



# สำเนาฉบับ

MW62/21

ชื่อโครงการ : โครงการ ลดโซเดียม เสี่ยงไตวาย ปี ๒๕๖๒ โรงพยาบาลแม่วงก์  
 หน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ : กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลแม่วงก์  
 ผู้รับผิดชอบโครงการ : นางสาวเบญจวรรณ กล้าถิ่นฏ์ ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ  
 เบอร์โทรศัพท์ที่ติดต่อ : โทรศัพท์มือถือ ๐๘๗-๒๐๘๖๗๕

วันที่รับ 62 ๐๐๖-0-724  
 [Signature]

## ๑. หลักการและเหตุผล

### ๑.๑ ที่มา

ยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี (ด้านสาธารณสุข) ยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี (ด้านสาธารณสุข) ในยุทธศาสตร์ที่ ๒ ด้านบริการเป็นเลิศ แผนงานตามยุทธศาสตร์ที่ ๒ การพัฒนาระบบบริการสุขภาพ (Service Plan) ตัวชี้วัดโครงการตามยุทธศาสตร์ฯ ร้อยละผู้ป่วยที่เป็นโรคไตเรื้อรังมีความรู้ด้านโภชนาการเพื่อชะลอการเสื่อมของไต

### ๑.๒ สภาพปัญหา/ความต้องการ

เบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาสำคัญทางด้านสาธารณสุขของโลก จากข้อมูลสมาคมโรคเบาหวานแห่งสหรัฐอเมริกา (American Diabetes Association: ADA, ๒๐๑๒) ได้รายงานว่า ทั่วโลกมีผู้เสียชีวิตด้วยโรคเบาหวาน ๔ ล้านคนต่อปี เฉลี่ย ๘ วินาทีต่อ ๑ คน สำหรับประเทศไทยพบผู้ป่วยเบาหวานทั่วประเทศในปี พ.ศ. ๒๕๕๗ - ๒๕๕๙ จำนวน ๖๒๑, ๔๑๑, ๖๔๗ ราย ตามลำดับ พบว่า มีแนวโน้มจำนวนผู้ป่วยเบาหวานเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง (สำนักโรคไม่ติดต่อ, ๒๕๖๐) จากรายงานสถิติสาธารณสุข ผู้เสียชีวิตจากโรคเบาหวานในประเทศไทยในปี พ.ศ. ๒๕๕๗ - ๒๕๕๙ จำนวน ๗,๗๔๙, ๙,๖๔๗, ๑๑,๓๘๙ ราย ตามลำดับ พบว่า อัตราตายเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง (สำนักโรคไม่ติดต่อ, ๒๕๖๐) จากสถิติข้างต้นจะเห็นว่า อัตราการเกิดและอัตราการตายโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นสูงอย่างต่อเนื่อง ทำให้รัฐต้องสูญเสียทรัพยากรในการดูแลผู้ป่วยกลุ่มนี้เพิ่มตามขึ้นไปด้วย และในกรณีผู้ป่วยเบาหวานควบคุมโรคได้ไม่ดี จะมีโอกาสเกิดโรคแทรกซ้อนในทุกระบบของร่างกายและทำให้อัตราทุพพลภาพและอัตราตายด้วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้น (สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ, ๒๕๕๘)

จากการศึกษาในประเทศไทยพบว่าความชุกของโรคไตเรื้อรังตั้งแต่ระยะที่ ๓ ขึ้นไปมีประมาณร้อยละ ๒.๙ - ๑๓ จาก ประชากรทั้งประเทศประมาณ ๗๐ ล้านคน หรืออยู่ในช่วงประมาณ ตั้งแต่ ๒ ล้าน ถึงกว่า ๙ ล้านคน สาเหตุของการเกิดโรคไต เรื้อรังของประเทศไทยในปี พ.ศ. ๒๕๕๘ เกิดจากเบาหวานร้อยละ ๓๖.๓ ความดันร้อยละ ๒๓.๓ ภาวะทางเดินปัสสาวะอุดกั้น ร้อยละ ๔.๗๙ และ โรคหลอดเลือดฝอยไตอักเสบ ร้อยละ ๒.๔๓ ยิ่งไปกว่านั้นผู้ป่วยเพียงร้อยละ ๑.๙ เท่านั้นที่ทราบว่าตนเองป่วยเป็นโรคไตวายเรื้อรังและเกิดจากพฤติกรรม เช่น ขาดการออกกำลังกาย น้ำหนักตัวเกิน สูบบุหรี่ ดื่มสุรารับประทานอาหารไม่เหมาะสม เช่น อาหารหวานมันเค็ม รับประทานอาหารน้อยลง ซึ่งผลการวิจัยจากกรมอนามัยปี ๒๕๕๕ พบว่าคนไทยรับประทานอาหารน้อยลงเฉลี่ยคนละ ๑.๘ กรัมหรือไม่ถึงวันละ ๒ ชิต จากรายงานจากการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย

ปัจจุบันโรงพยาบาลแม่วงก์ มีผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงได้เพิ่มจำนวนขึ้นต่อเนื่อง ในปี พ.ศ. ๒๕๖๐ มีผู้รับบริการเบาหวาน จำนวน ๒,๐๗๓ ราย ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ๕,๓๐๗ ราย จำนวนผู้ป่วยมากขึ้นทุกปี และมีภาวะแทรกซ้อนที่เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ โดยเฉพาะภาวะแทรกซ้อนทางไตในปี พ.ศ. ๒๕๖๐ พบผู้ป่วยเบาหวานมีภาวะแทรกซ้อนทางไต จำนวน ๓๒๖ คน ผู้ป่วยไตเรื้อรังระยะที่ ๓ จำนวน ๒๐๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๔.๑๑ ซึ่งผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังที่อยู่ในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลแม่วงก์ มีจำนวนทั้งหมด ๑๐๐ คน จากจำนวนผู้ป่วยที่มีภาวะแทรกซ้อนทางไตทั้งอำเภอแม่วงก์ ข้อมูลดังกล่าวสะท้อนให้คาดการณ์ในอนาคตได้ว่าผู้ป่วยเบาหวานความดันจะมีภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงขึ้น ส่งผลให้เกิดค่าใช้จ่ายที่สูงขึ้นและเพิ่มภาระการดูแลครอบครัว ชุมชน

[Signature]

(นางวิมล สอนายแท้)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ

๑.๓ ความเร่งด่วน

จากการศึกษางานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการจัดการควบคุม ป้องกันโรคเรื้อรัง พบว่าปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหาร การเพิ่มพลังอำนาจให้ผู้ป่วยและญาติ มีความรู้ ทักษะคติ มีความมุ่งมั่นที่จะดูแลตนเอง จะทำให้ผู้ป่วยและครอบครัวมีคุณภาพที่ดีขึ้น ไม่เกิดภาวะไตวายระยะสุดท้าย ไม่เป็นภาระด้านการดูแลรักษา และไม่เป็นภาระต่อครอบครัวสังคมในการดูแล และชะลอการเกิดโรคไตวายเรื้อรังในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ดังนั้นทีม NCD รพ.แม่वंงก์มีความมุ่งมั่นที่จะพัฒนาผลลัพธ์การดูแลผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังให้ดีขึ้น จึงได้นำแนวคิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ มาจัดทำโครงการโดยตั้งชื่อโครงการคือ “โครงการ ลดโซเดียม เสี่ยงไตวาย ปี ๒๕๖๒ โรงพยาบาลแม่वंงก์” เป็นโครงการที่จะปรับ Life Style modification เพื่อชะลอการเกิดภาวะไตวายเรื้อรัง คาดหวังว่าผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการจะสามารถดูแลตนเองได้ดีขึ้น

๒. วัตถุประสงค์โครงการ (Outcomes)

- ๒.๑ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ด้านโภชนาการสำหรับผู้ป่วยที่เป็นโรคไตเรื้อรัง
- ๒.๒ เพื่อเพิ่มความรู้และทักษะการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง
- ๒.๓ เพื่อให้ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังได้รับการสร้างพลังอำนาจในการดูแลตนเอง

๓. เป้าหมายโครงการ (Outputs) : หมายถึง

- ๓.๑ ให้ความรู้ด้านโภชนาการสำหรับผู้ป่วยที่เป็นโรคไตเรื้อรัง
- ๓.๒ เพิ่มความรู้และทักษะการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง
- ๓.๒ สร้างพลังอำนาจในการดูแลตนเอง

๔. กลุ่มเป้าหมายโครงการ (Target group) :

ผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง CKD complication จำนวน ๑๐๐ คน

