

ผลงานวิชาการ Poster Presentation คปสอ.เมืองชลบุรี

1.ชื่อเรื่อง การประยุกต์ใช้โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวาน(กรณีศึกษากลุ่มผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ไม่พึ่งอินซูลิน) อำเภอเมืองชลบุรี

2.ชื่อเจ้าของผลงาน นางนิสากร วิเศษศรี ตำแหน่งเจ้าพนักงานสาธารณสุขชำนาญงาน
สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองชลบุรี โทร 0-6252-9229

3.บทนำ (หลักการและเหตุผล วัตถุประสงค์การศึกษา)

ปัญหาสุขภาพของประชาชนในปัจจุบันมีแนวโน้มเจ็บป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังมากขึ้น (NCDs) ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน และโรคระบบทางเดินหายใจเรื้อรัง เป็นกลุ่มโรคที่เป็นปัญหาสุขภาพอันดับหนึ่งของโลก (World Health Organization, 2014) ส่งผลกระทบต่อระบบสาธารณสุขของประเทศไทย โดยเฉพาะโรคเบาหวานเป็นหนึ่งในโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่รุนแรง และจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานได้เพิ่มขึ้น ทุกปี อันเนื่องมาจากวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป และพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพ ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งภาวะไตวาย ก่อให้เกิดค่าใช้จ่ายในการล้างไตอย่าง มหาศาล ซึ่งเป็นภาระทางเศรษฐกิจการเงินอย่างมาก ทั้งในระดับโลกและรวมทั้งประเทศไทย (ชัชชาติ รัตตสาร, 2560) ประเทศไทยกำลังเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่าง สมบูรณ์ในปี พ.ศ.2568 โดยจะมีประชากรที่มีอายุมากกว่า 60 ปี เพิ่มขึ้นประมาณ 14.4 ล้านคน หรือ เพิ่มขึ้นเกินร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด และจะมีผู้สูงอายุ 1 คนในทุก ๆ 5 คนเป็นโรคเบาหวาน สหพันธ์โรคเบาหวานนานาชาติ รายงานว่าในปี พ.ศ. 2560 มีจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานทั่วโลก 425 ล้านคน และคาดว่าในปี พ.ศ. 2588 จำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานทั่วโลกจะเพิ่มขึ้นเป็น 629 ล้านคน องค์การอนามัยโลกระบุว่าจำนวนผู้ป่วยเบาหวานจะเพิ่มขึ้นเป็น 2 เท่าในปี 2573 และจะมีผู้เสียชีวิตจากภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานเป็น 3.2 ล้านคน ในแต่ละปี ซึ่งคิดเป็น 6 คน ในทุก ๆ 1 นาที และพบในผู้ที่มีอายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป และคาดการณ์ว่าในปี พ.ศ.2583 ประเทศไทยจะมีผู้ป่วยเบาหวานสูงถึง 5.3 ล้านคน โรคเบาหวานเป็นภาวะโรคเรื้อรังที่ต้องได้รับการดูแลรักษาอย่างต่อเนื่อง (สำนักงานหลักประกัน สุขภาพแห่งชาติ, 2559) และส่งผลกระทบต่อชีวิตประจำวันของผู้ป่วยและครอบครัว โรคเบาหวานเกิดขึ้น เมื่อร่างกายไม่สามารถผลิตอินซูลินได้อย่างเพียงพอ หรือไม่สามารรถใช้อินซูลินได้อย่างมีประสิทธิภาพ สถานการณ์ผู้ป่วยเบาหวาน จังหวัดชลบุรี ในปี 2563 พบว่ามีผู้ป่วยโรคเบาหวาน 65,635 คน ผู้ป่วยคุมระดับน้ำตาลได้ดีร้อยละ 18,837 คน (ร้อยละ 28.70) มีภาวะแทรกซ้อน 4,906 คน (ร้อยละ 7.47) อำเภอเมืองชลบุรี พบผู้ป่วยเบาหวาน 12,676 คน เป็นลำดับที่ 3 รองจาก อำเภอบางละมุง และศรีราชา ผู้ป่วยคุมระดับน้ำตาลได้ดี จำนวน 3,044 คน (ร้อยละ 24.01) มีภาวะแทรกซ้อน 1,525 ราย (ร้อยละ 12.03) จำนวนผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ ปี 2563 พบจำนวน 1,405 คน อัตราป่วย 413.72 ต่อประชากรแสนคน เป้าหมายของการรักษาโรคเบาหวาน คือ การควบคุมระดับน้ำตาล ในเลือดให้อยู่ในระดับปกติหรือใกล้เคียงระดับปกติ การวัดระดับ HbA1c เป็นวิธีหนึ่งที่ใช้ประเมินระดับ น้ำตาลในเลือดโดยเฉลี่ยของผู้ป่วยในช่วงที่ผ่านมา การควบคุมน้ำตาลในเลือดได้ไม่ดีหรือมีระดับ HbA1c สูงเกิน 7% จะสัมพันธ์กับความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้นต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน โรคเบาหวานที่ถูกจัดการได้ไม่ดี และไม่ได้รับการรักษาที่เพียงพอ อาจส่งผลเสียที่สำคัญต่อผู้ป่วย โดยอาจทำให้เกิดภาวะทุพพลภาพและ ภาวะแทรกซ้อน เช่น โรคหลอดเลือดสมอง โรคตา โรคไต โรคหัวใจและหลอดเลือด และการถูกตัดเท้า หรือขา

จากสถานการณ์ผู้ป่วยเบาหวานในพื้นที่อำเภอเมืองชลบุรี ผู้รับผิดชอบงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง คปสอ.เมืองชลบุรี สนใจศึกษา โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวาน ภาวะดื้อโมเดล ของโรงเรียนเบาหวานบางระกำ อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก นำมาประยุกต์พัฒนาให้เหมาะกับวิถีชีวิตและบริบทเขตอำเภอเมืองชลบุรี

เริ่มดำเนินการโครงการ ในปี 2564 ใช้กับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานในระดับพื้นที่ วัตถุประสงค์ในการดำเนินงานโครงการ เพื่อพัฒนาทีมงานและเครือข่ายในการจัดทำโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวาน (กลุ่มผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ไม่พึ่งอินซูลิน) และต่อจากนั้นได้นำโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวานฯไปใช้ในพื้นที่อำเภอเมืองชลบุรีต่อไป

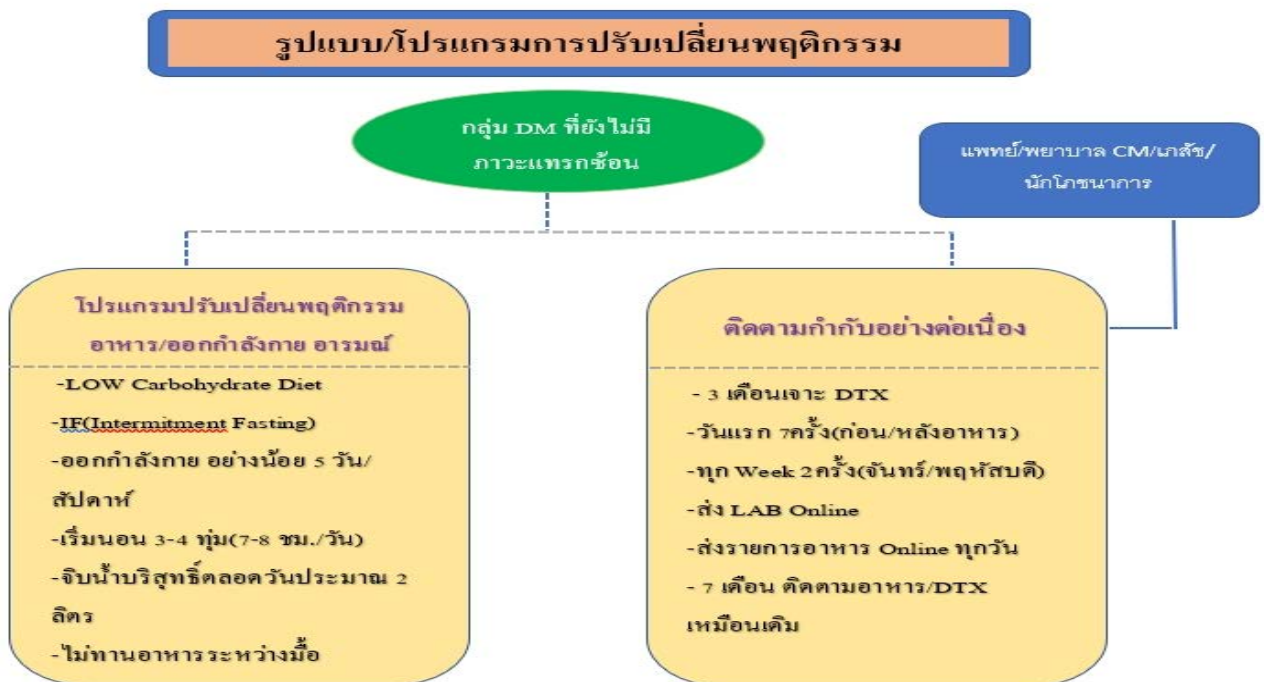
4.วิธีการศึกษา/การดำเนินงาน (เนื้อหาเกี่ยวกับ รูปแบบการศึกษา ประชากรกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ การเก็บรวบรวมข้อมูล)

รูปแบบการศึกษา เป็นแบบ การวิจัยกึ่งทดลอง โดยการประยุกต์ใช้โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวาน(กรณีศึกษากลุ่มผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ไม่พึ่งอินซูลิน) อำเภอเมืองชลบุรี) กลุ่มเป้าหมายในการพัฒนาสมรรถนะของเจ้าหน้าที่เครือข่าย ประกอบด้วย เจ้าหน้าที่สาธารณสุข คปสอ.เมืองชลบุรี จำนวน 80 คน และกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ไม่พึ่งอินซูลิน จำนวน 207 คน เริ่มดำเนินการในระดับพื้นที่ตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ 2564

การดำเนินโครงการแบ่งเป็น 5 ระยะดังนี้ ระยะเวลาดำเนินงาน ปี พ.ศ.2563-2565

ระยะที่ 1.พัฒนาทีมงานและเครือข่ายการจัดทำโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมฯ จำนวน 80 คน ปี 2563 ทีมงาน (แพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข แพทย์แผนไทย นักโภชนาการ) เครือข่าย เจ้าหน้าที่สาธารณสุขขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ตัวแทนอสม.จัดอบรมครั้งที่ 1 วันที่ 26-27 พฤศจิกายน 2563 พัฒนาทีมให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโปรแกรมควบคุมโมเดล เพื่อเป็นครู ก. และนำโปรแกรมไปใช้ปรับเปลี่ยนผู้ป่วยเบาหวานในระดับพื้นที่ต่อไป

ระยะที่ 2 พัฒนาโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมฯ เดือนธันวาคม 2563 ดำเนินการจัดประชุม จัดทำโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโรคเบาหวานกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยตาม ควบคุมโมเดลและประยุกต์ตามบริบทของพื้นที่อำเภอเมืองชลบุรี และดำเนินจัดแผนงานโครงการในแต่ละพื้นที่เพื่อของบประมาณกองทุนตำบล และจัดอุปกรณ์และสถานที่ เพื่อดำเนินโครงการ เสร็จสิ้น เดือนมกราคม 2564



คปสอ.เมืองชลบุรี ได้นำโปรแกรมฯประยุกต์ใช้ในพื้นโดย แพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และอสม. ซึ่งต่างจาก ควบคุมโมเดลที่ แพทย์และพยาบาลเป็นผู้ดำเนินงานเท่านั้น

ระยะที่ 3. ประยุกต์ใช้โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมฯ ในพื้นที่ อำเภอเมืองชลบุรี ดำเนินการในระดับพื้นที่ ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์-เดือนพฤษภาคม 2564 โดยมีผู้เข้าร่วมโครงการจำนวนทั้งสิ้น 207 คน ประกอบด้วย กลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน จาก 17 รพ.สต.จำนวน 207 คน

ระยะที่ 4. ติดตามผลการดำเนินงานประยุกต์ใช้โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมฯ ประชุมติดตามกำกับงานตามการประยุกต์ใช้โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวาน (กรณีศึกษากลุ่มผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ไม่พึ่งอินซูลิน) อำเภอเมืองชลบุรี ปีงบประมาณ 2564-2565 จำนวน 4 ครั้ง (มีนาคม, มิถุนายน, กันยายน และ มกราคม 2565)

ระยะที่ 5. ขยายผลการดำเนินงานประยุกต์ใช้โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมฯ ในพื้นที่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล(รพ.สต.)ในอำเภอเมืองชลบุรี โดยใช้งบประมาณหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ในกลุ่มเป้าหมายใหม่ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการและติดตามกลุ่มเป้าหมายให้ได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง

5. ผลการดำเนินงาน การประยุกต์ใช้โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวาน(กรณีศึกษากลุ่มผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ไม่พึ่งอินซูลิน) อำเภอเมืองชลบุรี ผู้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มป่วยและเสี่ยงจำนวนทั้งสิ้น 207 คน ตาราง แสดงผลการดำเนินงานการประยุกต์ใช้โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวานฯในกลุ่ม กลุ่มป่วยจำนวน 207 คน (ผลครั้งที่ 1 มิ.ย.64,ครั้งที่ 2 ธ.ค.64)

ลำดับ	กลุ่มป่วย	ผลการดำเนินงาน ครั้งที่ 1		ผลการดำเนินงาน ครั้งที่ 2		เพิ่มขึ้น (ร้อยละ)
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
1	ที่ยาเบาหวานได้	18	8.69	20	9.66	0.97
2	ลดยาเบาหวานได้	55	26.57	79	38.17	11.59
3	คงเดิม	134	64.73	108	52.17	-12.56

6.สรุปผล และข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้ประโยชน์ : ผลการดำเนินงานเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และเครือข่ายได้รับการพัฒนาความรู้ความเข้าใจ ในจัดทำโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวานฯเพื่อ ครู ก. ในพื้นที่ จำนวน 80 คน ผลการนำโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคเบาหวานฯ ในกลุ่มตัวอย่าง เมื่อเปรียบเทียบ ผลครั้งที่ 2 และครั้งที่ 1 ในกลุ่มผู้ป่วย จำนวน 207 คน พบว่า ที่ยาเบาหวานได้ 20 คน เพิ่มขึ้นร้อยละ 0.97 รวมผู้ป่วยเบาหวานที่ยาเบาหวานได้ ร้อยละ 9.66 ลดยาเบาหวานได้ 79 คน เพิ่มขึ้น ร้อยละ 11.59 รวมผู้ป่วยเบาหวานลดปริมาณการรับประทานยาเบาหวาน ร้อยละ 38.17 ยังคงเหลือผู้ป่วยเบาหวานร้อยละ 52.17 ที่ยังรับประทานยาเบาหวานคงเดิม ประโยชน์ในเชิงเศรษฐศาสตร์ การที่ยาเบาหวานในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน เป็นการลดงบประมาณในการรักษาโรคเบาหวาน ลดและชะลอการเกิดภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ได้แก่ โรคไต โรคต่อกระฉก การตัดเท้า เป็นต้น

7. ปัจจัยแห่งความสำเร็จของโครงการ แม่นว่าเวลาจะผ่านไปเกิน 6 เดือน การที่ยาและการลดยาโรคเบาหวานของผู้ป่วย มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น ตัวผู้ป่วยมีความสามารถในการรักษาวินยอย่างต่อเนื่อง ได้กำลังใจจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ติดตามกำกับ และจากกลุ่มเพื่อนในline ที่ยังคงมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้การรับประทานอาหาร ผลการเจาะเลือด นั่นเอง

8.เอกสารอ้างอิง : จิรพรรณ ผิวนวล, ประทุม เนตรินทร์.วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ปีที่ 1 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม – สิงหาคม 2561