



แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครระยอง

เรื่อง ขอเสนอโครงการปรับการบริโภคลดเสี่ยง เลี่ยงภัยเจ็บบรอดพันโรคไต

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครระยอง

ด้วย โรงพยาบาลระยอง จะจัดทำโครงการ ปรับการบริโภคลดเสี่ยง เลี่ยงภัยเจ็บบรอดพันโรคไต โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครระยอง ในปีงบประมาณ ๒๕๖๓ เป็นเงินจำนวน ๔๖,๙๐๐ บาท (สี่หมื่นหกพันเก้าร้อยบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดโครงการ ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

๑. หลักการและเหตุผล

จากสถานการณ์ของโรคไตกำลังเป็นปัญหาใหญ่ในระดับทั่วโลกในรอบ ๑๐ ปีที่ผ่านมา ข้อมูลในทางสถิติในประเทศไทยพบว่าคนไทยป่วยเป็นโรคไตเรื้อรังร้อยละ ๑๗.๖ ของประชากร หรือประมาณ ๘ ล้านคน ในจำนวนนี้ ๕๐ เปอร์เซ็นต์ เป็นคนไข้ระยะ ๓-๔ ที่ใกล้จะต้อง “ล้างไต” หรือระยะที่ ๕ ซึ่งในแต่ละปีมีคนไข้ที่ต้องล้างไตรายใหม่ประมาณ ๗,๐๐๐-๘,๐๐๐ ราย ปัจจุบันมีคนไข้ที่ต้องล้างไตประมาณ ๕๐,๐๐๐ ราย และจากข้อมูล ณ วันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๖๐ มีผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายทั้งสิ้น จำนวน ๓๙,๔๑๑ ราย แยกเป็นผู้ป่วยล้างไตผ่านช่องท้องจำนวน ๒๐,๙๙๓ ราย ผู้ป่วยฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม จำนวน ๑๘,๕๐๓ ราย ซึ่งจากข้อมูลผู้ป่วยที่ได้รับการบำบัดทดแทนไตในประเทศไทย พบว่าสาเหตุหลักของไตวายเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดทดแทนไต ได้แก่ โรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงรวมกันมากกว่าครึ่ง ซึ่งเป็นผลจากการรับประทานอาหารรสหวานหรือเค็มจัด และไม่ออกกำลังกาย ทำให้น้ำหนักตัวเกิน โรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายเป็นโรคที่สร้างผลกระทบให้กับผู้ป่วยและครอบครัวอย่างมาก ไม่เพียงแต่กระทบต่อสุขภาพ แต่ยังกระทบต่อความมั่นคงของครอบครัวและเป็นภาระค่าใช้จ่ายของประเทศ ในจังหวัดระยอง พบว่ามีผู้ป่วยโรคไตมากขึ้นเรื่อยๆ ในส่วนของคลินิกหมอครอบครัวโรงพยาบาลระยอง (เนินพระ) พบว่ามีผู้ป่วยโรคไตเสื่อมในปี ๒๕๖๑-๒๕๖๒ จำนวน ๒๖๕, ๒๓๑ ตามลำดับ ซึ่งส่วนใหญ่ประชาชนในชุมชนมีพฤติกรรมทานน้ำพริกกะปิ และน้ำปลา น้ำจิ้มอาหารทะเล ซึ่งมีส่วนผสมของเกลือและน้ำปลาเป็นหลัก และยังบริโภคขนมขบเคี้ยวต่างๆ อาหารฟาสต์ฟู้ด ที่มีเกลือในปริมาณสูง อาหารที่มีรสจัด ทั้งหวาน มัน เค็ม หรือพฤติกรรมการรับประทานที่มีการเติมรสเค็มในทุกมื้ออาหารมากเกินไป ล้วนเป็นปัจจัยเสี่ยงส่งผลให้เกิดภาวะโรคไตได้ทั้งสิ้น ทางคลินิกหมอครอบครัวโรงพยาบาลระยอง (เนินพระ) ได้มองเห็นปัญหานี้ จึงได้จัดทำโครงการปรับการบริโภคลดเสี่ยง เลี่ยงภัยเจ็บบรอดพันโรคไต โดยการให้ความรู้ในการบริโภคอาหารในชีวิตประจำวันอย่างไรให้ห่างโรคไต ทั้งการลดหวาน มัน เค็ม การอ่านฉลากโภชนาการในขนมขบเคี้ยว การรับประทานเกลือที่เหมาะสมในแต่ละวัน เพราะถ้าประชาชนมีความรู้จะสามารถป้องกันตนเองลดเสี่ยงจากโรคไตได้

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ประชาชนในชุมชนมีความรู้เกี่ยวกับโรคไต

๒. เพื่อให้ประชาชนในชุมชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคเพื่อลดการเกิดโรคไต

๓. ตัวชี้วัด

๑. ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเป้าหมายมีความรู้เกี่ยวกับโรคไต

๒. ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเป้าหมายมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคในการดำเนินชีวิตเพื่อลดเสี่ยง

จากโรคไต

๔. วิธีดำเนินการ....

๔. วิธีดำเนินการ

๑. ประสานงานคืนข้อมูลเกี่ยวกับโรคไตในพื้นที่กลับสู่ชุมชน
๒. คัดเลือกชุมชนที่จะจัดทำโครงการ จำนวน ๖ ชุมชน ได้แก่ ชุมชนปากน้ำ ๑, ชุมชนปากน้ำ ๒, ชุมชนสนามเป้า, ชุมชนสัมฤทธิ์, ชุมชนทุ่งโดนดและชุมชนเนินพระ
๓. เขียนโครงการและของบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครระยอง
๔. ดำเนินการจัดการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับโรคไต การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคเพื่อลดโรคไตในชุมชนทั้งหมด ๓ ครั้ง
๕. ประเมินผลโครงการ และรายงานผลให้กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครระยอง ทราบ

๕. เป้าหมาย

ครั้งที่ ๑ ชุมชนปากน้ำ ๑ และ ชุมชนปากน้ำ ๒	จำนวน ๕๐ คน
ครั้งที่ ๒ ชุมชนสนามเป้า และ ชุมชนสัมฤทธิ์	จำนวน ๕๐ คน
ครั้งที่ ๓ ชุมชนทุ่งโดนด และ ชุมชนเนินพระ	จำนวน ๕๐ คน
รวมทั้งหมด ๑๕๐ คน	

๖. ระยะเวลาดำเนินการ

เดือน ตุลาคม ๒๕๖๒ - กันยายน ๒๕๖๓

7. สถานที่ดำเนินการ

- ครั้งที่ ๑ ณ ห้องประชุมวัดปากน้ำ
- ครั้งที่ ๒ ณ ศูนย์ ศสมช.สัมฤทธิ์
- ครั้งที่ ๓ ณ ห้องประชุมวัดเนินพระ

๘. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครระยอง จำนวน ๔๖,๘๐๐ บาท เพื่อจ่ายเป็นค่าอาหาร, ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม,ค่าสมนาคุณวิทยากร,ค่าป้ายประชาสัมพันธ์โครงการและค่าใช้จ่ายอื่นๆที่เกี่ยวข้อง

๙. ผลผลิต

๑. ประชาชนกลุ่มเป้าหมาย เข้ารับการอบรมและมีความรู้เกี่ยวกับโรคไตจำนวน ๑๒๐ คน
๒. ประชาชนกลุ่มเป้าหมาย มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคในการดำเนินชีวิตเพื่อลดเสี่ยงจากโรคไตจำนวน ๑๒๐ คน

๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ประชาชนกลุ่มเป้าหมาย เกิดการเรียนรู้ถึงเกี่ยวกับโรคไตและการบริโภคอาหารอย่างไรให้ปลอดภัยและห่างจากโรคไต สามารถหลีกเลี่ยงอาหารที่มีส่วนผสมของเกลือ และขนมขบเคี้ยวที่มีส่วนผสมของเกลือ ดูแลสุขภาพการเป็นลดการทานหวาน มัน เค็ม และนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนเองและครอบครัว และเป็นตัวแทนของชุมชนเพื่อไปเผยแพร่การบริโภคลดเสี่ยง เลี่ยงภัยเจ็บบรอดพ้นโรคไต

๑๑. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียดเพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงในโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว โดยสามารถลงรายการได้มากกว่า ๑ รายการ สำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น)

๑๑.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชนที่รับผิดชอบโครงการ/ กิจกรรม (ตามประกาศคณะกรรมการ

หลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐) ชื่อ (หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชนโรงพยาบาลระยอง.....

☒ ๑.หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. [ข้อ ๑๐(๑)]

☐ ๒.หน่วยงานสาธารณสุข เช่น อปท.[ข้อ ๑๐(๑)]

☐ ๓.หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.[ข้อ ๑๐(๑)]

☐ ๔.หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน[ข้อ ๑๐(๒)]

☐ ๕.องค์กร หรือกลุ่มประชาชน [ข้อ ๑๐(๒)]

☐ ๖.ศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ [ข้อ ๑๐(๓)]

☐ ๗. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) [ข้อ ๑๐(๔)]

๑๑.๒ ประเภทการสนับสนุน(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

☒ ๑.สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการสถานบริการ หรือหน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๑๐(๑)]

☐ ๒.สนับสนุนและส่งเสริมการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพการป้องกันโรคขององค์กร หรือกลุ่มประชาชน [ข้อ ๑๐(๒)]

☐ ๓.สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของศูนย์ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ (เด็กเล็ก/ ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๑๐(๓)]

☐ ๔.สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]

☐ ๕.สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐(๕)]

๑๑.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก

☐ ๑.กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....คน

☐ ๒.กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....คน

☐ ๓. กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....คน

☐ ๔.กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....คน

☐ ๕.กลุ่มผู้สูงอายุจำนวน.....คน

☐ ๖.กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....คน

☐ ๗.กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพจำนวน.....คน

☒ ๘.กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยงจำนวน.....๑๕๐.....คน

☐ ๙.สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]

☐ ๑๐.กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ..... จำนวน.....คน

☐ ๑๑.๔.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- ☐ ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☒ ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๕. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ☐ ๖. อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ.....ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(นายบุญใจ อารังลักษณ์กุล)
นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ (ด้านเวชกรรม) ปฏิบัติราชการแทน
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลระยอง
วันที่-เดือน-พ.ศ.

เบอร์โทรติดต่อผู้เสนอโครงการ ๐๘-๑๘๒๒-๐๓๘๙

ตารางอบรม
โครงการปรับการบริโภคเสี่ยง เลี่ยงภัยเจ็บรอตฟันโรคไต

วันที่	เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
	๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียนและทำประเมินความรู้เกี่ยวกับโรคไตก่อนการอบรม	ทีมเจ้าหน้าที่จากคลินิกหมอครอบครัวโรงพยาบาลระยอง (เนินพระ).
	๐๙.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- ความรู้เกี่ยวกับโรคไต และการป้องกันไม่ให้เกิดโรคไต - บริโภคอย่างไรให้ห่างไกลโรคไต	อายุรแพทย์โรคไตจากโรงพยาบาลระยอง โภชนากรจากโรงพยาบาลระยอง
	๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
	๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.	แบ่งกลุ่มสาธิตอาหารที่รับประทานแล้วส่งผลให้เกิดโรคไต	นางกฤษณา พึ่งแพงและทีมเจ้าหน้าที่จากคลินิกหมอครอบครัวโรงพยาบาลระยอง (เนินพระ)
	๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	- สรุปการบริโภคเสี่ยงส่งผลดีต่อไตอย่างไร - ตอบข้อซักถาม - ทำแบบประเมินประเมินความรู้เกี่ยวกับโรคไตหลังการอบรม	นางกฤษณา พึ่งแพงและทีมเจ้าหน้าที่จากคลินิกหมอครอบครัวโรงพยาบาลระยอง (เนินพระ)