

โครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research-PAR)

1. ชื่อโครงการ:

การเสริมพลังการดูแลตนเองของประชาชนกลุ่มเสี่ยง อายุ 35 ปี ขึ้นไป ในการป้องกัน โรคเบาหวาน โดยการสนับสนุนของครอบครัวและชุมชน หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา

2. ผู้รับผิดชอบโครงการ

2.1 นางอรอนงค์ แซ่กี้ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลเทพา

2.2 นางรัชณี ศิริรัตน์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลเทพา

2.3 นายดรณัย สุภัทรสมัย นักวิชาการสาธารณสุข โรงพยาบาลเทพา

3. หน่วยงาน

โรงพยาบาลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา

4. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงสภาพทางสังคม เศรษฐกิจ และเทคโนโลยีอย่างรวดเร็ว ทำให้วิถีชีวิตความเป็นอยู่เปลี่ยนแปลงค่อนข้างมาก กระทั่งต่อภาวะสุขภาพของประชาชน ก่อให้เกิดปัญหาโรคต่างๆ โรคเบาหวานชนิดที่ 2 เป็นปัญหาทางด้านสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศไทย ซึ่งการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานจะก่อให้เกิดปัญหาทางด้านครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ และเกิดภาวะแทรกซ้อนที่ส่งผลให้เกิดความพิการทางด้านร่างกายและส่งผลกระทบต่อการประกอบอาชีพ รายได้ของผู้ป่วยและครอบครัว อีกทั้งจะนำไปสู่โรคอื่นๆ เช่น โรคหลอดเลือดสมอง โรคหัวใจ โรคไต เป็นต้น โดยที่สาเหตุส่วนใหญ่มาจากพฤติกรรมเมื่อเป็นโรคก็จะพึ่งยาเป็นหลัก โรคเบาหวานชนิดที่ 2 นี้มีแนวโน้มที่จะพบมากขึ้น

ปัจจุบันพบว่าอุบัติการณ์การเกิดโรคเบาหวานมีแนวโน้มสูงขึ้น เดือนมกราคม 2553 สหพันธ์สมาคมโรคเบาหวานระหว่างประเทศค้นพบว่า ความชุกของผู้ป่วยเบาหวานมีจำนวน 285 ล้านคน และคาดการณ์ไปอีก 20 ปีจะเป็น 439 ล้านคน สำหรับประเทศไทย สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ได้คาดการณ์จำนวนประชากรที่เป็นโรคเบาหวานอายุ 35 ปีขึ้นไประหว่าง พ.ศ. 2554-2563 ว่า ในปี 2554 จะพบผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่เกิดขึ้น 501,299 คน ระหว่าง พ.ศ. 2554-2563 จะเพิ่มขึ้นในช่วง 501,299-553,941 คนต่อปี ทั้งนี้ จะมีผู้ป่วยเพิ่มขึ้น 2 เท่า ภายใน 6 ปี ดังนั้น ในปี 2563 จะมีผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่สูงถึง 8,200,200 คน มีแต่เพิ่ม ไม่มีลด (นพ.วิชัย เทียนถาวร : 2555)

จากการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานในอดีตจะจัดบริการโดยให้สุขศึกษารายกลุ่มและรายบุคคล พบว่า ยังมีกลุ่มเสี่ยงเพิ่มขึ้นและมีผู้ป่วยโรคเบาหวานรายใหม่ทุกปี จากนั้นได้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยใช้กระบวนการกลุ่มโดยให้กลุ่มผู้ป่วยมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ จากการประเมินการทำกลุ่มในครั้งนี้พบว่าไม่ประสบผลสำเร็จ เพราะยังมีกลุ่มเสี่ยงเพิ่มขึ้นและมีผู้ป่วยโรคเบาหวานรายใหม่ทุกปี จากนั้นได้มีการเชิญวิทยากรมาสอนในเรื่องการออกกำลังกายและการรับประทานอาหาร พบว่ากลุ่มเสี่ยงเพิ่มขึ้นและมีผู้ป่วยโรคเบาหวานรายใหม่ทุกปี

จากสถานการณ์ โรคเบาหวาน จังหวัดสงขลา การตรวจคัดกรองโรคเบาหวาน ประชาชน อายุ 35 ปี ขึ้นไป ปี 2558 พบว่า เสี่ยงต่อโรคเบาหวานร้อยละ 10.88 สงสัยเป็นโรคเบาหวานร้อยละ 1.35 (สรุปผลการดำเนินโครงการสุขภาพดีวิถีชีวิตคนสงขลา ปี 2558) และการตรวจคัดกรองโรคเบาหวาน ประชาชน อายุ 35

ปีขึ้นไป อำเภอเทพา ปี 2588 พบว่า เสี่ยงเป็นโรคเบาหวานร้อยละ 11.13 สงสัยเป็นโรคเบาหวานร้อยละ 1.5 ในส่วนของ ตำบลเทพา การตรวจคัดกรองโรคเบาหวาน ประชาชน อายุ 35 ปีขึ้นไป ปี 2588 เสี่ยงเป็นโรคเบาหวานร้อยละ 18.33 สงสัยเป็นโรคเบาหวานร้อยละ 2.18 สำหรับ หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา 3 ปี ย้อนหลัง (ปี 2556-2558) พบว่า ประชาชน อายุ 35 ปีขึ้นไป เสี่ยงต่อโรคเบาหวานจำนวน ร้อยละ 20.57, 29.04 และ 24.46 ตามลำดับ ป่วยเป็นโรคเบาหวานรายใหม่ร้อยละ 7.22 , 7.78 และ 7.08 ผู้ป่วยเบาหวานมีภาวะแทรกซ้อนด้วยโรคไต ร้อยละ 0 , 3.85 และ 1.78 ตามลำดับ และเสียชีวิตเนื่องจากมีภาวะแทรกซ้อนด้วยโรคไต จำนวน 1,0 และ 2 ราย คิดเป็นร้อยละ 2.17, 0 และ 3.57 ตามลำดับ และพบผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ (ปี 2556-2558) ร้อยละ 4.58, 2.58 และ 2.52 ตามลำดับ (ฐานข้อมูล Data Center JHCIS สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสงขลา ณ วันที่ 24 พฤศจิกายน 2558)

และจากรายงานผู้ป่วยโรคเบาหวานอำเภอเทพา ที่มารับบริการที่โรงพยาบาลเทพา ปี 2557 – 2558 พบว่า อัตราผู้ป่วยโรคเบาหวานมี HbA1C < 7 ร้อยละ 30.57 และ 39.38 อัตราการเกิด Diabetic retinopathy ร้อยละ 8.57 และ 1.99 อัตราการเกิด DM foot ร้อยละ 0.34 และ 0.59 ในปี 2558 อัตราการเกิด Diabetic neuropathy ร้อยละ 14.28 (รายงานตัวชี้วัดผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรงพยาบาลเทพา ปี 2557 – 2558)

และจากผลการตอบแบบสอบถามพฤติกรรมด้านการบริโภคอาหาร และการออกกำลังกายของ ประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไป หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา ปี 2558 จำนวน 510 คน(จากทั้งหมด 571 คน) พบว่า มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง ร้อยละ 38.43 มีพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ร้อยละ 20.39

จะเห็นได้ว่า อัตราป่วยด้วยโรคเบาหวานยังเป็นปัญหาที่สำคัญ ในทุกระดับ และอัตราประชาชน อายุ 35 ปีขึ้นไป มีภาวะเสี่ยงโรคเบาหวาน หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพาจังหวัดสงขลา 3 ปี ย้อนหลัง ลดลงเล็กน้อยใน ปี 2558 ส่วนอัตราป่วย 3 ปีย้อนหลังใกล้เคียงกัน อาจจะเป็นเพราะว่า คลินิกเวชปฏิบัติครอบครัว และชุมชน ศูนย์ 2 ซึ่งดูแลประชาชนในหมู่ที่ 7 ตำบลเทพาได้เปิดให้บริการคลินิก DPAC (Diet & Physical Activity Clinic) กลุ่มเสี่ยงได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ทั้งในด้านการบริโภคและการออกกำลังกาย

อย่างไรก็ตาม การดูแลตนเองของประชาชน ยังเป็นไปในลักษณะของการพึ่งพิงสถานบริการสาธารณสุข ผู้วิจัยมีความเชื่อว่าถ้าหากสามารถดูแลให้กลุ่มเสี่ยงไม่เปลี่ยนไปเป็นกลุ่มที่เป็นโรคเบาหวาน หรือกลุ่มเสี่ยงสามารถถอยกลับไปเป็นกลุ่มปกติได้ จะช่วยให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยงมีคุณภาพชีวิตที่ดี ลดการสูญเสียทั้งทางด้านภาวะสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจทั้งประชาชนและรัฐ และผู้วิจัยมีแนวคิดว่า การมีส่วนร่วมของประชาชนและภาคีเครือข่ายจะช่วยให้ประชาชนมีสุขภาพอย่างยั่งยืน ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมของประชาชนกลุ่มเสี่ยง อายุ 35 ปี ขึ้นไป และภาคีเครือข่าย ในการป้องกัน โรคเบาหวาน หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา เพื่อให้ ประชาชน ไม่เสี่ยง ไม่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน โดยการมีส่วนร่วมในการดูแลตนเองและเพื่อน ในลักษณะ “เพื่อนช่วยเพื่อน” และสามารถจัดการชุมชนให้มีสุขภาพดีโดยประชาชน และภาคีเครือข่าย ผ่านกระบวนการมีส่วนร่วม

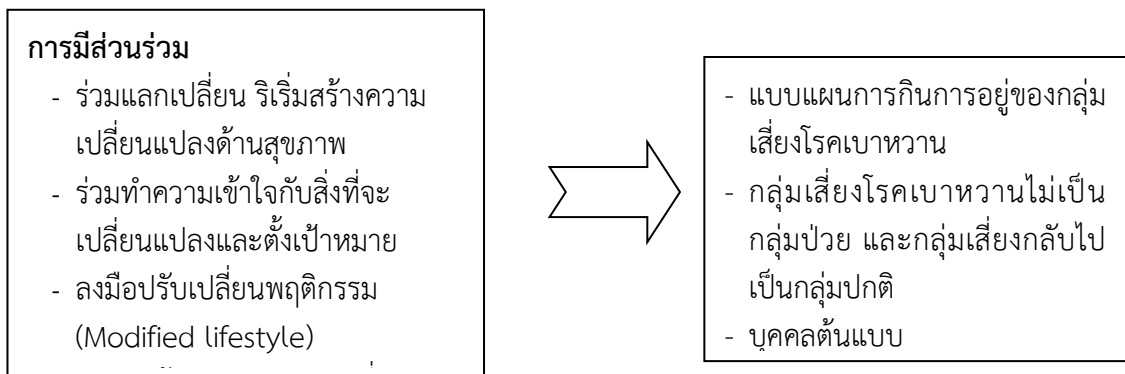
5. วัตถุประสงค์

- 5.1 เพื่อศึกษาแบบแผนการกินการอยู่ของประชากรกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานเปรียบเทียบกับก่อนหลังกิจกรรมเสริมพลัง
- 5.2 เสริมพลังกลุ่มเสี่ยงในการควบคุมปัจจัยการเกิดโรคเบาหวานโดยการสนับสนุนของครอบครัวและชุมชน
- 5.3 เพื่อเสนอแนะการดำเนินงานควบคุมและป้องกันโรคเบาหวานแบบมีส่วนร่วม ให้เกิดประสิทธิผลมากขึ้น

6. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 6.1 ได้แบบแผนการกินการอยู่ของประชากรกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและสามารถนำไปปรับใช้ได้ตามบริบทของแต่ละพื้นที่
- 6.2 กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานดูแลตนเองให้ปลอดจากโรคโรคเบาหวาน กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานไม่เป็นกลุ่มป่วย กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานลดจำนวนลงกลับไปเป็นกลุ่มปกติ
- 6.3 ผลจากการเสริมพลังจะช่วยให้เกิดการมีส่วนร่วมในการดูแลตนเองและผู้อื่น จะสามารถทำให้ประชาชนให้ความร่วมมือจนกระทั่งประชาชนเป็นเจ้าของและดำเนินการบริหารจัดการสุขภาพด้วยตนเองได้ เช่นสามารถดูแลสุขภาพตนเองและผู้อื่น ดูแลสุขภาพของชุมชน ก่อให้เกิดความเข้มแข็งและความยั่งยืนในที่สุด

7. กรอบแนวคิด (Conceptual Framework)



8. ขอบเขตการวิจัย

การศึกษานี้เพื่อเสริมพลังการดูแลตนเองของประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน อายุ 35 ปี ขึ้นไป โดยการสนับสนุนของครอบครัวและชุมชน หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา มีค่านิยม ประเด็นที่ศึกษา และพื้นที่ศึกษา ดังนี้

6.1 ค่านิยม

การเสริมพลัง หมายถึง คือการทำให้เกิด ทำให้มี ทำให้ตระหนัก ทำให้เชื่อมั่น ทำให้ได้ใช้ ได้พัฒนา "ศักยภาพ" ที่มีอยู่ในตน ให้แปรรูปออกมาเป็นพลังที่สร้างสรรค์ (<http://www.doctor.or.th> เข้าถึงเมื่อ 15 มกราคม 2559)

กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน หมายถึง ผู้ที่ได้รับการคัดกรองเบาหวานและตรวจเลือด((Fasting Plasma Glucose (FPG) หรือ Fasting Capillary blood glucose (FCG)) แล้วพบว่า มีระดับน้ำตาลในเลือด 100-125 มก./ดล. (กระทรวงสาธารณสุข) โดยแบ่งเป็น 2 ระดับดังนี้

- 1) **กลุ่มเสี่ยงสูงมาก** หมายถึง กลุ่มที่มีค่าระดับน้ำตาลในเลือด 100-125 มก./ดล. และมีประวัติครอบครัวเป็นโรคเบาหวาน หรือมีโรคความดันโลหิตสูงร่วมด้วย หรือมีค่าดัชนีมวลกาย (BMI : Body Mass Index) สูงกว่า 25 กก/ม²
- 2) **กลุ่มเสี่ยงต่ำ** หมายถึง กลุ่มที่มีค่าระดับน้ำตาลในเลือด 100-125 มก./ดล. และไม่มีปัจจัยเสี่ยงอื่นใดร่วมด้วย

แบบแผนการกินการอยู่ หมายถึง วิถีชีวิตการกินการอยู่ที่ปฏิบัติเป็นประจำของบุคคล และหรือกลุ่มบุคคลที่สืบทอดต่อกันมา ซึ่งอาจแตกต่างกันในแต่ละวัย แต่ละวัฒนธรรม โดยได้รับอิทธิพลมาจากการเลี้ยงดู สภาพเศรษฐกิจและสังคม รวมทั้งสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป (บุษกร นิยาม)

6.2 ประเด็นที่ศึกษา

- 1) การรับรู้ความเสี่ยงและการสมัครใจเข้าร่วมโครงการ
- 2) ประเมินภาวะเสี่ยงของกลุ่มที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการเปรียบเทียบก่อนและหลังดำเนินการกิจกรรมเสริมพลัง
- 3) แบบแผนการกิน การอยู่ เปรียบเทียบก่อนและหลังดำเนินกิจกรรมเสริมพลัง
- 4) กระบวนการและกิจกรรมเสริมพลังกลุ่มเสี่ยง

6.3 พื้นที่ศึกษา

หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภเทพา จังหวัดสงขลา

9. รูปแบบการวิจัย (Study design)

วิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

10. ประชากรเป้าหมาย (Target population)

ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในอำเภเทพา จังหวัดสงขลา จำนวน 50 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 23 มีนาคม 2559)

10.1 ประชากรศึกษา (Study population)

ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในหมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภเทพา จังหวัดสงขลา จำนวน 115 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 23 มีนาคม 2559)

10.2 กลุ่มตัวอย่าง (Purposive sampling)

ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป ซึ่งอาศัยอยู่ในหมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภเทพา จังหวัดสงขลา ในระหว่างเดือนมกราคม-สิงหาคม 2559 และสมัครใจเข้าร่วมโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จำนวน 30 คน

11. กระบวนการและกิจกรรมเสริมพลัง

การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เป็นการใช้กระบวนการมีส่วนร่วม ของประชาชนและภาคีเครือข่าย เชื่อว่า ผลที่เกิดขึ้นสามารถนำไปใช้เป็นต้นแบบ และจะก่อให้เกิดความยั่งยืน ซึ่งในการทำกระบวนการหรือกิจกรรมเสริมพลังนั้นจะทำกระบวนการและกิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมาย คือ ประชาชนกลุ่ม

เสี่ยงโรคเบาหวาน อายุ 35 ปีขึ้นไป และภาคีเครือข่ายหมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลาและ จะจัดกระบวนการและกิจกรรมเสริมพลังนั้นโดยดำเนินการตามขั้นตอนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ดังนี้

11.1 **เชิญชวนผู้เข้าร่วมโครงการ** โดยจัดทำใบเชิญชวน และให้ผู้เข้าร่วมลงนามในใบสมัครใจเข้าร่วมโครงการ

11.2 **ดำเนินการตามขั้นตอนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม**

1) ร่วมแลกเปลี่ยน ริเริ่มสร้างความเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพ โดยการนำกระบวนการ AIC (Appreciation Influence Control) มาปรับใช้ ด้วยการให้กลุ่มเป้าหมายได้ร่วมคิดถึงภาพของตนเอง ในอดีต ปัจจุบัน และร่วมฝันถึงอนาคต ว่าต้องการให้ตนเองเป็นอย่างไร

2) ร่วมทำความเข้าใจกับสิ่งที่จะเปลี่ยนแปลง โดยใช้แผนที่ผลลัพธ์ (Outcome Mapping) ในการกำหนดขอบเขต (Intentional Design) โดยการสร้างเป้าหมายร่วมกัน และให้แต่ละคนกำหนดเป้าหมายของตนเอง กำหนดภาพฝันที่จะเกิดขึ้นในอนาคต จะได้เป็น วิสัยทัศน์ (Vision) ให้กลุ่มเป้าหมาย กำหนดความต้องการที่จะเปลี่ยนแปลง จะได้เป็น พันธกิจ(Mission) และก็จะเกิดแผนงานและเกิดกระบวนการในการเปลี่ยนแปลงนั้น

3) ร่วมปฏิบัติ (Action) โดยกลุ่มเป้าหมายร่วมกันกำหนดแผน ยุทธศาสตร์ (Strategy maps) ร่วมกำหนดผลลัพธ์ที่พึงประสงค์ (Outcome challenges) ร่วมระบุภาคีหุ้นส่วนที่เกี่ยวข้องในแผนงาน (Boundary partners) และร่วมสร้างเกณฑ์วัดความก้าวหน้า (Progress markers) และดำเนินการตามเป้าหมายที่ร่วมกันกำหนด

4) ร่วมสะท้อนผลการศึกษา (Reflection) เป็นระยะๆ โดยกลุ่มเป้าหมายร่วมกันแลกเปลี่ยนผลการปฏิบัติ เพื่อให้เห็นผลการปฏิบัติที่ร่วมกันดำเนินการ หรือในบางเรื่องอาจจะเป็นปัจเจก (Individual)

5) ร่วมประเมินผล(Evaluation) โดยใช้กระบวนการ UCARE (Unity, Community Participation , Appreciation, Resource sharing, Essential Care) การตรวจวัดค่าน้ำตาลในเลือดแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงโรคเบาหวาน และแบบบันทึกอาหารและการออกกำลังกายประจำวัน

ใน 5 ขั้นตอนดังกล่าวจะหมุนกระบวนการ 2 – 5 จนกว่าจะได้ผลการวิจัยที่อึดตัว คือกลุ่มเป้าหมายไม่สามารถหาวิธีการปรับปรุงกระบวนการได้อีกต่อไป

11.3 **กิจกรรมเสริมพลัง โดยการทำกิจกรรมกลุ่ม ดังนี้**

- 1) ตั้งเป้าหมายที่ท้าทาย สร้างและหรือหาแรงบันดาลใจ
- 2) กลุ่มเป้าหมายร่วมแลกเปลี่ยนสิ่งดีๆที่ทำแล้วเห็นผลลัพธ์ และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน
- 3) เรื่องเล่าจากบุคคลที่ประสบความสำเร็จมาแล้ว

12. ภาคีเครือข่ายที่เข้ามามีส่วนร่วมศึกษาและหรือพัฒนา

ผู้ใหญ่บ้าน ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน สมาชิก อบต. อสม. ผู้นำศาสนา ครู ข้าราชการบ้านาญ ผู้สูงอายุ กลุ่มสัจจะ กลุ่มแม่บ้าน และครอบครัวกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน จำนวน ประมาณ 20 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่มดังนี้

- 1) กลุ่มภาคียุทธศาสตร์ ได้แก่ ผู้ใหญ่บ้าน ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน สมาชิก อบต. อสม. ผู้นำศาสนา ครู

ข้าราชการบ้านาญ ผู้สูงอายุ กลุ่มสัจจะ กลุ่มแม่บ้าน เป็นผู้ร่วมในขั้นตอนการเสริมพลังและการประเมิน

- 2) ภาศีสันับสนุน ได้แก่ ครอบครัวกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน เป็นผู้ร่วมในขั้นตอนการเก็บข้อมูลและการเสริมพลัง การปรับพฤติกรรมกรรมการกินการอยู่ในชีวิตประจำวัน

13. เครื่องมือและวิธีการเก็บข้อมูล

ก่อนดำเนินการ

- 1) แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงโรคเบาหวาน
- 2) แบบบันทึกอาหารและการออกกำลังกายประจำวัน โดยวิธีการสังเกตแบบมีส่วนร่วมของบุคคลในครอบครัว
- 3) ตรวจวัดค่าน้ำตาลในเลือด การวัดค่าความดันโลหิต การวัดค่า BMI และรอบเอว

ระหว่างดำเนินการ

- 1) บันทึกการสนทนากลุ่มเสี่ยงและครอบครัว (Focus group discussion) ในประเด็นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อทราบปัญหาอุปสรรค นำไปเป็นโอกาสในการปรับรูปแบบการเสริมพลัง
- 2) บันทึกการเยี่ยมบ้านเพื่อเสริมพลังและติดตามการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

หลังดำเนินการ

- 1) แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงโรคเบาหวาน
- 2) แบบบันทึกอาหารและการออกกำลังกายประจำวัน โดยวิธีการสังเกตแบบมีส่วนร่วมของบุคคลในครอบครัว
- 3) ตรวจวัดค่าน้ำตาลในเลือด การวัดค่าความดันโลหิต และการวัดค่า BMI

14. การรวบรวมและการวิเคราะห์ข้อมูล

- 14.1 ข้อมูลเชิงปริมาณ วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา เช่น ร้อยละ สัดส่วนค่ากลาง ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
- 14.2 ข้อมูลคุณภาพ วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยจัดหมวดหมู่ของเนื้อหา และแบบแผนการกินการอยู่

15. วิธีการส่งต่อและขยายงานในพื้นที่

- 15.1 ทำให้เห็นเป็น Model ในหมู่ 7 ต.เทพาและจากนั้น ประชาสัมพันธ์ ให้หมู่บ้านใกล้เคียงรับทราบ ผ่านการจัดกิจกรรมซึ่งชมคนที่สามารถไปถึงเป้าหมายที่กำหนดร่วมกัน และชวนเขาเหล่านั้นมาร่วมกิจกรรมและจะพยายามกระจายให้ทั่วทุกหมู่บ้านในตำบลเทพา และอำเภอเทพา หรือในวงกว้างต่อไปในอนาคต เพื่อปรับใช้ตามบริบทของแต่ละพื้นที่
- 15.2 สร้างกลุ่มคนที่สามารถเป็นต้นแบบและเป็นตัวแทนในการขยายต่อรูปแบบการดำเนินงานเพื่อให้เขาสามารถชวนหมู่บ้านอื่นพัฒนาและสามารถจัดการดูแลตนเองและสุขภาพของชุมชนได้
- 15.3 นำเสนอผลการวิจัยในที่ประชุม คปสอ.
- 15.4 นำเสนอผลการวิจัยในเวทีวิชาการระดับอำเภอ หรือ อื่นๆ

16. ระยะเวลาการดำเนินงาน

ระยะเวลาการดำเนินงานโครงการตั้งแต่ 4 มกราคม 2559 – 31 สิงหาคม 2559

17. งบประมาณในการดำเนินงาน

ขอสนับสนุนจากมูลนิธิสุขภาพภาคใต้ จำนวน 80,000 บาท

18. การได้รับสนับสนุนงบประมาณของโครงการนี้จากแหล่งอื่นและเป็นจำนวนเท่าไร

โครงการนี้ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากมูลนิธิสุขภาพภาคใต้ เพียงแหล่งเดียว

19. แผนการดำเนินงาน

กิจกรรม/ ขั้นตอนการดำเนินงาน	ตัวชี้วัดกระบวนการ/ผลลัพธ์	ระยะเวลาการดำเนินงาน												งบประมาณ
		ตค. 58	พย. 58	ธค. 58	มค. 59	กพ. 59	มีค. 59	เมย. 59	พค. 59	มิย. 59	กค. 59	สค. 59	กย. 59	
1. ศึกษาปัญหาและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	- เค้าโครงและแนวคิดงานวิจัย - (Conceptual Framework)													- ไม่มี
2. เขียนข้อเสนอและนำเสนอเพื่อของบประมาณสนับสนุนจากมูลนิธิสุขภาพภาคใต้	- ได้รับพิจารณาให้งบประมาณสนับสนุน	13-15												- ไม่มี
3. เชิญชวนและรับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการ	- ใบบัณฑิตเข้าร่วมโครงการแบบสมัครใจประมาณ 50 คน	16-28												- ค่าใบบัณฑิต 1 แผ่น x 50คน x 1 บาท = 50 บาท
4. แลกเปลี่ยนเรียนรู้การดูแลตนเอง การป้องกันโรคเบาหวาน (AIC)	- ได้เป้าหมายและวิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่สอดคล้องกับบริบทชีวิตของรายบุคคลและรายกลุ่มเสี่ยง	29												- ค่าอาหารเที่ยง และอาหารว่าง 95 บาท x 50 คน = 4,750 บาท
5. จัดเตรียมแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงโรคเบาหวาน	- แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงโรคเบาหวาน(ก่อนดำเนินการ)													- ค่าแบบสัมภาษณ์ 3 แผ่น x 50 คน x 1 บาท = 150 บาท
6. จัดเตรียมแบบสัมภาษณ์/บันทึกพฤติกรรมประจำวัน	- แบบแบบสัมภาษณ์/บันทึกพฤติกรรมประจำวัน(ก่อนดำเนินการ)													- ค่าแบบบันทึกอาหาร 7 แผ่น x 50 คน x 1บาท = 350 บาท
7. ตรวจสอบคัดกรองโรคเบาหวาน	- รายงานผลการคัดกรอง : กลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย		5											- ค่า ตรวจ DTX 50 บาท x 50 คน = 2,500 บาท

กิจกรรม/ ขั้นตอนการดำเนินงาน	ตัวชี้วัดกระบวนการ/ผลลัพธ์	ระยะเวลาการดำเนินงาน												งบประมาณ	
		ตค. 58	พย. 58	ธค. 58	มค. 59	กพ. 59	มีค. 59	เมย. 59	พค. 59	มิย. 59	กค. 59	สค. 59	กย. 59		
8. ร่วมดำเนินการปฏิบัติ	- การมีส่วนร่วม : การร่วมรับรู้ปัญหา ร่วมคิด ร่วมตัดสินใจ และร่วมดำเนินการ														- ค่าอาหารเที่ยง และอาหารว่าง 95บาท x 50 คน x 2 ครั้ง = 9,500 บาท
9. ร่วม จัดทำแผนที่ผลลัพธ์	- วิสัยทัศน์ พันธกิจ ในการแก้ไข ปัญหาโรคเบาหวานและโรค ความดันโลหิตสูง														- ค่าอาหารเที่ยง และอาหารว่าง 95 บาท x 50 คน = 4,750 บาท
10. ร่วม จัดทำแผนที่ผลลัพธ์ (ต่อ)	- แผนยุทธศาสตร์ ผลลัพธ์ที่พึงประสงค์														- ค่าอาหารเที่ยง และอาหารว่าง 95 บาท x 50 คน = 4,750 บาท
11. ร่วมแลกเปลี่ยนและ หา วิธีดำเนินการป้องกันการเกิดโรคเบาหวาน	- ได้รูปแบบในการป้องกันการเกิดโรคเบาหวาน														- ค่าอาหารเที่ยง และอาหารว่าง 95 บาท x 50 คน x 2 ครั้ง = 9,500 บาท
12. ตรวจสอบโรคเบาหวาน	- ผลการคัดกรอง : กลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย														- ค่า ตรวจ DTX 50 บาท x 50 คน = 2,500 บาท
13. จัดเตรียมแบบสัมภาษณ์ การรับรู้ความเสี่ยง โรคเบาหวาน	- แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงโรคเบาหวาน(หลังดำเนินการ)														- ค่าแบบสัมภาษณ์ 3 แผ่น x 50 คน x 1 บาท =150 บาท
14. จัดเตรียมแบบสัมภาษณ์/บันทึกพฤติกรรมประจำวัน	- แบบสัมภาษณ์/บันทึกพฤติกรรมประจำวัน(หลังดำเนินการ)														- ค่าแบบสัมภาษณ์/บันทึกพฤติกรรม 7 แผ่น x 50 คน x 1บาท = 350 บาท

