

8.3.3 การจัดกิจกรรมสุขศึกษากลุ่มป่วย

โดยใช้แผนแผนการจัดกิจกรรมสุขศึกษา ผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมคลินิกเบาหวานระยะสงบ
การคัดเลือกผู้เข้าร่วมคลินิก

เกณฑ์คัดเข้า

1. ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีความสนใจ
2. อายุ 18 ปีขึ้นไป
3. ได้รับการวินิจฉัยมาไม่เกิน 5 ปี (หากเกินขึ้นอยู่กัลดยพินิจของแพทย์)
4. ผ่านการประเมินจากแพทย์ผู้ดูแลว่าเหมาะสม

เกณฑ์คัดออก

1. ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 1
2. อายุต่ำกว่า 18 ปี หรือเบาหวานในเด็ก/วัยรุ่น
3. ได้รับการวินิจฉัยมาไม่เกิน 5 ปี (หากเกินขึ้นอยู่กัลดยพินิจของแพทย์)
4. มีโรคร่วมรุนแรง (โรคไตเรื้อรัง, หัวใจล้มเหลว, โรคหลอดเลือดสมอง หรือหัวใจขาดเลือด)

กิจกรรม

1. สร้างสัมพันธภาพต้อนรับผู้ป่วยและญาติ
2. ชี้แจงโครงการ อธิบายเป้าหมายของ "เบาหวานระยะสงบ
3. ประเมินความรู้ ทักษะการดูแลตัวเอง และพฤติกรรมสุขภาพรายบุคคล
4. คำนวณข้อมูลสุขภาพของผู้ป่วยให้เห็นภาพปัญหาของตนเองชัดเจนขึ้น
5. สร้างแรงจูงใจ ตั้งเป้าหมายร่วมกัน (Goal Setting) ระหว่างเจ้าหน้าที่และผู้ป่วย เพื่อให้เกิดความ

มุ่งมั่น

6. ให้สุศึกษาการดูแลด้านอาหารและการออกกำลังกาย
7. ฝึกทักษะการเจาะDTXหลังอาหาร
8. อธิบายการใช้สมุดคู่มือเบาหวานหยุดยา
9. อธิบายการส่งข้อมูลDTXหลังอาหาร ถ่ายรูปอาหาร บันทึกการอาหารส่งข้อมูลผ่าน Line Group เพื่อให้แพทย์พิจารณาการ "ลดยาหรือหยุดยา"
10. นัดติดตามค่า HbA1C ครั้งถัดไป
11. คำนวณข้อมูลให้ผู้ป่วยทราบและสนับสนุนการคงอยู่พฤติกรรมที่เหมาะสม
12. ประเมินความพึงพอใจ

ภาพกิจกรรมการสอบสุขศึกษาในคลินิกโรคเรื้อรัง

