

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลตำบลนาคาย  
อำเภอตาลชุม จังหวัดอุบลราชธานี

เรื่อง ขอเสนอ โครงการพัฒนาหมู่บ้านต้นแบบจัดการสิ่งแวดล้อมป้องกันพลัดตกหกล้มอย่างมีส่วนร่วม  
(เฝ้าระวังและป้องกันภาวะกระดูกหักจากการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง)

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลนาคาย

ด้วย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลตำบลนาคาย มีความประสงค์จัดทำโครงการพัฒนาหมู่บ้านต้นแบบจัดการสิ่งแวดล้อมป้องกันพลัดตกหกล้มอย่างมีส่วนร่วม (เฝ้าระวังและป้องกันภาวะกระดูกหักจากการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง) โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนาคาย จำนวนเงิน 23,600 บาท (สองหมื่นสามพันหกร้อยบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดโครงการดังนี้

ส่วนที่ 1 รายละเอียดโครงการแบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม)

1. หลักการและเหตุผล

โครงสร้างด้านประชากรของประเทศไทยเข้าสู่การเป็น “สังคมสูงวัย” (Agedsociety) ตั้งแต่ปี 2548 คือ มีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป สูงถึงร้อยละ 10 และตามการคาดประมาณประชากรของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) ในปี 2564 ประเทศไทยจะเข้าสู่ “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” (Completeagedsociety) เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมดและในปี 2574 ประเทศไทยจะเข้าสู่ “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” (Superagedsociety) เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมดและจังหวัดอุบลราชธานี ได้เข้าสู่การเป็น “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” (Completeagedsociety) โดยประชากรปี 2561-2564 พบว่า มีสัดส่วนของประชากรสูงอายุร้อยละ 21, 22, 23 และ 25 ของประชากรทั้งหมดและเมื่อแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุออกเป็น 3 ช่วงวัย พบค่าเฉลี่ยอายุแต่ละช่วง ได้แก่ ผู้สูงอายุวัยต้น (อายุ 60-69 ปี) ร้อยละ 61.90 ผู้สูงอายุวัยกลาง (อายุ 70-79 ปี) ร้อยละ 23.73 และผู้สูงอายุวัยปลาย (อายุ 80 ปีขึ้นไป) ร้อยละ 14.38 ของประชากรผู้สูงอายุทั้งหมด จากการคัดกรองภาวะเสี่ยงในปี 2561-2563 ที่ผ่านมา พบว่า ผู้สูงอายุมีภาวะผิดปกติเสี่ยงต่อการหกล้มร้อยละ 7.48, 7.36 และ 8.69 ภาวะผิดปกติเสี่ยงสมองเสื่อมร้อยละ 2.34, 1.83 และ 2.04 ภาวะผิดปกติเสี่ยงข้อเข่าเสื่อมร้อยละ 7.61, 5.83 และ 6.79 จะเห็นได้ว่าภาวะหกล้มมีความเสี่ยงสูงกว่าภาวะอื่นๆ ที่จะต้องดำเนินการเร่งด่วนสอดคล้องกับการศึกษาของ Thomas (2554) พบว่า สาเหตุสำคัญของผู้สูงอายุทำให้เกิดปัญหาสุขภาพและจิตสังคมคือการพลัดตกหกล้ม เนื่องจากเป็นสาเหตุสำคัญของการบาดเจ็บและการเสียชีวิตของผู้สูงอายุทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่ต้องรักษาในโรงพยาบาลเป็นเวลานาน สมาชิกในครอบครัวต้องดูแลใกล้ชิดและสูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลเป็นจำนวนมาก

สถิติอัตราการเกิดอุบัติเหตุเสียชีวิตจากการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุได้ทวีความรุนแรงและมีแนวโน้มสูงขึ้นจากข้อมูลรณบัตร 6 ปีย้อนหลัง (2558-2562) ของกองยุทธศาสตร์และแผนงาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข วิเคราะห์โดย กองป้องกันบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค เผยแพร่ข้อมูล ณ วันที่ 15 มกราคม 2564 จำนวนและอัตราการเสียชีวิตจากการพลัดตกหกล้ม (W00-W19) ในผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปต่อประชากรแสนคน

