

### 3.3 การจัดกิจกรรมสุขศึกษากลุ่มป่วย

แผนการจัดกิจกรรมสุขศึกษา ผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมคลินิกเบาหวานระยะสงบการคัดเลือกผู้เข้าร่วมคลินิก เกณฑ์คัดเข้า

1. ความสนใจของผู้เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับดุลยพินิจ
2. ผู้เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 อายุ 18 ปีขึ้นไป ได้รับการวินิจฉัยไม่เกิน 6 ปีในกรณีไม่เกิน 6 ปีขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของแพทย์ผู้ดูแลรักษาผู้เป็นเบาหวาน

#### เกณฑ์คัดออก

1. ผู้เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีโรคร่วมรุนแรงและมีภาวะทางการแพทย์ที่ไม่เหมาะสมต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มงวด เช่น โรคไตเรื้อรัง โรคหัวใจล้มเหลวรุนแรง โรคหัวใจขาดเลือดใน 6 เดือน โรคหลอดเลือดสมอง หรืออาการไม่คงที่
2. ผู้เป็นเบาหวานชนิดที่ 1
3. ผู้เป็นเบาหวานในเด็กและวัยรุ่นที่อายุน้อยกว่า 18 ปี
4. ผู้เป็นเบาหวานที่ตั้งครรภ์

#### กิจกรรม

1. สร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วยที่มารับบริการ
2. ชี้แจงรายละเอียดการทำ กิจกรรมของคลินิกเบาหวานระยะสงบ
3. ประเมินความรู้ความเข้าใจ ทักษะในการดูแลสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเป็นรายบุคคล
4. คำนึงข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย
5. ใหญ่ศึกษากับผู้ป่วยและญาติ สร้างความเข้าใจเพิ่มทักษะในการดูแลตนเองตามปัญหาของรายบุคคล
6. เสริมสร้างกำลังใจ ชักชวนสร้างแรงจูงใจ พร้อมทั้งตั้งเป้าหมายร่วมกันกับผู้ป่วย
7. แจ้งติดตามการนัดหมาย โดยการเจาะน้ำตาลปลายนิ้วที่อนามัยใกล้บ้าน หรือ อสม. ใกล้บ้าน เพื่อลดปัญหาด้านการเดินทางของผู้ป่วย และส่งข้อมูลผลน้ำตาลในเลือด ในการดำเนินการต่อตามแผนการรักษาว่าผู้ป่วยรายนี้สามารถหยุด ยาลดยา ต่อได้หรือไม่ และโทร ติดตามอาการของผู้ป่วยทบทวนความรู้ในการปรับพฤติกรรมสุขภาพพร้อมทั้งรับฟังปัญหาที่เกิดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมสุขภาพ และวางแผนกิจกรรมกันกับผู้ป่วย
8. คำนึงข้อมูลผลตรวจสุขภาพให้กับผู้ป่วยทราบ เปิดโอกาสให้ซักถามสงสัยและวางแผนร่วมกันในการปรับพฤติกรรมสุขภาพให้ยั่งยืน
9. ทำการนัดติดตามผลการรักษาต่อเนื่อง
10. ประเมินความพึงพอใจ

ภาพการจัดกิจกรรม

