

แบบใบสมัครเข้ารับการศึกษา
(คุณสมบัติของบุคคล)

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล (ผู้สมัครเป็นผู้กรอก)

1. ชื่อ นางนันทิตา วงษ์สุวรรณ
ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ตำแหน่งเลขที่ 620
กลุ่มการพยาบาล ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย
ดำรงตำแหน่งปัจจุบัน วันที่ 22 เดือนกันยายน พ.ศ. 2552
อัตราเงินเดือนปัจจุบัน 22,540 บาท อัตราเงินเดือนในปีงบประมาณที่แล้วมา 21,870 บาท
2. ขอสมัครเพื่อแต่งตั้งให้ได้รับเงินประจำตำแหน่งสายงานพยาบาลวิชาชีพ ระดับชำนาญการ
ตำแหน่งเลขที่ 620 กลุ่มการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรม
อนามัย
3. ได้ - ขึ้น - จำนวน - ครั้ง ปีงบประมาณ -
 - 3.1 ได้ 2.75 % จำนวน 1 ครั้ง ปี 2556
 - 3.2 ได้ 3.00 % จำนวน 1 ครั้ง ปี 2556
 - 3.3 ได้ 3.00 % จำนวน 1 ครั้ง ปี 2557
 - 3.4 ได้ 3.00 % จำนวน 1 ครั้ง ปี 2557
4. ความผิดทางวินัย

() เคยถูกลงโทษทางวินัยระดับโทษ.....เมื่อ.....

() กำลังอยู่ระหว่างถูกสอบสวนทางวินัย () กำลังอยู่ในระหว่างลงโทษทางวินัย

(/) ไม่เคยถูกลงโทษทางวินัยและไม่อยู่ในระหว่างถูกสอบสวนทางวินัยหรือลงโทษทางวินัย
5. ประวัติส่วนตัว
เกิดวันที่ 29 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2521 (อายุ 37 ปี 3 เดือน)
อายุราชการ 15 ปี 10 เดือน (นับถึงวันที่ 31 เดือนมกราคม พ.ศ. 2558)

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล (ผู้สมัครเป็นผู้กรอก)			
6. ประวัติการศึกษา (ให้เริ่มจากวุฒิการศึกษาสูงสุดในปัจจุบัน ถึงระดับอุดมเอก)			
คุณวุฒิ(ชื่อปริญญาและสาขา/วิชาเอก)	ปีที่สำเร็จการศึกษา	สถาบัน	
พยาบาลศาสตรบัณฑิต	2549	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสระบุรี (สมทบ ม.มหิดล)	
7. ใบอนุญาตประกอบวิชาชีพ (ถ้ามี) (ชื่อใบอนุญาต) ใบอนุญาตประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ชั้นหนึ่ง เลขที่ พผ. 5011187685 วันออกใบอนุญาต 26 มีนาคม 2555 วันหมดอายุ 25 มีนาคม 2560			
8. ประวัติการรับราชการ (จากเริ่มรับราชการจนถึงปัจจุบัน เฉพาะที่ได้รับแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งในระดับที่สูงขึ้นแต่ละระดับ และการเปลี่ยนแปลงในการดำรงตำแหน่งสายงานต่าง ๆ)			
วัน/เดือน/ปี	ตำแหน่ง/ระดับ	อัตราเงินเดือน	สังกัด
1 เมษายน 2542	พยาบาลเทคนิค 2	5,180	กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย
1 เมษายน 2545	พยาบาลเทคนิค 3	6,020	กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย
1 เมษายน 2547	พยาบาลเทคนิค 4	7,810	กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย
25 พฤษภาคม 2549	พยาบาลเทคนิค 5	9,790	กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล (ผู้สมัครเป็นผู้กรอก)			
8. ประวัติการรับราชการ (จากเริ่มรับราชการจนถึงปัจจุบัน เฉพาะที่ได้รับแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งในระดับที่สูงขึ้นแต่ละระดับ และการเปลี่ยนแปลงในการดำรงตำแหน่งสายงานต่าง ๆ) (ต่อ)			
วัน/เดือน/ปี	ตำแหน่ง/ระดับ	อัตราเงินเดือน	สังกัด
26 มีนาคม 2550	พยาบาลวิชาชีพ 5	9,790	กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย
11 ธันวาคม 2551	พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ	11,650	กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย
22 กันยายน 2552	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	12,530	กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย
1 เมษายน 2556	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	19,830	กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย
1 เมษายน 2557	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	22,540	กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย
9. ประวัติการฝึกอบรมและการดูงาน			
9.1 ด้านการบริหาร			
ปี	ระยะเวลา	หลักสูตร	สถาบัน
2555	2 วัน	ประชุมวิชาการส่งเสริมสุขภาพและอนามัย สิ่งแวดล้อมแห่งชาติ ครั้งที่ 4	กรมอนามัย
2555	1 วัน	ประชุมคณะกรรมการพัฒนาคลินิกไร้ พุง (DPAC)	ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี กรมอนามัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล (ผู้สมัครเป็นผู้กรอก)			
9.2 ด้านวิชาการ / ด้านบริการ (ต่อ)			
ปี	ระยะเวลา	หลักสูตร	สถาบัน
2555	5 วัน	ประชุมเชิงปฏิบัติการ การตรวจคัดกรอง ระยะก่อนเป็นมะเร็งด้วยวิธี VIA และการ รักษาด้วยวิธีการจี้เย็น	กรมอนามัย
2555	1 วัน	ประชุมวิชาการส่งเสริมสุขภาพและอนามัย สิ่งแวดล้อมแห่งชาติ ครั้งที่ 5	กรมอนามัย
2555	2 วัน	ประชุมวิชาการการส่งเสริมสุขภาพ ประชากรวัยทอง	วิทยาลัยพยาบาลบรมราช ชนนี สระบุรี
2556	1 วัน	ประชุมการป้องกันและแก้ไขปัญหาเอดส์ ของประเทศไทย	กรมอนามัย
2556	5 วัน	ประชุมเชิงปฏิบัติการ พัฒนาศักยภาพทีมผู้ เยี่ยมสำรวจ และประเมินโรงพยาบาลตาม มาตรฐานบริการสุขภาพที่เป็นมิตรสำหรับ วัยรุ่น และเยาวชน	กรมอนามัย
2557	4 วัน	การอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับพยาบาล วิชาชีพ ในการส่งเสริม สนับสนุน และ คุ้มครองการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	กรมอนามัย
<p>10. ประสบการณ์ในการปฏิบัติงาน (เคยปฏิบัติงานเกี่ยวกับอะไรบ้างที่นอกเหนือจากข้อ 7 เช่น เป็นหัวหน้า โครงการ หัวหน้างาน กรรมการ อนุกรรมการ วิทยากร อาจารย์พิเศษ เป็นต้น)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. รับผิดชอบคลินิกวัยรุ่น และคลินิกวัยทอง ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ 2. รับผิดชอบคลินิกโรคเรื้อรัง ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ 3. วิทยากรประชุมเชิงปฏิบัติการ การตรวจคัดกรองระยะก่อนเป็นมะเร็งด้วยวิธี VIA และการรักษาด้วยวิธีการ จี้เย็น 4. วิทยากรนิเทศติดตามคุณภาพการตรวจคัดกรองระยะก่อนเป็นมะเร็งด้วยวิธี VIA และการรักษาด้วยวิธีการ จี้เย็น 5. ร่วมทีมประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพพระดัดเพชร ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี 6. ร่วมทีมประเมินคลินิกวัยรุ่นศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี 			

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล (ผู้สมัครเป็นผู้กรอกเอง)

ข้าพเจ้าขอรับรองว่า ข้อความที่แจ้งไว้ในแบบฟอร์มนี้ถูกต้องและเป็นความจริงทุกประการ

(ลงชื่อ).....ผู้ขอรับการคัดเลือก

(นางนันทิตา วงษ์สุวรรณ)

ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

วันที่.....

ขอรับรอง/ความเห็นของผู้บังคับบัญชาเกี่ยวกับความพร้อม ความสามารถและความเหมาะสมที่จะ
เลื่อนตำแหน่ง.....

.....

(ลงชื่อ).....ผู้อำนวยการสำนัก/กอง/ศูนย์

(นายอมร แก้วใส)

ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี

วันที่.....

ตอนที่ 2 การตรวจสอบคุณสมบัติของบุคคล (กองการเจ้าหน้าที่เป็นผู้กรอก)

1. คุณวุฒิทางการศึกษา
 - ตรงตามคุณสมบัติเฉพาะสำหรับตำแหน่ง
 - ไม่ตรง แต่ ก.พ.ยกเว้นตามมาตรา 56
2. ใบอนุญาตประกอบวิชาชีพ (ถ้ากำหนดไว้) ชื่อใบอนุญาตประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ การพยาบาลและการผดุงครรภ์ ชั้นหนึ่ง
 - ตรงตามที่กำหนด
 - ไม่ตรงตามที่กำหนด
3. ระยะเวลาการดำรงตำแหน่ง
 - ตรงตามที่กำหนดไว้ในมาตรฐานกำหนดตำแหน่ง
 - ไม่ครบ แต่จะครบในวันที่.....
4. ระยะเวลาขั้นต่ำในการดำรงตำแหน่ง หรือเคยดำรงตำแหน่งในสายงานที่จะแต่งตั้ง (ให้รวมถึงการดำรงตำแหน่งในสายงานอื่นที่เกี่ยวข้องหรือเคยปฏิบัติงานอื่นที่เกี่ยวข้องหรือเกี่ยวด้วย)
 - ตรงตามที่ ก.พ. กำหนด
 - ไม่ตรง
 - ส่งให้คณะกรรมการคัดเลือกเป็นผู้พิจารณา
 - อื่น ๆ
5. อัตราเงินเดือน (เปรียบเทียบกับอัตราเงินเดือนขั้นต่ำของตำแหน่งที่จะแต่งตั้ง)
 - ต่ำกว่าขั้นต่ำ
 - เท่ากับขั้นต่ำ
 - สูงกว่าขั้นต่ำ

สรุปผลการตรวจสอบคุณสมบัติของบุคคล

- อยู่ในเกณฑ์ที่จะดำเนินการต่อไปได้
- อยู่ในหลักเกณฑ์ที่จะดำเนินการต่อไปได้ แต่ต้องให้คณะกรรมการคัดเลือก พิจารณาในเรื่องระยะเวลา ขั้นต่ำในการดำรงตำแหน่ง
- ไม่อยู่ในหลักเกณฑ์ (ระบุเหตุผล).....

(ลงชื่อ).....ผู้ตรวจสอบ

(.....)

ตำแหน่ง.....

วันที่/...../.....

ตอนที่ 1 รายการประเมิน	คะแนนเต็ม	คะแนนที่ได้รับ
<p>3. จิตสำนึกด้านการบริการ(ต่อ)</p> <ul style="list-style-type: none"> - ให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์แก่ผู้รับบริการ เพื่อตอบสนองความต้องการที่แท้จริงของผู้รับบริการ - เข้าใจความจำเป็นหรือความต้องการที่แท้จริงของผู้รับบริการ และหารือใช้เวลาแสวงหาข้อมูลและทำความเข้าใจเกี่ยวกับความต้องการที่แท้จริงของผู้รับบริการ <p>4. จริยธรรม</p> <ul style="list-style-type: none"> - ตัดสินใจในหน้าที่ ปฏิบัติงานด้วยความถูกต้อง โปร่งใสเป็นธรรม ซื่อสัตย์สุจริต - ยึดมั่นในหลักการและจรรยาบรรณาของวิชาชีพ ไม่เบี่ยงเบนด้วยอคติหรือผลประโยชน์ส่วนตน - รักษาความลับ มีสิ่งจะเชื่อถือได้ - มีจิตสำนึกและความภูมิใจ อุทิศร่างกาย แรงใจผลักดันให้ภารกิจหลักของตนและหน่วยงานบรรลุ เพื่อสนับสนุนส่งเสริมการพัฒนาระเทศชาติและสังคมไทย <p>5. ภาวะผู้นำ</p> <ul style="list-style-type: none"> - เข้าใจวิสัยทัศน์ วัตถุประสงค์และเป้าหมายตลอดจนค่านิยมที่ดีขององค์กรเป็นอย่างดี และนำมาใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติงาน - มีส่วนร่วมในการตัดสินใจและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในการทำงานของทีมงานของตนได้อย่างเป็นระบบและมีประสิทธิภาพ - กำหนดแนวทางและทิศทางการทำงานที่ชัดเจนให้กับผู้ร่วมงาน จูงใจให้เห็นความสำคัญและสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องและเป็นไปในแนวทางเดียวกัน - เป็นต้นแบบที่ผู้อื่นให้การยอมรับ ซินชมในความสามารถ - แสดงความรับผิดชอบและยอมรับในข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้น สามารถวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา กำจัดอุปสรรคและหาแนวทางแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นและป้องกันไม่ให้เกิดขึ้นอีกในอนาคต เพื่อสนับสนุนให้เกิดการทำงานในทิศทางที่ให้บรรลุวิสัยทัศน์ วัตถุประสงค์และเป้าหมายขององค์กร - สร้างความศรัทธาและแรงบันดาลใจแก่ผู้อื่น เพื่อให้การปฏิบัติงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ 	<p>10</p> <p>10</p> <p>10</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

ตอนที่ 1 รายการประเมิน	คะแนนเต็ม	คะแนนที่ได้รับ
<p>6. การประสานงานและการสื่อสาร</p> <ul style="list-style-type: none"> - มีความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาของงานเป็นอย่างดี - เข้าใจกระบวนการสื่อสาร การประสานงานให้ทันสมัย ตรงตามความต้องการอยู่เสมอ - ปรับปรุงวิธีการสื่อสาร และการประสานงานให้ทันสมัยตรงตามความต้องการอยู่เสมอ - สามารถลดความขัดแย้งการประสานงาน - เสนอแนวทางการประสานงานที่ไม่ซับซ้อนในการดำเนินงาน - ผลักดันและสนับสนุนการประสานงานที่ก่อให้เกิดประโยชน์และยอมรับร่วมกัน - ประเมินสภาพปัญหาการดำเนินงานความต้องการของหน่วยงานที่จะดำเนินงานให้บรรลุเป้าหมาย - วางแผนการประสานงานและสื่อสารกับหน่วยงานทั้งภายในและภายนอกองค์กร เพื่อให้งานบรรลุเป้าหมาย 	10
<p>7.การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง</p> <ul style="list-style-type: none"> - มีความตั้งใจจริงในการเรียนรู้งานในหน้าที่ตนเองรับผิดชอบ - มีการปรับปรุงตนเองอย่างต่อเนื่อง - สามารถนำความรู้ใหม่ ๆ มาประยุกต์ใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์และเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน - ทบทวนและพัฒนาตนเองเพื่อสร้างโอกาสใหม่ ๆ -วางแผนในการพัฒนาตนเองและสมาชิกทีมอย่างต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลา - ให้คำชี้แนะแนวทางการพัฒนาตนเองให้กับผู้อื่น - วิเคราะห์ตนเอง สถานการณ์เพื่อค้นหาความต้องการ ให้มีการพัฒนาทั้งต่อตนเองและองค์กร - รวบรวมและประมวลองค์ความรู้ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาองค์กร 	10
<p>8. ความสามารถด้าน IT</p> <ul style="list-style-type: none"> - มีความรู้พื้นฐานด้านการรักษาความปลอดภัยของข้อมูล เช่น การ Share file - สามารถสืบค้น/Download ข้อมูลทาง Internet และใช้งาน E – Mail ได้ - สามารถบำรุงรักษาอุปกรณ์ IT ในเบื้องต้นได้ - สามารถใช้งานโปรแกรม Ms.office 	10

ตอนที่ 1 รายการประเมิน	คะแนนเต็ม	คะแนนที่ได้รับ
<p>9. การบริหารการเปลี่ยนแปลง</p> <ul style="list-style-type: none"> - เข้าใจถึงเหตุผลเบื้องต้นและผลกระทบการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่มีต่อหน้าที่และความรับผิดชอบของตน - มีความคิดเชิงบวกต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ - เรียนรู้และเข้าใจในกระบวนการ เครื่องมือ เทคนิคต่าง ๆ ที่ใช้ในการบริหารการเปลี่ยนแปลง - สามารถบริหาร จัดการ ควบคุม การเปลี่ยนแปลงให้บรรลุเป้าหมายของหน่วยงานและองค์กร - สร้างและเป็นผู้ดำเนินการบริหารการเปลี่ยนแปลง สามารถบริหารแผนการเปลี่ยนแปลง และทรัพยากรที่เกี่ยวข้องได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความเป็นขั้นตอนเพื่อให้องค์กรและพนักงานสามารถปรับตัวได้อย่างถูกต้อง ไม่เกิดความสับสนและเกิดผลที่เป็นรูปธรรม - คาดการณ์ถึงผลลัพธ์และหาแนวทางป้องกันที่อาจจะเกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้ 	10
รวม	100

ตอนที่ 2 สรุปความเห็นในการประเมิน

ความเห็นของผู้บังคับบัญชาระดับหัวหน้าฝ่าย/ กลุ่มงาน

- [] ผ่านการประเมิน (ได้คะแนนรวมไม่ต่ำกว่าร้อยละ 60)
 [] ไม่ผ่านการประเมิน (ได้คะแนนรวมต่ำกว่าร้อยละ 60)
 (ระบุเหตุผล).....
-

(ลงชื่อผู้ประเมิน).....

(นางสินีนากู กุศลจรรยา)

ตำแหน่งนายแพทย์เชี่ยวชาญ(ด้านสาธารณสุข)

วันที่/...../.....

ความเห็นของผู้บังคับบัญชาเหนือขึ้นไป 1 ระดับ

- [] เห็นด้วยกับการประเมินข้างต้น
 [] มีความแตกต่างจากการประเมินข้างต้นในแต่ละรายการ ดังนี้
-
-

(ลงชื่อผู้ประเมิน).....

(นายอมร แก้วใส)

ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี

วันที่.....

ตอนที่ 2 สรุปความเห็นในการประเมิน

ความเห็นของผู้บังคับบัญชาเหนือขึ้นไป 1 ระดับ(กรณีที่ความเห็นของผู้บังคับบัญชาทั้ง 2 ระดับแตกต่างกัน)

[] ผ่านการประเมิน (ระบุเหตุผล).....

.....

[] ไม่ผ่านการประเมิน (ระบุเหตุผล).....

.....

.....

