิตด้วยตนเอง และการทดสอบน้ำตาลในเลือด

๓. เป้าหมาย

เชิงปริมาณ : ประชาชนกลุ่มเสี่ยงและประชาชนทั่วไปในพื้นที่ จำนวน ๖๐ คน

เชิงคุณภาพ : ผู้เข้าร่วมอบรมไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ มีความรู้หลังการอบรมสูงขึ้น และสามารถบอกวิธีจัดการอาหารที่เหมาะสมกับโรคได้

๔. วิธีการดำเนินงาน

๔.๑ จัดทำแผนงาน/โครงการ

๔.๒ ประชุมคณะกรรมการหมู่บ้าน

๔.๓ จัดอบรมให้ความรู้แก่ประชาชน

๔.๔ ติดตามประชาชนที่เป็นโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงในชุมชน

๔.๕ ประเมินผลการดำเนินโครงการ

๔.๖ สรุปผลการดำเนินงานโครงการ

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

๑ พฤษภาคม ๒๕๖๙ – ๓๐ กันยายน ๒๕๖๙

๖. สถานที่ดำเนินงาน

บ้านช่างหม้อ หมู่ที่ ๔ ตำบลป่าแป๋ อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน

๗. ผู้รับผิดชอบโครงการ

- ผู้นำชุมชนบ้านช่างหม้อ
- คณะกรรมการหมู่บ้าน บ้านช่างหม้อ หมู่ที่ ๔

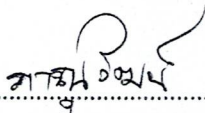
๘.งบประมาณในการดำเนินโครงการ

๘.๑ ได้รับการอุดหนุนงบประมาณจากองค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋ ข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๙ ค่าใช้จ่ายดำเนินงานโครงการอบรมให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง จำนวนเงิน ๖,๐๐๐ บาท (หกพันบาทถ้วน) รายละเอียดประมาณการค่าใช้จ่ายปรากฏตามเอกสารแนบท้าย

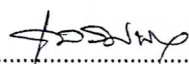
๘.๒ งบประมาณในส่วนของตนเองร่วมสมทบ (เฉพาะองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และส่วนราชการ ยกเว้น เงินอุดหนุนที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้รับไว้เป็นการเฉพาะตามกฎหมายซึ่งต้องตั้งงบประมาณอุดหนุนให้หน่วยงานที่ขอรับเงินอุดหนุนตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยเงินอุดหนุนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ.๒๕๕๙ ข้อ ๓)

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ ประชาชนกลุ่มเป้าหมายมีทัศนคติที่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพและลดพฤติกรรมเสี่ยง
- ๙.๒ อัตราการเกิดผู้ป่วยรายใหม่ในชุมชนลดลง หรือกลุ่มเสี่ยงไม่พัฒนาไปเป็นผู้ป่วยรายเต็มตัว
- ๙.๓ ผู้ป่วยรายเดิมสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานได้มากขึ้น ลดการเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลด้วยภาวะฉุกเฉิน

ลงชื่อ..........ผู้รับผิดชอบโครงการ
(นายภาณุวัฒน์ สุนธิธมกมลชัย)

ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน หมู่ที่ ๔ บ้านช่างหม้อ

ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ
(นายเฉลิมพล ศรีพุมหาลารักษ์)

ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้าน หมู่ที่ ๔ บ้านช่างหม้อ

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายจ่านอง ขจรศักดิ์ศรี)
ตำแหน่ง หัวหน้าสำนักปลัด

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายกิตติภูมิ สวาสดีญาติ)

ตำแหน่ง ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติ

(นายสมชาย จักขุวินัย)

ตำแหน่ง นายกองค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋

(แบบประมาณการค่าใช้จ่าย)
รายละเอียดประมาณการค่าใช้จ่ายแนบท้าย

โครงการอบรมให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

ลำดับ	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน (บาท)
๑	ค่าอาหารกลางวันผู้เข้าร่วมโครงการฯ จำนวน ๓ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๖๐ คน	๓,๐๐๐
๒	ค่าอาหารว่างผู้เข้าร่วมโครงการฯ จำนวน ๒ มื้อ จำนวน ๖๐ คน	๑,๕๐๐
๓	ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๒ คน คนละ ๕๐๐ บาท	๑,๐๐๐
๔	ค่าป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ	๕๐๐
รวมทั้งหมด (หกพันบาทถ้วน)		๖,๐๐๐

หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายกันได้

แบบรายงานผลการดำเนินงาน

ภายใต้งบประมาณสนับสนุน องค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋

ชื่อโครงการ อบรมให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

ระยะเวลาดำเนินการ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๙ - ๓๐ กันยายน ๒๕๖๙

ผู้รับผิดชอบโครงการ นายภาณุวัฒน์ สุนธิมงคลชัย

การได้รับการสนับสนุน

หน่วยงานที่ร่วมให้การสนับสนุน	การสนับสนุนที่ได้รับ (งบประมาณหรือทรัพยากรอื่นๆ)	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับการสนับสนุนที่ได้รับ (เพียงพอ/เหมาะสมหรือไม่)
- องค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋	๖,๐๐๐	- เพียงพอและเหมาะสมควรกับการใช้ทรัพยากรในพื้นที่ เช่น สถานที่ วิทยากร ผู้เข้าร่วมโครงการ
- รพ.สต.ช้างหม้อ - ผู้นำชุมชนและคณะกรรมการ	- วิทยากร - วัสดุอุปกรณ์	- เพียงพอและเหมาะสม

กิจกรรมที่ดำเนินการ

กิจกรรมที่ ๑ ประชุมชี้แจงโครงการร่วมกับผู้นำในชุมชน

ระยะเวลาดำเนินการ กรกฎาคม

ผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรมเป้าหมายที่กำหนด		กิจกรรมเป้าหมายที่ทำจริง	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับผู้เข้าอบรม
กิจกรรม	จำนวน		
- คณะกรรมการหมู่บ้าน - ผู้นำชุมชน	๙	๙ (ร้อยละ ๑๐๐)	- ให้ไปชี้แจง ในที่ประชุมของแต่ละหมู่บ้าน - ชุมชนมีการตื่นตัวโดยมีผู้นำชุมชนร่วมประชาสัมพันธ์

กิจกรรมที่ดำเนินการ

กิจกรรมที่ ๒ อบรมให้ความรู้เรื่อง โรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

ระยะเวลาดำเนินการ ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๖๙

ผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรมเป้าหมายที่กำหนด		กิจกรรมเป้าหมายที่ทำจริง	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับผู้เข้าอบรม
กลุ่ม	จำนวน		
- ผู้เข้าร่วมโครงการ	๖๐	๖๐ (ร้อยละ ๑๐๐)	- เห็นสมควรให้มีการอบรมเป็นประจำทุกปี เพราะช่วยให้ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

กิจกรรมที่ดำเนินการ

กิจกรรมที่ ๓ การจัดทำอาหาร

ระยะเวลาดำเนินการ ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๖๙

ผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรมเป้าหมายที่กำหนด		กิจกรรมเป้าหมายที่มาร่วมจริง	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับผู้เข้าอบรม
กลุ่ม	จำนวน		
- จัดทำอาหารกลางวัน - อาหารว่าง	๖๐ ๑๒๐ (๖๐x๒)	๖๐ (ร้อยละ ๑๐๐)	

กิจกรรมที่ดำเนินการ

กิจกรรมที่ ๔ การอบรมให้ความรู้เรื่อง การป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก

ระยะเวลาดำเนินการ ๒๒ กรกฎาคม ๒๕๖๙

ผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรมเป้าหมายที่กำหนด		กิจกรรมเป้าหมายที่มาร่วมจริง	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับผู้เข้าอบรม
กลุ่ม	จำนวน		
- ผู้เข้าร่วมโครงการ	๖๐	๖๐ (ร้อยละ ๙๐)	ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง และชุมชนมีการตระหนักในการป้องกันเกี่ยวกับโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงของคนในชุมชน

สรุปผลการอบรม โครงการอบรมให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

กลุ่มเป้าหมายผู้เข้าอบรมทั้งหมด ๖๐ คนในพื้นที่หมู่ ๔ บ้านช่างหม้อ บ้านสันติธรรม จากการดำเนินโครงการ ในช่วงเดือน กรกฎาคม ๒๕๖๙ พื้นที่บ้านช่างหม้อ บ้านสันติธรรม ได้ดำเนินการจัดการอบรมให้ความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสาเหตุ อาการ และอันตรายของโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง สามารถนำไปปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้เข้ารับการอบรมตามหลักการ ๓๐. ๒ส. (อาหาร, ออกกำลังกาย, อารมณ์, ไม่สูบบุหรี่, ไม่ดื่มสุรา) และได้ฝึกทักษะการดูแลตนเองเบื้องต้น เช่น การอ่านฉลากโภชนาการ การวัดความดันโลหิตด้วยตนเอง และการทดสอบน้ำตาลในเลือด ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ชาวบ้านให้ความสำคัญและตระหนักถึงโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงมากขึ้นซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

กลุ่มเป้าหมายผู้เข้าร่วมอบรมทั้งหมด ๖๐ คน

มีผู้มาอบรม ๖๐ คน

คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

จากผลการดำเนินการจัดการอบรมให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง จากกลุ่มเป้าหมาย ๖๐ คน มีผู้เข้ารับการอบรมจำนวน ๖๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐ และหลังที่มีการอบรมให้ความรู้ในด้านโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับสาเหตุ อาการ และอันตรายของโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง สามารถนำไปปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้เข้ารับการอบรมตามหลักการ ๓๐. ๒ส. (อาหาร, ออกกำลังกาย, อารมณ์, ไม่สูบบุหรี่, ไม่ดื่มสุรา) และ

ได้ฝึกทักษะการดูแลตนเองเบื้องต้น เช่น การอ่านฉลากโภชนาการ การวัดความดันโลหิตด้วยตนเอง และการทดสอบน้ำตาลในเลือดมากขึ้น

ผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรม

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	พอใจ	ไม่พอใจ	เหตุผล/หลักฐานอ้างอิง
๑. ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสาเหตุ อาการ และอันตรายของโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง	✓		
๒. ผู้เข้าร่วมอบรมสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้เข้ารับการอบรมตามหลักการ ๓๐. ๒ ส. (อาหาร, ออกกำลังกาย, อารมณ์, ไม่สูบบุหรี่, ไม่ดื่มสุรา)	✓		
๓. ผู้เข้าร่วมอบรมสามารถฝึกทักษะการดูแลตนเองเบื้องต้น เช่น การอ่านฉลากโภชนาการ การวัดความดันโลหิตด้วยตนเอง และการทดสอบน้ำตาลในเลือด	✓		

สรุปค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นในการจัดกิจกรรม

ลำดับ	รายการ	ค่าใช้จ่าย	
		บาท	สต.
๑.	ค่าอาหารกลางวัน ๖๐ ชุด	๓,๐๐๐	-
๒.	ค่าอาหารว่าง ๑๒๐ ชุด (เช้า - บ่าย)	๑,๗๖๐	-
๓.	ค่าตอบแทนวิทยากร (๕๐๐ x ๒)	๑,๐๐๐	-
๔.	ค่าป้าย ๑ ป้าย	๒๔๐	-
รวมค่าใช้จ่ายทั้งหมด		๖,๐๐๐	

หมายเหตุ: ได้รับการอุดหนุนงบประมาณจาก องค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋จริง

ภาพกิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

