

แบบเก็บรวบรวมนวัตกรรมของอสม. ดีเด่นระดับชาติประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๙

ชื่อนวัตกรรม : “ปลาพะยูนเตือนภัย ห่างไกลโรคความดัน เบาหวาน”

ชื่อเจ้าของผลงาน : นางอรดี หะหวา

ประเภทนวัตกรรม : ☐ นวัตกรรมผลิตภัณฑ์ (Product innovation)

☒ นวัตกรรมกระบวนการ (Process innovation)

☐ นวัตกรรมบริการ (Service innovation)

สาขาที่ประกวด : การบริการใน ศสมช.และการสร้างหลักประกันสุขภาพ

จังหวัด : ตรัง

อสม.ดีเด่นระดับ ☐ เขต ☐ ภาค ☒ ชาติ

ที่มาและความสำคัญของการสร้างนวัตกรรม

สถานการณ์โรคไม่ติดต่อเรื้อรังเป็นปัญหาสุขภาพอันดับหนึ่งของโลกและของประเทศไทย ทั้งในมิติของจำนวนการเสียชีวิตและภาระโรคโดยรวม โดยเฉพาะสถานการณ์โรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสาเหตุส่วนใหญ่มาจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม จึงส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของสุขภาพ เช่น ภาวะอ้วน ระดับน้ำตาลในเลือดสูง ระดับไขมันในเลือดสูง และระดับความดันโลหิตสูง นำไปสู่อาการของโรคที่รุนแรงขึ้น

ซึ่งในพื้นที่หาดยาว จากการตรวจคัดกรองความเสี่ยงประชากรอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป ปี ๒๕๖๘ พบผู้เสี่ยงที่จะเป็นโรคความดันโลหิตสูง จำนวน ๑๓ คน คิดเป็น ๖.๕๔% และพบผู้เสี่ยงที่จะเป็นเบาหวาน จำนวน ๑๑ คน คิดเป็น ๕.๕๓% พบเสี่ยงสูง (มากกว่า ๑๒๖ mg%) จำนวน ๒ คน คิดเป็น ๑.๐๑% จะเห็นได้ว่ามีจำนวนกลุ่มเสี่ยงเป็นโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นทุกปี จากการใช้ชีวิตประจำวันที่เร่งรีบ สะดวกสบาย รับประทานอาหารหวาน มัน เค็ม และยังขาดการตระหนักในการปฏิบัติตัว

"พะยูนเตือนภัย" การนำสัตว์สัญลักษณ์มาเป็นตัวแทนในการรณรงค์สุขภาพ โดยมุ่งเน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการกิน (ลดหวาน มัน เค็ม) ซึ่งเป็นสาเหตุหลักของโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวาน หลังจากการดำเนินงานคัดกรองทั้งหมด เราจะดำเนินการเพื่อคืนข้อมูลให้ประชาชนรับรู้สถานะสุขภาพของตนเองหลังการคัดกรองโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

ขั้นตอนการดำเนินงาน

- ๑) ให้ อสม.ลงคัดกรองกลุ่ม ๓๕ ปีขึ้นไปในเขตพื้นที่รับผิดชอบ
- ๒) นำข้อมูลที่ได้มาแยกตามพะยูนกลุ่มสี เพื่อจะได้ทราบว่าตัวเองอยู่กลุ่มไหน
- ๓) นำกลุ่มพะยูนสีเขียว เหลือง แดง เข้ากระบวนการปรับเปลี่ยนตามกลุ่มสี
- ๔) นำบุคคลในครอบครัวเข้าอบรมให้ความรู้ร่วมกับกลุ่มเสี่ยงเพื่อรับรู้และนำไปปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
- ๕) กลุ่มสีแดง นำส่งพบแพทย์เพื่อประเมินสภาวะสุขภาพ

ผลการดำเนินงาน/ประโยชน์ที่ได้รับ

จากการดำเนินงานที่ต่อเนื่องมาทุกปีตั้งแต่ ปี ๒๕๖๐ – ๒๕๖๘ ทำให้อัตราเพิ่มของผู้ป่วยรายใหม่ในโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงในชุมชนบ้านหาดยาวลดลง”เกือบเป็นศูนย์” เนื่องจากแต่ละปีทั้งกลุ่มเสี่ยงและประชาชนในชุมชนได้รับความรู้และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพทำให้โอกาสเป็นโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง น้อยลง

คำอธิบาย

เดิมการดูแลกลุ่มเสี่ยงเป็นรูปแบบการลงเยี่ยมบ้านและติดตามประเมินผลโดย อสม. และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ซึ่งเป็นการดูแลตามภารกิจพื้นฐาน ยังขาดความต่อเนื่องเชิงลึกและขาดกลไกสร้างความผูกพันกับกลุ่มเสี่ยง จึงได้นำแนวคิดเดิมมาพัฒนาและต่อยอดเป็น “ปลาพะยูนเตือนภัย ห่างไกลโรคความดัน เบาหวาน” โดยมีการปรับปรุงและเพิ่มเติมดังนี้

๑. พัฒนาจากการติดตามทั่วไป → สู่การดูแลให้ความรู้: สร้างความเข้าใจทั้งกลุ่มเสี่ยงและคนในครอบครัว เพื่อให้สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติได้จริง
๒. พัฒนาระบบติดตาม → เป็นระบบเชิงรุกและมีโครงสร้างชัดเจน: อสม. ในเขตรับผิดชอบร่วมกับเจ้าหน้าที่ในการติดตามให้ความรู้ แนะนำการปฏิบัติตัว และลงเยี่ยมติดตามกลุ่มเสี่ยงแยกตามแต่ละความเสี่ยง
๓. ต่อยอดการส่งต่อ → สู่การพัฒนาเครื่องมือเตือนภัยสุขภาพ: ให้คำแนะนำในการดูแลสุขภาพเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติได้จริงและได้ผลลัพธ์ที่ดี
๔. พัฒนาจากระบบบุคคล → สู่การมีส่วนร่วมของคนในครอบครัว: เชื่อมโยง อสม. กลุ่มเสี่ยง และคนในครอบครัวให้เป็นเครือข่ายในการดูแลสุขภาพร่วมกัน

ปัจจัยความสำเร็จ

- ๑) การรับทราบข้อมูลสถานะสุขภาพของตนเอง
- ๒) การติดตามอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง
- ๓) การเข้าถึง เข้าใจ ในบริการสุขภาพอย่างต่อเนื่อง
- ๔) ความร่วมมือของชุมชน

โอกาสในการพัฒนา

มีการพัฒนาเครื่องมือในการเตือนภัยสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนรับรู้และเข้าใจถึงความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงที่เกิดกับตนเองได้ง่ายขึ้น โดยใช้เครื่องมือ “รอยยิ้มบอกสุขภาพ” เพื่อบอกให้รู้ว่าตอนนี้ร่างกายของเราเป็นอย่างไร และควรให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพมากน้อยแค่ไหน ทั้งนี้ ขอสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ ปี ๒๕๖๘

ภาคผนวก

[illegible][illegible]

“รอยยิ้มบอกสุขภาพ”



สีเขียว สุขภาพดี

ค่าน้ำตาล น้อยกว่า 100 มก./ดล.

ค่าความดัน ต่ำกว่า 120 มม.ปรอท

ตัวค่าน้อยกว่า 80 มม.ปรอท

ผลการตรวจสุขภาพของคุณในปีนี้

ค่าน้ำตาล.....มก./ดล.

ค่าความดันโลหิต.....มม.ปรอท

ยิ้มสบายใจ

หน่วยย่อยทั้งหมดคนมีสุขภาพดีจาก อาสาสมัครสาธารณสุข, จช.สส.บ้านมดตะนอย
กองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.เกาะลิบง ปี 2562

สุขภาพดีเริ่มที่ตัวคุณ

ผลการจัดการโรคความดันโลหิตสูง/เบาหวาน

ปีที่ยังติดโรค	ค่าความดัน	ผลการติดโรค	ค่าความดัน	ผลการติดโรค
 Admission 100-130/80-100	ค่าความดัน <100-120/80-100	ค่าความดัน <130/90-130/80	ค่าความดัน <100-120/80-100	ค่าความดัน <130/90-130/80
	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง
	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง
 Discharge 100-130/80-100	ค่าความดัน <100-120/80-100	ค่าความดัน <130/90-130/80	ค่าความดัน <100-120/80-100	ค่าความดัน <130/90-130/80
	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง
	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง
 Exit 100-130/80-100	ค่าความดัน <100-120/80-100	ค่าความดัน <130/90-130/80	ค่าความดัน <100-120/80-100	ค่าความดัน <130/90-130/80
	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง
	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง	1-3 ครั้ง	มากกว่า 3 ครั้ง



Admission
 100-130/80-100



Discharge
 100-130/80-100



Exit
 100-130/80-100

