

โครงการขอรับเงินอุดหนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลคอนสัก

ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔

๑. ชื่อโครงการ : โครงการส่งเสริมการดูแลสุขภาพประชาชนในกลุ่มผู้สูงอายุ โรงพยาบาลคอนสัก
ปีงบประมาณ ๒๕๖๔

๒. หลักการและเหตุผล :

การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายในผู้สูงอายุจะพบได้เร็วช้าแล้วแต่การดูแลสุขภาพของแต่ละบุคคล ลักษณะต่างๆ ที่พบได้บ่อย เช่น ผิวหนังย่น สายตาเปลี่ยน การเคลื่อนไหวช้าลง มวลกระดูกลดลง กระดูกหักง่าย สูญเสียความต้องการทางเพศ การเคี้ยวและการกลืนอาหารลำบาก อาหารไม่ย่อย ท้องอืดท้องผูก ปวดและหัวใจทำงานน้อยลง ผู้สูงอายุจะเหนื่อยง่ายและที่สำคัญคือ ปัญหาความจำและภาวะหลงลืมจะเกิดขึ้นซึ่งปัญหาต่างๆ เหล่านี้สามารถบรรเทาและแก้ไขได้ หากได้รับการดูแลสุขภาพตั้งแต่เริ่มแรกเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจยังเป็นสิ่งสำคัญที่เกิดกับผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุจะเกิดการเจ็บป่วย ทุพพลภาพและต้องพึ่งพาผู้อื่น การหยู่คนงาน การสูญเสียบทบาทในครอบครัวหรือการสูญเสียอำนาจ รวมทั้งการไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลง และไม่ได้เตรียมตัวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุจะทำให้ผู้สูงอายุมีปัญหาเครียดซึมเศร้า จึงทำให้ผู้สูงอายุเกิดอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ซึมเศร้า หดหู่ โกรธง่าย เนื่องจากปัญหาต่างๆ เหล่านี้เป็นเรื่องของความเสื่อมของร่างกายซึ่งจะเกิดตามอายุที่เพิ่มขึ้น แต่การดูแลสุขภาพที่ดีจะสามารถทำให้การเข้าสู่วัยสูงอายุได้อย่างมีคุณภาพมากขึ้น

การนำสมุนไพรมาใช้ในการบำบัดรักษาความเจ็บป่วยมีมาแต่โบราณกาลซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ผู้คนในสมัยก่อนสามารถดำรงอยู่ได้ แม้จะไม่มียาแผนปัจจุบันใช้เลยก็ตาม ความรู้ในการใช้สมุนไพรได้สั่งสมต่อเนื่องกันมาช้านานในลักษณะของภูมิปัญญาไทยและภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งมีความแตกต่างกันไปบ้างในแต่ละภูมิภาค จนกระทั่งมาถึงช่วงที่มีการนำแพทย์แบบตะวันตกเข้ามาใช้เมื่อประมาณร่วมร้อยปีมาแล้ว ภูมิปัญญาด้านสมุนไพรของไทยก็ได้ถูกละเลยและถูกกลืนโดยการแพทย์แบบตะวันตกหรือที่เรียกกันว่า การแพทย์แผนปัจจุบันจนทำให้ถูกมองว่า การใช้ยาสมุนไพรเป็นเรื่องไม่ทันสมัยซึ่งเป็นที่น่าเสียดายว่าทำให้ความรู้ในส่วนนี้หยุดการพัฒนาไปเป็นเวลานาน

ดังนั้น กลุ่มงานแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลคอนสัก จึงเห็นความสำคัญในการดูแลปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ถูกต้องตามเกณฑ์ โดยกรรมวิธีการแพทย์แผนไทยอย่างง่าย จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมการดูแลสุขภาพประชาชนในกลุ่มผู้สูงอายุ ด้วยหลักการแพทย์แผนไทยโรงพยาบาลคอนสัก ปีงบประมาณ ๒๕๖๔ ขึ้น เพื่อเป็นเวทีให้ความรู้เบื้องต้น และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการลดอาการปวดเข่าด้วยหลักการแพทย์แผนไทยและยาสมุนไพร การใช้พืชสมุนไพร ในการดูแลตนเองและบุคคลในครอบครัว ตลอดจนการแปรรูปสมุนไพรเป็นผลิตภัณฑ์อย่างง่ายเพื่อใช้ส่งเสริมการเลืกบุหรีเอง ทั้งนี้เพื่อจะได้เป็นการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่ด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิตใจของตนเองทำให้อยู่ร่วมในสังคมได้อย่างสุขกาย สบายใจต่อไป

