

โครงการอบรม care giver การดูแลผู้สูงอายุแก่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

เรื่อง “อสม. ห่วงใย ดูแลใส่ใจผู้สูงอายุ”

วันที่ 29 พฤศจิกายน 2562 เวลา 08.30 - 12.00 น.

ณ อาคารอเนกประสงค์เทศบาลตำบล ตำบลอุบล อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี

1. ชื่อโครงการ โครงการอบรม care giver การดูแลผู้สูงอายุแก่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)
เรื่อง “อสม. ห่วงใย ดูแลใส่ใจผู้สูงอายุ”

2. หน่วยงานรับผิดชอบ คณะกรรมการฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ

3. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันโลกเข้าสู่สังคมของผู้สูงอายุ (Ageing Society) จากการศึกษาที่ผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นจึงนำมาซึ่งความเสี่ยงของภาวะเจ็บป่วยต่าง ๆ โดยเฉพาะโรคเรื้อรัง อีกทั้งยังเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุทางร่างกาย เนื่องจากความเสื่อมของอวัยวะรับสัมผัสต่าง ๆ ของผู้สูงอายุได้ ซึ่งปัญหาภาวะพลัดตก หกล้ม จะพบอัตราการหกล้มในผู้สูงอายุอายุต่ำสุด 65 ปีขึ้นไปที่มีสุขภาพดี พบในชุมชนประมาณ 0.3 -1.6 ครั้งต่อคนต่อปี อัตรานี้จะเพิ่มเป็นสองเท่าในคนที่มีอายุมากกว่า 75 ปีขึ้นไป จำนวนครั้งของการหกล้มในผู้สูงอายุไทยในเขตเมือง เมื่อถ้ามีย้อนหลังไปเป็นเวลาหกเดือน พบร้อยละ 24.1 ในหญิงและร้อยละ 12.1 ในชาย นอกจากนี้จากการคาดการณ์ในปี 2560 - 2564 ของสำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรคกระทรวงสาธารณสุข พบว่ามีผู้สูงอายุหกล้มปีละ 3,030,900-5,506,000 คนและพบอัตราการเสียชีวิตจากการหกล้มของผู้สูงอายุถึง 3 เท่า ความเสี่ยงต่อการหกล้มจะเพิ่มขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น องค์การอนามัยโลกระบุว่า ผู้สูงอายุ 65 ปีขึ้นไปจะมีแนวโน้มหกล้มร้อยละ 28-35 ต่อปี และจะเพิ่มเป็นร้อยละ 32 - 42 เมื่ออายุ 70 ปีขึ้นไป ผลกระทบของการหกล้มส่งผลทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ด้านร่างกายทำให้เกิดการบาดเจ็บเล็กน้อย ปานกลางจนกระทั่งบาดเจ็บรุนแรงถึงเสียชีวิต ผลกระทบต่อจิตใจ ทำให้เกิดความกลัวการหกล้ม สูญเสียความมั่นใจในการทำกิจกรรม ผลกระทบด้านเศรษฐกิจ ต้องสูญเสียการรักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสภาพเป็นเวลานานตลอดจนส่งผลต่อการขาดรายได้จากที่ต้องมาดูแลผู้สูงอายุที่ได้รับบาดเจ็บจากการหกล้ม

จากปัญหาดังกล่าว ทำให้คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุดังกล่าว จึงมีแผนปฏิบัติการประจำปีการศึกษา 2562 ยุทธศาสตร์ที่ 3 พัฒนางานบริการวิชาการแก่สังคมเพื่อตอบสนองคุณภาพชีวิตของชุมชนให้เข้มแข็ง เป้าประสงค์เพื่อจัดบริการวิชาการแก่สังคมเพื่อตอบสนองคุณภาพชีวิตของชุมชนให้เข้มแข็ง โดยได้สนับสนุนให้อาจารย์ประจำ และนักศึกษามีส่วนร่วมในการบริการวิชาการแก่สังคม คณะกรรมการฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการจึงได้ดำเนินการจัดโครงการอบรม care giver การดูแลผู้สูงอายุแก่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เรื่อง “อสม. ห่วงใย ดูแลใส่ใจผู้สูงอายุ” ขึ้น เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุในชุมชนตลอดไป

4. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้เกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยง ผลกระทบและการป้องกันการหกล้ม
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการเกิดความรู้ความเข้าใจในการป้องกันการหกล้ม
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมมีแนวทางในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดการหกล้ม

5. กลุ่มเป้าหมาย

- | | |
|--|--------------------|
| 1. อาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี | จำนวน 15 คน |
| 2. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) | จำนวน 40 คน |
| รวมทั้งสิ้น | จำนวน 55 คน |

6. ตัวชี้วัด

เชิงปริมาณ

1. กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการทุกโครงการ ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. กลุ่มเป้าหมายมีความพึงพอใจในกิจกรรม/โครงการ ไม่น้อยกว่า 3.51

เชิงคุณภาพ

1. กลุ่มเป้าหมายสามารถตอบคำถามและอธิบายเกี่ยวกับการพลัดตก หกล้มได้
2. กลุ่มเป้าหมายให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้
3. กลุ่มเป้าหมายสามารถสารถีย้อนกลับการบริหารกล้ามเนื้อและเพิ่มความแข็งแรงของการทรงตัวด้วยไทชิได้ 4 ใน 7 ท่า
4. กลุ่มเป้าหมายบอกแนวทางในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดการหกล้มได้

7. การประเมินผล

1. ประเมินจากการสังเกตการณ์มีส่วนร่วมของข้อผู้เข้าร่วมโครงการ
2. ประเมินจากแบบประเมินความพึงพอใจของการจัดโครงการ
3. ประเมินความรู้ความเข้าใจของการป้องกันการพลัดตกหกล้ม

8. ระยะเวลาในการดำเนินการ

วันที่ 29 พฤศจิกายน 2562 เวลา 08.30 - 12.00 น.

9. สถานที่จัดกิจกรรม

อาคารอเนกประสงค์ ตำบลอุบล อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี

10. กิจกรรมการดำเนินงาน ประกอบด้วย 4 กิจกรรม ดังนี้

1. สาธิตการออกกำลังกายด้วย T26 Dance”
2. ให้ดูการแสดงละคร “รู้เท่าทันป้องกันหกล้ม”
3. บรรยายให้สุศึกษาเรื่อง การป้องกันการพลัดตกหกล้ม
4. สาธิตการบริหารเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อในการทรงตัวด้วยไทชิ

แผนผังการดำเนินงาน

กิจกรรม	ปีการศึกษา 2562							ผู้รับผิดชอบ
	มี.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	
1. สํารวจข้อมูลและความต้องการด้านสุขภาพ ในพื้นที่ให้บริการวิชาการ	↔							คณะกรรมการ
2.วิเคราะห์ปัญหาและสถานการณ์		↔						คณะกรรมการ
3. แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานโครงการ	↔	↔						
4. ประชุมปรึกษา และจัดทำแผนการดำเนินงานร่วมกับเจ้าหน้าที่			↔					คณะกรรมการ
5. จัดทำโครงการ และเสนอเพื่อขออนุมัติ				↔	↔			คณะกรรมการ
6. จัดโครงการอบรม care giver การดูแลผู้สูงอายุแก่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เรื่อง “อสม. ห่วงใย ดูแลใส่ใจ ผู้สูงอายุ”						↔		คณะกรรมการ
8. ประเมินและวิเคราะห์ผลลัพธ์							↔	คณะกรรมการ
9. สรุปผลการดำเนินการ และเสนอแนะ							↔	คณะกรรมการ

11. วิทยากร

คณาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี

12. งบประมาณ

In cash

-ค่าอาหารว่าง (1 มื้อ x 15 บาท x 55 คน)	จำนวนเงิน	825 บาท
-ค่าอาหารกลางวัน (1 มื้อ x 40 บาท x 55 คน)	จำนวนเงิน	2,200 บาท
-ค่าอุปกรณ์และเอกสารประกอบโครงการ(20 บาท x 55 คน)	จำนวนเงิน	1,210 บาท
-ค่าป้ายไวนิลและจัดสถานที่	จำนวนเงิน	800 บาท
	รวมเป็นเงิน	5,035 บาท

IN Kind

-ค่าห้องในการจัดเตรียมโครงการ	จำนวนเงิน	5,000 บาท
-ค่าน้ำ	จำนวนเงิน	500 บาท
-ค่าไฟ	จำนวนเงิน	1,000 บาท
-ค่าเช่าโปรเจคเตอร์	จำนวนเงิน	500 บาท
-ค่าเช่าเครื่องเสียง	จำนวนเงิน	3,000 บาท
-ค่าเช่าเครื่องคอมพิวเตอร์	จำนวนเงิน	2,000 บาท
-ค่าเช่าเครื่องชั่งน้ำหนัก วัดความดันโลหิต	จำนวนเงิน	2,000 บาท

รวมเป็นเงิน 14,000 บาท

เป็นงบประมาณทั้งสิ้น 19,035 บาท (สองหมื่นเก้าพันสามห้าสิบบาทถ้วน)

13. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. กลุ่มเป้าหมายได้รับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปลัดตก หกล้ม เช่น สาเหตุ ปัจจัยเสี่ยง การบริหารกล้ามเนื้อและเพิ่มความแข็งแรงของการทรงตัวด้วยไทชิ
2. กลุ่มเป้าหมายสามารถสาธิตย้อนกลับทำการบริหารกล้ามเนื้อและเพิ่มความแข็งแรงของการทรงตัวด้วยไทชิ
3. กลุ่มเป้าหมายมีแนวทางจัดการกับการป้องกันความเสี่ยงในการปลัดตก หกล้มของผู้สูงอายุ

ชญา ชัยวรรณวรรต

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทศา ชัยวรรณวรรต)
รองคณบดีฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ
ผู้เสนอโครงการ

เจนนี่ โพนใจ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เยาวลักษณ์ โพนใจารา)
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์
ผู้เห็นชอบโครงการ

เรื่อง “อสม. ห่วงใย ดูแลใส่ใจผู้สูงอายุ”

วันที่ 29 พฤศจิกายน 2562 เวลา 08.30 – 12.00 น.

ณ อาคารอเนกประสงค์เทศบาลตำบลอุบล ตำบลอุบล อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี

ผู้รับผิดชอบโครงการ คณะกรรมการฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ
 วันที่จัดกิจกรรม วันที่ 29 พฤศจิกายน 2562 เวลา 08.30 – 12.00 น.
 สถานที่จัดกิจกรรม ศาลากลางหมู่บ้านชุมชนบ้านท่าบ่อ บ้านคำแย้ บ้านดอนกลาง อำเภอเมือง
 จังหวัดอุบลราชธานี

ความสำเร็จของการดำเนินงานเปรียบเทียบกับตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

ลำดับ	ตัวชี้วัด	เกณฑ์	ผลที่ได้	การบรรลุเป้าหมาย	
				บรรลุเป้าหมาย	ไม่บรรลุเป้าหมาย
1.	กลุ่มเป้าหมายสามารถตอบคำถามและอธิบายเกี่ยวกับการพลัดตก หกล้มได้	ร้อยละ 60	28 คน (ร้อยละ 84.84)	✓	
2.	กลุ่มเป้าหมายให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่าง ๆ	ร้อยละ 60	33 คน (ร้อยละ 100)	✓	
3.	กลุ่มเป้าหมายสามารถสาธิตย้อนกลับการบริหารกล้ามเนื้อและเพิ่มความแข็งแรงของการทรงตัวด้วยไทชิได้ 4 ใน 7 ท่า	ร้อยละ 60	33 คน (ร้อยละ 100)	✓	
4.	กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการ	ร้อยละ 80	33 คน (ร้อยละ 82)	✓	
5.	กลุ่มเป้าหมายมีความพึงพอใจในกิจกรรม/โครงการ	ไม่น้อยกว่า 3.51 ระดับดี	4.41	✓	

การจัดโครงการอบรม care giver การดูแลผู้สูงอายุแก่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เรื่อง “อสม. ห่วงใย ดูแลใส่ใจผู้สูงอายุ” อสม./อพส. ที่เป็นกลุ่มเป้าหมายในการทำหน้าที่เป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุในชุมชน ได้รับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการพลัดตกหกล้มที่จะเกิดขึ้นได้ในผู้สูงอายุ จึงทราบวิธีและแนวทางในการดูแลผู้สูงอายุให้มีการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการหกล้มได้ ซึ่งจะนำไปใช้ในการดูแลผู้สูงอายุที่รับผิดชอบในเขตพื้นที่ของตนเอง เพื่อป้องกันการหกล้ม

ผลที่ได้จากการดำเนินการ

1. อสม./อพส. ที่เข้าร่วมโครงการได้รับความรู้ความเข้าใจในการป้องกันการพลัดตกหกล้มของผู้สูงอายุ กิจกรรมการบริหารกล้ามเนื้อและเพิ่มความแข็งแรงของการทรงตัวด้วยไทโซ
2. อสม./อพส. มีความพึงพอใจในการจัดโครงการ และจะนำความรู้ไปใช้ในการดูแลและสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี

วิธีการดำเนินการ (P D C A)

มีวิธีดำเนินการและมีกิจกรรมดังนี้

1. ขั้นวางแผน (P) มีการดำเนินงานดังนี้

- 1.1 คณะกรรมการบริการวิชาการแก่สังคม คณะพยาบาลศาสตร์ ประชุมปรึกษา ค้นหาพื้นที่เป้าหมาย และสำรวจประชากรเป้าหมาย ในชุมชนบ้านท่าบ่อ บ้านตำแย บ้านดอนกลาง อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานีด้วยการลงสำรวจพื้นที่และการสอบถามจากประชาชน ผู้นำชุมชน และองค์กรท้องถิ่น
- 1.2 ผู้รับผิดชอบโครงการเขียนโครงการและนำเสนอโครงการต่อคณบดี คณะกรรมการวิจัยและบริการวิชาการแก่สังคม คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี เพื่อขอขออนุมัติโครงการดำเนินการ

2. ขั้นดำเนินการ (D) มีการดำเนินการประชาสัมพันธ์ดังรายละเอียดแนวทางการดำเนินงานดังนี้

- 2.1 ประสานงานกับทุกหน่วยงานและบุคคลที่เกี่ยวข้อง
- 2.2 เตรียมสถานที่ เอกสาร และอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องให้เพียงพอและพร้อมใช้
- 2.3 ประชาสัมพันธ์โครงการให้ผู้เข้าร่วมโครงการทราบ
- 2.4 จัดโครงการบริการวิชาการแก่สังคม

3. ขั้นประเมินผล (C) มีการดำเนินการดังนี้

- 1.1 ดำเนินการประเมินผลโครงการตามแบบประเมินความพึงพอใจในการเข้าร่วมโครงการของชุมชน และประเมินคัดกรองภาวะสมองเสื่อม และแบบประเมินความรู้เกี่ยวกับภาวะสมองเสื่อม
- 1.2 จัดประชุมคณะกรรมการบริการวิชาการแก่สังคมเพื่อประเมินโครงการ
- 1.3 สรุปผลการประเมิน

4. ขั้นปรับปรุง (A)

- 4.1 นำผลการประเมินโครงการ ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะ นำเสนอที่ประชุมคณะกรรมการบริการวิชาการแก่สังคม คณะพยาบาลศาสตร์ เพื่อนำมาปรับปรุงและพัฒนาการบริการวิชาการแก่สังคมอย่างต่อเนื่องในปีการศึกษาต่อไป

ระยะเวลาดำเนินการ มีรายละเอียดระยะเวลาในการดำเนินการ เดือนพฤศจิกายน 2562 ดังนี้

ชั้นการวางแผน

คณะกรรมการวิจัยและบริการวิชาการแก่สังคมประชุมปรึกษา สํารวจพื้นที่เป้าหมายรวบรวมข้อมูลและเขียนโครงการเพื่อเสนอขออนุมัติโครงการ เดือนพฤษภาคม-มิถุนายน 2562

ชั้นการดำเนินการ

1. จัดเตรียมความพร้อม (ประชาสัมพันธ์ติดต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ประสานงานเรื่องสถานที่ และเตรียมอุปกรณ์) 1-15 พฤศจิกายน 2562
2. ดำเนินการตามที่กำหนดในโครงการ 29 พฤศจิกายน 2562

ชั้นประเมินผล

1. ประเมินความพึงพอใจในการเข้าร่วมโครงการ 29 พฤศจิกายน 2562
2. ประเมินความรู้ การออกกำลังกายบริหารกล้ามเนื้อ และการมีส่วนร่วม 29 พฤศจิกายน 2562
3. ศึกษาผลการดำเนินงานปัญหาและอุปสรรค 30 พฤศจิกายน 2562
4. สรุปผลการดำเนินงานโครงการและรายงานผล 22 เมษายน 2563

ชั้นปรับปรุง

1. ประชุมคณะกรรมการบริการวิชาการแก่สังคม เพื่อนำผลการประเมินตามโครงการมาพัฒนาการจัดโครงการอื่นต่อไป 22 เมษายน 2563

ภาพกิจกรรมในโครงการ





