

แบบฟอร์มสรุปผลงานตำบลจัดการสุขภาพดีเด่นระดับเขต ๙ ประจำปี ๒๕๖๐
ตำบลหนองชัยศรี อำเภอหนองหงส์ จังหวัดบุรีรัมย์

โปรตรระบุหัวข้อ/ประเด็นหลักการพัฒนา (Theme) นวัตกรรมสุขภาพชุมชน

๑. ประเด็นปัญหา/จุดเด่น ของชุมชนที่นำมาเป็นเป้าหมายในการแก้ไข/ส่งเสริมสุขภาพ

จากสภาพปัญหาในพื้นที่ สถิติการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังของตำบลหนองชัยศรี ปี ๒๕๕๕ มีผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๙๐ ราย โรคความดันโลหิตสูง ๒๑๔ ราย เป็นทั้งโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ๙๔ ราย มีภาวะแทรกซ้อนทางเท้า ๓ ราย ฟอกไต ๒ ราย โรคหลอดเลือดสมอง ๕ ราย และโรคหัวใจ ๔ ราย มีกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้น ส่งผลให้มีผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้นทุกปี กลุ่มผู้สูงอายุที่ป่วยมีโรคแทรกซ้อนตามมา เป็นผู้สูงอายุที่ติดบ้าน ติดเตียงเพิ่มมากขึ้น และในสภาพปัจจุบันในพื้นที่ กลุ่มวัยทำงานจะไปรับจ้างต่างถิ่น ปล่อยให้เด็กอาศัยอยู่กับผู้สูงอายุเป็นส่วนใหญ่ ทำให้เด็กได้รับวัคซีนไม่ครบตามเกณฑ์ และพบว่าสงสัยพัฒนาการล่าช้า จากข้อมูล ปี ๒๕๕๕ พบเด็กต่ำกว่า ๑ ปี ๕๐ ราย มีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยัง ๖ เดือนเพียง ๑๙ ราย เด็กอายุ ๐-๕ ปี ๔๐๗ ราย มีพัฒนาการสงสัยล่าช้า ๙ ราย เด็กขาดรับวัคซีนเป็นประจำ ๑๙ ราย ซึ่งปัญหาต่างๆ เหล่านี้ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกระเบื้องน้อย มีการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่ายในชุมชน จัดทำแผนงานโครงการเพื่อของบประมาณจากกองทุนสุขภาพตำบล และบูรณาการงานกับงบต่างๆ ในชุมชนมาอย่างต่อเนื่อง แต่ปัญหายังไม่ลด

๒. กระบวนการ

ปีงบประมาณ ๒๕๕๖ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกระเบื้องน้อยร่วมกับองค์การบริหารส่วนตำบลหนองชัยศรี ได้เชิญผู้นำชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล กรรมการหมู่บ้าน วัด โรงเรียน และส่วนราชการในเขตพื้นที่รับผิดชอบ จัดประชุมแบบมีส่วนร่วม คั้นข้อมูล สร้างความเข้าใจ ปรับแนวความคิด ระดมสมองร่วมคิดวิเคราะห์ ทบทวนบริบทและสถานการณ์ที่เป็นอยู่ เพื่อร่วมจัดทำแผนที่ทางเดินยุทธศาสตร์ โดยเริ่มที่การยอมรับว่าอะไรคือปัญหาที่สังคมหรือชุมชนกำลังเผชิญอยู่ และจะแก้ปัญหายังไง โดยพิจารณาว่าจะทำนวัตกรรมอะไร อย่างไร จะใช้เทคโนโลยีหรือเครื่องมืออะไร อย่างไร ในการเพิ่มขีดความสามารถหรือช่วยในการปฏิบัติงาน ซึ่งได้สรุปขึ้นหรือกระบวนการดังนี้

๒.๑ สร้างทีมงานหรือเครือข่ายประกอบด้วย อสม. สอบต. กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ไวยาวัจกร เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานองค์การบริหารส่วนตำบล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล โดยพัฒนาศักยภาพอบรมให้ความรู้ตามปัญหาหลักที่พบ

๒.๒ ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน/ปัญหาสุขภาพ โดยโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคั้นข้อมูลต่างๆ ด้านสุขภาพที่เป็นปัญหา ให้ทีมงานหรือเครือข่ายและเครือข่ายกลับไปทำทะเบียนข้อมูล ทะเบียนติดตามต่างๆ ให้ตรงกับข้อมูลของ รพ.สต. เช่น ข้อมูล เด็ก ๐-๕ ปี ที่ขาดรับวัคซีนตามเกณฑ์ สงสัยพัฒนาการล่าช้า ข้อมูลกลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วยโรคเรื้อรัง กลุ่มผู้สูงอายุติดสังคม ติดบ้าน ติดเตียง เป็นต้น เพื่อที่จะได้รับทราบ และติดตามได้ถูกต้อง

