

**วาระการประชุม**  
**โครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดเสี่ยงลดโรคความดันโลหิตสูง/เบาหวาน**  
**ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔**

วันที่ ๑๗ เดือน พฤษภาคม พ.ศ.๒๕๖๔ เวลา 13.30 น.  
ณ ห้องประชุมใหญ่ โรงพยาบาล กะพ้อ จังหวัดปัตตานี

- |           |  |
|-----------|--|
| วาระที่ 1 | แจ้งที่ประชุมทราบ  |
|           | - ๕ อันดับโรคแรกใน คป.สอ.กะพ้อ                                 |
|           | - ปัญหาสุขภาพของประชาชนในอำเภอกะพ้อ                            |
|           | - พฤติกรรมการกิน การออกกำลังกาย สภาพสังคมปัจจุบันของอำเภอกะพ้อ |
| วาระที่ 2 | คัดเลือกปัญหาสุขภาพเพื่อทำกิจกรรมโครงการในปี ๒๕๖๔              |
| วาระที่ 3 | อื่นๆ  |
| วาระที่ ๔ | แจ้งวันที่ประชุมรอบต่อไป                                       |
|           | ปิดการประชุม   |

**รายงานการประชุม**  
**โครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดเสี่ยงลดโรคความดันโลหิตสูง/เบาหวาน**  
**ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔**

วันที่ ๑๗ เดือน พฤษภาคม พ.ศ.๒๕๖๔ เวลา ๑๓.๓๐ น.  
 ณ ห้องประชุมใหญ่ โรงพยาบาล กะพ้อ จังหวัดปัตตานี

**ผู้เข้าร่วมประชุม**

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| ๑. นางซารีตา นิเงาะ       | หัวหน้ากลุ่มการพยาบาล                              |
| ๒. นางสาวสลมา ชูอ่อน      | หัวหน้ากลุ่มงานบริการปฐมภูมิองค์กรรวมและยุทธศาสตร์ |
| ๓. นางรัชนิกร ยีเฮง       | หัวหน้าหอผู้ป่วยใน                                 |
| ๔. นางฟารีษา อิหะโละ      | ประธานทีมงานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์               |
| ๕. นางนุรีซาน โต๊ะเด็น    | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ                              |
| ๖. นางสาวสุโนนะ มะละ      | นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ                    |
| ๗. นางสาววันนูเรีย มะแซ   | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ                              |
| ๘. นางสาวฮุสนี เต็งโต     | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ                              |
| ๙. นางสาวโนรีซาน มะยิ     | นักวิชาการพัสดุชำนาญการ                            |
| ๑๐. นางสาวมัสรา อาแว      | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ                              |
| ๑๑. นางยุพิน สามะ         | อาสาสมัครสาธารณสุข ตำบลกะรุปี                      |
| ๑๒. นางมาसानะ ลาสะ        | อาสาสมัครสาธารณสุข ตำบลกะรุปี                      |
| ๑๓. นางรอฮานา เต็งมะ      | อาสาสมัครสาธารณสุข ตำบลกะรุปี                      |
| ๑๔. นางฮาตีมา เต็งโต      | อาสาสมัครสาธารณสุข ตำบลกะรุปี                      |
| ๑๕. นางสาวพาริตะห์ รอมีซา | อาสาสมัครสาธารณสุข ตำบลกะรุปี                      |

เปิดประชุม เวลา ๑๓.๓๐ น.

วาระที่ ๑ แจ้งที่ประชุมทราบ

- ๕ อันดับโรคแรกใน คป.สอ.กะพ้อ

๕ อันดับโรค ผู้ป่วยนอกปีงบประมาณ ๒๕๕๙-๒๕๖๓									
ข้อมูลการป่วยผู้ป่วยนอก									
ปีงบประมาณ ๒๕๕๙		ปีงบประมาณ ๒๕๖๐		ปีงบประมาณ ๒๕๖๑		ปีงบประมาณ ๒๕๖๒		ปีงบประมาณ ๒๕๖๓	
ความดันโลหิตสูง	๓,๓๓๙	ความดันโลหิตสูง	๓,๖๔๕	ความดันโลหิตสูง	๔,๑๕๖	ความดันโลหิตสูง	๔,๓๕๖	ความดันโลหิตสูง	๓,๘๐๙
โรคกระเพาะอาหาร	๑,๒๙๐	ไข้หวัด	๒,๒๒๙	ไข้หวัด	๒,๒๗๖	โรคเบาหวาน	๒,๒๐๖	โรคเบาหวาน	๑,๙๘๒
โรคหลอดเลือดอักเสบ	๑,๒๗๕	โรคเบาหวาน	๑,๑๗๗	โรคเบาหวาน	๑,๗๐๕	ไข้หวัด	๑,๕๑๖	ไข้หวัด	๘๘๗
โรคเบาหวาน	๑,๒๗๓	ไข้ไม่ทราบสาเหตุ	๑,๒๖๕	โรคหลอดเลือดอักเสบ	๗๕๑	โรคปอดบวม	๑,๐๗๖	โรคกระเพาะอาหาร	๘๘๗
ไข้หวัด	๑,๒๕๔	โรคกระเพาะอาหาร	๑,๑๕๑	โรคกระเพาะอาหาร	๗๗๗	ไข้ไม่ทราบสาเหตุ	๗๘๐	โรคคิด	๗๓๖
ข้อมูลการป่วยผู้ป่วยใน									
ปีงบประมาณ ๒๕๕๙		ปีงบประมาณ ๒๕๖๐		ปีงบประมาณ ๒๕๖๑		ปีงบประมาณ ๒๕๖๒		ปีงบประมาณ ๒๕๖๓	
โรคปอดบวม	๒๒๗	โรคปอดบวม	๒๗๘	โรคปอดบวม	๑๗๓	โรคปอดบวม	๑๔๘	โรคปอดบวม	๑๕๐
โรคท้องร่วง	๑๗๗	โรคไข้เลือดออก	๒๗๔	โรคท้องร่วง	๑๑๓	โรคท้องร่วง	๑๑๖	โรคท้องร่วง	๑๐๕
โรคไข้เลือดออก	๑๑๙	โรคท้องร่วง	๒๐๕	โรคปอดอักเสบเรื้อรัง	๘๘	โรคปอดอักเสบเรื้อรัง	๗๓	โรคไข้เลือดออก	๖๔
โรคคิดเชิงบวกที่เรื้อรัง	๖๗	โรคปอดอักเสบเรื้อรัง	๑๐๔	โรคหลอดเลือดอักเสบ	๕๑	โรคไข้เลือดออก	๗๓	โรคปอดอักเสบเรื้อรัง	๕๗
โรคหัวใจล้มเหลว	๕๕	โรคหัวใจล้มเหลว	๕๒	ตีต	๔๑	ไข้แดง	๖๕	หัวใจล้มเหลว	๔๙

นางพาริษา อิหะโละ ให้ข้อมูล ๕ อันดับโรคแรกของ คปสอ.กะพ้อ ว่าโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน ติดอันดับต้นๆของตารางตลอด ๕ ปีงบประมาณที่ผ่านมา ซึ่งโรคดังกล่าวเป็นโรคที่สามารถป้องกันได้ โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นทางโรงพยาบาลกะพ้อจึงอยากเลือกโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวานมาทำเป็นโครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดเสี่ยง ลดโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔ เพื่อส่งเสริม สนับสนุน ป้องกัน และจัดกระบวนการเรียนรู้ การปรับพฤติกรรมสุขภาพในปีงบประมาณ ๒๕๖๔

องค์ประกอบการวัด	คะแนนเฉลี่ยรายข้อคำถาม					คะแนนรวมเฉลี่ย	ร้อยละจากคะแนนเต็ม	ระดับความรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ
	ข้อที่ 1	ข้อที่ 2	ข้อที่ 3	ข้อที่ 4	ข้อที่ 5			
ความรู้ด้านสุขภาพ	3.54	3.66	3.60	3.32	3.74			ดี
	ข้อที่ 6	ข้อที่ 7	ข้อที่ 8	ข้อที่ 9	ข้อที่ 10			
	3.74	3.69	3.51	3.65	3.44			
สรุปคะแนนเฉลี่ยและร้อยละความรู้ด้านสุขภาพ						36.40	72.79	ดี
1. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	2.63	3.34	3.53	3.57	4.32	17.50	70.36	ดี
2. พฤติกรรมการออกกำลังกาย	2.42	3.21				5.64	56.38	ไม่ดี
3. พฤติกรรมการสูบบุหรี่	4.51	3.67				8.38	83.76	ดีมาก
4. พฤติกรรมการดื่มสุรา	4.66					4.98	99.66	ดีมาก
5. การจัดการความเครียด	2.69	2.69				5.88	73.49	ดี
6. พฤติกรรมการใช้ยาอย่างสมเหตุผล	3.43	3.45	3.43			10.31	85.88	ดีมาก
7. พฤติกรรมการป้องกันโรคติดต่อโควิด-19	3.31	3.51	2.96	2.55		12.35	77.20	ดี
สรุปคะแนนรวมพฤติกรรมสุขภาพ						65.12	75.73	ดี

- ปัญหาสุขภาพของประชาชนในอำเภอกะพ้อ

นางพาริษา อิหะโละ ให้ข้อมูลจากการทำแบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนกลุ่มเสี่ยง เขตอำเภอกะพ้อ ปีงบประมาณ ๒๕๖๔ จำนวน ๕๐ คน โดยชมรมอาสาสมัครสาธารณสุข ตำบลกะรุปี พบว่า

- กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ด้านสุขภาพ ในระดับดี ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๗๒.๗๙ ซึ่งเป็นผู้ที่มีระดับความรู้ด้านสุขภาพเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
- กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมสุขภาพ ในระดับดี ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๗๕.๗๓ ซึ่งเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพตนเองทั้ง ๗ ด้าน

เมื่อพิจารณาข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ ในรายด้าน พบว่า กลุ่มเป้าหมายมีพฤติกรรมในระดับดีมาก ได้แก่ พฤติกรรมการสูบบุหรี่ พฤติกรรมการดื่มสุรา และพฤติกรรมการใช้ยาอย่างสมเหตุผล กลุ่มเป้าหมายมีพฤติกรรมในระดับดี ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร พฤติกรรมการจัดการความเครียด และพฤติกรรมการป้องกันโรคติดต่อโควิด-๑๙ ทั้งนี้พฤติกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับไม่ดี

## - พฤติกรรมการกิน การออกกำลังกาย สภาพสังคมปัจจุบันของอำเภอกะพ้อ

ด้วยประชาชนในอำเภอกะพ้อวัฒนธรรมการรับประทานอาหารหวาน มัน เค็ม เป็นประจำ และไม่ค่อยออกกำลังกาย ด้วยหลักศาสนาและความเชื่อต่างๆส่งผลให้อัตราการออกกำลังกายน้อยมาก สภาพแวดล้อมในสถานการณ์ปัจจุบันก็เอื้ออำนวยให้การรับประทานอาหารหวานเพิ่มมากขึ้น มีอัตราการเกิดของร้านขายเครื่องดื่มที่มีผลต่อการเกิดโรคเบาหวานเพิ่มขึ้น

## วาระที่ ๒ คัดเลือกปัญหาสุขภาพเพื่อทำกิจกรรมโครงการในปี ๒๕๖๔

นางสาววันนุรีย์ มะแซ เสนอให้จัดอบรมโครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดเสี่ยงลดโรค ความดันโลหิตสูง/เบาหวาน ปีงบประมาณ ๒๕๖๔ กลุ่มเป้าหมาย คือ ประชาชนในหมู่ ๑, ๒, ๓, ๔ และ ๗ จำนวน ๑๕๐ คน แบ่งเป็น ๓ กิจกรรมย่อย และแบ่งเป็นฐานๆเพื่ออำนวยความสะดวกให้ความรู้และครอบคลุม

## วาระที่ ๓ วาระอื่นๆเพิ่มเติม

- กำหนดวันจัดโครงการ ให้ความรู้ ประชาชนในหมู่ ๑, ๒, ๓, ๔ และ ๗ ในวันที่ ๔ มิถุนายน ๒๕๖๔ โดยจัดเป็นฐานให้ความรู้ใน ๕ โรคสำคัญ  
ฐานที่ ๑ ให้ความรู้เรื่องความดันโลหิตสูง รับผิดชอบโดย นางพาริชา อิหะโละนางสาวสุสนี เต็งโต  
ฐานที่ ๒ ให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน โดยพยาบาล NCD รับผิดชอบโดย นางสาวมัศรา อาแว และนางสาวเจระอเมาะ นิมะ  
ฐานที่ ๓ ให้ความรู้เรื่องการใช้ยา สมเหตุสมผล (RDU) รับผิดชอบโดย นางสาวมัศตู่ระห์ ตือราแม  
ฐานที่ ๔ ให้ความรู้เรื่องการออกกำลังกาย รับผิดชอบโดย นางนุรีชาน โต๊ะเต็น และนักกายภาพบำบัด  
ฐานที่ ๕ ให้ความรู้เรื่องจิตเวชและยาเสพติด รับผิดชอบโดย นางสาววันนุรีย์ มะแซ
- ให้นางสาวมัศรา อาแว เริ่มการคัดกรองผู้ป่วย NCD ที่จะทำเป็นกลุ่มตัวอย่าง ๓๐ คนมาปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยคุณผลการเจาะ GAP HT/DM ในช่วงต้นปีงบประมาณ และจะประเมินผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในอีก ๓ เดือนหลังปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
- นางสาวโนรีชาน มะยิ เสนอการจัดทำบัดดี้ & บัดเดอ์ ในกลุ่มตัวอย่างที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้กับกลุ่มตัวอย่าง โดยให้ **อสม. ๑ คนต่อผู้ป่วย NCD ๑ คน** โดยประเมินผลก่อน (HT = วัดความดัน ,DM = เจาะ FBS) และหลังปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ป่วย

## วาระที่ ๓ แจ้งวันที่ประชุมรอบต่อไป

- ประชุมครั้งต่อไป วันที่ ๒๔ มิถุนายน ๒๕๖๔ เวลา ๑๓.๓๐ น. ณ ห้องประชุมใหญ่ โรงพยาบาลกะพ้อ ติดตามความก้าวหน้าของโครงการ

ปิดการประชุม เวลา ๑๖.๐๐ น.

นางยุพิน สาเมาะ

นางสาวโนรีชาน มะยิ

อาสาสมัครสาธารณสุข ตำบลกะรุปี

นักวิชาการพัสดุชำนาญการ

ผู้บันทึกรายงานการประชุม

ผู้ตรวจรายงานการประชุม