แบบแสดงรายละเอียดเสนอผลงาน

ชื่อ นางสาวนันทิตา วงษ์สุวรรณ
ขอประเมินเพื่อรับเงินประจำตำแหน่ง

ตอนที่ 1 หน้าที่ความรับผิดชอบ
<p>1. หน้าที่ความรับผิดชอบปัจจุบัน</p> <p>1.1งานด้านวิชาการ</p> <p>1.1.1 ร่วมกิจกรรมงานวิชาการของหน่วยงาน</p> <ul style="list-style-type: none"> - ประชุมวิชาการประจำเดือน - ประชุมวิชาการที่คณะกรรมการวิชาการของศูนย์ ฯ จัดขึ้น - จัดทำบอร์ดวิชาการสำหรับเจ้าหน้าที่ ผู้ป่วยและญาติ - ร่วมจัดทำแผนการสอนสุขศึกษาแก่ผู้ป่วยทั่วไปและญาติ - ร่วมจัดทำเอกสารคู่มือการปฏิบัติงานในแผนกผู้ป่วยนอก - ร่วมมือ สนับสนุนการเก็บข้อมูลงานวิจัย โครงการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง - จัดทำแฟ้มกิจกรรม บันทึกผลงานต่าง ๆ ในหน่วยงาน - จัดทำเอกสารประกอบการพยาบาลเรื่องโรคต่าง ๆ - จัดทำเอกสารประกอบแผนการสอนคลินิกโรคเรื้อรัง <p>1.1.2 ร่วมกิจกรรมงานวิชาการของหน่วยงาน</p> <p>1.2งานด้านบริการ</p> <ul style="list-style-type: none"> - จัดระบบงานบริการในหน่วยงานให้คล่องตัวต่อการให้บริการอย่างมีคุณภาพ - กำหนดและควบคุมกำกับให้ผู้ปฏิบัติงานที่อยู่ในความรับผิดชอบให้การพยาบาลอย่างมีมาตรฐานไปในทิศทางเดียวกัน - ติดตามประเมินและปรับปรุงคุณภาพการพยาบาลในหน่วยงานอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ - จัดการบริการในหน่วยงานได้รับข้อมูลด้านการบริการพยาบาลที่ถูกต้อง และเกิดประโยชน์ต่อการวางแผนการบริการ - ให้การพยาบาลครอบคลุมและต่อเนื่องตามปัญหาของผู้ป่วย - ประเมินภาวะเสี่ยงของผู้รับบริการแผนกผู้ป่วยนอก กรณีมีปัญหาส่งต่อโรงพยาบาลอื่น - ให้ความร่วมมือช่วยแพทย์ในการตรวจรักษาให้ผู้ป่วยนอก - ให้คำแนะนำและส่งเสริมการดูแลตนเอง โดยการนำกระบวนการพยาบาลมาใช้ให้ครอบคลุมทั้ง 4 มิติ - ปฏิบัติงานร่วมกับทีมพยาบาล ให้การดูแลรักษาตามแผนการรักษาของแพทย์ - ควบคุมและป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค และดูแลความสะอาดของแผนกผู้ป่วยนอกแก่ไขปัญหาที่เกิดจากภาวะเจ็บป่วยทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมให้คำแนะนำและคำปรึกษาแก่ผู้ป่วยและญาติเกี่ยวกับการปฏิบัติตน การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ - ประสานงานกับเจ้าหน้าที่ทีมสุขภาพทั้งในและนอกหอผู้ป่วย รวมทั้งผู้ป่วยและญาติ - ร่วมจัดทำสถิติประจำวัน ประจำเดือน - เตรียมเครื่องมือในการตรวจรักษาพยาบาลให้พร้อมที่จะใช้ได้ทันทีและทำความสะอาดเชื้อหลังใช้งาน - มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมนันทนาการ ด้านการส่งเสริมสุขภาพในโอกาสต่าง ๆ เช่น วันกีฬาโรงพยาบาล วันเด็ก วันส่งเสริมสุขภาพต่าง ๆ เช่น วันทันตสาธารณสุข

ตอนที่ 1 หน้าที่ความรับผิดชอบ

1.3งานด้านบริหาร

- ช่วยตรวจสอบเครื่องมือ เครื่องใช้ วัสดุ ครุภัณฑ์ทางการแพทย์ และเครื่องซักผ้า
- ช่วยเบิกของใช้ต่าง ๆ จากหน่วยจ่ายกลาง
- ประเมินผลการปฏิบัติงานเจ้าหน้าที่ในระดับเดียวกันและระดับรองลงมา
- มีส่วนร่วมในการสร้างทีมพยาบาลที่มีประสิทธิภาพในการดูแลผู้ป่วยและครอบครัว
- มีส่วนร่วมการดำเนินงานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ โรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ลูก
- มีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหาและแก้ไขอุปสรรคที่เกิดจากระบบงาน บุคคล และสิ่งแวดล้อม
- มีส่วนร่วมควบคุม กำกับดูแล การทำความสะอาดเรียบร้อยของอาคารสถานที่ สิ่งแวดล้อมภายในหน่วยงาน
- มีส่วนร่วมในโครงการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพอนามัยในหน่วยงาน
- ปฏิบัติงานอื่น ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย

2. หน้าที่ความรับผิดชอบของตำแหน่งที่จะแต่งตั้ง (ตามที่ ก.พ. กำหนด)

หน้าที่ความรับผิดชอบ

ปฏิบัติงานในฐานะหัวหน้างาน ซึ่งต้องกำกับ แนะนำ ตรวจสอบการปฏิบัติงานของผู้ร่วมปฏิบัติงาน โดยใช้ความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ และความชำนาญสูงในด้านพยาบาลวิชาชีพปฏิบัติงานที่ต้องตัดสินใจหรือแก้ปัญหาที่ยาก และปฏิบัติงานอื่นที่ได้รับมอบหมาย หรือ

ปฏิบัติงานในฐานะผู้ปฏิบัติงานที่มีประสบการณ์ โดยใช้ความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์และความชำนาญสูงในด้านพยาบาลวิชาชีพ ปฏิบัติงานที่ต้องตัดสินใจหรือแก้ปัญหาที่ยากและปฏิบัติงานอื่นตามที่ได้รับมอบหมาย

โดยมีลักษณะงานที่ปฏิบัติในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ด้านการปฏิบัติการ

- ปฏิบัติการพยาบาลที่ต้องตัดสินใจหรือแก้ปัญหาที่ยากตามมาตรฐานวิชาชีพ ในการให้การพยาบาลแก่ผู้ใช้บริการ เพื่อให้ได้รับการดูแลที่ถูกต้องเหมาะสมและปลอดภัย
- คัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพที่ซับซ้อน และปรับปรุงบริการพยาบาล รวมทั้งการปรับใช้เครื่องมือพิเศษให้สอดคล้องกับภาวะของโรค เพื่อช่วยเหลือทางนิติวิทยาศาสตร์ ช่วยให้ผู้ใช้บริการปลอดภัยจากภาวะที่คุกคามได้อย่างทันท่วงที
- บันทึก รวบรวม ศึกษา วิเคราะห์ วิจัยด้านการพยาบาล เพื่อพัฒนาคุณภาพการพยาบาล ให้ตอบสนองต่อวัตถุประสงค์และเป้าหมายของการพยาบาล
- ส่งเสริม ป้องกัน ดูแลรักษา พื้นฟูสุขภาพประชาชน หรือการบริการอื่น ๆ ทางด้านสุขภาพที่เป็นปัญหาเฉพาะพื้นที่ เพื่อสุขภาพที่ดีของประชาชน

2. ด้านการวางแผน

วางแผนหรือร่วมดำเนินการวางแผนการทำงานตามแผน หรือโครงการของหน่วยงานระดับสำนักหรือกอง และแก้ไขปัญหาในการปฏิบัติงาน เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปตามเป้าหมายและผลสัมฤทธิ์ที่กำหนด

ตอนที่ 1 หน้าที่ความรับผิดชอบ**3. ด้านการประสานงาน**

- ประสานการทำงานร่วมกัน โดยมีบทบาทในการให้ความเห็น และคำแนะนำเบื้องต้นแก่สมาชิกในทีมงานหรือหน่วยงานอื่น เพื่อให้เกิดความร่วมมือและผลสัมฤทธิ์ตามที่กำหนด
- ให้ข้อคิดเห็นหรือคำแนะนำเบื้องต้นแก่สมาชิกในทีมงาน หรือบุคคล หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างความเข้าใจและความร่วมมือในการดำเนินงานตามที่ได้รับหมาย

4. ด้านการบริการ

- ให้บริการวิชาการพยาบาลที่ซับซ้อน ที่สอดคล้องกับภาวะสุขภาพของผู้ใช้บริการ และวัตถุประสงค์ของหน่วยงาน เพื่อให้ผู้ใช้บริการมีความรู้สามารถดูแลตนเองได้
- สอน นิเทศ ฝึกอบรม ถ่ายทอดความรู้ เทคโนโลยีทางการพยาบาลแก่ผู้ได้บังคับบัญชาหรือบุคคลภายนอกเพื่อให้บุคลากรมีความรู้ ในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- พัฒนาข้อมูล จัดทำเอกสาร คู่มือ ตำรา สื่อเอกสารเผยแพร่ พัฒนาเครื่องมืออุปกรณ์วิธีการ หรือประยุกต์เทคโนโลยีเข้ามาใช้ เพื่อก่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และพัฒนาองค์กร

ตอนที่ 2 ผลการปฏิบัติงานหรือผลสำเร็จของงาน									
ผลการปฏิบัติงานย้อนหลัง 3 ปี									
ลำดับ ที่	ลักษณะงานด้านบริการ / ปฏิบัติการ กิจกรรม / โครงการ	หน่วย นับ	ปริมาณงาน						หมายเหตุ
			ปีงบประมาณ พ.ศ. 2555		ปีงบประมาณ พ.ศ. 2556		ปีงบประมาณ พ.ศ. 2557		
			กลุ่ม งาน	เฉพาะ ตัว	กลุ่ม งาน	เฉพาะ ตัว	กลุ่ม งาน	เฉพาะ ตัว	
1	จำนวนเตียงทั้งหมด	เตียง	30	-	30	-	30	-	
2	จำนวนเจ้าหน้าที่								
	1. พยาบาลวิชาชีพ	คน	9	-	15	-	21	-	
	2. พยาบาลเทคนิค	คน	4	-	1	-	1	-	
	3. พนักงานทำความสะอาด	คน	1	-	1	-	1	-	
3	ผลงานด้านการบริการ โรคที่ให้การพยาบาล แบ่งเป็นประเภท ต่าง ๆ ดังนี้ อายุรกรรม สูติรีเวช กรรม ศัลยกรรม กุมารเวชกรรม								
	3.1 อายุรกรรม	คน	1517	117	1586	99	1567	71	
	- โรคระบบทางเดินหายใจ	คน	998	7	1481	92	735	33	
	- โรคระบบย่อยอาหาร	คน	180	147	318	23	294	13	
	- โรคระบบประสาท	คน	93	70	108	7	99	5	
	- โรคติดเชื้อปรสิต	คน	915	11	958	60	1239	56	
	- โรคระบบไหลเวียนโลหิต	คน	137	66	129	8	107	5	
	- โรคระบบสืบพันธุ์ร่วมปัสสาวะ	คน	862	11	958	60	1,151	52	
	- โรคเกี่ยวกับต่อมไร้ท่อ	คน	1382	106	1766	110	1888	86	
	โภชนาการและเมตะบอลิซึม								
	- โรคระบบกล้ามเนื้อเนื้อร่วมกับโครง ร่างและเนื้อเยื่อยึดเสริม	คน	10	1	13	1	14	1	

หมายเหตุ

- ปีงบประมาณ 2555 เสนอผลงานตั้งแต่เดือนตุลาคม 2554 - กันยายน 2555 รวม 12 เดือน
- ปีงบประมาณ 2556 เสนอผลงานตั้งแต่เดือนตุลาคม 2555 - กันยายน 2556 รวม 12 เดือน
- ปีงบประมาณ 2557 เสนอผลงานตั้งแต่เดือนตุลาคม 2556 - กันยายน 2557 รวม 12 เดือน

ตอนที่ 2 ผลการปฏิบัติงานหรือผลสำเร็จของงาน									
ผลการปฏิบัติงานย้อนหลัง 3 ปี									
ลำดับ ที่	ลักษณะงานด้านบริการ / ปฏิบัติการ กิจกรรม / โครงการ	หน่วย นับ	ปริมาณงาน						หมายเหตุ
			ปีงบประมาณ พ.ศ. 2555		ปีงบประมาณ พ.ศ. 2556		ปีงบประมาณ พ.ศ. 2557		
			กลุ่ม งาน	เฉพาะ ตัว	กลุ่ม งาน	เฉพาะ ตัว	กลุ่ม งาน	เฉพาะ ตัว	
4	- โรคเลือดและอวัยวะสร้างเลือด	คน	18	2	22	1	19	1	
	- ภาวะจิตแปรปรวน	คน	52	4	60	4	42	2	
	- โรคตาและส่วนประกอบของตา	คน	101	9	114	7	84	4	
	- โรคหูและปุ่มกดหู	คน	21	2	12	1	8	1	
	- โรคผิวหนังและเนื้อเยื่อ	คน	303	23	261	16	258	12	
	- อาการและอาการแสดงและสิ่ง ผิดปกติที่พบจากการตรวจทางคลินิกทาง ห้องปฏิบัติการ	คน	329	25	510	32	529	24	
	งานด้านวิชาการ								
	1. ประชุมวิชาการประจำปีเดือน	ครั้ง	12	12	12	12	12	12	
	2. ประชุมวิชาการที่คณะกรรมการวิชาการ ของศูนย์ ฯ	ครั้ง	12	12	12	12	12	12	
	3. จัดทำบอร์ดวิชาการสำหรับเจ้าหน้าที่ ผู้ป่วย และญาติ	ครั้ง	4	4	4	4	4	4	
	4. จัดทำแผนการสอนสุขศึกษาแก่ผู้ป่วย และญาติในหน่วยงาน	ครั้ง	4	4	4	4	4	4	
	5. ร่วมจัดทำเอกสารคู่มือการปฏิบัติงานใน แผนกผู้ป่วยนอก	ครั้ง	10	2	10	2	10	2	
	6. จัดทำเอกสารประกอบการพยาบาล เรื่องโรคต่าง ๆ	คน	2	1	2	1	2	1	
	- โรคเบาหวาน	คน	150	75	150	75	150	75	
	- โรคความดันโลหิตสูง	คน	200	100	200	100	250	125	
	- โรคไขมันในเลือดสูง	คน	100	50	100	50	100	50	
	- การซื้อยารับประทานเอง	-	-	-	-	-	-	-	
	- โรคมือเท้าเปื่อย	-	-	-	-	-	-	-	
	- การดูแลตนเองเมื่อมีบาดแผล	คน	4	2	4	2	4	2	

ตอนที่ 2 ผลการปฏิบัติงานหรือผลสำเร็จของงาน									
ผลการปฏิบัติงานย้อนหลัง 3 ปี									
ลำดับ ที่	ลักษณะงานด้านบริการ / ปฏิบัติการ กิจกรรม / โครงการ	หน่วย นับ	ปริมาณงาน						หมายเหตุ
			ปีงบประมาณ พ.ศ. 2555		ปีงบประมาณ พ.ศ. 2556		ปีงบประมาณ พ.ศ. 2557		
			กลุ่ม งาน	เฉพาะ ตัว	กลุ่ม งาน	เฉพาะ ตัว	กลุ่ม งาน	เฉพาะ ตัว	
5	7. ร่วมจัดโครงการรณรงค์เผยแพร่ความรู้ - จัดนิทรรศการ - สอนสุขศึกษารายบุคคล งานด้านบริหาร	ครั้ง	20	4	20	4	20	2	
	1. ร่วมประชุมกับเจ้าหน้าที่ในแผนกเพื่อ หาแนวทางพัฒนาการทำงานให้มี ประสิทธิภาพ	ครั้ง	12	12	12	12	12	4	
	2. ร่วมประเมินผลการปฏิบัติงานของ เจ้าหน้าที่ในระดับรองลงมา	ครั้ง	2	2	2	2	2	12	
	3. ร่วมเก็บสถิติการให้บริการประจำเดือน	ครั้ง	12	2	12	2	12	2	
	4. ร่วมเก็บตัวชี้วัดผลการปฏิบัติงานด้าน การบริการ	ครั้ง	12	3	12	3	12	2	
	5. ร่วมกำหนดแนวทางระเบียบการ ปฏิบัติงาน	ครั้ง	8	2	8	2	8	3	
6. ร่วมบริหารงานพัสดุ และอุปกรณ์ ต่าง ๆ ให้มีเพียงพอ พร้อมใช้	ครั้ง	48	24	48	24	48	24		

ขอรับรองว่าข้อความข้างต้นเป็นความจริงทุกประการ

(ลงชื่อ).....ผู้ขอรับการคัดเลือก

(นางนันทิตา วงษ์สุวรรณ)

ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

วันที่.....

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

(ก) ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

1.ชื่อผลงาน การศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการในคลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี

2.ระยะเวลาการดำเนินงาน ระหว่างเดือนธันวาคม 2556 - เดือนพฤษภาคม 2557

3.สัดส่วนผลงานที่ผู้เสนอเป็นผู้ปฏิบัติ 90 %

4.ผู้ร่วมจัดทำผลงาน -

5.บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการในคลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี จำนวน 60 คน ดำเนินการศึกษาระหว่าง เดือนธันวาคม 2556 - เดือนพฤษภาคม 2557 กลุ่มตัวอย่างมีเกณฑ์การคัดเลือกจากความสมัครใจ อายุระหว่าง 30 - 79 ปี ทั้งเพศชาย/หญิง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน โดยกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลปกติ คือ การดูแลและให้คำแนะนำ เกี่ยวกับพฤติกรรมการปฏิบัติตัวเพื่อส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน และกลุ่มทดลองได้รับการพยาบาลปกติและใช้โปรแกรมสุขศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ประกอบด้วยการแจกคู่มือสมุดบันทึกการปฏิบัติตัว ที่ทางคลินิกจัดทำขึ้นโดยแพทย์ พยาบาล และนักวิชาการสาธารณสุขจากศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี โดยให้ผู้ป่วยนำกลับไปบันทึกที่บ้านเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และนำกลับมาส่งในครั้งต่อไปของการทำกิจกรรม , แจกแผ่นพับเรื่องโรคเบาหวาน , หนังสือเรื่อง อิม อร่อยได้สุขภาพ สไตล์เบาหวาน และกิจกรรมบรรยายให้ความรู้จำนวน 3 ครั้ง มีดังนี้

ครั้งที่ 1 สอนเรื่องโรคเบาหวาน รวมทั้งภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ครั้งที่ 2 สอนเรื่องการเลือกรับประทานอาหาร และการใช้ยาสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ครั้งที่ 3 ให้คำแนะนำและฝึกทักษะการออกกำลังกาย และการจัดการความเครียดในผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ใช้ระยะเวลาดำเนินการ 6 เดือน ประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วย โรคเบาหวาน จากการเก็บรวบรวมข้อมูลใช้แบบสอบถาม Pre-PostTestเรื่องศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี โดยวัดผลก่อนและหลังการทดลอง เครื่องมือกำกับการทดลอง ได้แก่ สมุดบันทึกสุขภาพประจำตัวคลินิกผู้ป่วยเบาหวาน โดยให้ผู้ป่วยกลับไปเขียนที่บ้านแล้วนำกลับมาส่งทุกครั้งในวันที่ทำกิจกรรม ตรวจค่าน้ำตาลสะสมในเลือด (HbA1c) ก่อนและหลังการทดลอง และนำผลมา วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา จำนวน ร้อยละ เปรียบเทียบความแตกต่างด้วย Independent t-test กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 และค่าความเชื่อมั่น 0.7

ผลการวิจัยพบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองภายหลังการทดลองโดยใช้โปรแกรมสุขศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ไม่มีความแตกต่างกับกลุ่มควบคุม และระดับผลของน้ำตาลสะสมในเลือด (HbA1c) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกัน

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

5.1 หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวานเป็นโรคที่พบบ่อยมาก มีโอกาสพบได้มากขึ้นตามอายุ และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ส่วนสาเหตุการเกิดโรคเบาหวานเกิดได้หลายปัจจัยด้วยกันที่สำคัญ คือสาเหตุจากกรรมพันธุ์, ความอ้วน, พฤติกรรมการบริโภคอาหาร โรคเบาหวานเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดจากข้อมูลพบว่าร้อยละ 90 ของผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวาน จะเป็นโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน (สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ, 2551) ปัจจุบันทั่วโลกให้ความสำคัญกับการจัดการโรคไม่ติดต่อเรื้อรังมากขึ้น เนื่องจากสภาวะความเป็นอยู่และวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไป ทำให้ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นจากรายงานสถิติสุขภาพทั่วโลกปี พ.ศ.2555 ขององค์การอนามัยโลก พบว่า 1 ใน 10 ของประชาชนในวัยผู้ใหญ่เป็นโรคเบาหวาน(สถาบันและประเมินเทคโนโลยีทางการแพทย์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข . เอกสารข้อมูล : สถานการณ์โรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงและภาวะแทรกซ้อนในประเทศไทย, 2556) ปัจจุบันพบผู้ป่วยโรคเบาหวานทั่วโลก 371 ล้านคน และประมาณ 280 ล้านคน และประมาณ 280 ล้านคนเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน คาดว่าปี พ.ศ. 2573 จะมีผู้ป่วยโรคเบาหวานถึง 500 ล้านคน(WDD 2013-DIABETES : PROTECT OUR FUTER. [online].[Cited 2013 Sp 23] ; Available from : URL:)สำหรับประเทศไทย ปี พ.ศ. 2555 พบผู้เสียชีวิตจากโรคเบาหวานทั้งหมด 7,749 ราย หรือเฉลี่ยวันละ 22 คน คิดเป็นอัตราตายด้วยโรคเบาหวาน 12.06 ต่อแสนประชากรและมีผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวานเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุข จำนวน 674,826 ครั้ง คิดเป็นอัตราป่วยด้วยโรคเบาหวาน เท่ากับ 1050.05 ต่อแสนประชากร (สำนักโรคไม่ติดต่อ ข้อมูลโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง, 2556) โดยปัจจัยเสริมที่ทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานมากขึ้นได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคประทานอาหารที่มีแป้งและน้ำตาลมาก, การไม่ออกกำลังกาย, ผู้ที่มีภาวะความดันโลหิตสูง, ไขมันในเส้นเลือดสูง ฯลฯ การละเลยต่อการปฏิบัติตัว เมื่อเป็นโรคเบาหวานไม่ไปรักษา หรือรับการรักษาไม่ถูกวิธี จะส่งผลทำให้มีภาวะแทรกซ้อนตามมา เนื่องจากไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ หากทราบพฤติกรรมการดูแลตนเอง และปัจจัยการเกิดโรคเบาหวานจะเป็นแนวทางในการปรับปรุง การส่งเสริมการให้บริการสุขภาพที่โรงพยาบาลและที่บ้านในกลุ่มผู้ป่วย โรคเบาหวาน จะทำให้ผู้ป่วยสามารถมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขทั้งทางร่างกาย และจิตใจได้ ซึ่งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ เป็นวิธีหนึ่งที่สำคัญต่อการป้องกันความรุนแรงของโรค เนื่องจากปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญส่วนใหญ่เกิดจากการมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ไม่เหมาะสม

ดังนั้นจึงจำเป็นต้องส่งเสริมให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีแบบแผนในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับโรคที่เป็นอยู่อย่างต่อเนื่อง โดยกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพมีทั้งหมด 6 ด้าน คือ ด้านโภชนาการ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านกิจกรรมทางด้านร่างกาย ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ และด้านการจัดการกับความเครียด ผู้ป่วยโรคเบาหวานในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี อำเภอบ้านหมอ จังหวัดสระบุรี มีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่แตกต่างกันไปตามสภาพความเป็นอยู่และอาชีพ ซึ่งส่งผลกระทบต่อภาวะแทรกซ้อนต่างๆ จากสรุปผลงานประจำปี แผนกโรคไม่ติดต่อ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี ปีพ.ศ.2555 มีผู้ป่วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 9.28(n=862) ปี พ.ศ.2556 มีผู้ป่วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 10.43(n=958) และปี พ.ศ. 2557 มีผู้ป่วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 10.81 (n=1,151) (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี, 2557)

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

จากผลการตรวจคัดกรองโรคเบาหวาน ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี พบว่ามีผู้ป่วยที่มารับบริการป่วยเป็นโรคเบาหวานเป็นอันดับต้นๆของจำนวนผู้ป่วยที่มารับบริการตรวจรักษาในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญของการป้องกัน และแก้ปัญหาให้กับผู้มารับบริการ โดยการส่งเสริมภาวะสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานมุ่งเน้นการดูแลสุขภาพด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน เพื่อให้ผู้ป่วยรับรู้ภาวะสุขภาพของ

5.2 วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2. เพื่อเปรียบเทียบค่าน้ำตาลสะสมในเลือด (HbA1c) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

5.3 วิธีการดำเนินงาน/ วิธีการศึกษา/ ขอบเขตงาน

ในการดำเนินงานครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินงานตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. รูปแบบงานวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ใช้รูปแบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (Pretest-posttest control group design)

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ผู้ป่วยโรคเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี จำนวน 60 คน กลุ่มตัวอย่างคือ กลุ่มตัวอย่างสำหรับการศึกษาค้นคว้าโดยเลือกตัวอย่างจาก ความสมัครใจ ผู้ป่วยโรคเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี เป็นกลุ่มผู้ป่วยอายุ 30 -79 ปีขึ้นไปที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการและเป็นกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงมากกว่า 126 mg/dl หลังดื่มน้ำดอาหาร 8 ชั่วโมง เพื่อการวิจัยในครั้งนี้ จำนวน 60 คน โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุม 30 คน กลุ่มทดลอง 30 คน และดำเนินการเก็บข้อมูลในช่วงระหว่างเดือนธันวาคม 2556 – เดือนพฤษภาคม 2557

3. คำจำกัดความ

3.1) ทฤษฎีการส่งเสริมสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพเป็นบทบาทที่สำคัญของพยาบาลอีกบทบาทหนึ่ง การส่งเสริมสุขภาพต้องการองค์ความรู้ในการนำมาออกแบบกิจกรรม หรือวางแผนให้บุคคล ชุมชนได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสู่การส่งเสริมสุขภาพตนเอง ผู้ป่วยเห็นความสำคัญของสุขภาพ รับรู้ว่าสุขภาพสามารถควบคุมได้ การรับรู้สภาวะสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรม รับรู้ความสามารถของตน

3.2) การพยาบาลปกติ หมายถึง การดูแลและการให้คำแนะนำต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวเพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้และไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน โดยพยาบาลประจำหน่วยตรวจโรคผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี

3.3) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานหมายถึง การดูแลสุขภาพตนเอง 5 เรื่อง คือ 1) เรื่อง การรับประทานอาหาร 2) เรื่อง การใช้ยาเบาหวาน 3) เรื่องการออกกำลังกาย 4) เรื่องการรักษาสุขภาพอนามัยร่างกาย และ 5) เรื่องการจัดการกับความเครียดและการพักผ่อน

4. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เครื่องมือกำกับการทดลอง

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

1.1 แบบสอบถามเรื่องพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการในคลินิกโรคเบาหวานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่

2.1 โปรแกรมสุขศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ประกอบด้วย

2.1.1 คู่มือสมุดบันทึกการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

2.1.2 แผ่นพับเรื่องโรคเบาหวาน

2.1.3 หนังสือเรื่อง อิม อร่อยได้สุขภาพ สไตล์เบาหวาน

2.1.4 แผนการสอนเรื่องโรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคเบาหวานเรื่องการเลือกรับประทานอาหาร และการใช้ยาสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน การให้คำแนะนำและฝึกทักษะการออกกำลังกาย และการจัดการความเครียดในผู้ป่วยโรคเบาหวาน

3. เครื่องมือกำกับการทดลอง ได้แก่ คู่มือสมุดบันทึกการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

5. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.) ขั้นตอนเตรียมการ

1.1 ทบทวนทฤษฎีเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จัดทำโครงการเสนอผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี

1.2 ขอความร่วมมือจากฝ่ายการพยาบาล และหัวหน้าแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ และ แจ้งวัตถุประสงค์ รายละเอียด ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

1.3 ผู้วิจัยสำรวจรายชื่อผู้ป่วยจากประวัติการรักษาที่ห้องเวชระเบียนและคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากประชากรที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยการโทรศัพท์สอบถาม

2.) ขั้นตอนดำเนินงานวิจัยและรวบรวมข้อมูล

แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม การเก็บรวบรวมข้อมูลในแต่ละกลุ่มมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

กลุ่มควบคุม ได้รับการพยาบาลตามปกติ ประกอบด้วยการดูแลและให้คำแนะนำ เกี่ยวกับการพฤติกรรมการ ปฏิบัติตัวเพื่อส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน โดยแพทย์พยาบาลประจำแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี

การเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มควบคุมประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. พบกลุ่มตัวอย่างคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด ผู้วิจัยแนะนำตัวเองสร้างสัมพันธภาพ แจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย กระบวนการวิจัย เวลาในการทำแบบสอบถาม สิทธิในการเข้าร่วมหรือปฏิเสธงานวิจัย กลุ่มตัวอย่างที่ยินดีเข้าร่วมงานวิจัยให้ลงลายมือชื่อไว้เป็นหลักฐานในการยินยอมเข้าร่วมวิจัย

2. ประเมินพฤติกรรมโดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ใช้เวลาประเมินประมาณ 30 วินาที และตรวจหาค่าน้ำตาลสะสมในเลือด (HbA1c) ทางห้องปฏิบัติการ

3. ให้ผู้ป่วยปฏิบัติตามพฤติกรรมตามปกติ จนครบ 6 เดือน

4. ประเมินพฤติกรรมโดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และตรวจหาค่าน้ำตาล สะสมในเลือด (HbA1c) ทางห้องปฏิบัติการหลังสิ้นสุดขั้นตอนการดำเนินการ เพื่อดูการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรม สรุปถอดบทเรียนกลุ่มควบคุม กล่าวขอบคุณ

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

กลุ่มทดลอง ได้รับการพยาบาลตามปกติ ประกอบด้วย การดูแลและการให้คำแนะนำต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวโดยแพทย์ พยาบาล ร่วมกับโปรแกรมใช้โปรแกรมสุขศึกษาพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน **ประกอบด้วย** การแจกคู่มือสมุดบันทึกการปฏิบัติตัว ที่ทางคลินิกจัดทำขึ้นโดยแพทย์ พยาบาล และนักวิชาการสาธารณสุขจากศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี โดยให้ผู้ป่วยนำกลับไปบันทึกที่บ้านเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และนำกลับมาส่งในครั้งต่อไปของการทำงาน กิจกรรม, แจกแผ่นพับเรื่องโรคเบาหวาน , หนังสือเรื่อง อิม อร่อยได้สุขภาพ สไตส์เบาหวาน **และกิจกรรมบรรยายให้ความรู้จำนวน 3 ครั้ง มีดังนี้**

ครั้งที่ 1 สอนเรื่องโรคเบาหวาน รวมทั้งภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ครั้งที่ 2 สอนเรื่องการเลือกรับประทานอาหาร และการใช้ยาสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ครั้งที่ 3 ให้คำแนะนำและฝึกทักษะการออกกำลังกาย และการจัดการความเครียดในผู้ป่วยโรคเบาหวาน

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการกลุ่มทดลอง ประกอบด้วย 4 ขั้นตอนดังนี้

1. พบกลุ่มตัวอย่างคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด ผู้วิจัยแนะนำตัวเองสร้างสัมพันธภาพแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย ระยะเวลาในการทำแบบสอบถาม สิทธิในการเข้าร่วมหรือปฏิเสธงานวิจัย กลุ่มตัวอย่างที่ยินดีเข้าร่วมงานวิจัยให้ลงลายมือชื่อไว้เป็นหลักฐานในการยินยอมเข้าร่วมวิจัย

2. ประเมินพฤติกรรมโดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ใช้เวลาประเมินประมาณ 30 วินาที และตรวจหาค่าน้ำตาลสะสมในเลือด (HbA1c) ทางห้องปฏิบัติการให้กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติตามโปรแกรมพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ดังนี้

2.1 ให้ความรู้ตามแผนการสอนรายกลุ่ม 1.)เรื่องโรคเบาหวาน รวมทั้งภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในวันที่ 25 ธันวาคม 2556 2.) สอนเรื่องการเลือกรับประทานอาหาร และการใช้ยาสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานในวันที่ 22 มกราคม 2557 3.)ให้คำแนะนำและฝึกทักษะการออกกำลังกาย และการจัดการความเครียดในผู้ป่วยโรคเบาหวานในวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2257

โดยใช้วิธีการสอนแบบบรรยายอภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ สาธิตและให้ผู้ป่วยมีการฝึกปฏิบัติจริง โดยผู้ให้ความรู้คือแพทย์ พยาบาล และนักวิชาการสาธารณสุข แจกโทรศัพท์สอบถาม ที่ทางคลินิกจัดทำขึ้นโดยแพทย์ พยาบาล และนักวิชาการสาธารณสุขจากศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี โดยให้ผู้ป่วยนำกลับไปบันทึกที่บ้านเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และนำกลับมาส่งในครั้งต่อไปของการทำงาน,แจกแผ่นพับเรื่องโรคเบาหวาน หนังสือเรื่อง อิม อร่อยได้สุขภาพ สไตส์เบาหวาน

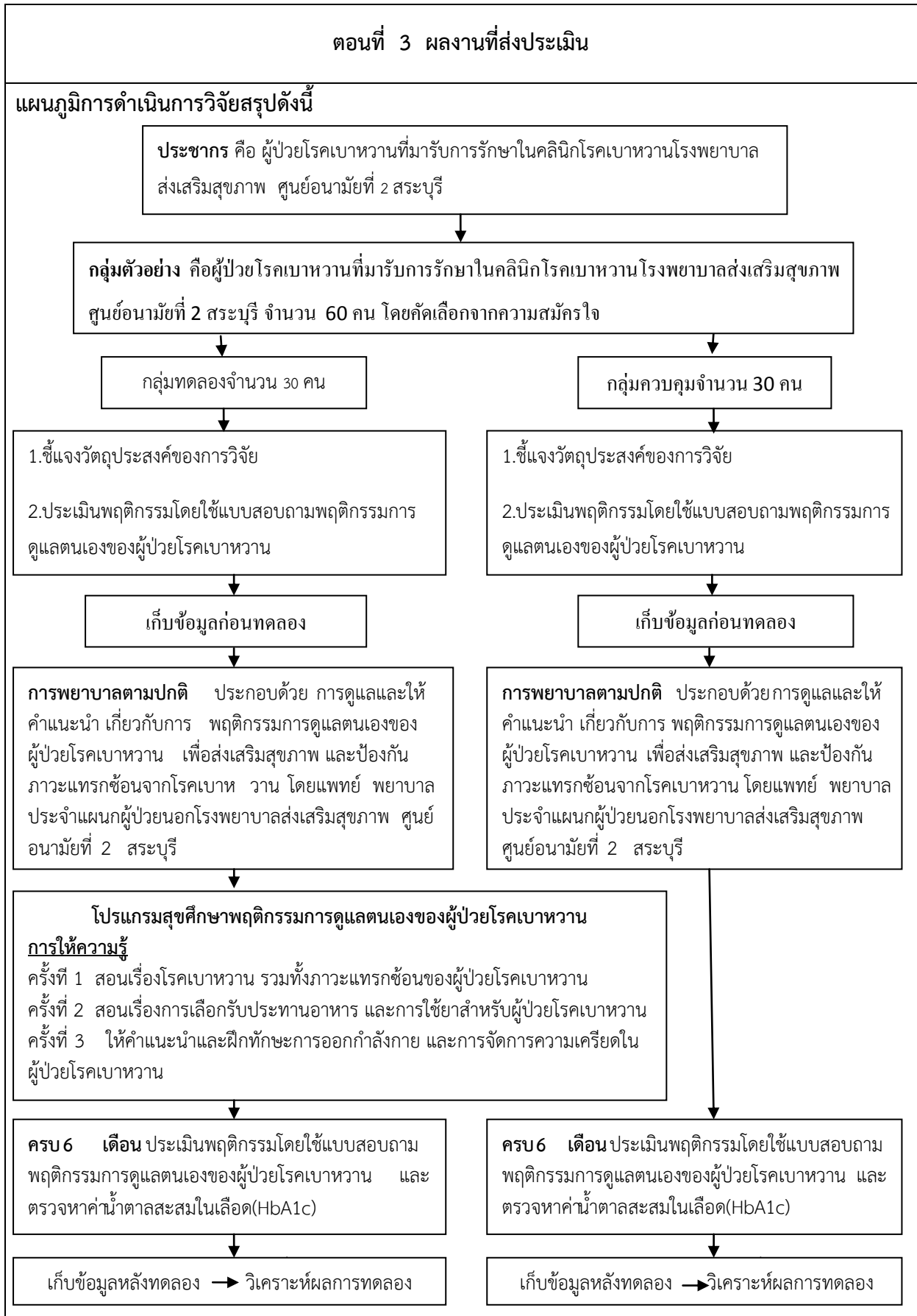
3. ให้ผู้ป่วยปฏิบัติพฤติกรรมตามปกติ จนครบ 6 เดือน

4. ประเมินพฤติกรรมโดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และตรวจหาค่าน้ำตาลสะสมในเลือด(HbA1c) ทางห้องปฏิบัติการหลังสิ้นสุดขั้นการดำเนินการเพื่อการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมสรุปถอดบทเรียนกลุ่มทดลอง กล่าวขอบคุณ

3.) ขั้นตอนการสรุปผลการวิจัย

นำผู้ป่วยทั้งสองกลุ่มมาโรงพยาบาล เพื่อประเมินพฤติกรรมดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคเบาหวาน ว่าเป็นอย่างไรบ้าง รวมทั้งสรุปบทเรียนการปฏิบัติตัวที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน

6. **การวิเคราะห์ข้อมูล** ข้อมูลเชิงปริมาณใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) โดยแจกแจงความถี่ ร้อยละ ทดสอบสมมติฐานด้วยสถิติ independent t-test



ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

5.4 ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี
2. ทำให้ทราบถึงความแตกต่างของพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วย โรคเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรีของกลุ่มที่เข้าร่วมโครงการ
3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง สามารถนำข้อมูลไปใช้เป็นแนวทางในการรณรงค์ให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานหันมาดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น รวมถึงเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้ป่วย โรคเบาหวานได้เรียนรู้การดูแลสุขภาพด้วยตนเอง ซึ่งจะทำให้การใช้ชีวิตของผู้ป่วยโรคเบาหวานให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติและไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนอย่างยั่งยืนมากขึ้น

5.5 ความยุ่งยากในการดำเนินงาน /ปัญหา / อุปสรรค

จากการดำเนินงานการส่งเสริมสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน มีปัญหาในการดำเนินงานดังนี้

1. การควบคุมเวลาในการทำกิจกรรมยากเนื่องจากกลุ่มทดลองติดภาระกิจส่วนตัว ทำให้ขาดความพร้อมเพียงในการทำกิจกรรม และการควบคุมเวลาไม่เป็นไปตามที่กำหนด
2. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานหลังจากการทำกิจกรรมแล้วผู้วิจัย ปล่อยให้ไปดำเนินพฤติกรรมอย่างอิสระทำให้การควบคุมตัวแปลได้ยาก

5.6 ข้อเสนอแนะ / วิจารณ์

1. ผู้ศึกษาควรมีการเตรียมความพร้อมในการใช้แบบสอบถามให้กับผู้ช่วยเก็บแบบสอบถาม เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง และข้อมูลไม่คลาดเคลื่อนในการแปรผลการทดลอง
2. การเลือกกลุ่มทดลองควรเลือกด้วยวิธีการจับฉลาก เพื่อให้ได้ผลการทดลองที่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่อาจมีความสัมพันธ์หรือมีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในเขตอำเภอบ้านหมอ จังหวัดสระบุรี หรือพื้นที่อื่น ๆ เช่น ความเชื่อ ขนบธรรมเนียมวิถีชีวิต วัฒนธรรม ทศนคติ แรงจูงใจ เป็นต้น
2. ควรศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในเขตอำเภอบ้านหมอ จังหวัดสระบุรี หรือพื้นที่อื่น ๆ โดยทำการวิจัยเชิงคุณภาพ
3. ควรศึกษาให้ครอบคลุม ทั้งด้านเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและด้านระบบบริการ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ทั้งในโรงพยาบาลและสถานเือนามัย

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

5.7 การเผยแพร่ มีการเผยแพร่ผ่าน Knowledge Center ของกรมอนามัย และเก็บไว้ ณ ห้องสมุด ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี ณ วันที่

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นเป็นความจริงทุกประการ

ลงชื่อ.....ผู้ดำเนินการ

(นางนันทิตา วงษ์สุวรรณ)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

วันที่.....

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

(ข) ข้อเสนอแนวคิด / วิธีการ เพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

ชื่อผลงานเรื่อง คู่มือการปฏิบัติงานเรื่องอาหารควบคุมโรคเบาหวานสำหรับเจ้าหน้าที่ยุทธศาสตร์สาธารณสุข

2. ระยะเวลาที่ดำเนินการ เดือนเมษายน พ.ศ. 2558 – เดือนกันยายน พ.ศ. 2558

3. สรุปเค้าโครงเรื่อง

3.1 หลักการและเหตุผล

ในปัจจุบันโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเป็นปัญหาสำคัญด้านสาธารณสุขของโลกจากรายงานขององค์การอนามัยโลกพบว่า ในปี พ.ศ. 2551 ประชากรกว่า 36 ล้านคนทั่วโลกเสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อ ในจำนวนนี้ 9.1 ล้านคนอายุต่ำกว่า 60 ปี โรคหลอดเลือดสมองเป็นสาเหตุการเสียชีวิตมากอันดับแรก พบร้อยละ 48 รองลงมา คือมะเร็ง ร้อยละ 21 โรคเรื้อรังทางเดินหายใจ ร้อยละ 12 และโรคเบาหวาน ร้อยละ 3 ส่วนภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ พบผู้เสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อประมาณ 14.5 ล้านคน เท่ากับร้อยละ 22 ของการเสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อ (พญ. มาลินี สุขเวชชวรกิจ(สืบบันเมื่อ 2 ธันวาคม 2552) และสุธาทิพย์ ภักธกุลวณิชย์.ประเด็นสารบรรณรณรงค์วันเบาหวานโลก) ซึ่งสอดคล้องกับสถานการณ์โรคไม่ติดต่อเรื้อรังของประเทศไทย สำหรับประเทศไทย ปี พ.ศ. 2555 พบผู้เสียชีวิตจากโรคเบาหวานทั้งหมด 7,749 ราย หรือเฉลี่ยวันละ 22 คน คิดเป็นอัตราการตายด้วยโรคเบาหวาน 12.06 ต่อแสนประชากรและมีผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวานเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุข จำนวน 674,826 ครั้ง คิดเป็นอัตราป่วยด้วยโรคเบาหวาน เท่ากับ 1050.05 ต่อแสนประชากร (สำนักโรคไม่ติดต่อ ข้อมูลโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ,2556) ด้วยวิถีการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไปของคนไทย พบว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่ถูกต้อง เพิ่มมากขึ้นทำให้ได้รับสารอาหารจำพวกแป้ง น้ำตาลและไขมันมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย รวมทั้งการนิยมบริโภคชา กาแฟ และเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม , การเคลื่อนไหวออกแรงและออกกำลังกายที่น้อยเกินไป จากรูปแบบการทำงานในสำนักงานมากขึ้น ทำให้มีการเคลื่อนไหวออกแรงและออกกำลังกายลดลง , การใช้สารเสพติดกลุ่มบุหรี่ และการสังสรรค์เพิ่มขึ้นทำให้มีการบริโภคเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ที่มีมากขึ้นในสังคมไทยปัจจุบัน ส่งผลให้ทำให้มีอัตราการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังต่างๆ โดยเฉพาะโรคเบาหวาน ซึ่งโรคดังกล่าวจัดเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นแล้วรักษาไม่หายขาด ทำให้มีค่าใช้จ่ายในการรักษาเพิ่มขึ้น ส่งผลกระทบต่อครอบครัวและระบบเศรษฐกิจของประเทศ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี ปีพ.ศ.2555 มีผู้ป่วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้น คิดเป็นร้อยละ 9.28 (n=862) ปีพ.ศ.2556 มีผู้ป่วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 10.43

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

(n=958) และปีพ.ศ. 255 7 มีผู้ป่วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 10.81 (n=1,151) (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 2สระบุรี,2556)ซึ่งมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับการรักษา ในคลินิกโรคเบาหวาน เพื่อหาแนวทางในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานให้สามารถปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้องและยั่งยืนต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ความเข้าใจ เรื่อง อาหารควบคุมเบาหวาน สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงและผู้ที่เป็โรคเบาหวาน

ขอบเขตการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือเจ้าหน้าที่สถานีอนามัยในเขตจังหวัดสระบุรีจำนวน30 แห่ง โดยคัดเลือกจากสถานีอนามัยที่จัดทำคลินิกDPAC เก็บข้อมูลช่วงระหว่างเดือนมษายน 2558 – กันยายน 2558

กลุ่มเป้าหมาย เจ้าหน้าที่สาธารณสุข

วิธีการดำเนินงาน

1. ศึกษาแนวทางในการจัดทำคู่มือ

1.1 ศึกษาหลักการเขียนคู่มือจากหนังสือ เอกสารงานวิจัย เอกสารทางวิชาการ ปรึกษาผู้ทรงคุณวุฒิด้านโภชนาการ เพื่อให้การเขียนคู่มือเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

1.2 ศึกษาเนื้อหาและความรู้ทางวิชาการนำมาเขียนในคู่มือ

2. ดำเนินการเขียนคู่มือการปฏิบัติงานเรื่อง อาหารควบคุมเบาหวาน เบาหวานสำหรับเจ้าหน้าที่ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน

2.1 ขั้นแรก การประเมินสภาพผู้ป่วยโรคเบาหวาน

วัดสัญญาณชีพ ชักประวัติการเจ็บป่วยปัจจุบัน การเจ็บป่วยในอดีต ส่งพบแพทย์เพื่อประเมินสภาพร่างกาย

2.2 ขั้นที่ 2 เป็นเทคนิคการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยผู้ให้คำบรรยายเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านโภชนาการ ใช้รูปแบบการบรรยาย การอภิปราย ชักถาม ฝึกทักษะ

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน		
2.3 ขั้นตอนกิจกรรม		
องค์ประกอบ	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ กลุ่ม 6 คน (5 นาที)	1.วิทยากรตั้งคำถามให้อภิปราย “กิน อย่างไรถึงจะสุขภาพดีและไม่มี ภาวะแทรกซ้อน” 2.วิทยากรให้ผู้เข้าอบรม จับกลุ่ม 6 คน ระดมความคิดเห็นตามโจทย์และบันทึก ความคิดเห็นใส่กระดาษ บัตรคำ	
ความคิดรวบยอดกลุ่มใหญ่ (45 นาที)	3.วิทยากรรวบรวมความเห็นเทคนิค ตาม โจทย์ที่กำหนดที่ความคิด 4.วิทยากรบรรยาย 4.1 การกินเพื่อสุขภาพ ผลงานที่ เหมาะสมกับเพศและวัย 4.2 กินถูกหลักกับธงโภชนาการ 4.3 อาหารควบคุมเบาหวาน 4.4 การดัดแปลงอาหารสำหรับผู้ป่วย เบาหวาน	ใบความรู้ที่ 1 - ตารางพลังงานที่ควรได้รับ ภายใน 1 วัน ใบความรู้ที่ 2 - ธงโภชนาการ / Model ธงโภชนาการ -คู่มือธงโภชนาการ ใบความรู้ที่ 3 -อาหารควบคุมเบาหวาน ใบความรู้ที่ 4 -อาหารดัดแปลง
อภิปรายรายบุคคล (10 นาที)	5.วิทยากรมอบหมายงานโดยให้ทุกคนจับคู่ และซักประวัติการบริโภคอาหารย้อนหลัง 24 ชม. และกรอกรายการอาหารและ ส่วนประกอบอาหารที่รับประทานลงใน แบบฟอร์มที่แจกให้ 6.คำนวณพลังงานจาก โปรแกรมสำเร็จรูป	- แบบบันทึกอาหารที่บริโภค ประจำวัน

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

การประเมินผล (ผู้สังเกตการณ์ประเมินผลขณะให้การอบรม)

สังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมกิจกรรมกลุ่ม

3. นำโครงร่างคู่มือและแผนการสอนไปตรวจสอบความตรงของเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ แพทย์ 1 ท่าน นักโภชนาการ 2 ท่าน จากนั้นนำมาปรับแก้ไขตามคำแนะนำและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

4. การนำคู่มือไปทดลองใช้

4.1 ส่งคู่มือการปฏิบัติงานเรื่อง อาหาร ควบคุมโรค เบาหวานสำหรับเจ้าหน้าที่ รับประทานอาหาร ให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขไปใช้ในการปฏิบัติงานที่สถานอนามัยในเขตจังหวัดสระบุรีจำนวน 30 แห่ง ทดลองใช้คู่มือและประเมินผลดังนี้

4.2 กระบวนการนำไปใช้ มีปัญหาและอุปสรรคอะไรบ้าง แล้วนำข้อมูลที่ได้มารวบรวมวิเคราะห์ปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้สามารถนำไปใช้ได้จริงในการปฏิบัติงานของหน่วยงาน

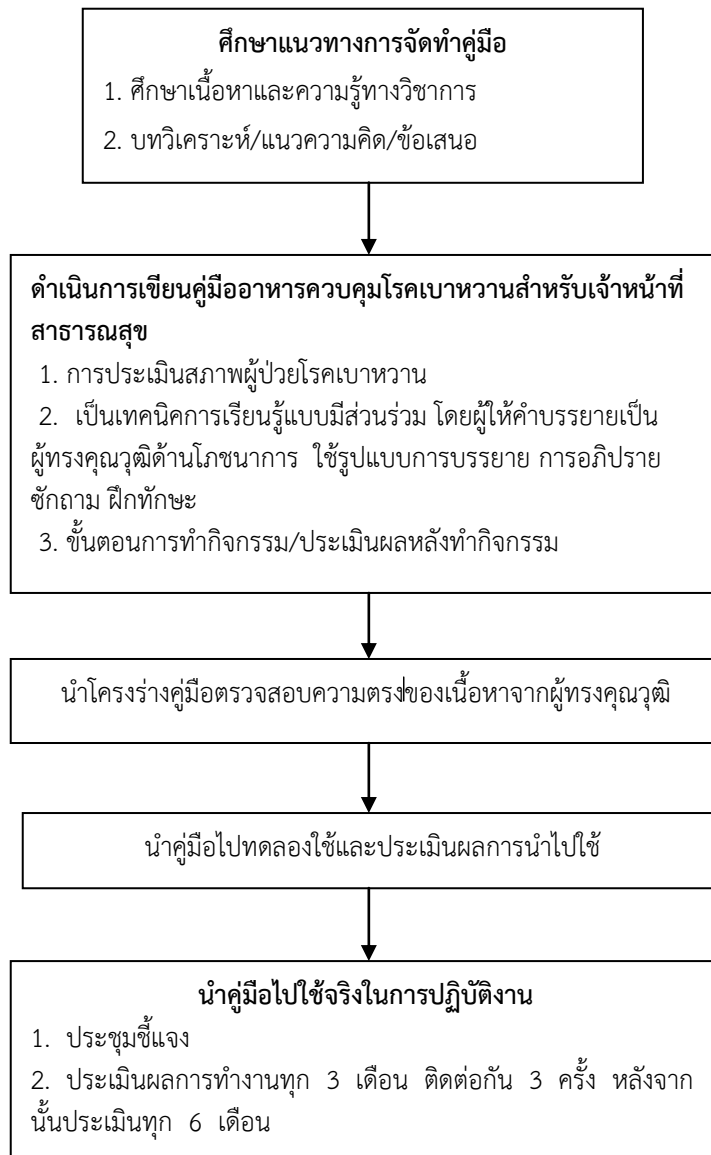
5. การนำคู่มือไปใช้จริงในการปฏิบัติงาน

5.1 ประชุมชี้แจงร่วมกับการให้ความรู้เกี่ยวกับการให้ความรู้เรื่องอาหารควบคุมโรคเบาหวาน แก่พยาบาลและผู้เกี่ยวข้องรวมถึงการทำความเข้าใจเกี่ยวกับขั้นตอนการใช้คู่มือและแบบประเมินต่างๆ เพื่อความเข้าใจที่ตรงกันก่อนการนำคู่มือไปใช้

5.2 ประเมินผลการทำงานทุก 3 เดือนติดต่อกัน 3 ครั้ง หลังจากนั้นประเมินทุก 6 เดือนเพื่อนำผลที่ได้มาปรับปรุงให้เหมาะสมกับบริบทและสิ่งแวดล้อมของการปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง และมีการปรับปรุงตามความรู้ใหม่จากงานวิจัยทุก 2 ปี

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

แผนภูมิการจัดทำคู่มือการปฏิบัติงาน เรื่อง อาหารควบคุมโรคเบาหวานสำหรับเจ้าหน้าทีสาธารณสุข



ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

3.3 ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ด้านผู้บริหาร ผู้บริหารสามารถนำไปใช้ในการประเมินผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่รวมถึงการนิเทศงานในหน่วยงาน
2. ด้านผู้ปฏิบัติงาน มีแนวทางในการปฏิบัติงานและสามารถปฏิบัติงานได้อย่างถูกต้องมีประสิทธิภาพรวดเร็ว
3. ด้านผู้รับบริการ ผู้รับบริการได้รับการบริการที่มีมาตรฐานและเกิดความพึงพอใจต่อการบริการที่ได้รับ

3.4 ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. ร้อยละ 85 ของผู้ป่วยและญาติมีความพึงพอใจในการบริการที่ได้รับ
2. ร้อยละ 85 ของพยาบาลและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมีความพึงพอใจในการนำคู่มือการปฏิบัติงานเรื่อง อาหารควบคุมโรคเบาหวานสำหรับเจ้าหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

รับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นเป็นความจริงทุกประการ

ลงชื่อ.....

(นางนันทิตา วงษ์สุวรรณ)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้เสนอแนวคิด

วันที่

ตอนที่ 4 การรับรองผลงาน

4. คำรับรองของผู้บังคับบัญชา(ผู้บังคับบัญชาที่ควบคุมการดูแลการปฏิบัติงาน)

4.1 ผู้บังคับบัญชาในระดับหัวหน้าฝ่าย/กลุ่มงาน

- ได้ตรวจสอบผลงานดังกล่าวข้างต้นแล้ว เห็นว่าถูกต้องตรงตามความเป็นจริงทุกประการ
 ความเห็นอื่น ๆ (ถ้ามี).....
- ได้ตรวจสอบผลงานดังกล่าวข้างต้นแล้ว เห็นว่าไม่ถูกต้อง
 เนื่องจาก.....

(ลงชื่อ).....

(นางสินีนานา กุศลจรรยา)
 นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านสาธารณสุข)
 วันที่

4.2 ผู้บังคับบัญชาเหนือไป 1 ระดับ (ผู้อำนวยการสำนัก/กอง/ศูนย์)

- ได้ตรวจสอบผลงานดังกล่าวข้างต้นแล้ว เห็นว่าถูกต้องตรงตามความเป็นจริงทุกประการ
 ความเห็นอื่น ๆ (ถ้ามี).....
- ได้ตรวจสอบผลงานดังกล่าวข้างต้นแล้ว เห็นว่าไม่ถูกต้อง
 เนื่องจาก.....

(ลงชื่อ).....

(นายอมร แก้วใส)
 ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี
 วันที่

ตอนที่ 4 การรับรองผลงาน

5. คำรับรองของหัวหน้าส่วนราชการ (อธิบดี)

- พิจารณาแล้ว เห็นควรอนุมัติให้ผ่านการคัดเลือก
- พิจารณาแล้ว ไม่เห็นควรอนุมัติให้ผ่านการคัดเลือก

เนื่องจาก.....

(ลงชื่อ).....

(.....)

ตำแหน่ง

วันที่/...../.....

เกณฑ์การตัดสินการคัดเลือกบุคคล

แบบการให้คะแนนคัดเลือกบุคคล

ชื่อผู้รับการคัดเลือก นางนันทิตา วงษ์สุวรรณ

เพื่อขออนุมัติเงินประจำตำแหน่ง

ลำดับที่	องค์ประกอบ	คะแนนเต็ม	คะแนนที่ได้รับ	หมายเหตุ
1	คุณสมบัติของบุคคล (ระดับ เงินเดือน อายุราชการ อายุตัว ฯลฯ)	20		
2	คุณลักษณะของบุคคล(สมรรถนะของกรมอนามัย/ หน่วยงาน/ตำแหน่ง)	30		
3	ผลงาน 3.1 ผลงานย้อนหลัง 3 ปี 3.2 ผลงานที่เป็นผลงานการดำเนินงานที่ผ่านมา 3.3 ข้อเสนอแนวคิด/วิธีการเพื่อพัฒนางานหรือ ปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น	50		
	รวม	100		

สรุปผลการประเมิน () ผ่าน () ไม่ผ่าน

ความเห็นเพิ่มเติม (ถ้ามี).....

.....

(ลงชื่อ).....ผู้ประเมินและให้คะแนน

(นายอมร แก้วใส)

ตำแหน่งผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี

วันที่

หมายเหตุ 1. แต่ละข้อต้องได้คะแนนไม่ต่ำกว่าร้อยละ 60

2. คะแนนรวมต้องเป็นไปตามเกณฑ์ ดังต่อไปนี้

2.1 ผู้มีประสบการณ์ ระดับ 6 ต้องได้คะแนนรวมร้อยละ 60 ขึ้นไป

2.2 ผู้มีประสบการณ์ ระดับ 7 ต้องได้คะแนนรวมร้อยละ 65 ขึ้นไป

2.3 ผู้มีประสบการณ์ ระดับ 8 ต้องได้คะแนนรวมร้อยละ 70 ขึ้นไป

