



โครงการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมวัยทำงาน ลดเสี่ยงโรคเรื้อรัง (NCDs)

.....

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน /โครงการ

๑. หลักการและเหตุผล

โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ หลอดเลือดสมอง มะเร็ง ฯลฯ เป็นภัยเงียบที่ส่งผลกระทบทำให้เกิดภาวะโรคแทรกซ้อน ทำให้เกิดความพิการและตายก่อนวัยอันควร การเกิดโรคมียสาเหตุจากหลายปัจจัยเสี่ยงที่มาจากพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ไม่เหมาะสม ขาดการออกกำลังกายและนำไปสู่การเจ็บป่วยแทรกซ้อนที่สำคัญ อาทิ โรคจอประสาทตาเสื่อม โรคไตวายเรื้อรัง (CKD) โรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD) แผลเรื้อรัง การถูกตัดขา ตับนี้ว เป็นต้น ความเจ็บป่วยเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยตลอดจนค่าใช้จ่ายด้านสาธารณสุขโดยรวม ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนเป็นอย่างมาก องค์การอนามัยโลก (WHO) กล่าวว่านอกจากการบริการทางคลินิกแล้ว การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพมีความสำคัญและจำเป็นในการแก้ไขปัญหาโรคติดต่อดังกล่าวซึ่งการบริการสุขภาพภายใต้ระบบหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า ส่งผลให้ประชาชนส่วนใหญ่สามารถเข้าถึงบริการขั้นพื้นฐานที่จำเป็น รวมทั้งการบริการสุขภาพเพื่อป้องกันและควบคุมโรคเป็นสำคัญ โดยเฉพาะโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน ถือเป็นโรคเรื้อรังที่เกิดจากปัจจัยที่ไม่สามารถควบคุมได้ เช่น กรรมพันธุ์ อายุ และปัจจัยที่สามารถควบคุมได้ เช่น ความอ้วน ความเครียด การออกกำลังกาย พฤติกรรมการบริโภคที่ไม่เหมาะสม การดื่มสุรา สูบบุหรี่ ซึ่งหากประชาชนไม่สามารถควบคุมปัจจัยดังกล่าวรวมกับการมีอายุที่เพิ่มขึ้นตั้งแต่อายุ ๓๕ ปีขึ้นไป ย่อมมีโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยเรื้อรังและต้องได้รับการรักษา รับประทานยาตลอดชีวิต อีกทั้งหากมีพฤติกรรมสุขภาพไม่เหมาะสม มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนตามมา ส่งผลให้สูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลเพิ่มขึ้น

ข้อมูลจากการคัดกรองความเสี่ยงโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงในกลุ่มวัยทำงาน (ระบบคลังข้อมูลโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง จังหวัดปัตตานี ปี ๒๕๖๕) พบว่าเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน จำนวน ๓๓๙ คน เสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง ๑,๖๑๐ คน ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ ๙.๒๖ ป่วยโรคเบาหวานร้อยละ ๖.๗๒ ดัชนีมวลกายเกินมาตรฐาน (≥ ๒๓ กก./ตร.ม.) จำนวน ๓๓๕ คน รอบเอวเกินมาตรฐาน (ชายไม่เกิน ๙๐ ซม./หญิงไม่เกิน ๘๐ ซม.) ร้อยละ ๒๙.๓๙ เสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด จำนวน ๔,๐๒๑ คน

ทางองค์การบริหารส่วนตำบลตะโล๊ะ เล็งเห็นและตระหนักถึงความสำคัญในการป้องกันและลดความเสี่ยงของโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในกลุ่มวัยทำงาน จึงจัดโครงการนี้ขึ้นเพื่อเป็นการส่งเสริมกระตุ้นให้กลุ่มเป้าหมายวัยทำงานตระหนัก รับรู้ถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น เป็นบุคคลที่มีสุขภาพดีและคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

๒. วัตถุประสงค์ของโครงการ

๑. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยง/ปัจจัยเสี่ยงโรคเรื้อรัง มีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพที่ถูกต้องในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในชีวิตประจำวัน

๒. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยง/ปัจจัยเสี่ยงโรคเรื้อรังมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพและสามารถพึ่งตนเองด้านสุขภาพได้

๓. เป้าหมาย

ประชาชน/ปัจจัยเสี่ยงโรคเรื้อรังที่สนใจเข้าร่วมโครงการ จำนวน ๕๐ คน

๔. วิธีดำเนินการ

๑. เสนอโครงการต่อผู้บริหารองค์การบริหารส่วนตำบลตะโละ

๒. แต่งตั้งคณะทำงานโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ้วยทำงาน ลดเสี่ยงโรคเรื้อรัง (NCDs)

