



แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม
กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลควนพัง รหัส กปท L2284
อำเภอร่อนพิบูลย์ จังหวัดนครศรีธรรมราช

1. ชื่อ ☐ แผนงาน ☒ โครงการ ☐ กิจกรรม

โครงการชุมชนวิถีใหม่ ร่วมใจ กินเจดีชีวิต หมู่ ที่ 1 ต.ควนพัง อ.ร่อนพิบูลย์.

2. ผลการดำเนินงาน

กิจกรรมที่ 1 ได้กำหนดนโยบายชุมชน ร่วมกัน กับแกนนำเครือข่ายชุมชน ประกาศการใช้ มาตรการทางสังคมร่วมกัน คือ

- ลดการเติมเครื่องปรุงบนโต๊ะอาหารในงานเลี้ยง และลดการเติมเครื่องปรุงรสลงครึ่งหนึ่ง
- ลดชนิดเครื่องปรุงรสในครัวเรือน (สำรวจเครื่องปรุงในครัวเรือน)
- แกนนำหมู่บ้าน เข้าร่วมโครงการลดเค็มลดโรค

กิจกรรมที่ 2 สร้างเครือข่ายแกนนำ

- ประชุมแกนนำเครือข่ายชุมชน

กิจกรรมที่ 3 เผื่อระวังพฤติกรรมเสี่ยงการบริโภคโซเดียมในครัวเรือน

- สำรวจครัวการใช้เครื่องปรุงรส
- ตรวจวัดระดับความเค็ม (Na) สื่อสารความเสี่ยง 50 ครัวเรือน
- สุ่มตรวจวัดระดับความเค็ม (Na) ในร้านอาหารแผงลอย เร่ขาย

กิจกรรมที่ 4 พัฒนาทักษะส่วนบุคคล ช่วยส่งเสริมให้ประชาชนมีความรอบรู้ด้านสุขภาพและมีพฤติกรรมบริโภคอาหารลดเค็มได้ถูกต้อง

- อบรมให้ความรู้ด้านการบริโภคโซเดียมจำนวน 50 คน
- ประชุมติดตามแลกเปลี่ยนเรียนรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดการบริโภคโซเดียม

กิจกรรมที่ 5 สร้างสิ่งแวดล้อม ช่วยลดปัจจัยเสี่ยงการบริโภคอาหารเค็มและลดอัตราการเกิดโรคความดันโลหิตสูง

- รณรงค์สื่อสารความเสี่ยงและส่งเสริมพฤติกรรมลดการบริโภคโซเดียมในชุมชน
- ทำป้ายให้ความรู้/ป้ายมาตรการทางสังคมสำหรับครัวเรือน กลุ่มเสี่ยงและกลุ่มสงสัยป่วย
- เปิดพื้นที่ยกย่องคนเก่ง แลกเปลี่ยน เวทีประชุมหมู่บ้าน
- กลุ่มเป้าหมาย 50 คน/ครัวเรือน ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง 20 คน สามารถควบคุมความดันโลหิตได้ 14 คน คิดเป็นร้อยละ 70 และ ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงความดันโลหิตจำนวน 30 คน เป็นกลุ่มปกติ 15 คน คิดเป็นร้อยละ 50 และเป็นกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง 15 คน คิดเป็นร้อยละ 50 ดังแสดงในตาราง

ระดับความดันโลหิต	ก่อน (คน/ร้อยละ)	ติดตามครั้งที่ 1 (คน/ร้อยละ)	ติดตามครั้งที่ 2 (คน/ร้อยละ)
กลุ่มปกติ	0	10 คน (33 %)	15 (50%)
กลุ่มเสี่ยง	0	15 คน (50 %)	10 (33%)
กลุ่มสงสัยป่วย	30 คน (100 %)	5 คน (17 %)	5 (17%)
กลุ่มป่วย	20 คน (100%)	10 (50%)	14 (70%)

3.ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์

- ☒ บรรลุตามวัตถุประสงค์
☐ ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

4.การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 21,150 บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง 21,150 บาท คิดเป็นร้อยละ 100

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน - บาท คิดเป็นร้อยละ -

5.ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ☐ ไม่มี
☒ มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

-กลุ่มเป้าหมายควบคุมความดันโลหิตได้น้อยกว่า ร้อยละ 50 ให้ความตระหนักเรื่องสุขภาพน้อย

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

-ดำเนินโครงการติดตามต่อ ในปีงบประมาณต่อไป

6.เอกสารประกอบการรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

- ☒ สำเนาหลักฐานการจ่ายเงิน (กรณีคณะกรรมการ กปท.ต้องการทราบรายละเอียด)
☒ ภาพถ่ายหรือวีดิทัศน์ภาพการดำเนินการจริง
☐ อื่น ๆ

7.บุคคลอ้างอิง/ตัวแทนผู้รับประโยชน์จากการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (อย่างน้อย 3 คน ขึ้นไป)

1. ชื่อ นายวินัย แก้วบุญทอง หมายเลขโทรศัพท์ 081-0787692
2. ชื่อ นางอมรรัตน์ ศรีพรหม หมายเลขโทรศัพท์ 085-4742501
3. ชื่อ นายเชตต์ จารณะ หมายเลขโทรศัพท์ 089-5887789

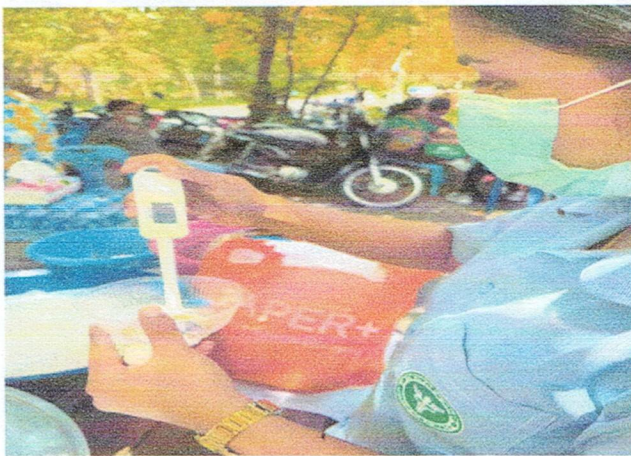
ลงชื่อ.....มัลลิกา ช่วยรักษ์.....

(นางมัลลิกา ช่วยรักษ์)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รักษาการในตำแหน่ง

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่าเนียน

วันที่ 25 เดือน กันยายน พ.ศ.2566



กิจกรรมที่ 3 เพื่อระงับการบริโภค โซเดียมในครัวเรือน

สำรวจครัวการใช้เครื่องปรุงรส . ตรวจวัดระดับความเค็ม(Na) . สื่อสารความเสี่ยง



สุ่มตรวจวัดระดับความเค็ม (Na) ในร้านอาหารผงดอย เร่ขาย



ชุมชนวิถีใหม่ ร่วมใจกันจัดวิถีชีวิต

หมู่ที่ 1 ตำบลควนผึ่ง อำเภอร่อนพิบูลย์
จังหวัดนครศรีธรรมราช

มาตรการทางสังคม

- 1 ลดการเติมเครื่องปรุงบนโต๊ะอาหารในงานเลี้ยง และลดการเติมเครื่องปรุงรสลงครึ่งหนึ่งในอาหาร
- 2 ลดชนิดเครื่องปรุงรสในครัวเรือน (สำรวจเครื่องปรุงในครัว)
- 3 แคนน้ำหมู่บ้าน เข้าร่วมโครงการลดเค็มรสเค็ม



สนับสนุนงบประมาณโดย
กองทุน สปสช. อบต. ควนผึ่ง

ทุกคนเข้าร่วมกิจกรรม
การออกกำลังกาย
อย่างน้อย 1 อย่าง
เช่น วิ่ง แอโรบิก ว่ายน้ำ เปตอง
ตามอัธยาศัย

กิจกรรมที่ 4 พัฒนาทักษะส่วนบุคคล



วัดความดันโลหิต อธิบายผลความดันโลหิตแต่ละคน



อบรมให้ความรู้ด้านการบริโภคโซเดียมจำนวน 50 คน

เริ่มตั้งแต่ ยกปิ่นโตมาวัด



จุด ชั่งน้ำหนัก / เทียบส่วนสูง อธิบายค่าดัชนีมวลกาย(BMI)



ตรวจวัดระดับความเค็มในอาหารที่นำมา



ให้ความรู้
การปฏิบัติปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 3อ.2ส.



การลดความดัน โดยใช้สมาธิบำบัด (SKT)



ให้ความรู้เรื่องเกลือโซเดียม
การเลือกใช้เครื่องปรุง การทดสอบเปรียบเทียบความเค็ม



การบริหารร่างกาย/ผ่อนคลายความเครียด



เปิดพื้นที่ยกย่องคนเก่ง แลกเปลี่ยน เวทีประชุมหมู่บ้าน

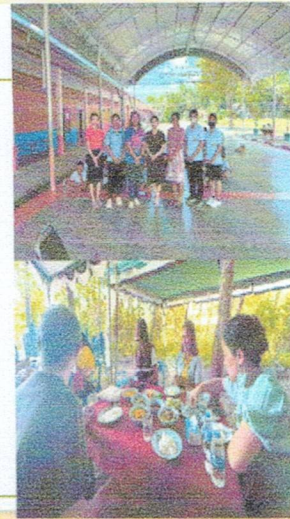


กิจกรรมที่ 5 สร้างสิ่งแวดล้อม

รณรงค์สื่อสารความดีงามส่งเสริมพฤติกรรมลดการบริโภคโซเดียมในชุมชน



รณรงค์ให้ความรู้ และ สำนวโซเดียม ในวัด งานประเพณี โรงเรียน



ทำป้ายให้ความรู้ /ป้ายมาตรการทางสังคมสำหรับครัวเรือน

