

แบบรายการประกอบคำขอประเมินผลงาน

ข้อเสนอแนวคิด / วิธีการ เพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

เรื่อง พัฒนาการให้คำปรึกษาในผู้ป่วยโรคเบาหวาน

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 3

ของ

ชื่อ นางสาวสาวี กลิ่นขจร

ตำแหน่ง เกษัชกร ระดับ ปฏิบัติการ

ตำแหน่งเลขที่ 2115

กลุ่มบริการทางการแพทย์ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ

ศูนย์อนามัยที่ 3 ชลบุรี

กรมอนามัย

เพื่อแต่งตั้งให้ดำรง

ตำแหน่ง เกษัชกร ระดับ ชำนาญการ

ตำแหน่งเลขที่ 2115

กลุ่มบริการทางการแพทย์ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ

ศูนย์อนามัยที่ 3 ชลบุรี

กรมอนามัย

1. ชื่อผลงานเรื่อง พัฒนาการให้คำปรึกษาในผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 3
2. ระยะเวลาที่ดำเนินการ 1 ตุลาคม 2555 – 30 กันยายน 2556
3. สรุปเค้าโครงเรื่อง

3.1 หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังซึ่งเป็นปัญหาสาธารณสุข โดยในปีงบประมาณ 2554 พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานที่เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 3 พบมากเป็นอันดับ 2 ของผู้ป่วยทั้งหมด ผู้ป่วยกลุ่มนี้ถ้าไม่ได้รับการรักษาอย่างถูกต้องเหมาะสม จะทำให้ผู้ป่วยเกิดโรคแทรกซ้อนในหลายระบบ เช่น ระบบหลอดเลือดสมอง ไต ระบบหลอดเลือดหัวใจ ตา และระบบหลอดเลือดส่วนปลาย ซึ่งผู้ป่วยอาจมีอาการชาที่ปลายมือปลายเท้า หากเกิดแผลติดเชื้อจะทำให้รักษาหายยาก บางรายอาจสูญเสียเท้าจากแผลเบาหวาน ดังนั้นเพื่อเป็นการป้องกันและชะลอการเกิดภาวะแทรกซ้อนดังกล่าว เกสซ์กรในฐานะเป็นบุคลากรทางการแพทย์ จึงควรมีส่วนร่วมในการให้ความรู้ คำแนะนำแก่ผู้ป่วยโรคเบาหวานในเรื่องโรค การรับประทานยา และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร การออกกำลังกายและการควบคุมอารมณ์ เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานมีความตระหนัก เข้าใจถึงภาวะของโรค และมีทักษะในการดูแลตนเองอย่างถูกต้องเหมาะสม

3.2 บทวิเคราะห์/แนวความคิด/ข้อเสนอ

ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่เข้ารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 3 ส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ซึ่งเป็นผู้สูงอายุ โดยการตรวจพบครั้งแรกอาจเป็นโรคอื่นมาก่อนและตรวจเจอโรคเบาหวานภายหลัง หรือการตรวจสุขภาพประจำปี หรือมีอาการผิดปกติ เช่น ปัสสาวะบ่อย กระหายน้ำบ่อย อ่อนเพลีย น้ำหนักลด ซึ่งเมื่อผู้ป่วยทราบว่าตนเองเป็นโรคดังกล่าว ส่วนใหญ่มีความกังวลเกี่ยวกับภาวะของโรค และการปฏิบัติตัว ดังนั้นเพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้ความ เข้าใจถึงภาวะของโรคซึ่งเป็นโรคเรื้อรัง แต่ถ้าปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสม และรับประทานยาอย่างต่อเนื่องก็ จะสามารถควบคุมโรค และดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ ดังนั้นงานเกสซ์กรจึงได้พัฒนาการให้คำปรึกษาผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 3 ขึ้น โดยผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ หรือผู้ที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในค่าเป้าหมาย จะเข้าสู่กระบวนการค้นหาปัญหา/แนวทางแก้ไข และให้ความรู้โดยเกสซ์กรในเรื่องต่อไปนี้

1. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับโรคเบาหวาน/ระดับน้ำตาลเป้าหมาย
2. โรคแทรกซ้อนจากเบาหวาน
3. ยารักษาโรคเบาหวาน

4. ภาวะน้ำตาลต่ำในเลือดและวิธีป้องกัน/แก้ไข
5. อาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน
6. การออกกำลังกาย
7. การควบคุมอารมณ์/ความเครียด
8. การดูแลรักษาเท้า

โดยการพบผู้ป่วยแต่ละครั้งเภสัชกรอาจให้ความรู้/คำแนะนำ 1-2 เรื่อง ซึ่งเป็นเรื่องที่ผู้ป่วยสนใจเพื่อที่จะได้จดจำและนำไปปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม และเมื่อผู้ป่วยได้รับคำแนะนำครบทุกเรื่องแล้ว ทำการประเมินผลระดับน้ำตาลก่อนและหลังให้คำปรึกษา

3.3 ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเบาหวาน การใช้ยา และมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสม
2. ผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในค่าเป้าหมายได้
3. ป้องกันหรือชะลอการเกิดโรคแทรกซ้อน
4. ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีคุณภาพชีวิตที่ดีใกล้เคียงกับคนปกติ

3.4 ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ผู้ป่วยมีระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในค่าเป้าหมาย ดังนี้

- กลุ่มควบคุมระดับน้ำตาลที่เข้มงวด HbA1C < 7% หรือ FBS อยู่ในช่วง 90-130 มก./ดล.
- กลุ่มควบคุมระดับน้ำตาลไม่เข้มงวด ได้แก่ ผู้ป่วยที่มีโรคหลอดเลือดหัวใจ หัวใจล้มเหลว โรคหลอดเลือดสมอง โรคลมชัก โรคตับและโรคไตวายระยะ สุดท้าย ร่วมกับโรคเบาหวาน ผู้ป่วยกลุ่มนี้ควบคุม HbA1C ให้อยู่ในช่วง 7%-8% หรือ FBS ใกล้เคียง 130 มก./ดล.

(ลงชื่อ).....

(นางสาววสววี กลิ่นขจร)

ผู้เสนอแนวคิด

ตุลาคม 2555

