

โครงการพัฒนาศักยภาพชุมชนอย่างยั่งยืนด้านการส่งเสริมสุขภาพชุมชน ตำบลขามใหญ่

: ห่วงใยผู้สูงอายุกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีโรคร่วม ประจำปีการศึกษา 2567

1.ชื่อโครงการ โครงการพัฒนาศักยภาพชุมชนอย่างยั่งยืนด้านการส่งเสริมสุขภาพชุมชน ตำบลขามใหญ่

: ห่วงใยผู้สูงอายุกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีโรคร่วม ประจำปีการศึกษา 2567

2. ที่ปรึกษาโครงการ ดร.วิลาวัลย์ ต้นวัฒนะพงษ์ อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชธานี

3.ผู้รับผิดชอบโครงการ ฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี

4.หลักการและเหตุผล

สถานการณ์การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรของประเทศไทยกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ (Aged Society) โดยองค์การสหประชาชาติได้คาดการณ์ว่าในปี 2568 ประเทศไทยจะมีประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด และจะเข้าสู่สังคมสูงวัยระดับสุดยอด (Super-aged Society) ภายในปี 2578 โดยจะมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากถึงร้อยละ 28 ของประชากรทั้งประเทศ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรดังกล่าวส่งผลให้อัตราส่วนการพึ่งพิงของผู้สูงอายุต่อประชากรวัยแรงงานเพิ่มสูงขึ้น จากเดิม 1:6 ในปี 2563 เป็น 1:3 ในปี 2568 ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อภาระการดูแลผู้สูงอายุของครอบครัวและสังคมโดยรวม

จังหวัดอุบลราชธานีเป็นหนึ่งในจังหวัดที่มีอัตราการเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงอายุอย่างรวดเร็ว โดยในปี 2566 มีประชากรผู้สูงอายุคิดเป็นร้อยละ 18.5 ของประชากรทั้งจังหวัด ตำบลขามใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี มีประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปจำนวน 5,427 คน คิดเป็นร้อยละ 19.2 ของประชากรในตำบล จากการสำรวจสถานะสุขภาพของตำบลขามใหญ่ พบว่าผู้สูงอายุมีปัญหาสุขภาพและส่วนใหญ่เจ็บป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังถึงร้อยละ 65 ของผู้สูงอายุทั้งหมด ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด และโรคข้อเข่าเสื่อม นอกจากนี้พบว่าผู้สูงอายุที่มีโรคเรื้อรังมีโรคร่วมมากกว่า 1 โรคถึงร้อยละ 40 จากการวิเคราะห์สถานการณ์การดูแลผู้สูงอายุที่มีโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในตำบลขามใหญ่ พบปัญหาและอุปสรรคที่สำคัญหลายประการ ได้แก่

1.ด้านการเข้าถึงบริการสุขภาพ: ผู้สูงอายุที่มีโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง มีปัญหาในการเดินทางไปรับบริการที่สถานพยาบาล เนื่องจากข้อจำกัดด้านการเคลื่อนไหว การขาดผู้ดูแล และค่าใช้จ่ายในการเดินทาง ส่งผลให้ขาดการรักษาต่อเนื่องและมีภาวะแทรกซ้อนเพิ่มขึ้น

2.ด้านการดูแลตนเอง: ผู้สูงอายุ ขาดความรู้และทักษะในการดูแลตนเองที่เหมาะสม โดยเฉพาะการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การใช้ยา และการสังเกตอาการผิดปกติ ทำให้การควบคุมโรคไม่ได้ผลดีเท่าที่ควร

3.ด้านผู้ดูแล: ผู้ดูแลผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นสมาชิกในครอบครัว ขาดความรู้และทักษะในการดูแลผู้สูงอายุที่มีโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง มีความเครียดและภาวะเหนื่อยล้าจากการดูแล

จากสถานการณ์และปัญหาดังกล่าว ฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการแก่สังคม คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยราชธานีร่วมกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพหัวตุ่น และเทศบาลตำบลขามใหญ่ ได้วิเคราะห์สภาพปัญหาผู้สูงอายุตำบลขามใหญ่ พบว่าผู้สูงอายุมีจำนวนมาก และมีภาวะเจ็บป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ด้วยเหตุนี้กลุ่มผู้สูงอายุแกนนำผู้สูงอายุ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ(care giver: CG) และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน(อสม.) ได้ให้ความสนใจด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ซึ่งในปีการศึกษา 2566 งานบริการวิชาการแก่สังคม คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี ร่วมกับชมรมผู้สูงอายุวัดหนองปลาปาก และเทศบาลตำบลขามใหญ่ อำเภอเมืองจังหวัดอุบลราชธานี ได้จัดกิจกรรมพัฒนาสมรรถนะด้านสติปัญญาการรู้คิด การรับรู้ การจดจำ เพื่อป้องกัน ดูแล และฟื้นฟูภาวะสมองเสื่อม ส่งผลให้ชะลอและลดอัตราการเกิดสมองเสื่อม

ดังนั้น ในปีการศึกษา 2567 งานบริการวิชาการแก่สังคม คณะพยาบาลศาสตร์ และสาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุและผู้สูงอายุจึงวางแผนจัดบริการวิชาการบูรณาการกับการเรียนการสอนในรายวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ สำหรับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 3 ซึ่งบริการวิชาการบูรณาการกับการเรียนการสอนนั้น มีกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ผู้สูงอายุ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ และ อสม. โดยจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิด 5 อ.สูงวัยสร้างเมือง ได้แก่ อาหาร อาชีพ ออกกำลังกาย อาสาสร้างเมือง และออม (กรมกิจการผู้สูงอายุ) และการบริการวิชาการดังกล่าวมีความสอดคล้องกับปัญหาและความต้องการรับบริการวิชาการด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ แกนนำผู้สูงอายุ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ และอสม. ตำบลขามใหญ่ รวมทั้งมีความต่อเนื่องจากบริการวิชาการแก่สังคมในปีการศึกษา 2566 ที่ให้บริการสุขภาพด้านการดูแลผู้สูงอายุเพื่อป้องกันภาวะสมองเสื่อมในตำบลขามใหญ่ และการจัดโครงการ“พัฒนาศักยภาพชุมชนอย่างยั่งยืนด้วยการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลขามใหญ่”ในครั้งนี้ เน้นการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วน ทั้งหน่วยงานสาธารณสุข องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ชุมชน และครอบครัว เพื่อให้อสม.มีความรู้ในการดูแลผู้สูงอายุโดยเฉพาะผู้สูงอายุกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีโรคร่วม และผู้สูงอายุทั่วไปให้มีความรู้ในการดูแลตนเองและได้รับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดี อันนำไปสู่การสร้างชุมชนให้มีความเข้มแข็งในการดูแลสุขภาพ ลดปัญหาและชะลอความเสื่อมของสุขภาพในผู้สูงอายุโรคไม่ติดต่อเรื้อรังต่อไป

5.วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้สูงอายุกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีโรคร่วมมีความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเอง
2. เพื่อให้ศึกษานำความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพไปใช้จัดกิจกรรมบริการวิชาการแก่สังคม
3. เพื่อสนับสนุนเครือข่ายชุมชนในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีโรคร่วม

6. กลุ่มเป้าหมาย

1. ผู้สูงอายุ หมู่ที่ 12 บ้านดอนยุง ตำบลขามใหญ่ จำนวน 60 คน
2. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน และผู้ดูแลผู้สูงอายุ รวมจำนวน 20 คน

7. คณะดำเนินการ

คณาจารย์ จำนวน 37 คน และนักศึกษา จำนวน 144 คน

8.วิธีดำเนินการ

8.1 ขั้นเตรียมการ

- จัดประชุมคณะทำงานเพื่อวางแผนการดำเนินงาน
- ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
- ศึกษาข้อมูล สํารวจและคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุในพื้นที่
- วิเคราะห์ความต้องการรับบริการวิชาการของกลุ่มเป้าหมาย

8.2 ขั้นดำเนินการ

- ให้ความรู้แก่อสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเกี่ยวกับ5อ.อาสาสร้างเมืองเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
- จัดกิจกรรม 5อ.อาสาสร้างเมือง เพื่อส่งเสริมสุขภาพและการดูแลตนเองผู้สูงอายุ
- หาเครือข่ายความร่วมมือกับ อสม.แกนนำผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ

8.3 ขั้นติดตามและประเมินผล

- ติดตามประเมินความรู้ของอสม.เรื่องการดูแลผู้สูงอายุ
- ติดตามประเมินการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ
- สรุปและรายงานผลการดำเนินงาน

9. ระยะเวลาดำเนินการ วันที่ 13 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2568

10. สถานที่ดำเนินการ

ศาลากลางบ้าน หมู่ที่ 12 บ้านดอนยุง ตำบลขามใหญ่

11. งบประมาณ

งบประมาณรวมทั้งสิ้น 9,660 บาท (เก้าพันหกร้อยหกสิบบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดดังนี้
กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 80 คน คณะดำเนินการ(อาจารย์ นักศึกษา) จำนวน 192 คน

○ ค่าอาหารว่าง 30 บาท × 1 มื้อ × 272 คน	8,160 บาท
○ ค่าเอกสารและวัสดุอุปกรณ์	1,500 บาท
รวม	9,660 บาท

