

การจัดทำแผนกิจกรรมสุขศึกษากลุ่มปกติ/กลุ่มเสี่ยง

โครงการ/กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	ตัวชี้วัด	ระยะเวลา	กลุ่มงาน/ฝ่ายรับผิดชอบ (ระบุชื่อผู้รับผิดชอบ)
<p>แผนการเสริมสร้าง ความรู้ในการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สุขภาพของประชาชน กลุ่มเสี่ยงเบาหวานใน อำเภอสันกำแพง ปีงบประมาณ 2569</p>	<p>- เพื่อเสริมสร้าง ความรู้ในการ ปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพ ของประชาชน กลุ่มเสี่ยง เบาหวานใน อำเภอสันกำแพง</p>	<p>- กลุ่มเสี่ยงเบาหวาน อำเภอสันกำแพง จำนวน 60 คน  - เจ้าหน้าที่ ผู้รับผิดชอบ จำนวน 10 คน</p>	<p>1. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงมีความรอบรู้ ด้านสุขภาพ มีความเข้าใจและ ตระหนักถึงความสำคัญของการ ดูแลสุขภาพตนเองเพิ่มขึ้นหรือ ระดับดี  2. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงมีผลการ ตรวจ FBS ลดลงร้อยละ 80</p>	<p>มี.ค. 69 - พ.ค. 69</p>	<p>ทพญ.โสธิดา สาระพันธ์/ นางทับทรวง ยอดเมือง/ นางดวงเดือน สิทธิ พานิช/นางภคจิรา คำ เขียว/  ว่าที่ร้อยตรีหญิงศศิกันต์ ผ่องปัญญา</p>
<p>กิจกรรมที่ 1  - ประชุมวางแผนการ เสริมสร้างความรู้ใน การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพ และ ประเมินความรู้ด้าน สุขภาพและพฤติกรรม สุขภาพ</p>	<p>1. เพื่อให้กลุ่ม เสี่ยงทราบข้อมูล สุขภาพเบื้องต้น ของตนเองและ กำหนดกิจกรรมใน การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพ ที่เหมาะสมของแต่ละ บุคคล</p>	<p>- กลุ่มเสี่ยงเบาหวาน อำเภอสันกำแพง จำนวน 60 คน  - เจ้าหน้าที่ ผู้รับผิดชอบ จำนวน 10 คน</p>	<p>1. ร้อยละ 100 ของกลุ่มเป้าหมาย เข้าร่วมประชุม เพื่อรับฟังแนว ทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สุขภาพ  2. ร้อยละ 100 ของกลุ่มเป้าหมาย ได้รับการประเมินความรู้ด้าน สุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ  3. ร้อยละ 100 ของกลุ่มเป้าหมาย ได้รับการประเมินตรวจวัดมวล ไขมัน, มวลกล้ามเนื้อ, น้ำ, และ</p>	<p>มี.ค. 69</p>	<p>ทพญ.โสธิดา สาระพันธ์/ นางทับทรวง ยอดเมือง/ นางดวงเดือน สิทธิ พานิช/นางภคจิรา คำ เขียว/  ว่าที่ร้อยตรีหญิงศศิกันต์ ผ่องปัญญา</p>

โครงการ/กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	ตัวชี้วัด	ระยะเวลา	กลุ่มงาน/ฝ่ายรับผิดชอบ (ระบุชื่อผู้รับผิดชอบ)
	<p>เพื่อให้ได้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์อย่างยั่งยืน</p> <p>2. เพื่อกระตุ้นและสนับสนุนให้กลุ่มเป้าหมายเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โดยการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy)</p>		กระตือรือร้น เพื่อประเมินสุขภาพ, ความสมดุลของร่างกาย		
<p>กิจกรรมที่ 2</p> <p>- ติดตามประเมินผลรายเดือน โดยทีมพี่เลี้ยง</p>	<p>1. เพื่อติดตามความก้าวหน้าของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเบื้องต้นและให้</p>	<p>- กลุ่มเสี่ยงเบาหวาน</p> <p>อำเภอสันกำแพง</p> <p>จำนวน 60 คน</p>	<p>1. ร้อยละ 100 ของกลุ่มเป้าหมายได้รับการติดตามผลและบันทึกพฤติกรรมสุขภาพ (เช่น การบริโภคและการออกกำลังกาย)</p>	<p>เม.ย.69 - พ.ค.69</p>	<p>ทพญ.โสธิตา สาระพันธ์/ นางทับทรวง ยอดเมือง/ นางดวงเดือน สิทธิ</p>

โครงการ/กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	ตัวชี้วัด	ระยะเวลา	กลุ่มงาน/ฝ่ายรับผิดชอบ (ระบุชื่อผู้รับผิดชอบ)
<p>ของกลุ่มเสี่ยงแต่ละตำบล (ติดตาม 3 เดือน)</p>	<p>กำลังใจ แก่กลุ่มเป้าหมายอย่างต่อเนื่อง</p>		<p>2. ร้อยละ 100 ของกลุ่มเป้าหมายมีข้อมูลการตรวจ BP , BW และ BMI  เดือนละ 1 ครั้ง  (ติดตาม 3 เดือน)</p>		<p>พานิช/นางภคจิรา คำเขียว/  ว่าที่ร้อยตรีหญิงศศิกันต์ ผ่องปัญญา</p>
<p>กิจกรรมที่ 3  - ประชุมสรุปผลลัพธ์ (3 เดือน) และแลกเปลี่ยนเรียนรู้</p>	<p>- เพื่อประเมินผลลัพธ์หลักของแผนตามตัวชี้วัดและสร้างแรงจูงใจผ่านการแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม</p>	<p>- กลุ่มเสี่ยงเบาหวานอำเภอสันกำแพง จำนวน 60 คน  - เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบ จำนวน 10 คน</p>	<p>1. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ มีความเข้าใจและตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเองเพิ่มขึ้นหรือระดับดี  2. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงมีผลการตรวจ FBS,BW,BMI ลดลงร้อยละ 80  3. ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายมีผลการประเมินตรวจวัดมวลไขมัน, มวลกล้ามเนื้อ, น้ำ, กระดูก ที่มีผลสัมฤทธิ์ของร่างกายดีขึ้น</p>	<p>มิ.ย.69</p>	<p>ทพญ.โสธิดา สาระพันธ์/ นางทับทรวง ยอดเมือง/ นางดวงเดือน สิทธิพานิช/นางภคจิรา คำเขียว/  ว่าที่ร้อยตรีหญิงศศิกันต์ ผ่องปัญญา</p>