**แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบล/เทศบาล.......................**

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม คัดกรองภาวะเสี่ยงโรคหัวใจ หลอดเลือดสมอง ต้อกระจก และภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบล/เทศบาล........................

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน หน่วยบริการ/รพ.สต./ศูนย์บริการสาธารณสุข/ส่วนสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อมองค์การบริหารส่วนตำบล/เทศบาล................ มีความประสงค์จะจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม คัดกรองภาวะเสี่ยงโรคหัวใจ หลอดเลือดสมอง ต้อกระจก และภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ ในปีงบประมาณ xxxx โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบล/เทศบาล.................... เป็นเงิน xxxxxx บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

**ส่วนที่ 1 : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)**

**หลักการเหตุผล**

โรคหัวใจและหลอดเลือด (cardiovascular diseases) ได้แก่ โรคหลอดเลือดสมอง (cerebrovascular diseases) และโรคหัวใจขาดเลือด (ischaemic heart diseases) เป็นสาเหตุการเสียชีวิตลำดับต้นของคนไทย ตั้งแต่ปี 2555 ในแต่ละปีมีคนไทยเสียชีวิตจากโรคนี้มากกว่า 54,000 รายและมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทุกปี ในจำนวนนี้มากกว่าร้อยละ 80 เป็นผู้สูงอายุ สาเหตุของโรคกลุมนี้เกิดจากวิถีชีวิตและพฤติกรรมสุขภาพที่ไมถูกตองเหมาะสม ไดแก การรับประทานที่มากเกินพอดี ไมสมดุล รับประทานอาหารรสหวาน มัน เค็ม รับประทาน ผักผลไมนอย ใชเครื่องอํานวยความสะดวกมากขึ้น มีกิจกรรมทางกายนอยลง ไมออกกําลังกาย เครียด และพักผอนไมเพียงพอ ประกอบกับการสูบบุหรี่ และการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล ซึ่งปจจัยเสี่ยงดานพฤติกรรมสุขภาพดังกลาวสงผลใหเกิดภาวะนํ้าหนักเกิน อวน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง เบาหวาน และนําไปสูการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด **จากการ**สำรวจสถานการณ์ปัญหาสุขภาวะของผู้สูงอายุโดย**กรมอนามัย (พ.ศ.2556) พบว่าผู้สูงอายุ**มีปัญหาสุขภาพด้วยโรคความดันโลหิตสูง 41% โรคเบาหวาน 18% และโรคซึมเศร้า 1% ผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงมากกว่า95% ได้รับการดูแลรักษา แต่ก็มีผู้สูงอายุมากถึง 55% ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด และ43% ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิต พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ที่ผู้สูงอายุไทยปฏิบัติตัวได้น้อยที่สุดเรียงตามลำดับ ได้แก่ ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 วันวันละ 15-30 นาทีเป็นประจำ (57%) ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 แก้วเป็นประจำ (65%) รับประทานผักและผลไม้เป็นประจำ (66%) ไม่ดื่มสุรา/เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (83%) และไม่สูบบุหรี่ (84%) ส่งผลให้ผู้สูงอายุไทยมีปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพที่สำคัญคือ ภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วน ซึ่งพบความชุกสูงถึง 43% ในเพศชาย และ50% ในเพศหญิง โดยปัจจัยป้องกันที่สำคัญ ได้แก่ การออกกำลังกายเป็นประจำและการกินอาหารที่เหมาะสม นอกจากนั้นการสำรวจของมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (พ.ศ.2556) พบว่าผู้สูงอายุยังมีปัญหาเรื่องการเคลื่อนไหวร่างกาย (58%) ด้านการมองเห็น (19%) และด้านจิตใจ (3%)

การดำเนินมาตรการเชิงรุกการตรวจคัดกรองสุขภาพโดยค้นหาปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดด้วยการประเมินปัจจัยเสี่ยงหลายปัจจัยพร้อมๆ กัน (global risk score) เพื่อทำนายโอกาสเกิดโรคภายในอนาคตข้างหน้า จะทําใหผูที่มีโอกาสเสี่ยงตอโรคหัวใจและหลอดเลือดสามารถจัดการตนเองได้ด้วยการสนับสนุนจาก อสม และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เพื่อลดปจจัยเสี่ยงและปรับพฤติกรรมสุขภาพใหถูกตองเหมาะสม จะสงผลใหนํ้าหนักตัว ระดับความดันโลหิต ระดับนํ้าตาลและไขมันในเลือดอยูในเกณฑปกติ นอกจากนั้นการตรวจคัดกรองโรคหลอดเลือดสมอง สายตาผิดปกติ ภาวะซึมเศร้าและการดูแลอย่างต่อเนื่อง จะช่วยให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตและลดภาระสังคม

**1. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด**

1. เพื่อคัดกรองภาวะเสี่ยงโรคหัวใจ หลอดเลือดสมอง ต้อกระจก และภาวะซึมเศร้า

2. เพื่อส่งเสริมผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงปรับพฤติกรรม

3. เพื่อให้ผู้สูงอายุที่จำเป็นต้องรักษา ได้รับการส่งต่อไปรักษาต่อเนื่อง

**ตัวชี้วัด** ผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดกรอง....... คน

ผู้สูงอายุที่ได้รับการส่งต่อ....... คน

ผู้สูงอายุที่ออกกำลังเพิ่มขึ้น....... คน

**กลุ่มเป้าหมาย** ผู้สูงอายุในตำบล/หมู่บ้าน ............คน

**2. วิธีดำเนินการ**

1.จัดทำข้อมูลผู้สูงอายุที่จำเป็นต้องได้รับการคัดกรอง

2.จัดอบรมเชิงปฏิบัติการแก่ อาสาสมัครสาธารณสุข ให้มีความรู้และทักษะในการใช้แบบประเมินหรือแอพพิเคชั่นโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD Risk) วิธีการคัดกรองตาต้อกระจกด้วยการนับนิ้วมือระยะ 10 ฟุต และการใช้แบบประเมินภาวะซึมเศร้า 2Q/9Q

3. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการตรวจคัดกรองผู้สูงอายุร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุข โดย

-เจ้าหน้าที่ สธ ตรวจคลำชีพจร ผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป เพื่อค้นหาผู้ที่มีชีพจรเต้นผิดจังหวะ เพื่อส่งต่อไปรับการตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจที่ รพ.

-เจ้าหน้าที่ สธ คัดกรองโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดเฉพาะผู้สูงอายุที่ยังไม่มีโรคหัวใจและหลอดเลือดอายุ 60-70 ปี ด้วยแบบประเมินหรือแอพพิเคชั่น Thai CV Risk score โดยบันทึกข้อมูลที่จำเป็น เช่น เพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง รอบเอว เป็นต้น กรณีมีความเสี่ยงสูง จะส่งต่อไปรพ.พบแพทย์ และทุกระดับความเสี่ยงจะให้คำปรึกษาแนะนำการออกกำลังกาย การกินผักผลไม้มากขึ้น การลดและควบคุมน้ำหนัก

-อสม.ช่วยตรวจวัดสายตาคัดกรองตาต้อกระจก โดยทดสอบการนับนิ้วมือที่ระยะ 10 ฟุต หากผู้สูงอายุนับผิด 3 ครั้งจาก 5 ครั้ง แสดงว่าผิดปกติ ส่งให้เจ้าหน้าที่ สธ ตรวจกรองซ้ำด้วยการวัด VA ใช้แผ่น Snellen chart หรือ E chart หาก VA ต่ำกว่า 20/70 หรือ 6/18 จะส่งต่อ รพ เพื่อตรวจและวินิจฉัยต่อไป

-อสม.คัดกรองภาวะซึมเศร้า โดยใช้แบบคัดกรอง 2Q หากมีข้อใดข้อหนึ่ง ให้สอบถามต่อด้วยแบบประเมิน 9Q หากคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 7 เจ้าหน้าที่ สธ จะตรวจประเมินซ้ำอีกครั้งเพื่อยืนยัน หากใช่สอบถามด้วยแบบประเมิน 8Q ถ้าคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 17 แจ้งผู้ใกล้ชิดทราบและส่งต่อ รพ.

-บันทึกการตรวจและผลคัดกรองในทะเบียนหรือฐานข้อมูลของหน่วยบริการ พร้อมบันทึกในแบบรายงานส่งหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

4. อาสาสมัครสาธารณสุขออกเยี่ยมบ้านทุก 2-4 สัปดาห์ เพื่อติดตามการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลดภาวะเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดสมองด้วยการออกกำลังกาย การกินผักผลไม้มากขึ้น การลดและควบคุมน้ำหนัก

5. ประสานและติดตามข้อมูลรายที่ส่งต่อไปยัง รพ และออกเยี่ยมให้คำปรึกษา

6. สรุปผลการดำเนินงานตามแผนงานโครงการพร้อมแบบรายงาน ส่งให้กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบล/เทศบาลxxxxx

**3. ระยะเวลาดำเนินการ**

ระหว่างเดือน xxxxx – xxxxx พ.ศ.xxxx

**4. สถานที่ดำเนินการ**

พื้นที่……………………………………..