๒.๓ ภาคีเครือข่ายประชุมการจัดทำแผนที่ยุทธศาสตร์/แผนงาน/โครงการ ณ องค์การบริหารส่วนตำบลหนองชัยศรี โดยมีการวิเคราะห์ และหาแนวทางร่วมกัน เพื่อให้ไปสู่จุดหมายโดยเริ่มที่การยอมรับว่าอะไรคือปัญหาที่สังคมหรือชุมชนกำลังเผชิญอยู่ และจะแก้ปัญหายังไง โดยพิจารณาว่าจะทำนวัตกรรมอะไร อย่างไร จะใช้เทคโนโลยีหรือเครื่องมืออะไร อย่างไร ในการเพิ่มขีดความสามารถหรือช่วยในการปฏิบัติงาน

ทาง รพ.สต. จึงได้นำเสนอ วัฏจักรที่ทำโดย รพ.สต. คือ วัฏจักรเครื่องออกกำลังกายสุขภาพดีวิถีไทย ซึ่งใช้ในกลุ่มป่วยได้ดี แต่จะอย่างไรให้ขยายผลลงไปอยู่ในชุมชนได้ ส่วนฮูล่าฮูปก็ใช้ลดรอบพุงได้ดีทั้งกลุ่มป่วย กลุ่มเสี่ยงแต่มีราคาแพง ส่วนกลุ่มเด็กนั้น ทำอย่างไรผู้สูงอายุจะดูสมมุติสุขุมฟูได้ ประเมินพัฒนาการเด็ก และจำวันนัดรับวัคซีนได้ จนสรุปได้เป็นแนวทางเดียวกัน และนำวัฏจักรที่คิดค้นได้มาเสนอต่อที่ประชุมอีกรอบ จากนั้นจึงจัดทำแผนงาน/โครงการ โดยได้รับงบประมาณจากกองทุนสุขภาพตำบลในการจัดทำโครงการ มีการบูรณาการงบประมาณงานสาธารณสุขมูลฐานประจำหมู่บ้าน บ้านละ ๗,๕๐๐ บาท และงบจากกองทุนต่างๆ ในชุมชนมาจัดทำวัฏจักรแล้วนำวัฏจักรที่ได้ไปเสนอพร้อมกับสาริตนวัฏจักรต่อชุมชน

๒.๔ นำภาคีเครือข่ายจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โดยไปศึกษาดูงานหมู่บ้านต้นแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และในด้านการจัดการสุขภาพนอกพื้นที่จังหวัดเพื่อนำความรู้ที่ได้มาปรับใช้ตามบริบทของพื้นที่

๒.๕ ภาคีเครือข่ายมีการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ ดังนี้

๒.๕.๑ คัดกรองสุขภาพประชาชนอายุ ๑๕-๓๔ ปี ที่มีภาวะเสี่ยง คัดกรองสุขภาพประชาชนอายุ ๓๕ ปี ทุกรายรวมถึงพระภิกษุ จากนั้นแยกกลุ่มที่มีภาวะเสี่ยงสูงเข้ารับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ในกระบวนการคลินิก DPAC ชมรมสร้างสุขภาพทุกหมู่บ้านส่งเสริมการออกกำลังกายในรูปแบบต่างๆ เช่น แอโรบิก แอโรบ็อกซิ่ง บาสโลบ รวมถึงการส่งเสริมการใช้วัฏจักร ทั้งในกลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง และกลุ่มป่วย

๒.๕.๒ ในกลุ่มเด็ก ๐-๕ ปี ภาคีเครือข่ายได้มีการจัดตั้งกรรมการรุ่นเยาว์ชน หรือกรรมการน้อย (กม.น้อย) ในชุมชนซึ่งเป็นกลุ่มที่อยู่ใกล้ชิดกับผู้สูงอายุที่เลี้ยงดูเด็ก มาพัฒนาศักยภาพในติดตามประเมินพัฒนาการ การรับวัคซีนตามเกณฑ์ และให้คำแนะนำการส่งเสริมสุขภาพเล่นิทานให้น้องฟังพร้อมส่งเสริมการใช้วัฏจักร

๒.๕.๓ ในกลุ่มผู้สูงอายุติดบ้าน ติดเตียง/ผู้พิการ ภาคีเครือข่ายติดตามเยี่ยมส่งเสริมสุขภาพ และฟื้นฟูสุขภาพ พร้อมแนะนำการใช้วัฏจักรสุขภาพ

๒.๖ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลได้จัดเวทีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ โดยกลุ่มเสี่ยงสูงที่ผ่านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจนเป็นกลุ่มปกติและได้เป็นบุคคลต้นแบบ มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันว่าเขาสามารถลดความเสี่ยงจนมาเป็นกลุ่มปกติเขาทำได้อย่างไร แลกเปลี่ยนเรียนรู้หมู่บ้านที่ผ่านการประเมินได้เป็นหมู่บ้านต้นแบบด้านสุขภาพระดับดีเยี่ยมเขาทำได้อย่างไร

๒.๗ มีการประเมินผลการดำเนินงาน ติดตามนิเทศงานภาคีเครือข่ายในการดำเนินงานหมู่บ้านต้นแบบด้านสุขภาพโดยคณะกรรมการกองทุนสุขภาพซึ่งประกอบไปด้วยสำนักงานสาธารณสุขอำเภอ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และผู้นำชุมชน พร้อมให้คำแนะนำมาเป็นเวลา ๔ ปี และเมื่อเริ่มปีงบประมาณใหม่ก็จะจัดประชุมคืนข้อมูลและสิ่งที่ภาคีเครือข่ายต้องร่วมกันพัฒนาปรับปรุงอย่างต่อเนื่องทุกปี

๓. ปัจจัยความสำเร็จ

องค์กรภาคีในชุมชน มีส่วนร่วมในการที่จะช่วยกันดำเนินการแก้ไขปัญหา โดยการหาและใช้ทุนทางสังคมทำให้เกิดกระบวนการการทำงานที่เน้นให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม เริ่มตั้งแต่การจัดเวทีประชาคม ให้ผู้เกี่ยวข้องมีส่วนร่วม ได้แก่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล องค์กรบริหารส่วนตำบล ผู้นำชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล กรรมการหมู่บ้าน วัด โรงเรียน และส่วนราชการ ซึ่งเป็นฐานภายใต้บริบทของชุมชน มีการบูรณาการสนับสนุนงบประมาณจากหลายภาคส่วน ภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนร่วมกันขับเคลื่อน มีการสรุป มีการติดตามประเมินผล เพื่อหาข้อปรับปรุงแก้ไขในการพัฒนาทำให้เกิดความต่อเนื่องจึงทำให้เกิดผลสำเร็จในเชิงประจักษ์ ทุกภาคส่วน ทุกภาคีเครือข่าย มีส่วน

ร่วมในการที่จะช่วยกันดำเนินการแก้ไขปัญหาดังแต่ต้นจนจบ และที่สำคัญคือกลุ่มเป้าหมาย และประชาชนในชุมชนมีความตั้งใจที่จะช่วยกันพัฒนาชุมชนแก้ไขปัญหาร่วมกันอย่างจริงจัง

๔. ผลงาน/นวัตกรรม ผลจากการดำเนินงานที่ต่อเนื่องทำให้เกิดนวัตกรรมที่หลากหลาย ดังนี้

๔.๑ นวัตกรรมยางยืด ใช้ในการบริหารกล้ามเนื้อแขน ไหล่ ขา ช่วยฟื้นฟูกล้ามเนื้อผู้ป่วยติดเตียง โรคหลอดเลือดสมอง อัมพฤกษ์ อัมพาต รวมถึงส่งเสริมการใช้นวัตกรรมในกลุ่มปกติ และกลุ่มเสี่ยง

๔.๒ นวัตกรรมรอกกะลาแบบเดี่ยว แบบคู่ ใช้ในการบริหารกล้ามเนื้อ แขน ไหล่ ป้องกันภาวะไหล่ติดช่วยฟื้นฟูกล้ามเนื้อผู้ป่วยติดเตียง โรคหลอดเลือดสมอง อัมพฤกษ์ อัมพาต รวมถึงส่งเสริมการใช้นวัตกรรมในกลุ่มปกติและกลุ่มเสี่ยง รอกกะลาแบบคู่ต้องทำ ๒ คน ทำให้ผู้เล่นมีความสุขสนุกสนานเพลิดเพลินทำให้มีสุขภาพจิตที่ดีด้วย

๔.๓ นวัตกรรมไม้ขนาดสั้น ใช้ในการบริหารกล้ามเนื้อน่องและสันเท้า กระตุ้นการไหลเวียนเลือดจากขาที่อ่อนบนลงขาที่อ่อนล่างลดการมีนขาที่ปลายเท้า ใช้ได้ผลมากในผู้ป่วยที่เป็นโรคลมจับโปงแห้ง (ปวดบริเวณใต้ข้อพับขา) ช่วยฟื้นฟูกล้ามเนื้อผู้ป่วยติดเตียง โรคหลอดเลือดสมอง อัมพฤกษ์ อัมพาต ป้องกันข้อติด ทำตก รวมถึงส่งเสริมการใช้นวัตกรรมในกลุ่มปกติและกลุ่มเสี่ยง ด้วย

๔.๔ นวัตกรรมฆ้อนนวดกล้ามเนื้อ ใช้ในการนวดกล้ามเนื้อมัดใหญ่ เช่น กล้ามเนื้อขาที่อ่อนบน กล้ามเนื้อขาที่อ่อนล่าง โดยเฉพาะการปวดเมื่อยจากการทำงานสามารถนวดได้เอง ทำชุมชนในการลดการใช้ยาแก้ปวด ยาสเตรอยด์

๔.๕ นวัตกรรมลานกระลา ใช้ในการฝ่าเท้าโดยเฉพาะผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะน้ำตาลในเลือดสูงเรื้อรัง เส้นเลือดที่ไหลมาเลี้ยงตีตัน ทำให้ผู้ป่วยมีอาการขาบริเวณฝ่าเท้าไม่รู้สึกรู้หาย ไม่สามารถรับรู้ภัยอันตรายที่เกิดขึ้น ตลอดจนแรงกดทับที่ผิดปกติ เป็นสาเหตุให้เกิดแผลที่เท้าได้ง่าย การบริหารฝ่าเท้าด้วยลานกระลาสามารถกระตุ้นการไหลเวียนของหลอดเลือดส่วนปลาย ลดอาการปวด ขาปลายเท้าของผู้ป่วยเบาหวานได้ดี นอกจากนั้นยังใช้ในการฟื้นฟูผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองรวมถึงส่งเสริมการใช้นวัตกรรมในกลุ่มปกติและกลุ่มเสี่ยง

๔.๖ นวัตกรรมฮูล่าฮูล่า เป็นฮูล่าฮูล่าที่ผลิตขึ้นเองในชุมชนซึ่งฮูล่าฮูล่านี้บรรจุน้ำอยู่ภายในท่อทำให้เพิ่มน้ำหนัก ส่งเสริมการออกกำลังกาย เพื่อลดน้ำหนักและรอบเอว ช่วยทำให้หน้าท้อง สะโพก แผ่นหลัง กล้ามเนื้อบริเวณขา และเข่า กระชับมากขึ้น ถ้าออกกำลังกายด้วยฮูล่าฮูล่านาน ๓๐ นาที สามารถเผาผลาญพลังงานได้ถึง ๖๐๐ แคลอรี เพิ่มความกระชับและความแข็งแรงกล้ามเนื้อบริเวณหน้าท้องและหลังส่วนล่าง เพิ่มสมรรถภาพด้านแอโรบิกโดยทำให้หัวใจมีความแข็งแรง อดทนเพิ่มมากขึ้นและส่งผลให้ความดันโลหิตต่ำลง ช่วยเพิ่มระดับการหมุนเวียนของเลือดไปสู่สมองทำให้รู้สึกกระปรี้กระเปร่า และพร้อมที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ดี

๔.๗ กระดิ่งนาฬิกาเตือนความจำสายใยรักแห่งครอบครัว ซึ่งจะประดิษฐ์จากกระดิ่ง และทำเป็นวง และมีเข็มชี้ตามช่วงอายุเด็ก ประกอบไปด้วย ๓ วง

วงที่ ๑ เป็นวงในสุดช่วยการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พร้อมกับอาหารตามวัย

วงที่ ๒ เป็นวงเกี่ยวกับวัคซีนที่เด็กควรจะได้รับในแต่ละช่วงอายุพร้อมวันนัด

วงที่ ๓ เป็นวงเกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กแรกเกิดถึง ๖ ปี ที่ควรจะเป็นไปตามเกณฑ์

๕. ข้อเสนอแนะ

ตำบลจัดการสุขภาพตนเองแบบบูรณาการเป็นการดำเนินงานต่อยอดงานสาธารณสุขมูลฐานที่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในลักษณะใหม่ โดยมีเป้าหมายในการดูแลสุขภาพ ๕ กลุ่มวัย

นวัตกรรมสุขภาพชุมชนเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินงาน ซึ่งเป็นแนวคิดการสร้างสรรค์งานนวัตกรรมสุขภาพชุมชน เพื่อเป็นการเพิ่มขีดความสามารถหรือช่วยในการปฏิบัติงานเพื่อดูแลสุขภาพ ๕ กลุ่มวัย จึงควรสนับสนุนงบประมาณสาธารณสุขมูลฐานเพื่อเป็นทุนในการดำเนินกิจกรรมอย่างยั่งยืน

ผู้รายงานงาน นางสาวสุนิษฐ์ สิริระสูงเนิน ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ สถานที่ปฏิบัติงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองชัยศรี อำเภอหนองหงส์ จังหวัดบุรีรัมย์ เบอร์โทรศัพท์ ๐๘ ๓๓๖๔ ๕๒๕๒, E-mail : surinsees@gmail.com

หมายเหตุ แบนภาพถ่าย และกิจกรรมดำเนินงานนวัตกรรมสุขภาพชุมชนของตำบลจัดการสุขภาพแบบบูรณาการในพื้นที่พร้อมแผ่น CD

