



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โทร.๐๕๖๖๕๕๗๑

ที่ พจ ๐๔๓๒/๖๖๗

วันที่ ๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๒

เรื่อง ขอความเห็นชอบในการจัดทำโครงการ

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพิจิตร

ด้วย สำนักงานสาธารณสุขอำเภอสามง่าม มีความประสงค์ที่จะจัดทำโครงการ พัฒนาความสามารถและส่งเสริมการดูแลสุขภาพชีวิตผู้สูงอายุ คปสอ.สามง่าม ปีงบประมาณ ๒๕๖๓ เหตุผลความจำเป็น เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและพระสงฆ์ให้มีความสามารถในการดูแลและมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ และส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุพึงพิง เข้าถึงบริการ รหัสโครงการ ๐๗-๑-๐๑-๐๑-๖๔๘ จำนวน งบประมาณ ๖๕,๘๒๕ บาท จากแหล่งงบประมาณ เงินบำรุงโรงพยาบาลสามง่าม ( UC ) ซึ่งได้รับจัดสรรงบประมาณในหมวดรายจ่าย ดังนี้

๑.ค่าตอบแทน(ระบุ).....จำนวน.....บาท

๒.ค่าใช้สอย(ระบุ)...ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่ม ..... จำนวน.....๖๒,๔๐๐.....บาท

ค่าเบี้ยเลี้ยง.....จำนวน.....บาท

ค่าที่พัก.....จำนวน.....บาท

๓.ค่าวัสดุ(ระบุ).....จำนวน.....๒,๖๒๕.....บาท

๔.อื่น ๆ (ระบุ).....จำนวน.....๘๐๐.....บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น.....๖๕,๘๒๕.....บาท(...หกหมื่นห้าพันแปดร้อยยี่สิบห้าบาทถ้วน.....)

ขอรับรองว่าการดำเนินการถูกต้องตามระเบียบของทางราชการ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาหากเห็นชอบจึงได้ดำเนินการต่อไป

ผู้รับผิดชอบโครงการ

(นางสุภาพร เวชวิริยกุล)

เจ้าพนักงานสาธารณสุขชำนาญงาน

ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มงาน.....

เห็นชอบตามเสนอ

๑๖ พย

(นาย พงศา นรพรวิสิทธิ์)

(นายมนตรี คลังสิน)

สาธารณสุขอำเภอสามง่าม

(นายสุธี เชิดชูตระกูลศักดิ์)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสามง่าม

ความเห็นของงานการเงินและบัญชีสสจ.พิจิตร

ตรวจสอบแล้วมีแหล่งงบประมาณ

งบ.....จำนวน.....๖๕,๘๒๕.....บาท

สามารถดำเนินงานตามกิจกรรม/โครงการ ข้างต้น

(.....) (.....)  
หัวหน้างานการเงินและบัญชี หัวหน้ากลุ่มงานบริหารทั่วไป

เรียน นพ.สสจ.พิจิตร

- ตรวจสอบแล้วถูกต้อง เป็นโครงการตามแผนปฏิบัติการ ปี ๒๕๖๓

- เพื่อโปรดลงนาม

(นายชรินทร์ ธรรมธาสกุล)

หัวหน้างานตรวจสอบและควบคุมภายใน

ความเห็นของรองนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด

เห็นชอบตามเสนอ

๕๐๑  
(นางปัทมา พงศมุนี)  
ข้าวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ (ด้านส่งเสริมพัฒนา)

ความเห็นของผู้มีอำนาจสั่งการ

อนุมัติ

(.....)

(นายจริยศักดิ์ คงนุ่น)

หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาศาสตร์สาธารณสุข

**โครงการพัฒนาความสามารถและส่งเสริมการดูแลสุขภาพชีวิตผู้สูงอายุ พระสงฆ์ภายใต้ความร่วมมือ  
หน่วยงานที่เกี่ยวข้องอำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ปีงบประมาณ ๒๕๖๓  
รหัสโครงการ ๐๗-๑-๐๑-๐๑-๖๔๘**

.....

**๑. หลักการและเหตุผล**

การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของสังคมไทยอย่างรวดเร็วปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในสังคมพบว่าผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพังมากขึ้นในสังคมไทยรวมทั้งจากสภาพปัญหาผู้สูงอายุมีโรคเรื้อรังเพิ่มขึ้นจากข้อมูลการมารับบริการในรพ.สามง่าม ในช่วงปี ๒๕๖๐-๒๕๖๒ มีผู้ป่วยความดันโลหิตสูงจำนวน ๓,๗๙๓ ราย ๔,๒๙๙ ราย และ ๕,๗๘๐ ราย ตามลำดับ โรคเบาหวานมีจำนวน ๒,๖๐๓ ราย ๓,๑๓๓ ราย และ ๓,๕๔๘ รายตามลำดับ ซึ่งทั้งโรคความดันและเบาหวานมีแนวโน้มสูงขึ้น รวมทั้งโรคสมองเสื่อม จำนวน ๔๓ ราย ๔๖ ราย และ ๕๙ ราย ตามลำดับ และโรคจิตเภท ๑๑๖ ราย ๑๓๑ ราย และ ๑๔๘ รายตามลำดับ ผู้สูงอายุในกลุ่มนี้มีความเสี่ยงต่อสภาวะทั้งร่างกายและจิตใจ จากจำนวนที่ผู้สูงอายุมีโรคเรื้อรังเพิ่มขึ้นย่อมมีผลกระทบต่อภาวะแทรกซ้อนซึ่งส่งผลกระทบต่อคุณภาพได้ เช่น การพลัดตกหกล้ม ภาวะซึมเศร้า โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีความยากลำบากในการมารับบริการ เช่น ผู้สูงอายุอยู่ตามลำพัง ขาดผู้ดูแล ยากจนไม่มียานพาหนะ เป็นต้น ที่ผ่านมามีการดำเนินงานผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้เริ่มมองเห็นว่าปัญหาผู้สูงอายุยังต้องได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามปัจจัยพื้นฐานของชีวิตที่แตกต่างกันและมีความพยายามในการจัดบริการ เช่น กลุ่มที่ลำบากยากจน กลุ่มที่มีกำลังทางด้านเศรษฐกิจ กลุ่มที่ยังมีพลัง กลุ่มที่มีปัญหาด้านสุขภาพ โดยมีความพยายามในการวางระบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว การเสริมสร้างชมรมผู้สูงอายุให้มีคุณภาพ โดยผ่านกลไกการขับเคลื่อน พขอ. และระบบบริการแบบบูรณาการซึ่งมุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุในกลุ่มที่มีพลัง ติดสังคมมีสุขภาพดี (ไม่ล้ม ไม่ลืม ไม่ซึมเศร้า กินข้าวอร่อย) รวมทั้งในกลุ่มพระสงฆ์ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความสำคัญและบทบาทในการขับเคลื่อนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยง และยังมีพระสงฆ์เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังที่ยังขาดความเข้าใจในการปฏิบัติตัว การจัดทำโครงการนี้มีความพยายามที่จะพัฒนาความสามารถของผู้สูงอายุและแกนนำพระสงฆ์ให้มีความสามารถดูแลตนเองและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น จึงจัดทำโครงการนี้ขึ้น

**๒. วัตถุประสงค์**

๑. เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและพระสงฆ์ให้มีความสามารถในการดูแลและมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ
๒. เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุพึ่งพิงและเข้าถึงบริการสุขภาพ

**๓. กลุ่มเป้าหมาย**

- ๓.๑. กิจกรรมที่ ๑ รพ.สต.ทุกแห่ง
- ๓.๒. กิจกรรมที่ ๒ แกนนำผู้สูงอายุตำบลละ ๕ คน จำนวน ๕ ตำบล รวม ๒๕ คน  
พระสงฆ์แกนนำตำบลละ ๗ คน จำนวน ๕ ตำบลรวม ๓๕ คน  
จนท.จำนวน ๑๐ คน
- ๓.๓. กิจกรรมที่ ๓ ผู้สูงอายุตำบลละ ๑๐ คน จำนวน ๕ ตำบล รวมเป็น ๕๐ คน  
อปท. จำนวน ๗ แห่งๆละ ๑ คน รวมเป็น ๗ คน

โครงการพัฒนาความสามารถและส่งเสริมการดูแลสุขภาพชีวิตผู้สูงอายุ พระสงฆ์ภายใต้ความร่วมมือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องอำเภอสามง่าม  
จังหวัดพิจิตร ปีงบประมาณ ๒๕๖๓ รหัสโครงการ ๐๗ - ๑ - ๐๑ - ๐๑ - ๖๔๘ แหล่งงบประมาณ เงินบำรุงโรงพยาบาลสามง่าม (UC)  
จำนวนงบประมาณ ๖๕,๘๒๕ บาท

- CG จำนวน ๕ ตำบลละ ๕ คน รวมเป็น ๒๕ คน
- เจ้าหน้าที่รับผิดชอบงานผู้สูงอายุทุกแห่ง รวมเป็น ๑๐ คน
- อสค. จำนวน ๘ หน่วยบริการละ ๑ คนรวมเป็น ๘ คน
- พระอสง.จำนวน ๒๐ รูป รวมทั้งสิ้น ๑๒๐ คน
- ๓.๔ กิจกรรมที่ ๔ ผู้สูงอายุติดบ้าน/ติดเตียงผู้สูงอายุลำพัง จำนวน ๑๐๐ คน
- ๓.๕ กิจกรรมที่ ๕ CM จำนวน ๓ คน (รพช.รพ.สต.เนินปอ,รพ.สต.รังนก )
- ๓.๖ กิจกรรมที่ ๖ แก่นนำผู้สูงอายุทุกตำบลละ ๓ คน จำนวน ๑๕ คน
- ๓.๗ กิจกรรมที่ ๗ ชมรมผู้สูงอายุตำบลสามง่าม

#### ๔. สถานที่ดำเนินการ

- ห้องประชุมโรงพยาบาลสามง่าม/สำนักงานสาธารณสุขอำเภอสามง่าม
- โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพทุกตำบล
- ชมรมผู้สูงอายุทุกตำบล

#### ๕. กิจกรรม/มาตรการ และวิธีดำเนินงาน

- ๕.๑ สนับสนุนและเป็นที่ปรึกษาข้อมูลการดูแลสุขภาพพึงประสงค์ร่วมกับการคัดกรองในชุมชน โรงเรียนผู้สูงอายุ เช่น การแนะนำแอปพลิเคชันการดูแลสุขภาพตนเอง
- ๕.๒ สนับสนุนให้มีกลุ่มการออกกำลังกายในผู้สูงอายุสำรองและผู้สูงอายุและลงทะเบียนเป็นสมาชิกออนไลน์
- ๕.๓ สนับสนุนให้มีเวทีประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ผู้สูงอายุ พระสงฆ์ ระดับอำเภอ
- ๕.๔ สนับสนุนให้มีเวทีสัญจร/มหกรรม ระดับอำเภอ
- ๕.๕ บูรณาการคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุพึงพิง/ลำพังผ่านกลไก พขอ.
  - สำรวจผู้สูงอายุลำพังให้ครอบคลุมทุกตำบล
  - วิเคราะห์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุติดบ้าน/ติดเตียง
  - นำเสนอผลสำรวจและการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุลำพัง ติดบ้าน/ติดเตียงให้กับพขอ.
- ๕.๖ พัฒนาศักยภาพ CM/CG และพระอสง.
  - สนับสนุนให้มี CM ครบทุกสถานบริการ
  - อบรมพระอสง. ๓๕ ชั่วโมง ตามหลักสูตรของกรมอนามัย
- ๕.๗ สนับสนุน อสม.ที่ผ่านการอบรมการดูแลผู้สูงอายุ ๑๘ ชั่วโมงเป็น อสค.
- ๕.๘ สนับสนุนแกนนำผู้สูงอายุเข้ารับการอบรมโรงเรียนแกนนำ
- ๕.๙ เตรียมรับการ Reaccreditation ตำบลส่งเสริมการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว (ตำบลสามง่าม)

๖. ระยะเวลาการดำเนินงาน

- ☒ ตุลาคม ๒๕๖๒ – กันยายน ๒๕๖๓ ระบุ.....
- ☐ ตุลาคม ๒๕๖๒ – มีนาคม ๒๕๖๓ ระบุ.....
- ☐ เมษายน ๒๕๖๓ – กันยายน ๒๕๖๓ ระบุ.....

๗. งบประมาณ

งบประมาณจากเงินบำรุงโรงพยาบาลสามง่าม ( UC ) จำนวนเงิน ๖๕,๘๒๕ บาท (หกหมื่นห้าพันแปดร้อยยี่สิบห้าบาทถ้วน) รายละเอียดค่าใช้จ่าย ดังนี้

๗.๑. จัดประชุมเวทีประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ผู้สูงอายุ พระสงฆ์ ระดับอำเภอ

๗.๑.๑ ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๗๐ คนละ ๑๐๐ บาท ๔ ครั้งๆละ ๗,๐๐๐ บาท เป็นเงิน ๒๘,๐๐๐ บาท

๗.๒ จัดประชุมเวทีสัญจร/มหกรรม ระดับอำเภอ

๗.๒.๑ ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๑๒๐ คนๆ ละ ๑๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๑๒,๐๐๐ บาท

๗.๓ จัดประชุมสรุป/วิเคราะห์ผลการสำรวจผู้สูงอายุลำพังให้ครอบคลุมทุกตำบล

๗.๓.๑ ค่าสำรวจจำนวน ๒หน้าๆละ ๒ บาทจำนวน ๑๐๐ คน เป็นเงิน ๔๐๐ บาท

๗.๓.๒ ค่าคีย์ข้อมูล ๒๐๐ หน้า ๆละ ๑ บาท เป็นเงิน ๒๐๐ บาท

๗.๓.๓ ค่าวิเคราะห์ข้อมูล ๒๐๐ หน้าๆละ ๑ บาท เป็นเงิน ๒๐๐ บาท

๗.๓.๔ ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่มจำนวน ๒คนๆละ ๑๐๐เป็นเงิน ๒๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท

๗.๔ จัดอบรมพัฒนาศักยภาพ CM/CG และพระสงฆ์

๗.๔.๑ ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่มจำนวน ๓๕ คนจำนวน ๕ วันๆละ ๑๐๐ บาท เป็นเงิน ๑๗,๕๐๐ บาท

๗.๔.๒ เอกสารสำเนา ๓๕ ชุดๆละ ๗๐ บาท เป็นเงิน ๒,๔๕๐ บาท

๗.๔.๓ ปากกาจำนวน ๓๕ ด้ามๆละ ๕ บาท เป็นเงิน ๑๗๕ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๒๐,๑๒๕ บาท

๗.๕ จัดอบรมพัฒนาศักยภาพฟื้นฟูความรู้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ

๗.๕.๑ ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่มจำนวน ๓๒คนๆละ ๑๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๒๐๐ บาท

๗.๖ จัดอบรมพัฒนาแกนนำผู้สูงอายุที่เข้ารับการอบรมร.แกนนำ

๗.๖.๑ ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่มจำนวน ๑๕คนๆละ ๑๐๐ บาท เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท

#### ๘. ตัวชี้วัดความสำเร็จโครงการ

- ๘.๑ ร้อยละของประชากรผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพพึงประสงค์ ร้อยละ ๖๐
- ๘.๒ ร้อยละตำบลที่มีระบบการส่งเสริมสุขภาพดูแลผู้สูงอายุระยะยาว(LTC) ร้อยละ ๖๐
- ๘.๓ ร้อยละผู้สูงอายุพึงพึงได้รับการดูแลตาม Care Plan

#### ๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ ผู้สูงอายุติดบ้านติดเตียงเขตอำเภอสามง่ามได้รับการดูแลจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
- ๙.๔ มีระบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวครบทุกตำบลโดยได้รับการดูแลตาม care plan

#### ๑๐. ผู้รับผิดชอบโครงการ(ระบุชื่อ – นามสกุล ผู้รับผิดชอบ)

- ๑๐.๑ น.ส.พรณิภา พลอยกิตติกุล ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
- ๑๐.๒ นางสุภาพร เวชวิริยกุล ตำแหน่ง เจ้าพนักงานสาธารณสุขชำนาญงาน

ลงชื่อ



ผู้เสนอโครงการ

( นายสุธี เชิดชูตระกูลศักดิ์ )

นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสามง่าม

ลงชื่อ

  
( นพ.นิภา หงษ์ขาม )

ผู้เห็นชอบโครงการ

ผู้อำนวยการสาธารณสุขอำเภอสามง่าม (ด้านส่งเสริมพัฒนา)

ลงชื่อ



ผู้อนุมัติโครงการ

(นายธีระพงษ์ แก้วอมร)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพิจิตร

**ตารางแสดงแผนกิจกรรมการดำเนินงานกับระยะเวลาการดำเนินงาน**  
**โครงการ “พัฒนาความสามารถและส่งเสริมการดูแลคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พระสงฆ์ภายใต้ความร่วมมือ**  
**หน่วยงานที่เกี่ยวข้องอำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร”**

กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ	เดือน ดำเนินกิจกรรม											
		ต.ค.๖๒	พ.ย.๖๒	ธ.ค.๖๒	ม.ค.๖๓	ก.พ.๖๓	มี.ค.๖๓	เม.ย.๖๓	พ.ค.๖๓	มิ.ย.๖๓	ก.ค.๖๓	ส.ค.๖๓	ก.ย.๖๓
๑.สนับสนุนและเป็นที่ปรึกษาข้อมูลการดูแลสุขภาพพึงประสงค์ร่วมกับการคัดกรองในชุมชน โรงเรียนผู้สูงอายุ เช่น การแนะนำแอปพลิเคชันการดูแลสุขภาพตนเอง	ผู้รับผิดชอบงานผู้สูงอายุ เครือข่าย บริการ สุขภาพ		/	/		/							
๒. สนับสนุนให้มีกลุ่มการออกกำลังกายในผู้สูงอายุสำรองและผู้สูงอายุและลงทะเบียนเป็นสมาชิกออนไลน์				/									
๓. สนับสนุนให้มีเวทีประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ผู้สูงอายุ พระสงฆ์ ระดับอำเภอ			/			/			/			/	
๔. สนับสนุนให้มีเวทีสัญจร/มหกรรม ระดับอำเภอ								/					
๕. -สำรวจผู้สูงอายุลำพังให้ครอบคลุมทุกตำบล -วิเคราะห์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุติดบ้าน/ติดเตียงและนำเสนอผลการสำรวจและการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุลำพัง ติดบ้าน/ติดเตียงให้กับพขอ.				/									
๖.อบรมพระอศว.๓๕ ชั่วโมง - พัฒนาความรู้ CG				/			/						
๗. สนับสนุนอสม.ที่ผ่านการอบรมการดูแลผู้สูงอายุ ๑๘ ชั่วโมงเป็นอสค.							/						
๘. สนับสนุนแกนนำผู้สูงอายุ เข้ารับการอบรมร.แกนนำ									/				
๙. .เตรียมรับการ Reaccredit ตำบลส่งเสริมการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว								/					

โครงการพัฒนาความสามารถและส่งเสริมการดูแลคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พระสงฆ์ภายใต้ความร่วมมือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องอำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ปีงบประมาณ ๒๕๖๓ รหัสโครงการ ๐๗ - ๑ - ๐๑ - ๐๑ - ๖๔๘ แหล่งงบประมาณ เงินบำรุงโรงพยาบาลสามง่าม (UC) จำนวนงบประมาณ ๖๕,๘๒๕ บาท

**ตารางการให้ฟื้นฟูความรู้ CG**  
**เดือน ..... ๒๕๖๓**  
**ณ ห้องประชุมโรงพยาบาลสามง่าม**

เวลา ๐๘.๓๐ น. – ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียนและทดสอบความรู้ก่อนการอบรม
เวลา ๐๙.๐๐ น. – ๐๙.๔๐ น.	การแลกเปลี่ยนการดูแล/ปัญหาอุปสรรค
เวลา ๐๙.๔๐ น. – ๑๐.๒๐ น.	การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ : อาหารและโภชนาการ
เวลา ๑๐.๒๐ น. – ๑๐.๓๐ น.	รับประทานอาหารว่าง
เวลา ๑๐.๓๐ น. – ๑๒.๐๐ น.	การดูแลผู้สูงอายุติดสังคม เช่น การส่งเสริมสุขภาพ การส่งเสริมภูมิปัญญา พื้นบ้าน การจัดกิจกรรมนันทนาการ
เวลา ๑๒.๑๐ น. – ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ น. – ๑๔.๔๐ น.	การดูแลผู้สูงอายุติดบ้าน เช่นการจัดกิจกรรมให้ความรู้ คำแนะนำโรคที่พบ บ่อยๆ,การใช้ยา,การดูแลผู้สูงอายุเบื้องต้น,สุขภาพจิตฯลฯ
เวลา ๑๔.๔๐ น. – ๑๔.๕๐ น.	รับประทานอาหารว่าง
เวลา ๑๔.๕๐ น. – ๑๖.๐๐ น.	การดูแลผู้สูงอายุติดเตียง เช่นการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตัวเอง ไม่ได้ที่มีปัญหาาระบบทางเดินหายใจ,ทางเดินอาหาร,ระบบขับถ่าย,ระบบ อวัยวะสืบพันธุ์,การจัดสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม
เวลา ๑๖.๐๐ น. – ๑๖.๓๐ น.	ประเมินความรู้ความเข้าใจ

ตารางการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ CM และ CG  
เดือน .....๒๕๖๓  
ณ ห้องประชุมโรงพยาบาลสามง่าม

เวลา ๐๘.๓๐ น. – ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน
เวลา ๐๙.๐๐ น. – ๐๙.๔๐ น.	สันทนากการ
เวลา ๐๙.๔๐ น. – ๑๐.๒๐ น.	นำเสนอการดูแลผู้สูงอายุ ต.หนองโสนโดยCMและCG ต.หนองโสน
เวลา ๑๐.๒๐ น. – ๑๐.๓๐ น.	รับประทานอาหารว่าง
เวลา ๑๐.๓๐ น. – ๑๒.๐๐ น.	นำเสนอการดูแลผู้สูงอายุ ต.เนินปอ โดย CM และ CG ต.เนินปอ
เวลา ๑๒.๑๐ น. – ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ น. – ๑๔.๔๐ น.	นำเสนอการดูแลผู้สูงอายุ ต.รังนก โดย CM และ CG ต.รังนก
เวลา ๑๔.๔๐ น. – ๑๔.๕๐ น.	รับประทานอาหารว่าง
เวลา ๑๔.๕๐ น. – ๑๖.๐๐ น.	นำเสนอการดูแลผู้สูงอายุ ต.กำแพงดินโดยCMและCGต.กำแพงดิน
เวลา ๑๖.๐๐ น. – ๑๖.๓๐ น.	นำเสนอการดูแลผู้สูงอายุ ต.สามง่าม โดย CM และ CG ต.สามง่าม

หมายเหตุ: ผู้รับผิดชอบระดับอำเภอเป็น Modurator



ตารางการประชุมผู้สูงอายุ/การแลกเปลี่ยน ระดับอำเภอ

เดือน ..... ๒๕๖๓

ณ.....

เวลา ๐๘.๓๐ น. – ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน รายงานตัว
เวลา ๐๙.๐๐ น. – ๑๐.๒๐ น.	ประธานแจ้งให้ทราบ.....ติดตามวาระการประชุม.....
เวลา ๑๐.๒๐ น. – ๑๐.๓๐ น.	รับประทานอาหารว่าง
เวลา ๑๐.๓๐ น. – ๑๒.๐๐ น.	แผนการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุในแต่ละตำบล
เวลา ๑๒.๐๐ น. – ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ น. – ๑๔.๔๐ น.	นำเสนอผลการดำเนินงานชมรมผู้สูงอายุทุกตำบล โดย ชมรมผู้สูงอายุตำบล
เวลา ๑๔.๔๐ น. – ๑๔.๕๐ น.	รับประทานอาหารว่าง
เวลา ๑๔.๕๐ น. – ๑๖.๓๐ น.	แนวทางแก้ไขปัญหา/อุปสรรค โดยผู้รับผิดชอบระดับตำบลร่วมกับ ระดับอำเภอ

ตารางการอบรมหลักสูตร อสค.  
เดือน .....พ.ศ.๒๕๖๓  
ณ.....

.....

เวลา ๐๘.๓๐ น. – ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน
เวลา ๐๙.๐๐ น. – ๐๙.๔๐ น.	ความสำคัญอาสาสมัครประจำครอบครัว (อสค.)
เวลา ๐๙.๔๐ น. – ๑๐.๒๐ น.	การส่งเสริมสุขภาพดูแลป้องกันโรคการดูแลสุขภาพกายและจิตใจ
เวลา ๑๐.๒๐ น. – ๑๐.๓๐ น.	รับประทานอาหารว่าง
เวลา ๑๐.๓๐ น. – ๑๑.๐๐ น.	อาหารและโภชนาการ
เวลา ๑๑.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น.	การใช้ยา
เวลา ๑๒.๐๐ น. – ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ น. – ๑๔.๔๐ น.	การดูแลสุขภาพครอบครัวในภาวะฉุกเฉิน และภาวะวิกฤติ การดูแลสุขภาพครอบครัวเมื่อเจ็บป่วยและอยู่ในภาวะพึ่งพิง
เวลา ๑๔.๔๐ น. – ๑๔.๕๐ น.	รับประทานอาหารว่าง
เวลา ๑๔.๕๐ น. – ๑๖.๐๐ น.	การประเมินความเสี่ยงภัยสุขภาพ ความก้าวหน้าของโรคและ การจัดการสิทธิที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
เวลา ๑๖.๐๐ น. – ๑๖.๓๐ น.	การดำรงชีวิตและการพัฒนาคุณภาพชีวิต

ตารางการอบรมหลักสูตร อบรมพระอสง.จำนวน ๓๕ ชั่วโมง

เดือน .....พ.ศ.๒๕๖๓

ณ.....

