

สรุปผลการดำเนินงาน

โครงการเยาวชนรุ่นใหม่ เรียนรู้ดูแลสุขภาพตนเอง

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเล่าผู้

อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย

ปีงบประมาณ 2565



สนับสนุนงบประมาณ โดย

กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลป่าตึง

1. ชื่อโครงการ โครงการเยาวชนรุ่นใหม่ เรียนรู้ดูแลสุขภาพตนเอง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเล่าผู้ อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย ปีงบประมาณ 2565

2. หน่วยงานที่รับผิดชอบ: โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเล่าผู้

3. หัวหน้าโครงการ/คณะผู้ดำเนินการ :

3.1 นายไชยวุฒิ อุดมเดช นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

3.2 นางสาวสิริพร ศรีธิ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

4. หลักการและเหตุผล

การส่งเสริมสุขภาพเป็นกิจกรรมหนึ่งที่สำคัญและจำเป็นมาก เพราะการมีสุขภาพดีสมบูรณ์แข็งแรง ทั้งร่างกายและจิตใจเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของมนุษย์ที่ผู้อื่นไม่สามารถหยิบยื่นให้ได้ จึงเป็นหน้าที่ของทุกคนที่จะต้องแสวงหาและสร้างเสริมให้เกิดกับตนเอง พร้อมทั้งสามารถช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นที่อยู่ใกล้ชิดได้ด้วย การปฏิบัติเป็นประจำจนเป็นสุขนิสัย การปลูกฝังให้เด็กและเยาวชนตระหนัก ถึงความสำคัญของการมีสุขภาพดีจึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญยิ่ง การกระตุ้นปลูกจิตสำนึกให้เด็กและเยาวชนเกิดการเรียนรู้ สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีทางด้านสุขภาพแก่นักเรียนในโรงเรียน รู้จักเอาใจใส่ตนเอง มีพลานามัยสมบูรณ์ รักสะอาด ปราศจากโรคปลอดภัย มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

จากการให้บริการตรวจสุขภาพนักเรียนโดยเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเล่าผู้ ประจำปี 2564 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีปัญหาสุขภาพที่ไม่ร้ายแรง เป็นโรคที่ไม่สร้างความรำคาญ หรือติดต่อได้ง่าย เช่น ฟันผุ ร้อยละ 65.23 เหา ร้อยละ 32.14 และโรคผิวหนัง ร้อยละ 1.89 เป็นต้น ซึ่งโรคเหล่านี้ล้วนเป็นโรคที่สามารถป้องกันและดูแลรักษาได้ด้วยตนเองตั้งนั้น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเล่าผู้ จึงได้จัดทำโครงการเยาวชนรุ่นใหม่ เรียนรู้ดูแลสุขภาพตนเอง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเล่าผู้อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย ปีงบประมาณ 2565ขึ้น เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้และความตระหนัก เรื่องการดูแลสุขภาพตนเอง

5. วัตถุประสงค์

5.1 เพื่อให้ให้นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษามีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเอง

5.2 เพื่อประเมินสภาวะสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

6. สถานที่ดำเนินการ

หอประชุมโรงเรียนบ้านปางสา หมู่ที่ 17 ตำบลป่าตึง อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย

7. กลุ่มเป้าหมาย

นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา จำนวน 100 คน

8. เป้าหมาย

8.1 เป้าหมายเชิงปริมาณ

ร้อยละ 70 ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษามีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเอง

8.2 เป้าหมายเชิงคุณภาพ

ร้อยละ 70 ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาสามารถตรวจสุขภาพได้ด้วยตนเอง

8.3 เป้าหมายเชิงเวลา

ร้อยละ 100 ของกิจกรรม ดำเนินการได้ตามเป้าหมายในช่วงเวลาที่กำหนด

9. วิธีดำเนินการ

9.1 จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติดำเนินการ

9.2 ประสานกับโรงเรียนเพื่อสร้างความเข้าใจในการดำเนินงาน

9.3 จัดอบรมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพตนเองแก่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

9.4 ประเมินผลโครงการ

9.5 สรุปผลโครงการ

10. ระยะเวลาดำเนินการ

1 ตุลาคม 2564 ถึง 30 กันยายน 2565

ความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรม

เกณฑ์การประเมิน

คะแนนความพึงพอใจมีเกณฑ์ประเมินค่าเฉลี่ย ดังนี้

4.21 – 5.00	หมายถึง	มากที่สุด
3.41 - 4.20	หมายถึง	มาก
2.61 – 3.40	หมายถึง	ปานกลาง
1.81 – 2.60	หมายถึง	น้อย
1.0 – 1.8	หมายถึง	น้อยที่สุด

ตารางที่ 1 แสดงผลการประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ด้านกิจกรรม

ประเด็นความคิดเห็น	ค่าเฉลี่ย	ผลการประเมิน
1. หัวข้อบรรยายสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการประชุม	4.55	มากที่สุด
2. ระยะเวลาทั้งหมดของการประชุม	4.61	มากที่สุด
3. เนื้อหาสาระในการประชุมตรงกับความต้องการ	4.38	มากที่สุด

จากตารางที่ 1 การประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมด้านกิจกรรม พบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจอยู่ในเกณฑ์ “มากที่สุด” ทั้ง 3 หัวข้อ โดยมีค่าเฉลี่ย คือ 4.55, 4.61 และ 4.38

ตารางที่ 2 แสดงผลการประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ด้านวิทยากร

ประเด็นความคิดเห็น	ค่าเฉลี่ย	ผลการประเมิน
1. เทคนิคการนำเสนอของวิทยากร	4.66	มากที่สุด
2. วิทยากรนำเสนอเนื้อหาสาระครบถ้วนและน่าสนใจ	4.62	มากที่สุด
3. เอกสารประกอบการนำเสนอของวิทยากร	4.89	มากที่สุด
4. การบริหารเวลาของวิทยากร	4.72	มากที่สุด
5. ความพึงพอใจในวิทยากรโดยภาพรวม	4.84	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 การประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมด้านวิทยากร พบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจอยู่ในเกณฑ์ “มากที่สุด” ทั้ง 5 หัวข้อ โดยมีค่าเฉลี่ย คือ 4.66, 4.62, 4.89, 4.72 และ 4.84

ตารางที่ 3 แสดงผลการประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ด้านสถานที่ และอาหาร

ประเด็นความคิดเห็น	ค่าเฉลี่ย	ผลการประเมิน
1. ห้องประชุม	4.95	มากที่สุด
2. โสตทัศนูปกรณ์	4.88	มากที่สุด
3. อาหารและเครื่องดื่ม อาหารว่าง	4.74	มากที่สุด
4. ความพึงพอใจในสถานที่ และอาหารโดยภาพรวม	4.81	มากที่สุด

จากตารางที่ 3 แสดงผลการประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ด้านสถานที่ และอาหาร พบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจอยู่ในเกณฑ์ “มากที่สุด” ทั้ง 4 หัวข้อ โดยมีค่าเฉลี่ย คือ 4.95, 4.88, 4.74 และ 4.81

ตารางที่ 4 แสดงผลการประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ด้านประโยชน์ที่ได้รับ

ประเด็นความคิดเห็น	ค่าเฉลี่ย	ผลการประเมิน
1. ท่านได้รับประโยชน์จากการประชุม	4.63	มากที่สุด
2. ท่านคาดว่าจะนำความรู้ความเข้าใจ ที่ได้รับในครั้งนี ไปประยุกต์ใช้ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม	4.59	มากที่สุด
3. ท่านมีความพึงพอใจที่ได้เข้าร่วมการประชุม	4.76	มากที่สุด

จากตารางที่ 4 แสดงผลการประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ด้านประโยชน์ที่ได้รับ พบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจอยู่ในเกณฑ์ “มากที่สุด” ทั้ง 3 หัวข้อ โดยมีค่าเฉลี่ย คือ 4.63, 4.59 และ 4.76

สรุปผลการดำเนินงาน

โครงการเยาวชนรุ่นใหม่เรียนรู้ดูแลสุขภาพตนเอง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเล่าผู้ อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย ปีงบประมาณ 2565 ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจาก ผู้บริหาร ครูอนามัย โรงเรียน และนักเรียนทั้ง 100 คน ซึ่งจากการดำเนินโครงการดังกล่าว นักเรียน ได้มีกิจกรรมอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับสุขบัญญัติ การดูแลตนเองและการรักษาสุขภาพเมื่อเจ็บป่วย เพื่อเป็นการสร้างเสริมและปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพอนามัย ด้วยตนเองอย่างถูกต้อง และช่วยเหลือเกื้อกูลผู้ที่มีปัญหาด้านสุขภาพในเบื้องต้นได้ รวมถึงมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพมากขึ้น จากการทำแบบทดสอบหลังการอบรม พบว่า แกนนำนักเรียนด้านสุขภาพ มีความรู้ในด้านการส่งเสริมสุขภาพ ร้อยละ 98 ซึ่งผ่านเกณฑ์ที่กำหนด คือ ร้อยละ 80

ทางโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเล่าผู้หวังเป็นอย่างยิ่งว่า ผู้บริหาร และครูอนามัยโรงเรียน จะร่วมกันขับเคลื่อนงานอนามัยโรงเรียน เพื่อสุขภาพที่ดีของเด็กนักเรียน และเด็กนักเรียนสามารถดูแลสุขภาพอย่างมีส่วนร่วมและยั่งยืนต่อไป

การติดตามโครงการ

เข้าไปตรวจสุขภาพนักเรียนทุกคนหลังจบกิจกรรม 2 สัปดาห์ เพื่อประเมินว่านักเรียนได้นำความรู้ไปใช้ในการดูแลสุขภาพตนเอง และบุคคลรอบข้างได้อย่างถูกต้องหรือไม่

ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

ภาคผนวก

กำหนดการจัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพตนเองแก่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา
ตามโครงการเยาวชนรุ่นใหม่ เรียนรู้ดูแลสุขภาพตนเอง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเล่าผู้
อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย ปีงบประมาณ 2565

วันที่ 27 สิงหาคม 2565

ณ ห้องประชุมโรงเรียนบ้านปางสา หมู่ที่ 17 ตำบลป่าตึง อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย

วันที่ 27 สิงหาคม 2565

เวลา 8.30 – 9.00 น.	ลงทะเบียน
เวลา 9.00 – 10.00 น.	การดูแลสุขภาพสำหรับเด็กวัยเรียน โดย น.ส.วสี ยะกันมูล ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สต.ห้วยมะหินฝน
เวลา 10.00 – 10.30 น.	พัก
เวลา 10.30 – 12.00 น.	การส่งเสริมสุขภาพตามแนวทางสุขบัญญัติแห่งชาติ โดย น.ส.วสี ยะกันมูล ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สต.ห้วยมะหินฝน
เวลา 12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา 13.00 – 15.00 น.	การดูแลสุขภาพและปฐมพยาบาล กรณีเกิดเจ็บป่วยและอุบัติเหตุ โดย น.ส.วสี ยะกันมูล ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สต.ห้วยมะหินฝน
เวลา 15.00 – 15.30 น.	พัก
เวลา 15.30 – 16.30 น.	การฝึกปฏิบัติ ถาม-ตอบ ปัญหา โดย น.ส.วสี ยะกันมูล ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สต.ห้วยมะหินฝน

หมายเหตุ กิจกรรมสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

แบบประเมินความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพตนเองแก่

นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

วันที่ 27 สิงหาคม 2565

ณ ห้องประชุมโรงเรียนบ้านปางสา ตำบลป่าตึง อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ หลังข้อความที่ตรงกับความพึงพอใจของท่าน

หัวข้อที่ประเมิน	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความพึงพอใจในกิจกรรม					
1.1 หัวข้อบรรยายสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการประชุม					
1.2 ระยะเวลาทั้งหมดของการประชุม					
1.3 เนื้อหาสาระในการประชุมตรงกับความต้องการ					
2. ความพึงพอใจในวิทยากร					
2.1 เทคนิคการนำเสนอของวิทยากร					
2.2 วิทยากรนำเสนอเนื้อหาสาระครบถ้วนและน่าสนใจ					
2.3 เอกสารประกอบการนำเสนอของวิทยากร					
2.4 การบริหารเวลาของวิทยากร					
2.5 ความพึงพอใจในวิทยากรโดยภาพรวม					
3. ความพึงพอใจในสถานที่ และอาหาร					
3.1 ห้องประชุม					
3.2 โสตทัศนูปกรณ์					
3.3 อาหารและเครื่องดื่ม อาหารว่าง					
3.4 ความพึงพอใจในสถานที่ และอาหารโดยภาพรวม					
4. ความพึงพอใจและประโยชน์ที่ได้รับจากการอบรม					
4.1 ท่านได้รับประโยชน์จากการประชุม					
4.2 ท่านคาดว่าจะนำความรู้ความเข้าใจ ที่ได้รับในครั้งนี้ ไปประยุกต์ใช้ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม					
4.3 ท่านมีความพึงพอใจที่ได้เข้าร่วมการประชุม					

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติม

.....

ขอขอบคุณในความร่วมมือนะ

แบบทดสอบก่อน และหลังการอบรม

กิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพตนเองแก่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. อาบน้ำอย่างไรจึงจะทำให้ร่างกายสะอาดที่สุด
 - ก. อาบน้ำด้วยน้ำอุ่น
 - ข. ใช้ครีมอาบน้ำที่มีราคาแพง
 - ค. ฟอกถูสบู่ให้ทั่วตัว
2. การตัดเล็บให้สั้นอยู่เสมอ มีผลดีอย่างไร
 - ก. ทำให้เล็บแข็งแรงขึ้น
 - ข. ทำให้เล็บเป็นเงางาม
 - ค. ป้องกันสิ่งสกปรกที่ติดที่ซอกเล็บ
3. การดูแลรักษาฟันที่ทำได้ทุกวันและง่ายที่สุดคือข้อใด
 - ก. แปรงฟันทุกวัน
 - ข. ไปตรวจฟันกับทันตแพทย์
 - ค. กินผลไม้ที่มีลักษณะแข็ง
4. ข้อใดเป็นวิธีป้องกันการเจ็บป่วย
 - ก. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
 - ข. กินอาหารเสริมที่มีราคาแพง
 - ค. สวมใส่เสื้อผ้าที่มีคุณภาพดี
5. ข้อใดเป็นวิธีดูแลรักษาเท้าที่ถูกต้อง
 - ก. ทาสีเล็บเท้าให้สวย
 - ข. สวมถุงเท้าขณะอยู่ในบ้าน
 - ค. สวมรองเท้าขณะออกจากบ้าน
6. ข้อใดไม่ใช่สาเหตุของฟันผุ
 - ก. กินอาหารมากเกินไป
 - ข. อมลูกกวาดอยู่เสมอ
 - ค. ไม่แปรงฟันทุกวัน
7. ใครปฏิบัติตนไม่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพ
 - ก. เนียนกินขนมที่มีสีสดใสจัด
 - ข. นิมออกกำลังกายทุกวัน
 - ค. นอนไม่ไกรรที่เพื่อนแกล้ง

8. การนอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอจะทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพอย่างไร
- ทำให้ร่างกายแคะแกระแกร็น
 - ทำให้หายใจลำบาก
 - ทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย
9. ถ้ามีความจำเป็นที่ต้องกลับบ้านดึก นักเรียนไม่ควรทำตามข้อใด
- ให้พ่อแม่มารับ
 - ให้คนแปลกหน้าไปส่ง
 - ให้ผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้ไปส่ง
10. ถ้าเพื่อนเตะฟุตบอลมาโดนเราโดยที่ไม่ตั้งใจนักเรียนควรทำอย่างไร
- ไปบอกครูว่าเพื่อนแกล้ง
 - ต่อว่าเพื่อนอย่างรุนแรง
 - ให้อภัยเพื่อน
11. ข้อใดเป็นประโยชน์ของการปฐมพยาบาล
- ช่วยให้คนเจ็บมีกำลังใจที่ดีขึ้น
 - ทำให้ผู้บาดเจ็บมีสุขภาพแข็งแรง
 - การบรรเทาผู้มีอาการบาดเจ็บให้มีอาการทุเลาลง
12. ข้อใดเรียกว่าเป็นการปฐมพยาบาล
- แม่ทำแผลให้ลูกที่ถูกมีดบาด
 - พยาบาลเช็ดตัวให้คนไข้
 - คนป่วยซื้อยาจากเภสัชกร
13. การใช้นิ้วกดบาดแผลที่มีเลือดไหลมีจุดมุ่งหมายเพื่ออะไร
- ป้องกันเชื้อโรคเข้าแผล
 - ห้ามเลือดให้หยุดไหล
 - ไม่ให้บาดแผลเปิดกว้าง
14. ข้อใดคือการปฐมพยาบาลผู้ที่กระดูกหัก
- ดึงกระดูกให้เข้าที่
 - บีบนวดทาน้ำมัน
 - ใส่เฝือกชั่วคราว
15. หลังการปฐมพยาบาลผู้ป่วยแล้วควรปฏิบัติอย่างไร
- เคลื่อนย้ายผู้ป่วยไปที่ห้องนอน
 - รีบนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็ว
 - รีบตามญาติของผู้ป่วยมาดูแล

ภาพกิจกรรม