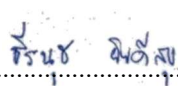
12. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ผู้สูงอายุกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีโรคร่วม และผู้สูงอายุทั่วไปมีความรู้ความเข้าใจสามารถเลือกใช้ 5 อ. อาสาสร้างเมือง เพื่อดูแลสุขภาพตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และอาสาสมัครประจำหมู่บ้านมีความมั่นใจที่จะดูแลผู้สูงอายุในชุมชนเกี่ยวกับ 5 อ. อาสาสร้างเมือง เกิดเครือข่ายความร่วมมือของชุมชนในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ รวมทั้งนักศึกษาและคณาจารย์ได้รับประสบการณ์การบริการวิชาการแก่สังคม

13. ตัวชี้วัดความสำเร็จ

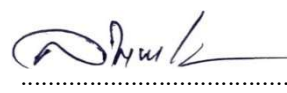
1. ผู้สูงอายุที่ร้อยละ 80 มีความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพตนเองเรื่องโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีโรคร่วม
2. คะแนนผลลัพธ์การเรียนรู้ของนักศึกษาร่วมกิจกรรมบริการวิชาการไม่น้อยกว่า 3.51 จากคะแนนเต็ม 5
3. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านร้อยละ 80 มีความรู้การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีโรคร่วมและเป็นเครือข่ายด้านสุขภาพ

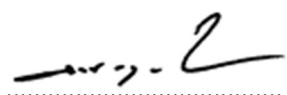
14. ผู้รับผิดชอบโครงการ

.....ผู้เขียนโครงการ

(อาจารย์ธีรณัฐ ยินดีสุข)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ

.....ผู้อนุมัติโครงการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุพิทรา เสงฆ์วัฒนะกุล)
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

.....ผู้อนุมัติโครงการ
(ดร.วิลาวัลย์ ตันวัฒนะพงษ์)
อธิการบดี

รายชื่อคณาจารย์ที่เข้าร่วม

โครงการพัฒนาศักยภาพชุมชนอย่างยั่งยืนด้านการส่งเสริมสุขภาพชุมชน ตำบลขามใหญ่
: ห่วงใยผู้สูงอายุกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีโรคร่วม ประจำปีการศึกษา 2567

ลำดับ	รายชื่อ	ลำดับ	รายชื่อ
1	นางขวัญจิต เพ็งแป้น	20	นางลัดดา อุปพงษ์
2	นางสาวตรุณี คชพรหม	21	นางกุสุมา เจริญโภคทรัพย์
3	นางพรทิพย์ ศิริบุรณพิพัฒนา	22	นางเมธาวร อัครศักดิ์ศรี
4	นางภรณ์ แก้วลี	23	นางเจนตพร อ่อนชื่นชม
5	นางสาวธีรนาถ ยินดีสุข	24	นางปาจริย์ ตรีนนท์
6	นางเครือหยา แยมศรี	25	นางสุจิตรา วิลามาศ
7	นางเอี่ยมพร ชมภูมี	26	นางสาววรรณวิ ศรีพิทยากร
8	นางเมธาวิณี วุฒนาม	27	นางสาวบังอร สิงห์แก้ว
9	ผศ.มณีนรัตน์ จิรปภา	28	นางกิตติยาพร จันทร์ชม
10	ผศ.เยาวณี จรูญศักดิ์	29	นางปภาดา น้อยวงศ์
11	ผศ.ศิริรัตน์ โกศลวัฒน์	30	ดร.นภดล คำเต็ม
12	ผศ.ดร.สุพิตรา เศลวัตนะกุล	31	ดร.พฤตนิ นนท์ตุลา
13	นางบรรเทิง พลสวัสดิ์	32	นางวาสนา นิลหล้า
14	นางอรทัย พินสุวรรณ์	33	นางวาสนา อุปสาร
15	ดร.ฐิติมา โกศลวิตร	34	นางปัสพร พันธุ์จุม
16	นางนิตยา เจริญยุทธ	35	นางราภรณ์ ศุภนิกร
17	นางกาญจนา อยู่เจริญสุข	36	นางบุษบา การกล้า
18	นางจินตนา เด่นสันติกุล	37	นางโชติรส อัครธนาโชติ
19	นางบุญรักษ์ เชิงชุมพิทักษ์		

ภาพกิจกรรมบริการวิชาการ
โครงการพัฒนาศักยภาพอย่างยั่งยืนด้วยการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
ในวันพฤหัสบดีที่ 13 ก.พ. เวลา 09.00-12.00 น.
ณ ศาลาประชาคม ม. 12 บ้านดอนยาง ต. ขามใหญ่ อ.เมือง จ.อุบลราชธานี







