

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลสร้างนกทา

เรื่อง ขอสื่อโครงการทรมมส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชน ปี ๒๕๖๗

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลสร้างนกทา

ด้วยโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสร้างนกทา มีความประสงค์จะจัดทำโครงการทรมมส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลสร้างนกทา เป็นเงิน ๑๕,๐๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด)

หลักการเหตุผล ปัจจุบันคนไทยมีแนวโน้มการเจ็บป่วยและเสียชีวิตจากโรคที่เกิดจากพฤติกรรมที่สามารถป้องกันได้ ได้แก่ การบริโภคที่ไม่เหมาะสม สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง และวิถีในการดำเนินชีวิต เช่น โรคมะเร็ง เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด เพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งโรคดังกล่าวสามารถควบคุมและป้องกันได้ โดยที่ประชาชนต้องใส่ใจดูแลตนเอง ด้วยการมีพฤติกรรมบริโภคที่ถูกต้องควบคู่ไปกับการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ การดำเนินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเพื่อส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคมะเร็ง ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด หลังพบว่าคนไทยมีแนวโน้มการเจ็บป่วย และเสียชีวิตจากโรคดังกล่าวเพิ่มขึ้นทุกปี และจากข้อมูลผู้ป่วยโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูงในกลุ่มประชาชนชนเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมตำบลสร้างนกทา พบว่ามีผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน ๑๖๔ คน มีผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน ๑๔๔ คน และจากข้อมูลการคัดกรองผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูง ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ พบผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ จำนวน ๑ คน พบกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน จำนวน ๔๒ คน และพบกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง จำนวน ๖๓ คน การดำเนินงานเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เป็นการรณรงค์ให้ประชาชนได้รู้จักการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โดยมีการการออกกำลังกานสม่ำเสมอสัปดาห์ละอย่างน้อย ๓ - ๕ วัน วันละ ๓๐ นาที อย่างต่อเนื่อง

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสร้างนกทา ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของโครงการดังกล่าว ซึ่งมีประโยชน์กับประชาชนเป็นอย่างมาก เพื่อกระตุ้นและส่งเสริมให้ประชาชนในเขตตำบลสร้างนกทา ได้สร้างโอกาสในการส่งเสริมสุขภาพให้แก่ตนเอง เป็นการสร้างแรงจูงใจให้ทุกคนในชุมชนให้เป็นแบบอย่างของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่เป็นวิถีชีวิตของสังคมไทย และใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ร่วมกันด้วยการออกกำลังกาย จึงได้จัดทำโครงการทรมมส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชน ปี ๒๕๖๗ ขึ้น

๑. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อกระตุ้นและส่งเสริมให้ประชาชนในเขตตำบลสร้างนกทา ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดี
๒. เพื่อส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยวันที่ ๓๐ นาที/สัปดาห์ละ ๓-๕ วัน
๓. เพื่อเป็นการรวมกลุ่มของประชาชนในชุมชนสร้างเครือข่ายออกกำลังกาย และเสริมสร้างความสามัคคี

ในหมู่คณะ

๒. วิธีการดำเนินงาน

๑. จัดประชุมชี้แจงผู้ที่เกี่ยวข้อง
๒. จัดทำโครงการเสนอขอรับงบประมาณ
๓. ดำเนินการตามกิจกรรม
 - ประชาชนรวมกลุ่มออกกำลังกาย อย่างน้อย ๓ - ๕ วันต่อสัปดาห์
 - ออกกำลังกายตามบริบทของพื้นที่ เช่น บาสโลป แอโรบิก เป็นต้น
๓. ติดตามประเมินผล

๓. กลุ่มเป้าหมาย

เจ้าหน้าที่สาธารณสุข แกนนำสุขภาพ และประชาชนในเขตรับผิดชอบ รพ.สต.สร้างนกทา
จำนวน ๑๕๐ คน

๔. ระยะเวลาดำเนินการ

มีนาคม - กันยายน ๒๕๖๗

๕. สถานที่ดำเนินการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสร้างนกทา อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ

๖. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลสร้างนกทา จำนวน ๑๕,๐๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันบาทถ้วน) รายละเอียดดังนี้

๑. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๑๕๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ มื้อ เป็นเงิน ๗,๕๐๐ บาท
๒. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑๕๐ คน x ๕๐ บาท x ๑ วัน เป็นเงิน ๗,๕๐๐ บาท

๗. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ร้อยละ ๘๐
๒. ชุมชนมีกลุ่มแกนนำออกกำลังกาย อย่างน้อย ๑ กลุ่ม

๘. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียดเพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว โดยสามารถลงรายการได้มากกว่า ๑ รายการ สำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น)

๘.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน ที่รับผิดชอบโครงการ/กิจกรรม (ตามประกาศพ.ศ.๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

ชื่อ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสร้างนกทา

- ๑. หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. [ข้อ ๑๐ (๑)]
- ๒. หน่วยงานสาธารณสุข เช่น อปท. [ข้อ ๑๐ (๑)]
- ๓. หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. [ข้อ ๑๐ (๑)]
- ๔. หน่วยงานอื่น ๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน [ข้อ ๑๐ (๒)]
- ๕. องค์กรหรือกลุ่มประชาชน [ข้อ ๑๐ (๒)]
- ๖. ศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ [ข้อ ๑๐ (๓)]
- ๗. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) [ข้อ ๑๐ (๔)]

๘.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

๑. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ สถานบริการ หรือหน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๑๐ (๑)]
๒. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคขององค์กรหรือกลุ่มประชาชน [ข้อ ๑๐ (๒)]
๓. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ (เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ) [ข้อ ๑๐ (๓)]
๔. สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐ (๔)]
๕. สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐ (๕)]

๘.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก

๑. กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....คน
๒. กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....คน
๓. กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....คน
๔. กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....๑๕๐.....คน
๕. กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....คน
๖. กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....คน
๗. กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....คน
๘. กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....คน
๙. สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐ (๔)]
๑๐. กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ)

๘.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๘.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
๕. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
๖. การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
๗. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
๘. อื่น ๆ (ระบุ)
- ๘.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
๕. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
๖. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
๗. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
๘. อื่น ๆ (ระบุ)

๘.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความปลอดภัยทางปัญญาและอารมณ์
- ๖. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๗. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๘. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๙. อื่น ๆ (ระบุ)

๘.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- ๖. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ๗. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๘. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๙. อื่น ๆ (ระบุ)

๘.๔.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๖. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ๗. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๘. อื่น ๆ (ระบุ)

๘.๔.๖ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- ๖. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ๗. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ๘. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ๙. อื่น ๆ (ระบุ)

๘.๔.๗ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๖. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ๗. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๘. อื่น ๆ (ระบุ)

๘.๔.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- ๑. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๒. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๓. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๕. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ๖. อื่น ๆ (ระบุ)

๘.๔.๙ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐ (๔)]

- ๑. ค่าใช้จ่ายในการประชุม
- ๒. ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
- ๓. ค่าใช้จ่ายในการอบรม/พัฒนาศักยภาพ
- ๔. ค่าวัสดุ/ครุภัณฑ์
- ๕. ค่าใช้จ่ายอื่น (ระบุ)

๘.๔.๑๐ กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ) อาสาสมัครสาธารณสุขและตัวแทนผู้นำชุมชน

- ๑. อื่น ๆ (ระบุ) ค่าใช้จ่ายผู้เข้าร่วมการอบรม

ลงชื่อ.....^{ผู้ทำ}.....ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวสุชาวดี บุญหนา)

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข

