

สรุปผลการดำเนินงาน
โครงการการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน
ตำบลบางระกำ อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก ปี 2562



ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก
สนับสนุนโดยกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบางระกำเมืองใหม่

ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำอำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก
ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจาก กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบางระกำเมืองใหม่
สรุปโครงการการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบาง
ระกำ อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก

1. หลักการและเหตุผล

เบาหวานเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยทั้งในระยะสั้นและระยะยาว เนื่องจากเป็นโรคที่รักษาไม่หายขาดและโดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ป่วยที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ไม่ดี ส่งผลให้มีโรคแทรกซ้อนต่างๆตามมา ที่สำคัญได้แก่ ภาวะแทรกซ้อนทางระบบประสาทส่วนปลาย เป็นภาวะแทรกซ้อนที่ทำให้เกิดแผลที่เท้าเกิดจากการมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นเวลานาน ไปเกาะเนื้อเยื่อไขมัน ที่ห่อหุ้มบริเวณปลายเซลล์ประสาท ทำให้ความสามารถในการนำส่งสัญญาณประสาททำได้ช้าลง นำไปสู่ภาวะปลายประสาทเสื่อม การรับความรู้สึกและการรับสัมผัสช้าลงหรือหายไป ทำให้เกิดจากความเสี่ยงของเส้นประสาทส่วนปลาย ทำให้มีอาการชา กล้ามเนื้ออ่อนแรง ผิวหนังแตกแห้งเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่ทำให้เกิดแผลที่เท้าได้ง่าย การเสื่อมของระบบประสาทส่วนปลายในผู้ที่เบาหวานเราจึงเห็นว่าผู้ป่วยเบาหวาน จึงมักเจออุบัติเหตุที่เท้าบ่อยๆ เช่น ถูกไม้ปิ้งลูกชิ้นตีล้ม และเกิดเป็นแผลที่เท้าได้ง่าย ลูกกลมเร็ว เพราะเนื้อเยื่อของร่างกายหวาน แขนกที่เรียเจริณเตบโตได้ง่าย แผลจึงหายยาก จึงเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดการสูญเสียขาและเท้ามากที่สุด แม้ว่าจะไม่ทำให้เกิดการสูญเสียชีวิตในทันที แต่ทำให้เกิดความพิการหรือเสียชีวิตก่อนวัยอันควรเมื่อเกิดแผลที่เท้าแล้ว มักจะมีโอกาสเกิดแผลที่เท้าซ้ำถึงร้อยละ 34 ภายใน 1 ปี ร้อยละ 61 ภายใน 3 ปี และสูงถึงร้อยละ 70 ภายใน 5 ปี

การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า เป็นวิธีการหนึ่ง ที่นำมาช่วยในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน เนื่องจากการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้านั้น จะช่วยในการปรับสมดุลการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย เป็นการดูแลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม (Bio-Psycho-Social) โดยอาศัยหลักแนวคิดปรัชญาตะวันออก ในศาสตร์การแพทย์แผนจีนที่กล่าวถึงการไหลเวียนของพลัง ที่ไม่ติดขัดทำให้มีสุขภาพดี การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า เป็นกระบวนการถ่ายทอดพลังไปตามเส้นโคจรพลัง พลังไหลสะดวก ทำให้ระบบไหลเวียนเลือดทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ เซลล์ต่างๆ ได้รับสารอาหารและออกซิเจนได้ดีขึ้น การทำงานของอวัยวะและต่อมต่างๆ ภายในร่างกายกลับสู่ภาวะสมดุล ระบบต่อมไร้ท่อประสาท และกล้ามเนื้อทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้อาการปลายประสาทเสื่อมดีขึ้น ลดอาการชาได้ จากข้อมูลของศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ ปี 2561 มีผู้ป่วยโรคเบาหวานมารับบริการจำนวน 964 คน ผู้ป่วยเบาหวานที่มีแผลที่เท้าและตัดนิ้วเท้า จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 0.83 และมีผู้ป่วยควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จำนวน 560 .คน คิดเป็นร้อยละ 58.09 ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงการเกิดแผลที่เท้าได้ ดังนั้นศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ จึงได้จัดทำโครงการการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวานเพื่อป้องกันและแก้ปัญหาดังกล่าว