**5. งบประมาณ**

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบล/เทศบาล xxxxx จำนวน xxxxxx บาท รายละเอียด ดังนี้

5.1 ค่าใช้จ่ายอบรม อสม. 1 วัน เป็นเงิน xxxxx บาท

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน xx คน ๆ ละ xx บาท/มื้อ จำนวน xx มื้อ เป็นเงิน xxxxx บาท

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน xx คน ๆ ละ xx บาท/มื้อ จำนวน xx มื้อ เป็นเงิน xxxxx บาท

- ค่าถ่ายเอกสารประกอบการอบรม จำนวน xx เล่ม ๆ ละ xx บาท เป็นเงิน xxxxx บาท

- ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน xx ชั่วโมงๆละ xxx บาท เป็นเงิน xxxxx บาท

5.2 ค่าใช้จ่ายการตรวจคัดกรอง เป็นเงิน xxxxx บาท

- ค่าวัสดุ (แบบประเมิน และอื่นๆ) เป็นเงิน xxxxx บาท

- ค่าจ้างเหมาบริการคัดกรอง รายละ xxx บาท จำนวน xxราย เป็นเงิน xxxxx บาท

5.3 ค่าใช้จ่ายการออกเยี่ยมบ้านและติดตาม เป็นเงิน xxxxx บาท

- ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง

**6. ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

1. ผู้สูงอายุที่มีผลคัดกรองผิดปกติได้รับการตรวจวินิจฉัยและดูแลต่อเนื่อง

2. ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมที่เอื้อต่อสุขภาพเพิ่มขึ้น

**7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม**

**(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)**

7.1 *หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ* (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ส่วนสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อมองค์การบริหารส่วนตำบลxxxxx

🗹 7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล

7.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

🗹 7.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะอนุกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

🗹 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

🞎 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

🞎 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

🞎 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

🞎 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

🞎 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

🗹 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

🞎 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

🞎 7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ) ....................................................................................................

ตัวอย่างแบบบันทึกรายงานการตรวจคัดกรองส่งกองทุนฯ

(บันทึกชื่อ-นามสกุล ที่อยู่ ระบุผล ปกติ/ผิดปกติ เสี่ยงสูง/ต่ำ และทำเครื่องหมาย X ในช่องที่ดำเนินการ)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | ชื่อ-นามสกุล | ที่อยู่ | คลำชีพจร | | ตรวจสายตา | | ประเมินCVD risk | | | คัดกรองซึมเศร้า | | |
| ปกติ/ผิดปกติ | ส่งต่อ | ปกติ/ผิดปกติ | ส่งต่อ | เสี่ยงสูง/ต่ำ | ส่งต่อ | แนะนำ | 2Q | 9Q/8Q | ส่งต่อ |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

แบบบันทึกรายงานการเยี่ยมบ้านติดตามรายที่ส่งต่อ รพ.และการปรับพฤติกรรม

(บันทึกชื่อ-นามสกุล ผลการส่งต่อ(ถ้ามี) ทำเครื่องหมาย X ในช่อง การเยี่ยมครั้งที่...ถ้า อสม ไปเยี่ยม และในช่องการออกกำลัง กินผักผลไม้ ควบคุมน้ำหนัก ถ้า ผู้สูงอายุได้ทำ)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | ชื่อ-นามสกุล | ผลการส่งต่อ | การเยี่ยม | | | | | | | การออกกำลัง | กินผักผลไม้ | ควบคุมน้ำหนัก |
| ครั้งที่1 | ครั้งที่2 | ครั้งที่3 | ครั้งที่... | ครั้งที่... | ครั้งที่... | ครั้งที่... |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

สรุปรายงานการดำเนินการ (บันทึกจำนวนผู้สูงอายุที่ได้รับบริการแยกตามหมู่บ้าน และชาย/หญิง)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| หมู่ที่ | จำนวน ผสอ | | คลำชีพจร | | ตรวจสายตา | | ประเมิน CV risk | | คัดกรองซึมเศร้า | | ส่งต่อ | | การเยี่ยม | | การออกกำลัง | | กินผักผลไม้ | | ควบคุมน้ำหนัก | |
| ชาย | หญิง | ชาย | หญิง | ชาย | หญิง | ชาย | หญิง | ชาย | หญิง | ชาย | หญิง | ชาย | หญิง | ชาย | หญิง | ชาย | หญิง | ชาย | หญิง |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ... |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| รวม |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |