

หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันโครงสร้างประชากรของประเทศไทยมีสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งกำลังอยู่ในช่วงการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ และสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ในภาวะเช่นนี้ คือ การเตรียมพร้อมเพื่อการป้องกันการเกิดโรคร้ายต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นตามมาพร้อมๆ กับอายุที่ยืนยาวขึ้น และหนึ่งในโรคที่มักเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ คือ โรคสมองเสื่อม ซึ่งเป็นโรคที่มีความเกี่ยวข้องโดยตรงกับอายุที่มากขึ้น

โรคสมองเสื่อมเป็นความผิดปกติที่สมองทำงานด้อยลงจากเดิมจนมีผลกระทบต่อการทำงานหรือการใช้ชีวิตประจำวันของบุคคลนั้นๆ และทำให้ความรอบรู้ ความเฉลียวฉลาด ความคิด การตัดสินใจเปลี่ยนแปลงไปในทางลดลง นอกจากนี้ปัญหาสำคัญที่พบในผู้ป่วยสมองเสื่อมนั้นมี ๒ ประการ คือ ปัญหาความจำและพฤติกรรมเปลี่ยนแปลง ซึ่งพบว่าผู้ป่วยจะมีการสูญเสียความจำระยะสั้นก่อนแล้วจึงสูญเสียความจำระยะยาว ตลอดจนความสามารถในการตัดสินใจ ทำให้เป็นภาวะแก่ผู้ดูแลและครอบครัวที่ต้องคอยดูแลอย่างใกล้ชิดเพื่อระมัดระวังการเกิดอุบัติเหตุต่างๆ จากปัญหาดังกล่าว ส่งผลกระทบต่อทั้งผู้สูงอายุและผู้ดูแลอย่างมากในหลายด้าน โดยเฉพาะทางด้านจิตใจเพราะทำให้เกิดความเครียดที่ต้องปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต จนบางครั้งอาจเกิดภาวะซึมเศร้าได้ในบางราย ผู้รับผิดชอบงานคลินิกผู้สูงอายุ โรงพยาบาลกระแสนินธุ์ ได้ตระหนักถึงผลกระทบที่จะเกิดขึ้นตามมาจากรโรคสมองเสื่อมจึงได้จัดทำโครงการ “อบรมโปรแกรมการฝึกสมองในผู้สูงอายุ” ให้แก่เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานคลินิกผู้สูงอายุในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ และเจ้าหน้าที่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านที่เกี่ยวข้อง ในพื้นที่อำเภอกระแสนินธุ์ขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้รับผิดชอบงานคลินิกผู้สูงอายุได้นำความรู้ และวิธีการ/กิจกรรมที่ได้รับจากการอบรมไปใช้ในการดำเนินงานคลินิกต่อไป เมื่อผู้รับผิดชอบงานคลินิกผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคสมองเสื่อมและมีความรู้ในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อป้องกันการเกิดโรคสมองเสื่อมแล้วนั้น จะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุขต่อไป

โรงพยาบาลกระแสนินธุ์ได้ตระหนักถึงความสำคัญในการส่งเสริมและดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ จึงจัดทำโครงการพัฒนาและสร้างเสริมศักยภาพคนไทยกลุ่มวัยผู้สูงอายุ อำเภอกระแสนินธุ์ จังหวัดสงขลา ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ เพื่อให้ผู้รับผิดชอบงานคลินิกผู้สูงอายุ และเจ้าหน้าที่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านที่เกี่ยวข้อง มีทักษะในการฝึกสมอง สามารถนำไปดำเนินการแก่ผู้สูงอายุที่มีภาวะเสี่ยงด้านความคิดความจำ/เสียงสมองเสื่อม ส่งผลให้ผู้สูงอายุดูแลตัวเองได้มากขึ้น ลดภาวะพึ่งพิงได้มากขึ้น

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะสมองเสื่อมของผู้สูงอายุ
๒. เพื่อให้เจ้าหน้าที่ที่เข้าร่วมการอบรมมีความรู้ความเข้าใจในการใช้โปรแกรมฝึกสมอง (TEAM-V) ในผู้สูงอายุและสามารถนำไปใช้ปฏิบัติงานจริงได้

เป้าหมาย

๑. เพื่อให้เจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะสมองเสื่อมของผู้สูงอายุ เพิ่มขึ้นร้อยละ ๘๐
๒. เพื่อให้เจ้าหน้าที่ที่เข้าร่วมการอบรมมีความรู้ความเข้าใจในการใช้โปรแกรมฝึกสมองในผู้สูงอายุ และสามารถนำไปใช้ปฏิบัติงานจริงได้ ร้อยละ ๑๐๐

กลุ่มเป้าหมาย

- เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานคลินิกผู้สูงอายุ จำนวน ๑๐ คน
- อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จำนวน ๑๐ คน

กลวิธีการดำเนินการ

ขั้นเตรียมการ

๑. กำหนดกลุ่มเป้าหมายในการเข้าร่วมโครงการ
๒. จัดทำและขออนุมัติโครงการ
๓. ประสานงานบุคคลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

ขั้นดำเนินการ

๑. ประสานงานผู้ที่เกี่ยวข้อง เรื่องวัน เวลา สถานที่จัดกิจกรรม
๒. จัดกิจกรรมโครงการ
 - ๒.๑ ทำแบบประเมินความรู้ก่อนการอบรม
 - ๒.๒ ให้ความรู้เกี่ยวกับโรคสมองเสื่อม ได้แก่ สาเหตุ อาการ การป้องกันภาวะสมองเสื่อม
 - ๒.๓ ฝึกทักษะการบริหารสมองผู้สูงอายุ (TEAM-V) ด้วยกิจกรรม จำนวน ๖ กิจกรรม เพื่อกระตุ้นกระบวนการคิด ความจำ และการสั่งการของสมอง
 - ๒.๔ ทำแบบประเมินความรู้หลังการอบรม
 - ๒.๕ แลกเปลี่ยนเรียนรู้สิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมอบรม
 - ๒.๖ ประเมินผลการดำเนินงานโครงการ จากแบบทดสอบ ก่อน - หลัง การอบรม

ขั้นหลังการดำเนินการ

๑. ประเมินผลและจัดทำรายงาน
๒. สรุปผลการดำเนินงานตามแผนงานโครงการ

ระยะเวลาดำเนินการ

วันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ ณ ห้องประชุม PCU โรงพยาบาลกระแสนินทร์

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ (กุมภาพันธ์)			
	สัปดาห์ที่ ๑	สัปดาห์ที่ ๒	สัปดาห์ที่ ๓	สัปดาห์ที่ ๔
ขั้นเตรียมการ				
๑. กำหนดกลุ่มเป้าหมายในการเข้าร่วมโครงการ	↔			
๒. จัดทำและขออนุมัติโครงการ	↔			
๓. ประสานงานบุคคลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง	↔			
ขั้นดำเนินการ				
๑. ประสานงานผู้ที่เกี่ยวข้อง เรื่องวัน เวลา สถานที่จัดกิจกรรม		↔		
๒. จัดกิจกรรมโครงการ				
๒.๑ ทำแบบประเมินความรู้ก่อนการอบรม			↔	
๒.๒ ให้ความรู้เกี่ยวกับโรคสมองเสื่อม ได้แก่			↔	

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ (กุมภาพันธ์)			
	สัปดาห์ที่ ๑	สัปดาห์ที่ ๒	สัปดาห์ที่ ๓	สัปดาห์ที่ ๔
สาเหตุ อาการ การป้องกันภาวะสมองเสื่อม ๒.๓ ฝึกทักษะการบริหารสมองผู้สูงอายุ (TEAM-V) ด้วยกิจกรรม จำนวน ๖ กิจกรรม เพื่อกระตุ้น กระบวนการคิด ความจำ และการสั่งการของสมอง ๒.๔ ทำแบบประเมินความรู้หลังการอบรม ๒.๕ แลกเปลี่ยนเรียนรู้สิ่งที่ได้จากการเข้าร่วม อบรม ๒.๖ ประเมินผลการดำเนินงานโครงการ จาก แบบทดสอบ ก่อน - หลัง การอบรม				
ขั้นหลังการดำเนินการ ๑. ประเมินผลและจัดทำรายงาน			↔	
๒. สรุปผลการดำเนินงานตามแผนงานโครงการ				↔

งบประมาณ

งบประมาณจากเงินบำรุงโรงพยาบาลกระแสสินธุ์ เป็นเงินจำนวน ๒,๘๐๐ บาท (สองพันแปดร้อย บาทถ้วน) รายละเอียดดังนี้

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๓๕ บาท x ๒๐ คน x ๒ มื้อ เป็นเงิน ๑,๔๐๐ บาท
 - ค่าอาหารกลางวัน ๗๐ บาท x ๒๐ คน x ๑ มื้อ เป็นเงิน ๑,๔๐๐ บาท
- รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๒,๘๐๐ บาท (สองพันแปดร้อยบาทถ้วน)

หมายเหตุ : ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

การประเมินผล

วัตถุประสงค์	เป้าหมาย(ตัวชี้วัด)/วิธีการ ติดตามนิเทศควบคุมกำกับ	เครื่องมือ/วิธีการ	เกณฑ์
๑. เพื่อให้เจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะ สมองเสื่อมของผู้สูงอายุ	๑. เพื่อให้เจ้าหน้าที่มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะ สมองเสื่อมของผู้สูงอายุ เพิ่มขึ้น	- แบบประเมินความรู้ก่อน / หลังการอบรม	ร้อยละ ๘๐
๒. เพื่อให้เจ้าหน้าที่ที่เข้าร่วม การอบรมมีความรู้ความ เข้าใจในการใช้โปรแกรมฝึก สมองในผู้สูงอายุ และ สามารถนำไปใช้ปฏิบัติงาน จริงได้	๒. เพื่อให้เจ้าหน้าที่ที่เข้าร่วม การอบรมมีความรู้ความ เข้าใจในการใช้โปรแกรมฝึก สมองในผู้สูงอายุ และ สามารถนำไปใช้ปฏิบัติงาน จริงได้	- ทะเบียนผู้เข้าร่วมการ อบรม/ภาพกิจกรรม - ผลการดำเนินงานคลินิก ผู้สูงอายุ	ร้อยละ ๑๐๐


ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. เจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะสมองเสื่อมของผู้สูงอายุ
๒. เจ้าหน้าที่ที่เข้าร่วมการอบรมมีความรู้ความเข้าใจในการใช้โปรแกรมฝึกสมองในผู้สูงอายุ และสามารถนำไปใช้ปฏิบัติงานจริงได้


ผู้รับผิดชอบโครงการ

สุดารัตน์ ปัญจะสุวรรณ
(นางสาวสุดารัตน์ ปัญจะสุวรรณ)
นักวิชาการสาธารณสุข

ผู้เห็นชอบโครงการ


(นายภควรรณ สังข์ทอง)
นายแพทย์ชำนาญการ รักษาการในตำแหน่ง
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลกระแสดินธุ์

ผู้อนุมัติโครงการ


(นายสงกรานต์ ไนชุม)
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสงขลา

ชื่อโครงการ.....พัฒนา 116-5316 ดักบถ
.....
.....
จำนวนเงิน..... 2,600 -

กำหนดการ
 โครงการพัฒนาและสร้างเสริมศักยภาพคนไทยกลุ่มวัยผู้สูงอายุ
 วันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗
 ณ ห้องประชุม PCU โรงพยาบาลกระแสนินธุ์

วันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน และทำ Pre-test ณ ห้องประชุม PCU โรงพยาบาลกระแสนินธุ์
๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น.	ชี้แจงวัตถุประสงค์ของโครงการ
๐๙.๓๐ - ๑๐.๓๐ น.	บรรยายหัวข้อ เรื่อง ภาวะสมองเสื่อมและการป้องกันสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ
๑๐.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.	ฝึกปฏิบัติกิจกรรมฝึกสมองป้องกันสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ (TEAM-V) ๖ กิจกรรม
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	ฝึกปฏิบัติกิจกรรมฝึกสมองป้องกันสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ (TEAM-V) ๖ กิจกรรม
๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	ทำ Post -test สรุปข้อซักถาม ปิดการประชุม

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น. และ ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.