2. วัตถุประสงค์

2.1 เพื่อให้มีความรู้ ทักษะในการดูแลเท้าและการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าแก่ผู้ป่วยเบาหวาน

2.2 ผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้และทักษะการดูแลเท้าที่ถูกต้องเพิ่มขึ้นร้อยละ 80

3. พื้นที่ดำเนินงาน ตำบลบางระกำ

4. กลุ่มเป้าหมาย

4.1 ผู้ป่วยเบาหวานในเขตตำบลบางระกำ จำนวน 150 คน

5. วิธีดำเนินการ

กิจกรรม	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
1. ประชุมเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำเพื่อวางแผนและจัดทำโครงการ	ตุลาคม 2561	นางจรรุวรรณ บุญวุฒิวีวัฒน์
2. จัดทำโครงการเสนอคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลบางระกำเพื่อพิจารณาอนุมัติ	ตุลาคม 2561	นางจรรุวรรณ บุญวุฒิวีวัฒน์
3. สสำรวจผู้ป่วยเบาหวานที่การไหลเวียนโลหิตที่เท้าไม่ดี	พฤศจิกายน 2561	จนท.ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ
4. ประชุมชี้แจงโครงการแก่ผู้ที่เกี่ยวข้องและกลุ่มเป้าหมาย	ธันวาคม 2561	นางจรรุวรรณ บุญวุฒิวีวัฒน์
5. จัดกิจกรรมการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน	มกราคม-กุมภาพันธ์ 2562	จนท.ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ
6. ติดตามประเมินผลการดำเนินงานและสรุปโครงการ	กุมภาพันธ์ 2562	นางจรรุวรรณ บุญวุฒิวีวัฒน์

6. ระยะเวลาดำเนินการ กุมภาพันธ์ 2562

7. แหล่งงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบางระกำเมืองใหม่

จำนวน 15,000.-บาท(หนึ่งหมื่นห้าพันบาทถ้วน)ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

7.1 ค่าอาหารกลางวันในการจัดกิจกรรมการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน 150คนๆละ50 บาทจำนวน1มือ จำนวน1 วัน เป็นเงิน 7,500.- บาท

7.2 ค่าอาหารว่างในการจัดกิจกรรมการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน 150คนๆละ25บาทจำนวน2มือจำนวน1 วัน เป็นเงิน 7,500.- บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 15,000.- บาท

8. สรุปผลการดำเนินโครงการ

8.1 สรุปผลคะแนนความรู้ก่อนและหลังการอบรม เรื่องการดูแลเท้าที่ถูกต้อง

คะแนนเฉลี่ยก่อนการอบรม (%)	คะแนนเฉลี่ยหลังการอบรม (%)	คะแนนเพิ่มขึ้น (%)
60	88	28

8.2 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน ผู้เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ จำนวน 150คน

8.3 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในโครงการ ในระดับดีและดีมาก เฉลี่ย ร้อยละ 86

- ความพึงพอใจในการได้รับความรู้เรื่องโรคเบาหวานและการดูแลเท้า ในระดับดี และดีมาก

ร้อยละ 86

- ความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในระดับดี และดีมาก

ร้อยละ 87

- ความพึงพอใจในการได้รับความรู้เรื่องการบริหารเท้า ในระดับดี และดีมาก ร้อยละ 86

- ความพึงพอใจในการได้รับความรู้เรื่องการใช้สมุนไพรในการดูแลเท้า ในระดับดี และดีมาก

ร้อยละ 86

9. ปัญหา - อุปสรรค และข้อเสนอแนะ

ปัญหา-อุปสรรค

ผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่ยังไม่ตรวจสุขภาพเท้า การรักษาความสะอาดตามขอกนิ้วเท้าการบริหารเท้า ทำไม่สม่ำเสมอ ทำให้มีโอกาสเสี่ยงในการเกิดแผลที่เท้าได้