กิจกรรม/ ขั้นตอนการดำเนินงาน	ตัวชี้วัดกระบวนการ/ผลลัพธ์	ระยะเวลาการดำเนินงาน												งบประมาณ	
		ตค. 58	พย. 58	ธค. 58	มค. 59	กพ. 59	มีค. 59	เมย. 59	พค. 59	มิย. 59	กค. 59	สค. 59	กย. 59		
15. ร่วมประเมินผลการ ดำเนินกิจกรรมตาม รูปแบบในการป้องกันการ เกิดโรคเบาหวาน	- ผลการดำเนินงานตาม กระบวนการมีส่วนร่วม														- ค่าอาหารเที่ยง และอาหาร ว่าง 95 บาท x 50 คน = 4,750 บาท
16. ร่วมถอดบทเรียนผลจาก การดำเนินงาน	- ร่วมเรียนรู้และร่วมรับ ผลประโยชน์ -														- ค่าอาหารเที่ยง และอาหาร ว่าง 95 บาท x 50คน = 4,750 บาท
17. ประกวดบุคคลต้นแบบ เบาหวาน	- มีบุคคลต้นแบบในการป้องกัน โรคเบาหวาน														- ค่าเกียรติบัตรพร้อมกรอบ บุคคลต้นแบบ จำนวน 30 x 150 บาท = 4,500
18. จัดมหกรรมชื่นชม ผลสำเร็จจากการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม	- เกิดหมู่บ้านปรับเปลี่ยนและ หมู่บ้านต้นแบบ														- ค่าอาหารเที่ยง และอาหาร ว่าง 2 มื้อ 120 บาท x 155 คน = 18,600 บาท - ค่าวัสดุอุปกรณ์ 1,950
19. ทำไวนิลสร้างพลังให้ กลุ่มเป้าหมายและภาคี เครือข่ายและเพื่อ ประชาสัมพันธ์	- ไวนิลกระตุ้นเตือนและเสริมพลัง นำไปสู่ความสำเร็จ														- ค่าไวนิล 8 ตรม. x 150บาท x 2 ผืน = 2,400 บาท
20. ประกวดเมนูอาหารเพื่อ สุขภาพ	- เมนูอาหารเพื่อสุขภาพนำไปใช้ ได้														- ค่าจัดทำเกียรติบัตร150 บาท x 5รางวัล = 750 บาท
21. เขียนเอกสารเผยแพร่	- เอกสารเพื่อเผยแพร่														- ไม่มี

กิจกรรม/ ขั้นตอนการดำเนินงาน	ตัวชี้วัดกระบวนการ/ผลลัพธ์	ระยะเวลาการดำเนินงาน												งบประมาณ	
		ตค. 58	พย. 58	ธค. 58	มค. 59	กพ. 59	มีค. 59	เมย. 59	พค. 59	มิย. 59	กค. 59	สค. 59	กย. 59		
22. จัดทำเอกสารเผยแพร่	- เล่มเอกสารเพื่อเผยแพร่														- จัดทำเอกสารจำนวน 20 เล่ม x 150 บาท = 3,000 บาท

รวมงบประมาณดำเนินการทั้งสิ้น 80,000 บาท (แปดหมื่นบาทถ้วน) โดยสามารถกู้เฉลี่ยได้ทุกรายการ

ใบสมัคร และสัญญาใจ ในการเข้าร่วม โครงการ การเสริมพลังการดูแลตนเองของประชาชนกลุ่มเสี่ยง
อายุ 35 ปี ขึ้นไป ในการป้องกันโรคเบาหวาน โดยการสนับสนุนของครอบครัวและชุมชน
หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา

ข้าพเจ้า (นาย/นาง/นางสาว) อายุ ปี
บ้านเลขที่ ขอสมัครเข้าร่วมโครงการ การเสริมพลังการดูแลตนเองของประชาชนกลุ่มเสี่ยง อายุ 35 ปี
ขึ้นไปในการป้องกันโรคเบาหวาน โดยการสนับสนุนของครอบครัวและชุมชน ด้วยความตั้งใจจริง โดยกำหนด
เป้าหมายจะปรับเปลี่ยนการกินการอยู่ ในเดือนแรก ด้วยวิธีการดังต่อไปนี้

1.
2.
3.
4.
5.
6.

ข้าพเจ้าขอให้สมาชิกในครอบครัวให้การสนับสนุนและเข้าร่วมโครงการกับข้าพเจ้าจำนวน คน
ดังรายชื่อต่อไปนี้

1. อายุ ปี ความสัมพันธ์กับผู้สมัคร.....
2. อายุปี ความสัมพันธ์กับผู้สมัคร.....
3. อายุปี ความสัมพันธ์กับผู้สมัคร.....

นอกจากนี้ข้าพเจ้าขอรับการสนับสนุนจากชุมชนและเครือข่าย(ถ้ามี)ดังนี้

1.
2.
3.

ข้าพเจ้าขอสัญญากับตัวเองว่า ข้าพเจ้าจะปฏิบัติตามที่ตั้งใจไว้ และจะบันทึกการปรับเปลี่ยนการ
กินการอยู่ในสมุดบันทึกที่เจ้าหน้าที่คลินิกเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน ศูนย์ 2 มอบให้ โดยจะบันทึกตาม
จริงทุกวัน(กรณีเขียนไม่คล่องจะให้สมาชิกในครอบครัวบันทึกตามคำบอกของข้าพเจ้า)จนสามารถ
ปรับเปลี่ยนการกินการอยู่ให้เป็นนิสัยภายใน 6 เดือน เพื่อให้ข้าพเจ้าและครอบครัวมีสุขภาพที่แข็งแรง
ห่างไกลจากโรคเบาหวาน

ลงชื่อ.....ผู้สมัคร ลงชื่อ.....ผู้สนับสนุน ลงชื่อ.....ผู้สนับสนุน
(.....) (.....) (.....)
...../...../..... ตำแหน่ง..... ตำแหน่ง.....

หมายเหตุ “ผู้สนับสนุน” ควรเป็นคนในชุมชน เช่น ผู้นำศาสนา ผู้นำชุมชน ผู้ที่เคารพนับถือ เพื่อนบ้าน
(ระบุลงในช่องตำแหน่ง)

แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานของประชาชนกลุ่มเสี่ยง อายุ 35 ปีขึ้นไป
โดยทีมวิจัย(ระยะที่1)

โครงการ การเสริมพลังการดูแลตนเองของประชาชนกลุ่มเสี่ยง อายุ 35 ปีขึ้นไป ในการป้องกันโรคเบาหวาน โดยการสนับสนุนของครอบครัวและชุมชน หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในหมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ และอยู่ในช่วงจัดเก็บข้อมูล

ชื่อ-สกุลผู้สัมภาษณ์.....ทีมวิจัย

ชื่อ-สกุลผู้ถูกสัมภาษณ์.....บ้านเลขที่.....

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ถูกสัมภาษณ์

1.1 อายุ.....ปี

1.2 สถานภาพสมรส โสด คู่ หม้าย/หย่า/แยก

1.3 ระดับการศึกษาสูงสุด

ไม่ได้เรียน ประถมศึกษาปีที่..... มัธยมศึกษาปีที่.....

อนุปริญญาหรือเทียบเท่า ปริญญาตรี สูงกว่าปริญญาตรี

1.4 ท่านเป็นแม่บ้านที่ต้องดูแลการกิน การอยู่ ของสมาชิกในครอบครัวหรือไม่

ใช่ ไม่ใช่ ระบุใครดูแล.....(ข้ามไปตอบข้อ 16)

อื่นๆ ระบุ.....(ข้ามไปตอบข้อ 16)

1.5 นอกจากเป็นแม่บ้าน ท่านยังมีอาชีพอื่นที่ช่วยสร้างรายได้แก่ครอบครัวหรือไม่

ไม่มี มีระบุอาชีพ..... อื่นๆ ระบุ.....

1.6 จำนวนสมาชิกที่อาศัยอยู่ในบ้านหลังนี้.....คน เป็นครอบครัว

เดี่ยว ขยาย อื่นๆ ระบุ.....

1.7 เศรษฐฐานะของครอบครัว

พออยู่พอกิน ขัดสน มีเหลือเก็บ

ส่วนที่ 2 การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน

2.1 การตรวจร่างกาย วันที่.....

น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร ดัชนีมวลกาย(BMI).....kg/m²

ความดัน ครั้งที่ 1/.....mmHg ความดันครั้งที่ 2/.....mmHg

เส้นรอบเอว..... ซม. (ชายไม่เกิน 90 ซม. หญิงไม่เกิน 80 ซม.)

รอยพับดำรอบคอ <input type="checkbox"/> พบ <input type="checkbox"/> ไม่พบ	ใต้รักแร้ดำ <input type="checkbox"/> พบ <input type="checkbox"/> ไม่พบ
--	--

2.2 มีพ่อแม่พี่น้องสายตรงเป็นโรคเบาหวานหรือไม่

มี จำนวน.....คน ระบุ(ความสัมพันธ์กับผู้ถูกสัมภาษณ์).....

ไม่มี อื่นๆระบุ.....

2.3 ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

- มี ระบุ..... ยาที่รับประทานประจำ ระบุ
- ไม่มี

ส่วนที่ 3 การรับรู้ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน

3.1 ท่านคิดว่าท่านมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคเบาหวาน หรือไม่

- เสี่ยง รู้ว่าเสี่ยงมานานแค่ไหน.....เดือน.....ปี
- ไม่เสี่ยง ไม่รู้/ไม่แน่ใจ

เพราะ.....

3.2 ท่านคิดว่าโรคเบาหวานเกิดจากสาเหตุใด

- รู้ ระบุ.....
- ทราบจากไหน.....
- ไม่รู้/ไม่แน่ใจ

3.3 เรื่องที่ท่านอยากรู้มากที่สุด เกี่ยวกับโรคเบาหวาน คือเรื่องใด

- มี ระบุ..... ไม่มี

3.4 ที่ผ่านมามีท่านเคยพยายาม ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการกินการอยู่เพื่อลดความเสี่ยงเป็นโรคเบาหวาน หรือไม่

- ไม่เคย เพราะ.....
- เคย ทำด้วยวิธีใด.....
- ทำนานแค่ไหน.....วัน.....เดือน
- ผลเป็นอย่างไร.....

3.5 ท่านสนใจสมัครเข้าร่วมโครงการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการกินการอยู่เพื่อป้องกันโรคเบาหวาน หรือไม่

สนใจ เพราะ

ยังไม่สนใจ เพราะ.....

แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมประจำวันของผู้สมัครใจเข้าร่วมโครงการ โดยทีมวิจัย(ระยะที่1)
โครงการ การเสริมพลังการดูแลตนเองของประชาชนกลุ่มเสี่ยง อายุ 35 ปีขึ้นไป
ในการป้องกันโรคเบาหวาน โดยการสนับสนุนของครอบครัวและชุมชน
หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา

คำชี้แจง

1. ประโยชน์ของแบบสัมภาษณ์ คือ
 - 1.1 เข้าใจวิถีการกินอยู่ของกลุ่มเป้าหมาย
 - 1.2 สังเคราะห์สมุดบันทึกการกินอยู่ที่ใช้ในระยะเวลาที่ 2-3
 - 1.3 เป็นข้อมูลประกอบการออกแบบกระบวนการกิจกรรมเสริมพลัง
 2. เก็บโดยทีมวิจัยในระยะเวลาที่ 1 ส่วนระยะเวลาที่ 2-3 ให้ผู้สมัครบันทึกด้วยตนเอง หรือสมาชิกในครอบครัว
 3. เก็บข้อมูลกิจกรรมประจำวัน 1 วัน (เลือกวันปกติ/ธรรมดา)
 4. เก็บข้อมูลการกินอาหาร 7 วัน (วันจันทร์ – วันอาทิตย์)
- ชื่อ-สกุล.....อายุ.....ปี เพศ..... สถานภาพสมรส..... อาชีพ.....
 บ้านเลขที่.....หมู่ที่ 7 ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา

ตอนที่ 1 ตารางกิจกรรมประจำวัน วันที่บันทึก.....

เวลา		กิจกรรม ระบุรายละเอียด ทำอะไร อย่างไร	ความบ่อยในการทำ			
			ต่อสัปดาห์			
เริ่ม	เลิก		ทุกวัน	5-6 วัน	3-4 วัน	1-2 วัน
		ตื่นนอน				

ตอนที่ 2 พฤติกรรมการกิน

1. ท่านชอบกินอาหารรสชาติใด (ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)
 - หวาน เค็ม เผ็ด เปรี้ยว อื่นๆระบุ.....
2. ท่านชอบกินอาหารประเภทใดเป็นประจำ(ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)
 - ต้ม ผัด ทอด อื่นๆระบุ.....

3. ท่านชอบกินผลไม้รสชาติใดเป็นประจำ (ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)

หวาน เปรี้ยว อื่นๆระบุ.....

4. ส่วนใหญ่ท่านรับประทานอาหารกับใคร

มือเช้า กินตามลำพัง กินกับครอบครัว กินกับเพื่อน

มือเที่ยง กินตามลำพัง กินกับครอบครัว กินกับเพื่อน

มือเย็น กินตามลำพัง กินกับครอบครัว กินกับเพื่อน

มือค่ำ กินตามลำพัง กินกับครอบครัว กินกับเพื่อน

5. ส่วนใหญ่อาหารที่ท่านกินแต่ละมื้อมาจากไหน

มือเช้า ทำเอง ซื้อมา อื่นๆระบุ.....

มือเที่ยง ทำเอง ซื้อมา อื่นๆระบุ.....

มือเย็น ทำเอง ซื้อมา อื่นๆระบุ.....

มือค่ำ ทำเอง ซื้อมา อื่นๆระบุ.....

6. ท่านกินอาหารว่างระหว่างมื้ออาหารหรือไม่

กิน วันละประมาณ.....ครั้ง ระบุชนิดอาหารว่างที่ท่านกินประจำ.....

ไม่กิน เพราะ.....

7. ท่านกินเครื่องดื่มใดเป็นประจำหรือไม่

กิน ระบุชนิดของเครื่องดื่มและจำนวน.....

ไม่กิน เพราะ.....

ตอนที่ 3 การออกกำลังกาย

1. ปัจจุบันท่านได้ออกกำลังกายหรือไม่

ไม่ออกกำลังกาย เพราะ.....

ออกกำลังกาย ทำอะไร.....

กับใคร.....

ทำบ่อยแค่ไหน.....ครั้ง/สัปดาห์ นาน.....นาที/ครั้ง

ประวัติผู้วิจัย (Curriculum vitae-CV)

ข้อมูล	ทีมผู้เสนอโครงการ PAR/DHIS		
	หัวหน้าโครงการ	ทีมคนที่ 1	ทีมคนที่ 2
1. ชื่อ-สกุล	นางอรอนงค์ แซ่กี้	นางรัชณี ศิริรัตน์	นายดรณัย สุภัทรสมัย
2. อายุ	53 ปี	45 ปี	32 ปี
3. สถานภาพสมรส	สมรส	สมรส	โสด
4. วุฒิการศึกษา	พยาบาลศาสตรบัณฑิต ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต	พยาบาลศาสตรบัณฑิต	วิทยาศาสตร์บัณฑิต (สาธารณสุขชุมชน)
5. ตำแหน่ง	นักวิชาการสาธารณสุข ชำนาญการ	พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ	นักวิชาการสาธารณสุข
6. หน่วยงาน	โรงพยาบาลเทพา	โรงพยาบาลเทพา	โรงพยาบาลเทพา
7. บทบาทหน้าที่ใน ตำแหน่งงาน	หัวหน้ากลุ่มงานเวชศาสตร์ ครอบครัวและบริการด้าน ปฐมภูมิ : ดูแลงานปฐมภูมิ โรงพยาบาลเทพา มี PCU 3 แห่ง	พยาบาลประจำ PCU2 : ปฏิบัติงานปฐมภูมิ	ปฏิบัติงานปฐมภูมิ
8. บทบาทหน้าที่ใน การดำเนินโครงการ นี้	- บริหารจัดการโครงการให้ บรรลุวัตถุประสงค์ - ร่วมดำเนินงานตาม โครงการ	- ร่วมดำเนินงานตาม โครงการ	- ร่วมดำเนินงานตาม โครงการ
9. ความสามารถ หรือ ทักษะอื่นๆ ที่เกิด ประโยชน์ต่อการ ดำเนินโครงการนี้	- มีประสบการณ์การทำงาน ในชุมชน - มีประสบการณ์ในการ ดำเนินงานโดยใช้ DHS	- มีประสบการณ์การ ทำงานในชุมชน	- มีประสบการณ์การ ทำงานในชุมชน - มีประสบการณ์ในการ ดำเนินงานโดยใช้ DHS
10. มีประสบการณ์การ ดำเนินงานที่ เกี่ยวข้องกับเรื่อง ที่จะทำโครงการนี้ นานกี่ปี	4/2	4	2/2
11. มีประสบการณ์ทำ วิจัยมากี่เรื่อง(ระบุ)	- การมีส่วนร่วมขององค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่นในการ ป้องกันโรคไข้เลือดออก	ไม่มี	- ภาวะนำหนักตัวเกินของ นักศึกษามหาวิทยาลัยราช ภัฏสงขลา

ข้อมูล	ทีมผู้เสนอโครงการ PAR/DHIS		
	หัวหน้าโครงการ	ทีมคนที่ 1	ทีมคนที่ 2
	<p>อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา (2551)</p> <p>- เปรียบเทียบผลการอบสมุณไพรในหญิงหลังคลอด</p> <p>อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา (2552) ร่วมกับคุณอรุณี วิรัชต์</p> <p>- การศึกษาและพัฒนา รูปแบบความร่วมมือการรักษากระดูกหักระหว่าง หมอพื้นบ้านและสถาน บริการสาธารณสุขของรัฐ (2555) ร่วมกับคุณอรุณี วิรัชต์ และสำนักงานแพทย์ แผนไทย</p>		<p>- การศึกษาพฤติกรรม ผู้ป่วยที่มีภาวะเบาหวาน ความดัน รพ.สต.คลองอู่ตะเภา</p>