

นวัตกรรม “สตีกเกอร์สี หนีเบาหวาน”

สาขาเฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ
ประจำปีพุทธศักราช 2569

อสม. จูตินันท์ สาริยา
อสม. ตีเด่นระดับเขต
จังหวัดตาก



นวัตกรรม

สาขาเฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ

1 สติกเกอร์สี หีบเหวอน

ชื่อเจ้าของผลงาน : นางจิตตินันท์ สาริยา

ประเภทนวัตกรรม : ☒ นวัตกรรมผลิตภัณฑ์ (Product innovation)
☐ นวัตกรรมบริการ (Service innovation)
☐ นวัตกรรมกระบวนการ (Process innovation)

สาขาที่ประกวด : เฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ

จังหวัด : ตาก

อสม. ดีเด่นระดับ ☒ เขต ☐ ภาค

2 ข้อมูลส่วนตัว

ชื่อ - สกุล นางจิตตินันท์ สาริยา อายุ 52 ปี รวมระยะเวลาเป็น อสม. จำนวน 24 ปี

ภูมิลำเนา หมู่ 11 บ้านทรัพย์สมบูรณ์ ตำบลวังประจวบ อำเภอเมืองตาก จังหวัดตาก

อาชีพ เกษตรกรรม สถานภาพ สมรส มีบุตร 2 คน

การศึกษา มัธยมศึกษาปีที่ 6

3 ที่มาและความสำคัญของการสร้างนวัตกรรม

ปี 2568 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโป่งแค ได้ดำเนินงาน Remission Clinic มีผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วม จำนวน 30 ราย เป็นคนไข้เบาหวานหมู่ที่ 11 บ้านทรัพย์สมบูรณ์ จำนวน 11 ราย อสม.จิตตินันท์ และเครือข่าย คอยติดตามเจาะน้ำตาลปลายนิ้วทุกสัปดาห์ และรายงานข้อมูลทางไลน์ให้เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโป่งแค ติดตามการแนะนำผู้ป่วยรายบุคคล เรื่องอาหาร การออกกำลังกาย รวมทั้งการให้กำลังใจ ซึ่งในการติดตามค่าน้ำตาลผู้ป่วยเบาหวานทุกสัปดาห์ การแจ้งผลน้ำตาลในเลือดให้ผู้ป่วยเบาหวาน พบปัญหาคือผู้ป่วยเบาหวานไม่สามารถจำค่าน้ำตาลในเลือดได้ บางคนไม่ทราบว่าผลน้ำตาลในเลือดดีหรือไม่ เพื่อให้เกิดการสื่อสารที่เข้าใจง่าย ระหว่าง อสม.และผู้ป่วยเบาหวาน และเกิดประสิทธิภาพในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรายบุคคล อสม.จิตตินันท์ จึงได้คิดนวัตกรรม “สติกเกอร์สีหีบเหวอน” ขึ้นมา

4 วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนานวัตกรรมที่ช่วยให้ผู้ป่วยเบาหวาน ทราบระดับน้ำตาลในเลือดของตนเองและเกิดการสื่อสารที่เข้าใจได้ง่าย ระหว่างผู้ป่วยเบาหวานและ อสม.
2. เพื่อใช้เป็นสมุดติดตามระดับน้ำตาลในเลือดผู้ป่วยเบาหวาน ทำให้ผู้ป่วยเห็นแนวโน้มของระดับน้ำตาลในเลือดตนเองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อเข้าสู่เบาหวานระยะสงบได้

5 ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. เก็บรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องในการพัฒนานวัตกรรม สติกเกอร์สี หนีเบาหวาน
2. พัฒนานวัตกรรม “สติกเกอร์สี หนีเบาหวาน” โดยใช้สติกเกอร์สี แทนค่าตัวเลขน้ำตาลในเลือดผู้ป่วยเบาหวาน โดยสีเขียว คือระดับน้ำตาล น้อยกว่า 126 mg/dl สีเหลือง คือ ค่าระดับน้ำตาล 126-154 mg/dl สีส้ม คือ ค่าระดับน้ำตาล 155-182 mg/dl และสีแดง คือ ระดับน้ำตาล มากกว่า 183 mg/dl ซึ่งสติกเกอร์จะติดไว้ในสมุดประจำตัวผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วม DM Remission Clinic
3. อสม.จิตินันท์ และ อสม.ท่านอื่นๆ จะติดตามค่าน้ำตาลผู้ป่วยเบาหวานทุกสัปดาห์

6 ผลการดำเนินงาน / ประโยชน์ที่ได้รับ

จากการติดตามผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วม Remission Clinic นวัตกรรมช่วยให้ผู้ป่วยเบาหวานทราบช่วงน้ำตาลในเลือดตนเอง (ง่าย) และสามารถนำไปใช้ในการเตือนตนเองของผู้ป่วยเบาหวานและญาติที่ดูแล เกิดการสื่อสารที่เข้าใจง่ายระหว่างผู้ป่วยเบาหวานและ อสม. ทำให้ผู้ป่วยเห็นแนวโน้มของระดับน้ำตาลในเลือดตนเองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อเข้าสู่เบาหวานระยะสงบได้ โดยร้อยละ 90.90 ผู้ป่วยเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลเลือดลดลง ร้อยละ 45.45 ผู้ป่วยเบาหวานสามารถลดยาได้ ร้อยละ 36.37 และผู้ป่วยเบาหวานสามารถหยุดยาได้ ร้อยละ 18.18

สอบถามความพึงพอใจของผู้ใช้นวัตกรรม จำนวน 11 ราย มีความพึงพอใจร้อยละ 90.90 โดยการออกแบบมีลักษณะสีตัวอักษรที่ชัดเจน สวยงาม เนื้อหามีความชัดเจนและครอบคลุมเข้าใจง่าย

ผู้ป่วยเบาหวานที่หยุดยาได้ คือ สามีของ อสม.จิตินันท์ ซึ่งเป็นสิ่งที่ อสม.จิตินันท์ ภาคภูมิใจ “1 คนในครอบครัวดิฉันสามารถเป็นต้นแบบเพื่อขยายผลให้ผู้ป่วยเบาหวานคนอื่นๆ ในชุมชน หยุดยาได้เช่นกัน”

7 ปัจจัยความสำเร็จ

1. มีทีมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) แกนนำชุมชนที่เข้มแข็ง และประชาชนบ้านทรัพย์สมบูรณ์ให้ความสำคัญและมีส่วนร่วมในทุกๆ กิจกรรมในการพัฒนาหมู่บ้านทรัพย์สมบูรณ์ ให้เป็นหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพลดเสี่ยง ลดโรค 3อ. 2ส.
2. ภาครัฐเครือข่ายต่างๆ อาทิเช่น องค์การบริหารส่วนตำบลวังประจวบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโป่งแค วัด พัฒนาชุมชน เกษตรตำบลฯ มีส่วนร่วมในการผลักดันและสนับสนุนทรัพยากร คน เงิน สิ่งของ ช่วยพัฒนาให้หมู่บ้านทรัพย์สมบูรณ์เป็นหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพลดเสี่ยง ลดโรค 3อ. 2ส.

8 โอกาสในการพัฒนา

ตั้งใจจะขยายผลความสำเร็จของนวัตกรรม “สติ๊กเกอร์สี หินเบาหวาน” ติดตามผู้ป่วยเบาหวานหมู่บ้านอื่นๆ
ที่เข้าร่วม คลินิกเบาหวานระยะสงบ (Remission Clinic) ของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโป่งแค

9 ភាគបួន

[illegible]



เป้าหมายของฉัน

สวบ ผลต่อ ชุ่นดี สุขภาพดี สู่เบาหวานระยะสงบ

ชื่อ-สกุล.....

1.เป้าหมาย	ระยะเวลา.....
(บอกสิ่งที่คุณต้องการปรับ) ระยะสั้น.....	
2.แผนที่จะทำ	1.....
	2.....
	3.....
3.ระยะเวลา(วัน/เดือน/ปี)	
เริ่มต้น.....	สิ้นสุด.....
4.ความถี่(ต่อสัปดาห์).....	
5.อุปกรณ์ที่อาจเกิดขึ้น.....	
6.วิธีเอาชนะอุปสรรค.....	
7.ระดับความมั่นใจต่อความสำเร็จ	

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

9

[illegible]

เป้าหมายของฉัน

ด้วยพลัง มั่นใจ สุขความดี ผู้นำทางคนรอบตัว

ชื่อ-สกุล ชั้น

1. เป้าหมาย ระยะยาว

(บอกสิ่งที่ตนต้องการเป็น) ระยะสั้น หนึ่ง ปี

2. หมายความว่า 1. 2.

3.

4. ระยะยาว (วัน เดือน ปี) สั้นกว่า

5. ความดี (ข้อดีของเรา)

6. ความสำเร็จที่เราอยากได้

7. เราได้ทำอะไรบ้างแล้ว

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.