

ทีมหมอครอบครัว

เห็นทุกข์ สร้างสุข ด้วยจิตอาสา

ผู้เขียน
จิตสุภาวงศ์ ทิพย์เที่ยงแท้
กฤษณา เปรมวงศ์
ทิพวรรณ ผนังศิริ



งบประมาณได้รับการสนับสนุนจากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ราชบุรี

พิมพ์ครอบคร้ว เห็นทุกซ์สร้างสุขด้วยจิตอาสา

พิมพ์ครั้งที่ 1 30 กรกฎาคม 2558

จำนวน 200 เล่ม

ที่ปรึกษา ดร. เพลินตา พรหมบัวศิริ

เรียบเรียงโดย ชิตสุภาวงศ์ ทิพย์เที่ยงแท้
กฤษณา เปรมวงศ์
ทิพวรรณ ฝ่องศิริ

ลิขสิทธิ์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี

จัดพิมพ์เผยแพร่ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี

84/21 ต. หน้าเมือง อ.เมือง

จ.ราชบุรี 70000

โทรศัพท์ 032-314603

โทรสาร 032-314605

ออกแบบปก นางสาวหทัยรัตน์ อร่ามศิริรุจิเวทย์

พิมพ์ที่ บริษัทจรัสสินิทวงศ์การพิมพ์ จำกัด

ช. เพชรเกษม 102/2 แขวงบางแคเหนือ เขตบางแค กทม.

คำนำ

การดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและผู้พิการ รวมทั้งผู้ป่วยใกล้ตาย เป็นกลุ่มเป้าหมายที่ต้องดูแลต่อเนื่องเพื่อป้องกันปัญหาแทรกซ้อน และเพื่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดีและตายอย่างมีศักดิ์ศรี ต้องใช้ ทีมสหสาขาวิชาชีพและจากภาคส่วนต่างๆ ร่วมกันดูแลในทุกกระดับ โดยเฉพาะในระดับหมู่บ้าน ซึ่งมีความใกล้ชิดกับผู้ป่วยมากที่สุด ต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด ดุจญาติมิตร ด้วยการให้คำแนะนำ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดโรค ลดเสี่ยงการติดต่อประสานงาน กับหน่วยงานภายนอก การเสริมแรง เสริมพลังทั้งแก่ผู้ป่วยและผู้ดูแล หนังสือเรื่อง เห็นทุกข์ สร้างสุข ด้วยจิตอาสา จัดทำขึ้นเพื่อ เผยแพร่องค์ความรู้และข้อค้นพบในการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค ลดเสี่ยง ซึ่งผู้เขียนได้รวบรวม และสังเคราะห์จากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การถอดบทเรียน และการสังเคราะห์เอกสารและจากประสบการณ์ในการทำงานในพื้นที่ หมู่ 1-7 ตำบลคูบัว รวมทั้งได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เกี่ยวข้อง เพื่อติดตามประเมินผลกระทบจากการให้บริการวิชาการ ผู้เขียน หวังว่าจะเกิดประโยชน์ต่อผู้ที่ทำงานด้านสุขภาพในชุมชนและในการนำไปพัฒนาทีมหมอครอบครัวต่อไป

คณะผู้จัดทำ

30 กรกฎาคม 2558

สารบัญ

บทนำ	1
ความเข้มแข็งของชาวคูบัว:กว่าจะมาถึงวันนี้	2
เครือข่ายความร่วมมือในการพัฒนาชุมชนให้เข้มแข็ง	17
ผลงานเด่นของบุคลากรสาธารณสุขและแกนนำสุขภาพคูบัว	21
ผลการติดตามประเมินผลกระทบจากการบริการวิชาการ	32
ปัจจัยความสำเร็จในการดำเนินงานดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง และคนพิการที่บ้าน	38
ปัญหา อุปสรรคและแนวทางการพัฒนา	39
บทส่งท้าย	41
เอกสารอ้างอิง	42

บทนำ

ความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง และความพิการเป็นปัญหาที่ต้องได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างต่อเนื่อง ผู้ป่วยบางรายนอกจากเจ็บป่วยทางกาย ยังมีปัญหาความทุกข์ทางใจ หรือทางเศรษฐกิจ สังคม การดูแลเพื่อให้กลุ่มเป้าหมายเหล่านี้ สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีศักดิ์ศรี ท่ามกลางข้อจำกัดต่างๆ จึงต้องอาศัยความร่วมมือ ความช่วยเหลือจากเพื่อนบ้าน ญาติใกล้ชิด และชุมชน รวมทั้งหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เพราะความเจ็บป่วยเหล่านี้ ส่งผลกระทบทั้งตนเอง และญาติ หรือผู้ดูแลที่ต้องปรับตัวให้สามารถดำรงอยู่กับความเจ็บป่วยเหล่านั้นให้ได้ การสนับสนุนช่วยเหลือจากทีมเพื่อเพิ่มศักยภาพผู้ป่วย ผู้ดูแลให้เกิดพลังอำนาจ เกิดขวัญ กำลังใจที่จะเผชิญกับความเจ็บป่วยเหล่านั้น และพึ่งพาตนเองได้ จึงเป็นสิ่งจำเป็น ดังนั้น การสร้างทีมที่อยู่ในระดับหมู่บ้าน ซึ่งใกล้ชิดกับผู้ป่วยมากที่สุด เพื่อให้สามารถเสริมเติมเต็มส่วนขาด และช่วยประสานส่งต่อในยามฉุกเฉินได้อย่างเหมาะสม จึงเป็นที่มาของทีมหมอครอบครัวของหมู่บ้านตำบลคูบัว อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี

ความเข้มแข็งของชาวคูบัว:
กว่าจะมาถึงวันนี้

ทีมหมอครอบครัวของแต่ละหมู่บ้าน ได้รับการพัฒนา
ศักยภาพอย่างต่อเนื่องยาวนานโดยมีหน่วยงานต่างๆที่สนับสนุน
การพัฒนาศักยภาพทีมหมอครอบครัว โดยเฉพาะที่ผ่านมา
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี เป็นหนึ่งในหน่วยงานที่
สนับสนุนและพัฒนาศักยภาพผู้นำชุมชน อสม. รวมทั้งเจ้าหน้าที่
สาธารณสุขมาอย่างต่อเนื่อง

พ.ศ. 2549 -2550

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี ร่วมกับ รพ.สต.
เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว และ อบต.คูบัว ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง
สภาวะสุขภาพ ความสุข ความเครียด และคุณภาพชีวิตของ
ประชากรตำบลคูบัว อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี ขั้นตอนการศึกษา
ดังกล่าว ได้สร้างทีมนักวิจัย ซึ่งประกอบด้วยนักวิจัยจากวิทยาลัย
พยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี ผู้นำชุมชน อสม. และเจ้าหน้าที่
สาธารณสุขของ รพ.สต. เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว ให้มีความรู้
และสมรรถนะในเก็บรวบรวมข้อมูล และใช้ข้อมูลเป็นฐานในการ
ตัดสินใจแก้ไขปัญหาสุขภาพของประชาชนในพื้นที่ ซึ่งเป็น

จุดเริ่มต้นของการใช้ข้อมูลสำหรับวางแผนงานแก้ไขปัญหาสุขภาพ ของพื้นที่



คณาจารย์สถานการณืปัญหาสุขภาพ
ของชาวคูบัว งบวิจัยจาก อบต.คูบัว



ใช้ข้อมูลจากการวิจัยมาวางแผน
แก้ไขปัญหาของหมู่บ้าน

พ.ศ. 2551-2552

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี ร่วมกับ รพ.สต. เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว และ อบต.คูบัว ได้จัดทำโครงการ รวบรวมพลังสร้างสรรค์นวัตกรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่าง ยั่งยืน(ประเด็นพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคความดัน โลหิตสูงและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง) โดยได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก สสส. ในโครงการดังกล่าวได้พัฒนาทีมนักวิจัย ซึ่งประกอบไปด้วย

นักวิจัยจากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ราชบุรี เจ้าหน้าที่
สาธารณสุขของ รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว ให้ร่วมทีม
ศึกษาปัญหาความเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
ของผู้ป่วยในพื้นที่ เพื่อจะได้เข้าใจปัญหาและความต้องการอย่าง
แท้จริงว่าเป็นเพราะอะไรผู้ป่วยเหล่านี้ถึงไม่สามารถควบคุมโรคได้
และผู้ป่วยที่สามารถควบคุมโรคได้เป็นเพราะอะไร รวมทั้งค้นหา
วิธีการ/แนวทาง/นวัตกรรมที่จะช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรม/ส่งเสริม
ให้สามารถดูแลตนเองได้ ผลการศึกษาดังกล่าวทำให้ได้ข้อค้นพบ
ที่เป็นประโยชน์ในการนำไปใช้แก้ไขปัญหাসุภาพของพื้นที่
ขณะเดียวกันทำให้เกิดความเข้มแข็งของทีมบุคลากรสาธารณสุข
ด้วย



สร้างทีมวิจัย และร่วมผลิตผลงานทางวิชาการร่วมกันระหว่าง
รพ.ราชบุรี กับ ผู้นำชุมชน และ จนท.สต. ตำบลคูบัว

พ.ศ. 2553

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรีร่วมกับ รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว ศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการพัฒนาศักยภาพครอบครัวเพื่อการพึ่งตนเองด้านสุขภาพ: การดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง โครงการวิจัยดังกล่าวใช้รูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อให้ทีมวิจัยซึ่งประกอบด้วยบุคลากรสาธารณสุขของ รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว ร่วมทีม ทำให้ได้ข้อมูลเชิงลึกในระดับครอบครัว ซึ่งเป็นปัจจัยสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถควบคุมโรคได้

พ.ศ. 2554

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรีร่วมกับ รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว จัดอบรมและพัฒนาศักยภาพ อสม. และผู้นำชุมชนให้มีความรู้และสมรรถนะในการปฐมพยาบาลเบื้องต้น และการเขียนแผนงาน/โครงการ



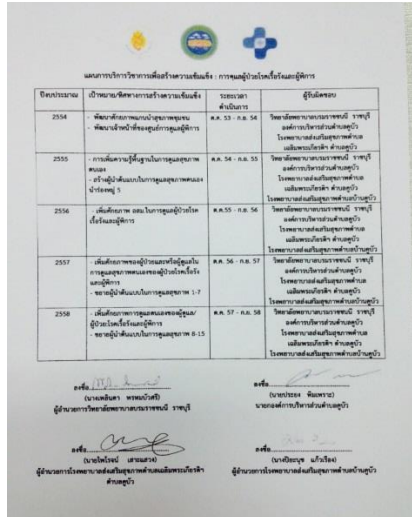
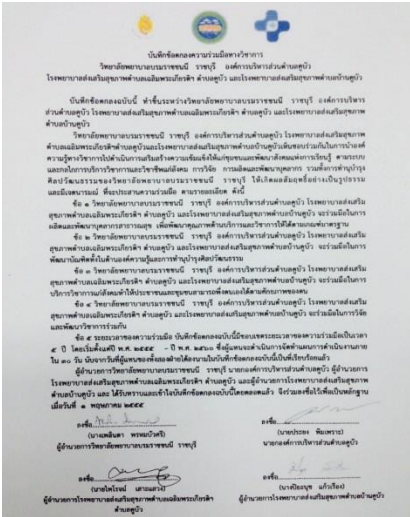
ขณะเดียวกัน รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว ได้จัดทำ

1) โครงการอบรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภค การออกกำลังกายและการจัดการอารมณ์สำหรับกลุ่มผู้ป่วย กลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน ไขมันและโรคหัวใจ

2) โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อลดความเสี่ยงจากโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวาน ตามแนวทางคลินิกไร้พุง (DPAC)

3) โครงการรณรงค์ชุมชนร่วมใจ ลดเอว ลดเสี่ยงจากโรคในกลุ่มเมตาบอลิกของประชาชนอายุ 30 ปี ขึ้นไปเป็นต้น ซึ่งการจัดทำโครงการต่างๆ ดังกล่าวนี้นำส่งผลให้อสม. ผู้นำชุมชน และผู้เข้าร่วมโครงการเกิดองค์ความรู้ ทักษะและประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังโดยเฉพาะเบาหวาน ความดันโลหิตสูง

ผลจากการทำงานร่วมกันในด้านต่างๆ ระหว่าง รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว และ อบต.คูบัวมาเป็นระยะเวลาหนึ่ง และเพื่อให้ทุกองค์กร มีทิศทางการทำงานร่วมกันอย่างมีเป้าหมายและชัดเจน จึงได้กำหนดประเด็นที่จะพัฒนาร่วมกันคือ ประเด็น ปัญหาผู้ป่วยโรคเรื้อรังและคนพิการโดยได้ทำบันทึกข้อตกลงร่วมกันและจัดทำแผนการบริการวิชาการเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็ง:การดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและคนพิการ ตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2554-2558



บันทึกข้อตกลงความ
ร่วมมือฯ

แผนการบริการวิชาการ
เพื่อสร้างเสริมสุขภาพ

ผลจากรดำนางานในปี พ.ศ. 2554 พบว่ามีแกนนำสุขภาพที่มี
ภาวะผู้นำและเป็นต้นแบบด้านสุขภาพจำนวน 11 คน

พ.ศ. 2555

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ราชบุรีร่วมกับ รพ.สต.
เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว และ อบต.คูบัว ได้จัดทำโครงการ
ก้าวใหม่เพื่อชุมชนคูบัวเข้มแข็งและยั่งยืน ซึ่งวิทยาลัยฯ ให้
ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของพื้นที่ โดยเฉพาะ อบต. และ รพ

ส.ต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว รวมทั้งผู้นำชุมชน ด้วยการ
ทบทวนการทำงานที่ผ่านมา การปรับวิธีคิด ปรับวิธีการทำงาน
เพื่อให้เกิดเป้าหมายร่วมในการแก้ไขปัญหาสุขภาพของพื้นที่ ยึด
หลักการร่วมคิด ร่วมทำ และร่วมรับผิดชอบ เพื่อนำไปสู่ความ
ยั่งยืนต่อไป

รพ.ส.ต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัวได้จัดทำโครงการภาคี
เครือข่ายสุขภาพใกล้บ้านใกล้ใจเพื่อสุขภาพดีเริ่มที่บ้านโดยให้
ความรู้ อสม.ในการดูแลผู้พิการที่บ้าน วิทยาลัยพยาบาลบรมราช
ชนนี ราชบุรี ได้สนับสนุนวิทยากร เพื่ออบรม อสม.ให้มีความรู้และ
สมรรถนะในการเยี่ยมบ้านผู้ป่วยโรคเรื้อรังและผู้พิการ

นอกจากนี้ยังได้มีการจัดทำโครงการวิจัยเรื่องการ
ประเมินผลโครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำอาสาสมัคร
สาธารณสุขประจำหมู่บ้านในการดูแลทางจิตสังคมของคนพิการ
การจัดทำโครงการดังกล่าว ได้มีการอบรมให้ อสม. มีความรู้และ
ทักษะในการดูแลคนพิการ และได้มีการวิจัยติดตามประเมินผล
พบว่า อสม.มีศักยภาพเพิ่มมากขึ้นในการดูแลคนพิการ



ทบทวนความร่วมมือที่ผ่านมา
และร่วมกำหนดทิศทางการก้าวต่อไป



อบรม อสม.ให้มีสมรรถนะในการ
ดูแลคนพิการ

นอกจากนี้ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขของ รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว ผู้นำชุมชนและ อสม. ประเมินตนเอง และพบว่า ผู้ใหญ่บ้านของหมู่ 5 และ อสม.หมู่ 5 บ้านตะโก มีความพร้อมและมีศักยภาพที่จะเป็นต้นแบบในการขับเคลื่อนแก้ปัญหาสุขภาพของหมู่บ้าน เพื่อเป็นหมู่บ้านจัดการสุขภาพ โดยมีผู้นำชุมชนของหมู่ 5 เป็นแกนนำหลัก จัดทำ**โครงการบ้านตะโก** **สบายใจ** **ปลอดภัยจากโรคเรื้อรังด้วยการออกกำลังกาย** ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ผลจากการทำโครงการดังกล่าวทำให้ผู้ใหญ่บ้าน หมู่ที่ 5 ได้รับการยอมรับเป็นบุคคลต้นแบบในการเป็นผู้นำทางด้านสุขภาพ และไปถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ในการบริหารจัดการโครงการให้ผู้นำชุมชนและอสม.ทั้งในและนอกพื้นที่หมู่บ้าน

พ.ศ. 2556

จากความร่วมมือที่ผ่านมา พบว่า อสม.หลายคนยังประเมินตนเองว่าขาดความมั่นใจในการเยี่ยมบ้าน เพราะความรู้ ข้อมูลต่างๆ ที่จำเป็นสำหรับนำไปใช้เพื่อให้คำแนะนำปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปสู่สุขภาพะนั้น มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วตั้งนั้น เพื่อให้ความรู้แก่กลุ่มเป้าหมายในการลดโรค ลดเสี่ยง รพสต. เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว จึงได้จัดทำคู่มือการดูแลตนเองเพื่อลดโรคลดเสี่ยง เนื้อหาในคู่มือประกอบด้วยความรู้ที่จำเป็นและแบบบันทึกการเยี่ยมบ้าน ส่วนวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีราชบุรี ได้จัดอบรมเพื่อเพิ่มศักยภาพของ อสม.ในการเยี่ยมบ้าน ผลจากการอบรมดังกล่าว ทำให้ อสม.เห็นความสำคัญของโรคเรื้อรังในชุมชน มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหารหวาน มัน เค็ม และมีความมั่นใจเพิ่มขึ้นในการดูแลกลุ่มเป้าหมายในพื้นที่รับผิดชอบของตน



นอกจากโครงการดังกล่าวแล้ว รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว ร่วมกับวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ราชนบุรี จัดทำโครงการสนับสนุนชุมชนตำบลคูบัวเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคลดเสี่ยงโดยนำนโยบายลงสู่การปฏิบัติตามมาตรฐานการสร้างสุขภาพลดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง หรือโรควิถีชีวิต 5 โรค คือ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และโรคมะเร็ง การขับเคลื่อนโครงการดังกล่าว มี อสม.เป็นเสาหลักในการดำเนินงาน จึงส่งผลให้อสม.เกิดความรู้และสมรรถนะเพิ่มขึ้นในการให้คำแนะนำเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค ลดเสี่ยง และมีเจตคติที่ดีต่อการดูแลคนพิการ

การเสริมสร้างความเข้มแข็งตำบลคูบัว พ.ศ. 2557

ผลประเมินการสร้างเสริมความเข้มแข็งในการดูแลผู้ป่วย

โรคเรื้อรังและคนพิการในปี 2556 ที่ผ่านมาพบว่า หมู่ที่ 1-7 มีกลไกการพัฒนาตนเองที่ต่อเนื่อง และคงไว้ซึ่งอัตลักษณ์ คือ ความร่วมมือ ร่วมแรง ร่วมใจ ความสามัคคี และการนับถือความอาวุโส **และจากการทำเวทีประชาคม พบว่า** ผู้นำชุมชน อสม.และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข มีความคิดเห็นร่วมกันว่า ปัญหาการเกิดโรคเรื้อรัง โดยเฉพาะโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง รวมทั้งปัญหาคนพิการ เป็นปัญหาของตำบลคูบัวชุมชนมีความต้องการให้มีการแก้ไขปัญหานี้อย่างต่อเนื่อง โดยเน้นการสร้างทีมทำงานร่วมกันระหว่างภาคส่วนต่างๆ และสร้างองค์ความรู้ที่จำเป็นต่อการนำไปใช้เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค และลดเสี่ยง ด้วยแนวคิด/วิธีการต่างๆ ที่สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่ นำไปสู่การพึ่งตนเองในด้านการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและคนพิการอย่างยั่งยืนต่อไป

จากผลการประเมินและข้อเสนอแนะดังกล่าว งบประมาณ 2558 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี ได้ร่วมกับ รพ.สต. เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว และ อบต.คูบัว จัดทำโครงการสนับสนุนชุมชนตำบลคูบัวเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคลดเสี่ยง โดยมีกิจกรรมดังนี้

กิจกรรมที่ 1 คีนข้อมูล

จัดประชุมคีนข้อมูลผลการดำเนินงานที่ผ่านมา ปัญหาอุปสรรคและแนวทางการพัฒนาของปีงบประมาณ 2556 ให้ชุมชนเพื่อนำเข้าสู่การวางแผนการดำเนินงานและสร้างความรู้สึกร่วมเป็นเจ้าของปัญหาโดยใช้เวทีการประชุมซึ่งเป็นการประชุมตามปกติของสมาชิก อสม.และผู้นำชุมชน เพื่อลดความซ้ำซ้อนและประหยัดงบประมาณและเวลาในการดำเนินงาน



คีนข้อมูล ทบทวน และวางแผนก้าวต่อไป

กิจกรรมที่ 2 สนับสนุนชุมชนเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

โดยบูรณาการกับรายวิชาการพยาบาลครอบครัวและชุมชน 1 นำร่องที่หมู่ 1 เพื่อสร้างโอกาสให้นักศึกษาพยาบาลและอาจารย์จากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการบริการวิชาการ และได้มีโอกาสนในการถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ที่ฝังอยู่ในตัวไปใช้เต็มเต็มในการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและผู้พิการที่บ้าน เพื่อให้กลุ่มผู้รับบริการมีความรู้และ

สมรรถนะในการดูแลตนเอง และเป็นต้นแบบในการนำความรู้และ
ประสบการณ์ของตนไปถ่ายทอดหรือไปช่วยเหลือผู้อื่นต่อไป



เสริมสร้างความเข้มแข็งครอบครัว: การดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและคนพิการ
ให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลดโรค ลดเสี่ยง และเป็นต้นแบบด้านสุขภาพ





ประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้และคืนข้อมูลการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและ
คนพิการสู่แกนนำทีมหมอครอบครัวของหมู่บ้าน หมู่ 1-7
วันที่ 30 มีนาคม 2558
ณ รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว

กิจกรรมที่ 3 ถอดบทเรียน และคืนองค์ความรู้สู่ชุมชน

เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ทีมหมอครอบครัวในระดับหมู่บ้านได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน และวิเคราะห์หาจุดเด่น จุดที่ควรพัฒนาเพื่อให้การทำงานหมอครอบครัวมีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้นผลจากการถอดบทเรียน ทำให้ค้นพบองค์ความรู้ และเกิดแนวทางการพัฒนาเพื่อให้ทีมหมอครอบครัวมีศักยภาพเพิ่มมากขึ้นต่อไป



ประชุมถอดบทเรียน แลกเปลี่ยนเรียนรู้การดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและ
คนพิการและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค ลดเสี่ยง
ของทีมหมอครอบครัวของหมู่บ้าน
วันที่ 10 มิถุนายน 2558 ณ รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว



ผลจากการถอดบทเรียน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ทำให้แกนนำ
ทีมหมอครอบครัว ได้รับความรู้เพิ่มเติม ซึ่งเป็นการเติมเต็มความรู้
ให้แก่กันและกัน (Tacit knowledge) และทำให้เกิดขวัญ กำลังใจ
และภาคภูมิใจในการทำงาน รวมทั้งผลจากการถอดบทเรียนครั้งนี้
ทำให้ได้แนวทางการพัฒนาต่อ ยอดเพิ่มมากขึ้นด้วย

เครือข่ายความร่วมมือในการ
พัฒนาชุมชนให้เข้มแข็ง

องค์การบริหารส่วนตำบลคูบัว

เป็นหน่วยงานหลักที่เข้าร่วมทำบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ
พัฒนาชุมชนคูบัว โดยได้มีข้อตกลงความร่วมมือกับวิทยาลัยฯ และ
รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว มาตั้งแต่ ปี 2554 ที่ผ่านมา

ได้สนับสนุนงบประมาณในการพัฒนาศักยภาพ อสม. และสนับสนุนงบประมาณเพื่อใช้ในการแก้ไขปัญหาของพื้นที่มาอย่างต่อเนื่อง เช่น คัดกรองโรคความดันโลหิตสูง/เบาหวานและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม หน่วยงานที่รับผิดชอบ รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว และโครงการภาคีเครือข่ายสุขภาพใกล้บ้าน ใกล้ใจหน่วยงานที่รับผิดชอบ รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว เป็นต้นโครงการดังกล่าว ทำให้ อสม. และผู้นำชุมชน มีข้อมูลในการแก้ปัญหาและเป็นการสร้างโอกาสให้ อสม.และผู้นำชุมชน ได้ใช้ศักยภาพของตนเองในการแก้ปัญหาสุขภาพของชุมชนในพื้นที่รับผิดชอบ

ศูนย์การเรียนรู้ด้านเวชศาสตร์ครอบครัว เขต 5 (โรงพยาบาลราชบุรี)

ได้นำแนวความคิดการใช้สมมติสังการรักษาโรคและความเจ็บป่วยมาใช้ เป็นทางเลือกเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลดโรค ลดเสี่ยง รวมถึงรักษาโรคและความเจ็บป่วยต่างๆ โดยการเปิด **คลินิกศาสตร์พุทธคือคำตอบทางการแพทย์** เพื่อสอนคนไข้ให้ใช้สมมติสังการควบคุมโรคและความเจ็บป่วยด้วยตัวเอง เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไชมันในเลือดสูง อาการปวดเมื่อย ข้อเข่าเสื่อม ฯลฯ ทั้งนี้วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีราชบุรี ได้ร่วมสนับสนุนการเผยแพร่แนวทางการใช้สมมติสังการ

รักษา ผลการดำเนินงาน ทำให้ผู้ป่วยมีทางเลือกในการดูแลตนเองเพิ่มมากขึ้น ขณะเดียวกัน อสม.และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขของ รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว มีองค์ความรู้ที่จะไปให้คำแนะนำแก่ผู้ป่วยหรือกลุ่มเสี่ยงอื่นๆ ซึ่งเปรียบเหมือนการสอนคนไข้ให้เป็นหมอเพื่อรักษาตนเอง เมื่อทำได้แล้วก็จะเรียนอาจารย์หมอเพื่อสอนคนไข้คนอื่นๆ ให้เป็นหมอเพื่อรักษาตัวเองต่อไปเรื่อยๆ ในที่สุดประชาชนจะสามารถดูแลสุขภาพของตัวเองได้อย่าง **ยั่งยืน** ซึ่งเป็นคำตอบของระบบบริการสุขภาพปฐมภูมิ และเป็นหมอครอบครัวตัวจริง ตอบโจทย์การลดความแออัดในโรงพยาบาล แก้ปัญหาบุคลากรทางการแพทย์ไม่เพียงพอ ลดการใช้ยาในผู้ป่วยทุกประเภท ลดงบประมาณประเทศด้านการรักษาพยาบาล ซึ่งตอบสนองนโยบายสาธารณสุข ประเทศชาติ จนถึงระดับอาเซียน

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดราชบุรี สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมือง ราชบุรี

ได้ร่วมกันพัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุขและ อสม. ให้มีความรู้และสมรรถนะ อย่างต่อเนื่อง



Social media : Line กลุ่ม จิตอาสาเฉลิมฯ คูบัว

เป็นช่องทางการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เสริมพลัง เสริมแรง สร้างพลังให้เกิดแก่สมาชิกกลุ่ม รวมทั้งเป็นช่องทางการติดต่อสื่อสารข้อมูล ความรู้ต่างๆ ทำให้รวดเร็ว ประหยัดค่าใช้จ่าย เพราะทุกหมู่บ้านมีแกนนำทีมหมอครอบครัว เป็นสมาชิกในกลุ่ม นอกจากนี้ ยังมีนายกองค์การบริหารส่วนตำบล กำนัน ผู้นำชุมชน แพทย์เวชปฏิบัติครอบครัว รพศ ราชบุรี อาจารย์จากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี และบุคลากรของ รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ คูบัว เป็นสมาชิกอยู่ด้วย

ผลงานเด่นของบุคลากรทางสาธารณสุข
และแกนนำสุขภาพคูบัว ประจำปี 2557-2558

1. โครงการ Social Credit

บุคลากรทางสุขภาพ ของ รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว ได้จัดทำโครงการ Social Credit การบันทึกความดีผลจากการทำโครงการดังกล่าว อสม. ประเมินตนเองว่า ตนเองมีศีลธรรม จริยธรรม ความฉลาดด้านการคิดและใช้เหตุผล การเปิดโอกาสให้อีกฝ่ายได้แสดงความคิดเห็น อยู่ในระดับมาก

2.แกนนำสุขภาพชุมชน

แกนนำสุขภาพของแต่ละหมู่บ้าน มีความเข้มแข็ง สามารถที่จะนำความรู้และประสบการณ์ไปใช้ในการแก้ไขปัญหาสุขภาพของตนเองภายใต้การสนับสนุนจาก รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว ร่วมกับ อบต.คูบัว ได้สนับสนุนให้ทีม อสม.และผู้นำชุมชนในแต่ละหมู่บ้านได้นำความรู้และประสบการณ์ไปใช้ในการแก้ปัญหาสุขภาพของพื้นที่ เช่น

ชุมชนหมู่ 1 บ้านตากแดดจัดทำโครงการบ้านตากแดดร่วมใจสร้างสุขภาพตัวอย่างยั่งยืน งบกองทุนตำบล 47,000.00 บาท ผู้รับผิดชอบโครงการคือ ผู้ใหญ่บ้าน หมู่ 1

ชุมชนหมู่ 4 บ้านไต้ จัดทำโครงการบ้านไต้ร่วมใจดูแล
สุขภาพผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง งบกองทุนตำบล 20,500.00
บาท ผู้รับผิดชอบโครงการ ประธาน อสม.หมู่ 4

ชุมชนหมู่ 6 บ้านสระโบสถ์ จัดทำโครงการบ้านสระโบสถ์
ร่วมใจออกกำลังกายสร้างสุขภาพดี ขอสนับสนุนงบกองทุนตำบล
24,700.00 บาท ผู้รับผิดชอบโครงการ ประธาน อสม.หมู่ 6

3. ทีมหมอครอบครัวของหมู่บ้าน

จากการถอดบทเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้เมื่อวันที่ 10
มิถุนายน 2558 ค้นพบว่าหมู่ที่ 1-7 ตำบลคูบัว อำเภอเมือง จังหวัด
ราชบุรี มีทีมหมอครอบครัวที่มีศักยภาพ จิตอาสา ดูแล
กลุ่มเป้าหมายดูจญาติ โดยทีมหมอครอบครัวของแต่ละหมู่บ้านแต่
ละทีม ประกอบด้วย

1. ผู้ใหญ่บ้าน ประธาน
2. ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน 2 คน
3. ส.อบต. จำนวน 2 คน
4. อสม.ของแต่ละหมู่บ้าน
5. แกนนำจิตอาสาหมู่บ้านละ 1-2 คน
6. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ ต.คูบัว
1-2 ท่าน/ทีม

ตารางที่ 1 ทีมหมอมกรอบครัวของหมู่บ้าน และกลุ่มเป้าหมายจำแนกตามหมู่บ้าน

หมู่ ที่	ชื่อหมู่บ้าน	สมาชิก ทีมหมอ กรอบ ครัว	กลุ่มเป้าหมายที่ให้การดูแล					รวม
			ผู้ พิการ	ผู้สูงอายุ ติดบ้าน	ผู้ป่วยติดเตียง		ผู้ป่วย ระยะ สุดท้าย	
					ผู้สูง อายุ	ยกเว้น ผู้สูงอายุ		
1	บ้านดากแดด	14	6	5	2	1	1	15
2	บ้านระหนอง	10	6	1	0	2	0	9
3	บ้านหนองขันธุ์	11	8	2	3	0	0	13
4	บ้านไต้	15	5	4	2	0	0	11
5	บ้านตะโก	10	3	1	0	0	0	4
6	บ้านสระโบสถ์	10	6	1	2	0	0	9
7	บ้านใหม่	14	8	4	2	0	0	14
	รวม	84	42	18	11	3	1	75

ที่มา:รายงานทีมหมอมกรอบครัว ปี 2558สถานีอนามัยเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา นวมินทราชินี ต.คูบัว อ. เมือง จ.ราชบุรี

การจัดตั้งทีมหมอมกรอบครัวของหมู่บ้าน

ทีมหมอมกรอบครัวของแต่ละหมู่บ้าน เกิดมาจากการที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อสม. ผู้นำชุมชน ได้เรียนรู้ว่าการแก้ปัญหาสุขภาพและความเจ็บป่วยของชาวบ้าน ไม่สามารถทำงานตามลำพังได้ ด้วยข้อจำกัดต่างๆ มากมาย แต่การทำงานร่วมกันทุกภาคส่วนอย่างบูรณาการ ทำให้ประหยัดทรัพยากรลดภาระงาน

และช่วยเติมเต็มซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดเป็นพลังที่ยิ่งใหญ่ ร่วมกับ
มีนโยบายจากรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขที่ต้องการให้มี
ทีมหมอครอบครัวในทุกพื้นที่ ดังนั้น ทุกฝ่ายจึงได้ร่วมกันสร้างทีม
หมอครอบครัวของหมู่บ้านขึ้น

การเตรียมความพร้อมของทีมหมอครอบครัว

ทีมหมอครอบครัว ได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนลง
ปฏิบัติการเยี่ยมบ้าน ดังนี้

1. จัดอบรม อสม. แกนนำจิตอาสา และผู้นำชุมชนของแต่ละหมู่บ้าน โดยจัดอบรมที่ละหมู่บ้านจัดอบรมในพื้นที่ของแต่ละหมู่บ้าน เพื่อให้ทีมหมอครอบครัวได้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับ จุดมุ่งหมายและการปฏิบัติในการเยี่ยมบ้าน

2. คุณกฤษณา เปรมวงศ์ พยาบาลเวชปฏิบัติของ รพสต. เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว พร้อมเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่รับผิดชอบในหมู่บ้านนั้น คัดเลือกกรณีศึกษาตัวอย่างในแต่ละหมู่บ้านและประสานทีมหมอครอบครัวให้ลงเยี่ยมบ้านโดย เจ้าหน้าที่สาธารณสุขสาธิตให้เป็นตัวอย่าง

3. คุณกฤษณา เปรมวงศ์ พยาบาลเวชปฏิบัติของ รพสต.

เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัวจัดเตรียมรายชื่อกลุ่มเป้าหมายที่ต้อง
ได้รับการเยี่ยมจากทีมหมอครอบครัว

4. มอบหมายให้ทีมหมอครอบครัวเลือกประธานหรือ
หัวหน้าทีมเอง และวางแผนการไปเยี่ยมแต่ละรายเอง

ทีมหมอครอบครัวท่านหนึ่งได้กล่าวว่า ***“มีเจ้าหน้าที่
สาธารณสุข ลงไปเยี่ยมเยือนด้วยโดยเฉพาะในการลงไปครั้งแรก
เพื่อเพิ่มความมั่นใจให้ทีมหมอครอบครัว รวมทั้งจัดเตรียม
แบบฟอร์มบันทึกข้อมูล ร่วมกับจัดเตรียมทะเบียนรายชื่อ
กลุ่มเป้าหมายที่จะให้ทีมหมอครอบครัวได้ติดตามเยี่ยมด้วย”***





บทบาทของทีมหมอครอบครัว

ทีมหมอครอบครัวในระดับหมู่บ้านมีบทบาทดังนี้

1. ให้สุขศึกษาสำหรับเพื่อนบ้านและชุมชนอย่างใกล้ชิด รวมทั้งการรับทราบปัญหาครอบครัว สังคม สิ่งแวดล้อม เพื่อการปรึกษาและการแก้ปัญหาในชุมชน
2. มีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหาด้านสุขภาพของชุมชน เพื่อทำแผนสุขภาพ
3. ดำเนินกิจกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในชุมชน
4. ให้ความร่วมมือกับเครือข่ายหน่วยบริการสุขภาพในกิจกรรมการเยี่ยมบ้าน
5. สื่อสารข้อมูลระหว่างชุมชนกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและท้องถิ่นเพื่อการปรึกษา ส่งต่อ
6. สำรวจและจัดทำข้อมูลผู้ด้อยโอกาส ร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
7. เป็นแบบอย่างที่ดีและเป็นแกนนำสุขภาพด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อการเรียนรู้ของคนในชุมชน
8. ระดมทรัพยากรและภูมิปัญญาท้องถิ่นในการแก้ปัญหาและใช้กระบวนการมาตรฐานการทางสังคม

การวางแผนและดำเนินการเยี่ยมบ้าน

ทีมหมอครอบครัววางแผนและดำเนินการเยี่ยมบ้าน

กลุ่มเป้าหมายทุกเดือน ๆ ละ 2 ราย โดยมีผู้ใหญ่บ้าน (หัวหน้าทีม) เป็นผู้ประสานสมาชิกทีม และบันทึกผลการเยี่ยมในรูปแบบฟอร์มที่

รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัวจัดทำไว้ดังกล่าวของ

หัวหน้าทีมหมอครอบครัว กล่าวว่า **“การไปเยี่ยมเยือนโดยทีมหมอครอบครัวนั้น. ประธาน(หัวหน้าทีม) จะเป็นผู้ประสานงานกับสมาชิกทีมและแบ่งบทบาทว่าใครมีหน้าที่อะไร อย่างไรบ้างโดยแบ่งตามความรู้ความสามารถและความถนัดของแต่ละคน อสม. มีบทบาทหลักในเรื่องการจดบันทึกและวัดความดันโลหิต ดูเรื่องการกินยา. ประธาน(หัวหน้าทีม)จะดูเรื่องความเป็นอยู่ ถามทุกข์สุขของผู้ป่วย และผู้ดูแล ปัญหา/ความต้องการที่ซับซ้อนจะส่งต่อให้ทีมหมอในระดับตำบล ปัญหาที่ต้องการประสานงานเพื่อขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานภายนอก ประธานจะช่วยประสานงานให้ แกนนำจิตอาสาและสมาชิกทีมที่เหลือจะช่วยดูแลและช่วยเสริมเติมเต็มในส่วนขาด”**



4. เทคนิคการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลดโรค ลดเสียง

โรคเรื้อรัง โดยเฉพาะเบาหวาน และความดันโลหิตสูง
นับวันจะมีผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น การส่งเสริมศักยภาพ ดูแลตนเอง
ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดปัจจัยเสี่ยง จึงเป็นสิ่งสำคัญ
ขณะเดียวกัน กลุ่มเสียง ก็จำเป็นต้องมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
เช่นเดียวกัน จากการถอดบทเรียน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน
ระหว่างบุคลากรสาธารณสุข แกนนำสุขภาพ ทีมหมอครอบครัว ได้
ค้นพบองค์ความรู้ ดังนี้

รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว อบต.คูบัว และ
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี ได้ร่วมกันศึกษาวิจัยเพื่อ
ค้นหาองค์ความรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค ลดเสียง
รวมทั้งจัดทำนวัตกรรม/ โครงการต่างๆ เพื่อป้องกัน ควบคุมโรค
เรื้อรัง ดำเนินการมาอย่างต่อเนื่อง โดยสรุปดังนี้

1. กลุ่มป่วย ค้นหาสาเหตุที่ผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมโรค
ได้ โดยการศึกษาวิจัย และแลกเปลี่ยนเรียนรู้
2. กลุ่มเสียง ค้นหาแนวทาง นวัตกรรมที่จะปรับเปลี่ยน
พฤติกรรมลดโรค ลดเสียง โดยการศึกษาวิจัย และ
แลกเปลี่ยนเรียนรู้

3. อบรม อสม. ผู้นำชุมชน ให้มีความรู้ และสมรรถนะในการตรวจคัดกรอง และให้คำแนะนำเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลดโรค ลดเสี่ยง

4. ส่งเสริมบรรยากาศ หรือสร้างพื้นที่ให้เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น

- ชุมชนหมู่ 1 บ้านตากแดดจัดทำโครงการบ้านตากแดดร่วมใจสร้างสุขภาพดีอย่างยั่งยืน งบกองทุนตำบล

47,000.00 บาทผู้รับผิดชอบโครงการ ผู้ใหญ่บ้าน ม.1

- ชุมชนหมู่ 4 บ้านไต้ ทำโครงการบ้านไต้ร่วมใจดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง งบกองทุนตำบล 20,500.00 บาทผู้รับผิดชอบโครงการ ประธาน อสม.หมู่ 4

- ชุมชนหมู่ 6 บ้านสระโบสถ์ ทำโครงการบ้านสระโบสถ์ร่วมใจออกกำลังกายสร้างสุขภาพดี ขอสนับสนุนงบกองทุนตำบล 24,700.00 บาทผู้รับผิดชอบโครงการ ประธาน อสม.หมู่ 6

- เปิด **คลินิกศาสนาพุทธคือคำตอบทางการแพทย์** เพื่อสอนคนไข้ให้เป็นหมอสั่งการควบคุมโรคและความเจ็บป่วยด้วยตัวเอง โดยการใช้สมาธิสั่งการควบคุมโรคต่างๆ เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไชมันเนเลือดสูง ปวดเมื่อย ข้อเข่าเสื่อม ฯลฯ

ผลการติดตามประเมินผลกระหนบจากการบริการวิชาการ

งานบริการวิชาการแก่สังคม ร่วมกับ งานเครือข่าย
บริการวิชาการได้ติดตามประเมินผลความเข้มแข็งของตำบลคูบัว
โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์ผู้เกี่ยวข้อง ได้แก่ นายกองค์การบริหาร
ส่วนตำบลคูบัว ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว เจ้าหน้าที่สาธารณสุข รพสต.เฉลิม
พระเกียรติฯ ตำบลคูบัว ผู้ใหญ่บ้านหมู่ 1-7 ส.อบต และ อสม.
รวมทั้งตัวแทนผู้รับบริการ เก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือนมีนาคม -
มิถุนายน 2558 ได้ข้อค้นพบ สรุปดังนี้

ผลจากการเยี่ยมบ้านของทีมหมอครอบครัว ทำให้
เกิดผลดีต่างๆ มากมาย ทั้งแก่ตัวทีมเยี่ยมและผู้รับบริการ รวมทั้ง
ในระดับหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ตัวอย่างเช่น

ด้านผู้รับบริการ

ผู้ป่วย ผู้ดูแล และสมาชิกครอบครัวรู้สึกเหมือนไม่ได้ถูก
ทอดทิ้ง ให้ต้องเผชิญความทุกข์ยากตามลำพัง แต่ได้รับการเยี่ยม
เยียนจากทีมหมอครอบครัว. ดุจการเยี่ยมญาติ ปัญหาบางอย่าง
ได้รับการแก้ไข หรือได้รับการช่วยเหลืออย่างรวดเร็ว เช่น ปัญหา
ความต้องการรถเข็น เตียง ออกซิเจน



ผู้รับบริการได้รับการช่วยเหลือเรื่องความเป็นอยู่ บางราย
ได้รับการช่วยเหลือเรื่องสร้างงาน สร้างรายได้

ผู้รับบริการมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยการออกกำลังกาย การเลียงเค็ม หวาน มัน บางรายรู้สึกซาบซึ้ง ตื้นตัน ที่ได้รับการเยี่ยมจากทีมหมอครอบครัว รู้สึกตื่นตันจนน้ำตาคลอ และอยากให้มีทีมหมอครอบครัวลงไปเยี่ยมต่อเนื่อง เพราะทำให้รู้สึกไม่เดียวดาย และมีที่พึ่งจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต

ด้านผู้ให้บริการ

ทีมหมอครอบครัวรู้สึกดีใจ. ปิติ อิ่มเอมใจ ว่าตนสามารถทำให้กลุ่มเป้าหมายมีความสุข ได้เห็นรอยยิ้ม ได้เห็นน้ำตาแห่งความสุขซึ่ง.

ทีมหมอครอบครัวบางคน ยังบอกว่า ***“ไม่น่าเชื่อเลย เราทำได้ด้วย แค่พวกเราลงไปเยี่ยมเยียนเนี่ย ทำให้เขาดีใจ มีความสุขได้มากมายขนาดนี้ ก็เพราะมีทีมหมอครอบครัวเนี่ยเลยทำให้เราได้มีโอกาสลงไปทำสิ่งดีๆ แบบนี้ ถ้ารู้ว่าจะเกิดผลดีมากมายอย่างนี้ คงจะทำมานานแล้ว”***



ด้านหน่วยงานอื่นๆ

หน่วยงานภาคีที่เกี่ยวข้อง เช่น อบต.คูบัวโดยเฉพะท่านนายกฯ. ท่านให้ความสำคัญกับทุกข์ของชาวบ้าน ท่านลงไปเยี่ยมเยียนและช่วยแก้ทุกข์ ผู้ป่วยที่มีปัญหาการเดินทาง ท่านยังช่วยจัดหารถ รับ-ส่งผู้ป่วยไปรับการรักษา ทำให้ผู้ดูแลหรือญาติไม่ต้องเสียเงินไปเช่ารถรับ-ส่ง ลดทุกข์ของชาวบ้าน

นอกจากนี้ อสม. และบุคลากรของ รพ.สต. ยังได้รับรางวัล
ต่างๆ อาทิ



อสม.ของหมู่ 1-7 ได้รับคัดเลือกเป็น อสม.ดีเด่นในระดับ
อำเภอ และได้รับ รางวัลชมเชยในระดับจังหวัด ถึง 3 สาขา ได้แก่

- 1.สาขาการจัดการสุขภาพชุมชน
- 2.สาขาภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ
- 3.สาขาคุ้มครองผู้บริโภครักษ์

นอกจากนี้เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ยังได้รับรางวัลมากมาย เช่น นางกฤษณา เปรมวงศ์ ได้รางวัลข้าราชการพลเรือนดีเด่น ประจำปี 2557 ของสำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองราชบุรี



นางอาริยา หยตหยอดได้ผ่านการคัดเลือกเป็นลูกจ้างประจำดีเด่นของสำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองราชบุรี



ความยั่งยืนในการแก้ปัญหาสุขภาพ

ผลจากการติดตามความรู้และสมรรถนะของเจ้าหน้าที่ สาธารณสุข ของ รพสต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว พบว่า สามารถเป็นพี่เลี้ยงให้กับ อสม.และผู้นำชุมชน ในการวางแผนงาน เพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพของพื้นที่ และ อบต.คูบัว ตระหนักถึงความสำคัญของสุขภาพและส่งเสริมสนับสนุนให้ความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาสุขภาพ โดยร่วมในการคิดแผนงาน การวางแผนงานและสนับสนุนงบประมาณในการแก้ไขปัญหาสุขภาพ โดยใช้งบประมาณจากกองทุนสุขภาพตำบลในปีงบประมาณ 2558 มีโครงการที่ได้รับการสนับสนุนและขับเคลื่อนโดยผู้นำชุมชนและ อสม.ดังนี้

ชุมชนหมู่ 1 บ้านตากแดดจัดทำโครงการบ้านตากแดดร่วมใจสร้างสุขภาพดีอย่างยั่งยืน งบกองทุนตำบล 47,000.00 บาท ผู้รับผิดชอบโครงการคือ ผู้ใหญ่บ้าน หมู่ 1

ชุมชนหมู่ 4 บ้านไต้ จัดทำโครงการบ้านไต้ร่วมใจดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง งบกองทุนตำบล 20,500.00 บาทผู้รับผิดชอบโครงการ ประธาน อสม.หมู่ 4

ชุมชนหมู่ 6 บ้านสระโบสถ์ จัดทำโครงการบ้านสระโบสถ์ร่วมใจออกกำลังกายสร้างสุขภาพดี ขอสนับสนุนงบประมาณตำบล 24,700.00 บาทผู้รับผิดชอบโครงการ ประธาน อสม.หมู่ 6

ปัจจัยความสำเร็จในการดำเนินงาน ดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและผู้พิการที่บ้าน

1. ความมีจิตอาสา ความร่วมแรง ร่วมใจ ความสามัคคี ความมุ่งมั่น ตั้งใจ และความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียว ระหว่างทีมผู้นำชุมชน อสม. และบุคลากรทางสาธารณสุขทำให้สามารถดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและผู้พิการได้อย่างต่อเนื่อง ครอบคลุมทุกหมู่บ้าน
2. การจัดระบบและกลไกการทำงานของทีมบุคลากรทางการแพทย์ รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว มีความชัดเจน บูรณาการและสอดคล้องกับความรู้ความสามารถ ความถนัด ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านของแต่ละคน ทำให้การทำงานไม่ซ้ำซ้อน ประหยัดงบประมาณ และลดภาระงาน
3. การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง สม่่าเสมอของบุคลากรทางสาธารณสุข อสม. และผู้นำชุมชน ทำให้เกิดการพัฒนาคุณภาพงานและคุณภาพการดูแลผู้ป่วยและกลุ่มเสี่ยง
4. การสนับสนุนจากองค์กร หน่วยงานภายนอก เช่น อบต.คูบัว โรงพยาบาลศูนย์ราชบุรี สำนักงาน

สาธารณสุขอำเภอเมืองราชบุรีวิทยาลัยพยาบาลบรม
ราชชนนี ราชบุรี และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
ราชบุรี อย่างต่อเนื่อง และสม่ำเสมอทำให้ รพสต.เฉลิม
พระเกียรติฯ ตำบลคูบัว และทีมงาน สามารถ
ให้บริการได้อย่างมีคุณภาพและประสิทธิภาพ

ปัญหา อุปสรรคและ แนวทางการพัฒนา

ปัญหาอุปสรรค

การดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและผู้พิการโดยเฉพาะผู้รับบริการ
บางราย ที่มีปัญหาซับซ้อนและมีหลายมิติที่ต้องได้รับการแก้ไข ทีม
หมอครอบครัวในระดับหมู่บ้าน มีความมุ่งมั่น จิตอาสาและเต็มใจ
ที่จะช่วยเหลือผู้รับบริการเหล่านั้น แต่ด้วยข้อจำกัดในเรื่องความรู้
ความชำนาญเฉพาะทาง รวมทั้งขาดแคลนในเรื่องงบประมาณ
หรือวัสดุครุภัณฑ์ที่จำเป็นเพื่อการดำรงชีพของผู้ป่วย รวมทั้งขาด
การติดต่อประสานงานกับหน่วยงานภายนอกอื่นๆทำให้การ
ช่วยเหลือผู้รับบริการไม่ได้ครอบคลุมทุกมิติของการดูแล

แนวทางการพัฒนา

ทีมหมออกรอบครัวระดับหมู่บ้านมีความต้องการช่วยเหลือสนับสนุน/แนวทางการพัฒนาต่อ ได้แก่

1. การพัฒนาศักยภาพภาพทีมหมออกรอบครัวให้สามารถดูแลกลุ่มเป้าหมายได้ดียิ่งขึ้น เช่น การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ การค้นหาทุกข์ เป็นต้น

2. การสนับสนุนจากหน่วยงานภายนอก เช่น การจัดการสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ การจัดหาสิ่งจำเป็นสำหรับการดำรงชีพให้แก่ผู้ป่วย

3. การจัดหาสิ่งจำเป็น/ปัจจัยเอื้อเพื่อให้ทีมหมออกรอบครัวใช้สำหรับการดูแลผู้ป่วยต่อไป

บทส่งท้าย

การดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังและผู้พิการของหมู่ที่ 1-7 ตำบลคูบัว อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี ได้รับการติดตามดูแลช่วยเหลือมาอย่างต่อเนื่อง ทั้งจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขประจำ รพ.สต.เฉลิมพระเกียรติฯ ตำบลคูบัว องค์การบริหารส่วนตำบลคูบัว วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี รวมทั้งศูนย์การเรียนรู้ด้านเวชศาสตร์ครอบครัวเขต 5 (รพ.ราชบุรี) ด้วยการสร้างและพัฒนาทีมหมอครอบครัวในระดับหมู่บ้าน ให้มีความพร้อมและศักยภาพในการแก้ไขปัญหาที่สอดคล้องกับความต้องการและบทบาทหน้าที่ของตนด้วยจิตอาสา ส่งผลทำให้ปัญหาความเจ็บป่วยและความทุกข์ของผู้รับบริการแต่ละรายได้รับการช่วยเหลือ บางรายมีปัญหาที่ซับซ้อนได้รับการส่งต่อไปรับการรักษาที่ต่อเนื่อง บางรายที่สมาชิกในครอบครัวหรือผู้ดูแลสามารถช่วยเหลือดูแลได้บางส่วน จะได้รับการเติมเต็มจากทีมหมอครอบครัวและบุคลากรสาธารณสุขในพื้นที่ ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของผู้รับบริการดีขึ้นและพึ่งตนเองได้มากขึ้นต่อไป

เอกสารอ้างอิง

รายงานการตรวจเยี่ยมสถานีนอนามัยเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา นวมินทราชินี ปี 2557 จัดทำโดยสถานีนอนามัยเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา นวมินทราชินี ตำบลคูบัว อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี

รายงานการตรวจเยี่ยมสถานีนอนามัยเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา นวมินทราชินี ปี 2558 จัดทำโดยสถานีนอนามัยเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา นวมินทราชินี ตำบลคูบัว อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี

รายงานสรุปผลการดำเนินงานโครงการสนับสนุนชุมชนตำบลคูบัว เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคหลอดเลือดหัวใจ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ราชบุรี, 2558.

รายงานสรุปผลการดำเนินงานโครงการก้าวใหม่เพื่อชุมชนคูบัว เข้มแข็งและยั่งยืนวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ราชบุรี, 2557.

รายงานสรุปผลการดำเนินงานโครงการพัฒนาศักยภาพอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในการดูแลทางด้านจิตสังคมคนพิการที่บ้าน วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ราชบุรี, 2555.



ทีมหมอครอบครัว

เห็นทุกข์ สร้างสุข ด้วยจิตอาสา