	เวลา	เนื้อหา	การสอน		วิทยากร
			ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
วันที่ ๑	๐๘.๐๐-๐๙.๐๐น.	ลงทะเบียนและทดสอบความรู้ก่อนการอบรม			สุภาพร/พรณิภา
	๐๙.๐๐-๑๐.๐๐น.	แนวทางปฏิบัติของสงฆ์กับการเป็นผู้ดูแลที่ดี	/ (๑ชม.)		หัตถยา
	๑๐.๐๐- ๑๑.๐๐ น.	สถานการณ์พระสงฆ์สถานะสุขภาพและความจำเป็นในการดูแลพระสงฆ์	/ (๑ชม.)		หัตถยา
	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	ฉันทภัตตาหารเพล			
	๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	เป้าหมายชีวิตและประเมินสุขภาพด้วยตนเอง	/ (๑ชม.)		กิ่งกานต์
	๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น.	การรู้จักและเข้าใจร่างกาย(ระบบทางเดินอาหาร ระบบหมุนเวียนเลือด ระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อ ระบบภูมิคุ้มกัน) ธรรมชาติบำบัด	/ (๒ชม.)		พว.ชุตินา
	๑๕.๐๐-๑๗.๐๐น.	ปัจจัยการเกิดโรคตามพระไตรปิฎกและกลไกการเกิดโรคปัจจุบัน (ความดัน เบาหวาน อ้วน ไต ข้อเข่าเสื่อม สมองเสื่อม)	/ (๒ชม.)		พว.ปิยนนท์
รวม			๗ ชม.		

หมายเหตุ: เวลา๑๐.๐๐น.และเวลา ๑๕.๐๐ น. ถวายน้ำปานะพระอสง.

	เวลา	เนื้อหา	การสอน		วิทยากร
			ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
วันที่ ๒	๐๘.๐๐-๐๙.๐๐น.	การส่งเสริมสุขภาพพระสงฆ์ อาหารและโภชนาการ	/ (๑/๒ชม.)	/ (๑/๒ชม.)	น.ส.นภัสกร จินกร (นักโภชนาการ)
	๐๙.๐๐-๑๐.๐๐น.	การบริหารกาย	/ (๑/๒ชม.)	/ (๑/๒ชม.)	มารุต คงสน (นักกายภาพบำบัด)
	๑๐.๐๐-๑๐.๓๐น.	การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพที่ปลอดภัย	/ (๑๕นาที)	/ (๑๕นาที)	พรพรรณ ช้วนสกุล(นว.สาธารณสุข)
	๑๐.๓๐-๑๑.๐๐น.	การส่งเสริมสุขภาพจิตและจัดการความเครียด	/ (๑๕นาที)	/ (๑๕นาที)	จิรวรรณ วงศ์คำแสง(นักจิตวิทยา)
	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐น.	ฉันภัตราหารเพล			
	๑๒.๐๐-๑๓.๐๐น.	การดูแลสุขภาพช่องปาก	/ (๑/๒ชม.)	/ (๑/๒ชม.)	ทันตแพทย์/ ทันตภิบาล
	๑๔.๐๐-๑๕.๐๐น.	การช่วยเหลือพระสงฆ์เบื้องต้นการตรวจร่างกายเบื้องต้น (วัดความดัน ปอดท ชีพจร หายใจ)	/ (๑/๒ชม.)	/ (๑/๒ชม.)	พว.ชมนาด
	๑๕.๐๐-๑๖.๐๐น.	การเช็ดตัวลดไข้ การทำแผล	/ (๑/๒ชม.)	/ (๑/๒ชม.)	พว.ชมนาด
	๑๖.๐๐-๑๗.๐๐น.	หมดสติ เป็นลม การห้ามเลือด	/ (๑/๒ชม.)	/ (๑/๒ชม.)	พว.ชมนาด
รวม			๓.๓๐ชม	๓.๓๐ชม	

หมายเหตุ: เวลา๑๐.๐๐น.และเวลา ๑๔.๐๐ น. ถวายน้ำปานะพระสงฆ์.

	เวลา	เนื้อหา	การสอน		วิทยากร
			ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
วันที่ ๓	๐๘.๐๐-๑๐.๐๐ น.	การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	/(๑ชม.)	/(๑ชม.)	พว.ชมนาด
	๑๐.๐๐-๑๑.๐๐ น.	การช่วยเหลือพระสงฆ์ที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	/ (๑/๒ชม.)	/ (๑/๒ชม.)	พว.ชมนาด
	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	ฉันทภัตราหารเพล			
	๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	การช่วยเหลือพระสงฆ์ที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ (ต่อ)	/ (๑/๒ชม.)	/ (๑/๒ชม.)	พว.ชมนาด
	๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น.	ภาวะวิกฤติกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น (CPR) ประเมินสภาพการช่วยชีวิต CPR การใช้เครื่อง AED	/(๑ชม.)	/(๒ชม.)	พว.ขวัญจิตและทีม
	๑๖.๐๐-๑๗.๐๐ น.	หกล้ม กระตุกหัก ข้อเท้าแพลงและการส่งต่อ	/ (๑/๒ชม.)	/ (๑/๒ชม.)	พว.ขวัญจิตและทีม
รวม			๓.๓๐ ชม.	๔.๓๐ ชม.	

หมายเหตุ: เวลา ๑๐.๐๐ น. และเวลา ๑๔.๐๐ น. ถวายน้ำปานะพระสงฆ์.

	เวลา	เนื้อหา	การสอน		วิทยากร
			ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
วันที่ ๔	๘.๐๐-๙.๐๐ น.	หลักปฏิบัติมรณานสติ	/(๑ชม.)		พระอศ.พีเลี้ยง
	๙.๐๐-๑๐.๐๐ น.	พัฒนาวัดส่งเสริมสุขภาพสู่ความรอบรู้ด้านสุขภาพ	/(๑ชม.)		พว.พรณิภา
	๑๐.๐๐-๑๑.๐๐ น.	ชี้แจงการฝึกปฏิบัติงานส่งเสริมสุขภาพดูแลพระสงฆ์และโยมอุปัฏฐาก (ติดสังคมติดบ้าน ติดเตียง)	/(๑ชม.)		พว.พรณิภา
	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	ฉันภัตราหารเพล			
	๑๒.๐๐-๑๗.๐๐ น.	ลงฝึกปฏิบัติในสถานบริการสุขภาพ ๘ แห่ง		๕ ชม.	จนท.ผู้รับผิดชอบประจำสถานบริการ
รวม			๓ ชม.	๕ ชม.	

หมายเหตุ: เวลา ๑๐.๐๐น.และเวลา ๑๔.๐๐ น. ถวายน้ำปานะพระอศว.

	เวลา	เนื้อหา	การสอน		วิทยากร
			ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
วันที่ ๕	๘.๐๐-๑๑.๐๐น.	ลงฝึกปฏิบัติในสถานบริการสุขภาพ ๘ แห่ง		/๓ชม.	จนท.ผู้รับผิดชอบประจำสถานบริการ
	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐น.	ฉันภัตราหารเพล			
	๑๒.๐๐-๑๔.๐๐	ลงฝึกปฏิบัติในสถานบริการ ๘ แห่ง		/๒ชม.	จนท.ผู้รับผิดชอบประจำสถานบริการ
	๑๔.๐๐-๑๕.๐๐	ประเมินและวัดผล	/๑ชม		พรณิภา/หัสยา
รวม			๑ ชม.	๕ชม.	

หมายเหตุ: เวลา ๑๐.๐๐น.และเวลา ๑๔.๐๐ น. ถวายน้ำปานะพระอศว.

โครงการพัฒนาความสามารถและส่งเสริมการดูแลคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พระสงฆ์ภายใต้ความร่วมมือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องอำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ปีงบประมาณ ๒๕๖๓ รหัสโครงการ ๐๗ - ๑ - ๐๑ - ๐๑ - ๖๔๘ แหล่งงบประมาณ เงินบำรุงโรงพยาบาลสามง่าม (UC) จำนวนงบประมาณ ๖๕,๘๒๕ บาท