๕. แนวทางการดำเนินการ/วิธีดำเนินการ

- ๑. ประชุมวางแผนงาน
- ๒. จัดทำแผน
- ๓. จัดทำโครงการ
- ๔. ประชุมชี้แจงโครงการ
- ๕. ดำเนินการจัดทำโครงการ
- ๖. สรุปและประเมินผล

ผังควบคุมกำกับงาน

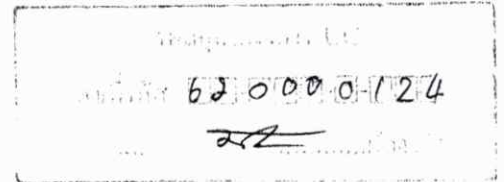
ขั้นตอนการดำเนินงาน	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ผู้รับผิดชอบ
	๖๑	๖๑	๖๑	๖๒	๖๒	๖๒	๖๒	๖๒	๖๒	๖๒	๖๒	๖๒	ชอบ
๑. ประชุมวางแผนงาน			←→										นางสาวเบญจวรรณ กล้าถิ่นฤ
๒. จัดทำแผนงานโครงการ			←→										

*(Handwritten signature)*

ขั้นตอนการดำเนินงาน	ต.ค. ๖๑	พ.ย. ๖๑	ธ.ค. ๖๑	ม.ค. ๖๒	ก.พ. ๖๒	มี.ค. ๖๒	เม.ย. ๖๒	พ.ค. ๖๒	มิ.ย. ๖๒	ก.ค. ๖๒	ส.ค. ๖๒	ก.ย. ๖๒	ผู้รับผิดชอบ
๓. ประชุมชี้แจงโครงการ ให้แก่กลุ่มเป้าหมายผู้ป่วย โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง					↔								
๔. ดำเนินการจัดทำโครงการ						←							→
๕. สรุปและประเมินผล โครงการ												↔	

๖. ระยะเวลาดำเนินการโครงการ

เดือน ตุลาคม ๒๕๖๑ ถึง กันยายน ๒๕๖๒



๗. สถานที่/พื้นที่ดำเนินการ

ณ ห้องประชุม โรงพยาบาลแม่วงก์ จังหวัดนครสวรรค์

๘. งบประมาณ

งบประมาณเงินบำรุงโรงพยาบาลแม่วงก์ เป็นจำนวนเงินทั้งสิ้น ๒๐,๓๐๐ บาท (สองหมื่นสามร้อยบาทถ้วน) รายละเอียด ดังนี้

- |  |                    |
|--|--------------------|
| ๑. ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม จำนวน ๑๐๐ คน x ๒๐ บาท              | เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท |
| ๒. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑๐๐ คน x ๙๐ บาท                           | เป็นเงิน ๙,๐๐๐ บาท |
| ๓. ค่าวัสดุอุปกรณ์สารพัดในการจัดโครงการ                            | เป็นเงิน ๓,๗๐๐ บาท |
| - งานอาหาร จำนวน ๑๐ ใบ x ๒๐ บาท                                    | เป็นเงิน ๒๐๐ บาท   |
| - ถ้วยอาหาร จำนวน ๑๐ ใบ x ๒๐ บาท                                   | เป็นเงิน ๒๐๐ บาท   |
| - ทัพพี จำนวน ๑๐ อัน x ๒๐ บาท                                      | เป็นเงิน ๒๐๐ บาท   |
| - ชุดช้อนตวง จำนวน ๑๐ ชุด x ๖๐ บาท                                 | เป็นเงิน ๖๐๐ บาท   |
| - พรอทวัดปริมาณโซเดียม จำนวน ๑๐ อัน x ๒๕๐ บาท                      | เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท |
| ๔. แบบบันทึกการรับประทานอาหารโซเดียม ๑๐๐ คน x ๒๐ บาท               | เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท |
| ๕. สติกเกอร์รูปไตติดหน้าปกประวัติคลินิกไตเรื้อรัง                  | เป็นเงิน ๖๐๐ บาท   |
| ๖. ค่าโรลอัพความรู้เรื่องโรคไต จำนวน ๑ ป้าย                        | เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท |
| ๗. ค่าโรลอัพความรู้เรื่องอาหารลดโซเดียมชะลอไตเสื่อม จำนวน ๑ ป้าย   | เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท |
| <b>รวมจำนวนเงินทั้งสิ้น ๒๐,๓๐๐.๐๐ บาท (สองหมื่นสามร้อยบาทถ้วน)</b> |                    |

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวจ่ายและทดแทนกันได้ตามความเหมาะสม

๗,๗๐๐ บาท

๕

(นางชนษา เทพธำวี)

ผู้อำนวยการเงินและบัญชี สำนักงาน

*Handwritten signature*

การประเมินผล/ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

วันที่ ๒๒/๐๐/๐๐/๒๕๖๔

๙.๑ ตัวชี้วัดเป้าหมายโครงการ (Outputs) (ถ้าบอกวิธีการประเมินด้วยก็จะเป็นการดี)

- ๙.๑.๑ ผู้ป่วยที่เป็นโรคไตเรื้อรังมีความรู้ด้านโภชนาการ ร้อยละ ๘๐
- ๙.๑.๒ ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังมีความรู้และทักษะการดูแลตนเองได้อย่างถูกต้อง ร้อยละ ๘๐
- ๙.๑.๓ ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังได้รับการสร้างพลังอำนาจในการดูแลตนเอง ร้อยละ ๘๐

๙.๒ ตัวชี้วัดผลลัพธ์ (Outcomes)

- ๙.๒.๑ ทำให้ทราบถึงการดูแลตนเองของผู้ป่วย
- ๑.๙.๒ ทำให้ทราบถึงคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย

๑๐. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ (Impact)

- ๑๐.๑ ผู้ป่วยที่เป็นโรคไตเรื้อรัง มีความรู้ด้านโภชนาการสำหรับเพื่อชะลอการเสื่อมของไต
- ๑๐.๒ มีความรู้และทักษะการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง
- ๑๐.๓ ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังได้รับการสร้างพลังอำนาจในการดูแลตนเองเพื่อจัดการภาวะสุขภาพตนเองได้อย่างเหมาะสม

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ

(นางมาลี วัฒนวิทย์กรรม)

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มงานการพยาบาล

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายประวิทย์ สายคุณากร)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลแม่วงก์

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ

(นายอำนาจ น้อยคำ)

รักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการโรงพยาบาลตากฟ้า

ตำแหน่ง.....ผู้อำนวยการศูนย์จังหวัดนครสวรรค์

กำหนดการจัดโครงการ

โครงการ ลดโซเดียม เสี่ยงไตวาย ปี ๒๕๖๒ โรงพยาบาลแม่วงก์

620000724

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ๒๕๖๒

- ๐๘.๐๐- ๐๙.๐๐ น. ลงทะเบียน
- ๐๙.๐๐- ๐๙.๓๐ น. พิธีเปิด โดย นายแพทย์พีชวิทย์ พันธุ์รอด นายแพทย์ปฏิบัติการ
- ๐๙.๓๐ - ๑๐.๐๐ น. บรรยาย “สถานการณ์โรคไตวายเรื้อรังในปัจจุบัน”  
โดย นางสาวเบญจวรรณ กล้าถิ่นภู พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
- ๑๐.๐๐ - ๑๐.๑๕ น. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
- ๑๐.๑๕ - ๑๑.๑๕ น. บรรยายและปฏิบัติการ “จัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพผู้โรคไตเรื้อรัง”  
โดย นางสาวเบญจวรรณ กล้าถิ่นภู พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
- การให้ความรู้เรื่องโรคไตวายเรื้อรัง
  - การให้สุศึกษาเรื่องการดูแลตนเองและการรักษาโรคไตวายเรื้อรัง
- ๑๑.๑๕ - ๑๒.๐๐ น. บรรยาย “การใช้ยาที่เหมาะสมกับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง”  
โดย เกสัชกร โรงพยาบาลแม่วงก์
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวันและเครื่องดื่ม
- ๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น. บรรยายและปฏิบัติการ (ต่อ) “จัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง” โดย นางสาวเบญจวรรณ กล้าถิ่นภู พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
- ให้ความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหารชะลอไตเสื่อม
  - จัดกิจกรรมอาหารแลกเปลี่ยนเพื่อชะลอไตเสื่อม
- ๑๔.๐๐ - ๑๔.๑๕ น. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
- ๑๔.๑๕ - ๑๕.๐๐ น. เปิดอภิปรายทั่วไปและแสดงความคิดเห็นและแจกของรางวัล
- ๑๕.๐๐น. กล่าวปิดการทำโครงการ

หมายเหตุ : ระยะเวลาอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม