

ภาพกิจกรรม

ประชุมโครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
ลดเสี่ยงลดโรคความดันโลหิตสูง/เบาหวาน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔

โดยจัดครั้งที่ ๑ วันที่ ๔ มิถุนายน ๒๕๖๔ ณ ห้องประชุมใหญ่ รพ.สต.ตะโละดือรามัน และครั้งที่ ๒ วันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๔ ณ ห้องประชุมใหญ่ โรงพยาบาลกะพ้อ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๖.๐๐ น. โดยตั้งกลุ่มเป้าหมายจำนวน ๑๕๐ คน และมีผู้เข้าร่วมอบรมจำนวน ๗๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๙.๓๔ แบ่งเป็น ๓ กิจกรรมย่อย โดยออกแบบกิจกรรมให้ความรู้เป็นฐานต่างๆ แบ่งเป็น ๕ ฐาน คือ

ฐานที่ ๑ ให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน โดยพยาบาล NCD

ฐานที่ ๒ ให้ความรู้เรื่องความดันโลหิตสูง โดยพยาบาล NCD

ฐานที่ ๓ ให้ความรู้เรื่องการใช้ยา สมเหตุสมผล โดยเภสัชกร

ฐานที่ ๔ ให้ความรู้เรื่องจิตเวชและยาเสพติด โดยนักจิตเวชและพยาบาลยาเสพติด

ฐานที่ ๕ ให้ความรู้เรื่องการออกกำลังกาย โดยนักกายภาพบำบัด

และมีการนำบุคคลต้นแบบแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการปรับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการทานอาหารที่เหมาะสมกับกลุ่มโรค โดยได้รับความร่วมมือจากภาคีเครือข่าย ทั้ง อสม. อบต. มาให้ความรู้ในการปลูกผักสวนครัว เพื่อเพิ่มโอกาสการบริโภคอาหารที่มีคุณภาพ ปลอดภัย และยังช่วยลดรายจ่ายให้กลุ่มผู้ป่วยอีกทางหนึ่งด้วย



ให้ความรู้เรื่องการล้างมือ ที่ถูกต้อง ป้องกันการแพร่ระบาดของ COVID-๑๙



ฐานที่ ๑ ให้ความรู้เรื่องความดันโลหิตสูง โดยพยาบาล NCD



ฐานที่ ๒ ให้ความรู้เรื่องความดันโลหิตสูง โดยพยาบาล NCD



ฐานที่ ๓ ให้ความรู้เรื่องการใช้ยา สมเหตุสมผล โดยเภสัชกร



ฐานที่ ๔ ให้ความรู้เรื่องจิตเวชและยาเสพติด โดยนักจิตเวชและพยาบาลยาเสพติด



ฐานที่ ๕ ให้ความรู้เรื่องการออกกำลังกาย โดยนักกายภาพบำบัด



บุคคลต้นแบบแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมออกกำลังกายและการบริโภคอาหาร
ที่เหมาะสมกับโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง