

ชื่อเรื่อง : CQI การเพิ่มประสิทธิภาพการดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง

ประกอบด้วยนวัตกรรม 2 เรื่อง คือ

1. สมุดบันทึกการตรวจ, รัยาโรคไตเรื้อรัง
2. ป้ายเตือนไตเสื่อม

ผู้จัดทำ : นางรัตนา อุตสาหะ พยาบาลชำนาญการ พยาบาลเฉพาะทางการดูแลผู้ป่วยล้างไตทางช่องท้อง

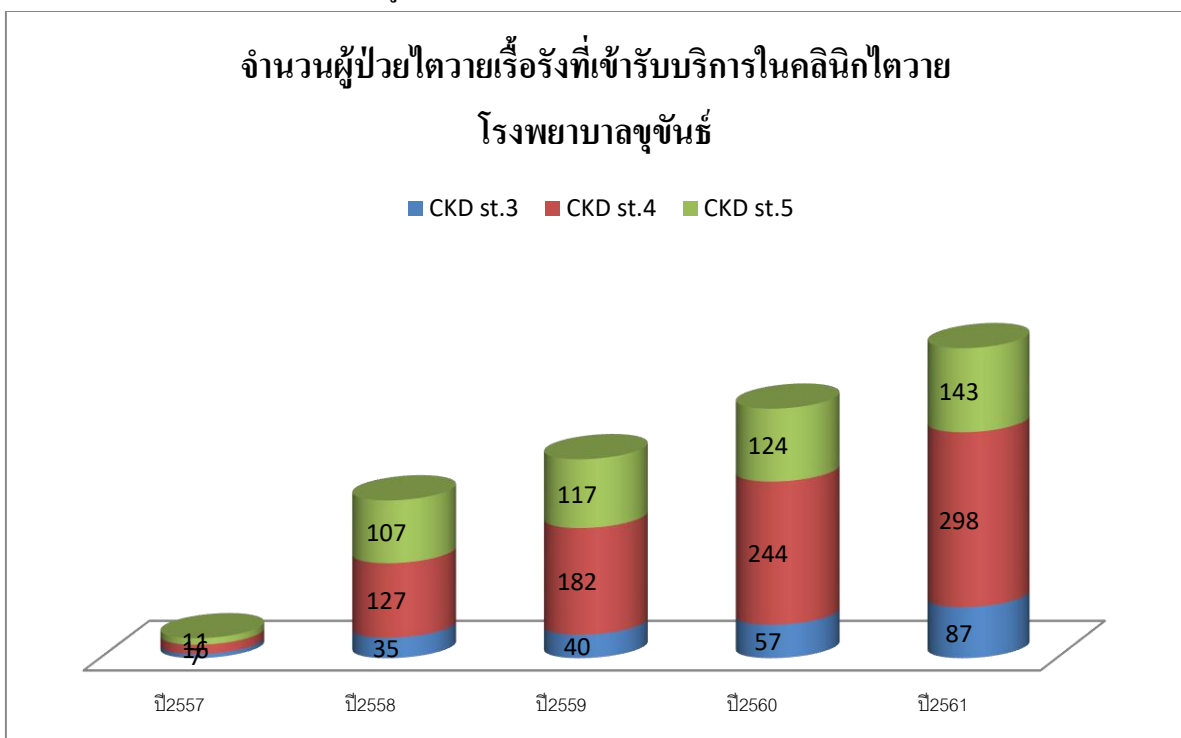
น.ส.มาศวิภา พัฒนาอนุสรณ์ พยาบาลปฏิบัติการ พยาบาลเฉพาะทางการดูแลผู้ป่วยล้างไตทาง

หลักการและเหตุผล

โรคไตวายเรื้อรัง(Chronic kidney disease , CKD) ซึ่งเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญที่ส่งผลให้ผู้ป่วยเสียชีวิต สาเหตุของโรคที่พบบ่อยเกิดจากโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง อีกทั้งโรคไตวายเรื้อรังในระยะแรกมักไม่แสดงอาการผิดปกติ ทำให้ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่ทราบว่าตนเองมีภาวะไตเสื่อม โดยมักตรวจพบเมื่อภาวะโรคดำเนินไปมากแล้ว

จากการดำเนินการ คลินิกไตวายเรื้อรังโรงพยาบาลชุมชน พบว่าผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่มีภาวะไตเสื่อมตั้งแต่ระยะ 3b -5 มีแนวโน้มเพิ่มจำนวนขึ้นทุกปี จากปีจากการเก็บข้อมูลผู้ป่วย ตั้งแต่ ปีพ.ศ. 2557-2561

แผนภูมิเปรียบเทียบ การเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้ป่วยในแต่ละปี



คลินิกไตวายเรื้อรัง ได้ริเริ่มทำสมุดประจำตัวสำหรับผู้ป่วยที่เข้ามาใช้บริการเพื่อใช้บันทึกข้อมูลการรักษา ที่ทำให้เห็นถึงความต่อเนื่องของการรักษาและติดตามผล จากสมุดที่จัดทำขึ้นเองครั้งแรก ใช้สมุดประจำตัวแบบปกอ่อน และผู้ป่วยเก็บรักษาไม่ดีเท่าที่ควรจึงทำให้สมุดขาดง่าย เนื้อหาบางส่วนในสมุดยังไม่ครอบคลุม ไม่น่าสนใจ และส่วนที่บันทึกข้อมูลของเจ้าหน้าที่ยังไม่สมบูรณ์ รูปเล่มไม่น่าสนใจ จึงได้ปรับปรุงพัฒนาเพิ่มเติมเนื้อหา ความรู้ที่จำเป็นสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง รูปภาพที่สวยงามและพื้นที่บันทึกผลการตรวจรักษาต่างๆ เพื่อให้สะดวกต่อการใช้งานเจ้าหน้าที่ในการลงข้อมูล

วัตถุประสงค์ :

1. เพื่อให้ผู้ป่วย และญาติเกิดความสนใจในเนื้อหาความรู้ที่สำคัญซึ่งเป็นภาวะโรคที่ผู้ป่วยเป็นและสามารถดูแลตนเองได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อใช้ในการสื่อสารให้เกิดความเข้าใจมากขึ้นระหว่างเจ้าหน้าที่และผู้ป่วย
3. เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องในการดูแลรักษา

ตัวชี้วัดที่สำคัญ

1. อัตราผู้ป่วย Mean BP <130/80 mmHg มากกว่าร้อยละ 60
2. อัตราผู้ป่วยมีอัตราการลดลงของ eGFR <4 ml/min/1.732m²/year มากกว่าร้อยละ 50
3. เจ้าหน้าที่ที่ให้บริการผู้ป่วยพึงพอใจในการใช้สมุดประจำตัวผู้ป่วยในการลงข้อมูลผู้ป่วย มากกว่าร้อยละ 60

ขั้นตอนการดำเนินการ

1. ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องโรคไตวายเรื้อรัง
2. ประชุมกลุ่มผู้ทำงานเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นจากการทำงาน และความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาการให้ความรู้ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่เข้ามาใช้บริการในคลินิก เพื่อดำเนินการจัดทำ **นวัตกรรม : “สมุดบันทึกการตรวจ,รักษาโรคไตเรื้อรัง”**
3. ดำเนินการ ปรับรูปแบบสมุดบันทึกการตรวจรักษาโรคไตเรื้อรังในส่วนต่างๆ

- ได้แก่ - เพิ่มตารางแนวโน้มการทำงานของไต ให้ผู้ป่วยเห็นแนวโน้มภาวะของโรคตนเอง
- ปรับช่องแสดงผลการตรวจพิเศษใหม่ เพื่อให้เห็นชัดเจนว่าผู้ป่วยได้รับการตรวจพิเศษอะไรมาแล้วบ้าง
 - ปรับความรู้ต่างๆเกี่ยวกับโรคไตให้น่าสนใจมากขึ้น โดยการเพิ่มสีสัน รูปภาพ เนื้อหาเข้าใจง่าย
 - ปรับส่วนของการลงข้อมูลของเจ้าหน้าที่ให้สะดวกต่อการทำงาน ให้เกิดความครบถ้วน ชัดเจน และ

ต่อเนื่อง

โรงพยาบาลราชภัฏ ราชบัณฑิต
สมุดบันทึกสุขภาพผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (CKD)
โทร 045-814290 ถึง 294 ต่อ 256 , มือถือ 088-0823278

เลขที่ทั่วไป 15318 เลขที่คลินิก.....
ชื่อ-นามสกุล นาย วิชาญ ธรรม..... อายุ 59 ปี
ที่อยู่เลขที่..... หมู่ที่..... ตำบล.....
อำเภอ..... จังหวัด.....
ประวัติแพ้ยา..... หมู่เลือด.....
ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระดับ.....
ลักษณะบัตร.....
ID.....

ปฏิบัติตามคำแนะนำในสมุดนี้
เพื่อประโยชน์ในการดูแลตนเอง
ราชภัฏราชบัณฑิต โทร 020015318



สมุดบันทึกการตรวจรักษา
โรคไตเรื้อรัง
โรงพยาบาลราชภัฏ
ราชบัณฑิต

เลขที่ทั่วไป..... เลขที่คลินิก.....
เลขที่บัตรประชาชน.....
สิทธิการรักษา.....
ชื่อ-สกุล..... เพศ..... อายุ..... ปี
ที่อยู่ บ้านเลขที่..... หมู่ที่..... ถนน.....
ตำบล..... อำเภอ..... จังหวัดศรีสะเกษ
ผู้ที่ติดต่อได้ในกรณีฉุกเฉิน.....
ที่อยู่..... เบอร์โทร.....
การแพ้ยา..... หมู่เลือด.....

คลินิกโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลราชภัฏ โทร 045-814290-4 ต่อ 197
ให้บริการทุกวันศุกร์(พักการ) เวลา 8.00น.-16.00 น. ที่อาคารอำนวยการหลังข้าง ชั้น 1
โปรดอย่าทำสมุดหาย
ห้องนำสมุดและยืมคืนมาด้วยทุกครั้งที่มาใช้บริการ

กินอย่างไรให้... ชะลอไตเสื่อม

***อาหารที่จะช่วยชะลอความเสื่อมของไต**
ควรลดอาหารดังต่อไปนี้
อาหารที่มีฟอสเฟตสูง เช่น นม ผลิตภัณฑ์จากนม ถั่วเมล็ดแห้ง น้ำโคลา กาแฟ โซเดียมคลอไรด์
อาหารที่มีคอเลสเตอรอลสูง เช่น สมอลด์ร์ ดัน ไค เนื้อสัตว์ไขมันชนิด ไขมันของหนัง ปลาหมึก
อาหารที่มีไขมันอิ่มตัวสูง เช่น อาหารหมักดองต่างๆ
อาหารหมัก เช่น ผงชูรส น้ำตาล ซอสปรุงรส กะปิ ปลาจุก เป็นต้น
อาหารที่มีน้ำตาลสูง เช่น น้ำเชื่อม น้ำอ้อย น้ำผึ้ง ทุเรียน ลำไย ทุเรียน เป็นต้น
ควรลดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ สุบหน่ำร์ ชา กาแฟ
หลีกเลี่ยงการใช้ยาต้ม ยาน้ำผสม

รายการ	อาหาร
ผลไม้ที่มี K สูง	ทุเรียน,กล้วย,แก้วมังกร,มะละกอ,มะม่วงสุก,ฝรั่ง,น้ำส้ม,ส้ม,กระเทียม,และผลไม้แห้ง เช่น ลูกเกด,ลูกพรุน
ผลไม้ที่มีKปานกลาง	ส้มเขียวหวาน,มะม่วงดิบ,ส้มโอ,สตอเบอรี่,ล้างสะอาด,เงาะ
ผลไม้ที่มีKต่ำ	สับปะรด,ชมพู่,แอปเปิ้ล,มังคุด
ผักที่มีKสูง	บร็อคโคลี่,มันฝรั่ง,แครอท,มะเขือเทศ,ฟักทอง
ผักที่มีKปานกลาง	สัวย,ถั่วฝักยาว,มะเขือยาว,หน่อไม้,ผักคะน้า,ถั่วลันเตา,มะระ,หัวผักกาดขาว
ผักที่มีKต่ำ	กะหล่ำปลี,แตงกวา,บวม,ฟักเขียว,ถั่วงอก



คำแนะนำ

1. งดทำขบวนการเคี้ยว ที่เคี้ยวโปรตีนจากสัตว์มากเกินไป
2. งดทำขบวนการเคี้ยวที่เคี้ยวเนื้อสัตว์มากเกินไป
3. งดทำขบวนการเคี้ยวที่เคี้ยวเนื้อสัตว์มากเกินไป

9 อาการของผู้ที่มีปัญหาไตอ่อนแอ

1. ปัสสาวะขัด หรือปัสสาวะ 2-3 ครั้งต่อ 1 คืน
2. คันตามร่างกาย
3. เลือดหรืออาการทางตาเหลือง
4. กระตุกปัสสาวะ
5. ปวดบวม ขี้น้ำ หรือบวม และที่ข้อมือ
6. หลอดลมอักเสบ หอบหืด และหลอดลมอักเสบ
7. มีไข้ บ่อย
8. มีกลิ่น และของเหลวในกระเพาะอาหาร
9. ปวดตา และปวดคอ

รักไต ต้องลดเคี้ยว

ไต มีหน้าที่อะไร

1. กำจัดของเสียออกจากเลือดและร่างกาย
2. ควบคุมปริมาณน้ำ เกลือแร่ ความดันเลือดในร่างกาย
3. สร้างฮอร์โมนและฮอร์โมนเพื่อกระตุ้นการสร้างเม็ดเลือดแดง
4. ควบคุมปริมาณความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
5. ขับโพแทสเซียม

โรคที่เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคไต

1. โรคเบาหวาน
2. โรคความดันโลหิต
3. โรคโหริยอด
4. โรคไตที่เป็นมาแต่กำเนิด
5. ได้รับยาหรือสารพิษ

โรคไตเรื้อรัง (Chronic Kidney Disease)

อาการ

1. รอยช้ำหรือระยะกลางไม่มีอาการเด่นชัด
2. ซีด เหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย คับคั่งตามผิวหนัง
3. บวมบริเวณปลายมือ เท้า รอบข้อมือ
4. แน่นอึดอัด หายใจลำบาก มีน้ำท่วมปอด
5. สับสน ซึม ชัก หมดสติ อาจเสียชีวิตได้

การรักษา

1. การรักษาโดยการโภชนาการและควบคุมอาหาร
2. การผ่าตัดเปลี่ยนไต
3. การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
4. การล้างไตทางหน้าท้อง



โรคไตเรื้อรัง คือ อะไร

โรคไตเรื้อรัง (ไตเสื่อม) คือ การที่ไตทำงานลดลง หรือเสื่อมสภาพลงเรื่อยๆ โดยไตเสื่อมลงเรื่อยๆ 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 1-2

โรคไตคืออะไร

ไตเป็นอวัยวะที่มีรูปร่างเหมือนถั่ว มี 2 ข้าง อยู่บริเวณเอว มีหน้าที่กรองของเสียออกจากเลือด

ไต คือ อะไร

ไต มีหน้าที่กรองของเสียออกจากเลือด และขับออกจากร่างกาย

ตารางแสดงการตรวจทางห้องปฏิบัติการที่มีประโยชน์

รายการที่ส่งตรวจ/ประเมิน	ระยะเวลา	หมายเหตุ
U/A	ทุก 6 เดือน	
Hct, CBC	ทุก 1 เดือน	
BUN, Cr, Electrolyte, Ca, PO4, Alb	ทุก 3 เดือน	
LFT, HB, HCV	ทุก 6 เดือน	
24 hour urine for protein	ทุก 6 เดือน	ตรวจซ้ำในกรณีที่ผิดปกติ
FBS	ทุก 1 เดือน	เฉพาะรายที่มี DM
HbA1c	ทุก 12 เดือน	เฉพาะรายที่มี DM
PTH	ทุก 12 เดือน	เฉพาะรายที่มี DM
OR, EKG, Echocardiogram, U/S KUB	ทุก 12 เดือน	เฉพาะ CKD ระยะ 4, 5
HIV		เฉพาะรายที่มี DM

การตรวจเลือด

BUN, Cr, Electrolyte, Ca, PO4, Alb

การตรวจปัสสาวะ

U/A, Hct, CBC, 24 hour urine for protein

การตรวจอื่นๆ

FBS, HbA1c, PTH, OR, EKG, Echocardiogram, U/S KUB, HIV



แบบบันทึกผลการตรวจ

แบบบันทึกผลการตรวจ

ชื่อผู้ป่วย: ...

วันที่: ...

แพทย์: ...

ผลการตรวจ: ...

BUN, Cr, Electrolyte, Ca, PO4, Alb

U/A, Hct, CBC, 24 hour urine for protein

FBS, HbA1c, PTH, OR, EKG, Echocardiogram, U/S KUB, HIV

4. นำ "สมุดบันทึกการตรวจ, รับประทานยาโรคไตเรื้อรัง" มาใช้ในคลินิก ตั้งแต่ปีงบประมาณ 2560 – ถึงปีงบประมาณ 2561 โดยได้ปริญ และเขียน

เล่มเองในหน่วยงาน

5. ประเมินผล ตามตัวชี้วัด

งบประมาณที่ใช้ 2000 บาท

1. กระดาษ A4 3 รีม 500 บาท
2. กระดาษปกสี A4 400 บาท
3. หมึกปริญ 1000 บาท
4. แม็ก 10 บาท

ผลลัพธ์ที่ได้

เมื่อนำสมุดเล่มใหม่มาใช้ในคลินิก ตั้งแต่ปีงบประมาณ 2560 – ถึงปีงบประมาณ 2561 พบว่า ผู้ป่วยมีความสนใจความรู้ต่างๆเกี่ยวกับโรคไต การดูแลตนเองและเห็นแนวโน้มถึงผลการรักษาของตนเองมากขึ้น ส่วนเจ้าหน้าที่ที่มีการลงข้อมูลได้ครบถ้วนมากขึ้นและเห็นถึงความต่อเนื่องของการรักษาและติดตามปัญหาต่างๆของผู้ป่วยรายนั้นๆ

ตัวชี้วัด	ปีงบประมาณ 2560	ปีงบประมาณ 2561
1. อัตราผู้ป่วย Mean BP <130/80 mmHg มากกว่าร้อยละ 60	39.82	41.34
2. อัตราผู้ป่วยมีอัตราการลดลงของ eGFR <4 ml/min/1.732m ² /year มากกว่าร้อยละ 50	85.93	86.63
3. เจ้าหน้าที่ที่ให้การบริการผู้ป่วย ฟังพอใจในการใช้สมุดประจำตัวผู้ป่วยในการลงข้อมูลผู้ป่วย มากกว่าร้อยละ 60	66	75

การพัฒนาต่อเนื่อง : เสนอของงบประมาณจัดทำสมุดประจำตัวผู้ป่วย โดยส่งโรงพิมพ์เพื่อให้สมุดมีความสวยงาม ได้มาตรฐานมากขึ้น ลดการทำงานของเจ้าหน้าที่ในหน่วยงาน

และจากการดำเนินการให้บริการดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังเรื่อยมา ซึ่งผู้ป่วยที่เข้ารับบริการจะได้รับคำแนะนำการดูแลตนเองจากเจ้าหน้าที่ทุกครั้งที่มีรับบริการ แต่เนื่องจากผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุมากกว่า 80 % ไม่มีบุตรหลานดูแลใกล้ชิดจึงทำให้ผู้ป่วยดูแลตนเองไม่ถูกต้องจากสาเหตุการสื่อสารกันระหว่างผู้ป่วยและเจ้าหน้าที่ไม่เข้าใจจากการได้ยินไม่ชัดเจนทางคลินิกจึงได้จัดทำ **“ป้ายเตือนไตเสื่อม”** ขึ้น เพื่อเป็นเครื่องมือในการเฝ้าระวังโรคไตวายเรื้อรังของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่เข้ามารับบริการในคลินิก เนื่องจากผู้ป่วยบางคนสามารถอ่านหนังสือได้ แต่บกพร่องด้านการได้ยิน ส่งเสริมการเรียนรู้ที่ชัดเจนขึ้นและสร้างความตระหนักในการชะลอภาวะไตเสื่อมและป้องกันไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อน จนเป็นอันตรายถึงชีวิตหรือพิการ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการสื่อสารให้ผู้ป่วยรับทราบถึงภาวะโรคของตนเอง
2. เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเฝ้าระวังโรคไตวายเรื้อรังของผู้ป่วยที่เข้ามารับบริการในคลินิก
3. เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และสร้างความตระหนักในการชะลอภาวะไตเสื่อม

ตัวชี้วัดที่สำคัญ

1. อัตราผู้ป่วย Mean BP <130/80 mmHg มากกว่าร้อยละ 60
2. อัตราผู้ป่วยมีอัตราการลดลงของ eGFR <4 ml/min/1.732m²/year มากกว่าร้อยละ 50

ขั้นตอนการดำเนินงาน

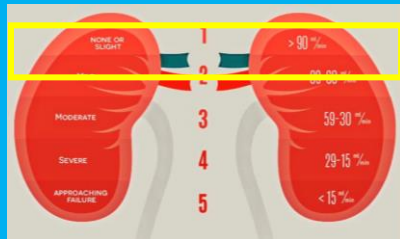
1. ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องโรคไตวายเรื้อรัง
2. ประชุมกลุ่มผู้ทำงานเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นจากการทำงาน และความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาการให้ความรู้ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่เข้ามารับบริการในคลินิก

3. ปรึกษาแพทย์ประจำคลินิกเกี่ยวกับเนื้อหาที่ต้องการสื่อสารให้ผู้ป่วยเข้าใจเกี่ยวกับภาวะโรคและการปฏิบัติตนที่ถูกต้อง เพื่อชะลอความเสื่อมของไต

4. ดำเนินการจัดทำนวัตกรรม “ป้ายเตือนไตเสื่อม”

5. ติดป้ายเตือนไตเสื่อม ในสมุดประจำตัวให้ผู้ป่วย พร้อมทั้งอธิบายผลเลือดค่าการทำงานของไต เน้นย้ำเรื่องการปฏิบัติตัวเพื่อชะลอความเสื่อมของไต เพื่อหากผู้ป่วยลืมสามารถที่จะอ่านซ้ำจากป้ายเตือนไตเสื่อม หรือให้บุตรหลาน/คนใกล้บ้านช่วยอ่านให้ฟังซ้ำได้

ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง ระยะที่ 1

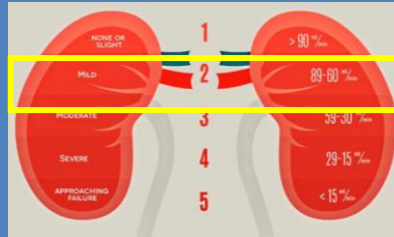


การกรองของไตมากกว่า 90 %

อยู่ในเกณฑ์ปกติ ถ้าไม่ดูแลสุขภาพตนเองให้ดี

ต้องดูแลตนเองอย่างไร ควบคุมความดัน ระดับน้ำตาล น้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ งดสูบบุหรี่ งดดื่มสุรา มาตรฐานตามนัด และที่สำคัญคือ งดการกินอาหารรสเค็ม อาหารแปรรูป หากทำได้จะช่วยชะลอความเสื่อมของไต ป้องกันไม่ให้เกิดไตวายเรื้อรังในอนาคต

ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง ระยะที่ 2

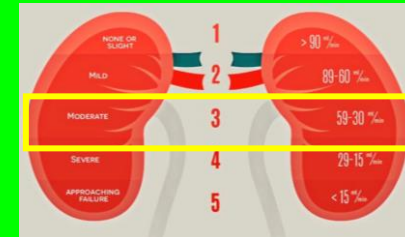


การกรองของไตอยู่ที่ 60-89%

ไตของท่านเริ่มทำงานลดลงเล็กน้อยถ้าไม่ดูแลสุขภาพตนเองให้ดี ไตอาจทำงานลดลงและส่งผลกระทบต่อการทำงานของระบบต่างๆในร่างกายได้

ต้องดูแลตนเองอย่างไร ควบคุมความดัน ระดับน้ำตาล น้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ งดสูบบุหรี่ งดดื่มสุรา มาตรฐานตามนัด และที่สำคัญคือ งดการกินอาหารรสเค็ม อาหารแปรรูป หากทำได้จะช่วยชะลอความเสื่อมของไต ป้องกันไม่ให้เกิดไตวายเรื้อรังในอนาคต

ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง ระยะที่ 3

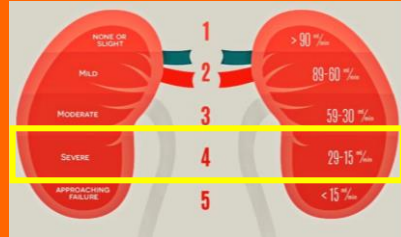


การกรองของไตอยู่ที่ 30-60%

ไตของท่านทำงานได้น้อยกว่าปกติ แต่อยู่ในระดับที่ต้องเฝ้าระวัง

ต้องดูแลตนเองอย่างไร ควบคุมความดัน ระดับน้ำตาล น้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ งดสูบบุหรี่ งดดื่มสุรา มาตรฐานตามนัด และที่สำคัญคือ งดการกินอาหารรสเค็ม(เกลือไม่เกิน 1 ช้อนชา หรือน้ำปลาไม่เกิน 3 ช้อนชาต่อวัน) อาหารแปรรูป หากทำได้จะช่วยชะลอความเสื่อมของไต ป้องกันไม่ให้เกิดไตวายเรื้อรังในอนาคต

ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง ระยะที่ 4

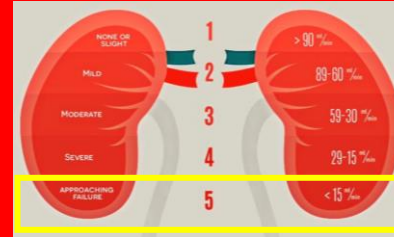


การทำงานของไตลดลงมากเหลือเพียง

15-30 %

ต้องดูแลตนเองอย่างไร ควบคุมความดัน ระดับน้ำตาล น้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ งดสูบบุหรี่ งดดื่มสุรา มาตรฐานตามนัด และที่สำคัญคือ งดการกินอาหารรสเค็ม(เกลือไม่เกิน 1 ช้อนชา หรือน้ำปลาไม่เกิน 3ช้อนชาต่อวัน) อาหารแปรรูป เครื่องปรุงรสต่างๆ เน้นโปรตีนจากปลาและไข่ขาวเพื่อชะลอการเสื่อมของไตไม่ให้เกิดไตวายระยะสุดท้าย เตรียมตัวรับการล้างไต

ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง ระยะที่ 5



ไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

การทำงานของไตน้อยกว่า 15 %

ต้องเตรียมตัวเรื่องการล้างไต เพราะการทำงานของไตลดลงมากส่งผลให้เกิดของเสียคั่งในร่างกาย อาจมีอาการเหนื่อยอ่อนเพลีย ชีด เบื่ออาหาร ปัสสาวะออกน้อย บวม หอบ ซัก หมดสติและเสียชีวิตได้ ต้องดูแลตนเองอย่างไร ควบคุมอาหารอย่างเคร่งครัด งดการกินอาหารรสเค็ม(เกลือไม่เกิน 1 ช้อนชา หรือน้ำปลาไม่เกิน 3ช้อนชาต่อวัน) อาหารแปรรูป เครื่องปรุงรสต่างๆ จำกัดโปรตีน เน้นโปรตีนจากปลาและไข่ขาว

6. จัดเก็บข้อมูล เพื่อเปรียบเทียบการลดลงของ eGFR ในกลุ่มผู้ป่วยที่เข้ามารับบริการในคลินิก โดยมีการเปรียบเทียบข้อมูลใน โปรแกรม x-cell ที่มีการจัดทำข้อมูลผู้ป่วยขึ้น และทำแบบสอบถามให้ผู้ป่วยได้ประเมินความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะไตเสื่อมของตนเองและความรู้ความเข้าใจในการดูแลตนเอง

7. ประเมินผลการดำเนินการ

งบประมาณที่ใช้

1.กระดาษA4 100 บาท

ผลลัพธ์

ตัวชี้วัด	ปีงบ2561	สิ้นปีงบ2562
1.อัตราผู้ป่วย Mean BP <130/80 mmHg มากกว่าร้อยละ 60	41.34	รอดำเนินการ
2.อัตราผู้ป่วยมีอัตราการลดลงของ eGFR <4 ml/min/1.732m ² /year มากกว่าร้อยละ 50	86.63	รอดำเนินการ
3.ผู้ป่วยมีความตระหนัก และรับทราบภาวะ โรคความรุนแรงของตนเอง ได้ถูกต้อง มากกว่าร้อยละ 50	รอดำเนินการ	รอดำเนินการ