



# นวัตกรรม อสม. ดีเด่น

## สาขาการเฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ

**ชื่อนวัตกรรม : ตู๋เย็นข้างกาย พยาบาลข้างตัว ทุกรอบครัวมีโรงปุ๋ย**

**ชื่อเจ้าของผลงาน :** นางพิมพ์รัตน์ วัฒนศิริศรีสกุล

**ประเภทนวัตกรรม :** นวัตกรรมกระบวนการ (process innovation)

**จังหวัด :** เชียงใหม่

**อสม. ดีเด่นระดับ :** ภาคเหนือ

### ที่มาและความสำคัญของการสร้างนวัตกรรม

ครอบครัวของข้าพเจ้า ได้เข้าร่วมโครงการของอาสาพัฒนาชุมชน ได้รับการสนับสนุนเรื่องการทำเกษตรกรรม การเพาะปลูกต่างๆในการเลี้ยงชีพ ได้รับการสนับสนุนจากปศุสัตว์อำเภอ ได้ให้ความรู้ในการเลี้ยงสัตว์ ทำให้เกิดการทำเกษตรอินทรีย์ภายในครัวเรือน และได้มีโอกาสประกวด อสม. ดีเด่น ด้านการคุ้มครองผู้บริโภค ทำให้มองเห็นความสำคัญของพืชผัก สมุนไพรต่าง ๆ ที่สามารถทำให้อาหารกลายเป็นยาได้เกิดการดูแลตัวเองและครอบครัวจากการใช้พืชผักสวนครัว รั้วกินได้

### วัตถุประสงค์

ผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ สามารถใช้พืชผักสวนครัวที่อยู่บริเวณบ้านมารับประทานเองได้ ลดการรับประทานอาหารแปรรูป ซึ่งมีผลต่อค่าน้ำตาลน้ำตาลในเลือดและความดันโลหิตได้

### ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. เอาตัวเองเป็นโมเดล ทำพื้นที่รอบบ้านให้เป็นตู๋เย็นธรรมชาติ เช่น พืชผักสวนครัวที่สดใหม่ หยิบจับมาทำอาหารได้ มีสัตว์ เช่น ไก่ สามารถทำมาประกอบอาหารได้ โดยสามารถใช้ไข่ เนื้อ มาประกอบอาหาร
2. ส่งต่อผลิตผลที่ปลูกให้กับคนในชุมชน เพื่อให้คนในชุมชนมองเห็นประโยชน์ของการปลูก พืชผักสวนครัว รั้วกินได้
3. ทำพื้นริมถนน ข้างบ้าน เป็นพยาบาลข้างตัว โดยให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมในการปลูก
4. กระจาย ไปถึงผู้ป่วยโรคเรื้อรังในหมู่บ้าน



# นวัตกรรม “ตู้เย็นข้างกาย พยาบาลข้างตัว ทุกครอบครัวมีโรงป่วย”

อสม. ดีเด่น สาขาการเฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ

## ผลการดำเนินงาน

มีเข้าร่วมโครงการ จำนวน 37 ครัวเรือน ที่เข้าร่วมโครงการ ตู้เย็นข้างกาย พยาบาลข้างตัว ทุกครอบครัวมีโรงป่วย โดยนำร่องโดย อสม. และผู้นำชุมชน สิ่งที่ได้นวัตกรรม ตู้เย็นข้างกาย พยาบาลข้างตัว ทุกครอบครัวมีโรงป่วยผู้ป่วยโรคเรื้อรัง สามารถที่นำผักสวนครัว มาประกอบอาหารเพื่อทำเป็นยา ลดการรับประทานอาหารสำเร็จรูป ลดค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว ซึ่งเป็นผลดีต่อการควบคุมความดันโลหิตสูงและน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยได้

## โอกาสในการพัฒนา

ได้นำนวัตกรรม ตู้เย็นข้างกาย พยาบาลข้างตัว ทุกครอบครัวมีโรงป่วย ไปต่อยอด โดยได้ขอเสนอโครงการจากกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) กักตุนอาชีพ เกษตรและอาหารผู้มีรายได้น้อย สบเป็ง หมู่ 3 ปี 2567 ของมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ เพื่อให้คนใช้โรคเรื้อรังและคนที่มีรายได้น้อย เกิดอาชีพจากสิ่งที่มีในชุมชน ไม่ว่าจะเป็น ปรากฏ ความรู้ที่มีความรู้ในเรื่องเกษตรปลอดสาร การเลี้ยงไก่พื้นเมือง ไข่เค็มสมุนไพร ผงแป้งกล้วย การปลูกเห็ด ซึ่งนำผู้ที่เข้าร่วมในนวัตกรรม ตู้เย็นข้างกาย พยาบาลข้างตัว ทุกครอบครัวมีโรงป่วย มาเข้าร่วมเป็นหลัก มีผู้เข้าร่วมโครงการทั้งหมดจำนวน 70 คน

# นวัตกรรม “ตู้เย็นข้างกาย พยาบาลข้างตัว ทุกครอบครัวมีโรงป่วย”

อสม. ตัดเด่น สาขาการเฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ

## ภาคผนวก

### เอาตัวเองเป็นโมเดล

ทำพื้นที่รอบบ้านให้เป็นตู้เย็นธรรมชาติ



### ส่งต่อ → ผลิผลที่ปลูกให้กับคนในชุมชน



### ทำพื้นที่ริมถนน เป็นพยาบาลข้างตัวให้กับคนในชุมชน #คนในชุมชนร่วมปลูก



### กระจาย → ไปถึง ผู้ป่วยโรคเรื้อรังในหมู่บ้าน

