



โครงการตรวจน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตนเองที่บ้าน (SMBG) ในผู้ป่วยเบาหวานที่ยากต่อการจัดการปี 2564

หน่วยงานที่รับผิดชอบ เครือข่ายสุขภาพอำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์

ผู้รับผิดชอบโครงการ นางพรรณทิพย์ คล้ายแจ้ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

โทรศัพท์ 087-8428924 E-mail pantippung@gmail.com

หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่ก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อน ทั้งแบบเฉียบพลันและเรื้อรัง ผู้ป่วยเบาหวานแต่ละรายมีปัญหาและความต้องการที่แตกต่างกัน การให้ความรู้แก่ผู้ป่วยและครอบครัวเป็นการส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจัดการตนเอง เพื่อควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ หรือใกล้เคียงปกติ ลดโอกาสเกิดโรคแทรกซ้อนที่ตา ไต เท้า หลอดเลือดหัวใจและหลอดเลือดสมอง การตรวจน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตนเองที่บ้าน (SMBG) เป็นกุญแจที่สำคัญของการจัดการตนเองที่จะทำให้ผู้ป่วยเรียนรู้ถึงความสัมพันธ์ของอาหารที่รับประทานกับระดับน้ำตาลในเลือด ทำให้ผู้ป่วยเกิดความเข้าใจในภาวะสุขภาพของตนเอง แล้วนำผลการตรวจระดับน้ำตาลในเลือดมาเป็นข้อมูลในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจัดการตนเอง ส่วนแพทย์นำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนการรักษา ในปี 2561-2563 เครือข่ายสุขภาพอำเภอชุมแสงมีผู้ป่วยโรคเบาหวานจำนวน 3,434 ราย, 3,479 ราย, 3,676 ราย ตามลำดับ ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี ($HbA1C < 7\%$) ร้อยละ 32.18, 38.22, 42.95 มีภาวะแทรกซ้อนทางตา ร้อยละ 11.1, 7.94, 4.62 มีภาวะแทรกซ้อนทางไต ร้อยละ 13.5, 19.0, 30.41 ตัดนิ้วเท้าตัดเท้าตัดขา ร้อยละ 0.1, 0.02, 0.02 มีภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลัน ร้อยละ 2.77, 3.66, 3.21 ภาวะแทรกซ้อนเป็นสิ่งที่ป้องกันได้ หากได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสมจะทำให้ผู้ป่วยปลอดภัยและลดความเสี่ยงที่จะเกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรง ดังนั้นทีมการดูแลจึงจัดทำโครงการตรวจน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตนเองที่บ้าน SMBG ในผู้ป่วยเบาหวานที่ยากต่อการจัดการ เพื่อค้นหาสาเหตุของปัญหาและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ร่วมกับทีมสหวิชาชีพ ครอบครัวและชุมชน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง เรื่องการรับประทานอาหาร การใช้ยา การออกกำลังกายอย่างถูกต้อง
2. เพื่อลดระดับน้ำตาลสะสมชะลอการเกิดภาวะแทรกซ้อนโดยครอบครัวและชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแลผู้ป่วย

เป้าหมาย

1. ผู้ป่วยเบาหวานเครือข่ายสุขภาพอำเภอชุมแสงที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ จำนวน 182 คน ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ $HbA1C \geq 10$ หรือมีผลระดับน้ำตาล FBS > 200 mg% ติดต่อกัน 3 ครั้ง หรือมีผลระดับน้ำตาล FBS > 300 mg% ติดต่อกัน 2 ครั้ง หรือ FBS < 70 mg%

กลวิธีดำเนินงาน

1. จัดประชุมชี้แจงโครงการใน NCD Board
2. คัดเลือกกลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยเบาหวานเครือข่ายสุขภาพอำเภอชุมแสงจำนวน 182 คน ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ ให้ทำ SMBG พร้อมบันทึกผลการตรวจระดับน้ำตาลปลายนิ้วและบันทึกอาหารคนละ 2 ครั้ง (ใช้แถบตรวจน้ำตาลปลายนิ้วคนละ 10 แถบ/ครั้ง x 2 ครั้ง)
3. ให้ความรู้รายบุคคลเรื่องโรค การใช้ยา การออกกำลังกาย การดูแลเท้าด้วยตนเอง ส่งเสริมการรับประทานอาหารสุขภาพตามระดับน้ำตาลสะสม ตามโปรแกรมสมุดคู่มือพิชิตเบาหวาน โดยทีมสหวิชาชีพ /

รหัสโครงการ UC
 เลขที่รหัส ๕๔-๒๒๐-๒-๐๐๑
 วันที่ ๒๕/๐๖/๒๕๖๓

พยาบาลวิชาชีพ ในคลินิกเบาหวานโรงพยาบาลชุมแสง และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในเครือข่าย เพื่อให้ผู้ป่วยเกิดความเข้าใจในภาวะสุขภาพของตนเอง แล้วนำผลการตรวจ SMBG มาเป็นข้อมูลในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการจัดการตนเอง

3. ติดตามผลตรวจเลือดน้ำตาลเฉลี่ยสะสม (HbA1C) หลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ 3 - 6 เดือน

ระยะเวลาดำเนินการ

ตุลาคม 63 - กันยายน 64

แผนภูมิกำกับการดำเนินงาน (Gantt Chart)

กิจกรรม	เดือน											
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
1. ประชุมชี้แจงโครงการ	←				→							
2. คัดเลือกกลุ่มเป้าหมาย					←	→						
3. ตรวจ SMBG						←						→
4. ติดตามประเมินผล												↔

งบประมาณ

จากสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ งบประมาณส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค (PP Basic Service) ประจำปีงบประมาณ 2564 เป็นเงิน 24,471 บาท (สองหมื่นสี่พันสี่ร้อยเจ็ดสิบเอ็ดบาทถ้วน)

กิจกรรมที่ 1 ตรวจน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตนเองที่บ้าน (SMBG) ในผู้ป่วยเบาหวานกลุ่ม Uncontrol เป็นเงิน 24,471 บาท

- ค่าแถบตรวจระดับน้ำตาลในเลือด 75 กล่อง x 319 บาท เป็นเงิน 23,925 บาท

- ค่าแบบบันทึกผลตรวจน้ำตาลและแบบบันทึกอาหาร 364 ชุด x 1.50 บาท เป็นเงิน 546 บาท (หนึ่งพันห้าร้อยบาทถ้วน)

นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ

การประเมินผล

1. ติดตามผลตรวจเลือดน้ำตาลเฉลี่ยสะสม (HbA1C) หลังได้รับการตรวจน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตนเองที่บ้าน (SMBG) 3-6 เดือน

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. ระดับ HbA1C ลดลงจากค่าตั้งต้น 60%

มหาวิทยาลัยบูรพา UC
เอกสารที่ UC-000-2-007
วันที่ 14/04/2564
ลงชื่อ: [Signature] [Signature] ผู้ตรวจ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีพฤติกรรมการดูแลตนเองถูกต้องสามารถนำความรู้เรื่องโรค การใช้ยา การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารสุขภาพ สามารถเรียนรู้ด้วยตนเองว่าอาหารแต่ละชนิดมีผลต่อระดับน้ำตาลในเลือด การควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติช่วยชะลอการเกิดภาวะแทรกซ้อน โดยมีครอบครัวและชุมชนสนับสนุนการดูแลร่วมกับทีมสหวิชาชีพ

(ลงชื่อ).....[Signature].....ผู้เสนอโครงการ
(นางพรรณทิพย์ คล้ายแจ้ง)
พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ

(ลงชื่อ).....[Signature].....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายวรัท อดุลตรงศักดิ์)
สาธารณสุขอำเภอชุมแสง

(ลงชื่อ).....[Signature].....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นางสาวบุญฤดีดา ยาอินทร์)
นายแพทย์ชำนาญการ รักษาการในตำแหน่ง
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลชุมแสง