กระทรวงสาธารณสุข
MINISTRY OF PUBLIC HEALTH

โรงพยาบาลลานสกา
Lansaka Hospital

โรงพยาบาลเล็กกับการเปลี่ยนแปลงที่ยิ่งใหญ่:

8 ปีแห่งการขับเคลื่อน BPSC สู่เครือข่ายสุขภาพ เขตสุขภาพที่ 11

พ.ศ. 2561–2569



นำเสนอโดย

พว.จิณห์มนัส อัศจรรย์กาญจน์

หัวหน้ากลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติด
โรงพยาบาลลานสกา



โรงพยาบาลลานสกา
LANSAKA HOSPITAL

จุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนแปลง

พ.ศ. 2561 : จากโจทย์ในพื้นที่ สู่การนำ BPSC มาใช้ในระบบบริการ

โจทย์ในพื้นที่

- ปัญหาสุขภาพจิตและยาเสพติดในพื้นที่
- ผู้ป่วย NCD บางส่วนยังควบคุมโรคไม่ได้ตามเป้าหมาย
- ความเครียดและปัญหาพฤติกรรมสุขภาพในทุกกลุ่มวัย

แนวทางที่เลือก

- พัฒนาศักยภาพทีมบุคลากร
- นำเครื่องมือ BPSC มาใช้ในงานบริการ
- ดูแลผู้ป่วยแบบ “คนทั้งคน” อย่างเป็นรูปธรรม

BPSC



เชื่อมการดูแลสุขภาพกาย จิตใจ และพฤติกรรมสุขภาพ

โรงพยาบาลลานสกา
LANSAKA HOSPITAL

จากการเรียนรู้สู่การใช้จริงในระบบบริการ

พ.ศ. 2561–2563







พ.ศ. 2561

เริ่มพัฒนาทักษะและฝึกใช้

BA/BI และ MBTC

พ.ศ. 2563

เพิ่ม MBBI

ใช้ครบทั้ง 4 เครื่องมือในระบบบริการ

BA • BI • MBBI • MBTC

สิ่งที่เกิดขึ้น

- ทีมบุคลากรนำเครื่องมือไปใช้ในงานบริการ
- เชื่อมการดูแลสุขภาพกาย จิตใจ และพฤติกรรม

โรงพยาบาลลานสกา
LANSAKA HOSPITAL

การใช้เครื่องมือ BPSC ในระบบบริการโรงพยาบาลลานสกา

ทุกแผนก

- ใช้ BA ในการดูแลผู้ป่วย

คลินิก NCD

- ใช้ BA/BI และ MBBI ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

BPSC
บูรณาการในระบบบริการของโรงพยาบาล

กลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติด

- ใช้ MBBI ในการบำบัดบุหรี่
- ใช้ MBTC ในการบำบัด
  - สุรา • ยาบ้า • ยาไอซ์
  - กัญชา • กระท่อม
  - ซึมเศร้า • โรคแพนิก
  - ปัญหาการนอนหลับ

เครื่องมือหลัก

BA
ให้คำแนะนำแบบสั้น

BI
ให้คำปรึกษาแบบสั้น

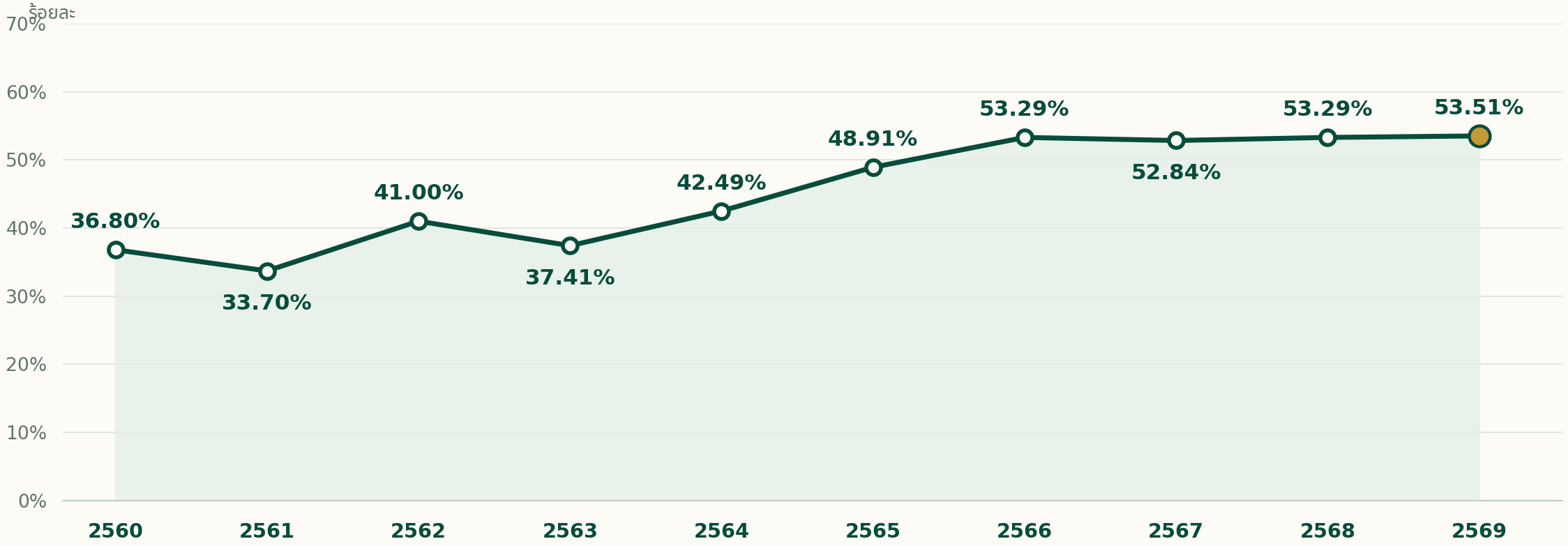
MBBI
สติบำบัดแบบสั้น

MBTC
สติบำบัดเพื่อการปรับเปลี่ยนและฟื้นฟู

แนวโน้มการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดสะสม

ร้อยละของผู้ป่วยที่ควบคุม HbA1c ได้ตามเกณฑ์ < 7%

โรงพยาบาลลานสกา ปีงบประมาณ 2560–2569



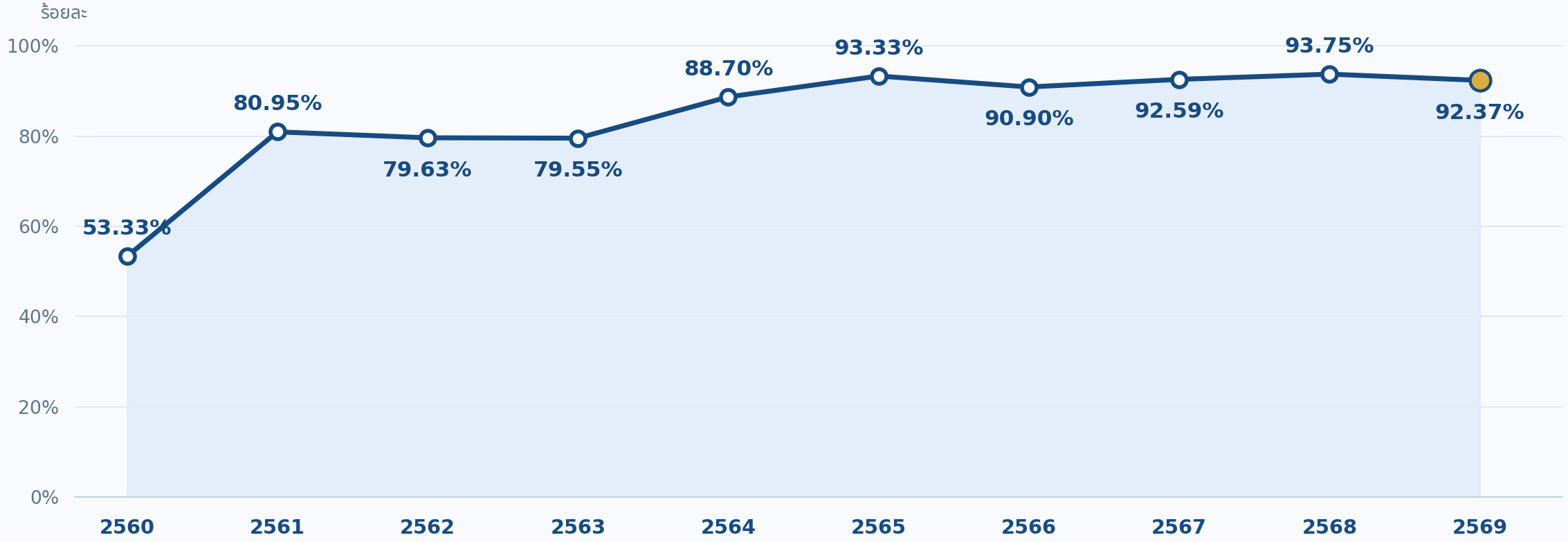
36.80% → 53.51%

เพิ่มขึ้น 16.71 จุดร้อยละจากปี 2560

ผลการบำบัดยาเสพติด ปี 2560–2569

ร้อยละของผู้รับการบำบัดที่บำบัดครบตามเกณฑ์ และไม่เสพซ้ำใน 3 เดือน

โรงพยาบาลลานสกา



53.33% → 92.37%

เพิ่มขึ้น 39.04 จุดร้อยละจากปี 2560

โรงพยาบาลลานสกา
LANSAKA HOSPITAL

การขยายผล BPSC สู่เครือข่ายบริการ

พ.ศ. 2563 – 2566

จากโรงพยาบาลลานสกา
สู่เครือข่ายบริการสุขภาพ



พ.ศ. 2563

ขยาย BPSC
ไปยัง
5 โรงพยาบาล

พ.ศ. 2565

ขยาย BPSC
ไปยัง
3 โรงพยาบาล

พ.ศ. 2566

ขยาย BPSC
ไปยัง
11 โรงพยาบาล

เกิดเครือข่าย BPSC รวม 19 โรงพยาบาล

ผลที่เกิดขึ้น

- เพิ่มหน่วยบริการที่นำเครื่องมือ BPSC ไปใช้
- เกิดการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างโรงพยาบาล
- ขยายเครือข่ายการดูแลพฤติกรรมและจิตสังคม

จากฐาน BPSC สู่การต่อยอด LBM

เชื่อมทักษะเปลี่ยนพฤติกรรมกับวิถีชีวิตทั้ง 6 ด้าน

ปี 2568

เริ่มใช้ LBM
ในคลินิก DM Remission
โรงพยาบาลลานสกา

ปี 2569

ขยายการเรียนรู้ร่วมกัน
LBM for NCD Remission
เขตสุขภาพที่ 11





อาหาร | การเคลื่อนไหว | การนอน | ความเครียด | สัมพันธภาพ | บุหรี่ สุรา และสารเสพติด

จากการอบรม สู่การออกแบบบริการ

การอบรมเชิงปฏิบัติการ Lifestyle and Behavior Medicine (LBM) for NCD Remission เขตสุขภาพที่ 11

5–6 พฤศจิกายน 2569 | ณ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครศรีธรรมราช

60 คน | 41 หน่วยงาน | ครบทั้ง 7 จังหวัด



เรียนรู้ ฝึกปฏิบัติ และร่วมกันออกแบบบริการ LBM

บรรยากาศการเรียนรู้และฝึกปฏิบัติ

LBM for NCD Remission เขตสุขภาพที่ 11









ฝึกบทบาทสมมติการให้คำปรึกษา

ผู้ป่วย • ผู้ให้คำปรึกษา • ผู้สังเกตการณ์

ผลการประเมินการอบรม

LBM for NCD Remission เขตสุขภาพที่ 11

คะแนนเฉลี่ยความรู้ก่อนและหลังอบรม

Pre-test

26.06 / 30

86.86%

Post-test

30 / 30

100%



ความพึงพอใจ

4.24 / 5

ค่าเฉลี่ยรวม 10 ข้อ

ระดับมาก



ข้อเสนอแนะเพื่อพัฒนา

เพิ่มการฝึกปฏิบัติ • ตัวอักษรใหญ่ขึ้น • เรียนรู้เป็นทีมสหวิชาชีพ

ข้อเสนอจากที่ประชุม สู่การจัดบริการ LBM

แนวทางต่อยอดในหน่วยบริการ เขตสุขภาพที่ 11

1 มีทีมขับเคลื่อน LBM

ตั้งคณะกรรมการและกำหนดบทบาท
พร้อมช่องทางประสานงาน



2 ประเมิน 6 เสาหลักในคลินิก NCD

ค้นหาประเด็นที่ต้องดูแล
และส่งต่อผู้ชำนาญ



3 ให้คำปรึกษาโดยทีมสหวิชาชีพ

ร่วมวางแผนปรับพฤติกรรมกับผู้ป่วย
ให้เหมาะกับบริบทชีวิต



4 ประเมินผล

ติดตามการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
และผลลัพธ์ทางสุขภาพ



แผนติดตามการดำเนินงาน LBM

หลังการอบรม LBM for NCD Remission เขตสุขภาพที่ 11

ธ.ค. 2569

1

หลังอบรม 1 เดือน

ประชุมติดตามการดำเนินงาน

- ความก้าวหน้าและปัญหาอุปสรรค
- ความต้องการสนับสนุน



มี.ค. 2570

2

เดือนที่ 4 หลังอบรม

ประชุมนำเสนอผลงาน จากแต่ละหน่วยงาน

- ผลการดำเนินงานและบทเรียน
- แนวทางพัฒนาต่อ



ขอบคุณค่ะ

ทุกการเปลี่ยนแปลง เริ่มต้นจากความร่วมมือ

โรงพยาบาลลานสกา

BPSC • ร่วมเรียนรู้ ร่วมพัฒนา ร่วมดูแล