ในส่วนภาพรวมทั้งประเทศพบอัตราร้อยละ 11.1, 9.00, 10.2, 11.7 และ 11.84 ตามลำดับและเขตบริการสุขภาพที่ 1 พบอัตราร้อยละ 21.1, 17.6, 16.7, 20.1 และ 19.31 ตามลำดับซึ่งมีอัตราสูงกว่าเขตบริการสุขภาพทั้ง 11 เขต และกรุงเทพมหานคร เมื่อเจาะลึกลงไปในระดับจังหวัดพบว่าจังหวัดเชียงใหม่ อัตราเสียชีวิตจากการพลัดตกหกล้ม ร้อยละ 19.48, 10.61, 13.96, 14.45 และ 16.3 ตามลำดับ ซึ่งมีอัตราสูงกว่าระดับประเทศถึงแม้ว่าจะมีการรายงานข้อมูลเกี่ยวกับการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ กำลังสมบูรณ์ขึ้น แต่สถิติระดับประเทศพบว่าประชากรที่อายุมากกว่า 65 ปี มีสถิติการพลัดตกหกล้มอย่างน้อย 1 ครั้งต่อปี และประมาณร้อยละ 50 มักเกิดอุบัติเหตุซ้ำ รัฐบาลต้องเสียงบประมาณค่ารักษาพยาบาล สาเหตุจากความเสื่อมในการทำหน้าที่ของร่างกายตามวัยหรือการเจ็บป่วยของผู้สูงอายุความสามารถในการมองเห็นลดลงประสาทที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการรับรู้และการสัมผัสควบคุมการทรงตัวและการเคลื่อนไหวของร่างกายทำหน้าที่ผิดปกติ การได้รับยาที่ออกฤทธิ์กดการทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง ภาวะซึมเศร้าภาวะเพ้อคลั่ง ความเครียดและความวิตกกังวลความหวาดกลัวการพลัดตกหกล้ม เป็นต้น (Ignatavicius, 2013) ผู้สูงอายุหลายรายมีการบาดเจ็บของอวัยวะภายในการบาดเจ็บที่ศีรษะ รวมทั้งการหักของเชิงกรานต้องพักรักษาในโรงพยาบาลนานกว่าเดิมและบางรายเสียชีวิตในเวลาต่อมา นอกจากนี้ยังพบว่าผู้สูงอายุวัยปลายมีอัตราการมีโรคประจำตัวสูงขึ้นตามวัยและยิ่งไปกว่านั้นผู้สูงอายุเกินกว่าร้อยละ 10 มีปัญหาการขึ้นลงบันได ปัญหาการกลืนอุจจาระหรือปัสสาวะไม่ได้ สำหรับผู้สูงอายุวัยปลาย มีร้อยละ 4 ที่ต้องการคนคอยช่วยดูแล (Care Giver) แต่ไม่สามารถจัดหาผู้ช่วยเหลือได้เมื่อมีอายุมากขึ้น การใช้ห้องนอน ห้องน้ำและห้องส้วม การมีกระดูกหักจากการหกล้มมีความสัมพันธ์กับปัจจัยด้านอายุ เพศหญิงที่หมดประจำเดือนก่อนอายุ 45 ปีและภาวะผิดปกติของสายตา (ชูชาติขันตยาภรณ์, 2013) รวมทั้งอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่ปลอดภัยปัจจัยเหล่านี้หากสามารถลดอุบัติเหตุได้เพียงแค่มิการป้องกันจะทำให้อัตราการหกล้มของผู้สูงอายุในชุมชนลดลงและเพื่อให้ปัญหาดังกล่าวได้ถูกคัดกรองหรือตรวจพบและนำไปสู่การแก้ไขหรือลดปัจจัยเสี่ยงการล้ม (Modifiable risk factors) เป้าหมายเพื่อผู้สูงอายุมีสุขภาพดีไม่หกล้ม กระดูกไม่หัก และเข้าถึงบริการทางการแพทย์ได้ทันเวลา

การหกล้มของผู้สูงอายุในชุมชนเป็นปัญหาทางด้านสาธารณสุขที่มีความสำคัญ เนื่องจากผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทั้งด้านจำนวนและอายุขัย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลกำหนดแนวทาง ได้ตระหนักถึงปัญหาดังกล่าวจึงได้จัดทำโครงการพัฒนาหมู่บ้านต้นแบบจัดการสิ่งแวดล้อมป้องกันพลัดตกหกล้มอย่างมีส่วนร่วม (เฝ้าระวังและป้องกันภาวะกระดูกหักจากการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง) ขึ้น เพื่อลดอัตราการเกิดภาวะพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ โดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายทุกระดับ และเพื่อให้การเข้าถึงบริการสุขภาพที่มีคุณภาพลดอัตราเกิดภาวะพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ และเพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างเป็นองค์รวมทั้งในภาวะปกติ หรือเจ็บป่วยภายใต้การดูแลของทีมสหวิชาชีพ ภายใต้สิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำรงชีวิตต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อลดอัตราเกิดภาวะพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 60 ปี ได้รับการประเมินความเสี่ยงภาวะพลัดตกหกล้ม
3. เพื่อให้ผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 60 ปี ได้รับการประเมินและพบว่ามีความเสี่ยงต่อภาวะพลัดตกหกล้ม

ได้รับการดูแล โดยสหสาขาวิชาชีพ

### 3. กลุ่มเป้าหมาย

1. ผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 60 ปี จำนวน 40 คน
2. ผู้ดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 40 คน

รวมทั้งหมด 80 คน

### 4. วิธีดำเนินการ

1. ขึ้นเตรียมความพร้อมเพื่อวางแผนการดำเนินงาน

- 1) ประชุมแผนการดำเนินงานโครงการฯร่วมกันที่คณะกรรมการ LTC และกองทุนตำบล
- 2) ประชุมชี้แจงนโยบายและแนวทางในดำเนินงานโครงการฯ
- 3) ประชุมชี้แจงรายชื่อผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้ม

2. ขึ้นดำเนินการ

- 1) พื้นที่นำผู้สูงอายุที่ได้รับการทดสอบเพื่อประเมินความสามารถในการทรงตัว (TUGT) ในประเมินความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มด้วยแบบประเมินความเสี่ยงของการหกล้มผู้สูงอายุไทยที่อาศัยอยู่ในชุมชน ชื่อเครื่องมือ Thai FRAT (Fall Risk & Hose Risk) โดยคัดแยกกลุ่มเสี่ยงสูง (Thai FRATscore 4-11 คะแนน) และเสี่ยงต่ำ (Thai FRATscore 0 – 3 คะแนน) ทั้ง 2 กลุ่มเป็นกลุ่มเป้าหมายในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เพื่อป้องกันการพลัดตกหกล้ม (Intervention)

- 2) พื้นที่ส่งรายชื่อผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดกรองด้วยแบบประเมิน Thai FRAT

- 3) จำแนกความเสี่ยงด้านปัจจัยภายใน ได้แก่ สายตา ภาวะสมองเสื่อม ข้อเข่าเสื่อม ความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน (ADL) และ ปัจจัยภายนอก ได้แก่ สิ่งแวดล้อม/ที่อยู่อาศัย ส่งปรึกษา ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางแต่ละปัญหา เช่น สายตา ส่งพบจักษุแพทย์, สมองเสื่อม ส่งพบจิตแพทย์/อายุรแพทย์ข้อเข่าเสื่อม ส่งพบแพทย์ออโรปิดิกส์หรือกล้ามเนื้ออ่อนแรง ส่งพบ นักกายภาพบำบัด เป็นต้น

- 4) ให้ความรู้ในการให้บริการแก่กลุ่มเป้าหมายและผู้ดูแลในการเฝ้าระวังและลดปัจจัยเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ

- 5) จัดกิจกรรมปรับปรุงสิ่งแวดล้อมป้องกันพลัดตกหกล้มในหมู่บ้าน โดยผู้นำชุมชน อสม. อบต. และประชาชน มีส่วนร่วมในการปรับปรุงสิ่งแวดล้อม (ห้องส้วมบ้านผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยง/ราวจับ/แสงสว่าง ฯลฯ)

- 6) เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบกิจกรรมของหน่วยบริการ ออกเยี่ยมเสริมพลังและติดตามการพัฒนาสมรรถนะของกลุ่มเป้าหมายในพื้นที่ที่รับผิดชอบ ให้การส่งเสริมสุขภาพและการจัดการปรับปรุงทางด้านสิ่งแวดล้อมในบ้านกลุ่มเป้าหมายให้เกิดความต่อเนื่องอย่างยั่งยืน

- 7) จัดทำระบบรายงาน เฝ้าระวัง และติดตาม ประเมินผลความก้าวหน้า กิจกรรมดำเนินงาน ก่อน/ระหว่าง/หลังการดำเนินงาน โดย กิจกรรมมีการรายงานเป็นระยะตามปฏิทินการดำเนินงาน และการจัดสรรมงบประมาณ

### 5. ระยะเวลาดำเนินการ

วันที่ 1 กรกฎาคม – 30 กันยายน 2565

## 6. สถานที่ดำเนินการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคำหานามแห่ง ตำบลนาคาย อำเภอตาลสุม จังหวัดอุบลราชธานี

## 7. งบประมาณ

ขอรับการสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนาคาย 23,600 บาท (สองหมื่นสามพันหกร้อยบาทถ้วน) เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายดังนี้

- |  |          |        |     |
|--|----------|--------|-----|
| 1. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 80 คน x คนละ 70 บาท                             | เป็นเงิน | 5,600  | บาท |
| 2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 80 คน x จำนวน 2 มื้อ x มื้อละ 25 บาท | เป็นเงิน | 4,000  | บาท |
| 3. ไม้เท้าพยุงแบบ 3 ขา อันละ 350 บาท x จำนวน 40 อัน                      | เป็นเงิน | 14,000 | บาท |

งบประมาณสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 23,600 บาท (สองหมื่นสามพันหกร้อยบาทถ้วน)

## 8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้สูงอายุได้รับการคัดกรอง เมื่อพบภาวะเสี่ยง ได้รับการดูแลรักษาสาเหตุ ตามมาตรฐาน
2. ผู้สูงอายุและผู้ดูแล ได้รับความรู้ในการดูแลและปรับสภาพแวดล้อมได้เหมาะสม
3. จำนวนผู้สูงอายุที่เข้ารับบริการในหน่วยบริการจากภาวะพลัดตกหกล้มมีจำนวนลดลง
4. ผู้สูงอายุที่มีภาวะแทรกซ้อนหรือเสียชีวิต จากภาวะพลัดตกหกล้มลดลง และลดภาระค่าใช้จ่ายในการดูแลของครอบครัวและหน่วยบริการ

ส่วนที่ 3 แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน) ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการพัฒนาหมู่บ้านต้นแบบจัดการสิ่งแวดล้อมป้องกันผลิตตกหล่นอย่างมีส่วนร่วม (เผ่าระวังและป้องกันภาวะกระดูกหักจากการผลิตตกหล่นในผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง)

1. ผลการดำเนินงาน

1. ผู้สูงอายุได้รับการคัดกรอง เมื่อพบภาวะเสี่ยง ได้รับการดูแลรักษาสาเหตุ ตามมาตรฐาน
2. ผู้สูงอายุและผู้ดูแล ได้รับความรู้ในการดูแลและปรับสภาพแวดล้อมได้เหมาะสม
3. จำนวนผู้สูงอายุที่เข้ารับบริการในหน่วยบริการจากภาวะผลิตตกหล่นมีจำนวนลดลง
4. ผู้สูงอายุที่มีภาวะแทรกซ้อนหรือเสียชีวิต จากภาวะผลิตตกหล่นลดลง และลดภาระค่าใช้จ่ายในการดูแลของครอบครัวและหน่วยบริการ

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1. การบรรลุวัตถุประสงค์

- บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ  
 ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ เพราะ .....

2.2. จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการในแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ผู้ร่วมกิจกรรม จำนวน 80 คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับอนุมัติ	23,600 บาท
งบประมาณเบิกจ่ายจริง	23,600 บาท คิดเป็นร้อยละ 100
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน	0 บาท คิดเป็นร้อยละ .....

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ไม่มี  
 มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

.....  
แนวทางการแก้ไข (ระบุ)  
.....

ลงชื่อ ..... ผู้รายงาน

(นางสุนิสา รัตนางกูร)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

วันที่ 3 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2565

ภาพกิจกรรม โครงการพัฒนาหมู่บ้านต้นแบบจัดการสิ่งแวดล้อมป้องกันพืดตกหกล้มอย่างมีส่วนร่วม  
ปีงบประมาณ ๒๕๖๕

