

โครงการพัฒนาระบบสุขภาพ สาขาโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (DM-HT) อ.แม่พริก ✓

ประเภทโครงการ ยุทธศาสตร์ที่.....1..... ☒ Agenda Based Area Based Functional Based

1. ตัวชี้วัดหลักและค่าเป้าหมายความสำเร็จของโครงการ

1. อัตราผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่จากกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ≤ 1.75
2. กลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูงได้รับการวัดความดันโลหิตที่บ้าน ≥ 40
3. ประชาชนอายุ 35 ขึ้นไปได้รับการคัดกรองเบาหวาน ความดันโลหิตสูง $\geq$ ร้อยละ 90
4. มีการจัดตั้งศูนย์ "คนแม่พริกห่างไกลโรคNCDs" ครอบคลุมทุกพื้นที่ทั้ง 4 ตำบล
5. อสม.และเจ้าหน้าที่ คปสอ.แม่พริกสามารถนับคาร์บได้ ร้อยละ100

2. หลักการและเหตุผล

การมีสุขภาพที่ดีเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดความสุข และ ส่งเสริมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สุขภาพดี มีความหมาย คือ สภาวะแห่งความสุขสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และการดำรงชีวิต อยู่ในสังคมด้วยดี จากสภาวะปัจจุบันพบว่าประชาชนในสังคมส่วนใหญ่ประสบกับปัญหาทางด้านสุขภาพ อันเนื่องมาจากปัญหาทางด้านสังคม การเมือง เศรษฐกิจ โรคระบาด หรือพฤติกรรมการใช้ชีวิตส่วนตัว เช่นนิยมบริโภคอาหารจานเดียว อาหารฟาสต์ฟู้ด (Fast food) เป็นต้น ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมให้เกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ดังนั้นการปรับชีวิตสมดุลจึงเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมการดูแลสุขภาพ ที่เหมาะสมกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตไม่น้อยกว่า 36 ล้านคนทั่วโลกในแต่ละปี หรือคิดเป็นสัดส่วนร้อยละ 63 ของสาเหตุการตายทั้งหมด คาดประมาณความสูญเสียทางเศรษฐกิจในช่วง 15 ปีข้างหน้า ประมาณ 7 ล้านล้านดอลลาร์สหรัฐ สำหรับประเทศไทยมีผู้เสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังถึงร้อยละ 75 หรือประมาณ 320,000 คนต่อปี เฉลี่ยชั่วโมงละ 37 คน อันดับหนึ่ง คือโรคหลอดเลือดสมองคิดเป็นร้อยละ 4.59 หรือประมาณ 28,000 คน รองลงมาคือโรคหัวใจขาดเลือด โรคทางเดินหายใจอุดกั้นเรื้อรัง เบาหวาน และ ความดันโลหิตสูง ตามลำดับ

จากการสำรวจเฝ้าระวังพฤติกรรมของประชาชนทั่วไปและกลุ่มเสี่ยงต่อเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงของอำเภอแม่พริก ปี 2567 พบว่า มีการออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอและไม่ครบตามเวลา ส่วนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร พบว่า กินอาหารทั้งสำเร็จรูปหรือถนอมอาหาร เช่น ปลากระป๋อง ปลาเค็ม แหนม เต็มน้ำปลา/น้ำปลาพริก/ซอส เต็มเครื่องปรุงรส ชุปก้อน กาแฟเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ซึ่งพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆเหล่านี้เป็นพฤติกรรมที่ทำให้คนรับประทานอาหารหวาน มัน เค็มมากเกินไปจนทำให้เกิดการไม่ตระหนักถึงในเรื่องการดูแลสุขภาพ จึงทำให้พบผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้นและมีแนวโน้มการเสียชีวิตเพิ่มขึ้น ส่วนมากเป็นกลุ่มประชากรวัยทำงานส่งผลกระทบต่อภาระเงินเก็บโดยทางเศรษฐกิจ จากผลการคัดกรองประชากรประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไปทั้งหมด ในอำเภอแม่พริก 3 ปีย้อนหลังตั้งแต่ปี 2565-2567พบว่า มีประชากรกลุ่มเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงร้อยละ 5.15, ร้อยละ 4.03, ร้อยละ 11.39 ตามลำดับกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานร้อยละ 7.37, ร้อยละ 4.89, ร้อยละ 7.13 ตามลำดับ และพบผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ 5.15, ร้อยละ 4.03, ร้อยละ 11.39 ตามลำดับและพบผู้ป่วยความดันโลหิตสูงรายใหม่ ร้อยละ 11.44, ร้อยละ 10.45, ร้อยละ 8.13 ตามลำดับ ซึ่งผลการคัดกรองและการค้นพบผู้ป่วยใหม่ของประชากรดังกล่าวถือว่าเป็นปัญหาที่ควรได้รับการป้องกันและแก้ไขอย่างเร่งด่วน ซึ่งประชากรกลุ่มดังกล่าว ถ้าขาดความรู้และทักษะในการป้องกันโรคสามารถพัฒนามาเป็นผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงต่อไปได้ในอนาคต

