ประกาศจังหวัดร้อยเอ็ด
เรื่อง รายชื่อผู้ที่ผ่านการประเมินบุคคลเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งประเภทวิชาการ ระดับชำนาญการ
ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด

ตามหนังสือสำนักงาน ก.พ. ที่ นร ๑๐๐๖/ว ๑๔ ลงวันที่ ๑๑ สิงหาคม ๒๕๖๔ ได้กำหนดหลักเกณฑ์และวิธีการประเมินบุคคลเพื่อเลื่อนขึ้นแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งในตำแหน่งระดับควบ และมีผู้ครองตำแหน่งนั้นอยู่ โดยให้ผู้มีอำนาจสั่งบรรจุตามมาตรา ๕๗ หรือผู้ที่ได้รับมอบหมายเป็นผู้ประเมินบุคคลตามหลักเกณฑ์และวิธีการที่ อ.ก.พ. กรม กำหนด นั้น

จังหวัดร้อยเอ็ดได้คัดเลือกข้าราชการผู้ผ่านการประเมินบุคคลที่จะเข้ารับการประเมินผลงานเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งในระดับที่สูงขึ้น (ตำแหน่งระดับควบ) จำนวน ๑ ราย ดังนี้

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล	ตำแหน่งที่ได้รับการคัดเลือก	ส่วนราชการ
๑.	นางจันทนา งามสะพรั่ง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ (ด้านการพยาบาล)	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด โรงพยาบาลทุ่งเขาหลวง กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม

รายละเอียดแนบท้ายประกาศนี้

ทั้งนี้ ให้ผู้ผ่านการประเมินบุคคล เพื่อเลื่อนระดับสูงขึ้น จัดส่งผลงานประเมินตามจำนวนและเงื่อนไขที่คณะกรรมการประเมินผลงานกำหนด ภายใน ๑๘๐ วัน นับแต่วันที่ประกาศรายชื่อผู้ที่ผ่านการประเมินบุคคล หากพ้นระยะเวลาดังกล่าวแล้ว ผู้ที่ผ่านการประเมินบุคคลยังไม่ส่งผลงานจะต้องขอรับการประเมินบุคคลใหม่ อนึ่ง หากมีผู้ใดจะทักท้วงให้ทักท้วงได้ ภายใน ๓๐ วัน นับตั้งแต่วันประกาศ

ประกาศ ณ วันที่ ๙ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

(นายชัยวัฒน์ ชัยเวชพิสิฐ)
รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน
ผู้ว่าราชการจังหวัดร้อยเอ็ด

บัญชีรายละเอียดแนบท้ายประกาศจังหวัดร้อยเอ็ด
เรื่อง รายชื่อผู้ที่ผ่านการประเมินบุคคลเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งประเภทวิชาการ ระดับชำนาญการ
ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด

ลำดับที่	ชื่อ - ชื่อสกุล	ส่วนราชการ/ตำแหน่งเดิม	ตำแหน่งเลขที่	ส่วนราชการ/ตำแหน่งที่ได้รับการคัดเลือก	ตำแหน่งเลขที่	หมายเหตุ
๑	นางจันทนา งามสะพรั่ง	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด โรงพยาบาลทุ่งเขาหลวง กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ	๒๔๖๒๖๙	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด โรงพยาบาลทุ่งเขาหลวง กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ (ด้านการพยาบาล)	๒๔๖๒๖๙	เลื่อนระดับ
	ชื่อผลงานส่งประเมิน “การพยาบาลผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนจากระดับน้ำตาลในเลือดสูง : กรณีศึกษา”					๑๐๐%
	ชื่อแนวคิดในการพัฒนางาน “การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบัวหลวง ตำบลเหล่าอำเภอทุ่งเขาหลวง จังหวัดร้อยเอ็ด”					
	รายละเอียดเค้าโครงผลงาน “แนบท้ายประกาศ”					

(นายนรากร สุทธิประภา)
ผู้อำนวยการกลุ่มงานบริหารทรัพยากรบุคคล

<u>ส่วนที่ ๒</u> **ผลงานที่เป็นผลการปฏิบัติงานหรือผลสำเร็จของงาน**

๑. เรื่องการพยาบาลผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนจากระดับน้ำตาลในเลือดสูง : กรณีศึกษา

๒. ระยะเวลาที่ดำเนินการ ๒๘ ตุลาคม ๒๕๖๓- ๒๐ มกราคม ๒๕๖๔

๓. ความรู้ ความชำนาญงาน หรือความเชี่ยวชาญและประสบการณ์ที่ใช้ในการปฏิบัติงาน

การพยาบาลผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนจากระดับน้ำตาลในเลือดสูง : กรณีศึกษา

ผู้ขอรับประเมินได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

๑. องค์ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานประกอบด้วย พยาธิสภาพ สาเหตุของโรคอาการและอาการแสดงของโรคการวินิจฉัยโรค ภาวะแทรกซ้อน การรักษาโรค และปัจจัยที่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาล

๒. การพยาบาลผู้ป่วยโรคเบาหวาน

๓. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

๓.๑ ทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเร็ม

๓.๒ แนวคิดการดูแลสุขภาพที่บ้าน

๓.๓ แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ

๓.๔ แนวคิดกระบวนการพยาบาล

๔. สรุปสาระสำคัญ ขั้นตอนการดำเนินงาน และเป้าหมายของงาน

ความสำคัญของปัญหา

เบาหวานเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่เป็นปัญหาสาธารณสุขของทุกประเทศทั่วโลก จากการสำรวจของสมาพันธ์เบาหวานนานาชาติในปี พ.ศ. ๒๕๖๒ พบว่าผู้ใหญ่ที่มีอายุ ๒๐-๗๙ ปี ในทวีปมหาสมุทรแปซิฟิกซึ่งรวมประเทศไทย มีผู้เป็นเบาหวาน ทั้งสิ้น ๑๖๓ ล้านคน และคาดการณ์ว่า ในปี พ.ศ.๒๕๗๓ จะมีผู้เป็นเบาหวานเพิ่มขึ้นเป็น ๑๙๗ ล้านคน (International Diabetes Federation Atlas: IDF Atlas, ๒๐๑๙) โดยเฉพาะอย่างยิ่งจำนวนผู้เป็นเบาหวานชนิดที่ ๒ ที่พบถึงร้อยละ ๙๕-๙๗ สำหรับในประเทศไทย จำนวนผู้เป็นเบาหวานมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นเช่นเดียวกัน โดยเพิ่มจาก ๔ ล้านคน ในปี พ.ศ.๒๕๕๘ เป็น ๕.๕ ล้านคน ในปี พ.ศ.๒๕๖๒ ในจำนวนผู้ป่วยดังกล่าวผู้เป็นเบาหวานที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ตามเกณฑ์ (< ๑๓๐ มก./ดล.) มีจำนวนลดลงจาก ร้อยละ ๒๘.๕ เป็น ร้อยละ ๒๓.๕ (Aekplakorn, Porapukham, Taneepanichsku, Pukjaroon, &Thaikla, ๒๐๑๖) ส่งผลให้อัตราการเสียชีวิตจากโรคเบาหวานในเมืองไทยมีมากถึง ๒๐๐ รายต่อวัน (Diabetes Association of Thailand, ๒๐๑๗) จากสถิติดังกล่าว เราจะเห็นได้ว่าผู้ที่มีความสามารถในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์มีจำนวนลดลง ซึ่งระดับน้ำตาลในเลือดที่สูงกว่าปกติเป็นระยะเวลานาน ส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อนของหลอดเลือดแดงทั่วร่างกายโดยเฉพาะอย่างยิ่งหลอดเลือดแดงขนาดเล็กการเกิดภาวะแทรกซ้อนของหลอดเลือดแดงขนาดเล็กในผู้ที่เป็นเบาหวานเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญก่อให้เกิดภาวะทุพพลภาพและอันตรายถึงแก่ชีวิตโดยเฉพาะอย่างยิ่งการเกิดภาวะแทรกซ้อนของหลอดเลือดแดงขนาดเล็กที่ไปเลี้ยงไต ทำให้ไตขับของเสียได้น้อยลง ของเสียตั้งในร่างกายและยังทำให้มีโปรตีนรั่วมากับปัสสาวะ ผู้ที่เป็นเบาหวานมีโอกาสเกิดโรคไตเรื้อรังระยะสุดท้าย ๑๐ เท่าเมื่อเทียบกับผู้ที่ไม่เป็นเบาหวาน (IDF Atlas, ๒๐๑๗) ส่วนภาวะแทรกซ้อนทางตาทำให้การมองเห็นลดลง หนึ่งในสามของผู้เป็นเบาหวานจะนำไปสู่ปัญหาเรื่องการมองเห็น โดยเฉพาะในวัยทำงาน (IDF Atlas, ๒๐๑๗) และปัญหาที่เกิดกับเท้า เกิดการสูญเสียการปกป้องอันตรายที่เท้าจากประสาทรับความรู้สึกเสียหน้าที่ และประสาทสั่งการเสียหน้าที่ ทำให้เท้าผิดรูป ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดแผลที่เท้าและถูกตัดนิ้วเท้า เท้า และขาในที่สุด จากสถิติทั่วโลกพบว่า ทุกๆ ๓๐ วินาทีจะมีผู้เป็นเบาหวาน ถูกตัด นิ้วเท้าหรือเท้า ๑ คน (IDF Atlas, ๒๐๑๗) ซึ่งก่อให้เกิดความพิการในผู้ที่เป็นเบาหวาน นอกจากนี้การเกิดภาวะแทรกซ้อนส่งผลต่อภาวะค่าใช้จ่ายที่สูงขึ้น ผู้ที่เป็นเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนที่ไตมีรายจ่ายสูงกว่าคนที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนร้อยละ ๕๐ในทำนองเดียวกัน ผู้ที่มีแผลที่เท้าเบาหวานมีรายจ่ายสูงกว่าผู้ไม่มีแผลที่เท้า ๕ เท่า (IDF Atlas, ๒๐๑๗)

ข้อมูลผู้ป่วยโรคเบาหวานอำเภอทุ่งเขาหลวงปีพ.ศ. ๒๕๖๒- ๒๕๖๔ มีผู้ป่วยเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนจำนวนทั้งสิ้น ๑,๒๖๙ ,๑,๓๔๙และ ๑,๓๙๑ ราย ตามลำดับสามารถควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้ร้อยละ๑๖.๗๑, ๒๐.๐๑และ ๒๖.๔๖ ตามลำดับข้อมูลผู้ป่วยโรคเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบัวหลวง ปี ๒๕๖๒- ๒๕๖๔ มีผู้ป่วยเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนจำนวนทั้งสิ้น ๒๑๘ , ๒๓๘และ ๒๔๔ ราย ตามลำดับสามารถควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้ร้อยละ๑๖.๗๑ , ๒๐.๐๑และ ๒๖.๒๓ ตามลำดับ (ข้อมูลรายงานมาตรฐานกลางสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด, ๒๕๖๕)

จากการปฏิบัติงานให้บริการดูแลผู้ป่วยในพื้นที่เขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบัวหลวง ตำบลเหล่า อำเภอทุ่งเขาหลวง จังหวัดร้อยเอ็ด ปี ๒๕๖๕ พบว่ามีผู้ป่วยเบาหวานในความรับผิดชอบจำนวนทั้งสิ้น ๒๘๓ ราย มีภาวะไตเสื่อมรับการรักษาโดยวิธีการบำบัดทดแทนไต จำนวน ๙ ราย คิดเป็นร้อยละ ๒๕.๔๗ มีภาวะแผลเบาหวานที่เท้า ๑๐ ราย คิดเป็นร้อยละ ๒๘.๓ ทางผู้ศึกษาได้เล็งเห็นว่าการที่ระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นระยะเวลานาน จะส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่อตา ไต เท้า ระบบประสาท หัวใจและหลอดเลือดสมองทำให้เกิดอาการป่วยและเสียชีวิตก่อนวัยอันสมควร ในบทบาทของพยาบาลปฐมภูมิที่ทำงานในชุมชนได้เห็นถึงความสำคัญในการให้ความรู้และจัดการปัญหา การดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานเพื่อให้สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้เป็นปกติ ส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวาน ผู้ดูแล ชุมชนมีการปรับปรุงองค์ความรู้ต่างๆ ให้ทำความเข้าใจและตระหนักถึงผลกระทบอันร้ายแรงของโรคเบาหวาน รู้สาเหตุการเกิดโรคเบาหวาน และวิธีป้องกันหรือชะลอการเกิดโรคเบาหวานและโรคแทรกซ้อน เพื่อคงไว้ให้ผู้ป่วยและครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

วัตถุประสงค์ของการดำเนินงาน

๑. เพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวานปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสม

๒. เพื่อส่งเสริมญาติในครอบครัวของผู้ป่วยเบาหวาน ในการสนับสนุนหรือช่วยเหลือ ผู้ป่วยเบาหวานให้ปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสม

๓. เพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานที่อาจเกิดขึ้นกับผู้ป่วย

เป้าหมายการดำเนินงาน

กรณีศึกษาที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงโดยเลือกศึกษาและจัดทำเป็นรายกรณีศึกษา ๑ ราย ในผู้ป่วยที่มารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบัวหลวงตำบลเหล่า อำเภอทุ่งเขาหลวง จังหวัดร้อยเอ็ด ผู้ป่วยเพศชาย อายุ ๔๕ ปี โดยมีระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินการ ตั้งแต่วันที่ ๒๘ ตุลาคม ๒๕๖๓ – ๒๐ มกราคม ๒๕๖๔ กระบวนการศึกษาโดยมีการทบทวนประวัติการเจ็บป่วย การใช้ข้อมูลตามแบบแผนสุขภาพ (Functional Health Pattern) ข้อมูลจากการศึกษาสภาพจริงโดยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ป่วยและญาติ รวมถึงการทบทวนการรักษาของแพทย์และประวัติการรักษาของผู้ป่วยที่ผ่านมา

ขั้นตอนการดำเนินการ

๑. เลือกเรื่องหรือกำหนดหัวข้อเรื่องจากผู้ป่วยที่สนใจและเลือกดูแล ๑ กรณีศึกษา

๒. ศึกษารวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับอาการสำคัญ ประวัติการเจ็บป่วย ประวัติการแพ้ยา หรือสารเคมี แบบแผนการดำรงชีวิตโดยใช้ข้อมูลผู้ป่วยตามแบบแผนสุขภาพ (Functional Health Pattern) ๑๑ แบบแผน ประวัติการเจ็บป่วยในครอบครัว

๓. ศึกษาผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการและแผนการรักษาของแพทย์ รวมทั้งการรักษาต่างๆ

๔. ศึกษาค้นคว้าจากตำรา ปรึกษาเจ้าหน้าที่พยาบาลที่มีความชำนาญและแพทย์ผู้รักษาเพื่อใช้เป็นข้อมูลประกอบการศึกษา

๕. ออกติดตามเยี่ยมบ้าน ประเมินภาวะสุขภาพ ให้ความรู้ รวมทั้งติดตามนัดหมายการเยี่ยมครั้งต่อไป

๖. นำข้อมูลที่ได้มารวบรวมวิเคราะห์ นำมาวางแผนการพยาบาลตามกระบวนการพยาบาล โดยเน้นการพยาบาลทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และเศรษฐกิจ

๗. ออกเยี่ยมบ้านเพื่อปฏิบัติการพยาบาลและประเมินผลการพยาบาลตามแผนการพยาบาล

๘. สรุปผลการปฏิบัติการพยาบาลและให้ข้อมูลเสนอแนะแก่ผู้ป่วยและญาติ
๙. นำข้อมูลจากการศึกษามารวบรวมและเรียบเรียง พร้อมทั้งแก้ไขให้ถูกต้องสมบูรณ์ยิ่งขึ้น
๑๐. ประเมินผลงานโดยผู้ทรงคุณวุฒิ หรือผู้ชำนาญเฉพาะทาง
๑๑.เรียบเรียงพร้อมตรวจสอบความถูกต้องและจัดพิมพ์ผลงาน

กรณีศึกษา

จากกรณีศึกษาผู้ป่วยชายไทย อายุ ๔๕ ปี อาชีพ ว่างงาน สถานภาพสมรส หย่าร้าง ระดับการศึกษา มัธยมศึกษาปีที่ ๖ ภูมิลำเนาอยู่ที่ ๖๖/๑ ม.๒ ต.เหล่า อ.ทุ่งเขาหลวง จ.ร้อยเอ็ด
โรคประจำตัว โรคเบาหวาน ปฏิเสธแพ้ยาแพ้อาหาร
ประวัติการเจ็บป่วยปัจจุบัน

๗ ปีก่อน มีอาการกระหายน้ำบ่อย เหงื่อออก ปัสสาวะบ่อยตอนกลางคืน ต้องตื่นกลางดึกมาปัสสาวะคืนละประมาณ ๕-๖ ครั้ง จึงไปตรวจที่โรงพยาบาลสินแพทย์ กทม. พบว่ามีระดับน้ำตาลในเลือดสูง แพทย์วินิจฉัยว่าเป็นโรคเบาหวานชนิดที่๒ นัดรับยาต่อเนื่องที่โรงพยาบาลสินแพทย์ ผู้ป่วยไม่ไปตามนัดและย้ายกลับมาบวชเป็นพระอยู่ที่บ้าน ขาดนัด ๒ ปี

๕ ปีก่อนมา (พ.ศ.๒๕๕๙) พบว่าเริ่มมีอาการชาที่เท้าทั้ง ๒ ข้าง เป็นแผลที่นิ้วก้อยเท้าขวา ฝ่าเท้าขวาปวดบวมแดง มารับการรักษาที่รพ.สต.บ้านบัวหลวง ตำบลเหล่า นัดตรวจคัดกรองพบระดับน้ำตาลในเลือดสูง จึงส่งต่อไปที่รพ.ทุ่งเขาหลวง เพื่อรับการรักษาที่ต่อเนื่องผู้ป่วยมีปัญหามีแผลที่นิ้วก้อยเท้าขวา ร่วมกับควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้มีระดับน้ำตาลในเลือดสูง อยู่ในช่วง ๑๘๐-๓๒๐mgdlแพทย์จึงพิจารณาส่งต่อรพ.ร้อยเอ็ด ได้ตัดนิ้วก้อย

๔ ปีก่อนมา (พ.ศ.๒๕๖๐) ยังมีระดับน้ำตาลในเลือดสูง ๑๗๖-๕๕๐ mgdlแพทย์จึงพิจารณาเปลี่ยนจากยากินมาเป็นยาฉีด มีแผลที่บริเวณนิ้วหัวแม่เท้าข้างขวาล้างแผลเองแผลบวมแดงร้อน จึงเข้ารับการรักษาที่รพ.ทุ่งเขาหลวงแพทย์พิจารณาส่งต่อ รพ.ร้อยเอ็ด ได้ตัดนิ้วหัวแม่เท้าขวา ล้างแผลต่อเนื่อง

๒ ปีก่อนมา (พ.ศ.๒๕๖๒) มีอาการอ่อนแรงข้างซ้ายอาการวิงเวียนศีรษะหน้ามืด คล้ายจะวูบ แน่นหน้าอก หายใจไม่อิ่มมีอาการแขนขาข้างซ้ายอ่อนแรงแพทย์วินิจฉัยว่าเป็นAcute ischemia stroke ต่อรพ.ร้อยเอ็ด

๙ เดือนก่อนมา มีแผลบริเวณเท้าขวา ล้างแผลทุกวันรพ. ใกล้บ้าน แผลมีกลิ่น มีตุ่มพุพอง สีดำ รอบๆแผลปวดแผลมากขึ้น ร่วมมีไข้ จึงมารพ.ทุ่งเขาหลวงส่งต่อไปที่รพ.ร้อยเอ็ด แพทย์วินิจฉัย Rt Leg below knee amputate (๑๗ มกราคม ๒๕๖๓) ล้างแผลต่อเนื่องที่รพ.ทุ่งเขาหลวงและรพ.สต.บ้านบัวหลวง

๓ เดือนก่อนมามีอาการเหนื่อยเพลีย ถ่ายเป็นเลือดสด ๑ ครั้งDTX = ๖๐๐ mgdlญาติให้ประวัติหลังจากตัดขาขวาผู้ป่วยมีภาวะเครียด ซื้อสุรามาดื่มเป็นประจำ จนอาเจียนเป็นเลือดสดประมาณ ครึ่งถังเล็ก จึงพามาโรงพยาบาลทุ่งเขาหลวง แพทย์วินิจฉัยUGIB (upper gastrointestinal bleeding)ร่วมกับ DKA (Diabetic Ketoacidosis)ส่งรักษาต่อที่รพ. ร้อยเอ็ด admit ๒๗มิถุนายน ๒๕๖๓ -๑ กรกฎาคม ๒๕๖๓

๑ วันก่อนมาผู้ป่วยไปตามนัดติดตามอาการโรคเบาหวาน พบค่า FBS = ๒๖๖ mgdl, A๑C = ๑๔.๗ %, CKD-stage = G๑ , Creatinine = ๐.๙๐ mg/dl, EGFR = ๑๐๔.๒๔ ตรวจคัดกรองตาเบาหวานด้วยเครื่อง Funduscamera พบตาทั้ง ๒ ข้างมีเบาหวานขึ้นระดับกลาง (Moderate NPDR) ตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนหลอดเลือดส่วนปลาย ด้วยMonofilament ที่เท้าซ้ายพบว่าสูญเสียประสาทรับความรู้สึก ๓ จุด มีอาการมึนชาปลายเท้า ผิวหนังบริเวณเท้าชุ่มชื้นดี ไม่มีแผลที่เท้า หุบกางนิ้วได้ ไม่พบตรวจพบเท้าผิดรูป จากการทบทวนประวัติการรักษาพบว่า มีปัญหาผู้ป่วยมีพฤติกรรมไม่ควบคุมการรับประทานอาหาร ชอบดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง เช่น M๑๕๐,สปอร์เซอร์และผลไม้ตามฤดูกาลที่มีรสหวาน เช่นมะม่วงสุก ลำไย กล้วย รับประทานอาหารไม่ตรงเวลา ไม่ชอบออกกำลังกาย
ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ดำเนินการศึกษาข้อมูลจากผู้ป่วยญาติเวชระเบียนศึกษาความรู้ทางวิชาการและกรอบแนวความคิดทางการพยาบาลจากตำราวารสารงานวิจัยและการสืบค้นข้อมูลทางอินเตอร์เน็ต ใช้กระบวนการพยาบาลในการวางแผนติดตามเยี่ยมบ้าน ให้การพยาบาลผู้ป่วยรายนี้ มีการติดตามเยี่ยมบ้าน ซึ่งได้กำหนดข้อวินิจฉัยทางการพยาบาลในผู้ป่วยรายนี้ ดังนี้

๑.มีภาวะน้ำตาลในเลือดสูง เนื่องจากขาดความรู้และมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมกับโรคเบาหวาน

๒.เสี่ยงต่อการเกิดแผลที่เท้าเนื่องจากการรับความรู้สึกของเส้นประสาทส่วนปลายเท้าข้างซ้ายลดลง

๓.เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุเนื่องจากความสามารถในการมองเห็นลดลงจากภาวะเบาหวานขึ้นจอประสาทตา

๔.ผู้ป่วยและญาติวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคที่เป็นอยู่เนื่องจากสภาพความเจ็บป่วยเรื้อรัง

๕. ผลสำเร็จของงาน (เชิงปริมาณ/คุณภาพ)

๕.๑ ผู้ป่วยและญาติมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเกิดโรคเบาหวานและมีค่าระดับน้ำตาลในเกณฑ์

๕.๒ ผู้ป่วยและญาติทราบถึงปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวานและสามารถลด/หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงได้

๕.๓ ผู้ป่วยไม่เกิดอันตรายจากภาวะน้ำตาลในเลือดสูง/ต่ำหรือจากการมองเห็นลดลงจากภาวะเบาหวานขึ้นจอประสาทตา

๕.๔ ผู้ป่วยสามารถดูแลเท้าได้ ไม่เกิดแผลที่เท้าเพิ่ม

๖. การนำไปใช้ประโยชน์/ผลกระทบ

๖.๑ ผู้ป่วยโรคเบาหวานได้รับการดูแลที่มีประสิทธิภาพและลดการเกิดภาวะแทรกซ้อน

๖.๒ ผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้ความเข้าใจและสามารถปฏิบัติตัวในการดูแลสุขภาพของตนเอง

๖.๓ ใช้เป็นแนวทางให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเบาหวาน

๖.๔ เป็นเอกสารเผยแพร่ ความรู้ทางวิชาการแก่ผู้ปฏิบัติงานในหน่วยงาน

๖.๕ เป็นแนวทางในการทำกรณีศึกษา สำหรับบุคลากรทางการพยาบาลและผู้สนใจ

๗. ความยุ่งยากและซับซ้อนในการดำเนินการ

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังและเป็นโรคที่มีผลส่งให้เกิดโรคเรื้อรังอื่นๆตามมามากมาย เช่น โรคไตวายเรื้อรัง โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น และโรคเบาหวานเองยังเป็นโรคที่ต้องคอยควบคุมดูแลระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานเองที่เกิดขึ้นก็มี เช่น ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำหรือสูงกว่าปกติ เป็นเหตุให้เกิดภาวะวิกฤติของชีวิตได้ รวมถึงการมีภาวะเป็นแผลต่างๆและการหายของแผลจะช้ากว่าคนปกติโรคเบาหวานก็เป็นอีกปัญหาหนึ่งของกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งพบผู้ป่วยจำนวนมากและมีต้นทุนในการรักษาสูง ผู้ป่วยยังขาดความตระหนักในการรักษาเป็นเวลานานและความไม่ต่อเนื่องในการมารับยาและตรวจตามแพทย์นัด ทำให้ภาวะแทรกซ้อนต่างๆ เกิดขึ้นได้ง่าย

การดูแลผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อน จำเป็นต้องมีทักษะการให้คำปรึกษาการสร้างสัมพันธภาพและที่สำคัญคือการติดตามเยี่ยมบ้านตลอดจนต้องค้นหาปัญหาของผู้ป่วยและครอบครัวสามารถร่วมวางแผนกับทีมงานสุขภาพได้ เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องโรค การรักษา การใช้ยาภาวะแทรกซ้อน ซึ่งปัญหาที่พบคือผู้ป่วยยังควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ไม่ดีและมีพฤติกรรมในการดูแลตนเองที่ไม่เหมาะสม

๘. ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินการ

๘.๑ ผู้ป่วยรายนี้ป่วยเป็นโรคเบาหวานมาเป็นเวลานานเกิดภาวะแทรกซ้อนที่เท้าข้างขวา จึงทำให้ขาดกำลังใจเพราะรักษาไม่หายขาด จึงไม่สนใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเอง

๘.๒สมาชิกในครอบครัวต้องมีส่วนร่วมในการดูแลและวางแผนการรักษา ต้องคอยให้กำลังใจผู้ป่วย ถ้าสมาชิกในครอบครัวไม่ดูแลอย่างใกล้ชิดจะทำให้ผู้ป่วยเกิดความท้อแท้หมดกำลังใจ

๙. ข้อเสนอแนะ

๙.๑ โรคเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนต้องได้รับการรักษาที่ต่อเนื่อง เพื่อให้ควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติหรือใกล้เคียงปกติมากที่สุด ผู้ให้การพยาบาลต้องมีความรู้ในเรื่องกลไกการเกิดโรคแทรกซ้อนต่างๆ การดำเนินของโรค การรักษาจึงจะสามารถอธิบายให้ผู้ป่วยและญาติเข้าใจได้

ความนุ่มนวลเป็นมิตร กระตือรือร้นในการให้การช่วยเหลือ เพื่อให้ผู้ป่วยและญาติเกิดความไว้วางใจ และให้ความร่วมมือในการรักษาพยาบาล

๙.๓ พยาบาลต้องเห็นความสำคัญในการให้คำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวแก่ผู้ป่วยและญาติ และต้องให้คำแนะนำจนแน่ใจว่าผู้ป่วยและญาติเข้าใจสามารถดูแลตนเองได้ถูกต้อง อีกทั้งโรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่ต้องรักษาติดต่อกันเป็นเวลานานหรือตลอดชีวิต บางครั้งอาจมีภาวะแทรกซ้อนร่วมด้วย ควรอธิบายให้ผู้ป่วยและญาติเข้าใจในเรื่องการรักษาอย่างจริงจังและต่อเนื่อง ไม่ควรเปลี่ยนการรักษาตามความเชื่อที่ไม่ถูกต้อง

๙.๔ พยาบาลควรเน้นการมาตรวจตามนัดและอธิบายถึงผลเสียของการไม่มาตรวจรักษาตามนัด

๑๐. การเผยแพร่ผลงาน (ถ้ามี)

ไม่มี

๑๑. ผู้มีส่วนร่วมในผลงาน (ถ้ามี)

๑) นางจันทนา งามสะพรั่ง สัดส่วนของผลงาน ๑๐๐%

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวเป็นความจริงทุกประการ

(ลงชื่อ).....

(นางจันทนา งามสะพรั่ง)

(ตำแหน่ง) พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

(วันที่) ๒๗ / มีนาคม / ๒๕๖๖

ผู้ขอประเมิน

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวเป็นความจริงทุกประการ

รายชื่อผู้มีส่วนร่วมในผลงาน	ลายมือชื่อ
นางจันทนา งามสะพรั่ง	

ได้ตรวจสอบแล้วขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นถูกต้องตรงกับความเป็นจริงทุกประการ

(ลงชื่อ).....

(นางสาวรัตดาภรณ์ บุญกิจ)

(ตำแหน่ง) หัวหน้ากลุ่มงานการพยาบาลโรงพยาบาลทุ่งเขาหลวง

(วันที่) ๒๙ / มีนาคม / ๒๕๖๖

ผู้บังคับบัญชาที่กำกับดูแล

(ลงชื่อ).....

(นายชาญชัย วันทอง)

(ตำแหน่ง) ผู้อำนวยการโรงพยาบาลทุ่งเขาหลวง

(วันที่) ๒๙ / มีนาคม / ๒๕๖๖

ผู้บังคับบัญชาที่เหนือขึ้นไป

หมายเหตุ : คำรับรองจากผู้บังคับบัญชาอย่างน้อยสองระดับ คือ ผู้บังคับบัญชาที่กำกับดูแล และผู้บังคับบัญชาที่เหนือขึ้นไปอีกหนึ่งระดับ เว้นแต่ในกรณีที่ผู้บังคับบัญชาดังกล่าวเป็นบุคคลคนเดียวกัน ก็ให้มีคำรับรองหนึ่งระดับได้

แบบเสนอแนวคิดการพัฒนาหรือปรับปรุงงาน
(ระดับชำนาญการ)

๑. เรื่อง การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน เขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบัวหลวง ตำบลเหล่า อำเภอทุ่งเขาหลวง จังหวัดร้อยเอ็ด

๒. หลักการและเหตุผล

เบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่มีอุบัติการณ์เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วเนื่องจากเป็นสาเหตุทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆตามมา ทั้งแบบเฉียบพลันและเรื้อรัง ซึ่งระดับน้ำตาลในเลือดที่สูงกว่าปกติเป็นระยะเวลานานส่งผลทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนของหลอดเลือดแดงทั่วร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลอดเลือดแดงขนาดเล็กที่ไปเลี้ยงไต ทำให้ไตขับของเสียได้น้อยลงของเสียคั่งในร่างกาย และยังทำให้มีโปรตีนรั่วมากับปัสสาวะ ผู้ที่เป็นเบาหวานมีโอกาสเกิดโรคไตเรื้อรังระยะสุดท้าย ๑๐ เท่า เมื่อเทียบกับผู้ที่ไม่เป็นเบาหวาน ส่วนภาวะแทรกซ้อนทางตา ทำให้การมองเห็นลดลง หนึ่งในสามของผู้เป็นเบาหวานจะนำไปสู่ปัญหาเรื่องการมองเห็น โดยเฉพาะในวัยทำงานภาวะแทรกซ้อนสำคัญอีกอย่างหนึ่งคือ การเกิดแผลที่เท้าเป็นภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังที่เกิดจากภาวะปลายประสาทเสื่อมและ/หรือหลอดเลือดส่วนปลายขาอุดตัน ซึ่งนับเป็นปัญหาสำคัญทางสาธารณสุขของทุกประเทศทั่วโลก เท้าเป็นอวัยวะที่สำคัญ การเกิดแผลเรื้อรังที่เท้านำมาซึ่งมีการติดเชื้อ ทำให้ต้องถูกตัดเท้าหรือขาข้างนั้นไป หรืออาจรุนแรงจนเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ ถ้าเรารู้จักวิธีการดูแลรักษา เพื่อป้องกันการเกิดแผลที่เท้าอย่างถูกต้อง และสามารถถ่ายทอดให้ผู้เป็นเบาหวานได้รู้จัก
การดูแลเท้าที่ถูกต้องจะช่วยลดอัตราการถูกตัดเท้าหรือขาได้

ข้อมูลข้อมูลผู้ป่วยโรคเบาหวานอำเภอทุ่งเขาหลวง ปีพ.ศ. ๒๕๖๒ - ๒๕๖๔ มีผู้ป่วยเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนจำนวนทั้งสิ้น ๑,๒๖๙,๑,๓๔๙ และ ๑,๓๙๑ ราย ตามลำดับ สามารถควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้๑๖.๗๑, ๒๐.๐๑ และ ๒๖.๔๖ ตามลำดับ ข้อมูลผู้ป่วยโรคเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบัวหลวง ปี ๒๕๖๒ – ๒๕๖๔ มีผู้ป่วยเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนจำนวนทั้งสิ้น ๒๑๘ , ๒๓๘ และ ๒๔๔ ราย ตามลำดับสามารถควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้ร้อยละ๑๖.๗๑ , ๒๐.๐๑ และ ๒๖.๒๓ ตามลำดับ (ข้อมูลรายงานมาตรฐานกลางสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด, ๒๕๖๔)

ปัจจุบันแนวทางการรักษาผู้ป่วยโรคเรื้อรังของโรงพยาบาลทุ่งเขาหลวง ได้ส่งผู้ป่วยให้โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเป็นผู้ดูแลรักษาผู้ป่วยมากขึ้น เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับบริการที่สะดวก รวดเร็วได้รับคำแนะนำในการดูแลสุขภาพของตนเองรวมถึงเรื่องการใช้ยาที่ได้รับประทานมากขึ้น จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานต้องมีความรู้ในการดูแลรักษาผู้ป่วย การปฏิบัติตัว รวมถึงการให้คำแนะนำญาติของผู้ป่วยในการดูแลผู้ป่วยที่บ้านได้

จากการปฏิบัติงานให้บริการดูแลผู้ป่วยในพื้นที่เขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบัวหลวง ตำบลเหล่า อำเภอทุ่งเขาหลวง จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่ามีผู้ป่วยเบาหวานในความรับผิดชอบจำนวนทั้งสิ้น ๒๘๓ ราย มีภาวะไตเสื่อมรับการรักษาโดยวิธีการบำบัดทดแทนไต จำนวน ๙ ราย คิดเป็นร้อยละ ๒๕.๔๗ มีภาวะแผลเบาหวานที่เท้า ๑๐ ราย คิดเป็นร้อยละ ๒๘.๓ ซึ่งในผู้ป่วยกลุ่มนี้มีผู้ป่วยที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีและกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ ซึ่ง ๒ กลุ่มนี้มีคุณภาพชีวิตที่แต่งต่างกันอันเนื่องมาจากระดับน้ำตาลในเลือดการที่ระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นระยะเวลานาน จะส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่อตา ไต เท้า ระบบประสาท หัวใจและหลอดเลือดสมองทำให้เกิดอาการป่วยและเสียชีวิตก่อนวัยอันสมควร

ในบทบาทของพยาบาล ปฐมภูมิที่ทำงานในชุมชน ได้เห็นถึงความสำคัญในการให้ความรู้และจัดการปัญหา การดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานเพื่อให้สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้เป็นปกติ ส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวาน ผู้ดูแล ชุมชนมีการปรับปรุงองค์ความรู้ต่างๆให้ทำความเข้าใจและตระหนักถึงผลกระทบอันร้ายแรงของโรคเบาหวาน รู้สาเหตุการเกิดโรคเบาหวาน และวิธีป้องกันหรือชะลอการเกิดโรคเบาหวานและโรคแทรกซ้อน เพื่อคงไว้ให้ผู้ป่วยและครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

๓. บทวิเคราะห์/แนวความคิด/ข้อเสนอ และข้อจำกัดที่อาจเกิดขึ้นและแนวทางแก้ไข

บทวิเคราะห์/แนวความคิด

จากรูปแบบการดำเนินงานการให้บริการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังในหน่วยบริการสุขภาพ โดยการนัดให้ผู้ป่วยเข้ารับบริการในคลินิกโรคเรื้อรัง เดือนละ ๑ ครั้ง ด้วยจำนวนผู้ป่วยที่เยอะทำให้เจ้าหน้าที่มีเวลาจำกัด ในการให้คำแนะนำแก่ผู้ป่วย ไม่มีการสาธิตวิธีการปฏิบัติ ตลอดจนการไม่เห็นบริบทในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้ป่วยทำให้ผู้ป่วยยังมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากภาวะเจ็บป่วยที่เป็นอยู่ ในขณะที่การดำเนินงานด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของกลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วยด้วยโรคเบาหวานหรือโรคเรื้อรังอื่นๆ ซึ่งดำเนินการโดยบุคลากรด้านสาธารณสุขในพื้นที่ ร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) แต่ด้วยจำนวนบุคลากรที่มีน้อย เมื่อเทียบกับภาระกิจการปฏิบัติงานด้านการดูแลสุขภาพ และการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในเขตรับผิดชอบ ทำให้ไม่สามารถทำกิจกรรมได้อย่างต่อเนื่อง ประชาชนกลุ่มเสี่ยงปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้น้อยและไม่ต่อเนื่อง มีเพียงการทำเฉพาะเวลามีโครงการเป็นครั้งคราว ไม่มีการติดตามต่อเนื่อง ทำให้ผู้ป่วยกลับไปมีพฤติกรรมแบบเดิมๆ ตามวิถีชีวิตของชุมชน ทำให้อัตราผู้ป่วยรายใหม่ยังคงมีเพิ่มขึ้นทุกปี และในกลุ่มผู้ป่วยก็ยังพบมีภาวะแทรกซ้อนจากโรคเรื้อรังกลุ่มดังกล่าว ทำให้ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาเพิ่มและใช้ระยะเวลาในการดูแลผู้ป่วยกลุ่มดังกล่าวเพิ่มมากขึ้น

ดังนั้น เพื่อเป็นการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน โดยอาศัยความร่วมมือจากทีมสหวิชาชีพ ครอบครัว ชุมชนและตัวของผู้ป่วยเองให้เกิดความต่อเนื่องจนเป็นความเคยชิน ติดเป็นนิสัย เพื่อการมีสุขภาพที่ดีโดยอาศัยหลักการต่อไปนี้

๑.การเชื่อมโยงเสริมพลังชุมชน (Community Empowerment)

ในการพัฒนาการดูแลสุขภาพผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจำเป็นจะต้องมีการเชื่อมโยงกับทรัพยากรและทุนที่มีอยู่ในชุมชนการเชื่อมโยงกับชุมชนนี้จะมีความสำคัญมากสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ซึ่งมีทรัพยากรจำกัดและไม่สามารถจัดโปรแกรมต่างๆได้เองทั้งหมดรวมทั้งการทำงานสนับสนุนให้ชุมชนองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีบทบาทอย่างมากในการสร้างสภาพแวดล้อมที่ดีและจำเป็นต้องสร้างให้เกิดนโยบายสาธารณะในระดับท้องถิ่นผู้ศึกษาจึงมีแนวคิดที่จะสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้โดยการสร้างกระบวนการเรียนรู้ในชุมชน เรียนรู้จากประสบการณ์ชีวิตของสมาชิกในชุมชน ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามวิถีชีวิตของชุมชนให้เหมาะสมต่อการส่งเสริมสุขภาพเพื่อป้องกันกลุ่มโรคดังกล่าว จัดตั้งเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพในชุมชนโดยการนำเอากลุ่ม องค์กรต่างๆ ในชุมชนมามีส่วนร่วมในการดำเนินงาน และเป็นแนวร่วมในการสร้างสุขภาพที่ดี การจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในชุมชน ระหว่างชุมชน การระดมแนวคิดจากผู้มีประสบการณ์ในชุมชน การสร้างแบบอย่างการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ดีในชุมชน เพื่อให้ประชาชนได้นำมาใช้เป็นแนวทางในการดูแลสุขภาพ อันจะนำไปสู่สังคมแห่งสุขภาพดีต่อไป

๒. การออกแบบระบบการให้บริการ (Delivery System Design)

การออกแบบและปรับโครงสร้างของการบริการและสร้างทีมงานที่ดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานอย่างชัดเจน ที่ไม่เหมือนกับระบบการดูแลโรคเฉียบพลัน การออกแบบควรเอื้อให้ทำงานเป็นทีมมีโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัวได้พอสมควรสนับสนุนการดูแลตนเองของผู้ป่วยและครอบครัว ทำให้คัดกรองผู้ที่มีปัญหามากให้ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสมทันเวลา ซึ่งการออกแบบระบบการให้บริการดังกล่าวเป็นบทบาทของทีมสหวิชาชีพที่จะสนับสนุนการดูแลตนเองของผู้ป่วยเช่นกิจกรรมที่ต้องกระทำเป็นระยะอย่างสม่ำเสมอ เช่น การตรวจทางห้องปฏิบัติการ การตรวจตา การตรวจเท้า ตรวจสุขภาพช่องปาก ควรนัดตรวจติดตามอย่างเหมาะสมรวมทั้งการวางแผนล่วงหน้าในการดูแล อีกทั้งบุคลากรด้านสาธารณสุขและผู้ที่เกี่ยวข้องกับงานบริการแก่ผู้ป่วยเบาหวานควรให้ความรู้การดูแลตนเองแก่ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ให้ครอบคลุมทุกด้าน ได้แก่

ด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการใช้ยา ด้านการจัดการความเครียด และด้านพฤติกรรมการป้องกันภาวะแทรกซ้อน รวมไปถึงคำแนะนำในกรณีผู้ป่วยลืมรับประทานยาควรที่จะให้ผู้ป่วยมีการจดบันทึกกับปฏิทิน หรือสมุดบันทึกทุกครั้งเมื่อรับประทานยาไปแล้วจะทำให้ไม่ลืมรับประทานยา ผู้ศึกษาจึงมีแนวคิดที่จะทำแบบบันทึกติดตามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วย ซึ่งคาดว่าจะเป็นประโยชน์ต่อการรักษาช่วยให้ผู้ป่วยสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ตามแผนการรักษาของแพทย์ นอกจากนี้ยังช่วยลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานได้

๓. การสนับสนุนการตัดสินใจ (Decision Support)

การดูแลโรคเบาหวานและจะต้องผสมผสานเข้าไปในกระบวนการดูแลผู้ป่วยประจำวันในรูปแบบของการย้ำเตือนหรือกระตุ้นเตือน โดยมีหัวหน้าทีมบริการคอยควบคุมกำกับให้มีการปฏิบัติตามคู่มือแนวทางปฏิบัติทางคลินิกนี้ โดยผ่านกระบวนการฝึกอบรมในรูปแบบต่างๆ นอกจากนี้ในทางอุดมคติควรมีผู้เชี่ยวชาญที่พร้อมให้คำปรึกษาผ่านทางโทรศัพท์ ช่องทางไลน์ โดยไม่จำเป็นต้องส่งต่อผู้ป่วยอย่างเป็นทางการ

๔. ทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเร็ม (Dorothea Elizabeth Orem)

แนวคิดทฤษฎีการพยาบาลของโอเร็ม คือการรักษาไว้ซึ่งชีวิตและสุขภาพนั้น บุคคลต้องกระทำการดูแลตนเอง แต่เมื่อบุคคลไม่สามารถดูแลตนเองได้ ย่อมต้องการความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น โดยเฉพาะสมาชิกในครอบครัว พยาบาลสามารถให้ความช่วยเหลือที่เหมาะสมได้ด้วยการกระทำแทนหรือสอน ชี้แนะ การสนับสนุนให้กำลังใจและการปรับสิ่งแวดล้อม ซึ่งการกระทำของพยาบาลจะร่วมกับผู้ป่วย ครอบครัวและชุมชนเพื่อมุ่งช่วยเหลือให้การดูแลที่จำเป็นในการตอบสนองความต้องการรักษาไว้ซึ่งสุขภาพหรือให้สุขภาพกลับมาดีขึ้นและอยู่ได้อย่างปกติสุข

รูปแบบเดิม	รูปแบบใหม่
จากรูปแบบการดำเนินงานการออกหน่วยให้บริการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังในหน่วยบริการสุขภาพ จะมีการเปิดคลินิกโรคเรื้อรัง เพียงเดือนละ ๑ ครั้ง ด้วยจำนวนคนไข้ที่เยอะทำให้แพทย์ผู้รักษามีเวลาจำกัดในการซักถามปัญหา ความเป็นอยู่ การให้คำแนะนำแก่ผู้ป่วย ตลอดจนการไม่เห็นบริบทในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้ป่วยจึงอาจมองไม่เห็นปัญหาอย่างครอบคลุมในผู้ป่วยแต่ละรายทำให้ผู้ป่วยยังมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากภาวะเจ็บป่วยที่เป็นอยู่	พัฒนารูปแบบการดำเนินงานออกหน่วยคลินิกโรคเรื้อรัง โดยการจัดกลุ่มแยกผู้ป่วยเป็นกลุ่มสีเขียว สีเหลือง สีส้ม และสีแดง เพื่อแยกห้องตรวจ แบ่งห้องตรวจเป็น ๒ ห้อง ระหว่างห้องพยาบาลและห้องแพทย์ ห้องพยาบาลจะรับตรวจผู้ป่วยสีเขียว คือ มีค่า FBS ≤ ๑๒๕ mg/dl และ BP ≤ ๑๓๙/๘๙ mmHg ไม่มีภาวะแทรกซ้อนอย่างอื่นร่วม ส่วนห้องแพทย์จะรับตรวจผู้ป่วยสีเหลือง ส้ม แดง ขึ้นไป คือ มีค่า FBS ≥ ๑๒๕ mg/dl และ BP ≥ ๑๓๙/๘๙ mmHg เพื่อเป็นการลดภาระจำนวนคนไข้ที่เข้าพบแพทย์เพียงห้องเดียวและจะได้มีเวลาซักถามหรือให้คำแนะนำเพิ่มมากขึ้น ส่วนการจ่ายยา จะมีการจ่ายยาและให้คำแนะนำการใช้ยาโดยเภสัชกร มีการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ตา ไต ฟัน และเท้า ประจำปีทุกราย กรณีผู้ป่วยที่เจาะเลือดประจำปีแล้วพบว่ามีค่า eGFR ≤ ๕๙ mL/min/๑.๗๓m^{๒} CKD stage ๓a ขึ้นไป จะได้เข้าพบพยาบาลที่ให้คำแนะนำเรื่องการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับภาวะไตเสื่อมจาก รพ.ทุ่งเขาหลวง กรณีผู้ป่วยที่มีภาวะแทรกซ้อนที่เท้าจะได้เข้าพบนักกายภาพบำบัด จาก รพ.ทุ่งเขาหลวง รวมไปถึงคำแนะนำในกรณีผู้ป่วยลืมรับประทานยาควรที่จะให้ผู้ป่วยมีการจดบันทึกกับปฏิทิน หรือสมุดบันทึกทุกครั้งเมื่อรับประทานยา ผู้ศึกษาจึงมีแนวคิดที่จะทำแบบบันทึกติดตามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วย ซึ่งน่าจะเป็นประโยชน์ต่อการรักษาช่วยให้ผู้ป่วยสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ตามแผนการรักษาของแพทย์ นอกจากนี้ยังจะช่วยลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานได้

รูปแบบเดิม	รูปแบบใหม่
การดำเนินงานด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของกลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วยด้วยโรคเบาหวานหรือโรคเรื้อรังอื่นๆ ซึ่งดำเนินการโดยบุคลากรด้านสาธารณสุขในพื้นที่ร่วมกับ อสม. แต่ด้วยจำนวนบุคลากรที่มีน้อย เมื่อเทียบกับภาระกิจการปฏิบัติงานด้านการดูแลสุขภาพ และการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในเขตรับผิดชอบ ทำให้ไม่สามารถทำกิจกรรมได้อย่างต่อเนื่อง ประชาชนกลุ่มเสี่ยงปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้น้อยและไม่ต่อเนื่อง มีเพียงการทำเฉพาะเวลามีโครงการเป็นครั้งคราว และกลับไปมีพฤติกรรมแบบเดิมๆ ตามวิถีชีวิตของชุมชน ทำให้อัตราผู้ป่วยรายใหม่ยังคงมีเพิ่มขึ้นทุกปี และในกลุ่มผู้ป่วยก็ยังพบมีภาวะแทรกซ้อนจากโรคเรื้อรัง	**ระดับชุมชน** (รพ.สต.,คณะกรรมการชุมชน/อสม,องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น) - มีการจัดอบรม Care giver - จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานบูรณาการกับการประชุมประจำเดือนของหมู่บ้าน - ออกเยี่ยมดูแลผู้ป่วยรายบุคคลที่บ้าน - จัดอบรมเสริมทักษะในการดูแลตนเองให้กับผู้ป่วยโรคเบาหวาน **ระดับครอบครัว** (สามี,ภรรยา,บุตร,ญาติ) - ตรวจสอบจำนวนยาคงเหลือรายสัปดาห์ - จัดทำระบบเตือนความจำรับบริการตรวจตามนัด เช่น จดใส่ปฏิทิน หรือตั้งเตือนความจำในโทรศัพท์มือถือ - ปรับการปรุงอาหารลดหวาน มัน เค็ม **ระดับบุคคล** - บันทึกการรับประทานยาประจำวัน - ออกกำลังกาย ควบคุมอาหาร รับบริการตรวจตามนัด - ตั้งเป้าหมายการลดระดับน้ำตาลในเลือดทุกเดือนและบันทึกระดับน้ำตาลในเลือดด้วยตนเอง

ข้อเสนอ

มีการนำรูปแบบการส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยให้ครอบคลุมทุกกลุ่มโรคเรื้อรัง

ข้อจำกัดที่อาจเกิดขึ้น

บุคลากรมีจำนวนไม่เพียงพอ ทำให้การดำเนินงานขาดประสิทธิภาพและไม่ต่อเนื่อง

แนวทางแก้ไข

๑.จัดอบรมอสม.เชี่ยวชาญโรคเรื้อรังในชุมชน เพื่อจะได้ดูแลผู้ป่วยได้อย่างถูกต้องและครอบคลุม

๒.จัดตั้งช่องทางการสื่อสาร(กลุ่มไลค์อสม.ร่วมกับเจ้าหน้าที่) เพื่อให้สอบถามข้อสงสัยในการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังได้อย่างรวดเร็วและทันท่วงที

๔. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๔.๑ ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจและสามารถปฏิบัติตัวในการดูแลสุขภาพของตนเองเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนได้อย่างถูกต้อง และปฏิบัติอย่างต่อเนื่องโดยมีครอบครัว เครือข่ายคอยสนับสนุนในการดำเนินกิจกรรม ให้คำแนะนำและให้กำลังใจ

๔.๒ ผู้ป่วยโรคเบาหวานได้รับการดูแลที่มีประสิทธิภาพและลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรค

๔.๓ เกิดกิจกรรมตระหนักรู้และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน

๔.๔ ชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพของตนเอง และเกิดการพึ่งพาอาศัยกันระหว่างสมาชิกในชุมชน

๔.๕ ชุมชนเห็นความสำคัญของการดำเนินงานพัฒนาสุขภาพของหน่วยบริการสุขภาพ บุคลากรด้านสาธารณสุข และให้ความร่วมมือในการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพในชุมชน

๕. ตัวชี้วัดความสำเร็จ

๕.๑ ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเบาหวาน สามารถพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันในการดูแลผู้ป่วยในชุมชน รวมถึงการสร้างพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมในการป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรค

๕.๒ อัตราการเกิดภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลันในผู้ป่วยไม่เกินร้อยละ ๒.๐๐

๕.๓ สมาชิกในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรมในดำเนินงานพัฒนาสุขภาพของหน่วยบริการไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

(ลงชื่อ).....

(นางจันทนา งามสะพรั่ง)

(ตำแหน่ง) พยาบาลวิชาชีพระดับปฏิบัติการ

ผู้ขอประเมิน