

## โครงการสร้างเสริมสุขภาวะในพระภิกษุสงฆ์ อ.พาน จ.เชียงราย ประจำปี ๒๕๖๗

### ๑.ชื่อโครงการ

โครงการสร้างเสริมสุขภาวะในพระภิกษุสงฆ์ อ.พาน จ.เชียงราย ประจำปี ๒๕๖๗

### ๒.หน่วยงานที่รับผิดชอบ

กลุ่มงานบริการปฐมภูมิ และองค์กรรวม โรงพยาบาลพาน

### ๓.หัวหน้าโครงการ /คณะผู้ดำเนินการ

นางสายใจ เอื้อรักสกุล	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ
ม.ล. ชนิษฐา สุขสวัสดิ์	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
นาย วุฒิชัย ก้อนแปง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

### ๔.หลักการและเหตุผล

กระทรวงสาธารณสุข เผยพระสงฆ์ไทยกว่าครึ่งมีภาวะอ้วนลงพุง เสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรังทั้งไขมันในเลือด และภาวะแทรกซ้อน อัมพฤกษ์ อัมพาต ตาบอดและไตวาย จากการบริโภคอาหารไม่ถูกหลักโภชนาการ มีรสหวาน มัน เค็ม มากเกินไปและขาดกิจกรรมบริหารกาย โดย พบว่า ๕ อันดับแรกของปัญหาสุขภาพจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังของพระภิกษุสงฆ์ คือ ไขมันในเลือดผิดปกติ ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคไตและข้อเข่าเสื่อม ส่วนหนึ่งมีสาเหตุมาจาก การฉันทัดอาหารไม่ถูกหลักโภชนาการ เนื่องจากพระภิกษุสงฆ์ ไม่สามารถเลือกฉันทัดอาหารเองได้ ต้องฉันทตามที่ญาติโยมนำมาถวาย ประกอบกับพระภิกษุสงฆ์อยู่ในสถานภาพ ที่ไม่เอื้อต่อการออกกำลังกาย มีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อย จึงทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเพิ่มมากขึ้น จากข้อมูลการตรวจคัดกรองสุขภาพพระภิกษุ สามเณร ตามโครงการตรวจคัดกรองสุขภาพและดูแลสุขภาพพระสงฆ์สามเณร ในเขตอำเภอพาน จำนวน ๑๓๓ วัด มีพระภิกษุสงฆ์จากการสำรวจจำนวน ๕๕ รูปที่สนใจในการคัดกรองเพื่อตรวจสุขภาพ ในจำนวนนี้ มีพระสงฆ์ ป่วยเป็นโรคเรื้อรังเบาหวาน ความดันโลหิตสูงแล้ว ๑๙ ราย (ข้อมูล ณ. ๓๐ กันยายน ๒๕๖๖ คณะสงฆ์ วัดป่าซาง)

จากปัญหาสุขภาพที่พบดังกล่าว ส่วนใหญ่เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่สามารถป้องกันได้ ซึ่งเกิดจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม ส่วนหนึ่งมีสาเหตุมาจาก การฉันทัดอาหารไม่ถูกหลักโภชนาการ เนื่องจากพระสงฆ์ไม่สามารถเลือกฉันทอาหารเองได้ ต้องฉันทตามที่ญาติโยมนำมาถวาย ประกอบกับพระภิกษุสงฆ์อยู่ในสถานภาพ ที่ไม่เอื้อต่อการออกกำลังกาย มีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อย จึงทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเพิ่มมากขึ้น ถ้าหากพระภิกษุสงฆ์ได้รับการส่งเสริม สุขภาวะ โดย การ คัดกรอง การตรวจสุขภาพประจำปี โดยตรวจระดับน้ำตาลในเลือด ตรวจระดับ ไขมัน และ ตรวจการทำงานของไต รวมทั้ง การตรวจเอกซเรย์ปอด ซึ่งจะได้ รับรู้ ถึงผลการตรวจสุขภาพประจำปี และได้ถวายเป็นการแนะนำ ให้ มีความรู้ ความเข้าใจในการเลือกบริโภคอาหารที่ถูกต้องนำมาซึ่งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จะป้องกัน การเป็นโรคโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และลดภาวะแทรกซ้อน ของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ที่ เป็นอยู่ มิให้ลุกลาม เกิดอันตราย ถึงพิการหรือเสียชีวิตในหมู่คณะสงฆ์ในเขตอ.พาน จังหวัดเชียงราย

## ๕.วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ พระภิกษุสงฆ์ ในเขตอำเภอพานได้รับการคัดกรอง และ ตรวจสอบสุขภาพ ประจำปี
๒. เพื่อให้ พระภิกษุสงฆ์ ในเขตอำเภอพาน ได้รับรู้ถึงผลการตรวจสุขภาพ และสุขภาพะความสมบูรณ์ของร่างกายหรือค้นพบความผิดปกติของโรค และป้องกันมิให้ความผิดปกติลุกลาม หรือเกิดภาวะแทรกซ้อน

## ๖.ความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์จังหวัดและนโยบายกระทรวงสาธารณสุข

กลุ่มงานบริการปฐมภูมิและองค์กรรวม รพ.พาน อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย เห็นความสำคัญของการดูแล พระภิกษุสงฆ์ ซึ่งเป็นต้นแบบ และจุดศูนย์กลางของจิตศรัทธา ของประชาชน ให้มีสุขภาพ ที่ดีเป็นต้นแบบของการดูแลสุขภาพ ดังนั้นการดูแลสุขภาพของพระภิกษุสงฆ์ ด้วยการตรวจสุขภาพของพระภิกษุ สงฆ์พร้อมถวายคำแนะนำในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อให้ พระสงฆ์ ในเขตอำเภอพานได้ประกอบกิจของสงฆ์ได้อย่างเต็มที่ เป็นศูนย์รวม จิตศรัทธา ของ ประชาชน อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย

จึงจัดทำโครงการ สร้างเสริมสุขภาพะในพระภิกษุสงฆ์ อ.พาน จ.เชียงราย ประจำปี ๒๕๖๗ ซึ่งสอดคล้องกับ แผนงานโครงการ ตามยุทธที่ ๒ ยุทธศาสตร์บริการส่งเสริม ป้องกัน และฟื้นฟูสุขภาพ เพื่อ การสร้างเสริม ป้องกันโรค และฟื้นฟูสุขภาพทุกกลุ่มวัยและ การสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มผู้ป่วยกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเป้าหมาย

## ๗.วิธีดำเนินการ

๑. ประสานความร่วมมือชี้แจงการดำเนินการกับผู้ที่เกี่ยวข้อง
๒. เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติดำเนินการ
๓. บริการตรวจประเมินสุขภาพพระภิกษุสงฆ์
๔. ถวายความรู้ เรื่องการสร้างเสริมความรู้ในการดูแลตนเอง
๕. พระภิกษุสงฆ์กลุ่มเสี่ยงเข้าสู่กระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 3อ. 2ส.
๖. บริการติดตาม ประเมินผล หลังปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 2 ครั้ง
๗. สรุปรายงานผลการดำเนินการ

๘.กลุ่มเป้าหมาย

ตรวจสอบสุขภาพ พระสงฆ์ ที่อยู่วัด ในเขตอำเภอพาน ๖๐ รูป จาก ๓๙ วัด ในเขตอำเภอพาน

๙.ระยะเวลาดำเนินการ

ที่	กิจกรรมหลัก	ตค. ๒๕๖๖	พย. ๒๕๖๖	ธค. ๒๕๖๖	มค. ๒๕๖๗	กพ. ๒๕๖๗	มีค. ๒๕๖๗	เมย. ๒๕๖๗
๑	ประสานความร่วมมือชี้แจงการดำเนินการกับผู้ที่เกี่ยวข้อง	←→						
๒	เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติดำเนินการ		←→					
๓	บริการตรวจประเมินสุขภาพพระภิกษุสงฆ์		←→					
๔	ถวายความรู้ เรื่องการสร้างเสริมความรู้ในการดูแลตนเอง		←→					
๕	พระภิกษุสงฆ์กลุ่มเสี่ยงเข้าสู่กระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ๓๐. ๒ส.			←→				
๖	บริการติดตาม ประเมินผล หลังปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ๒ ครั้ง					←→		
๗	สรุปรายงานผลการดำเนินการ							←→

๑๐.สถานที่ดำเนินการ

ห้องประชุม งานบริการปฐมภูมิและองค์ โรงพยาบาลพาน อ.พาน จ.เชียงราย

## ๑๑.งบประมาณ

งบประมาณจากเงินบำรุงของโรงพยาบาลพาน จัดการคัดกรอง ตรวจสอบสุขภาพให้พระภิกษุสงฆ์ จำนวน ๕๕ รูป โดยแบ่งเป็น

๑.พระภิกษุสงฆ์ ที่ป่วย เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังจำนวน ๑๙ รูป ตรวจสอบสุขภาพตามโปรแกรม โรคติดต่อไม่เรื้อรัง โดยใช้สิทธิกองทุน โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เบาหวาน ความดันโลหิตสูง (ตรวจประจำปี)

๒. พระภิกษุสงฆ์ที่ไม่ได้ ป่วยเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง จำนวน ๓๖ รูปโดยตรวจสอบสุขภาพ ดังโปรแกรม อายุมากกว่า ๓๕ ปี

- |  |              |         |
|--|--------------|---------|
| ● ตรวจ FBS   | ราคา         | ๔๐ บาท  |
| ● ตรวจ Total cholesterol   | ราคา         | ๖๐ บาท  |
| ● ตรวจ Triglyceride  | ราคา         | ๖๐ บาท  |
| ● ตรวจ HDL   | ราคา         | ๑๐๐ บาท |
| ● ตรวจ creatinine  | ราคา         | ๔๐ บาท  |
| ● ตรวจเอกซเรย์   | ราคา         | ๒๕๐ บาท |
| ● ตรวจหาหนองพยาธิ  | ราคา         | ๓๐ บาท  |
| ● ตรวจ LDL   | ใช้วิธีคำนวณ |         |
| ● ตรวจฟัน  | ฟรี          |         |
| ● ในพระภิกษุสงฆ์ที่อายุมากกว่าหรือเท่า กับ ๖๐ ปี จะได้รับการตรวจคัดกรอง ๙ ด้าน |              |         |
- การมองเห็น (ตาต่อกระจก) ด้านการกลืนปัสสาวะ ด้านการได้ยิน ด้านADL ด้านความคิดความจำ ด้านการเคลื่อนไหว ด้านสุขภาพช่องปาก ด้าน ๒Q ด้านภาวะขาดสารอาหาร

๓. พระภิกษุสงฆ์อายุน้อยกว่า ๓๕ ปี จำนวน ๕ รูป

ตรวจอุจจาระเพื่อหาหนองพยาธิ ราคา ๓๐ บาท

ตรวจฟัน ฟรี

ค่าใช้จ่ายในการตรวจสอบสุขภาพพระภิกษุสงฆ์อายุมากกว่า ๓๕ปี ต่อคนคือ ๕๘๐ บาทจำนวน ๓๖ รูป เป็นจำนวนเงิน ๒๐,๘๘๐ บาท


ค่าใช้จ่าย ในการตรวจสอบสุขภาพพระภิกษุสงฆ์อายุน้อยกว่า ๓๕ปี ต่อคนคือ ๓๐ บาทจำนวน ๕ รูป เป็นจำนวนเงิน ๑๕๐ บาท

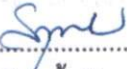
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๒๑,๐๓๐ บาท (สองหมื่นหนึ่งพันสามสิบบาทถ้วน )


ซึ่งงบประมาณนี้ ขออุทิศจาก ผู้อำนวยการรพ.พาน

๑๒. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. พระภิกษุสงฆ์ตามกลุ่มเป้าหมายได้รับการคัดกรองตรวจสุขภาพร้อยละ 100
๒. พระภิกษุสงฆ์ตามกลุ่มเป้าหมายได้รับฟังผลตรวจสุขภาพและเข้าอบรมรับความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเองและป้องกัน ภาวะแทรกซ้อน ร้อยละ 100
๓. สรุปผลการดำเนินการ โครงการสร้างเสริมสุขภาพในพระภิกษุสงฆ์ อ.พาน จ.เชียงราย ประจำปี 2567 ต่อผู้บริหาร และเป็นพื้นฐานความรู้ ต่อการพัฒนาระบบการดูแลพระภิกษุสงฆ์ต่อไป

ลงชื่อ.....  .....ผู้เขียนโครงการ  
(ม.ล. ขนิษฐา สุขสวัสดิ์)  
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ.....  .....ผู้รับผิดชอบโครงการ  
(นางสายใจ เอื้อรักสกุล)  
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

ลงชื่อ.....  .....ผู้อนุมัติโครงการ  
(นางอัมพวัน ศรีครุฑรานันท์)  
นายแพทย์เชี่ยวชาญ รักษาการ  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพาน