

การดำเนินงาน BPSC

โรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวิทยาลัยราชภัฏ
จังหวัดอุบลราชธานี



ผู้บริหารงานปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ



นพ.สุเมธ นียกิจ



รองผู้อำนวยการด้านการแพทย์



นพ.ณรงค์ชัย สังชา



ผู้อำนวยการ

โรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวิชราลงกรณ



พญ.ศิริลักษณ์ นียกิจ



หัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านบริการปฐมภูมิ

โรงพยาบาลสมรรถนะสูง ทันสมัย ได้มาตรฐานทางการแพทย์
ในการอุปถัมภ์ และบริการประชาชนด้วยพลังเครือข่ายที่เข้มแข็ง

การดำเนินงาน BPSC เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

โดย : นางสุภาวดี ศรีโท นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
โรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์



วัตถุประสงค์

1.

นำนวัตกรรม BPSC มาใช้ในโรงพยาบาลและในสถานบริการปฐมภูมิในเครือข่ายสุขภาพ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้รับบริการส่งผลให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น และมีผลลัพธ์สุขภาพที่ดีขึ้น

2.

เพื่อเพิ่มสมรรถนะของบุคลากรในโรงพยาบาลและเครือข่ายมีความสุขในการทำงาน และมีผลลัพธ์การทำงานที่ดีขึ้น

ก่อนเข้าร่วมโครงการ BPSC การให้สุขศึกษา เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

ให้สุขศึกษาในคลินิก
DPAC/LM



โครงการ
ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
ใน NCDS



โรงเรียนเบาหวานในชุมชน



อบรมเบาหวานระยะสงบ



การให้สุขศึกษาในคลินิก
NCD



ปัญหาที่พบ

ผู้มารับบริการ :

- *การสำรวจพฤติกรรมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวาน
 - ยังควบคุมภาวะน้ำตาลในเลือดในค่าปกติได้น้อย
 - มีภาวะแทรกซ้อนของโรคเกิดขึ้นเร็ว
- *จำนวนผู้มารับบริการที่คลินิกDPACเพิ่มมากขึ้น และมีอายุน้อยลงทุกปี
- *การสำรวจภาวะสุขภาพประชาชนที่มาบริการมีภาวะความเครียดจากโรคที่เป็น
- *ประชาชนที่มารับบริการมีค่าBMIเกินมาตรฐานต้องการดูแลสุขภาพ

ด้านบุคลากร :

- *ความพึงพอใจด้านการบริการ
- *ความเครียด ภาระงานที่เพิ่มมากขึ้น
- *ขอร้องเรียนด้านพฤติกรรมบริการ

โครงการศูนย์จัดการความรู้การดูแลพฤติกรรมและจิตสังคม ในระบบสาธารณสุข

นวัตกรรม 2 M

MOTIVATION

- การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม BA
- ให้คำปรึกษา BI

MINDFULNESS

- ทักษะในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม MBBI
- บำบัด MBTC

โครงการศูนย์จัดการความรู้การดูแลพฤติกรรมและจิตสังคม ในระบบสาธารณสุข

เครื่องมือสำคัญใน
BPSC

MIO

การสนทนาเพื่อสร้างแรงจูงใจ
MOTIVATION INTERVIEWING : MI

BA

BI

.BA : Brief Advice .BI : Brief Intervention

การใช้สติเพื่อบำบัด
MINDFULNESS BASED INTERVENTION : MBI

MBBI

MBTC

.MBBI : Mindfulness
Based Brief
Intervention

.MBTC : Mindfulness
Based Therapy
and Counseling

เจ้าหน้าที่เข้ารับการอบรม(13คน)

- ✓ **นางสุภาวดี ศรีโท** : นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ หัวหน้ากลุ่มงานสุขศึกษา SW.๕๐ WSS๕๕๕
- ◆ **นางชนาธิป ศรีสุระ** : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ศูนย์คุณภาพ SW. ๕๐ WSS๕๕๕
- ◆ **นางเอี้ยง ตระกูลจันทร์** : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ หัวหน้ากลุ่มงานผู้ป่วยนอก SW. ๕๐ WSS๕๕๕
- ◆ **นางสาวสุชาร์ตน์ ธิการ** : นักกายภาพบำบัดชำนาญการ SW. ๕๐ WSS๕๕๕

- ✓ **นางสาวเพียรพันธุ์ ตั้งวงศ์ชัย** : NCD พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ
- ◆ **นางสาวรุ่งลาวัลย์ รินชาลี** : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ OPD NCD SW. ๕๐ WSS๕๕๕
- ◆ **นางธัญลักษณ์ ภาณี** : หัวหน้ากลุ่มงานโภชนศาสตร์ SW. ๕๐ WSS๕๕๕

- ✓ **นางสาวสุพัตรา ช่างษ์** : นักสาธารณสุขชำนาญการ กลุ่มงานสุขศึกษา SW. ๕๐ WSS๕๕๕
- ◆ **นายสนรยา แก้วภูมิแห่** : นักวิชาการสาธารณสุข กลุ่มงานสุขศึกษา SW. ๕๐ WSS๕๕๕
- ✓ **นางวิมานแมน โฟ่รบัณฑิตกุล** : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ CKD
- ◆ **นางศศิภววรรณ นาสมวา** : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ CKD SW. ๕๐ WSS๕๕๕
- ✓ **นางสาวอมรรรัตน์ ผ่องใส** : กลุ่มงานเทคนิคการแพทย์ กำกับผลตรวจทางห้องปฏิบัติการ SW. ๕๐ WSS๕๕๕
- ✓ **นางศิริลักษณ์ หาดยเชิงชัย** : ผู้ประสาน นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

การอบรม BPSC SW.๕๐พรรษาฯ ร่วมกับ SW.มุกดาหาร



● นายแพทย์กิตติศักดิ์ ฐานวิเศษ
ผู้อำนวยการโรงพยาบาล



● ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10
อาจารย์พี่เลี้ยง



● นางสาวสุภาพร ประดับสมุทร
อาจารย์พี่เลี้ยง



● รับความรู้



● ฝึกปฏิบัติ



● ผู้เข้าอบรมทั้ง 2 sw.

TOT

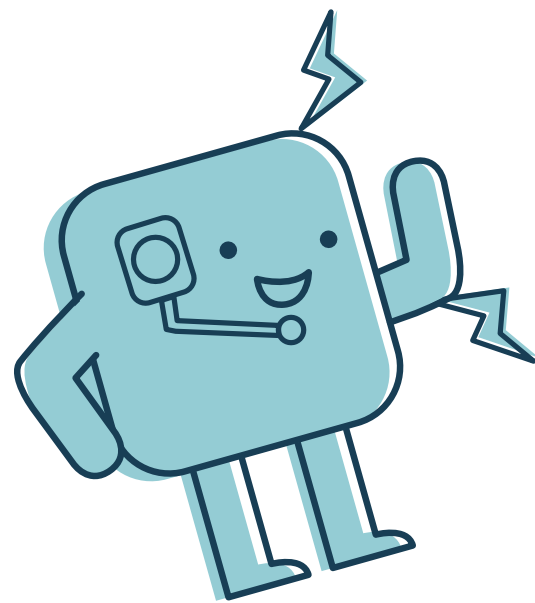


SW. ๕๐ พรรษาฯ 13 คน



SW. มุกดาหาร 5 คน

ปัญหาที่พบ ก่อนตั้ง Core Team



ไม่มีหน่วยงานรับผิดชอบ
BPSC ในโรงพยาบาล

ภาระงาน

การดำเนินการจากกลุ่มเล็กๆ

ประชุมครั้งแรก



① เป้าหมาย
BMI $\geq$ 25 ขึ้นไป/สมัครใจ

② เป้าหมาย
ผู้ป่วยโรคเรื้อรังไม่สามารถ
ควบคุมได้/มีภาวะแทรกซ้อน

③ เป้าหมาย
ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
รายใหม่(6เดือน)

เริ่ม TOT 5 กลุ่มงาน



ทีม

1.สุขศึกษา

นางสุภาวดี ศรีโท

นางสาวสุพัตรา ช่างษ์

นายสนธยา แก้วภูมิแห่

2.กายภาพ

นางสาวสุชารัตน์ ธิการ

3.พยาบาลวิชาชีพWOPD

นางเอี้ยง ตระการจันทร์

4.โภชนศาสตร์

นางธัญญาลักษณ์ ภาชี

5.แพทย์แผนไทย

นางสาวธิดานันท์ มีธรรม

กิจกรรมที่ดำเนินการ

BA

- 1.กลุ่มงานเวชศาสตร์ฟื้นฟู(กายภาพ)
- 2.กลุ่มงานผู้ป่วยนอกทั่วไป(OPD GP)
- 3.กลุ่มงานผู้ป่วยนอกเฉพาะทาง(OPD NCDs)
- 4.โภชนศาสตร์
- 5.แพทย์แผนไทย

BI

สุขศึกษา
จนท.3คน

MBBI

สุขศึกษาเป็นหลัก ร่วมกับ
TOT ทั้ง 4 คน
ทุกวันพุธแรก/พุธสุดท้ายเดือน

50 SMART
คลินิก DPAC/BPSC

HN 111495

ชื่อสกุล น.ส. อรุณรัตน์ น.จ. 12

เบอร์โทร 086-260 9008

การวินิจฉัย OA knee BMJ 31

วันนัด 14/9/66 - พักอยู่บ้านพัก

หน่วยงาน/จนท.ที่ส่ง กทม. กทม. 1

ทำหน้า (BA) focus การดูแลรักษา

50 SMART
คลินิก DPAC/BPSC

HN น.ส. อรุณรัตน์ น.จ. 12

ชื่อสกุล น.ส. อรุณรัตน์ น.จ. 12

เบอร์โทร 061-91281

การวินิจฉัย

วันนัด

หน่วยงาน/จนท.ที่ส่ง กทม. กทม. 1

ทำหน้า (BA) focus การดูแลรักษา

1. ค่า BMI ≥ 25 ขึ้นไป

2. ค่าความดันโลหิต $\geq 140/90$ mmHg

3. ค่าน้ำตาลในกระแสเลือด ≥ 100 mg/dL

4. มีอาการปวดเข่าเดินลำบาก

5. น้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน

6. สมรรถภาพลดลง

การวินิจฉัยโรค

ชื่อ น.ส. อรุณรัตน์ น.จ. 12

เบอร์โทร 086-260 9008

การวินิจฉัย OA knee BMJ 31

วันนัด 14/9/66 - พักอยู่บ้านพัก

หน่วยงาน/จนท.ที่ส่ง กทม. กทม. 1

ทำหน้า (BA) focus การดูแลรักษา

การวินิจฉัยโรค

ชื่อ น.ส. อรุณรัตน์ น.จ. 12

เบอร์โทร 086-260 9008

การวินิจฉัย OA knee BMJ 31

วันนัด 14/9/66 - พักอยู่บ้านพัก

หน่วยงาน/จนท.ที่ส่ง กทม. กทม. 1

ทำหน้า (BA) focus การดูแลรักษา

การวินิจฉัยโรค

ชื่อ น.ส. อรุณรัตน์ น.จ. 12

เบอร์โทร 086-260 9008

การวินิจฉัย OA knee BMJ 31

วันนัด 14/9/66 - พักอยู่บ้านพัก

หน่วยงาน/จนท.ที่ส่ง กทม. กทม. 1

ทำหน้า (BA) focus การดูแลรักษา

เยี่ยมเสริมพลังครั้งที่ 1 จากอาจารย์พี่เลี้ยง



แพทย์หญิงศิริลักษณ์ นิยกิจ
หัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านบริการปฐมภูมิ



นางสาวสุภาพร ประดับสมุทร
อาจารย์พี่เลี้ยง



นางสาววดี ศรีโท
ผู้นำเสนอ

เยี่ยมเสริมพลังครั้งที่ 1 จากอาจารย์พี่เลี้ยง

แลกเปลี่ยนเรียนรู้รับคำแนะนำจากอ.พี่เลี้ยง

นำเสนองานร่วมกับรพ.มุกดาหาร



คำสั่ง



คำสั่งโรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ จังหวัดอุบลราชธานี
ที่ ๒๕๑/๒๕๖๖

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานจัดการความรู้การดูแลพฤติกรรมและจิตสังคมในระบบสาธารณสุข
โรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ

เพื่อให้การดำเนินงานจัดการความรู้การดูแลพฤติกรรมและจิตสังคมในระบบสาธารณสุข (BPSC) โรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ เป็นไปด้วยความเรียบร้อย เหมาะสม มีประสิทธิภาพ เกิดประโยชน์ต่อผู้มารับบริการในโรงพยาบาล จึงแต่งตั้งบุคคลที่มีรายชื่อและตำแหน่งดังต่อไปนี้เป็นคณะกรรมการดำเนินงานจัดการความรู้การดูแลพฤติกรรมและจิตสังคมในระบบสาธารณสุข (BPSC) โรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ

๑. นายสุเมธ นิกิจ	รองผู้อำนวยการฝ่ายการแพทย์	ประธานกรรมการ
๒. นางศิริลักษณ์ นิกิจ	หัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านการปฐมภูมิ	รองประธาน
๓. นายสุวิวัฒน์ โคตะสิน	นายแพทย์ชำนาญการ	กรรมการ
๔. นายนิธิพัฒน์ สันตสุขย์	นายแพทย์ชำนาญการ	กรรมการ
๕. นางปานใจ สันตสุขย์	นายแพทย์ชำนาญการ (จิตแพทย์)	กรรมการ
๖. นางปิยธิดา ปทุมแพท	เภสัชกรชำนาญการ	กรรมการ
๗. นางสาวเพียรพริ้ง ตั้งงะไชย	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๘. นางรุ่งรัตน์ สายทอง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	กรรมการ
๙. นางประภาพรพรหม พนาลาภ	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	กรรมการ
๑๐. นางเอื้อง ตระกลจันทร์	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	กรรมการ
๑๑. นางสาวสุชาณี วงสภมร	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	กรรมการ
๑๒. นางศศิภาวรรณ นามมว	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	กรรมการ
๑๓. นางรัชดาวรรณ สุตสี	เภสัชกรชำนาญการ	กรรมการ
๑๔. นางชนาธิป ศรีสุระ	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	กรรมการ
๑๕. นางสาวรุ่งกานต์ รัตนชาติ	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	กรรมการ
๑๖. นางสาวอมรรัตน์ ผ่องใส	นักเทคนิคการแพทย์ชำนาญการ	กรรมการ
๑๗. นางสาวศิริลักษณ์ หาญแจ้งชัย	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	กรรมการ
๑๘. นางสาวสุพิตรา ชวรงค์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	กรรมการ
๑๙. นายทศพล ตาสว่าง	นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ	กรรมการ
๒๐. นางสาวอริดาจันทร์ มีธรรม	เจ้าหน้าที่งานสาธารณสุขชำนาญาน	กรรมการ
๒๑. นางอุบลกษณ์ ภาชี	นักโภชนาการชำนาญการ	กรรมการ

.../๒๒.นางสาวสุชาวัฒน์

คำสั่ง

๒๒. นางสาวสุชาวัฒน์ นิกิจ

๒๓. นายสนธยา แก้วภูมื่น

๒๔. นางอุบลกษณ์ ภาชี

นักกายภาพบำบัดชำนาญการ

พนักงานบริการ

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

กรรมการ

กรรมการ

กรรมการและเลขาฯ

ให้คณะกรรมการที่ได้รับแต่งตั้ง ปฏิบัติหน้าที่ ดังนี้

- กำหนดนโยบาย และวางแผนการขับเคลื่อนองค์กร
- วางระบบการดำเนินงานที่ครอบคลุมทั้งการดำเนินงานและการวิจัย
- ดำเนินงานตามระบบที่วางไว้ในกาดูแลและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพกลุ่มเสี่ยง/กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีบริการในโรงพยาบาล
- ประสานงานและควบคุมในองค์กรในการดำเนินงาน
- ทบทวน กำกับ ติดตาม และประเมินผลการดำเนินงาน

ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ ๒๙ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๖

(นายกิตติศักดิ์ ฐานวิเศษ)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ

นโยบาย



ประกาศนโยบาย

เรื่อง การดำเนินงานการจัดการความรู้การดูแลพฤติกรรมและจิตสังคมในระบบสาธารณสุข
โรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ

จากสถานการณ์ผู้ป่วยที่มีมารับบริการในคลินิกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ ในปี ๒๕๖๖ ทุกสิทธิการรักษา มีจำนวน ๙๓,๔๘๑ ราย (ข้อมูล ณ ๑๘ กันยายน ๒๕๖๖) ในผู้ป่วยจำนวนนี้พบว่า จำนวนเป็นผู้ป่วยนอกทั่วไป จำนวน ๗๖,๖๓๗ ราย คิดเป็นร้อยละ ๘๓.๙๙ จำนวนเป็นผู้ป่วยนอกเฉพาะทาง จำนวน ๑๖,๘๔๔ ราย คิดเป็นร้อยละ ๑๘.๐๒ จากการวิเคราะห์ข้อมูลทางสุขภาพเชิงคุณภาพตามขนาดและความรุนแรงของโรค ปัญหาสำคัญของผู้ป่วยนอก คือ ผู้ป่วยนอกเฉพาะทาง มีการไม่สามารถควบคุมระดับการเจ็บป่วยได้ นำไปสู่การมีภาวะแทรกซ้อนและมีโรคร่วม ตลอดจนส่งผลให้ผู้ป่วยเสียชีวิต อีกทั้งยังมีผู้รับบริการที่เป็นกลุ่มเสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน รายใหม่ในทุกปี ดังนั้น ผู้รับบริการในคลินิกผู้ป่วยนอกและอื่นๆ ควรได้รับความรอบรู้ทางสุขภาพเพื่อเป็นการป้องกันโรค หากป่วยแล้วไม่มีโรคแทรกซ้อน สามารถจัดการปัญหาสุขภาพและดูแลตัวเองได้ เพื่อให้การดำเนินงานจัดการความรู้การดูแลพฤติกรรมและจิตสังคมในระบบสาธารณสุขโรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ บรรลุตามวัตถุประสงค์ จึงประกาศนโยบายการดำเนินงานจัดการความรู้การดูแลพฤติกรรมและจิตสังคมในระบบสาธารณสุขโรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ ดังนี้

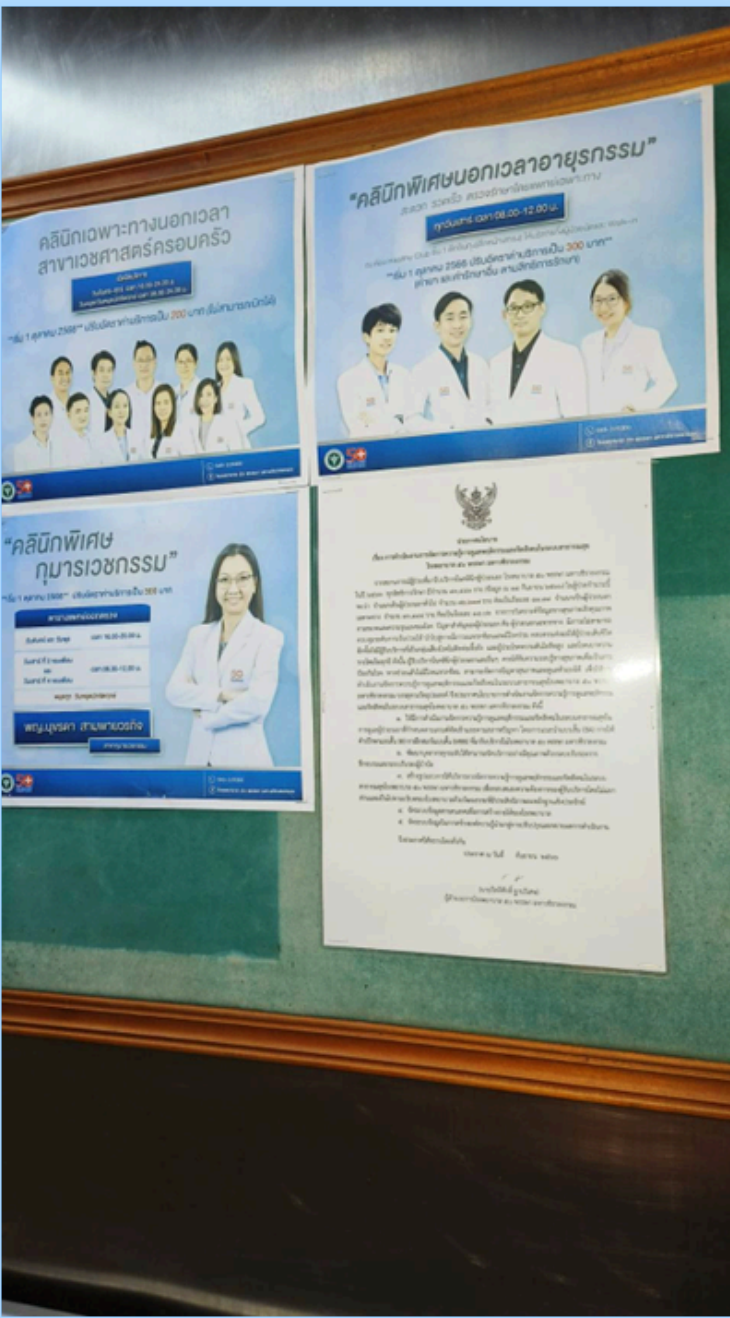
- ให้มีการดำเนินงานจัดการความรู้การดูแลพฤติกรรมและจิตสังคมในระบบสาธารณสุขในการดูแลผู้ป่วยนอกที่กำหนดตามเกณฑ์คัดเข้าและตามสภาพปัญหา โดยการแนะนำแบบสั้น (BA) การให้คำปรึกษาแบบสั้น (SI) การฝึกชมเชยแบบสั้น (MSS) ที่มีบริการในโรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ
- พัฒนาบุคลากรทุกระดับให้สามารถจัดบริการอย่างมีคุณภาพด้วยระบบรับรองการฝึกอบรมและระบบรับรองผู้บำบัด
- สร้างรูปแบบการให้บริการการจัดการความรู้การดูแลพฤติกรรมและจิตสังคมในระบบสาธารณสุขโรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้รับบริการโดยไม่แยกส่วนและเป็นไปตามบริบทของโรงพยาบาลด้วยวัฒนธรรมที่มีประสิทธิภาพและหลักฐานเชิงประจักษ์
- จัดระบบข้อมูลสารสนเทศเพื่อการสร้างรายได้ของโรงพยาบาล
- จัดระบบข้อมูลในการสร้างองค์ความรู้ นำมาสู่การปรับปรุงและขยายผลการดำเนินงาน

จึงประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๒๙ กันยายน ๒๕๖๖

(นายกิตติศักดิ์ ฐานวิเศษ)

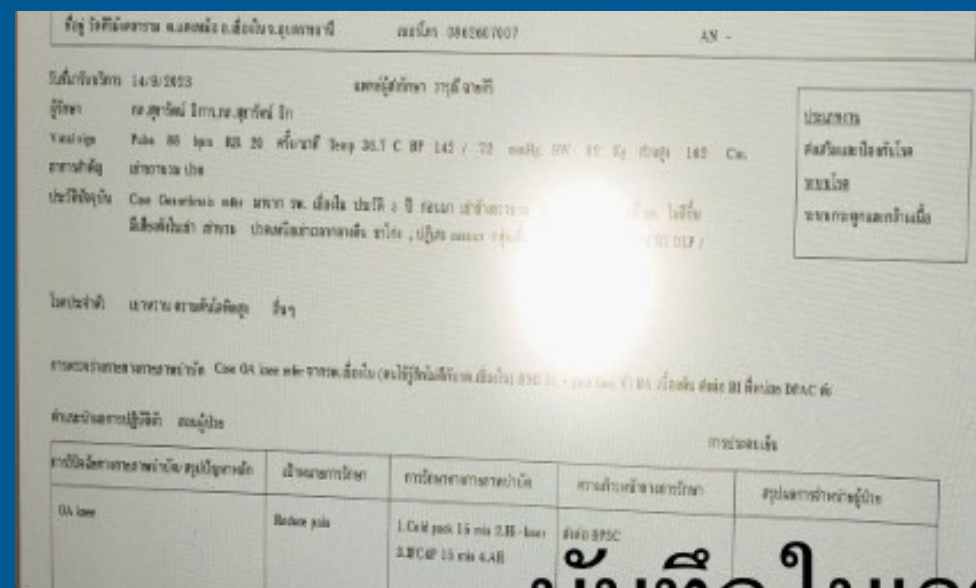
ผู้อำนวยการโรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ



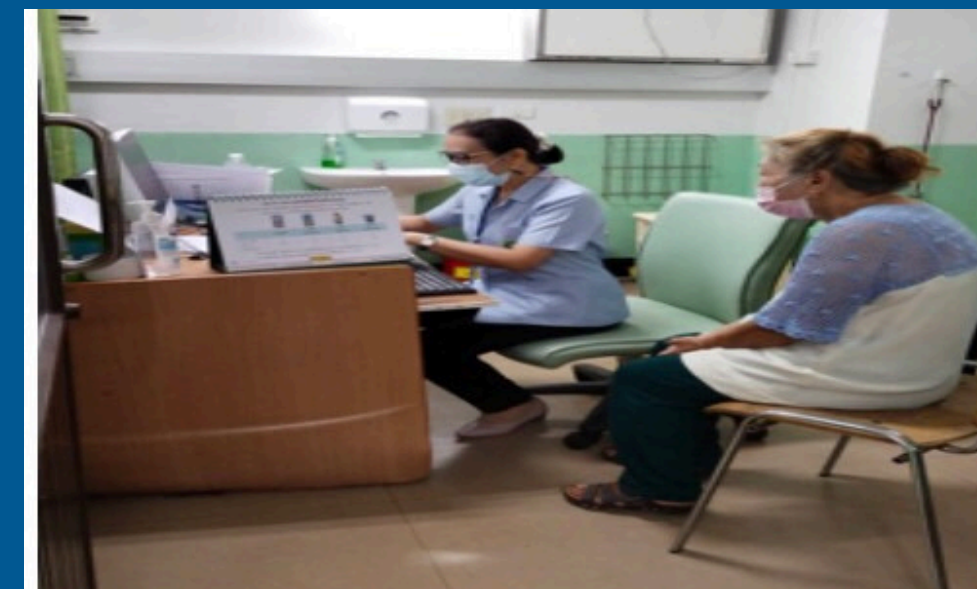
BA ใน 5 คลินิก



OPD NCDS



กลุ่มงานเวชศาสตร์ฟื้นฟู
(บันทึกในเวชระเบียน)



โภชนศาสตร์

OPD GP



แพทย์แผนไทย



SHORT NOTE เก็บรวบรวมคนที่ทำ BA

วันที่	ชื่อ	อายุ	เพศ	อาชีพ	การศึกษา	รายได้	สุขภาพ	โรคประจำตัว	ยาที่ใช้	ผลการตรวจ	หมายเหตุ
1	สมชาย	45	ชาย	เกษตรกร	ประถมศึกษา	10,000	ดี	ไม่มี	ไม่ใช้	ปกติ	
2	สมใจ	35	หญิง	ค้าขาย	มัธยมศึกษา	15,000	ดี	ไม่มี	ไม่ใช้	ปกติ	
3	สมชาย	55	ชาย	ข้าราชการ	ปริญญาตรี	20,000	ดี	ไม่มี	ไม่ใช้	ปกติ	
4	สมใจ	40	หญิง	ค้าขาย	ประถมศึกษา	10,000	ดี	ไม่มี	ไม่ใช้	ปกติ	
5	สมชาย	60	ชาย	เกษตรกร	ประถมศึกษา	10,000	ดี	ไม่มี	ไม่ใช้	ปกติ	
6	สมใจ	30	หญิง	ค้าขาย	มัธยมศึกษา	15,000	ดี	ไม่มี	ไม่ใช้	ปกติ	
7	สมชาย	50	ชาย	ข้าราชการ	ปริญญาตรี	20,000	ดี	ไม่มี	ไม่ใช้	ปกติ	
8	สมใจ	40	หญิง	ค้าขาย	ประถมศึกษา	10,000	ดี	ไม่มี	ไม่ใช้	ปกติ	
9	สมชาย	60	ชาย	เกษตรกร	ประถมศึกษา	10,000	ดี	ไม่มี	ไม่ใช้	ปกติ	
10	สมใจ	30	หญิง	ค้าขาย	มัธยมศึกษา	15,000	ดี	ไม่มี	ไม่ใช้	ปกติ	



1 นักวิชาการสาธารณสุข

นางสุภาวดี ศรีโท



2 นักวิชาการสาธารณสุข

นางสาวสุพัตรา ชวงษ์



3 นักวิชาการสาธารณสุข

นายสนรยา แก้วภูมิแห่

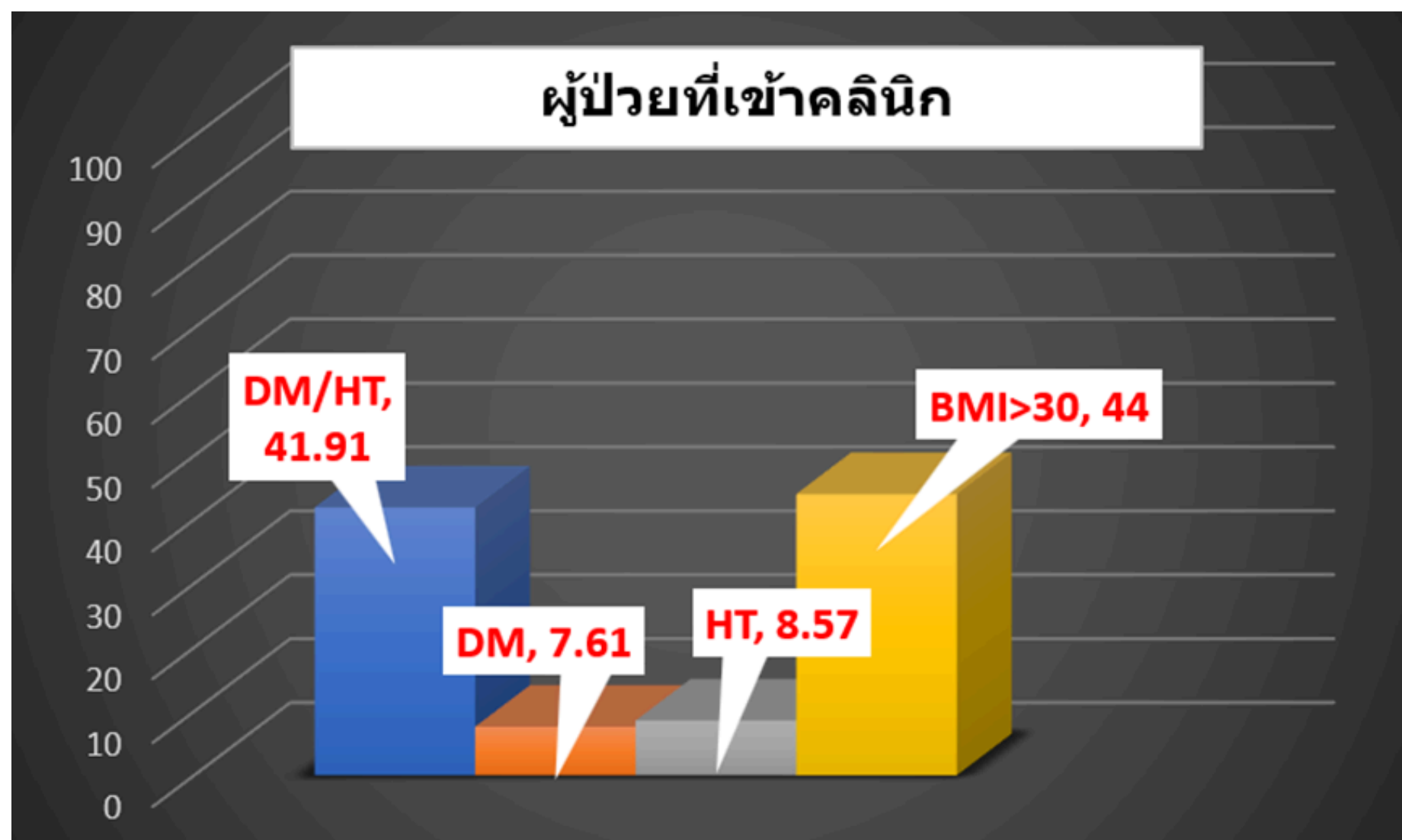
- ✓ สร้างสัมพันธภาพ ,ค้นหาตัวตน
- ✓ ขึ้นชมในสิ่งที่ป็นจริง/ การดูแลตัวเองดี
- ✓ สำรองข้อมูลสุขภาพ

- ✓ ตรวจวัดร่างกายด้วยเครื่อง INbody
- ✓ ตกลงบริการ (เพิ่มผู้มารับบริการ)
- ✓ ประเมินภาวะสุขภาพเพื่อเข้ากลุ่ม MBBI

จำนวนผู้ป่วยที่เข้ารับบริการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ปี 2567

จำนวนทั้งหมด	ผู้ป่วย	จำนวน	ร้อยละ
105คน	กลุ่มป่วย	66	62.85
	กลุ่มเสี่ยง	39	37.15

ครั้งที่	จำนวน (คน)	รับบริการครบ 4 ครั้ง	
		จำนวน	ร้อยละ
1	21	16	76.19
2	29	18	62.07
3	28	17	60.72
4	14	8	57.15
5	13	8	61.53



ครั้งที่ 1 : กิจกรรมประกอบด้วยปรับอารมณ์ความเครียดและความวิตกกังวลต่างๆ การตรวจวัดร่างกายด้วยเครื่อง INBODY ให้ความรู้ภาวะเสี่ยงของการเกิดโรค



ตรวจวัดร่างกายด้วย
เครื่องINBODY



ครั้งที่ 1 ฝึกสมาธิ ตัดความคิด
และความกังวล



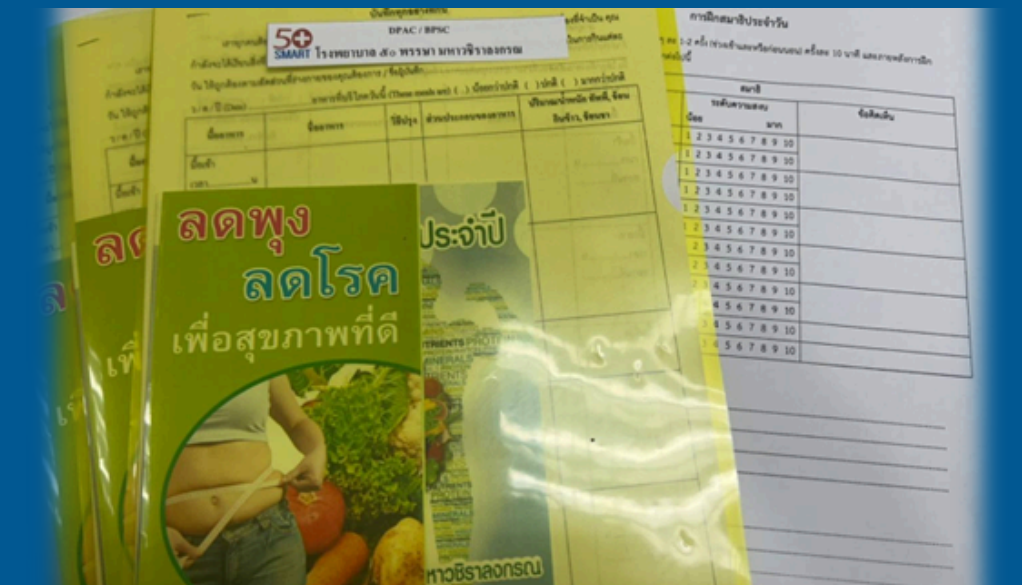
แยกเป็นกลุ่มย่อยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้



เรียนรู้ปัญหาของโรคอ้วน
เพื่อลดน้ำหนัก



อธิบายภาวะเสี่ยงต่อโรคNCDS ของ
แต่ละบุคคล



เพิ่มเอกสารความรู้ / การบ้านก่อนกลับ

ครั้งที่ 2 : กิจกรรมประกอบด้วย การฝึกสติพื้นฐาน ยืน นั่ง ต้ม ฝึกสติในการเคลื่อนไหว เพื่อเพิ่มกิจกรรมเคลื่อนไหวอย่างมีสติ ทำให้มีสติในชีวิตประจำวันได้มากขึ้น ตรวจสอบสุขภาพด้วยเครื่อง INBODY เรียนรู้เรื่องอาหารและพลังงานจากอาหาร/ลดคาร์บ



ทดทวนการทำสมาธิและ
แลกเปลี่ยนจากการเรียนรู้



ตั้งระฆังสติ



ฝึกสติในการเคลื่อนไหว



เรียนรู้เรื่องสัดส่วนอาหารอาหาร



ตัวอย่างอาหารใน1มือ

ครั้งที่ 3 : กิจกรรมประกอบด้วย ฝึกสติในการกิน สติก่อนกิน สติระหว่างกิน และสติหยุดกิน เพื่อให้ทุกท่านลดการกินเกินควบคุม น้ำหนักได้และช่วยให้การกินยามีประสิทธิภาพมากขึ้น



ทบทวนการทำสมาธิทุกครั้ง



นับแคลลอรีอาหารจากที่
ผู้มารับบริการนำมา



โภชนากรอธิบายเรื่องสาร
อาหารต่อมือ/วัน

โภชนากรทดสอบความเค็ม
จากอาหารที่ปรุง



ผู้ป่วยตักอาหารในปริมาณที่
เหมาะสมหลังรับอบรม



ปัญหาเรื่องเครื่องดื่มรสหวาน



**ครั้งที่ 4 : กิจกรรมประกอบด้วย การตั้งเป้าหมายร่วมกันนำกิจกรรมที่ได้ฝึก
นำไปปรับใช้ในวิถีชีวิตที่ยั่งยืนต่อไป**

ทบทวนการทำสมาธิ



**ใช้สมาธิ/
สติลดภาวะความเครียด**



SKT



เดินเร็ว



ทำยืดเหยียดกล้ามเนื้อ



ปั่นจักรยานลดการบาดเจ็บ



**มีสติลดภาวะหลงลืมการกินยา
ได้มาก**



**แสดงความคิดเห็นการใช้ชีวิต
อย่างมีสติ**



อบรมเจ้าหน้าที่ในหน่วยงาน เพิ่มเติม 10 คน



OPD GP

พยาบาล 3 คน



งานตรวจสอบสุขภาพ

พยาบาล 2 คน



เภสัชกร

เภสัชกร 1 คน



แพทย์แผนไทยฯ

นายแพทย์ 1 คน



แพทย์แผนไทยฯ

เจ้าหน้าที่ 1 คน

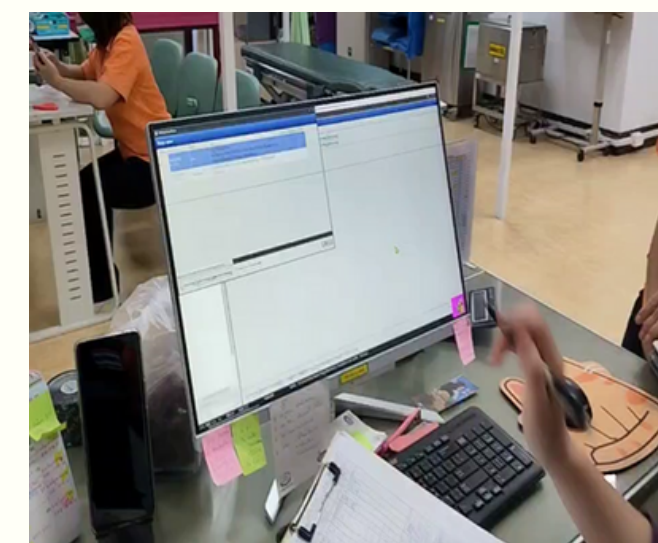


โภชนศาสตร์

โภชนาการ 2 คน

สรุปผลการดำเนินงาน BA BI MBBI ในหน่วยงาน

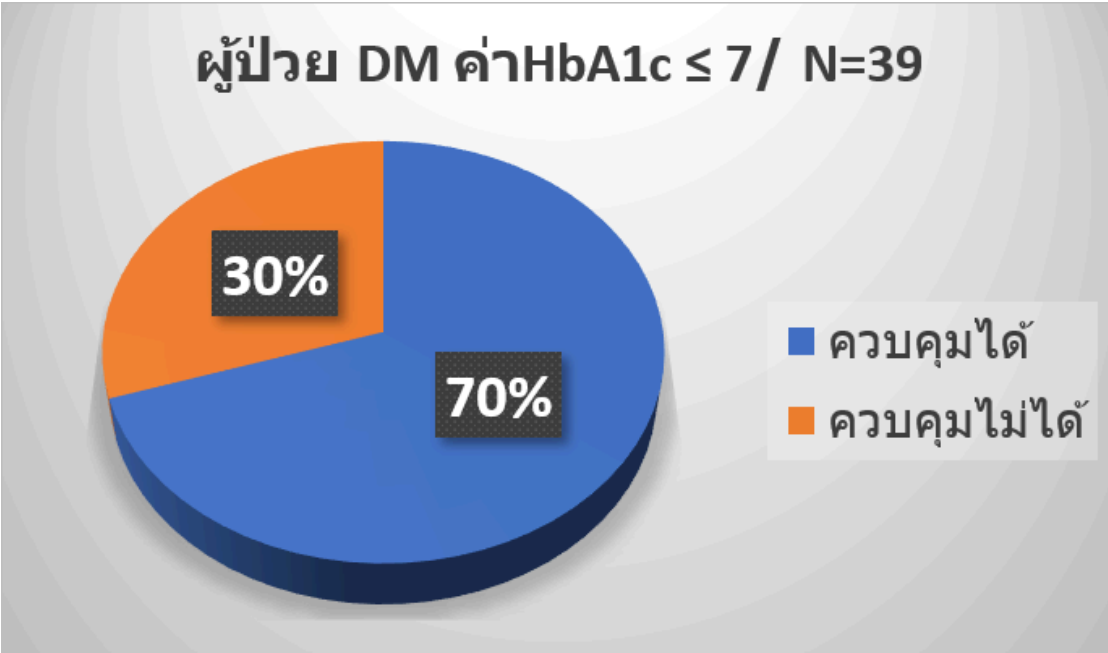
จุดให้บริการ	กิจกรรม BA (ครั้ง)	กิจกรรม BI (ครั้ง)	กิจกรรม MBBI (คน / ครั้ง)
opd ncd	56	0	0
opd GP	47	0	0
กายภาพ	10	0	0
สุขภาพจิต	4	0	0
แพทย์แผนไทย	10	0	0
สุขศึกษา	0	157	105/20
โภชนาการ	10	0	0
ห้องตรวจสุขภาพ	127	0	0



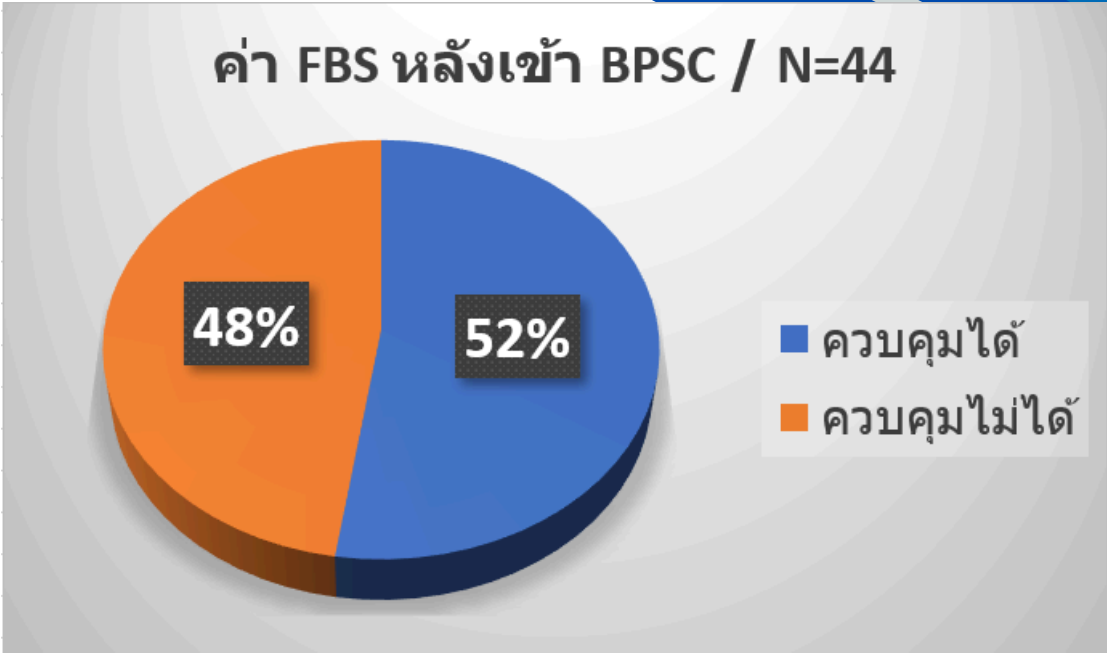
ปัญหาคือการลงจำนวนยังใช้การนับด้วยมือ
ซึ่งคลาดเคลื่อนได้ จึงพยายามลงในHosXp

ผลการดำเนินการบริการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

ครั้งที่	จำนวน (คน)	รับบริการครบ 4 ครั้ง		น้ำหนักลด	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	21	16	76.19	12	75.01
2	29	18	62.07	17	94.45
3	28	17	60.72	15	88.24
4	14	8	57.15	6	75.01
5	13	8	61.53	11	84.61



> **ค่า HbA1c**
ผู้ป่วยสามารถคุม ระดับHbA1c ได้
ร้อยละ 70



> **ค่า FBS**
ผู้ป่วยสามารถคุม ระดับ FBS ได้
ร้อยละ 52

บุคคลต้นแบบด้านสุขภาพ



น.ส.อมรรัตน์ แสงวงษ์
นน. เริ่มต้น 96.8 กก.



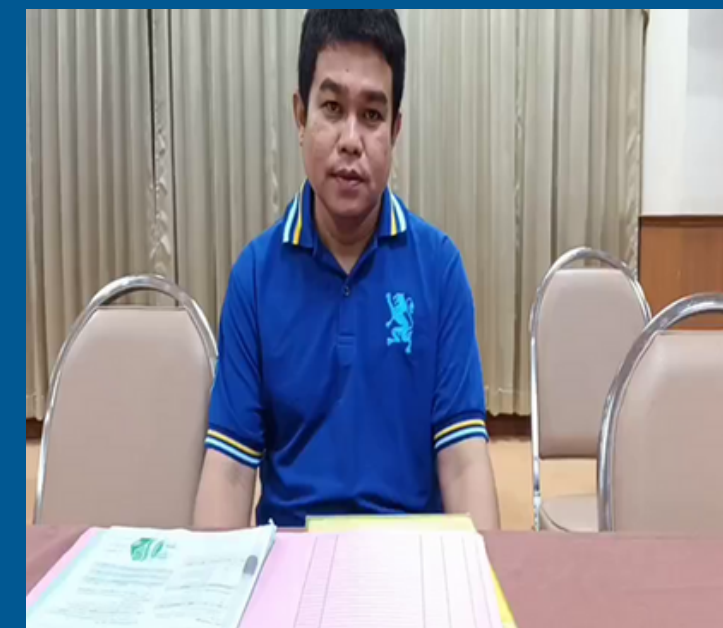
น.ส.อมรรัตน์ แสงวงษ์
นน. ปัจจุบัน 75.0 กก.



นายอติชาติ กิ่งสุวรรณ
นน.เริ่มแรก 150 กิโลกรัม



นายอติชาติ กิ่งสุวรรณ
นน.ปัจจุบัน 117.6 กก. ลด 32.4 กก.



นายพโยม ถนอมดี
นน.เริ่มแรก 92 กก.



นายพโยม ถนอมดี
นน.ปัจจุบัน 79.7 กก. ลด 12.3 กก.

คณะทำงาน BPSC ก่อนกระบวนการ Site Visit



◆ **นายแพทย์เอกชัย รักสวย** : แพทย์
หัวหน้ากลุ่มงานเวชกรรมสังคม SW. ๕๐ WSS๕๕๕
◆ **แพทย์หญิงขวัญชนก แจ่มคล้าย** : แพทย์
กลุ่มงานจิตเวช SW. ๕๐ WSS๕๕๕
◆ **นางรุ่งนทิพย์เจริญศรี** : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ
หัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านการพยาบาล SW. ๕๐ WSS๕๕๕
◆ **นายสนธยา แก้วภูมิแห่** : นักวิชาการสาธารณสุข
กลุ่มงานสุขศึกษา SW. ๕๐ WSS๕๕๕

◆ **นางสุภาวดี ศรีโท** : นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
หัวหน้ากลุ่มงานสุขศึกษา SW.๕๐WSS๕๕๕
◆ **นางรัชดาวรรณ สุดสี** : เกสเซอร์ชำนาญการ
กลุ่มงานเกสเซอร์ SW. ๕๐ WSS๕๕๕
◆ **นางเอื้อง ตระกูลจันทร์** : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
หัวหน้างานผู้ป่วยนอก SW. ๕๐ WSS๕๕๕
◆ **นางธัญลักษณ์ ภาษี** : หัวหน้ากลุ่มงานโชนศาสตร์
SW. ๕๐ WSS๕๕๕
◆ **นางสาวสุชารัตน์ ธิการ** : นักกายภาพบำบัดชำนาญการ
SW. ๕๐ WSS๕๕๕
◆ **นางสาวธิดานันท์ มีธรรม** : SW.๕๐WSS๕๕๕
จพ.สาธารณสุขชำนาญงาน (แผนไทยฯ)
◆ **นางนัยนา สุวรรณภู** : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
SW.สต.ปากน้ำ
◆ **นางวรารัตน์ คนมัน** : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
PCU SW. ๕๐ WSS๕๕๕
◆ **นางสาวสุพัตรา ชวงษ์** : นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
กลุ่มงานสุขศึกษา SW. ๕๐ WSS๕๕๕
◆ **นายทศพล ตาสว่าง** : นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ
SW. ๕๐ WSS๕๕๕

ศึกษาดูงาน



ศึกษาดูงานโรงพยาบาลต้นแบบ
(รพ.พิมาย)



โรงพยาบาลลำโรงหัก



โรงพยาบาลภูเขียว
เฉลิมพระเกียรติ



ประชุมทีมจากการดูงาน



ถาม-ตอบคำถามหลังจากดูหน้างาน



ข้อเสนอแนะจากผู้บริหาร

การขยายผล BPSC สู่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในเครือข่ายโรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ



เป้าหมาย :



อบรมขยายผล

รองผู้อำนวยการเปิด
โครงการBPSCsw.สต.



ฝึกสติ รื้อมหายใจบาง
ส่วนรู้กิจที่ทำ (sw.สต.)



ฝึกสติสื่อสาร



ครั้งที่ 1 ฝึกสมาธิ การตัด
ความคิด/ความง่วง



ครั้งที่2 การออกกำลังกายละ
ยึดเหยียด



นางนัยนา แสันทวีสุข
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลปากน้ำ

ครั้งที่ 1 วัดร่างกายด้วย
เครื่องInbody



ครั้งที่2 การออกกำลังกายที่
เหมาะสมกับบุคคล



ครั้งที่ 3 ฝึกสติ รู้กิจที่ทำ/รู้ลม
หายใจบางส่วน



ผู้ป่วย HT/DM/โรคอ้วน ร่วมกับ
ผอ.รพ.สต.ปากน้ำ



เยี่ยมเสริมพลัง ครั้งที่ 2-4



เสริมพลัง/ความก้าวหน้า หน้างาน



นายแพทย์สุเมธ นียกิจ
รองผู้อำนวยการด้านการแพทย์



นางรุ่งทิพย์ เจริญศรี
หัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านการพยาบาล



เยี่ยมเสริมพลัง/ความก้าวหน้า



เยี่ยมเสริมพลัง/ความก้าวหน้า



แลกเปลี่ยนเรียนรู้



นำเสนอZOOMจากส่วนกลาง

เข้ารับการอบรมพัฒนาหลักสูตรระยะยาว Retreat Program





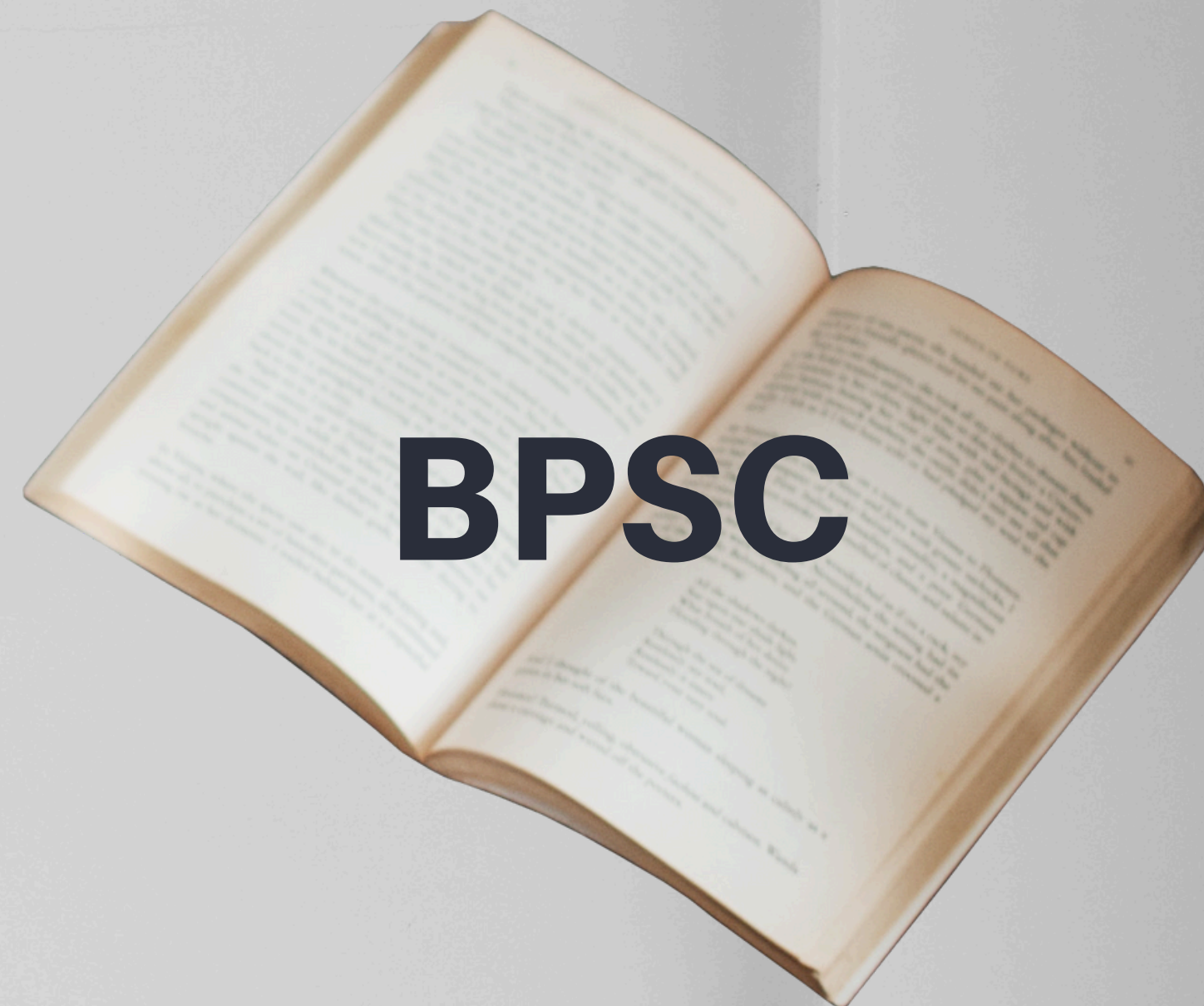
การตรวจสอบ

บทเรียนที่ได้รับ

1

ด้านบุคลากร

- พลังจากภายในที่พร้อมรับสิ่งที่เกิดขึ้น มีจิตใจที่เข้มแข็ง
- ฝึกปฏิบัติของตนเองและเพื่อนร่วมงาน
- สติคิดบวก
- รับมือสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดได้ดีขึ้นมาก
- ความสัมพันธ์การคนรอบข้างดีขึ้น



BPSC

2

ด้านผู้มารับบริการ

- อยากมาหาเพื่อพูดคุย
- ดูแลแบบองค์รวม กาย/ใจที่ชัดเจน
- ความสัมพันธ์ที่เป็นความไว้วางใจ
- เป็นกำลังใจซึ่งกันและกัน
- มีผู้ป่วยที่หลากหลาย
- เห็นความเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน
- ความพึงพอใจในการบริการ



จบการนำเสนอ
ขอขอบคุณ