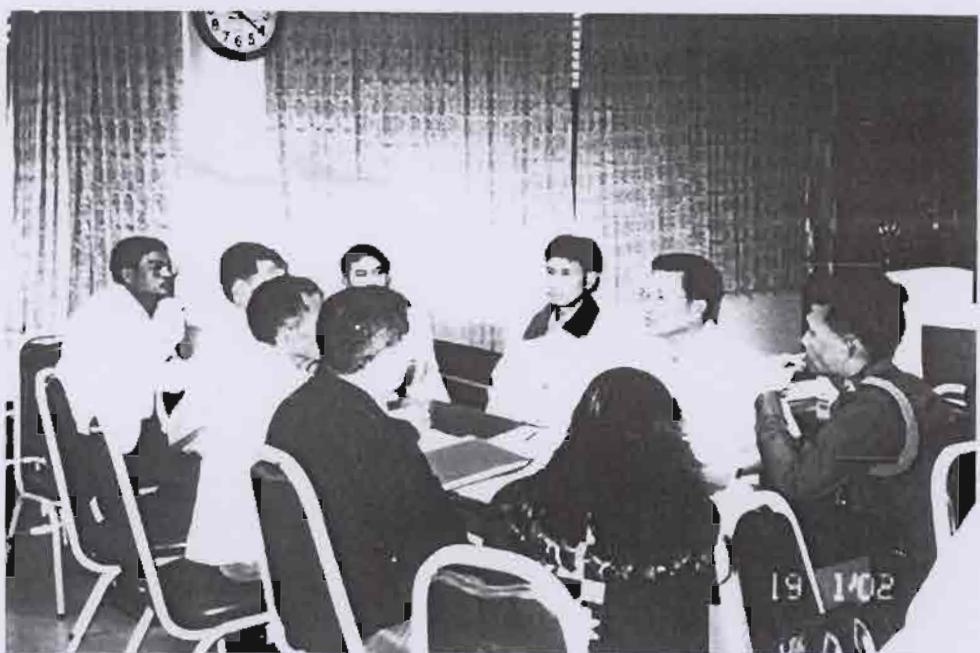




สนทนากลุ่มย่อยเพื่อทำความเข้าใจวิธีคิดและวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพของชาวบ้านในชุมชน



ເວທີຂາວບ້ານ ຮ່ວມກັນຄິດ ວິເຄຣະໜໍ ແລະ ຕັດສິນໃຈ ເພື່ອສຸກພາພຂອງຫຼຸມຫນໂດຍຫຼຸມຫນ



กิจกรรมที่ดำเนินการเพื่อสุขภาพของบุคคล โดยชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง



ร่วมกันคิดด้ดสินใจและร่วมรับผิดชอบต่อแผนงานโครงการที่ร่วมกันกำหนด



กิจกรรมเสริมศักยภาพอาสาสมัครรักษ์สุขภาพ มีทั้งการฝึกทักษะ การให้ข้อ
มูลที่จำเป็นโดยทีมสนับสนุนจากโรงพยาบาล และการอภิปรายแลกเปลี่ยน
ความคิดเห็นและประสบการณ์ของสมาชิก เพื่อให้อาสาสมัครมีความพร้อม
และเกิดความมั่นใจในการเป็นแกนนำด้านการดูแลสุขภาพดูแลในชุมชน



