

## ความต้องการแบบนี้ยังมีในชุมชนของเรา

### CQI ประเภท การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค

#### แรงบันดาลใจและจุดเริ่มต้น

เนื่องด้วยดิฉันเองอยู่ในอาชีพพยาบาล มีความรักสุขภาพ ชอบการออกกำลังกาย อยากให้คนที่เรารัก และใกล้ชิดเรา เช่น บิดา มารดา สามี บุตร เพื่อน และคนที่เรารู้จัก เป็นคนที่มีสุขภาพแข็งแรงและอยาก ให้เขาเหล่านั้นใส่ใจดูแลสุขภาพก่อนที่จะเกิดการเจ็บป่วย คำที่ดิฉันชอบพูดอยู่เสมอ คือ **“ รอยน้ที่เรารับ ใช้งานทุกวันก็ยังมีเวลาตรวจเช็คสภาพเครื่องยนต์ ส่วนเราเป็นคนใช้แรงงานทุกวันก็น่าจะเช็คสุขภาพบ้าง ”** และอีกจุดหนึ่งในส่วนลึกของความรู้สึก คือ อยากหยิบยื่นสิ่งที่ดีๆ ให้คนอื่นบ้าง เป็นการเริ่มที่ตัวเราซึ่ง อยู่ในฐานะผู้ประกอบการอาชีพนี้สามารถทำได้ เพื่อให้คนที่เดินเข้ามาหาเราได้มีโอกาสดูแลสุขภาพของตนเอง บ้าง ถึงแม้ไม่ได้ตรวจสุขภาพอย่างน้อยก็ได้คำแนะนำเกี่ยวกับสุขภาพที่เรามอบให้

#### ความสำคัญของการตรวจสุขภาพประจำปี

ศูนย์สุขภาพชุมชนห้วยเหนือ เป็นหน่วยบริการปฐมภูมิ นโยบายในการส่งเสริมสุขภาพและการ ป้องกันโรคของประชาชนในพื้นที่ จึงถือว่ามีความสำคัญและองค์กรต้องมีการมุ่งเน้นพัฒนาในส่วนดังกล่าว การตรวจสุขภาพประจำปี เป็นส่วนหนึ่งในการดูแลสุขภาพของตนเอง เพราะสุขภาพเป็นเรื่องที่ต้องดูแลเอา ใจใส่อย่างสม่ำเสมอ การตรวจสุขภาพประจำปี จึงเป็นสิ่งจำเป็น ยิ่งอายุมากขึ้นยิ่งต้องเอาใจใส่สุขภาพเป็น พิเศษ ถ้าผลการตรวจสุขภาพพบความผิดปกติเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ควรหมั่นดูแลตัวเอง ทั้งเรื่องอาหาร การทำงาน พักผ่อน นอนหลับ ตลอดจนการออกกำลังกาย

#### วัตถุประสงค์

๑. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพตนเอง
๒. เพื่อเพิ่มศักยภาพ การให้บริการของหน่วยงาน
๓. เป็นการเพิ่มช่องทางการให้บริการ เพื่อให้ผู้รับบริการในพื้นที่เข้าถึงบริการได้มากยิ่งขึ้น
๔. เป็นการคัดกรองผู้รับบริการ เพื่อค้นหาผู้ที่มีภาวะเสี่ยงเข้าสู่ระบบการให้บริการของหน่วยงาน

#### เป้าหมาย

๑. กลุ่มประชาชนในเขต - นอกเขต รับผิดชอบ
๒. กลุ่มประชาชนที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรค เช่น มีกรรมพันธุ์ อ้วน มีอาการผิดปกติ
๓. กลุ่มบุคคลที่มีความสนใจและมีความพร้อมต้องการตรวจ

## กิจกรรมการตรวจสอบสุขภาพประจำปี ประกอบด้วย

๑. การซักประวัติทั่วไป เกี่ยวกับโรคติดต่อ โรคกรรมพันธุ์ และพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ในการดำรงชีวิตประจำวัน
๒. การชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว วัดความดันโลหิต คำนวณค่า BMI
๓. ตรวจหมู่เลือด
๔. การตรวจทางห้องปฏิบัติการ ประกอบด้วย
  - ตรวจการทำงานของเม็ดเลือด (CBC)
  - ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดเพื่อค้นหาการเป็นเบาหวาน (FBS)
  - ตรวจระดับกรดยูริกในเลือดเพื่อค้นหาโรคเกาต์ (Uric)
  - ตรวจการทำงานของไต (BUN , Cr.)
  - ตรวจการทำงานของตับ (AST , ALT)
  - ตรวจระดับไขมัน โคเลสเตอรอลและไขมันไตรกลีเซอไรด์ (TG , CHO , LDL , HDL)

## ผู้รับบริการและแหล่งที่มาของผู้รับบริการ

โดยการเริ่มต้นที่กระบวนการพูดคุย ให้คำแนะนำ ประชาสัมพันธ์และเชิญชวนแบบรายบุคคล รายกลุ่มขึ้นอยู่กับโอกาสและสภาพแวดล้อม จากกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

๑. จากการเยี่ยมบ้าน
๒. จากการพบปะในชุมชน ทั้งในเวลาทำงานและนอกเวลาทำงาน
๓. จากการประสานงานองค์กรต่าง ๆ
๔. จากการที่ผู้รับบริการที่มารับการตรวจสอบสุขภาพและมีการบอกต่อกัน
๕. กรณีผู้รับบริการมาติดต่อเองที่หน่วยงาน

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. แจ้งผู้บังคับบัญชาทราบ ถึงวัตถุประสงค์ในการดำเนินงาน
๒. แจ้งบุคลากรในหน่วยงานให้รับทราบ กระบวนการและขั้นตอนในการให้บริการ
๓. ติดป้ายประชาสัมพันธ์ ภายในบริเวณที่ให้บริการในหน่วยงาน
๔. การรับบริการเป็นการนัดล่วงหน้า เพื่อเตรียมความพร้อมในการให้บริการ
๕. เมื่อผู้รับบริการ มีความประสงค์และต้องการตรวจสอบสุขภาพประจำปี มีการเขียนใบนัดพร้อมแนะนำการเตรียมตัวเพื่อรับการตรวจสุขภาพ
๖. กรณีป้องกันข้อผิดพลาด หรืออาจมีการเลื่อนนัดผู้รับบริการ ต้องมีการขอเบอร์โทรศัพท์เพื่อใช้ในการติดต่อผู้รับบริการ
๗. เวลาที่นัดผู้รับบริการ คือ ระหว่าง ๐๘.๓๐ – ๐๕.๐๐ น.

๘. เวลาพึงผล จะเป็นวันที่ผู้รับบริการและผู้รับผิดชอบการตรวจสุขภาพมีความพร้อม ถ้าพบมีความผิดปกติจะโทรศัพท์แจ้งเพื่อให้ผู้รับบริการมาพบแพทย์
๙. กรณีผลการตรวจปกติให้คำแนะนำ พร้อมทั้งมอบสมุดบันทึกและผลการตรวจเลือดให้ผู้รับบริการทุกคน
๑๐. บางกรณีแจ้งผลการตรวจทางโทรศัพท์ เพื่อความสะดวกและเป็นการเข้าถึงบริการได้มากยิ่งขึ้น
๑๑. กรณีมีความผิดปกติส่งพบแพทย์
๑๒. กรณีมีภาวะเสี่ยงให้คำแนะนำการเฝ้าระวัง และนัดตรวจประเมินผล ต่อไป

### สรุปผลการดำเนินงาน ในรอบ ๒ ปี ๑ เดือน (ระหว่าง ธันวาคม ๒๕๕๐ – ธันวาคม ๒๕๕๒ )

เริ่มดำเนินงาน ๑๓ ธันวาคม ๒๕๕๐

เดือน	ผู้รับบริการ (คน)	ผลการตรวจ		ส่งพบ แพทย์	นัด F/U	ค่าบริการ ( บาท )				นอก เขต
		ปกติ	ผิดปกติ			จ่ายตรง	ราย	ชำระเงิน	ราย	
ธ.ค. ๕๐	๓	๕	๒	๑	๑	๓,๖๔๐	๔	๑,๖๘๐	๓	๑
รวม	๓	๕	๒	๑	๑	๓,๖๔๐	๔	๑,๖๘๐	๓	๑

### ผลการดำเนินงานประจำปี ๒๕๕๑

เดือน	ผู้รับบริการ (คน)	ผลการตรวจ		ส่งพบ แพทย์	นัด F/U	ค่าบริการ ( บาท )				นอก เขต
		ปกติ	ผิดปกติ			จ่ายตรง	ราย	ชำระเงิน	ราย	
ม.ค. ๕๑	๒๑	๑๘	๓	๑	๒	๓,๖๔๐	๔	๕,๕๒๐	๑๓	๒
ก.พ. ๕๑	๒๑	๑๔	๗	๒	๕	๖,๕๐๐	๑๒	๕,๐๔๐	๕	๒
มี.ค. ๕๑	๑๕	๑๑	๔	-	๘	๕,๐๔๐	๕	๕,๖๐๐	๑๐	๓
เม.ย. ๕๑	๕	๕	-	-	-	๕๖๐	๑	๒,๘๒๐	๔	-
พ.ค. ๕๑	๑	๑	-	-	-	-	-	๕๖๐	๑	-
มิ.ย. ๕๑	๓	๒	๑	-	๑	๖๑๐	๑	๑,๑๒๐	๒	-
ก.ค. ๕๑	๘	๕	๓	-	๓	๓,๓๖๐	๖	๑,๑๒๐	๒	-
ส.ค. ๕๑	๕	๔	๑	-	๑	๕๖๐	๑	๒,๒๔๐	๔	๒
ก.ย. ๕๑	๖	๕	๑	๑	-	๓๐๐	๑	๔,๒๕๐	๕	๑
ต.ค. ๕๑	๓	๑	๒	๑	๑	-	๑	๒,๕๕๐	๓	-
พ.ย. ๕๑	๒	๒	-	-	-	-	-	๑,๓๐๐	๒	๑
ธ.ค. ๕๑	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
รวม	๕๔	๖๘	๒๖	๕	๒๑	๒๑,๓๓๐	๓๖	๓๖,๕๒๐	๕๕	๑๑

## ผลการดำเนินงานประจำปี ๒๕๕๒

เดือน	ผู้รับบริการ (คน)	ผลการตรวจ		ส่งพบ แพทย์	นัด F/U	ค่าบริการ ( บาท )				นอก เขต
		ปกติ	ผิดปกติ			จ่ายตรง	ราย	ชำระเงิน	ราย	
ม.ค. ๕๒	๓	๒	๑	๑	-	-	-	๒,๕๕๐	๓	-
ก.พ. ๕๒	๔	๓	๑	-	๑	-	๑	๒,๕๕๐	๔	-
มี.ค. ๕๒	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เม.ย. ๕๒	๑	๑	-	-	-	-	-	๘๕๐	๑	๑
พ.ค. ๕๒	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มิ.ย. ๕๒	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ก.ค. ๕๒	๑	-	๑	-	๑	-	-	๘๕๐	๑	-
ธ.ค. ๕๒	๒	๑	๑	๑	-	-	๒	๑,๓๐๐	๒	๑
ก.ย. ๕๒	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ต.ค. ๕๒	๒	๒	-	-	-	-	-	๑,๔๑๐	๒	-
พ.ย. ๕๒	๒	๑	๑	๑	-	-	-	๑,๓๐๐	๒	๑
ธ.ค. ๕๒	๑	-	๑	-	๑	-	-	๘๕๐	๑	-
รวม	๑๖	๑๐	๖	๓	๓	-	๓	๑๒,๔๖๐	๑๖	๓