๓. ประชาสัมพันธ์และรับสมัครกลุ่มเป้าหมายที่สนใจเข้าร่วมโครงการ

๔. ติดต่อประสานงานกับวิทยากรเพื่อมาให้ความรู้ตามโครงการที่กำหนดไว้

๕. จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้และอบรมเชิงปฏิบัติการให้กับผู้เข้าร่วมโครงการ

๖. ติดตาม ประเมินผล และรายงานผลการจัดโครงการให้ผู้บริหารท้องถิ่นและแจ้งให้ประชาชนทราบ

๗. เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผลสำเร็จของโครงการผ่านเว็บไซต์ขององค์การบริหารส่วนตำบลตะโละ

<https://www.taloh.go.th> และทางแอปพลิเคชันต่างๆ เช่น Facebook และ กลุ่ม Line ต่างๆ

ระยะเวลาดำเนินการ

ระหว่างเดือน สิงหาคม - กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๕

สถานที่ดำเนินการ

อาคารอเนกประสงค์ องค์การบริหารส่วนตำบลตะโละ อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี

งบประมาณ

เบิกจ่ายงบประมาณตามข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ แผนงานสาธารณสุข งานบริการสาธารณสุขและงานสาธารณสุขอื่น งบดำเนินงาน หมดค่าใช้จ่าย รายจ่ายเกี่ยวกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายงบรายจ่ายอื่นๆ โครงการเฝ้าระวังป้องกันโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ ตั้งไว้จำนวน ๑๔,๖๐๐.- บาท (หนึ่งหมื่นสี่พันหกร้อยบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดการใช้จ่ายงบประมาณตามเอกสารแนบท้าย

ผู้รับผิดชอบโครงการ

งานสาธารณสุข สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลตะโละ อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ประชาชน/ปัจจัยเสี่ยงโรคเรื้อรัง มีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพที่ถูกต้องในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในชีวิตประจำวัน

๒. ประชาชนกลุ่มเสี่ยง/ปัจจัยโรคเรื้อรัง มีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพและสามารถพึ่งตนเองด้านสุขภาพได้

ผู้เขียนโครงการ

ลงชื่อ 
(นางถ้วนามินะห์ แวตาเยะ)
เจ้าพนักงานธุรการ

ผู้เสนอโครงการ

ลงชื่อ 
(นางถ้วนามินะห์ แวตาเยะ)
เจ้าพนักงานธุรการ

ผู้เห็นชอบโครงการ

ลงชื่อ 
(นายเสื่อ พุนสุวรรณ์)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตะโละ

ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ 
(นายมุ้ยหมัด มามะ)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตะโละ

รายละเอียดกิจกรรม

๑. จัดกิจกรรมอบรมตามโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ภัยทำงาน ลดเสี่ยงโรคเรื้อรัง (NCDs)
๒. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ตามหลัก ๓อ.๒ส.๑พ
 ๑. อ. อาหาร
 ๒. อ. อารมณ์
 ๓. อ. ออกกำลังกาย
 ๑. ส. สูบบุหรี่
 ๒. ส. สุรา
 ๑. พ. การดูแลฟัน

รายละเอียดการใช้จ่ายงบประมาณ (ตามข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๕ ตั้งไว้ ๑๔,๖๐๐ บาท)

- ค่าป้ายโครงการ จำนวน ๑ ป้าย	เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๕๐ คน x ๓๐ บาท x ๒ มื้อ	เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
- ค่าอาหารกลางวัน ๕๐ คน x ๖๐ บาท x ๑ มื้อ	เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
- ค่าเอกสารประกอบการอบรม/แบบประเมิน	เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
- ค่าสมนาคุณวิทยากรบรรยาย ๖๐๐ บาท/ชั่วโมง x ๖ ชั่วโมง	เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท
- ค่าวัสดุ/อุปกรณ์ต่างที่เกี่ยวข้อง	เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
- ค่าของรางวัล จำนวน ๒๐ ชิ้น ชิ้นละ ๑๐๐ บาท	เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๑๔,๖๐๐ บาท

หมายเหตุ : ค่าใช้จ่ายสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายได้ทุกรายการ

ประมวลภาพกิจกรรม
โครงการส่งเสริมสุขภาพ “การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมวัยทำงาน ลดเสี่ยงโรคเรื้อรัง (NCDs)”
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕
ณ อาคารเอนกประสงค์ องค์การบริหารส่วนตำบลตะโละ
วันที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๖๕