ข้อเสนอแนะ

ควรมีประเมินการดูแลสุขภาพเท้า เล็บเท้า การกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า รวมถึงการบริหารเท้าเพื่อกระตุ้นการไหลเวียนโลหิต ป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน ควรให้ความรู้ การดูแลเท้า การฝึกบริหารเท้า ในคลินิกเบาหวานเพื่อผู้ป่วยเกิดความตระหนักและนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันต่อไป

สรุปผลสัมฤทธิ์ของโครงการ

10.1 ประสิทธิภาพ (/) มีประสิทธิภาพ
() ขาดประสิทธิภาพ

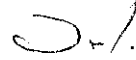
10.2 ประสิทธิภาพ (/) มีประสิทธิภาพ
() ขาดประสิทธิภาพ

10.3 ประหยัด (/) ประหยัด
() ไม่ประหยัด

10.4 คุณภาพ (/) มีคุณภาพ
() ขาดคุณภาพ

ความเห็นของหัวหน้าฝ่าย/หัวหน้างาน

สมคณดิษฐ์ ไตรรัตน์ ๒๕๖๖



(นางจรรวรณ์ บุญอุทัยวิวัฒน์)
หัวหน้าศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ

ความเห็นของผู้อำนวยการ



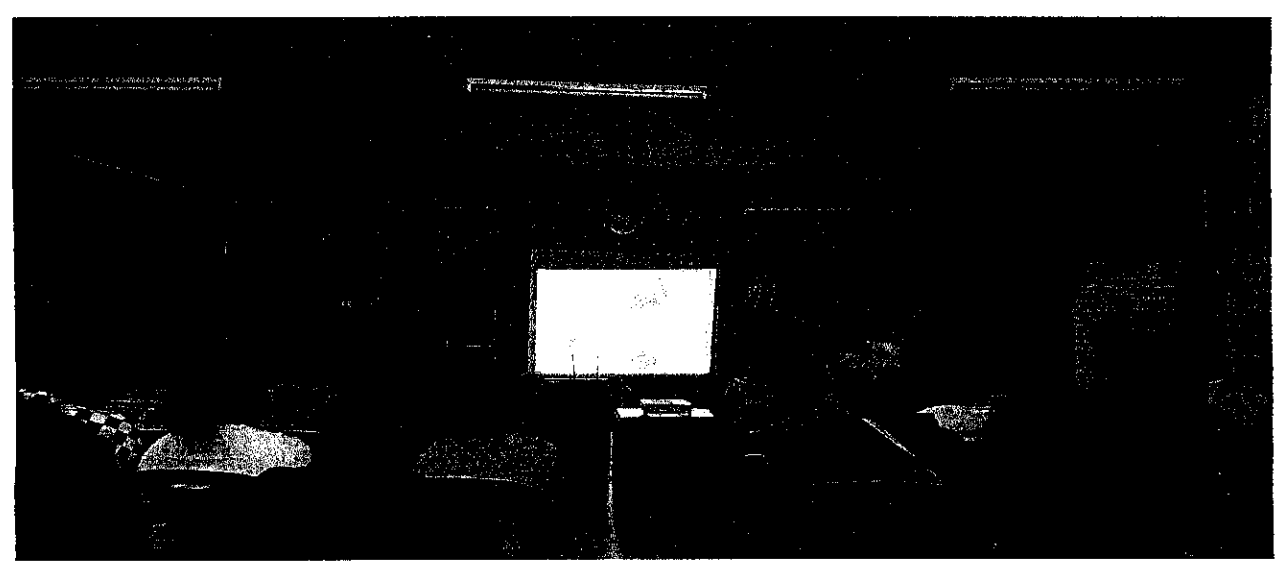
(นายกวาดล พลพวก)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเนินมะปราง
รักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางระกำ

ภาคผนวก

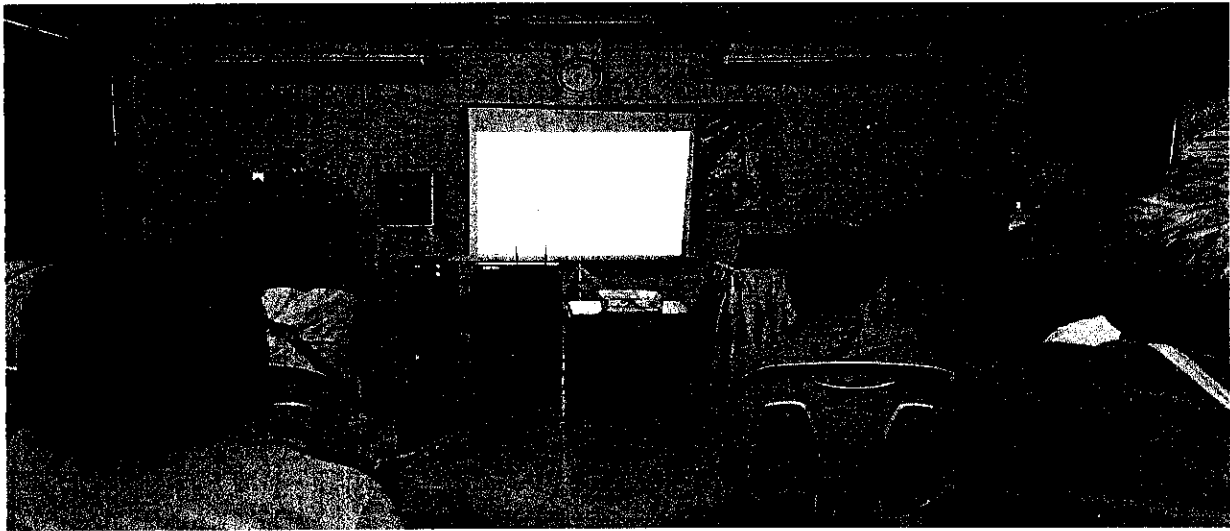
ภาพกิจกรรม

โครงการการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก

การแลเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน



การใช้เทคนิคการกอดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน



การบริหารเท้า



การใช้สมุนไพรรักษาผู้ป่วยเบาหวาน



โครงการ



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงพยาบาลบางระกำ อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก
 ที่ พล 0332.304/ พิเศษ 12/62 วันที่ 29 มกราคม 2562
 เรื่อง ขออนุมัติดำเนินกิจกรรมตามแผนงาน/โครงการ
 เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางระกำ

ตามที่ กลุ่มงาน /ฝ่าย/งาน ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ
 ได้รับความเห็นชอบให้จัดทำ แผนงาน/โครงการการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน
 ภายใต้งบประมาณ เงินบำรุง รพ. สวัสดิการฯ สำรองฉุกเฉิน อื่นๆ ระบุ..กองทุนหลักประกัน
 สุขภาพเทศบาลตำบลบางระกำเมืองใหม่ จำนวนเงิน 15,000.-บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันบาทถ้วน)

ในการนี้ กลุ่มงาน / ฝ่าย / งาน ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ
 มีความประสงค์ขออนุมัติดำเนินจัดกิจกรรมตามโครงการ ดังกล่าวในวันที่ 7 กุมภาพันธ์ 2562
 1. ค่าอาหารว่างและอาหารกลางวันในการอบรมให้ความรู้กดจุดสะท้อนฝ่าเท้า จำนวน 150 คน x 100 บาท คน
 x 1 วัน เป็นเงิน 15,000.-บาท

ทั้งนี้ ตามรายละเอียดเอกสารที่แนบมาด้วย ดังนี้ สำเนาแผน/โครงการฯ รายชื่อบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมฯ
 รายการวัสดุที่จะขอดำเนินการตามโครงการ อื่นๆ ระบุ.....

จึงเรียนมาเพื่อทราบและพิจารณา

ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มงาน / ฝ่าย / งาน

สมุดอน วิธ

ลงชื่อ Smudon Wit
 (นางจรรวรณ์ บุญฤทธิวิวัฒน์)
 ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
 วันที่ 29 / 1 / 62

ลงชื่อ จ.ล.
 (นางจรรวรณ์ บุญฤทธิวิวัฒน์)
 ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
 ผู้ขออนุมัติดำเนินการ

ผู้ตรวจสอบแผน
 - สมานพร ศรีสมบูรณ์
 - ศุภมาส ศรีสมบูรณ์

ลงชื่อ สมานพร ศรีสมบูรณ์
 (นางสาวกนิษฐา ทุมอยู่)
 ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
 รับทำหน้าที่หัวหน้ากลุ่มงานประกันสุขภาพฯ

ความเห็นของผู้บริหาร
สมานพร ศรีสมบูรณ์

(นายภูวดล พลพวก)
 ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเนินมะปราง รักษาการในตำแหน่ง
 ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางระกำ

แบบฟอร์มการตรวจสอบ กลั่นกรองโครงการเพื่อลงนามเห็นชอบ/อนุมัติ (แบบฟอร์ม งบ.๐๑)

โรงพยาบาลบางระกำ อ.บางระกำ จ.พิษณุโลก ปีงบประมาณ ๒๕๖๒

กลุ่มงาน/งาน/ฝ่าย ผู้เสนอโครงการ.....การบริการปฐมภูมิและองค์กรรวม.....

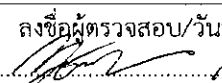
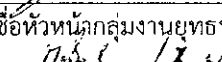
ชื่อ โครงการการใช้เทคนิคการกวดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ อำเภอบางระกำ
จังหวัดพิษณุโลก

วัตถุประสงค์แผนงาน/โครงการ

เพื่อให้มีความรู้ทักษะในการดูแลเท้าและการกวดจุดสะท้อนฝ่าเท้าแก่ผู้ป่วยเบาหวาน

การตอบสนองของแผนงาน/โครงการ () งานประจำ () งานนโยบาย () การพัฒนาบุคลากร () ยุทธศาสตร์ที่.....๒.....

ขั้นตอนที่ ๑ การตรวจสอบ กลั่นกรองโครงการโดย งานแผนงาน/โครงการ กลุ่มงานยุทธศา

หัวข้อการพิจารณา	ผล/ข้อคิดเห็นของการพิจารณา	
๑. ความครบถ้วนของหัวข้อโครงการ	<input checked="" type="checkbox"/> หัวข้อหลักครบถ้วน	<input type="checkbox"/> ไม่ครบ
๒. ความถูกต้อง เหมาะสม สอดคล้อง ซึ่งมีหัวข้อหลักปรากฏดังนี้ - เป้าหมาย คือ ผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้ และทักษะการดูแลเท้าที่ถูกต้องเพิ่มขึ้น ร้อยละ ๘๐ - ระยะเวลาดำเนินการ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒ - สถานที่ดำเนินการ ตำบลบางระกำ อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก	<input checked="" type="checkbox"/> อยู่ในแผน ดังต่อไปนี้ <input checked="" type="checkbox"/> แผนการใช้เงินของ รพ.บางระกำ ปีงบประมาณ ๒๕๖๒ หน้าแผนปฏิบัติการ..... <input type="checkbox"/> แผนปฏิบัติการของ คปสอ.บางระกำ ปีงบประมาณ ๒๕๖๒ หน้าที่.....ลำดับที่..... <input type="checkbox"/> แผนปฏิบัติการเครือข่าย ปีงบประมาณ ๒๕๖๒ หน้าที่..... <input type="checkbox"/> แผนงาน/โครงการที่ได้รับการสนับสนุนจาก หน่วยงานนอก ตามหนังสือ ลงวันที่	<input type="checkbox"/> ไม่อยู่ในแผน <input type="checkbox"/> แผนงาน / โครงการที่ได้รับ การสนับสนุนจากหน่วยงานนอก..... ตามหนังสือ ลงวันที่
	งบประมาณ(ตัวเลข).....๑๕,๐๐๐.....บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันบาทถ้วน)	แหล่งงบประมาณ กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล ตำบลบางระกำเมืองใหม่ ปี ๒๕๖๒
	<input checked="" type="checkbox"/> ถูกต้อง เหมาะสม สอดคล้อง	<input type="checkbox"/> ไม่ถูกต้องเหมาะสม/ไม่สอดคล้อง
ลงชื่อหัวหน้ากลุ่มงาน,ฝ่าย/วันที่	ข้อเสนอเพื่อการพิจารณาและ ลงนามเห็นชอบ/อนุมัติ
ลงชื่อผู้ตรวจสอบ/วันที่  14 ม.ค. ๒๕๖๒	ควรปรับปรุง.....
ลงชื่อหัวหน้ากลุ่มงานยุทธศา/วันที่  17 ม.ค. ๒๕๖๒	ข้อเสนอเพื่อการพิจารณาและ ลงนามเห็นชอบ/อนุมัติ

ขั้นตอนที่ ๒. การพิจารณาเห็นชอบเสนอโครงการหรืออนุมัติโครงการ โดยผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางระกำ

ข้อเสนอเพื่อการอนุมัติ	<input checked="" type="checkbox"/> เห็นชอบ	<input type="checkbox"/> อนุมัติ	<input type="checkbox"/> ไม่เห็นชอบ	<input type="checkbox"/> ไม่อนุมัติ
ข้อเสนอแนะ.....			
ลงชื่อ/วันที่.....			

(นายภูวดล / พลพวก)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเนินมะปราง รักษาการในตำแหน่ง
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางระกำ

รับสำเนา.....

ว/ด/ป

1. ยุทธศาสตร์ ๒ การบริการเป็นเลิศ (service excellence)

แผนงานที่ 6 การพัฒนาระบบบริการสุขภาพ (service plan)

โครงการที่ 1 โครงการพัฒนาระบบบริการสุขภาพ สาขา โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

2. ชื่อโครงการ : โครงการการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก

3. หลักการและเหตุผล

เบาหวานเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยทั้งในระยะสั้นและระยะยาว เนื่องจากเป็นโรคที่รักษาไม่หายขาดและโดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ป่วยที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ไม่ดี ส่งผลให้มีโรคแทรกซ้อนต่างๆตามมา ที่สำคัญได้แก่ ภาวะแทรกซ้อนทางระบบประสาทส่วนปลาย เป็นภาวะแทรกซ้อนที่ทำให้เกิดแผลที่เท้า เกิดจากการมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นเวลานานไปเกาะเนื้อเยื่อไขมัน ที่ต่อหุ้มบริเวณปลอกเซลล์ประสาท ทำให้ความสามารถในการนำส่งสัญญาณประสาททำได้ช้าลง นำไปสู่ภาวะปลายประสาทเสื่อม การรับความรู้สึกและการรับสัมผัสช้าลงหรือหายไป ทำให้เกิดจากความเสื่อมของเส้นประสาทส่วนปลาย ทำให้มีอาการชา กล้ามเนื้ออ่อนแรง ผิวหนังแตกแห้งเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่ทำให้เกิดแผลที่เท้าได้ง่าย การเสื่อมของระบบประสาทส่วนปลายในผู้ที่เป็นเบาหวานเราจึงเห็นว่าผู้ป่วยเบาหวาน จึงมักเจออุบัติเหตุที่เท้าบ่อยๆ เช่น ถูกไม้ปิ้งลูกชิ้นตีมีด และเกิดเป็นแผลที่เท้าได้ง่าย ลูกกลมเร็ว เพราะเนื้อเยื่อของร่างกายหวาน แบทที่เรียเจริญเติบโตได้ง่าย แผลจึงหายยาก จึงเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดการสูญเสียขาและเท้ามากที่สุด แม้ว่าจะไม่ทำให้เกิดการสูญเสียชีวิตในทันที แต่ทำให้เกิดความพิการหรือเสียชีวิตก่อนวัยอันควร เมื่อเกิดแผลที่เท้าแล้ว มักจะมีโอกาสเกิดแผลที่เท้าซ้ำถึงร้อยละ 34 ภายใน 1 ปี ร้อยละ 61 ภายใน 3 ปี และสูงถึงร้อยละ 70 ภายใน 5 ปี

การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า เป็นวิธีการหนึ่ง ที่นำมาช่วยในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน เนื่องจากการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้านั้น จะช่วยในการปรับสมดุลการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย เป็นการดูแลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม (Bio-Psycho-Social) โดยอาศัยหลักแนวคิดปรัชญาตะวันออก ในศาสตร์การแพทย์แผนจีนที่กล่าวถึงการไหลเวียนของพลัง ที่ไม่ติดขัดทำให้มีสุขภาพดี การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าเป็นกระบวนการถ่ายทอดพลังไปตามเส้นโคจรพลัง พลังไหลสะดวก ทำให้ระบบไหลเวียนเลือดทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ เซลล์ต่างๆ ได้รับสารอาหารและออกซิเจนได้ดีขึ้น การทำงานของอวัยวะและต่อมต่างๆ ภายในร่างกายกลับสู่ภาวะสมดุล ระบบต่อมไร้ท่อประสาท และกล้ามเนื้อทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้อาการปลายประสาทเสื่อมดีขึ้น ลดอาการชาได้ จากข้อมูลของศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ ปี 2561 มีผู้ป่วยโรคเบาหวานมารับบริการจำนวน 964 คน ผู้ป่วยเบาหวานที่มีแผลที่เท้าและตัดนิ้วเท้า จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 0.83 และมีผู้ป่วยควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จำนวน 560 .คน คิดเป็นร้อยละ 58.09 ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงการเกิดแผลที่เท้าได้ ดังนั้นศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ จึงได้จัดทำโครงการการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวานเพื่อป้องกันและแก้ปัญหาดังกล่าว /

4. วัตถุประสงค์หลักของโครงการ

เพื่อให้มีความรู้ทักษะในการดูแลเท้าและการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าแก่ผู้ป่วยเบาหวาน

5. เป้าหมายหลักของโครงการ

ผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้และทักษะการดูแลเท้าที่ถูกต้อง เพิ่มขึ้นร้อยละ 80

6. ระยะเวลาดำเนินกิจกรรมตามโครงการ

กุมภาพันธ์ 2562

7. วิธีการดำเนินงานตามโครงการ

จัดอบรมการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน ในเดือนกุมภาพันธ์ 2562
จำนวน 1 วัน สถานที่จัดกิจกรรม ห้องประชุมศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ

วัตถุประสงค์กิจกรรม	เป้าหมายกิจกรรม	การวัดผลกิจกรรม
เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวานได้	ผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้และทักษะการดูแลเท้าที่ถูกต้อง เพิ่มขึ้นร้อยละ 80	ผู้ป่วยเบาหวานไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน

กลุ่มเป้าหมาย/อาณาบริเวณ/สิ่งของกิจกรรม

ผู้ป่วยเบาหวานในเขตตำบลบางระกำ จำนวน 150 คน

วิธีดำเนินงานกิจกรรม

1. ประชุมเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำเพื่อวางแผนและจัดทำโครงการ
2. จัดทำโครงการเสนอ เทศบาลตำบลบางระกำเมืองใหม่เพื่อพิจารณาอนุมัติและเสนอขออนุมัติโครงการตามลำดับ
3. สสำรวจผู้ป่วยเบาหวานที่การไหลเวียนโลหิตที่เท้าไม่ดี
4. ประชุมชี้แจงโครงการแก่ผู้ที่เกี่ยวข้องและกลุ่มเป้าหมาย
5. จัดกิจกรรมการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน
6. ติดตามประเมินผลการดำเนินงานและสรุปโครงการ

8. งบประมาณและแหล่งงบประมาณ

แหล่งงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบางระกำเมืองใหม่
จำนวน 15,000.-บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันบาทถ้วน) ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

8.1 ค่าอาหารกลางวันในการจัดกิจกรรมการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน
จำนวน 150 คนๆละ 50 บาท จำนวน 1 มื้อ จำนวน 1 วัน เป็นเงิน 7,500.- บาท

8.2 ค่าอาหารว่างในการจัดกิจกรรมการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วย
จำนวน 150 คนๆละ 25 บาท จำนวน 2 มื้อจำนวน 1 วัน เป็นเงิน 7,500.- บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 15,000.- บาท

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางจรรุวรรณ บุญวุฒิวิวัฒน์ ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โทร 08-1971-3565