เพื่อเป็นการป้องกันกลุ่มเสี่ยงไม่ให้เป็นกลุ่มป่วย ทาง คปสอ. แม่พริกจึงได้จัดทำ โครงการพัฒนาระบบสุขภาพ สาขาโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (DM-HT) อ.แม่พริก โดยนำกิจกรรมเน้นให้ความรู้ ความเข้าใจ สร้างความตระหนักรวมทั้ง จัดกิจกรรมเพื่อสร้างกระแสด้านการส่งเสริมสุขภาพ และการปฏิบัติที่ละเว้นปัจจัยเสี่ยง โดยเน้นการใช้หลัก 3 อ 2 ส และการดำเนินงานตามหลักการ HL ผ่านศูนย์แม่พริกห่างไกลโรค NCDs ที่จัดตั้งครอบคลุมทั้ง 4 ตำบลของอำเภอแม่พริกเพื่อก่อให้เกิดประชาชนกลุ่มเสี่ยงมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง มีสุขภาพดีทั้งครอบครัวและชุมชนต่อไป

3. วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยงมีความรู้และมีพฤติกรรมที่ถูกต้องในการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการป่วยเป็นโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงต่อไป
2. เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยงให้มีพฤติกรรมในการป้องกันโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงโดยเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารที่เหมาะสม
3. เพื่อลดอัตราป่วยด้วยโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง (ผู้ป่วยรายใหม่)

4. กลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรมที่ 1 การป้องกันและเฝ้าระวัง (ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงที่ได้จากการคัดกรองประจำปี)
กลุ่มเป้าหมาย

- | | | |
|--|-------------|-----------|
| - ประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไปที่เป็นกลุ่มเสี่ยงเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่พริก | จำนวน 60 คน | } 170 คน. |
| - ประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไปที่เป็นกลุ่มเสี่ยงเขตองค์เทศบาลตำบลพระบาทวังตวง | จำนวน 55 คน | |
| - ประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไปที่เป็นกลุ่มเสี่ยงเขตองค์เทศบาลตำบลแม่พริก | จำนวน 55 คน | |

5. วิธีดำเนินการ

กิจกรรมที่ 1 การป้องกันและเฝ้าระวัง (ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงที่ได้จากการคัดกรองประจำปี)
วันที่ 19 มีนาคม 2568 ณ ศาลาเอนกประสงค์บ้านร่มไม้ยาง อำเภอแม่พริก, วันที่ 20 เดือน มีนาคม 2568 ณ ศาลาเอนกประสงค์บ้านแม่ตั่ง ตำบลพระบาทวังตวง, วันที่ 26 เดือน มีนาคม 2568, ณ เทศบาลตำบลแม่พริก อำเภอแม่พริก

- บรรยายความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน และ โรคความดันโลหิตสูง
- กิจกรรมฝึกปฏิบัติ แนวทางการป้องกันและควบคุมโรคเบาหวาน และ โรคความดันโลหิตสูง
- การนับคาร์บ
- การสาธิตการวัดระดับน้ำตาลในเลือด
- การสาธิตการวัดความดันโลหิต
- การสาธิตอาหารเพื่อสุขภาพ
- การสาธิตการออกกำลังกาย
- แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์