### บทเรียนเราได้อะไรบ้าง ? จากการศึกษาและการดำเนินกิจกรรม

๑. บุคคลที่เข้ามารับการตรวจสุขภาพประจำปี เป็นกลุ่มที่มีความพร้อม มีความต้องการ และจะมีคำบอกกล่าวที่บอกเราบ่อยครั้งว่า **“ไม่รู้จะไปตรวจที่ไหน ? และ ไม่รู้จะเตรียมตัวอย่างไร ? ”**
๒. ผู้รับบริการกลุ่มนี้ยังมีอีกมากในชุมชนของเรา
๓. การสร้างสัมพันธภาพที่ดี และการมีจิตใจในการให้บริการ เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้รับบริการเข้ามาใช้บริการกับหน่วยงานของเรา และในขณะเดียวกันก็มีความเต็มใจเป็นลูกค้าของหน่วยงานเราด้วย
๔. บรรยากาศการให้บริการ เป็นกันเอง ให้คำแนะนำและสอบถามข้อสงสัย ไม่เหมือนกรณีเจ็บป่วยที่ต้องมารับบริการตรวจรักษา
๕. พฤติกรรมเสี่ยงบางอย่าง ผู้รับบริการไม่เคยมารู้เลยว่ามีผลกระทบต่อสุขภาพของตนเอง
๖. ผู้รับบริการที่มีภาวะเสี่ยง ต้องรักษาและพบแพทย์ เป็นการคัดกรองผู้ป่วยเข้าสู่ระบบการดูแลรักษาอีกช่องทางหนึ่งของหน่วยงาน
๗. เป็นการพัฒนาศักยภาพบุคลากรของหน่วยงาน ให้มีความพร้อม ในด้านความรู้ วิชาการใหม่ ๆ เนื่องจากผู้รับบริการกลุ่มนี้ จะมีข้อสงสัยที่จะสอบถามเราตลอดเวลา และมีหลากหลายคำถามที่เราต้องไปศึกษาและประสานงานกับแพทย์ เพื่อให้ผู้รับบริการสามารถนำไปปฏิบัติได้ ด้วยความมั่นใจ

๘. เป็นการส่งเสริมกิจกรรม การให้บริการที่มีความใส่ใจในการดูแลสุขภาพของประชาชน ในกลุ่มที่ยังไม่มีการเจ็บป่วย
๙. การเพิ่มบริการบางอย่างในหน่วยงาน สามารถปฏิบัติได้เลยในระบบงาน เพราะองค์กรมีทรัพยากร และมีแหล่งผลิตที่มีความพร้อม
๑๐. เป็นการลดค่าใช้จ่ายของผู้รับบริการ เช่น ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
๑๑. เป็นบริการที่ผู้รับบริการมีความพึงพอใจ
๑๒. เป็นบริการที่สามารถสร้างรายได้ให้องค์กร

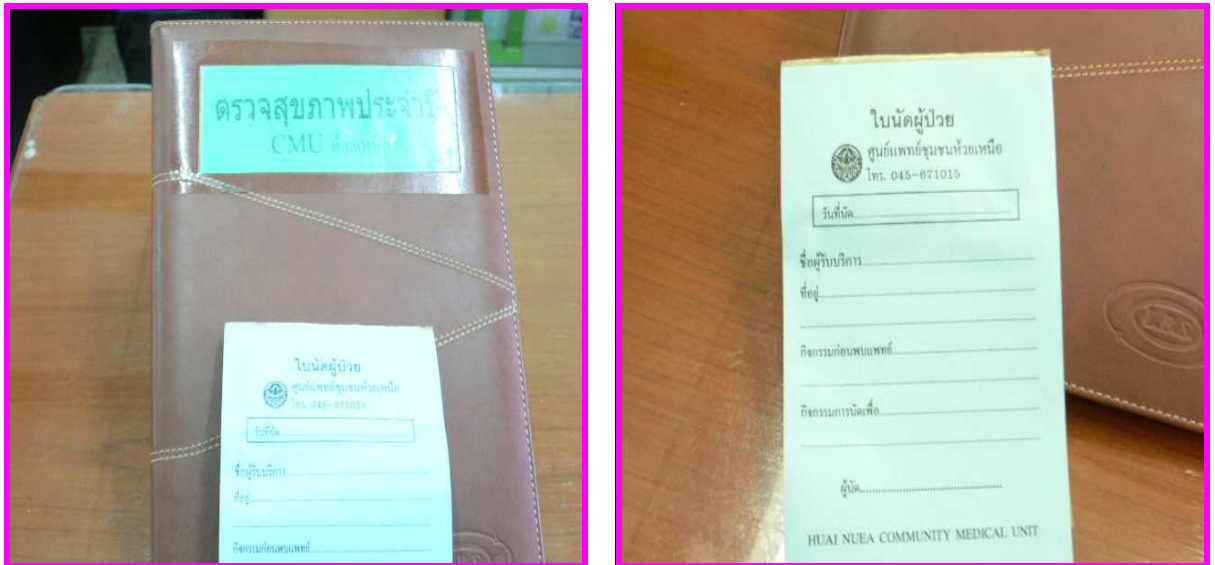
**สรุปผลงาน หน่วยงานเราได้อะไรบ้าง จากการดำเนินกิจกรรม ในรอบ ๒ ปี ๑ เดือน  
( ระหว่าง ธันวาคม ๒๕๕๐ – ธันวาคม ๒๕๕๒ )**

ลำดับ	รายการ	ผลงาน
๑.	จำนวนผู้รับบริการตรวจสอบสุขภาพประจำปี ( ราย )	๑๑๗
๒.	จำนวนผู้รับบริการนอกเขตตำบลห้วยเหนือ ( ราย )	๑๕
๓.	จำนวนผู้รับบริการที่มีผลการตรวจสุขภาพปกติ ( ราย )	๘๓
๔.	จำนวนผู้รับบริการที่มีผลการตรวจสุขภาพผิดปกติ ( ราย )	๓๔
๕.	จำนวนผู้รับบริการที่มีผลการตรวจสุขภาพผิดปกติและส่งพบแพทย์ ( ราย )	๕
๖.	จำนวนผู้รับบริการที่มีผลการตรวจสุขภาพผิดปกติและนัด F/U ( ราย )	๒๕
๗.	จำนวนผู้รับบริการที่เข้าสู่ระบบการรักษาของหน่วยงาน ( ราย )	๑๕
๘.	จำนวนผู้รับบริการที่ใช้สิทธิ์เบิกได้ ( ราย )	๔๓
๙.	จำนวนเงินที่ได้จากการใช้สิทธิ์เบิกได้ ( บาท )	๒๕,๐๑๐
๑๐.	จำนวนผู้รับบริการที่ใช้สิทธิ์ชำระเงิน ( ราย )	๗๘
๑๑.	จำนวนเงินที่ได้จากการใช้สิทธิ์ชำระเงิน ( บาท )	๕๐,๖๖๐

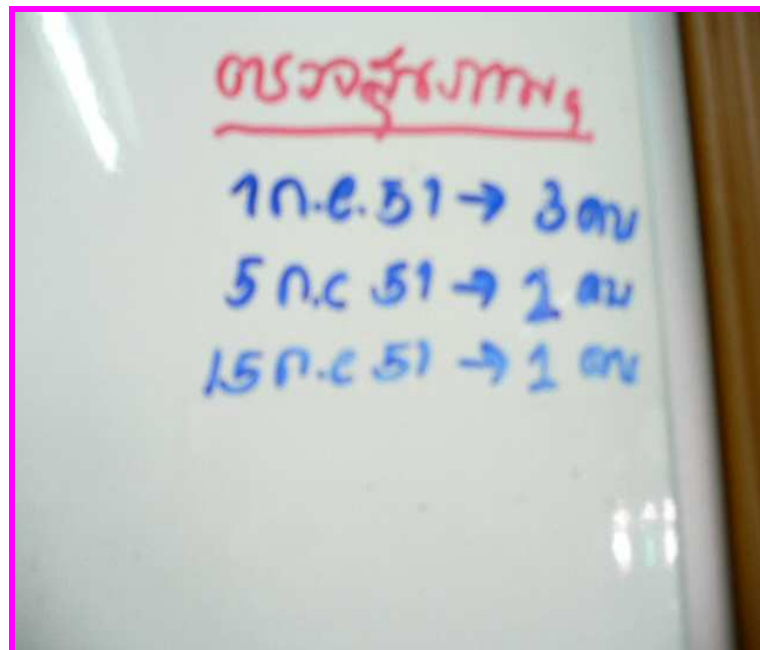
**ความคาดหวังและความเป็นไปได้ในอนาคต**

การตรวจสุขภาพประจำปี เป็นบริการงานเชิงรุกที่ประชาชนทั่วไปควรได้รับการเพื่อสร้างความตระหนัก และใส่ใจในการดูแลสุขภาพของตนเอง สามารถลดปัญหาจากการเจ็บป่วยที่จะเกิดขึ้นในชุมชน และกรณีที่ตรวจพบภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคก็สามารถมีการดูแลและป้องกันได้อย่างถูกต้อง เป็นการลดปัญหาโรคเรื้อรังในชุมชน กิจกรรมนี้ในหน่วยบริการของเราก็ยังมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่อง

## ภาพอุปกรณ์และกระบวนการในการดำเนินงาน



สมุดบันทึกและใบนัดผู้ป่วยจะนำติดกระเป๋าและเก็บไว้ในรถตลอด เพื่อความสะดวกในการให้บริการ



บอร์ดเตือนความจำที่ห้องทำงานจะบันทึกข้อมูลเป็นปัจจุบัน ใช้เป็นการเตือนเพื่อเตรียมความพร้อมและใช้ใน  
ประสานงานกับผู้รับบริการได้กรณีอาจมีการเลื่อนนัดหรือมีข้อสงสัยที่จะสอบถามผู้รับบริการ



ตะกร้าจัดเก็บเอกสารสำหรับการตรวจสอบสภาพและทะเบียนบันทึกการให้บริการ



อุปกรณ์ที่จัดเก็บในตะกร้า ประกอบด้วย ใบส่ง Lab, ใบสั่งยา, สติกเกอร์ติดหลอดเลือด, สมุดบันทึกผลการ  
ตรวจสอบสภาพ, ของสำหรับใส่เอกสารผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ





อุปกรณ์การเจาะเลือดมีการจัดเตรียมไว้ที่หน่วยบริการภายในห้องนิตยาและทำแผล หลังจากเจาะเลือดเสร็จแล้วมีการนำส่งห้องปฏิบัติการโรงพยาบาลชุมชน

ศูนย์แพทย์ชุมชนห้วยเหนือ  
ตำบลห้วยเหนือ อำเภอขุนยี่ จังหวัดศรีสะเกษ

สมุดบันทึกสุขภาพประจำตัวบุคคล

ชื่อ.....นามสกุล.....  
ที่อยู่ บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....ตำบล.....  
อำเภอ.....จังหวัด.....

ศูนย์แพทย์ชุมชนห้วยเหนือ (บริการตรวจสุขภาพประจำปี)  
หมู่ที่ ๑ ม.ห้วยเหนือ อ.ขุนยี่ จ.ศรีสะเกษ  
โทร. ๐๘๕ - ๖๒๐๐๘๕ (โรงพยาบาลชุมชนแห่งใหม่)

ผลการตรวจเลือด ประจำปี ๒๕๕๑

ชื่อ.....สกุล.....อายุ.....ปี  
ที่อยู่.....

(สถานที่ตรวจโรงพยาบาลชุมชน)

สมุดบันทึกสุขภาพประจำตัวบุคคล และของที่ใส่ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการจะมอบให้ผู้รับบริการทุกคนที่มาตรวจและรับฟังผลการตรวจเรียบร้อยแล้ว





จัดทำที่ชั้นหน้าใส่ใน Folder เพื่อความสะดวกในการบันทึกการมารับบริการ



เพิ่มจัดเก็บเอกสารผลการตรวจสอบภาพกรณีผู้รับบริการนอกเขตรับผิดชอบ