10. หน่วยงานที่ให้การสนับสนุน เทศบาลตำบลบางระกำเมืองใหม่

11. การประเมินผลและตัวชี้วัด

ตัวชี้วัด	วิธีการประเมินผล	แหล่งข้อมูล/เอกสาร
11.1 ร้อยละ100ของ กลุ่มเป้าหมายเข้ารับการอบรม	-จำนวนผู้ลงทะเบียนเข้ารับการ อบรม	-ใบลงทะเบียนผู้เข้ารับการอบรม
11.2ร้อยละ80ของกลุ่มเป้าหมายที่ เข้ารับการอบรมมีความรู้เพิ่มขึ้น	-ประเมินความรู้ก่อน-หลังการ อบรม	-แบบทดสอบความรู้

12. ประโยชน์ที่จะได้รับ

ผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงที่มีภาวะแทรกซ้อนทางไต ไม่เกิดแผลที่เท้า ได้รับการจัดการความรู้ในการดูแลตนเองเพื่อเกิดความตระหนักในการดูแลสุขภาพ

13. การอนุมัติโครงการ

ผู้เสนอโครงการ

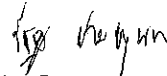


(นายภูวดล ชลพวง)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเนินมะปราง รักษาการในตำแหน่ง

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางระกำ

ผู้เห็นชอบโครงการ



(นายรัฐภูมิ ชามพูนท)

นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ

ผู้ช่วยนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพิษณุโลก

อนุมัติโครงการ : โครงการการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน ตำบลบางระกำ อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก ปีงบประมาณ 2562 วงเงินงบประมาณ จำนวน 15,000.-บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันบาทถ้วน)

ผู้อนุมัติโครงการ



(นายชินวัฒน์ ชมประเสริฐ) 22 มี.ค. 2562

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ

รักษาราชการแทนนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพิษณุโลก

แผนการดำเนินงานตามโครงการการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน
อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก ปีงบประมาณ 2562

กิจกรรม	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
1. ประชุมเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำเพื่อวางแผนและจัดทำโครงการ	ตุลาคม 2561	นางจรรุวรรณ บุญวุฒิวิวัฒน์
2. จัดทำโครงการเสนอคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลบางระกำเพื่อพิจารณาอนุมัติ	ตุลาคม 2561	นางจรรุวรรณ บุญวุฒิวิวัฒน์
3. สํารวจผู้ป่วยเบาหวานที่การไหลเวียนโลหิตที่เท้าไม่ดี	พฤศจิกายน 2561	จนท.ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ
4. ประชุมชี้แจงโครงการแก่ผู้ที่เกี่ยวข้องและกลุ่มเป้าหมาย	ธันวาคม 2561	นางจรรุวรรณ บุญวุฒิวิวัฒน์
5. จัดกิจกรรมการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน	มกราคม-กุมภาพันธ์ 2562	จนท.ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ
6. ติดตามประเมินผลการดำเนินงานและสรุปโครงการ	กุมภาพันธ์ 2562	นางจรรุวรรณ บุญวุฒิวิวัฒน์

ตารางกิจกรรมให้ความรู้
โครงการการใช้เทคนิคการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน
ตำบลบางระกำ อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก ปี 2562
วันที่.....

ณ ห้องประชุมศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางระกำ

เวลา	กิจกรรม
08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน
08.30 – 08.45 น.	พิธีเปิด
08.45 – 09.00 น.	ทำแบบทดสอบก่อนการอบรม
09.00 – 09.45 น.	การดูแลเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน
09.45 - 10.30 น	การป้องกันการเกิดแผลที่เท้า
10.45 – 12.00 น.	การแช่เท้าด้วยสมุนไพรเพื่อลดการชาและการเตรียมสมุนไพร
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 13.45 น.	การกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน
13.45 – 14.30 น.	การฝึกปฏิบัติการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน
14.45 - 15.30 น.	การบริหารเท้าในผู้ป่วยเบาหวานในชีวิตประจำวัน
15.30 – 16.00 น.	การฝึกปฏิบัติการบริหารเท้าในผู้ป่วยเบาหวานในชีวิตประจำวัน
16.00 – 16.30 น.	ทำแบบประเมินหลังการอบรม/ตอบข้อซักถาม

หมายเหตุ เวลา 10.30 - 10.45 น และ เวลา 14.30 – 14.45 น. พักรับประทานอาหารว่าง