



NAKLANG LIFESTYLE CHANGE



R8 LIFESTYLE CHANGE 1001

ตัวชี้วัดที่ 1

ประชากรอายุ 35 ปี ขึ้นไปในเขตรับ
ผิดชอบที่ได้รับการคัดกรองโรคเบา
หวาน มากกว่าร้อยละ 100

ตัวชี้วัดที่ 2

1 จังหวัด คัดเลือก อำเภอนำร่อง
ที่มีนวัตกรรมการจัดการที่นำไป
สู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของ
กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน อย่าง
น้อย 1 อย่าง

R8 Life style Change
อำเภอนากลาง
จังหวัดหนองบัวลำภู
NCDs นากลางวิทยา

ตัวชี้วัดที่ 3

ร้อยละของผู้ป่วยเบาหวาน
ชนิดที่ 2 ที่เข้าสู่โรคเบา
หวานระยะสงบ (DM
remission) ต่อผู้ป่วยเบา
หวานชนิดที่ 2 ทั้งหมดใน
พื้นที่ \geq ร้อยละ 10

ตัวชี้วัดที่ 4

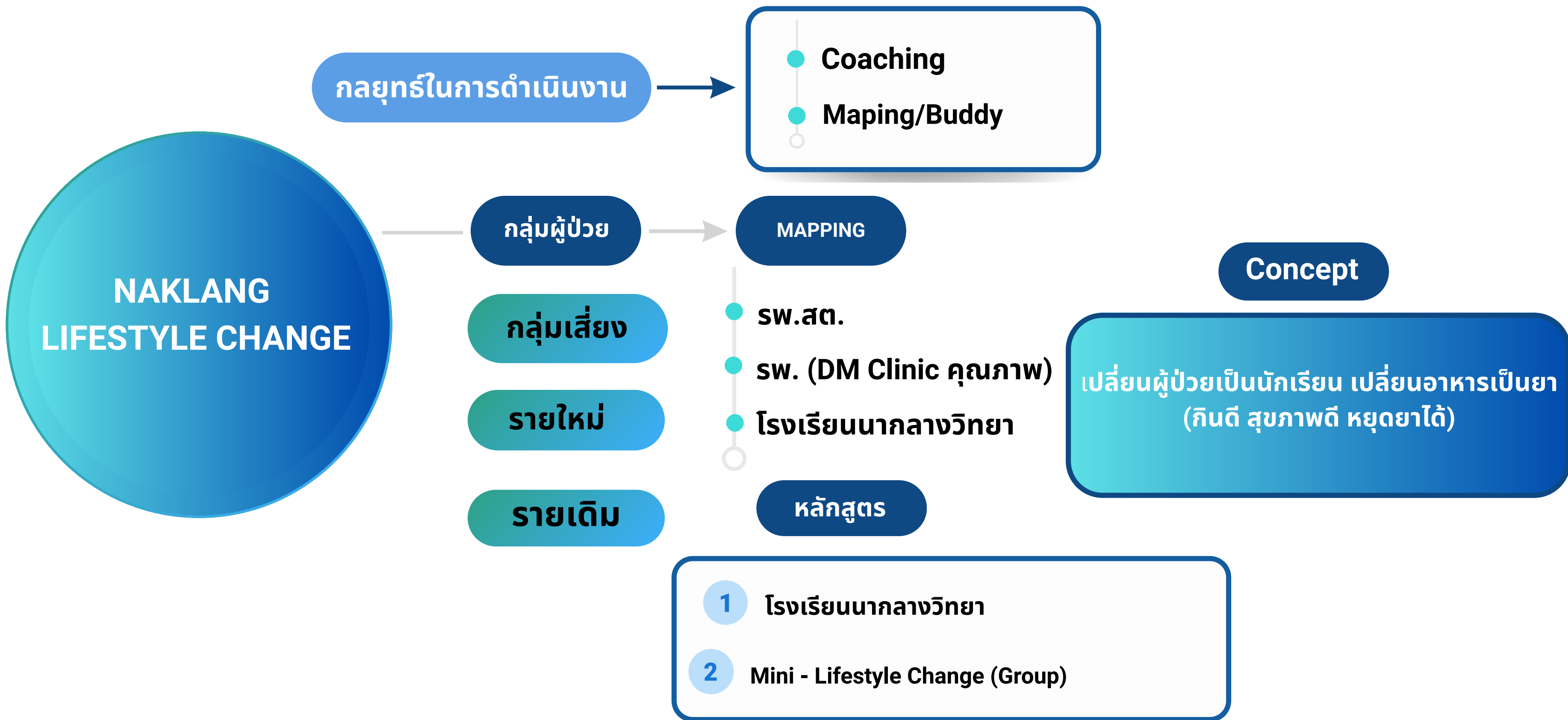
ผู้ป่วย DM เข้าสู่กระบวนการNAKLANG
LIFESTYLE CHANGE 100 % (R81001)



NAKLANG LIFESTYLE CHANGE



R8 LIFESTYLE CHANGE 1001



กลยุทธ์ในการดำเนินงาน

- Coaching
- Mapping/Buddy

NAKLANG LIFESTYLE CHANGE

กลุ่มผู้ป่วย

กลุ่มเสี่ยง

รายใหม่

รายเดิม

MAPPING

- sw.สต.
- sw. (DM Clinic คุณภาพ)
- โรงเรียนนากลางวิทยา

Concept

เปลี่ยนผู้ป่วยเป็นนักเรียน เปลี่ยนอาหารเป็นยา (กินดี สุขภาพดี หยุดยาได้)

หลักสูตร

- 1 โรงเรียนนากลางวิทยา
- 2 Mini - Lifestyle Change (Group)



NAKLANG MODEL

ภายใน R8 lifestyle change 1001

1001 = 100% ภายใน 1 ปี หมายถึง 100% ของผู้ป่วย DM type 2 เข้าร่วมโปรแกรม

PLANNING & DESIGN (วางแผนและการออกแบบ)

เป็น 100% ใน 1 ปี

กลุ่มเป้าหมาย

- กลุ่มเสี่ยง :
- รายใหม่
- รายเดิม

แผนงาน : 1 ปี

ผลลัพธ์

- คัดกรอง > 90%
- Remission 1% : 74 ราย
- Lifestyle Change 100%

HOW TO (วิธีการสอนและโค้ช)

Coach

- Buddy สถานที่ : sw./sw.สต
- Coaching :ครู ก./ครู ข./อสมปรับเปลี่ยนทุกหมู่บ้าน
- Team : สหวิชาชีพ

Process

- แผนงาน : Conceptual Framework
- **หลักสูตร**
 - โรงเรียนนากลางวิทยา /DM Remission
 - Mini - Lifestyle Change (Group)

GUIDING (การให้คำแนะนำและดูแล)

- Guideline
หลักสูตรโรงเรียนเบหควานวิทยา
โดยสหวิชาชีพ
หลักสูตร Remission

Refernce

- หลักสูตร DM Remission กรมควบคุมโรค
- สมาคมโรคเบาหวาน
- Lifestyle Change Medicine
- Self care

M&E (การติดตามและการประเมินผล)

ผลลัพธ์ KPI :

ร้อยละ Lifestyle Change 100%
ร้อยละ ผู้ป่วยลดยา
ร้อยละ ผู้ป่วยหยุดยา

การต่อยอดและการพัฒนา

- CQI
- Research



NAKLANG LIFESTYLE CHANGE 100 %

R8 LIFESTYLE CHANGE 1001

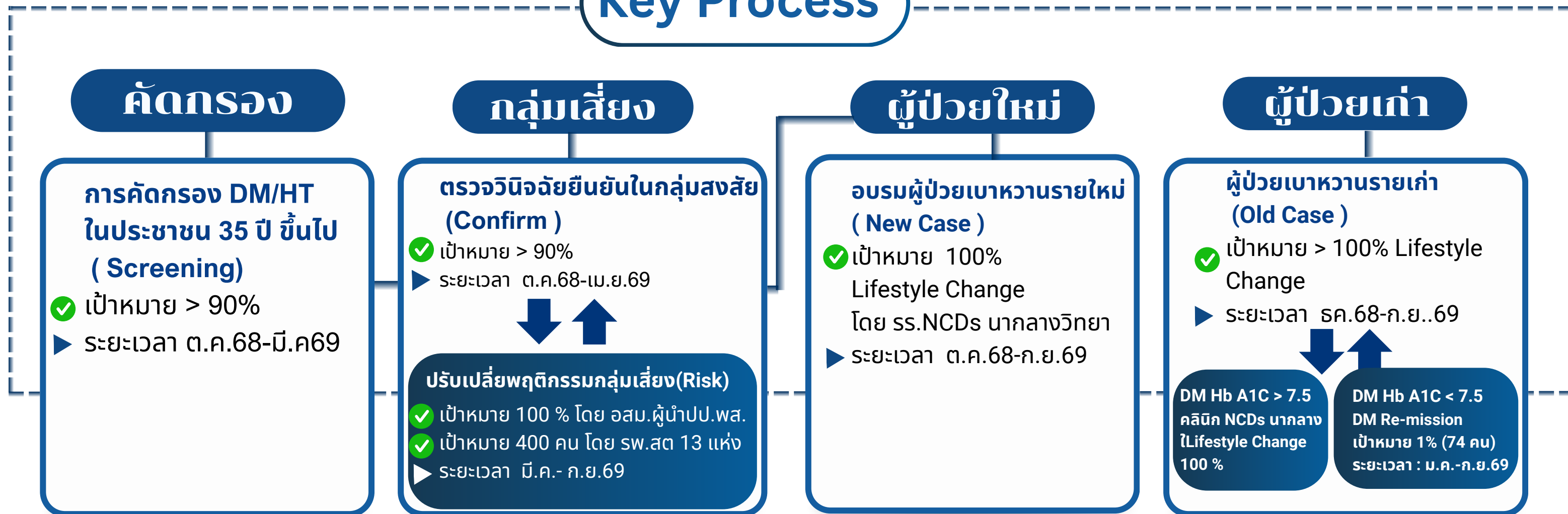
สถานการณ์

- กลุ่มเป้าหมายคัดกรอง 35 ปีขึ้นไป 41,998 ราย
- กลุ่มเสี่ยง DM = 525 ราย HT=1,452 ราย
- กลุ่มสงสัย DM = 222 ราย HT= 908 ราย
- กลุ่มป่วย DM = 7,073 ราย HT= 9,225 ราย
- กลุ่ม DM HbA1C <7 = 1,172 ราย

Key Work

- MOU / อำเภอนำร่อง
- กำหนดเป็นประเด็นปัญหา พขอ / พต
- มหกรรมขับเคลื่อน NCDs Lifestyle Change Naklang
- มีต้นทุนเรื่อง Selfecare และ โรงเรียน NCDs นากลางวิทยา
- อสม. ผู้นำปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ 127 คน

Key Process





แผนการดำเนินงานตามหลักสูตร



หลักสูตร	กลุ่มเป้าหมาย	Mapping	แผนการดำเนินการ	ระยะเวลา
1.โรงเรียนนากลางวิทยา	<ul style="list-style-type: none"> กลุ่มเสี่ยง 	SW.สต. (ครู ก/ข/อสม ปรับเปลี่ยน)	<ul style="list-style-type: none"> หลักสูตร Self Care กลุ่มเสี่ยง sw.สต. (จำนวน 40 คน*13 sw.สต.) ติดตาม 4 ครั้ง 1 week > 1 week > 1 month > 3 month อสม./ นศค. เคาะประตูบ้าน กลุ่มเสี่ยงที่ไม่ประสงค์เข้ากิจกรรมกลุ่ม 3อ. 2ส. ติดตามทุก 6 เดือน 	<ul style="list-style-type: none"> มี.ค.69 - ก.ย.69
	<ul style="list-style-type: none"> รายใหม่ DM Re-mission 	SW. (ครู ก/สหวิชาชีพ)	<ul style="list-style-type: none"> รายใหม่ ทุกรายให้ความรู้ 3อ. 2ส. โดยสหวิชาชีพ DM Clinic รายสมัครใจ > โรงเรียนนากลางวิทยา (ติดตาม 6 ครั้ง) DM Re-mission (74 ราย*6 ครั้ง) 	<ul style="list-style-type: none"> มี.ค.69 - ก.ย.69
2. Mini - Lifestyle Change (Group)	<ul style="list-style-type: none"> รายเดิม 	sw. (DM Clinic คุณภาพ)	<ul style="list-style-type: none"> รายเก่า 6,047 ราย (250 ราย*24 รุ่น) "รู้โรค รู้ใจ รู้กาย รู้กิน รู้นอน รู้ออกกำลังกาย" ติดตามทุก 3 เดือน 	<ul style="list-style-type: none"> มี.ค.69 - มี.ค.70



NAKLANG LIFESTYLE CHANGE



สรุปผลการดำเนินงาน

ตัวชี้วัดที่ 1

ประชากรอายุ 35 ปี ขึ้นไปในเขตรับ
ผิดชอบที่ได้รับการคัดกรองโรคเบา
หวาน มากกว่าร้อยละ 100

96.33%



ตัวชี้วัดที่ 2

1 จังหวัด คัดเลือก อำเภอนำร่อง
ที่มีนวัตกรรมการจัดการที่นำไป
สู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของ
กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน อย่าง
น้อย 1 อย่าง

R8 Life style Change
นำร่องอำเภอนากลาง
โรงเรียนนากลางวิทยา



ตัวชี้วัดที่ 3

ร้อยละของผู้ป่วยเบาหวาน
ชนิดที่ 2 ที่เข้าสู่โรคเบา
หวานระยะสงบ (DM
remission) ต่อผู้ป่วยเบา
หวานชนิดที่ 2 ทั้งหมดใน
พื้นที่ \geq ร้อยละ 10

7.05 %



ตัวชี้วัดที่ 4

ผู้ป่วย DM เข้าสู่กระบวนการNAKLANG
LIFESTYLE CHANGE 100 % (R81001)

ระหว่างดำเนินการ
มี.ค.69 - มี.ค.70