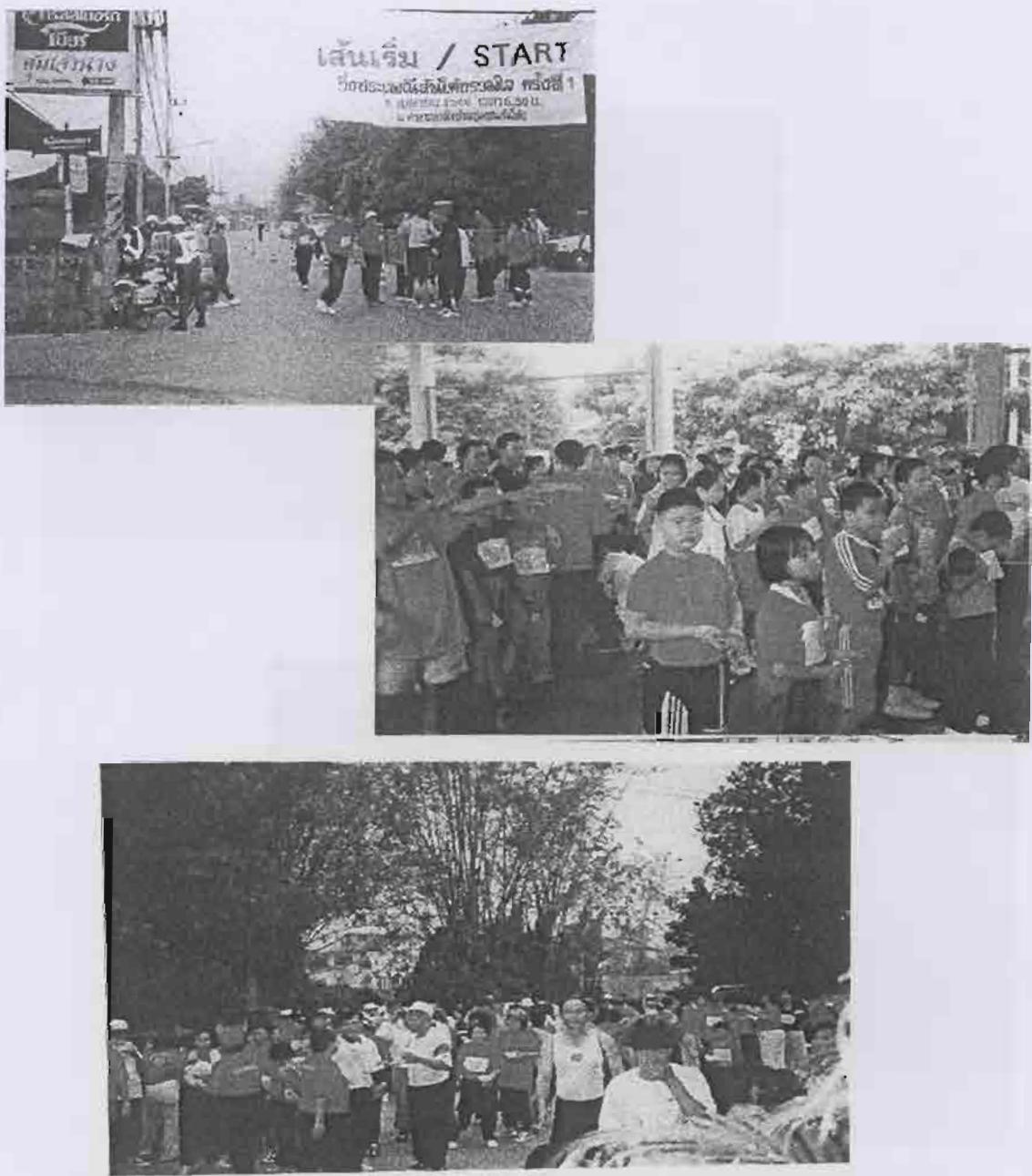
การออกหน่วยบริการของทีมสุขภาพจากโรงพยาบาลเชียงรายฯ เพื่อ
ค้นหาและคัดกรองผู้ที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคในชุมชน โดยมีกลุ่ม
อาสาสมัครรักษาสุขภาพของชุมชนเป็นผู้ประสานงานและช่วยเหลือ
อย่างใกล้ชิด



การพับประพุตคุยกันระหว่างกลุ่มแกนนำ ทีมสุขภาพ และกลุ่มอาสา
สมัครรักษ์สุขภาพในชุมชน มีขั้นทุกขูปแบบทั้งกลุ่มเล็ก กลุ่มใหญ่ ทั้งในโรง
พยาบาล ในชุมชน ในวัด และแม้แต่ในบ้านของแกนนำ หรืออาสาสมัครเอง
ทั้งกลางวัน และกลางคืน ขึ้นกับความพร้อมของผู้ที่เกี่ยวข้อง ทั้งนี้เพื่อสนับสนุน
แนวความคิดและให้เกิดการขับเคลื่อนอย่างมีทิศทางในชุมชน



กิจกรรมการดูแลสุขภาพแบบพื้นบ้าน เป็นอีกรูปแบบหนึ่งของการดูแลสุขภาพที่มีลักษณะอยู่ในชุมชนซึ่งชาวบ้านเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับบริการ



กิจกรรมเดิน วิ่ง หนึ่ง ในกิจกรรมต่างๆ เพื่อสนับสนุนให้คนในชุมชนทุกกลุ่มทุกเพศ ทุกวัย ได้ออกกำลังกายจนกลายเป็นประเพณีที่ทำสืบต่อไปด้วยชุมชนทุกฝ่ายเห็นว่า นอกจากจะเกิดประโยชน์ในด้านสุขภาพแล้ว ยังเป็นการสร้างสัมพันธ์อันดีของคนในชุมชน ด้วย



กลุ่มพื้นยัง ประกอบด้วย แม่บ้าน ครู และผู้เก่าริบอายุราชการในชุมชน ร่วมกันอนุรักษ์ และสืบสานศิลปวัฒนธรรมดั้งเดิมของชุมชนด้วยการทำ geleion ให้ส่วนต่างๆ ของร่างกายประกอบเสียงดนตรีที่เป็นกิจกรรมเกลือน ให้ออกกำลังกายอีกชุดหนึ่งที่สวยงามและให้ประโยชน์ในการสร้างสุขภาพที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของชาวชุมชน



กิจกรรมการแข่งขันกีฬาพื้นบ้าน เป็นอีกกิจกรรมหนึ่งในโครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย และยังถือเป็นกิจกรรมสืบสานวัฒนธรรมประเพณีอันดีงามของชุมชน ซึ่งสร้างความสัมพันธ์และบรรยายกาศที่อบอุ่นให้เกิดขึ้นในชุมชนตามที่หลายๆ คนต้องการเห็น จน ถูกกำหนดให้เป็นแผนประจำปีของชุมชนไปแล้ว โดยจะจัดขึ้นในวัน "ด้าหัว" ในช่วงวันหยุดสงกรานต์ของทุกปี



กิจกรรมออกหน่วยบริการเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายสำหรับประชาชนที่มาร่วมกันออกกำลังกายในชุมชน โดยทีมสุขภาพของโรงพยาบาลเชียงรายฯ ซึ่ง นอกจากการให้ข้อมูลแล้ว ยังมีการฝึกหัดใช้ในการประเมินสุขภาพหลังการออกกำลังกาย ทำให้ประชาชนให้ความสนใจ และมั่นใจในการออกกำลังกายมากขึ้น

ແບບສໍາຮວຈຂໍອມູລະຫຸມໜັນ

แบบสำรวจครอบครัว

วันเดือนปีที่สำรวจ ผู้สัมภาษณ์

ชุมชน สันติวงศ์ สันติวงศ์หลัง

ลักษณะบ้านอาศัย บ้านสองห้อง บ้านเดี่ยว

บ้านเลขที่

จำนวนสมาชิก คน ชาย คน หญิง คน

ผู้ให้สัมภาษณ์ สถานภาพในครัวเรือน

1. แหล่งน้ำที่ใช้ดื่ม น้ำฝน ประปา นาดาล น้ำบรรจุขวด
 อื่นๆ ระบุ
2. อธิบายความสะอาดน้ำดื่มน้ำดื่ม ไม่ได้ทำ ต้ม กรอง อื่นๆ
3. ส้วม ไม่ใช้ ส้วมคาดน้ำ ส้วมหลุม
4. อธิการกำจัดขยะ เผากลางแจ้ง เตาเผา/หลุม ฝังกลบ ทำบ่ำ
 - เก็บส่งเทศบาล/อบต.
 - ทิ้งกองขยะใกล้บ้าน
5. การแยกขยะ ทำ ไม่ได้ทำ
6. การกำจัดน้ำเสีย ภาชนะริเวณบ้าน ใช้หลุมซึ่ม ลงแม่น้ำ
 - ท่อระบายน้ำสาธารณะ
7. อ่านสลากก่อนใช้ยา/อาหาร/สารเคมี อ่าน ไม่อ่าน
8. ดูวันผลิต/วันหมดอายุของยา/อาหาร ดู ไม่ดู
9. ในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา สมาชิกมีการทำร้ายตัวเองหรือไม่
 - ไม่มี
 - มี วิธีการ

ระดับความรุนแรง ไม่ต้องเข้าโรงพยาบาล
 เข้ารักษาในโรงพยาบาล
 เสียชีวิต

10. เมื่อเจ็บป่วยเล็กน้อย พากผ่อนแล้วอาการไม่ทุเลา ส่วนใหญ่ท่านหรือสมาชิกในครัวเรือนทำอย่างไร

เรียนทำอย่างไร

วิธีการ(ตอบได้เพียง 1 คำตอบ)	เหตุผล (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
() 1. หาหมอดินบ้าน/พะ	() เดินทางสะดวก (มีyanพาหนะ,เดินไปถึง)
() 2. ซื้อยาจากร้านขายยาของใกล้บ้าน	() เสียค่าใช้จ่ายน้อย (รวมค่าเดินทางอีกด้วย), พร้อมเงินให้
() 3. ซื้อยาจากร้านขายยา	
() 4. หาแพทย์ประจำตัวบล	() เชื่อว่ารักษาหาย (ผู้ให้การรักษาเก่ง อุปกรณ์พร้อม)
() 5. ไปศูนย์สาธารณสุขมูลฐานชุมชน (ศสภช.)	() อธิบายด้วยของผู้ให้บริการดี
() 6. ไปสถานีอนามัย หรือ ศบส.	() สถานที่สะดวกสบาย
() 7. ไปโรงพยาบาลรัฐบาล (รพ.เชียงราย)	() ช่วงเวลาที่ให้บริการเหมาะสมสอดคล้องกับวิถีชีวิต
() 8. ไปโรงพยาบาลเอกชน	() เสียเวลาไม่มาก
() 9. ไปคลินิกเอกชน	() ชื่นชา ระบุ
() 10. อื่นๆ ระบุ	

11. เมื่อเจ็บป่วยรุนแรง ส่วนใหญ่ท่านหรือสมาชิกในครัวเรือนทำอย่างไร

วิธีการ (ตอบได้เพียง 1 คำตอบ)	เหตุผล (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
() 1. หาหมอดินบ้าน/พะ	() เดินทางสะดวก (มีyanพาหนะ,เดินไปถึง)
() 2. ซื้อยาจากร้านขายยาของใกล้บ้าน	() เสียค่าใช้จ่ายน้อย (รวมค่าเดินทางอีกด้วย), พร้อมเงินให้
() 3. ซื้อยาจากร้านขายยา	
() 4. หาแพทย์ประจำตัวบล	() เชื่อว่ารักษาหาย (ผู้ให้การรักษาเก่ง อุปกรณ์พร้อม)
() 5. ไปศูนย์สาธารณสุขมูลฐานชุมชน (ศสภช.)	
() 6. ไปสถานีอนามัย หรือ ศบส.	() อธิบายด้วยของผู้ให้บริการดี
() 7. ไปโรงพยาบาลรัฐบาล (รพ.เชียงราย)	() สถานที่สะดวกสบาย
() 8. ไปโรงพยาบาลเอกชน	() ช่วงเวลาที่ให้บริการเหมาะสมสอดคล้องกับวิถีชีวิต
() 9. ไปคลินิกเอกชน	() เสียเวลาไม่มาก
() 10. อื่นๆ ระบุ	() ชื่นชา ระบุ

၁၅၈

ପ୍ରକାଶନ କମିଶନ

2 = 1 จังหวัด

卷之三

หัวหน้าโครงการวิจัย

ชื่อ-สกุล นายนพเดช สุกัค ปิติภาร
วันเดือนปี 30 ธันวาคม 2495
ที่อยู่ปัจจุบัน 1039/9 ถ.สถานพยาบาล ต.เวียง อ.เมือง จ.เชียงราย 57000

ประวัติการศึกษา

- 2514-2518 วทน.(วิทยาศาสตร์การแพทย์) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2519-2520 แพทย์ศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2521 รุ่นบัตร โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
2523-2526 รุ่นบัตร กรมการแพทย์
2538-2539 ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสุขทักษิณราชวิทยาลัย

ประวัติการทำงาน

- 2521 ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลเพียง
2523 แพทย์ประจำบ้านกรมการแพทย์
2526 ศัลยแพทย์โรงพยาบาลเชียงรายประชาธิรัฐ
2534 หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาคุณภาพบริการและวิชาการ

งานวิจัย

- ด้านทุนค่าหน่วยของโรงพยาบาลเชียงราย (สรวส.)
- Clinical budget holding (สรวส.)
- เป็นกรรมการพิจารณาคุณภาพโรงพยาบาลตามระบบ ISO 9002
- เป็นที่นับถือในด้านคุณภาพโรงพยาบาลตามระบบ Hospital Accreditation

ประวัติผู้ร่วมวิจัย

ชื่อ-สกุล	วิภากรณ์ ปัญญาดี
ตำแหน่ง	นักวิชาการสาธารณสุข
สถานที่ทำงาน	กลุ่มงานสุขศึกษา โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ อ.เมือง จ.เชียงราย
การศึกษา	- 2526 ประกาศนียบัตรพยาบาลและพุทธศาสนา (วิทยาลัยพยาบาลลำปาง) - 2530 พยาบาลศาสตร์บัณฑิต (มหาวิทยาลัยสุข ใจทัยธรรมธิราช) - 2535 ด้วยคุณศาสตร์ครุภาระน้ำหนักดีด สาขาวิชาด้วยคุณศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข (มหาวิทยาลัยมหิดล)

ประสบการณ์

- 2535 ทำวิจัยเรื่องความต้องการในการปฏิบัติดูเพื่อป้องกันโรคเอ็คซ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในจังหวัดเชียงราย (วิทยานิพนธ์)
- 2539 ทำวิจัยเรื่องพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในจังหวัดเชียงราย
- 2540 พัฒนาฐานการจัดบริการสุขศึกษาเพื่อส่งเสริมการคุ้มครองสุขภาพ สำหรับศูนย์วิทยาลัยท่องเที่ยวให้เกิดชุมชนศูนย์วิทยาลัยท่องเที่ยวนี้
- 2541 โครงการพัฒนาระบบบริการสำหรับผู้ป่วยมาหาวน โดยเน้นการมีส่วนร่วมในการคุ้มครองของผู้ป่วยและเข้มงวดระบบบริการจากโรงพยาบาลศูนย์ถึงสถานีอนามัย
- 2542 ร่วมวิจัยในโครงการวิจัยเรื่องการมีส่วนร่วมของชุมชนในการบริหารโรงพยาบาลภารังษี (โดยคณะกรรมการศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล)

พี่ครัวรรณ ยอดประเสริฐ
ตัวแทนฯ นักวิชาการ
การศึกษา

- 2530 ประกาศนียบตรีพยาบาลและพุทธศาสนาและครรภ์ระดับต้น วิทยาลัยพยาบาลพระยา
- 2536 ปริญญาพยาบาลศาสตร์บัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
- 2540 ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชารส่งเสริมสุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประสบการณ์

- 2540 โปรแกรมการส่งเสริมการคุ้มครองในผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึงอินซูลิน (วิทยานิพนธ์)
- 2540 พัฒนาการส่งเสริมการคุ้มครองในผู้ป่วยเบาหวานที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลเชิงรายประชานุเคราะห์
- 2542 จัดทำโครงการส่งเสริมสมารรถภาพทางกายในกลุ่มเด็กน้ำที่โรงพยาบาล
- 2543 จัดทำโครงการหูรูปแบบการให้ข้อมูลข่าวสารสำหรับผู้ป่วยมะเร็งเต้านมหลังการผ่าตัดและได้รับเคมีบำบัดครบ
- 2543 จัดทำโครงการส่งเสริมการคุ้มครองในผู้ป่วยเบาหวานในเด็กและเยาวชน

สมุด วิริพงษ์สุขाचิ

การศึกษา วิทยาศาสตรบัณฑิต (สุขศึกษา) สถาบันราชภัฏเชียงราย
ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต (การส่งเสริมสุขภาพ) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

- ประสบการณ์
- ทีมงานวิจัยของครุพยาบาลสมเด็จพระยุพราช ผลงานวิจัยเรื่อง "การศึกษาทัศนคติการสัมมนาภานิรภัยของนักเรียนมัธยมศึกษา" (อ.เชียง ของ) อ.เชียงราย, อ.เด่นชัย อ.แพรว และ อ.ป้า จน่าน) 2541
 - รูปแบบการดำเนินงานสู่การเป็นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ (โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชเชียงของ อ.เชียงราย)
 - การพัฒนาศักยภาพผู้นำชุมชนสู่การเป็นชุมชนเข้มแข็ง (ต.แม่ริม อ.แม่ริม อ.เชียงใหม่)
 - การศึกษาทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายของเยาวชนกองทัพ 41 เชียงใหม่

ขมนภา ปิติภาร

ที่อยู่ปัจจุบัน 1037/9 ถ.สถานพยาบาล ต.เวียง อ.เมือง จ.เชียงราย 57000

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ 7 งานรักษาพยาบาลชุมชน กอุ่นงานเวชกรรมสังคม

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2521 วทบ.(พยาบาลและพดุงครรภ์) คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประสบการณ์

พ.ศ. 2538 ร่วมวิจัย โครงการวิจัยแบบมีส่วนร่วม เรื่อง โครงการพัฒนารูปแบบการคุ้มครองเด็กในชุมชนเขตเมือง จังหวัดเชียงราย

พ.ศ. 2538 ร่วมวิจัย โครงการวิจัยแบบมีส่วนร่วม เรื่อง รูปแบบการคุ้มครองเด็กในชุมชนเขตเมือง จังหวัดเชียงราย

พ.ศ. 2538 ทำวิจัยเรื่อง การไม่ได้รับการเขียนทะเบียนของผู้ป่วยวัย โกรจะะแพร เรื่อง ปัญหารับคุณที่ควรได้รับแก้ไขในพื้นที่ที่มีการระบบของไวรัสโคโรนา

วิลาวัลย์ อันันท์ชัยพัฒนา

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2522 - ประกาศนียบัตรพยาบาลอนามัยและพดุงครรภ์ วิทยาลัยพยาบาล กรุงเทพมหานคร

พ.ศ. 2526 - ประกาศนียบัตรการพยาบาลเฉพาะทางสาขาพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ ศิริราชพยาบาล

- วิชาศาสตร์บัณฑิต (สุขศึกษา) คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2533 - ประกาศนียบัตรการให้การปรึกษาแนะนำผู้ติดเชื้อเอ็คซ์ คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ประวัติการทำงาน

พ.ศ. 2522-2529 พยาบาลประจำการ รพ.เจริญกรุงประชารักษ์ กรุงเทพมหานคร

พ.ศ. 2529-ปัจจุบัน พยาบาลงานรักษาพยาบาลชุมชน กอุ่นงานเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์

พ.ศ. 2537 โครงการ Social Support ในผู้ติดเชื้อเอ็คซ์

พ.ศ. 2543 จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ในชุมชนผู้สูงอายุ

ประวัติผู้ร่วมวิจัยทุนชน

นางทองประกาย เพ้าวัฒนา

อายุ 61 ปี

ที่อยู่ บ้านเลขที่ 17 หมู่ 14 ถนน โค้งหลวง ต.เวียง อ.เมือง จ.เชียงราย 57000

โทรศัพท์ 053-711321

ประวัติการศึกษา- ประกาศนียบัตรพยาบาลพดุงครรภ์และอนามัย พ.พุทธชินราช จ.พิษณุโลก
- สาธารณสุขศาสตร์ (บริการ พ.) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมธิราช

ประวัติการทำงาน

อดีต หัวหน้าพยาบาล โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ ทำหน้าที่
รองผู้อำนวยการฝ่ายการพยาบาล

ปัจจุบัน - ข้าราชการบำนาญ

- ที่ปรึกษาโครงการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ
- คณะกรรมการพัฒนาโรงพยาบาล

นางบังอร ทิพสกุล

อายุ 62 ปี

ที่อยู่ บ้านเลขที่ 141 หมู่ 6 ถนน โค้งน้อย อ.เมือง จ.เชียงราย 57000

โทรศัพท์ 053-756660-1

ประวัติการศึกษา ครุศาสตร์บัณฑิต (ค.บ.)

ประวัติการทำงาน

อดีต ครูโรงเรียนบ้านสัน โค้ง เชียงรายชุมชนราษฎร์

ผู้ช่วยอาจารย์ใหญ่โรงเรียนบ้านสัน โค้ง เชียงรายชุมชนราษฎร์

ปัจจุบัน ข้าราชการบำนาญ

เจ้าของ "สวนชาเขียวไก่", "บังอรคอร์ฟ"

เป็นผู้นำสตรีขององค์กรพัฒนาเอกชนฯ

น.ส.อรอนงค์ วิลาศ
อายุ 61 ปี
ที่อยู่ บ้านเลขที่ 270 หมู่ 14 ถนนโค้งหลวง ต.เวียง อ.เมือง จ.เชียงราย 57000
โทร. 053-714448

ประวัติการศึกษา ปริญญาศึกษาศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ประวัติการทำงาน

- อดีต - ครูโรงเรียนอนุบาลเชียงราย
- ปัจจุบัน - ข้าราชการบำนาญ
- ตัวแทนอาสาสมัครคุณแม่ด้านสุขภาพ

นายบริพัตร สุตาวงศ์
อายุ 36 ปี
ที่อยู่ บ้านเลขที่ 66 หมู่ 15 ถนนโค้งน้อย ต.เวียง อ.เมือง จ.เชียงราย 57000
โทรศัพท์ 053-7522255
ประวัติการศึกษา สำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษา^{ป.4}
ประวัติการทำงาน เป็นคณะกรรมการชุมชนบ้านโค้งน้อย

นายดอนอน พานิช
อายุ 65 ปี
ที่อยู่ บ้านเลขที่ 13/1 ถนนโค้งน้อย ต.เวียง อ.เมือง จ.เชียงราย 57000
โทรศัพท์ 053-716140
ประวัติการศึกษา^{ป.4}
- จบชั้น ป.4, นักธรรมเอก

ประวัติการทำงาน

- เป็นกรรมการชุมชนฝ่ายการศึกษาและวัฒนธรรม
- เป็นมีคหบายก วัดเซตพุน บ้านโค้งน้อย
- เป็นประธานชุมชนบ้านบ้านโค้งน้อย