



ที่ สธ ๐๙๐๒.๐๒/ว ๑๙๖๑

ถึง สำนัก/กอง/ศูนย์/กลุ่ม/สถาบัน ในสังกัดกรมอนามัย

กองการเจ้าหน้าที่ขอส่งสำเนาประกาศกรมอนามัย ลงวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๑ เรื่อง การคัดเลือกข้าราชการเข้ารับการประเมินผลงานเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งประเภทวิชาการ ระดับชำนาญการ (สายงานพยาบาลวิชาชีพ) จำนวน ๒ ราย ดังนี้

๑. นางจุฑารัตน์ ภูมิชาติ ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ กลุ่มพัฒนาอนามัยแม่และเด็ก ศูนย์อนามัยที่ ๔ สระบุรี กรมอนามัย

๒. ร้อยเอกหญิงสุรางคณา ประเสริฐศรี ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยรุ่น ศูนย์อนามัยที่ ๔ สระบุรี กรมอนามัย

ทั้งนี้ สามารถดูรายละเอียดของประกาศดังกล่าวได้ที่ <http://person.anamai.moph.go.th>

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ จะเป็นพระคุณ



กองการเจ้าหน้าที่

โทร.๐ ๒๕๙๐ ๔๐๘๗

โทรสาร.๐ ๒๕๙๑ ๘๒๐๕

สำเนา

ประกาศกรมอนามัย

เรื่อง การคัดเลือกข้าราชการเข้ารับการแข่งขันผลงานเพื่อแต่งตั้ง
ให้ดำรงตำแหน่งประเภทวิชาการ ระดับชำนาญการ
(สายงานพยาบาลวิชาชีพ)

ด้วยกรมอนามัย ได้คัดเลือกข้าราชการเข้ารับการแข่งขันผลงาน เพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่ง
ประเภทวิชาการ ระดับชำนาญการ สายงานพยาบาลวิชาชีพ จำนวน ๒ ราย ตามหนังสือสำนักงาน ก.พ.
ที่ นร ๑๐๐๖/ว ๑๐ ลงวันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๔๘ ดังรายชื่อผู้ได้รับคัดเลือก พร้อมด้วยชื่อผลงาน ค่าครองชีพ
และสัดส่วนของผลงาน ตามรายละเอียดแนบท้ายประกาศนี้

หากมีผู้ต้องการทักท้วง ให้ทักท้วงภายใน ๓๐ วัน นับตั้งแต่วันที่ประกาศ ถ้าพบว่าข้อเท็จจริงมีมูล
ให้คณะกรรมการคัดเลือกบุคคลสายงานอภิตติกรมอนามัย เพื่อดำเนินการตามหนังสือสำนักงาน ก.พ. ที่ นร ๐๗๐๗.๓/ว ๕
ลงวันที่ ๑๒ เมษายน ๒๕๔๒ แต่ถ้าตรวจสอบแล้วมีหลักฐานว่าข้อทักท้วงนั้นเป็นการกลั่นแกล้งหรือไม่สุจริต
ให้รายงานอภิตติกรมอนามัยดำเนินการสอบสวนผู้ทักท้วงนั้น เพื่อหาข้อเท็จจริงและดำเนินการตามที่เห็นสมควรต่อไป

ประกาศ ณ วันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๑

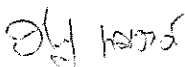
(ลงชื่อ) อรรถพล แก้วสัมฤทธิ์

(นายอรรถพล แก้วสัมฤทธิ์)

รองอธิบดีกรมอนามัย รักษาราชการแทน

อธิบดีกรมอนามัย

สำเนาถูกต้อง



(นางวิภาวี เสมวงศ์)

นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ

กรมอนามัย

๒๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

รายละเอียดการคัดเลือกข้าราชการเข้ารับการประเมินผลงานเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งตำแหน่งประเภทวิชาการ ระดับชำนาญการ (สายงานพยาบาลวิชาชีพ)
 แผนกพยาบาลกรมอนามัย ลงวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๑

ลำดับ ที่	ชื่อ/ตำแหน่ง/ส่วนราชการ	ประเมินเพื่อแต่งตั้ง ให้ดำรงตำแหน่ง	ชื่อผลงาน	สัดส่วนของ ผลงาน	ข้อเสนอฯ เรื่อง	หมายเหตุ
๑	นางจุฑารัตน์ ภูมิชาติ ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ ระดับปฏิบัติการ ตำแหน่งเลขที่ ๗๐๐ กลุ่มพัฒนาอนามัยแม่และเด็ก ศูนย์อนามัยที่ ๔ สระบุรี กรมอนามัย	ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ ระดับชำนาญการ ตำแหน่งเลขที่ ๗๐๐ กลุ่มพัฒนาอนามัยแม่และเด็ก ศูนย์อนามัยที่ ๔ สระบุรี กรมอนามัย	การส่งเสริมสุขภาพและการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ระยะเวลาที่ดำเนินการ ๑ มิถุนายน ๒๕๕๘ - ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๘	๑๐๐%	โครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกัน ภาวะแทรกซ้อนจากโรคเรื้อรังเบาหวาน ระยะเวลาที่ดำเนินการ มีนาคม ๒๕๖๑ - พฤษภาคม ๒๕๖๑	By review OK
	หมายเหตุ	กรมอนามัยได้อนุมัติการปรับปรุงการกำหนดตำแหน่ง ตำแหน่งเลขที่ ๗๐๐ (โครงสร้างเดิม ตำแหน่งเลขที่ ๖๑๐) เป็นระดับชำนาญการ ตั้งแต่วันที่ ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๗ ตามหนังสือกองการเจ้าหน้าที่ ที่ สธ ๐๙๐๒.๐๓/๖๐๙๕ ลงวันที่ ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๗				

ลำดับ ที่	ชื่อ/ตำแหน่ง/ส่วนราชการ	ประเมินเพื่อแต่งตั้ง ให้ดำรงตำแหน่ง	ชื่อผลงาน	สัดส่วนของ ผลงาน	ข้อเสนอฯ เรื่อง	หมายเหตุ
๒	ร้อยเอกหญิงสุรางคณา ประเสริฐศรี ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ ระดับปฏิบัติการ ตำแหน่งเลขที่ ๗๒๑ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยรุ่น ศูนย์อนามัยที่ ๔ สระบุรี กรมอนามัย	ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ ระดับชำนาญการ ตำแหน่งเลขที่ ๗๒๑ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยรุ่น ศูนย์อนามัยที่ ๔ สระบุรี กรมอนามัย	กรณีศึกษา เรื่อง การให้คำปรึกษาในวัยรุ่น และสตรีตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม เพื่อการยุติ การตั้งครรภ์ที่ปลอดภัย ในระบบบริการ สุขภาพ ระยะเวลาที่ดำเนินการ ๒๔ ธันวาคม ๒๕๕๘ - ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๙	๑๐๐%	การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ ในการดูแล ติดตามและให้คำปรึกษา สตรีตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม ระยะเวลาที่ดำเนินการ ปีงบประมาณ ๒๕๖๑	
	หมายเหตุ	กรมอนามัยได้อนุมัติการปรับปรุงการกำหนดตำแหน่ง ตำแหน่งเลขที่ ๗๒๑ (โครงสร้างเดิม ตำแหน่งเลขที่ ๖๒๒) เป็นระดับชำนาญการ ตั้งแต่วันที่ ๒๔ มิถุนายน ๒๕๕๔ ตามหนังสือกองการเจ้าหน้าที่ ที่ สช ๐๙๐๒.๐๗/๒๒๕๙ ลงวันที่ ๑๗ มิถุนายน ๒๕๕๔			By Panel - 3 -	

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

(ก) ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

1. ชื่อผลงานเรื่อง การส่งเสริมสุขภาพและการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน
2. ระยะเวลาที่ดำเนินการ 1 มิถุนายน 2558 - 31 สิงหาคม 2558
3. สัดส่วนผลงานที่ผู้เสนอเป็นผู้ปฏิบัติ 100 %
4. ผู้ร่วมจัดทำผลงาน -
5. สรุปสาระและขั้นตอนการดำเนินการประกอบด้วย

5.1 บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้รับบริการมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเบาหวาน ร่วมกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหารที่เหมาะสมและเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานที่จะเกิดขึ้น ผู้รับบริการที่นำมาศึกษาได้มีการเลือกจากผู้รับบริการที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในกระแสเลือดได้มา 1 ราย โดยเริ่มมีการศึกษาตั้งแต่เดือนมิถุนายน 2558 - เดือนสิงหาคม 2558 ได้มีการรวบรวมข้อมูลโดยการซักประวัติการเจ็บป่วยปัจจุบัน ประวัติการเจ็บป่วยในอดีต ประวัติการเจ็บป่วยในครอบครัว การดำเนินชีวิตประจำวัน พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ การรับประทานอาหาร ประวัติการแพ้ยา การตรวจร่างกายทั่วไป การตรวจทางห้องปฏิบัติการ การวินิจฉัยและการรักษาของแพทย์ นำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์ เพื่อประเมินปัญหาและการวางแผนให้การดูแล การส่งเสริมสุขภาพ การแก้ปัญหาตามลำดับความสำคัญของปัญหาและให้การพยาบาลแบบองค์รวม วางแผนให้การพยาบาลตามลำดับความสำคัญของปัญหา ให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน การป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน การรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับโรคเบาหวาน ผลการดำเนินงานผู้รับบริการมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเบาหวานและพฤติกรรมการรับประทานอาหารเพิ่มมากขึ้น โดยดูจากค่าระดับน้ำตาลในกระแสเลือด (FBS) ลดลง จาก 169 mg% ลดลงเหลือ 121 mg% ภายในระยะเวลา 3 เดือน ผู้รับบริการไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานเพิ่มมากขึ้น

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

5.1.1 หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวาน เป็นโรคที่พบบ่อยมากมีโอกาสพบได้มากขึ้นตามอายุและพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ส่วนสาเหตุการเกิดโรคเบาหวาน เกิดได้หลายปัจจัยด้วยกันที่สำคัญ คือสาเหตุจากกรรมพันธุ์, ความอ้วน, พฤติกรรมการบริโภคอาหาร โรคเบาหวานเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดจากข้อมูลพบว่าร้อยละ 90 ของผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวาน จะเป็นโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน (สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ, 2551) ปัจจุบันทั่วโลกให้ความสำคัญกับการจัดการโรคไม่ติดต่อเรื้อรังมากขึ้น เนื่องจากสภาวะความเป็นอยู่และวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไป ทำให้ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น โดยปัจจัยเสริมที่ทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานมากขึ้นได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคประทานอาหารที่มีแป้งและน้ำตาลมาก, การไม่ออกกำลังกาย, ผู้ที่มีภาวะความดันโลหิตสูง, ไขมันในเส้นเลือดสูง ฯลฯ การละเลยต่อการปฏิบัติตัวเมื่อเป็นโรคเบาหวานไม่ไปรักษาหรือรับการรักษาไม่ถูกวิธีจะส่งผลทำให้มีภาวะแทรกซ้อนเนื่องจากไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ หากทราบพฤติกรรมการดูแลตนเอง และปัจจัยการเกิดโรคเบาหวานจะเป็นแนวทางในการปรับปรุงการส่งเสริมการให้บริการสุขภาพที่โรงพยาบาลและที่บ้านในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน จะทำให้ผู้ป่วยสามารถมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขทั้งทางร่างกาย และจิตใจได้ ซึ่งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ เป็นวิธีหนึ่งที่สำคัญต่อการป้องกันความรุนแรงของโรค เนื่องจากปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญส่วนใหญ่เกิดจากการมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ไม่เหมาะสม

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ข้าพเจ้าได้เห็นถึงความสำคัญของการป้องกัน และแก้ปัญหาให้กับผู้มารับบริการ โดยการส่งเสริมภาวะสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานมุ่งเน้นการดูแลสุขภาพด้วยตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน เพื่อให้ผู้ป่วยรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองเป็นการเพิ่มความตระหนักในการดูแลสุขภาพ ทั้งหาแนวทางในการใช้ชีวิตของผู้ป่วยโรคเบาหวานให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติและไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนอย่างยั่งยืน ดังนั้นการส่งเสริมสุขภาพจะทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น โดยใช้หลักการพยาบาลผสมผสานกับการส่งเสริมสุขภาพแบบมีส่วนร่วมทั้งผู้ป่วยและญาติและใช้เป็นแนวทางการในการพัฒนางานต่อไป

5.1.2 วัตถุประสงค์

5.1.2.1 เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเบาหวานที่ถูกต้อง

5.1.2.2 เพื่อให้ผู้ป่วยมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับโรคเบาหวาน

5.1.2.3 เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้ในการป้องกันภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานที่เกิดขึ้น

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

5.1.3 วิธีการดำเนินงาน/วิธีการศึกษา/ขอบเขตงาน

5.1.3.1 กลุ่มเป้าหมาย คือผู้ป่วยที่มาใช้บริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรีในคลินิกโรคเรื้อรัง(เบาหวาน) โดยเลือกจากผู้รับบริการที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในกระแสเลือดได้จำนวน 1 ราย

5.1.3.2 การรวบรวมข้อมูลดำเนินการโดย

1) รวบรวมข้อมูลโดยการซักประวัติการเจ็บป่วยปัจจุบัน การเจ็บป่วยในอดีต และการเจ็บป่วยในครอบครัว โดยเน้นการดำเนินชีวิตประจำวัน พฤติกรรมสุขภาพ ประวัติการแพ้ยา

2) การตรวจร่างกายทั่วไป

3) การตรวจทางห้องปฏิบัติการ

4) การวินิจฉัยและการรักษาของแพทย์

5.1.3.3 นำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์ เพื่อประเมินปัญหาและการวางแผนให้การดูแลการส่งเสริมสุขภาพโดยเน้นการแก้ปัญหาตามลำดับความสำคัญของปัญหาและการให้การพยาบาลแบบองค์รวม

5.1.3.4 วางแผนเพื่อให้การพยาบาลตามลำดับความสำคัญของปัญหา

5.1.4 ผลการดำเนินงาน/ผลการศึกษา

ผู้จัดทำได้เลือกผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มาใช้บริการในคลินิกโรคเรื้อรัง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะเกิดภาวะแทรกซ้อน จากการที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในกระแสเลือดได้ เป็นกรณีศึกษาซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ข้อมูลทั่วไป ผู้ป่วยชายไทยรูปร่างท้วม อายุ 68 ปี สัญชาติ นับถือศาสนาพุทธ การศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 อาชีพเกษตรกรกรรม

อาการสำคัญที่มาโรงพยาบาล เวียนศีรษะ มึนศีรษะ อ่อนเพลีย 3 วันก่อนมา รพ. และ มารับยาเบาหวานตามนัด

ประวัติการเจ็บป่วยในปัจจุบัน

4 เดือนก่อน มีอาการเวียนศีรษะ มึนศีรษะบ่อยครั้ง อ่อนเพลียทานได้น้อย เป็นๆหายๆ มา รพ. ผล FBS 209 mg% BP 111/70 mg% แพทย์จึง ปรับยาเบาหวานและนัดให้มาตรวจซ้ำอีก 1 สัปดาห์ 3 เดือนก่อน มีอาการคล้ายเดิมเวียนศีรษะ มึนศีรษะบ่อยครั้ง อ่อนเพลียเหนื่อยง่าย FBS 165 mg%

3 วันก่อน เวียนศีรษะ มึนศีรษะอ่อนเพลียและมารับยาเบาหวานตามนัด

ประวัติการเจ็บป่วยในอดีต ป่วยเป็นโรคเบาหวาน ประมาณ 5 ปี

ประวัติการแพ้ยาและสารเคมี ปฏิเสธการแพ้ยาและสารเคมี

ประวัติการเจ็บป่วยในครอบครัว บุคคลในครอบครัวมีมารดาเป็นเบาหวาน

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

การประเมินสภาพร่างกายตามระบบ

- รูปร่างทั่วไป : รูปร่างห้วม น้ำหนัก 64 กิโลกรัม ส่วนสูง 167 เซนติเมตร
- สัญญาณชีพ : อุณหภูมิร่างกาย 37 องศาเซลเซียส, ชีพจร 84 ครั้ง/นาที, อัตราการหายใจ 20 ครั้ง/นาที, ความดันโลหิต 110/70 มิลลิเมตรปรอท
- ระบบประสาท : ผู้ป่วยรู้สึกตัวดี การรับรู้ เวลา สถานที่และบุคคลถูกต้อง มีการเคลื่อนไหวร่างกายปกติ การรับรู้ความรู้สึกที่แขนขาปกติ บอกตำแหน่งการสัมผัสได้
- ผิวหนัง : ผิวสีแทน ผิวหนังแห้ง ไม่มีรอยแตก ไม่มีจ้ำเลือด ไม่บวม
- ศีรษะและใบหน้า : ผมสีดำมีสีขาวย่นเล็กน้อย ไม่มีรังแค หนังศีรษะไม่แห้ง คลำดูปกติ
: ตาทั้งสองข้างลักษณะสมมาตรกันดี เลนส์ตาไม่ขุ่น การเคลื่อนไหวของลูกตาในทุกทิศทางปกติ การมองเห็นปกติ ใบหู จมูก ลักษณะภายนอกปกติ มีความสมมาตรทั้ง 2 ข้างปากมีรูปร่างสมมาตรกันดี ไม่มีปากแหว่ง ไม่มีรอยโรคที่มุมปาก ภายในปากไม่มีแผล เยื่อภายในและกระพุ้งแก้มสีชมพู ฟันสีขาว ไม่มีฟันผุ ไม่ได้ใส่ฟันปลอม คอ มีกล้ามเนื้อลักษณะสมมาตรกันดี ต่อมน้ำไทรอยด์ไม่โต
- ทรวงอกและทางเดินหายใจ : ทรวงอกรูปร่างปกติลักษณะสมมาตรกันดี การหายใจปกติ
- หัวใจและหลอดเลือด : การเต้นของหัวใจสม่ำเสมอ
- กล้ามเนื้อและกระดูก : โครงสร้างร่างกายปกติ ไม่มีบาดแผลโดยเฉพาะที่เท้าและสันเท้า

การประเมินสภาพด้านสังคม

- สภาพจิตใจ เป็นคนร่าเริง อารมณ์เย็น
- อัจฉริยะ มีความพึงพอใจในความเป็นอยู่ของตนเอง ระบุว่าตนเองมีค่าบุตรีชาย บุตรีสาว และเพื่อนบ้านให้ความรักความนับถือ
- ความทรงจำ มีความจำในอดีตดี สามารถเล่าเรื่องราวต่างๆ บอกเล่าโดยไม่เสียเวลาทบทวนนาน บอกประวัติความเจ็บป่วยได้ถูกต้องตรงกับประวัติที่เคยได้รับการรักษา
- การรับรู้ สามารถระบุ เวลา สถานที่ บุคคลได้ตามจริง ไม่มีประสาทหลอนหรือหูแว่ว
- กระบวนการคิด มีกระบวนการคิดที่สมเหตุสมผล ไม่มีอาการหมกมุ่นหรือย้ำคิดย้ำทำ
- การดูแลตนเอง ระบุว่าเจ็บป่วยของตนเองแต่ยังไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ ชอบรับประทานอาหารหวาน มันแกงกะทิ ชอบผลไม้รสหวาน ลำไย ทุเรียน ยอมรับความเจ็บป่วยได้ สามารถดูแลตนเองในเรื่องกิจวัตรประจำวันได้
- แบบแผนการเผชิญปัญหา ใช้การแก้ไขอย่างมีเหตุผล โดยเมื่อทราบว่าตนเองเกิดการเจ็บป่วยยอมรับสภาพความเป็นจริง และมารับการรักษาที่โรงพยาบาล

ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ

รายการสิ่งส่งตรวจ	ผลการตรวจ	วันที่ตรวจ
FBS (ค่าปกติ 70-110 mg/dl)	169 mg%	11 มิถุนายน 2558
	175 mg%	09 กรกฎาคม 2558
	121 mg%	13 สิงหาคม 2558

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

แผนการรักษาของแพทย์

ผู้ป่วยได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่อง ที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี โดยแพทย์ให้การรักษา ดังนี้ Glibenclamide 2 x 2 o ac , Metformin 2 x 3 o pc , B1-6-12 1 x 3 o pc

การพยาบาล

- 1.ให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานการดำเนินของโรค
- 2.ให้คำแนะนำเกี่ยวกับเรื่องการป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้น
- 3.มีการให้คำแนะนำเกี่ยวกับเรื่องการปฏิบัติตนขณะป่วยเป็นโรคเบาหวาน
 - การรับประทานอาหาร
 - การออกกำลังกาย
 - การใช้ยาที่ถูกต้อง , การมาตรวจตามนัด
- 4.แนะนำอาหารผิดปกติที่ต้องมาโรงพยาบาล
- 5.เปิดโอกาสให้คนไข้ได้ซักถามระบายความในใจ และให้กำลังใจคนไข้ในการควบคุมโรคเบาหวาน
- 6.มีการติดตามประเมินผลหลังการให้การพยาบาล

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมดของคนไข้ทั้งการซักประวัติการตรวจร่างกายการติดตามผลเลือดที่เกี่ยวข้อง จึงได้นำมาวางแผนในการให้การพยาบาลตามปัญหา แรงดันของผู้ป่วยดังนี้

ข้อวินิจฉัยทางการพยาบาล

- 1.เสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวานเนื่องจากไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในกระแสเลือดได้
- 2.ผู้ป่วยขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติตนการรับประทานอาหารโรคเบาหวาน
- 3.ผู้ป่วยและญาติวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคที่เป็นอยู่เนื่องจากสภาพความเจ็บป่วยเรื้อรัง

5.2 การนำไปใช้ประโยชน์

- 1.ใช้เป็นแนวทางสำหรับพยาบาลในการให้การพยาบาลแบบองค์รวมแก่ผู้ป่วยโรคเบาหวาน และเป็นแนวทางในการศึกษาต่อยอดเกี่ยวกับการพยาบาลผู้ป่วยโรคเบาหวาน
- 2.เพื่อเป็นแนวทางในการให้ความรู้และใช้กระบวนการพยาบาลในการปฏิบัติงานแก่เจ้าหน้าที่แผนกผู้ป่วยนอก
- 3.เพื่อเพิ่มพูนความรู้และทักษะในการปฏิบัติงานทางการพยาบาลการให้คำปรึกษา
- 4.เพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้รับบริการและญาติสามารถนำไปเผยแพร่กับผู้อื่นได้

5.3 ความยุ่งยากในการดำเนินการ/ปัญหา/อุปสรรค

เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นเรื่องที่ยาก ที่จะสามารถทำให้ผู้ป่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้อีกทั้งผู้ป่วยขาดแรงจูงใจในการดูแลตนเองจึงทำให้ขาดการควบคุมระดับน้ำตาลอย่างจริงจัง และเป็นโรคเรื้อรังมานานจึงทำให้การดำเนินของโรคเป็นไปอย่างรวดเร็ว ดังนั้นเมื่อผู้ทำการศึกษาค้นคว้าถึงปัญหาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ป่วย จึงต้องทำความเข้าใจกับผู้ป่วยให้

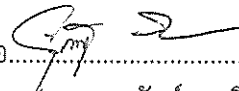
ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

ผู้ป่วยได้มีความตระหนักถึงความสำคัญในการดำเนินของโรคเบาหวานภาวะแทรกซ้อนที่จะตามมาเมื่อผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ ให้ความรู้เรื่องการปฏิบัติตนการดูแลตนเองขณะเป็นโรคเบาหวานที่ถูกต้องและเหมาะสมกับปัญหาของผู้ป่วย และผู้ทำการศึกษายังได้มีการวางแผนเพื่อที่จะปรับปรุงงานการส่งเสริมสุขภาพให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยจะจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคเรื้อรัง ในผู้ป่วยที่มารับบริการคลินิกโรคเรื้อรัง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรีอย่างต่อเนื่อง

5.4 ข้อเสนอแนะ/วิจารณ์ จากการศึกษาพบว่าปัจจุบันนี้ ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี และพบว่าผู้ป่วยที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานยังมีความบกพร่องในเรื่องของการดูแลตนเอง การควบคุมระดับน้ำตาลที่เหมาะสม การรับประทานอาหารที่ถูกต้อง สิ่งที่สำคัญขึ้นอยู่กับความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ดังนั้นจึงจำเป็นต้องให้ผู้ป่วยตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ให้ผู้ป่วยได้เรียนรู้เรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน และให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการช่วยควบคุมระดับน้ำตาล โดยจะช่วยให้ผู้ป่วยสามารถเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตเพื่อการควบคุมโรคเบาหวานที่เหมาะสมได้ กรณีนี้ควรมีการส่งต่อ รพ.สต เพื่อเยี่ยมบ้านอย่างสม่ำเสมอเพราะอาจต้องประเมินสภาพปัญหาให้ครบองค์รวม จึงจะแก้ไขปัญหาให้เหมาะสมกับผู้ป่วยเบาหวานได้อย่างยั่งยืน

5.5 การเผยแพร่ มีการเผยแพร่ผ่าน Knowledge Center ของกรมอนามัยศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรีและเก็บไว้ ณ ห้องสมุดศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นเป็นความจริงทุกประการ

ลงชื่อ  ผู้ขอรับการคัดเลือก
(นางจุฑารัตน์ ภูมิชาติ)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

วันที่ 14 ธ.ค. 2560

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

(ข) ข้อเสนอแนวคิด / วิธีการ เพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

1. ชื่อผลงานเรื่อง โครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคเรื้อรังเบาหวาน
2. ระยะเวลาที่ดำเนินการ มีนาคม 2561 – พฤษภาคม 2561
3. สรุปเค้าโครงเรื่อง

3.1 หลักการเหตุผล

ในปัจจุบันโรคไม่ติดต่อเป็นปัญหาที่พบบ่อยและเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศไทย โดยเฉพาะโรคเบาหวาน ซึ่งโรคดังกล่าวเป็นโรคเรื้อรังซึ่งเกิดจากพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่ พฤติกรรมเสี่ยงในการบริโภคอาหาร การที่ไม่ออกกำลังกาย โรคอ้วน โรคเรื้อรังดังกล่าว เป็นโรคที่ต้องได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง และมีภาระค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลสูง ถ้าไม่ได้รับการดูแลอาจเกิดภาวะแทรกซ้อน อาจทำให้เสียชีวิตก่อนวัยอันควร มีผู้ป่วยโรคเบาหวานเพิ่มเป็นจำนวนมาก และมีแนวโน้มจะสูงขึ้นและคาดว่าจะมีผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้นทุก ๆ ปี การคัดกรองและป้องกันโรคเรื้อรัง จึงมีเป้าหมายที่สำคัญ คือการสร้างสุขภาพที่ดีให้กับประชาชนและลดปัญหาค่าใช้จ่ายสุขภาพในระยะยาวโดยใช้กระบวนการส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรค

จากปัญหาดังกล่าว จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเรื้อรังเบาหวาน ให้ผู้ป่วยได้มีความตระหนักถึงอันตรายและภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้และกลุ่มเสี่ยงที่สนใจดูแลสุขภาพของตนเองเข้าร่วมโครงการได้ที่คลินิกโรคเรื้อรัง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี

3.2 บทวิเคราะห์/แนวความคิด/ข้อเสนอ

สิ่งสำคัญของการป้องกัน และแก้ปัญหาให้กับผู้ป่วยโรคเรื้อรังเบาหวาน โดยการส่งเสริมภาวะสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานมุ่งเน้นการดูแลสุขภาพด้วยตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน เพื่อให้ผู้ป่วยรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองเป็นการเพิ่มความตระหนักในการดูแลสุขภาพ เพื่อหาแนวทางในการใช้ชีวิตของผู้ป่วยโรคเบาหวานให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติและไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนอย่างยั่งยืน ดังนั้นการส่งเสริมสุขภาพจะทำให้สุขภาพคุณภาพชีวิตดีขึ้น โดยใช้หลักการพยาบาล ผสมผสานกับการส่งเสริมสุขภาพแบบมีส่วนร่วมทั้งผู้ป่วยและญาติ และเพื่อใช้เป็นแนวทางการในการพัฒนางานต่อไป

3.3 ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ป่วยโรคเรื้อรังเบาหวานมีความตระหนักถึงภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้น
2. ผู้ป่วยโรคเรื้อรังเบาหวานมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพและ การป้องกันภาวะแทรกซ้อน และสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปเผยแพร่ได้อย่างถูกต้อง
3. ผู้ป่วยโรคเรื้อรังเบาหวานสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ทางด้านสุขภาพได้อย่างเหมาะสม
4. สามารถนำผลงานโครงการไปเผยแพร่กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

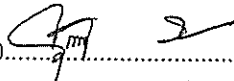
3.3 ตัวชี้วัดความสำเร็จ

3.3.1. ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้นได้โดยดูจากผลเลือด

3.3.2. อัตราการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเรื้อรังเบาหวานลดลง

3.3.3. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำไปเป็นแนวทางในปฏิบัติปรับใช้ได้ในหน่วยงานของตนเอง

ข้าพเจ้าขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นเป็นความจริงทุกประการ

ลงชื่อ  ผู้ขอรับการคัดเลือก
(นางจุฑารัตน์ ภูมิชาติ)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

วันที่ 14 ธ.ค. 2560

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

(ก) ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

1. ชื่อผลงานเรื่อง กรณีศึกษาเรื่อง การให้คำปรึกษาในวัยรุ่นและสตรีตั้งครรภ์ไม่พร้อม เพื่อการยุติการตั้งครรภ์ที่ปลอดภัยในระบบบริการสุขภาพ
2. ระยะเวลาที่ดำเนินการ 24 ธันวาคม 2558 – 31 พฤษภาคม 2559
3. สัดส่วนผลงานที่ผู้เสนอเป็นผู้ปฏิบัติ 100 %

รายละเอียดของผลงานเป็นลักษณะการให้ผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการตัดสินใจร่วมกับการให้ข้อมูลทางการแพทย์ คำแนะนำการติดตามผล การป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน และการคุมกำเนิดป้องกันการตั้งครรภ์ซ้ำ

4. ผู้ร่วมจัดทำผลงาน ไม่มี
5. สรุปสาระและขั้นตอนการดำเนินการ ประกอบด้วย

5.1 บทคัดย่อ

5.1.1 หลักการและเหตุผล

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาที่สำคัญของทั่วโลกรวมทั้งประเทศไทย หากวัยรุ่นตั้งครรภ์ก่อนวัยที่เหมาะสม หรือก่อนจะมีความพร้อมในการเป็นมารดา จะส่งผลกระทบต่อทั้งตัววัยรุ่นเอง ครอบครัว สังคม รวมทั้งประเทศชาติ อย่างไรก็ตามการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ มักมี 2 สาเหตุ คือ การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ป้องกัน และความล้มเหลวจากวิธีคุมกำเนิดที่เลือกใช้ ซึ่งส่วนใหญ่เกิดจากไม่ได้ป้องกันร้อยละ 46 การคุมกำเนิดไม่สม่ำเสมอหรือการใช้วิธีหลังภายนอก ร้อยละ 28 ส่วนสาเหตุที่ไม่คุมกำเนิด เนื่องจากขาดความรู้ ร้อยละ 9 และเข้าใจผิดว่าการมีเพศสัมพันธ์ครั้งเดียวไม่ตั้งครรภ์ หรือหากใช้ถุงยางอนามัยจะขัดขวางความรู้สึกทางเพศ เป็นต้น

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ข้าพเจ้าได้เห็นถึงความสำคัญของปัญหา และได้ให้คำปรึกษาตาม “แนวคิดสนับสนุนทางเลือก Pro choice” โดยเห็นว่าผู้หญิงควรมีสติในเนื้อตัวร่างกาย สิทธิด้านสุขภาพและอนามัยเจริญพันธุ์ และสิทธิในการกำหนดอนาคตของตนเอง ดังนั้นจึงควรมีสติในการตัดสินใจ ด้วยตนเองที่จะตั้งครรภ์ หรือยุติการตั้งครรภ์ได้ในทางกฎหมาย การให้คำแนะนำที่ครบถ้วน เหมาะสม จะทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น และใช้หลักการพยาบาลผสมผสานกับการให้คำปรึกษา เพื่อการส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม และใช้เป็นแนวทางในการพัฒนากิจกรรมการให้บริการต่อไป

5.1.2 วัตถุประสงค์

- 5.1.2.1 เพื่อให้ผู้ป่วยตระหนักถึงความสำคัญและสามารถดูแลตนเองทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ดำเนินชีวิตประจำวันอย่างมีความสุขได้
- 5.1.2.2 เพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน เช่นภาวะตกเลือดที่อาจเกิดขึ้นในระหว่างการดูแลตนเองหลังยุติการตั้งครรภ์
- 5.1.2.3 เพื่อให้ผู้ป่วยตระหนักถึงการดูแลสุขภาพตนเองในเรื่อง การเลือกคุมกำเนิด เพื่อป้องกันการท้องไม่พร้อม ให้เหมาะสมกับตนเอง

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

5.1.3 วิธีการดำเนินงาน/ วิธีการศึกษา/ ขอบเขตงาน

5.1.3.1 กลุ่มเป้าหมายคือ วัยรุ่นตั้งครรภ์ไม่พร้อม ที่มารับบริการขอรับคำปรึกษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี

5.1.3.2 การรวบรวมข้อมูลผู้รับบริการ ดำเนินการโดย

1) รวบรวมข้อมูล โดยการซักประวัติการเจ็บป่วยและประวัติการตั้งครรภ์ในอดีตและการตั้งครรภ์ในครั้งนี้ ประวัติการแพ้ยา ประวัติการคุมกำเนิด

2) การประเมินจากแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า

3) การตรวจร่างกายทั่วไป

4) การตรวจทางห้องปฏิบัติการ UPT, Ultrasound เพื่อยืนยันการตั้งครรภ์

5) การวินิจฉัยและการรักษาของแพทย์

5.1.3.3 นำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์ เพื่อประเมินปัญหาทางการพยาบาล และการวางแผนให้การดูแล การส่งเสริมสุขภาพโดยเน้น การแก้ปัญหาตามลำดับความสำคัญของปัญหา และให้การพยาบาลแบบองค์รวม

5.1.3.4 วางแผนเพื่อให้การพยาบาลตามลำดับความสำคัญของปัญหา

5.1.4 ผลการดำเนินงาน/ผลการศึกษา

ผู้ป่วยหญิงไทยอายุ 17 ปี รูปร่างผอมสูง ผิวขาว น้ำหนัก 40 กิโลกรัม ส่วนสูง 155 เซนติเมตร กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยปีที่ 1 มาโรงพยาบาลโดยให้ประวัติว่าประจำเดือนไม่มา ประมาณ 3 เดือน มีอาการคลื่นไส้เล็กน้อยไม่ปวดท้อง เคยตัดสินใจทำแท้งโดยการซื้อยาขับประจำเดือนมารับประทานเอง แต่ยังไม่มีอาการใดๆเกิดขึ้น และเมื่อทราบข่าวว่าศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี มีการให้บริการยุติการตั้งครรภ์ด้วยยา ที่คิดว่าปลอดภัยกว่าจึงตัดสินใจมารับบริการ

แรกรับ

วัดสัญญาณชีพแรกรับ อุณหภูมิ = 37.2°C , ชีพจร = 82 ครั้ง/นาที

การหายใจ 18 ครั้ง/นาที , ความดันโลหิต = 108/71 มิลลิเมตรปรอท
ตรวจทางห้องปฏิบัติการด้วยปัสสาวะเพื่อทดสอบการตั้งครรภ์ ผล = positive (ตั้งครรภ์จริง)
คาดคะเนจากวันที่ประจำเดือนมาครั้งสุดท้าย และการตรวจอัลตราซาวด์อายุครรภ์ 14 สัปดาห์
ทำแบบทดสอบเพื่อคัดกรองโรคซึมเศร้า ของกรมสุขภาพจิต ผลคะแนน $2Q = 2$, $9Q = 13$
ทำแบบประเมินการฆ่าตัวตาย ของกรมสุขภาพจิต ผลคะแนน $8Q = 10$

แปลผลว่า เป็นโรคซึมเศร้าอยู่ในระดับปานกลางและมีแนวโน้มที่จะตัดสินใจฆ่าตัวตายอยู่ในระดับปานกลาง

แพทย์วินิจฉัย Unwanted Pregnancy with Mild Depressive และให้การรักษาดังนี้

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

แผนการรักษา Misoprostal (Cytotec) 2tab SL. For 30 min. Every 3 hr. X5 time /10 tab
At time 06.00น , 09.00น , 12.00น , 15.00น , 18.00น

การพยาบาล ให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวก่อนรับยา และหลังได้รับยา พร้อมทั้งอธิบายอาการและอาการแสดงต่างๆที่อาจเกิดขึ้นกับผู้รับบริการให้เข้าใจ พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ซักถามเกี่ยวกับข้อสงสัยต่างๆ และได้มีการรวบรวมรวบรวมข้อมูลต่างๆ จากผู้ป่วยโดยการสังเกต สัมภาษณ์ การตรวจร่างกาย แบบประเมินภาวะซึมเศร้า ใบเซ็นรับทราบข้อมูล และใบเซ็นยินยอมการใช้ยายุติการตั้งครรภ์โดยสมัครใจ เพื่อนำข้อมูลมาวางแผนการพยาบาล ตามลำดับความสำคัญของปัญหาดังนี้

ข้อวินิจฉัยทางการพยาบาลที่ 1 ผู้ป่วยมีภาวะเครียดและซึมเศร้าจากภาวะการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์

ข้อวินิจฉัยทางการพยาบาลที่ 2 ผู้ป่วยมีความวิตกกังวลเนื่องจากขาดความมั่นใจการดูแลตนเองขณะได้รับยาที่บ้าน

ข้อวินิจฉัยทางการพยาบาลที่ 3 ผู้ป่วยขาดความรู้ในการปฏิบัติตัวเพื่อการคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพ

5.2 การนำไปใช้ประโยชน์

5.2.1 เพื่อเป็นแนวทางสำหรับบุคคลกรทางการพยาบาล ของศูนย์อนามัยที่ 4 ในการปฏิบัติงานการให้คำปรึกษาแก่ผู้รับบริการซึ่งจะช่วยให้การปฏิบัติงานเป็นไปในทิศทางที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

5.2.2 เพื่อเป็นแนวทางในการให้ความรู้และใช้กระบวนการพยาบาลในการปฏิบัติงานแก่เจ้าหน้าที่แผนกวัยเรียน-วัยรุ่น

5.2.3 เพื่อเพิ่มพูนความรู้และทักษะในการปฏิบัติงานทางการพยาบาล

5.2.4 เพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้รับบริการและญาติสามารถนำไปเผยแพร่กับผู้อื่นได้

5.3 ความยุ่งยากในการดำเนินการ/ปัญหา/อุปสรรค

5.3.1 3 เนื่องจากประเด็นเรื่องการยุติการตั้งครรภ์เป็นเรื่องที่มีความอ่อนไหวทางสังคม วัฒนธรรม และศาสนาหรือแม้แต่ในหน่วยงานเองก็ตาม โดยอาจเกิดการต่อต้าน การไม่ร่วมมือเกิดขึ้น และผู้ให้บริการสาธารณสุขแต่ละคนอาจมีทัศนคติต่อปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมแตกต่างกัน

5.3.2 การสนับสนุนทางสังคม การไม่มีให้บริการ และไม่สามารถเข้าถึงบริการได้ (Not available, Not accessible) เช่น ข้อจำกัดด้านกฎหมาย การไม่ทราบว่ามิให้บริการที่ไหนบ้าง แหล่งบริการอยู่ไกลทำให้เดินทางไปรับบริการลำบาก และกำลังใจจากบุคคลในครอบครัวซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญที่ผลักดันให้กำลังใจ

5.3.3 การมองคุณค่าในตนเอง การที่ครอบครัวขาดความเข้าใจดูแลเอาใจใส่อาจส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและความเครียดได้

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

5.3.4 ควรมีการประสานงานกับหน่วยงานต่างๆ โดยเฉพาะบุคลากรทางแพทย์ที่เกี่ยวข้อง เรื่องการส่งต่อผู้ป่วยเพื่อให้ได้รับการดูแลที่เหมาะสม

5.4 ข้อเสนอแนะ/วิจารณ์

จากการศึกษาในผู้ป่วยหญิงตั้งครรภ์ไม่พร้อม รายนี้ พบว่าการมีส่วนร่วมของญาติและบุคคลใกล้ชิดมีความสำคัญในเรื่องการสังเกตอาการและการให้กำลังใจผู้ป่วยเป็นอย่างยิ่ง บุคลากรในทีม ควรให้ความสำคัญต่อการประเมินสุขภาพทางจิต ว่ารุนแรงหรืออยู่ในระดับใด เพื่อปรับแผนการดูแลให้เหมาะสมกับผู้ป่วย ในปัจจุบันเทคโนโลยีทางการติดต่อสื่อสาร (Social media) นับว่ามีความสำคัญและสะดวกอย่างยิ่ง ในการส่งต่อภาพหรือเสียง เพื่อเป็นการยืนยันว่าผู้ป่วยปลอดภัยและไม่มีภาวะแทรกซ้อน เนื่องจากผู้ขอรับคำปรึกษาจะต้องมีญาติที่รับประทานและดูแลตนเองที่บ้าน ดังนั้นจึงต้องมีการรายงานผลของการได้รับยาเป็นระยะ ทีมให้คำปรึกษาจึงต้องทำให้ผู้รับบริการไว้วางใจ เชื่อมั่น และสามารถบอกกล่าวความไม่สบายใจหรือภาวะที่เกิดขึ้นของตนเองได้ตลอดเวลา โดยให้คำแนะนำ กำลังใจและอธิบายอาการหรืออาการแสดงที่อาจเกิดขึ้นก่อนกลับบ้าน และการเลือกการคุมกำเนิดที่เหมาะสมกับตนเอง หลังจากการได้รับยาเพื่อยุติการตั้งครรภ์ปลอดภัยแล้ว และติดต่อจนกว่าจะแน่ใจว่าผู้ปลอดภัยอย่างแท้จริง สามารถดูแลตนเองได้ถูกต้องเหมาะสม ดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

เนื่องจากประเด็นเรื่องการยุติการตั้งครรภ์ เป็นเรื่องที่มีความอ่อนไหวทางสังคม วัฒนธรรม และศาสนา ซึ่งอาจมีผู้เห็นด้วย และไม่เห็นด้วย ในการให้บริการแก่ผู้ป่วย และแม้ว่าทีมผู้ให้บริการแต่ละคน อาจมีทัศนคติต่อปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมแตกต่างกัน แต่ผู้ให้บริการมีหน้าที่ให้บริการแก่ผู้ประสบปัญหาตั้งครรภ์ไม่พร้อม ที่มาขอรับบริการ โดยปราศจากการเลือกปฏิบัติ บนฐานทัศนคติส่วนบุคคลของตนเอง และควรมองว่าผู้มาขอรับบริการ คือผู้ที่มีปัญหาสุขภาพ หรือโรคภัยไข้เจ็บอื่นๆ อย่างเสมอภาคและเท่าเทียมกัน

5.5 การเผยแพร่

มีการเผยแพร่ผ่าน Knowledge Center ของศูนย์อนามัยที่ 4 .และเก็บไว้ ณ ห้องสมุด ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นเป็นความจริงทุกประการ
(ลงชื่อ).....ผู้ขอรับการคัดเลือก
(ร้อยเอกหญิง สุรางคนา ประเสริฐศรี)
ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
วันที่14.5.ค. 2560.....

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

(ข) ข้อเสนอแนวคิด / วิธีการ เพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

1. ชื่อผลงานเรื่อง การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ในการดูแล ติดตามและให้คำปรึกษาสตรีตั้งครรภ์ไม่พร้อม
2. ระยะเวลาที่ดำเนินการ ปีงบประมาณ 2561
3. สรุปเค้าโครงเรื่อง

3.1 หลักการเหตุผล

ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องเพศศึกษาและอนามัยเจริญพันธุ์ยังไม่แพร่หลายในสังคมไทย โดยเฉพาะวัยรุ่นซึ่งยังเข้าถึงบริการการวางแผนครอบครัวที่มีประสิทธิภาพ ความไม่ใส่ใจในอนามัยเจริญพันธุ์ของตนเอง ทำให้ไม่ได้มีการคุมกำเนิดเมื่อมีเพศสัมพันธ์ หรือเกิดความผิดพลาดในการคุมกำเนิด หรือฝ่ายชายขาดความรับผิดชอบต่อการป้องกันขณะมีเพศสัมพันธ์และทอดทิ้งไม่ดูแลเมื่อฝ่ายหญิงตั้งครรภ์ ปัญหาเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้หญิงจำนวนมากในประเทศไทยต้องเผชิญกับปัญหาท้องไม่พร้อม แม้ว่าประเทศไทยจะมีทางออกสำหรับผู้หญิงที่ประสบปัญหานี้โดยสามารถยุติการตั้งครรภ์ได้ในตามข้อตกลงต่าง ๆ นั้น ปัญหาการท้องไม่พร้อมกลับถูกตีค่าจากสังคมในเชิงศีลธรรมเป็นหลัก ทำให้การบริการสุขภาพและสังคมที่ตอบสนองต่อการช่วยเหลือยังมีอยู่อย่างจำกัด และแม้ว่าการยุติการตั้งครรภ์ จะสอดคล้องกับข้อกฎหมาย ผู้ให้บริการจำนวนมากก็ลังเลที่จะให้บริการ ทั้งๆที่ผู้หญิงที่ประสบปัญหาท้องไม่พร้อม มีสิทธิโดยชอบธรรมที่จะตัดสินใจทางเลือกที่เหมาะสมกับตนเอง

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี จึงมีการดำเนินงานเพื่อช่วยเหลือวัยรุ่น และสตรีที่ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์โดยใช้ยาในระบบบริการสุขภาพ กับผู้ป่วยไปแล้วระยะหนึ่งนั้น และจัดโครงการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์การทำงานในการให้คำปรึกษากับทีมงาน

ในการจัดเวทีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้สำหรับผู้ให้คำปรึกษาเรื่อง “ประสบการณ์ในการให้คำปรึกษาสตรีตั้งครรภ์ไม่พร้อม” เป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในกระบวนการของ KM (Knowledge Management Process) การเล่าเรื่องมีวัตถุประสงค์เพื่อเล่าประสบการณ์ในการให้คำปรึกษา เพื่อแสวงหาทิศทางและความร่วมมือในการทำงานร่วมกันอย่างครบวงจรบริการ การติดตามผลผู้มารับบริการ เพื่อให้ผู้ที่ประสบปัญหาได้มีทางออกที่เหมาะสมกับเงื่อนไขชีวิตต่อไป โดยมีเป้าหมายระยะยาว มีการเลือกวิธีการคุมกำเนิดที่เหมาะสมกับตนเอง เพื่อป้องกันการท้องซ้ำ มีชีวิตที่ดีมีทางออกที่เหมาะสมกับเงื่อนไขชีวิตต่อไป อีกทั้งเพื่อให้ทีมผู้ให้คำปรึกษามีขวัญ กำลังใจ และทัศนคติที่ดีในการปฏิบัติงานร่วมกัน เพื่อสอดคล้องกับภาพรวมของการแก้ปัญหาท้องไม่พร้อม และใช้เป็นแนวทางในการพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยเปิดโอกาสให้ผู้ฟังแลกเปลี่ยนทัศนคติหรือร่วมแสดงความคิดเห็นโดยอาศัยหลักทางกฎหมาย ข้อบังคับแพทย์สภา หรือเกณฑ์ที่ยุติการ

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

ตั้งครรภ์ที่เหมาะสม การไม่เอนเอียงโดยใช้ความรู้สึกส่วนตัวในการตัดสินใจให้ผู้รับบริการ และการช่วยกันจับประเด็นว่าความสำเร็จของการให้บริการนั้นเป็นเพราะความร่วมมือกันทั้งองค์กร เช่น ตั้งแต่ผู้รับบริการมาถึงสถานพยาบาล การเอาใจใส่ ความจริงใจในการช่วยเหลือ จนถึงขั้นตอนรับยากลับบ้าน

การเล่าเรื่องมีปัจจัยหลัก 3 ประการ คือ

1. ผู้เล่า เป็นผู้มีประสบการณ์ในการให้คำปรึกษาแก่ผู้รับบริการโดยตรงเล่าด้วยตนเองโดยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ด้วยจิตใจพร้อมจะถ่ายทอดให้แก่ผู้ฟัง ในฐานะกัลยาณมิตร โดยผู้เล่าควรเตรียมการทบทวนเรื่องราว เพื่อถ่ายทอดให้ผู้รับฟังทราบได้สมบูรณ์ ภายในเวลา 8-10 นาที

2. ผู้ฟัง เป็นผู้ฟังอย่างเต็มใจ ซึ่งจะเป็พลังกระตุ้นให้ผู้เล่าสามารถเล่าออกมาจากใจได้ลึกยิ่งขึ้น คำถามที่แสดงความสนใจจะทำให้การเล่าเรื่องครบถ้วนมากขึ้น ในกรณีเล่าข้ามขั้นตอน ผู้ฟังที่ทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวกในกลุ่ม อาจช่วยถามว่า “ทำไมถึงให้คำแนะนำเช่นนั้น” “และจะดำเนินการต่อไปอย่างไร” จะช่วยให้ความรู้สึกนึกคิดในขณะที่เกิดเหตุการณ์ถูกเล่าออกมาได้ครบถ้วน

3. บรรยากาศที่เท่าเทียม เป็นอิสระ ผ่อนคลาย สำคัญยิ่ง เพราะจะช่วยให้การเล่าเรื่องการซักถามแบบสร้างสรรค์ การเสนอความคิดเห็น และการตีความ เพื่อดึงความรู้ออกจากเรื่องเล่าดำเนินไปอย่างเป็นธรรมชาติออกมาจากใจ ไม่ผ่านการกลั่นกรองด้วยความเกรงใจ อคติส่วนบุคคล ความเกรงอาวุโส เกรงว่าจะผิดหลักทฤษฎี ฯลฯ ซึ่งล้วนเป็นอุปสรรคปิดกั้นความคิดสร้างสรรค์ อันเป็นบ่อเกิดของนวัตกรรม

3.2 วิธีดำเนินการ

- 1 เขียนโครงการ
- 2 เสนอโครงการต่อหัวหน้าแผนกผู้ป่วยนอก และผู้อำนวยการโรงพยาบาล
- 3 คัดเลือกกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการ
- 4 ประสานงาน : พยาบาลวิชาชีพ 2 คนเพื่อเป็น Facillitator และ Note Taker

3.2.1 ขั้นตอนในการดำเนินการ

1. เลือกกรณีศึกษาผู้ป่วยที่เคยได้ให้บริการให้คำปรึกษาการตั้งครรภ์ไม่พร้อม Unwanted Pregnancy มาจำนวน 1 ตัวอย่าง เพื่อถ่ายทอดประสบการณ์
2. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเป็น Facillitator และ Note Taker อย่างละ 1 ท่าน
3. มีการชี้แจงบทบาทสมาชิกในกิจกรรมเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของ Facillitator และ Note Taker และผู้เล่าเรื่องให้ชัดเจน
4. มีการเตรียมเรื่องเล่า ให้สมบูรณ์ชัดเจน
5. จัดเวทีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้สำหรับทีมผู้ให้คำปรึกษา และผู้ที่สนใจร่วมรับฟัง ท่านละ 6-8 นาที และซักถามอีก 10 นาที
6. สกัดองค์ความรู้จากเรื่องเล่าและบันทึกข้อสรุปในการให้การให้คำปรึกษาแก่ผู้มารับบริการ

ตอนที่ 3 ผลงานที่ส่งประเมิน

3.3 ผลที่คาดว่าจะได้รับ

3.3.1 ลดอัตราการเกิดข้อผิดพลาดของขั้นตอนเมื่อมีผู้มาขอรับคำปรึกษายุติการตั้งครรภ์

3.3.2 มีรูปแบบบริการที่ชัดเจนในการให้คำปรึกษาเรื่องการยุติการตั้งครรภ์ด้วยยา

ในระบบบริการสุขภาพ

3.3.3 ผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วยสามารถตัดสินใจเผชิญปัญหาและวางแผนการดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง (การปฏิบัติตัวและการจัดการกับความเครียด)

3.3.4 มีการบันทึกข้อมูล และมีการทำงานอย่างเป็นระบบ

3.3.5 ผู้รับบริการมีความพึงพอใจในการให้คำปรึกษาปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อม

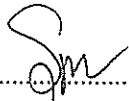
3.4 ตัวชี้วัดความสำเร็จ

3.4.1 ผู้รับบริการเข้าใจวิธีปฏิบัติตัวระหว่างรับยายุติการตั้งครรภ์และสามารถเลือกวิธีการคุมกำเนิดที่เหมาะสมกับตนเอง และไม่เกิดการตั้งครรภ์ซ้ำอีก

3.4.2 เจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษา คำแนะนำที่ชัดเจนและถูกต้อง

3.4.3 ผู้รับบริการมีความพึงพอใจในการรับบริการ

ข้าพเจ้าขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นเป็นความจริงทุกประการ

(ลงชื่อ)..........ผู้ขอรับการคัดเลือก

(ร้อยเอกหญิง สรุangkana ประเสริฐศรี)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

วันที่.....14 ธ.ค. 2560.....