

ชื่อโครงการ ตรวจน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตนเองที่บ้าน (SMBG) ในผู้ป่วยเบาหวานที่ยากต่อการจัดการปี 2565

หน่วยงานที่รับผิดชอบ เครือข่ายสุขภาพอำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์

ผู้รับผิดชอบโครงการ 1. นาง พรรณทิพย์ คล้ายแจ้ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

2. นางสาว ดนุชา ใจชื่น พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

3. นางสาว กมลรัตน์ ไพศาล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

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

หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่ก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อน ทั้งแบบเฉียบพลันและเรื้อรัง ผู้ป่วยเบาหวานแต่ละรายมีปัญหาและความต้องการที่แตกต่างกัน การให้ความรู้แก่ผู้ป่วยและครอบครัวเป็นการส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจัดการตนเอง เพื่อควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติหรือใกล้เคียงปกติ ลดโอกาสเกิดโรคแทรกซ้อนที่ตา ไต เท้า หลอดเลือดหัวใจและหลอดเลือดสมอง การตรวจน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตนเองที่บ้าน (SMBG) เป็นกุญแจที่สำคัญของการจัดการตนเอง ที่จะทำให้ผู้ป่วยเรียนรู้ถึงความสัมพันธ์ของอาหารที่รับประทานกับระดับน้ำตาลในเลือด ทำให้ผู้ป่วยเกิดความเข้าใจในภาวะสุขภาพของตนเอง และนำผลการตรวจระดับน้ำตาลในเลือด มาเป็นข้อมูลในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจัดการตนเอง ทีมสหวิชาชีพนำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนการรักษา ในปีงบประมาณ 2562 -2564 เครือข่ายสุขภาพอำเภอชุมแสง มีผู้ป่วยโรคเบาหวานจำนวน 3,503 , 3,676 , 3,716 รายตามลำดับ ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี ร้อยละ 38.22 , 42.95 , 45.43 มีภาวะแทรกซ้อนทางตา ร้อยละ 11.1, 7.94 ,4.62 มีภาวะแทรกซ้อนทางไต ร้อยละ 29.63, 30.52, 28.47 ตัดนิ้วเท้า ตัดเท้า ตัดขา ร้อยละ 0.02 , 0.02 , 0.02 มีภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลัน ร้อยละ 3.71, 3.21, 1.83 ภาวะแทรกซ้อนเป็นเรื่องที่ป้องกันได้หากได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสม จะทำให้ผู้ป่วยปลอดภัยและลดความเสี่ยงที่จะเกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรง ดังนั้นทีมการดูแล จึงจัดทำโครงการ ตรวจน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตนเองที่บ้าน (SMBG) ในผู้ป่วยเบาหวานที่ยากต่อการจัดการ เพื่อค้นหาสาเหตุของปัญหาและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ร่วมกับทีมสหวิชาชีพ ครอบครัวและชุมชน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน มีพฤติกรรมจัดการตนเอง เรื่องการรับประทานอาหาร การใช้ยา การออกกำลังกาย อย่างถูกต้อง

2. เพื่อลดระดับน้ำตาลสะสม ชะลอการเกิดภาวะแทรกซ้อนโดยครอบครัวและชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแลผู้ป่วย

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้ป่วยเบาหวานเครือข่ายสุขภาพอำเภอชุมแสงที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ จำนวน 180 คน ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ HbA1C \geq 10% หรือมีผลระดับน้ำตาล FBS \geq 200 mg% ติดต่อกัน 3 ครั้ง หรือ FBS \geq 300 mg% ติดต่อกัน 2 ครั้ง หรือ FBS $<$ 70 mg%

กลวิธีดำเนินการ

ตรวจน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตนเองที่บ้าน (SMBG) ในผู้ป่วยเบาหวานกลุ่ม Uncontrol เครือข่ายสุขภาพอำเภอชุมแสง เพื่อให้ผู้ป่วยเกิดการเรียนรู้ และปรับพฤติกรรมจัดการตนเองอย่างถูกต้องโดยครอบครัวและชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแล

1. ขั้นเตรียมการ

- ชี้แจงโครงการและแนวทางการดำเนินงานใน Application line กลุ่มคณะทำงาน NCD อำเภอชุมแสง

- คัดเลือกกลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยเบาหวานเครือข่ายสุขภาพอำเภอชุมแสงจำนวน 180 คน ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ ให้ทำ SMBG พร้อมบันทึกผลการตรวจระดับน้ำตาลปลายนิ้วและบันทึกอาหารคนละ 2 ครั้ง (ใช้แถบตรวจน้ำตาลปลายนิ้วคนละ 10 แถบ/ครั้ง x 2 ครั้ง)

2. ขั้นดำเนินการ

ให้ความรู้รายบุคคลเรื่องโรค การใช้ยา การออกกำลังกาย, การดูแลเท้าด้วยตนเอง ส่งเสริมการรับประทานอาหารสุขภาพตามระดับน้ำตาลสะสม ตามโปรแกรมสมุดคู่มือพิชิตเบาหวาน โดยทีมสหวิชาชีพ /พยาบาลวิชาชีพ ในคลินิกเบาหวานโรงพยาบาลชุมแสง และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในเครือข่าย เพื่อให้ผู้ป่วยเกิดความเข้าใจในภาวะสุขภาพของตนเอง แล้วนำผลการตรวจ SMBG มาเป็นข้อมูลในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจัดการตนเอง.

3. ขั้นตอนติดตามผลการดำเนินงาน

- ติดตามผลตรวจเลือดน้ำตาลเฉลี่ยสะสม (HbA1C) หลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ 3-6 เดือน

ระยะเวลาดำเนินการ ตุลาคม 2564 – กันยายน 2565

แผนภูมิกำกับการดำเนินงาน

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 2565 เป็นเงิน 24,465 บาท (สองหมื่นสี่พันสี่ร้อยเจ็ดสิบบาทถ้วน)

กิจกรรมที่ 1 ตรวจน้ำตาลปลายนิ้วด้วยตนเองที่บ้าน (SMBG) ในผู้ป่วยเบาหวานกลุ่ม Uncontrol เป็นเงิน 24,465 บาท

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

- ค่าแบบบันทึกผลตรวจน้ำตาลและแบบบันทึกอาหาร 360 ชุด x 1.50 บาท เป็นเงิน 540 บาท

การประเมินผล

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

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ระดับ HbA1C ลดลง จากค่าตั้งต้น 60%

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีพฤติกรรมการดูแลตนเองถูกต้องสามารถนำความรู้ เรื่องโรค การใช้ยา การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารสุขภาพ สามารถเรียนรู้ด้วยตนเอง ว่าอาหารแต่ละชนิดมีผลต่อระดับน้ำตาลในเลือด การควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ช่วยชะลอการเกิดภาวะแทรกซ้อนโดยมี ครอบครัวและชุมชนสนับสนุนการดูแลร่วมกับทีมสหวิชาชีพ

ลงชื่อ.....ผู้เขียนโครงการ

(นางพรรณทิพย์ คล้ายแจ้จ้ง)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ

(นายวรัท อดุลดำรงศักดิ์)

สาธารณสุขอำเภอชุมแสง

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ

(นางสาวบุญญธิตา ยาอินทร์)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลชุมแสง