

สรุปประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ พขอ. ปี 2565 ณ หอประชุม ที่ว่าการอำเภอทรายทองวัฒนา

ปัญหา/หัวข้อ	สร้างนโยบาย สาธารณะ	สร้างสิ่งแวดล้อมที่ เอื้อต่อสุขภาพ	เพิ่มความสามารถ ของชุมชน	ทักษะส่วนบุคคล	ระบบบริการ	แหล่งงบประมาณ
<p>ลดเสียง ลดโรค โควิด <u>ปัญหา</u> 1 การไม่กักตัว ของกลุ่มเสี่ยงที่ เป็นวัยรุ่น</p>	<p>1.สร้างเครือข่ายผู้นำ ชุมชน หรือเครือข่าย ในชุมชนตั้งด่านเฝ้า ระวัง สังเกตการณ์ใน กลุ่มวัยรุ่น กลางวัน กลางคืน</p> <p>2.ประชาคมหมู่บ้าน เกี่ยวกับสถานที่กัก ตัวของหมู่บ้านแต่ละ หมู่</p> <p>3.ประชาสัมพันธ์ ความรู้ การป้องกัน การรักษาในการเกิด โรคโควิด</p> <p>4.ออกหนังสือกักตัว ตามพรบ.ควบคุมโรค ในกลุ่มที่ป่วยโรคโค</p>	<p>1.ในการกักตัวที่บ้าน HI ให้อสม. ผู้นำ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เอาเชือกไปชิงแล้ว เขียนป้ายติดไว้ พร้อม กับดูแลครอบครัวนั้น และไม่ให้เอาธงแดงไป ปักเพราะทำให้บ้านนั้น ถูกประจานได้</p> <p>2.ให้แต่ละหมู่บ้าน จัดหาสถานที่กักตัวใน ชุมชน กรณีที่ไม่มีที่กัก ตัวอยู่บ้าน</p>	<p>1.ประชาสัมพันธ์ฝากให้ อสม. ผู้ใหญ่บ้าน กำนัน ถ้ามี ประชาชนในเขตหมู่บ้านนั้น ติดโควิด ให้แจ้งทาง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ดำเนินต่อไป และรายงาน ความเคลื่อนไหว สรุปเคสใน แต่ละวันต่อผู้ใหญ่บ้านเพื่อ ประสานงานต่อไป</p>	<p>1.อบรมให้ความรู้ ของโรคโค วิด และการใช้ยารักษาโรค แบบรายบุคคล</p>	<p>1.คัดกรองกลุ่มเสี่ยงโดย อสม.และเจ้าหน้าที่ สาธารณสุข</p> <p>2.ให้ทางอบต./รพ. จัดนำ รถรับ-ส่งผู้ป่วยโควิดมายัง โรงพยาบาล</p> <p>3.ทางอบต.จะมีถุงยังชีพ ให้แก่ผู้ป่วยโควิด/กลุ่ม เสี่ยงสูงให้ทุกบ้านโดยให้ เจ้าหน้าที่ทำหน้าที่หนังสือขึ้นมา ยังอบต.</p>	<p>1.กองทุนหมู่บ้าน</p> <p>2.สปสช</p> <p>3.เงินบริจาค</p> <p>4.สสส</p>

ปัญหา/หัวข้อ	สร้างนโยบาย สาธารณะ	สร้างสิ่งแวดล้อมที่ เอื้อต่อสุขภาพ	เพิ่มความสามารถ ของชุมชน	ทักษะส่วนบุคคล	ระบบบริการ	แหล่งงบประมาณ
<p>2. ประชาชนมีโรคไม่ติดต่อมีจำนวนเพิ่มขึ้นทุกปี เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคไต โรคอ้วน</p> <p>3. พฤติกรรมการกิน กินมาก กินแล้วไม่ออกกำลังกาย</p> <p>4. ไม่มีเวลาออกกำลังกาย สถานที่ออกกำลังกายไม่พอ ขาดอุปกรณ์</p> <p>5. ขาดแรงจูงใจในการออกกำลังกาย</p>	<p>5. ประชาคมหมู่บ้าน ทำมาตรการในหมู่บ้าน ลดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รณรงค์งานบุญ ลดเสียงลดโรค</p> <p>6. คณะกรรมการศึกษาเสนอโครงการอาหารปลอดภัยในโรงเรียน โรงเรียนอ่อนหวาน</p> <p>7. สร้างมาตรการในตลาดนัด</p> <p>8. กิจกรรมออกกำลังกายทุกวันพุธ</p> <p>9. รณรงค์ร้านค้าในโรงเรียนจำหน่าย</p>	<p>3. มีอุปกรณ์สนับสนุน เช่น เครื่องออกกำลังกายในที่สาธารณะที่ประชาชนเข้าถึงได้ง่าย</p> <p>4. จัดสถานที่/ลานออกกำลังกาย โดยท้องถิ่น</p>	<p>2. สร้างแรงจูงใจในการออกกำลังกาย ของรางวัล เสื้อชุด แขนงนำ ผู้ใหญ่บ้าน เป็นผู้นำการออกกำลังกาย(มีกิจกรรมแข่งขันออกกำลังกาย)</p> <p>3. ประชาสัมพันธ์ความรู้ ลดเสียง ลดโรค(โควิด) ลดอ้วนในที่ประชุม ประจำเดือนของแต่ละหมู่บ้าน และทางหอกระจายข่าวหมู่บ้านทุกเช้า</p> <p>4. เขต รพ.สต. ชักชวนคนมาออกกำลังกาย และมีเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แลกเปลี่ยนการออกกำลังกาย</p>	<p>2. ให้ความรู้ หันมาดูแลสุขภาพตัวเอง ปรับพฤติกรรม แต่ละบุคคลในการดูแลตัวเอง</p> <p>3. ส่งเสริมกิจกรรมออกกำลังกาย ให้ต่อเนื่อง</p> <p>4.อบรมให้ความรู้การปรุงอาหาร สุขภาพอาหารแก่ผู้ประกอบการร้านค้า ร้านอาหาร</p> <p>5. โครงการอาหารปลอดภัย สอนเด็กในศูนย์เด็กเล็ก สอนผู้ปกครอง แนะนำให้ขยายไปยังโรงเรียนในพื้นที่</p> <p>6. โครงการพระราชดำริ ทุกหมู่บ้าน เพิ่มเนื้อหาเรื่องการรับประทานอาหารในโครงการเด็กปฐมวัย และผู้สูงอายุ</p>	<p>4. ขับเคลื่อน อสม. ในการคัดกรองสุขภาพ</p> <p>5. คลินิกดีแพคDPACในทุกกลุ่มวัย</p> <p>6. คัดกรองเบาหวาน ความดันในกลุ่มอายุ 35 ปีขึ้นไป</p> <p>7. คัดกรอง ประเมินBMI เส้นรอบเอว ในกลุ่มวัยเรียน วัยทำงานในการที่จะนำมาปรับเปลี่ยน พฤติกรรมป้องกันโรคเรื้อรัง</p>	

ปัญหา/หัวข้อ	สร้างนโยบาย สาธารณะ	สร้างสิ่งแวดล้อมที่ เอื้อต่อสุขภาพ	เพิ่มความสามารถ ของชุมชน	ทักษะส่วนบุคคล	ระบบบริการ	แหล่งงบประมาณ
	<p>อาหารขมลดหวาน ปลอดน้ำอัดลม น้ำหวาน 10.มีป้าย ประชาสัมพันธ์ติด ประกาศตามตลาด นัดเรื่องการเลือกซื้อ อาหาร</p> <p>11.ศพด.อ่อนหวาน/ โรงเรียนอ่อนหวาน ลดเค็ม /ชุมชนลด เค็ม</p> <p>12.โรงเรียนจัด กิจกรรมออกกำลังกาย ทางกาย</p>		<p>กาย (ปฏิบัติทุกเดือนในวัน ประชุมหมู่บ้าน 5.สร้างแกนนำในการ ส่งเสริมการออกกำลังกาย เพื่อสร้างกระแสในการออก กำลังกาย เพื่อให้ประชาชน มาออกกำลังกาย</p> <p>6.บันทึกเทปเสียงเรื่อง สุขภาพเปิดตามหมู่บ้านโดย ใช้เสียงตามสายของหมู่บ้าน เป็นช่องทางการ ประชาสัมพันธ์</p> <p>7.ปลูกผักทานเอง</p>			

ปัญหา/หัวข้อ	สร้างนโยบาย สาธารณะ	สร้างสิ่งแวดล้อมที่ เอื้อต่อสุขภาพ	เพิ่มความสามารถ ของชุมชน	ทักษะส่วนบุคคล	ระบบบริการ	แหล่งงบประมาณ
อาหารปลอดภัย ปัญหา 1.พบสารพิษใน เกษตรกรผู้ใช้ สารเคมี/ ประชาชนทั่วไป 2.อาหารที่ จำหน่ายในตลาด ไม่ผ่านเกณฑ์ มาตรฐาน ปัญหา อาหาร หวาน มัน เค็ม 3.อาหารเสริม ต่างๆที่มา จำหน่ายใน หมู่บ้านทำให้เกิด ความเสี่ยงโรคไต 4.ความเคยชินใน การกินอาหาร กิน	1. มาตรการสังคมใน หมู่บ้านลดการใช้ สารเคมีกำจัดศัตรูพืช ในแหล่งชุมชน 2.ใช้มาตรการทาง ชุมชน ใช้ยาฆ่าหญ้า แบบอินทรีย์ 3.ตำบลมีศูนย์เรียนรู้ เกษตรอินทรีย์ 4.ทำป้ายรณรงค์ อาหารปลอดภัย 5.สร้างมาตรการใน ตลาดนัด(จัดตลาด นัดสีเขียว 6. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ เรื่องการทำอาหาร 7.ปลูกผักกินเอง ผัก สวนครัวรั้วกินได้ ใช้ สารชีวภาพในการ	1. รณรงค์ที่ตลาดนัด ทำป้ายประชาสัมพันธ์ การเลือกซื้ออาหาร อาหารสะอาด ปลอดภัย ลดหวาน มัน เค็ม 2.ใช้สมุนไพร7รส บริหารจัดการแมลง 3.โรงเรียนสอนให้เด็ก ปลูกผัก ผลไม้ ปรุง อาหารรับประทานเอง ในตอนกลางวัน 4.สร้างศูนย์เรียนรู้วิถี พอเพียง อาหาร ปลอดภัย เลี้ยงปลา อินทรีย์	1.ร่วมมือกับท้องถิ่นในการ รณรงค์ในตลาดนัดชุมชน 2.ให้ชุมชนปลูกผักเป็นไม้ ประดับ นำวัสดุที่เหลือใช้ใน ชุมชนมาทำเพิ่มเติม 3.แลกเปลี่ยนเรียนรู้อาหาร ปลอดภัยในชุมชน 4.จัดทำครัวเรือนต้นแบบใน การปลูกผักสวนครัวรั้วกินได้ 5.มีสถานที่จำหน่ายอาหาร ปลอดภัย แบ่งโซนขาย ในตลาดนัด	1. ให้ความรู้ประชาชนเรื่อง เลือกอาหารที่ปลอดภัย เริ่ม จากครอบครัว ส่งเสริมการ ปลูกผักกินเอง/ทำอาหารแบบ ลดหวาน มัน เค็ม ลดการใช้ เครื่องปรุงรส 2.ให้ประชาชนมีความรู้ การ กินอาหาร ตามการใช้พลังงาน ของร่างกาย 3.ให้ความรู้ประชาชน กลุ่มที่ ปกติ เพื่อให้มีความรู้ในด้าน ดูแลสุขภาพลดความเสี่ยง 4.รณรงค์ให้ประชาชนให้ ประกอบอาหารกินเอง 5.เกษตรตำบลสอนสาธิตการ ใช้สารอินทรีย์ ชีวภาพแทน การใช้สารเคมี 5.ให้ความรู้ประชาชน ทำไร่อ้อย/นาข้าวลดการใช้สารเคมี	1. สาธารณสุขคัดกรอง ความเสี่ยง รักษาคนที่ป่วย แล้ว 2.สาธารณสุขร่วมกับ ท้องถิ่นออกตรวจร้านค้า ตลาดในชุมชน	1.กองทุนตำบล 2.กองทุนหมู่บ้าน 3.สสส

ปัญหา/หัวข้อ	สร้างนโยบาย สาธารณะ	สร้างสิ่งแวดล้อมที่ เอื้อต่อสุขภาพ	เพิ่มความสามารถ ของชุมชน	ทักษะส่วนบุคคล	ระบบบริการ	แหล่งงบประมาณ
<p>ข้าวเหนียวผลไม้ สุก การกินอาหาร 5.สิ่งแวดล้อม การออกกำลังกาย สถานที่ อากาศ ฤดูกาล(ฝนตก) 6.อาหารตลาดนัด รถพุ่มพวง การ เข้าถึงอาหารขยะ ค่านิยมเด็กรุ่นใหม่ 7.อาหารตลาดนัด รถพุ่มพวง ไม่รู้ แหล่งที่มาของ อาหาร ความ เสี่ยง ต่อสุขภาพ 8.อาหารเสริม ต่างๆที่มา จำหน่ายใน</p>	<p>ปลูกข้าว ใช้ปุ๋ยเคมี แต่ไม่ฉีดยาฆ่าแมลง 8.รณรงค์การใช้ โฟมในร้านอาหาร รณรงค์การลดการใช้ ถุงพลาสติก</p>			<p>6..ให้ความรู้เรื่องการเลือก สินค้าบริโภค การล้างผักให้ สะอาด 7.ให้รางวัลในการ ปรับเปลี่ยน พฤติกรรม 8.ให้ความรู้เรื่องโภชนาการ อาหารในโรงเรียนแก่ครู ผู้ปกครองและนักเรียนโดยนัก โภชนาการ</p>		

ปัญหา/หัวข้อ	สร้างนโยบาย สาธารณะ	สร้างสิ่งแวดล้อมที่ เอื้อต่อสุขภาพ	เพิ่มความสามารถ ของชุมชน	ทักษะส่วนบุคคล	ระบบบริการ	แหล่งงบประมาณ
<p>หมู่บ้านทำให้เกิด ความเสี่ยงโรคไต</p> <p>ผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ทุกปี ทำให้เกิด โรคต่างๆ เช่น เบาหวาน สมอง เสื่อม สายตา -ความเคยชินใน การมีพฤติกรรม เดิมๆ ทานอาหาร รสหวาน มัน เค็ม -ขาดการออกกำลังกาย</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.จัดทำโรงเรียน ผู้สูงอายุทุกตำบล 2.สร้างชมรม กิจกรรมกลุ่ม เช่น จักรยาน ถักทอ กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน ออกเยี่ยมทุกสัปดาห์ 3.จัดชมรมออกกำลังกาย กายรักสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ 4.สร้างจิตอาสาดูแล ผู้สูงอายุ เช่น อสม น้อย ในนักเรียน 5.จัดกิจกรรมให้ ผู้สูงอายุพบกัน แลกเปลี่ยนกัน เดือน 	<ol style="list-style-type: none"> 1.ปรับปรุง สร้างที่อยู่ อาศัยให้เหมาะสมกับ วัยสูงอายุ โดยท้องถิ่น อำเภอ ภาครัฐเอกชน 2.จัดเวทีผู้สูงอายุ เพื่อให้ได้แสดง ความสามารถ สอดคล้องกับนโยบาย ไม่ล้ม ไม่ลืม ไม่ซึมเศร้า กินข้าวอร่อย 	<ol style="list-style-type: none"> 1.สร้างแกนนำ ชมรมสูงอายุ ในการทำอาชีพเสริมหา รายได้ และเข้าร่วมสังคม อบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุ ให้มี สุขภาพกายและจิตดี โดย ดูแลตนเองได้(เทศบาลทุ่ง ทรายจัดอบรมผู้สูงอายุ เกลือไอโอดีน ปรับเปลี่ยน พฤติกรรมที่พึงประสงค์ทุก กลุ่มวัย ในแต่ละหมู่ 2.ส่งเสริมให้ถ่ายทอดความรู้ ภูมิปัญญา ประสบการณ์ ให้กับคนรุ่นหลัง สร้างงานที่ เขายังทำได้เพื่อให้รู้สึกว่ ตนเองมีคุณค่า เพิ่มบทบาท ภาคส่วนอื่นๆ ในการเพิ่ม 	<ol style="list-style-type: none"> 1.อบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุร่วมกับ อสม. ให้มีสุขภาพกายและจิต ดี โดยดูแลตนเองได้ ผ่าน โรงเรียนผู้สูงอายุ 2.สร้างความรอบรู้ทางด้าน สุขภาพ กาย จิตใจ สังคม จิต วิญญาณ 	<ol style="list-style-type: none"> 1.อสม อสมค ออกคัดกรอง และประเมินการช่วยเหลือ ตนเองในชีวิตประจำวัน ของผู้สูงอายุ (ADL) ได้แก่ โรคซึมเศร้า สุขภาพช่อง ปาก ข้อเท้าเสื่อม แยก กลุ่มติดบ้าน ติดเตียง ติด สังคม เพื่อเข้าโครงการ ผู้สูงอายุต่อไป 2.คัดกรองพฤติกรรม สุขภาพที่พึงประสงค์ใน ผู้สูงอายุ โดยอสม เจ้าหน้าที่สาธารณสุข 	<ol style="list-style-type: none"> 1.หลักประกัน สุขภาพระดับพื้นที่/ อบต/หมู่บ้าน 2.พ.ม.จ. 3.สสส. 4.กองทุนชมรม ผู้สูงอายุวันละ1 บาท

ปัญหา/หัวข้อ	สร้างนโยบาย สาธารณะ	สร้างสิ่งแวดล้อมที่ เอื้อต่อสุขภาพ	เพิ่มความสามารถ ของชุมชน	ทักษะส่วนบุคคล	ระบบบริการ	แหล่งงบประมาณ
	<p>ละ 1 ครั้ง</p> <p>6.จัดตั้งกองทุนชมรม ผู้สูงอายุ</p> <p>7.กิจกรรมอำเภอเยี่ยม เคลื่อนที่ โดยมีการ ออกเยี่ยม ให้กำลังใจ ผู้สูงอายุ ตัดบ้าน ตัด เตียง และผู้ยากไร้ ร่วมกับท้องถิ่น สาธารณสุข และ อาสาสมัคร มอบของ ข้าวสารอาหารแห้ง อุปกรณ์ที่จำเป็น โดย กองทุน.....ที่ได้มา จากการวิ่งการกุศล ในอำเภอ</p> <p>8.มีการมอบหน้ากาก อนามัย โดยท้องถิ่น จัดสรร</p>		<p>โอกาส สร้างงาน สร้าง อาชีพ หรือสร้างนวัตกรรม ใหม่ๆ</p> <p>3.มีการส่งเสริมอาชีพ เพื่อ เพิ่มความสามารถและความ ภูมิใจในตนเอง ได้แก่ การ ทำลูกประคบ ยาหม่อง จำหน่าย</p> <p>4.มีกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน คอยเตือนซึ่งกันและกันใน การดูแลสุขภาพ เพิ่มความ จรรโลงใจในชีวิตประจำวัน</p> <p>5.ตั้งวงดนตรี ที่ชื่อว่า “ตันตรา” เพื่อให้ผู้สูงอายุมี กิจกรรมร่วมกันและเพิ่ม รายได้เข้าสู่ชมรม</p>			

ปัญหา/หัวข้อ	สร้างนโยบาย สาธารณะ	สร้างสิ่งแวดล้อมที่ เอื้อต่อสุขภาพ	เพิ่มความสามารถ ของชุมชน	ทักษะส่วนบุคคล	ระบบบริการ	แหล่งงบประมาณ
	9.ทุกบ้านจะมี care giver, care manager เพื่อดูแล ผู้สูงอายุประจำบ้าน					