วิธีการ/กิจกรรม :

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินงาน											
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
1. การป้องกันและเฝ้าระวัง (ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงที่ได้จากการคัดกรองประจำปี) เขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่พริก						19มี.ค.68 ↔						
2. การป้องกันและเฝ้าระวัง (ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงที่ได้จากการคัดกรองประจำปี) เขตองค์การบริหารส่วนตำบลพระบาทวังดวน						20มี.ค.68 ↔						
3. การป้องกันและเฝ้าระวัง (ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงที่ได้จากการคัดกรองประจำปี) เขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่พริก						26มี.ค.68 ↔						

↓

6. ระยะเวลาดำเนินงาน

ช่วงระยะเวลาดำเนินการ ตั้งแต่ เดือน มีนาคม 2568

7. ผู้รับผิดชอบ (หน่วยงานรับผิดชอบ)

หน่วยงานงานรับผิดชอบหลัก กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลแม่พริก
 หน่วยงานสนับสนุน คณะกรรมการ คปสอ.แม่พริก
 โทร 054-299324 ต่อ 127

8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

เชิงปริมาณ

1. อัตราผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่จากกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ≤ 1.75
2. กลุ่มเสี่ยงป่วยโรคความดันโลหิตสูงได้รับการวัดความดันโลหิตที่บ้าน ≥ 40
3. ประชาชนอายุ 35 ขึ้นไปได้รับการคัดกรองเบาหวาน ความดันโลหิตสูง $\geq$ ร้อยละ 90
4. มีการจัดตั้งศูนย์ "คนแม่พริกห่างไกลโรคNCDs" ครอบคลุมทุกพื้นที่ทั้ง 4 ตำบล
5. อสม.และเจ้าหน้าที่ คปสอ.แม่พริกสามารถนับคาร์บได้

เชิงคุณภาพ

1. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงมีความรู้และมีพฤติกรรมที่ถูกต้องในการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการป่วยเป็นโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง
2. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงให้มีพฤติกรรมในการป้องกันโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงโดยเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารที่เหมาะสม
3. ลดอัตราป่วยด้วยโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง (ผู้ป่วยรายใหม่)

9. งบประมาณ

เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารตำบลแม่พริก จำนวน 16,360 บาท
 (หนึ่งหมื่นหกพันสามร้อยหกสิบบาทถ้วน) เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในโครงการ โดยมีรายละเอียด ดังนี้
 กิจกรรมที่ 1 การป้องกันและเฝ้าระวัง

จัดอบรมกลุ่มเป้าหมาย กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง จำนวน 60 คน

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 60 คน มื้อละ 50 บาท $\times$ 2 วัน/ เป็นเงิน 6,000 บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 60 คน มื้อละ 25 บาท 2 มื้อ $\times$ 2 วัน/ เป็นเงิน 6,000 บาท
- ค่าสมนาคุณวิทยากร วันละ 6 ชั่วโมงละ 300 บาท $\times$ 2 วัน/ เป็นเงิน 3,600 บาท
- ค่าป้ายไวนิลโครงการ ขนาด 1X3 เมตรละ บาท $\times$ 1 ป้าย เป็นเงิน 360 บาท
- ค่าจัดทำสรุปเล่มรายงาน 2 เล่ม $\times$ 200 บาท/ เป็นเงิน 400 บาท

รวมเป็นเงิน 16,360 บาท

รวมงบประมาณทั้งสิ้น 16,360 บาท (หนึ่งหมื่นหกพันสามร้อยหกสิบบาทถ้วน)

เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลพระบาทวังตวง จำนวน 12,100 บาท
 (หนึ่งหมื่นสองพันหนึ่งสิบบาทถ้วน) เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในโครงการ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 การป้องกันและเฝ้าระวัง

จัดอบรมกลุ่มเป้าหมาย กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง จำนวน 55 คน

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 55 คน มื้อละ 50 บาท $\times$ 2 วัน/ เป็นเงิน 5,500 บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 55 คน มื้อละ 30 บาท 2 มื้อ $\times$ 2 วัน/ เป็นเงิน 6,600 บาท

รวมเป็นเงิน 12,100 บาท

รวมงบประมาณทั้งสิ้น 12,100 บาท (หนึ่งหมื่นสองพันหนึ่งสิบบาทถ้วน)

เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลแม่พริก จำนวน 11,000 บาท (หนึ่งหมื่นหนึ่งพันบาทถ้วน) เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในโครงการ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 การป้องกันและเฝ้าระวัง

จัดอบรมกลุ่มเป้าหมาย กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง จำนวน 55 คน

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 55 คน มื้อละ 50 บาท x 2 วัน เป็นเงิน 5,500 บาท

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 55 คน มื้อละ 25 บาท x 2 วัน เป็นเงิน 5,500 บาท

รวมเป็นเงิน 11,000 บาท

รวมงบประมาณทั้งสิ้น 11,000 บาท (หนึ่งหมื่นหนึ่งพันบาทถ้วน)

หมายเหตุ งบประมาณแต่ละรายการสามารถถัวเฉลี่ยใช้แทนกันได้

รวมงบประมาณทั้งสิ้น 39,460 บาท (สามหมื่นเก้าพันสี่ร้อยหกสิบบาทถ้วน)

10. ผู้เสนอโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ
(นางสาววิภาสรี อธิวงศา)
ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวสุกัญชา อุปาละ)
ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข

11. ผู้เห็นชอบโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายประยูร จันทร์ศักดิ์)
สาธารณสุขอำเภอแม่พริก

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายรัชชัย ปินเครือ)
ทันตแพทย์เชี่ยวชาญ(ด้านทันตสาธารณสุข) รักษาการในตำแหน่ง

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลแม่พริก

12. ผู้อนุมัติโครงการ:

ลงชื่อ.....
(นายสุวรรณ เพ็ชรรุ่ง)
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดลำปาง

ผ่านการตรวจสอบจากกลุ่มงานสาธารณสุขมูลฐานและระบบสุขภาพปฐมภูมิ

(นายประยุทธ์ ศรีกระจำง)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ

ผ่านความเห็นชอบจากผู้บริหารเทศบาลตำบลแม่พริก

จึงอนุมัติให้ดำเนินการ

ที่.....

พยานวิชาชีพชำนาญการ

ผ่านการตรวจสอบจากผู้รับผิดชอบบริหารแผนอำเภอแล้ว

ลงชื่อ.....

(นางสาวเสาวนีย์ แก้วบัวงค์)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

รายละเอียดการประชุม/อบรม
โครงการพัฒนาระบบบริการการแพทย์แผนไทย อำเภอแม่พริก

กลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรมที่ 1

- ประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไปที่เป็นกลุ่มเสี่ยงเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่พริก
- ประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไปที่เป็นกลุ่มเสี่ยงเขตองค์เทศบาลตำบลพระบาทวังตวง
- ประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไปที่เป็นกลุ่มเสี่ยงเขตองค์เทศบาลตำบลแม่พริก

จำนวนผู้เข้าอบรม

กิจกรรมที่ 1

- จำนวน 60 คน (องค์การบริหารตำบลแม่พริก)
- จำนวน 55 คน (เทศบาลตำบลพระบาทวังตวง)
- จำนวน 55 คน (เทศบาลตำบลแม่พริก)

ระยะเวลาดำเนินการ

กิจกรรมที่ 1

- วันที่ 19 เดือน มีนาคม 2568 (องค์การบริหารตำบลแม่พริก)
- วันที่ 20 เดือน มีนาคม 2568 (เทศบาลตำบลพระบาทวังตวง)
- วันที่ 26 เดือน มีนาคม 2568 (เทศบาลตำบลแม่พริก)

งบประมาณ 39,460 บาท (สามหมื่นเก้าพันสี่ร้อยหกสิบบาทถ้วน)

รายละเอียด

กิจกรรมที่1 (องค์การบริหารตำบลแม่พริก)

กิจกรรมที่2 (เทศบาลตำบลพระบาทวังตวง)

กิจกรรมที่ 3 (เทศบาลตำบลแม่พริก)

1. ค่าตอบแทน

- ค่าตอบแทนวิทยากร 3,600 บาท

2. ค่าใช้สอย

- ค่าอาหารกลางวัน,ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 35,100 บาท

3. ค่าวัสดุ

- ค่าป้ายไวนิลโครงการ, ค่าจัดทำสรุปเล่มรายงาน 760 บาท

หัวข้อวิชา/หลักสูตร

1. ให้ความรู้เรื่องโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง DM, HT, Stroke, MI /การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
2. การสาธิตวิธีการตรวจวัดสัญญาณชีพผู้ป่วยและแผนการดูแลผู้ป่วย การวัดความดันโลหิต การเจาะน้ำตาลปลายนิ้ว
3. การฝึกปฏิบัติวิธีการตรวจวัดสัญญาณชีพผู้ป่วยและแผนการดูแลผู้ป่วย การวัดความดันโลหิต การเจาะน้ำตาลปลายนิ้ว

→

กำหนดการประชุม/อบรม
โครงการพัฒนาศักยภาพคนไทยในกลุ่มวัยทำงานอำเภอแม่พริก

สถานที่ : ศาลาเอนกประสงค์บ้านร่มไม้ยาง ตำบลแม่พริก อำเภอแม่พริก จังหวัดลำปาง

กิจกรรมการประชุม / อบรม : กิจกรรมที่ 1 ครั้งที่ 1 อบรมส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ โรคเบาหวาน และ โรคความดันโลหิตสูง ให้แก่ประชากรกลุ่มเสี่ยง วันที่ 19 เดือนมีนาคม พ.ศ.2568	
เวลา	กำหนดการ
08.00 – 9.00 น.	ลงทะเบียน,ตรวจประเมินภาวะสุขภาพเบื้องต้น BP,FBS,รอบเอว,BMI
09.00 – 10.30 น.	ชี้แจงวัตถุประสงค์ของโครงการ/พิธีเปิดโครงการ
10.30 – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 – 12.00 น.	ให้ความรู้เรื่องโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง DM,HT ,Stroke,MI /การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.30 น.	สาธิตวิธีการตรวจวัดสัญญาณชีพเบื้องต้นและการแปลผลเช่น การวัดความดันโลหิต การเจาะน้ำตาลปลายนิ้ว
14.30 – 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.15 – 16.30 น.	เข้ากลุ่มฝึกหัดการตรวจวัดสัญญาณชีพเบื้องต้น และการสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้

กำหนดการประชุม/อบรม
โครงการพัฒนาศักยภาพคนไทยในกลุ่มวัยทำงานอำเภอแม่พริก

สถานที่ : ห้องประชุมเทศบาลตำบลแม่พริก ตำบลแม่พริก อำเภอแม่พริก จังหวัดลำปาง

กิจกรรมการประชุม / อบรม : กิจกรรมที่ 1 ครั้งที่ 2 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ผลการดำเนินงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง/การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง วันที่ 20 เดือนมีนาคม พ.ศ.2568	
เวลา	กำหนดการ
08.00 – 9.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.30 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเด็นการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
10.30 – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 – 12.00 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเด็นการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.30 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเด็นการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
14.30 – 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.15 – 16.30 น.	สรุปประเด็นที่ได้จากการเรียนรู้

กำหนดการประชุม/อบรม
โครงการพัฒนาศักยภาพคนไทยในกลุ่มวัยทำงานอำเภอแม่พริก

สถานที่ : ศาลาเอนกประสงค์บ้านแม่ตั่ง ตำบลพระบาทวังตวง อำเภอแม่พริก จังหวัดลำปาง

กิจกรรมการประชุม / อบรม : กิจกรรมที่ 2 ครั้งที่ 1 อบรมส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ โรคเบาหวาน และ โรคความดันโลหิตสูง ให้แก่ประชากรกลุ่มเสี่ยง วันที่ 26 เดือนมีนาคม พ.ศ.2568	
เวลา	กำหนดการ
08.00 – 9.00 น.	ลงทะเบียน,ตรวจประเมินภาวะสุขภาพเบื้องต้น BP,FBS,รอบเอว,BMI
09.00 – 10.30 น.	ชี้แจงวัตถุประสงค์ของโครงการ/พิธีเปิดโครงการ
10.30 – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 – 12.00 น.	ให้ความรู้เรื่องโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง DM,HT ,Stroke,MI /การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.30 น.	สาธิตวิธีการตรวจวัดสัญญาณชีพเบื้องต้นและการแปลผลเช่น การวัดความดันโลหิต การเจาะน้ำตาลปลายนิ้ว
14.30 – 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.45 – 16.30 น.	เข้ากลุ่มฝึกหัดการตรวจวัดสัญญาณชีพเบื้องต้น และการสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้

กำหนดการประชุม/อบรม
โครงการพัฒนาศักยภาพคนไทยในกลุ่มวัยทำงานอำเภอแม่พริก

สถานที่ : ศาลาเอนกประสงค์บ้านแม่ต๊ำ ตำบลพระบาทวังตวง อำเภอแม่พริก จังหวัดลำปาง

กิจกรรมการประชุม / อบรม : กิจกรรมที่ 2 ครั้งที่ 2 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ผลการดำเนินงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง/การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง วันที่ 21 เดือน พฤษภาคม พ.ศ.2568	
เวลา	กำหนดการ
08.00 – 9.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.30 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเด็นการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
10.30 – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 – 12.00 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเด็นการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.30 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเด็นการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
14.30 – 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.15 – 16.30 น.	สรุปประเด็นที่ได้จากการเรียนรู้

กำหนดการประชุม/อบรม
โครงการพัฒนาศักยภาพคนไทยในกลุ่มวัยทำงานอำเภอแม่พริก

สถานที่ : ห้องประชุมเทศบาลตำบลแม่พริก ตำบลแม่พริก อำเภอแม่พริก จังหวัดลำปาง

กิจกรรมการประชุม / อบรม : กิจกรรมที่ 3 ครั้งที่ 1 อบรมส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ โรคเบาหวาน และ โรคความดันโลหิตสูง ให้แก่ประชากรกลุ่มเสี่ยง วันที่ 22 เดือน พฤษภาคม พ.ศ.2568	
เวลา	กำหนดการ
08.00 – 9.00 น.	ลงทะเบียน,ตรวจประเมินภาวะสุขภาพเบื้องต้น BP,FBS,รอบเอว,BMI
09.00 – 10.30 น.	ชี้แจงวัตถุประสงค์ของโครงการ/พิธีเปิดโครงการ
10.30 – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 – 12.00 น.	ให้ความรู้เรื่องโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง DM,HT ,Stroke,MI /การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.30 น.	สาธิตวิธีการตรวจวัดสัญญาณชีพเบื้องต้นและการแปลผลเช่น การวัดความดันโลหิต การเจาะน้ำตาลปลายนิ้ว
14.30 – 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.15 – 16.30 น.	เข้ากลุ่มฝึกหัดการตรวจวัดสัญญาณชีพเบื้องต้น และการสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้

กำหนดการประชุม/อบรม
โครงการพัฒนาศักยภาพคนไทยในกลุ่มวัยทำงานอำเภอแม่พริก

สถานที่ : ห้องประชุมเทศบาลตำบลแม่พริก ตำบลแม่พริก อำเภอแม่พริก จังหวัดลำปาง

กิจกรรมการประชุม / อบรม : กิจกรรมที่ 3 ครั้งที่ 2 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ผลการดำเนินงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง/การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง วันที่ 28 เดือน พฤษภาคม พ.ศ.2568	
เวลา	กำหนดการ
08.00 – 9.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.30 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเด็นการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
10.30 – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 – 12.00 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเด็นการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.30 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเด็นการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
14.30 – 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.15 – 16.30 น.	สรุปประเด็นที่ได้จากการเรียนรู้

→