

นวัตกรรม อสม. ดีเด่น

สาขาการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อในชุมชน

1 ชื่อนวัตกรรม : แอปพลิเคชัน NCDs Online บ้านดู

ชื่อเจ้าของผลงาน : นางชรินทร์รัตน์ ชระสุ

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมกระบวนการ (process innovation)

จังหวัด : น่าน

อสม. ดีเด่นระดับ : ภาคเหนือ

2 ที่มาและความสำคัญของการสร้างนวัตกรรม

พื้นที่ตำบลเชียงคานและบ้านดู ประชากรร้อยละ 80 ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ซึ่งมุ่งเน้นการทำนาและไร่ยาสูบจนขาดการใส่ใจดูแลสุขภาพตนเอง จากการวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพในพื้นที่พบว่า โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) โดยเฉพาะโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวาน เป็นปัญหาสำคัญอันดับ 1

โดยในปี 2568 พบผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้นต่อเนื่อง และมีประชาชนกลุ่มเสี่ยงในหมู่บ้านที่มีพฤติกรรมสุขภาพไม่ถูกต้อง เช่น การบริโภคอาหารหวานมันเค็ม (ร้อยละ 73) และขาดการออกกำลังกาย (ร้อยละ 64) เดิมเจ้าของผลงานได้สร้างนวัตกรรม "กราฟรักสุขภาพ" ในรูปแบบกระดาษ เพื่อติดตามกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยแต่พบข้อจำกัดเรื่องความล่าช้าในการสื่อสารและการเชื่อมประสานข้อมูลระหว่าง อสม. และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ไม่ทันท่วงทีจึงได้พัฒนาต่อยอดสู่ระบบดิจิทัลเพื่อให้เหมาะสมกับบทบาท อสม. 4.0

3 วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นเครื่องมือดิจิทัลที่มีประสิทธิภาพในการเฝ้าระวัง ป้องกัน และติดตามโรคไม่ติดต่อ (NCDs) ในชุมชน
2. เพื่อพัฒนาระบบการสื่อสารข้อมูลสุขภาพรายบุคคลระหว่างกลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง และกลุ่มป่วย ให้มีความรวดเร็วและเป็นปัจจุบัน
3. เพื่อสร้างกลไกการเชื่อมประสานข้อมูลโรคไม่ติดต่อเรื้อรังระหว่าง อสม. ในระดับหมู่บ้าน ตำบล และ รพ.สต. อย่างเป็นระบบ
4. เพื่อส่งเสริมให้กลุ่มเป้าหมายเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพและสามารถควบคุมระดับความดันโลหิตและน้ำตาลในเลือดได้ตามเกณฑ์

นวัตกรรม “แอปพลิเคชัน NCDs Online บ้านดู่”

สาขาการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อในชุมชน

4 ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. การเตรียมการและวิเคราะห์ปัญหา ประชุมคณะกรรมการหมู่บ้านและ อสม. เพื่อวิเคราะห์สถานการณ์ NCDs และร่วมกับ sw.สต. เชียงคาน ทีมพี่เลี้ยง สสส. และมูลนิธิธักเมืองน่าน เพื่อออกแบบระบบ
2. การพัฒนานวัตกรรม พัฒนาต่อยอดจาก "กราฟรักสุขภาพ" (รูปแบบกระดาษ) สู่แอปพลิเคชัน NCDs Online โดยใช้ระบบ Google AppSheet
3. การพัฒนาศักยภาพ จัดอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้เรื่องโรค NCDs และฝึกทักษะการใช้งานแอปพลิเคชันให้กับ อสม. บ้านดู่
4. การนำไปใช้ปฏิบัติจริง อสม. ลงพื้นที่คัดกรองและกรอกข้อมูลสุขภาพ (น้ำหนัก, ส่วนสูง, รอบเอว, ความดัน, น้ำตาล) ผ่านโทรศัพท์มือถือ โดยระบบจะคำนวณค่า BMI และประเมินสถานะสุขภาพ (ดี, เสี่ยง, บ่วย) ให้อัตโนมัติ
5. การติดตามและประเมินผล นำข้อมูลจากแอปพลิเคชันมาสรุปผลในที่ประชุมประจำเดือน เพื่อจัดลำดับความสำคัญของปัญหาและคืนข้อมูลสู่ชุมชน
6. การขยายผล นำนวัตกรรมไปใช้ครอบคลุมทั้ง 5 หมู่บ้านในตำบลเชียงคาน และขยายผลสู่ชุมชนใกล้เคียง

5 ผลการดำเนินงาน/ประโยชน์ที่ได้รับ

1. อสม. บ้านดู่สามารถใช้แอปพลิเคชันได้ร้อยละ 100 ส่งผลให้กลุ่มเสี่ยงมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพครบทุกคน (ร้อยละ 100) และไม่พบผู้ป่วยรายใหม่จากกลุ่มเสี่ยงในปีที่ผ่านมา นอกจากนี้ ผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมระดับน้ำตาลและความดันได้ดีขึ้นถึงร้อยละ 85
2. การจัดเก็บข้อมูลสุขภาพมีความเป็นระบบ เชื่อมโยงข้อมูลระหว่างหมู่บ้านและ sw.สต. ได้อย่างรวดเร็ว ชุมชนเกิดความตระหนักและร่วมกันกำหนด "มาตรการชุมชน" และ "ธรรมนูญสุขภาพ" เช่น การลดอาหารหวานมันเค็มในงานประเพณี และการจัดพื้นที่ออกกำลังกาย

6 ปัจจัยความสำเร็จ

1. ภาวะผู้นำและการเป็นต้นแบบ ใช้หลักการ "ทำให้ดู อยู่ให้เห็น เป็นแบบอย่าง" โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองจนน้ำหนักลดลง 10 กิโลกรัมก่อนนำไปใช้กับชุมชน
2. การทำงานแบบบูรณาการ การได้รับความร่วมมือและสนับสนุนด้านวิชาการและงบประมาณจากเครือข่ายที่เข้มแข็ง ได้แก่ sw.สต. เชียงคาน, เทศบาลตำบลพระพุทธรบาทเชียงคาน, สสส. และมูลนิธิธักเมืองน่าน
3. การมีส่วนร่วมของชุมชน การใช้กระบวนการประชาคมหมู่บ้านเพื่อค้นหาปัญหาและกำหนดแนวทางแก้ไขร่วมกันอย่างยั่งยืน

นวัตกรรม “แอปพลิเคชัน NCDs Online บ้านดู่”

สาขาการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อในชุมชน

7 โอกาสในการพัฒนา

1. การขยายผลระดับอำเภอ มีแผนงานที่จะขยายการใช้งานแอปพลิเคชัน NCDs Online ไปยังระดับอำเภอเชิงกลางเพื่อให้เกิดฐานข้อมูลสุขภาพที่ครอบคลุมมากขึ้น
2. การพัฒนาระบบ AI ต่อยอดแอปพลิเคชันให้สามารถประมวลผลข้อมูลเชิงลึกและแจ้งเตือนสถานะสุขภาพรายบุคคลแบบ Real-time มากขึ้น
3. ความต่อเนื่องของมาตรการชุมชน มุ่งเน้นการเพิ่มความเข้มแข็งของมาตรการชุมชนด้านอาหารปลอดภัยและกิจกรรมทางกาย เพื่อลดอัตราการเกิดโรคแทรกซ้อนอย่างยั่งยืน

8 ภาคผนวก

เก็บข้อมูลรายชื่อ

- ชื่อ-สกุล
- บ้านเลขที่
- อายุ