๓. วัตถุประสงค์ :

๓.๑ เพื่อให้ผู้สูงอายุและประชาชนที่สนใจทั่วไปที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ในการเลือกใช้สมุนไพรเพื่อลดอาการปวดเข้าในการดูแลสุขภาพตนเองและคนในครอบครัวเบื้องต้นได้

๓.๒ เพื่อให้ผู้สูงอายุและประชาชนที่สนใจทั่วไปที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ในการแปรรูปสมุนไพรให้ใช้เพื่อลดอาการปวดเข้า

๔. กลุ่มเป้าหมาย : ผู้สูงอายุ ประชาชนทั่วไป (ทั้งที่เป็นผู้ที่มีอาการปวดเข้าและไม่ได้ปวดเข้า) ที่มีความสนใจในเขตพื้นที่ อบต. ดอนสัก จำนวน ๑๕๐ คน/๕ หมู่บ้าน คือ

๑. หมู่ที่ ๑ บ้านนาตาดี รวม ๓๐ คน
๒. หมู่ที่ ๒ บ้านคอนหาร รวม ๓๐ คน
๓. หมู่ที่ ๔ บ้านห้วย รวม ๓๐ คน
๔. หมู่ที่ ๔ บ้านห้วยเสียด รวม ๓๐ คน
๕. หมู่ที่ ๑๒ บ้านเขาแค รวม ๓๐ คน

๕. วิธีดำเนินงาน :

๕.๑ ประชาสัมพันธ์โครงการ เปิดรับสมัคร ผู้สูงอายุ และประชาชนทั่วไป (ทั้งที่เป็นผู้ที่มีอาการปวดเข้าและไม่ได้ปวดเข้า) ที่มีความสนใจในเขตพื้นที่ อบต.ดอนสักจำนวน ๕ หมู่บ้าน หมู่บ้านละ ๓๐ คน รวม ๑๕๐ คน

๕.๒ จัดกิจกรรมแบ่งเป็นภาคเช้าและภาคบ่าย (วันละ ๑ หมู่บ้าน ผู้เข้าร่วมอบรม ๓๐ คน) โดยมีกิจกรรมต่างๆ ดังนี้

กิจกรรมที่ ๑

- กิจกรรมคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อมของผู้เข้าร่วมโครงการ
- อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับโรคและอาการที่โรคข้อเข่าเสื่อมและหลักการเบื้องต้นในการดูแลสุขภาพเข่าด้วย

กรรมวิธีแพทย์แผนไทย

กิจกรรมที่ ๒

- กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้เกี่ยวกับหลักการเบื้องต้นในการแปรรูปสมุนไพร พร้อมสาธิตและฝึกปฏิบัติการแปรรูปสมุนไพรอย่างง่าย ได้แก่ แผ่นแปะเข่าสมุนไพร และสปรอยสมุนไพร
- กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้ในขนาดตนเอง และการออกกำลังกายลดอาการปวดเข่าพร้อมสาธิตและฝึกปฏิบัติการ

๖. ระยะเวลาในการดำเนินงาน :

เดือนพฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ - กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔

๗. สถานที่จัดกิจกรรม :

๑. หมู่ที่ ๑ บ้านนาตาดี รวม ๓๐ คน
๒. หมู่ที่ ๒ บ้านดอนหาร รวม ๓๐ คน
๓. หมู่ที่ ๔ บ้านห้วย รวม ๓๐ คน
๔. หมู่ที่ ๕ บ้านห้วยเสียด รวม ๓๐ คน
๕. หมู่ที่ ๑๒ บ้านเขาแค รวม ๓๐ คน

๘. งบประมาณ :

งบประมาณที่ใช้ในการดำเนินการตามกิจกรรม ได้รับจากงบกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลดอนสัก เป็นเงิน ๕๒,๘๐๐ บาท (ห้าหมื่นสองพันแปดร้อยบาทถ้วน) มีรายละเอียด ดังนี้

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มผู้เข้าร่วมโครงการ และเจ้าหน้าที่จำนวน ๑๖๒ คนๆ ละ ๒ มื้อๆ ละ ๒๕ บาท
เป็นเงิน ๘,๑๐๐ บาท
- ค่าอาหารกลางวันและเครื่องดื่มผู้เข้าร่วมโครงการ และเจ้าหน้าที่จำนวน ๑๖๒ คนๆ ละ ๑ มื้อๆ ละ ๗๕ บาท
เป็นเงิน ๑๒,๑๕๐ บาท
- ค่าอุปกรณ์และวัสดุสำหรับทำยาพอกเข้าสมุนไพร
 - สมุนไพรสำหรับสาธิตการพอกเข้า จำนวน ๕ ชุดๆ ละ ๙๕๐ บาท เป็นเงิน ๔,๗๕๐ บาท
- ค่าอุปกรณ์และวัสดุสำหรับทำสเปรย์สมุนไพร
 - น้ำมันโพลีสกัด จำนวน ๕ ลิตรๆ ละ ๗๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๕๐๐ บาท
 - เอทิลแอลกอฮอล์ ๙๕% จำนวน ๑๐ ลิตรๆ ละ ๑๒๐ บาท เป็นเงิน ๑,๒๐๐ บาท
 - บรรจุภัณฑ์และฉลากกำกับ จำนวน ๑๕๐ ชุดๆ ละ ๒๒ บาท เป็นเงิน ๓,๓๐๐ บาท
- ค่าวัสดุอุปกรณ์ในการดำเนินโครงการ
 - กระดาษมันสแตนเลสสำหรับผสมสาร จำนวน ๘ ใบๆ ละ ๗๕ บาท เป็นเงิน ๖๐๐ บาท
 - ค่าตอบแทนวิทยากรในโครงการ จำนวน ๔ วันๆ ละ ๔ ชั่วโมงๆ ละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๙,๖๐๐ บาท
 - ค่าจัดทำคู่มือประกอบโครงการ จำนวน ๑๕๐ เล่มๆ ละ ๖๔ บาท เป็นเงิน ๙,๖๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๕๒,๘๐๐ บาท (ห้าหมื่นสองพันแปดร้อยบาทถ้วน)

หมายเหตุ***ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้ เบิกจ่ายตามความเป็นจริง

๙. ขึ้นประเมินผล :

๑. ประเมินความรู้โดยใช้แบบทดสอบวัดความรู้ก่อน - หลังเข้าร่วมโครงการที่ผู้จัดทำโครงการออกแบบขึ้น โดยผู้เข้าอบรมมีความรู้หลังการอบรมอยู่ในระดับดี อย่างน้อยร้อยละ ๗๐
๒. ประเมินทักษะในการแปรรูปสมุนไพรโดยการสังเกต ผู้เข้าอบรมมีทักษะอยู่ในระดับดี อย่างน้อยร้อยละ ๘๐

๓. ประเมินทักษะในการนวดตนเอง และการออกกำลังกายโดยการสังเกต ผู้เข้าร่วมอบรมมีทักษะอยู่ในระดับดี อย่างน้อยร้อยละ ๘๐

๔. ประเมินระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ ร้อยละ ๘๐

๑๐. ผู้รับผิดชอบโครงการ

กลุ่มงานการแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลดอนสัก

๑๑. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑๑.๒ ผู้สูงอายุและประชาชนที่เข้าร่วมอบรมมีความรู้ความสามารถในการเลือกใช้สมุนไพรลดอาการปวดเข่าในการดูแลสุขภาพตนเองและคนในครอบครัวเบื้องต้นได้

๑๑.๒ ผู้สูงอายุและประชาชนที่เข้าร่วมอบรมมีความรู้ในการแปรรูปสมุนไพรไว้ใช้เพื่อลดอาการปวดเข่า

๑๑.๓ ผู้สูงอายุและประชาชนที่เข้าร่วมอบรมมีความรู้ในการนวดตนเอง และการออกกำลังกายเพื่อป้องกัน และลดอาการปวดเข่าไว้ใช้ดูแลสุขภาพตนเองและคนในครอบครัว

๑๒. โครงการนี้ ผ่านมติที่ประชุมของคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลดอนสัก เมื่อวันที่ ๖ เดือนพฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๖๓

(ลงชื่อ).....นันทนา ไชยเดช.....ผู้เขียนโครงการ (ลงชื่อ).....เจริญขวัญ ชุมคง.....ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวณัฐวรรณ ไชยเดช) (นางเจริญขวัญ ชุมคง)
แพทย์แผนไทยปฏิบัติการ แพทย์แผนไทยปฏิบัติการ

(ลงชื่อ).....[ลายเซ็น].....ที่ปรึกษาโครงการ (ลงชื่อ).....[ลายเซ็น].....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายพิรภิจ วงศ์วิชิต) (นางเจริญขวัญ ชุมคง)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลดอนสัก (นางเจริญขวัญ ชุมคง)
เลขาธิการมูลนิธิประกันสุขภาพ อบต.ดอนสัก

(ลงชื่อ).....[ลายเซ็น].....ผู้อนุมัติโครงการ
(นายศักดิ์สินธุ์ ชันแข็ง)

ประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลดอนสัก