

แบบรายงานการจัดโครงการป้องกันควบคุมโรคติดต่อและภัยสุขภาพในชุมชน
กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลประทาย

วันที่ ๒๗ เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๙

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลประทาย

ตามหนังสือ ที่ นม ๐๐๓๓.๓๐๑.๑๐/๓๑ ลงวันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๙ อนุมัติให้ข้าพเจ้านางสาวกุสุมาภรณ์ โสภาบุตร ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ จัดโครงการป้องกันควบคุมโรคติดต่อและภัยสุขภาพในชุมชน เขตองค์การบริหารส่วนตำบลประทาย วันที่ ๒๖ เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๙ รวม ๑ วัน ณ ห้องประชุมเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา ชั้น ๒ อาคารอุดม-บุญมี ผู้เข้าร่วมประชุมประกอบด้วย ผู้นำชุมชน/ผู้ใหญ่บ้าน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) รวมจำนวนทั้งสิ้น ๕๖ คน งบประมาณค่าใช้จ่ายในการจัดประชุม รวมทั้งสิ้น จำนวน ๙,๖๕๐ บาท (เก้าพันหกร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

๑.สรุปเนื้อหาสาระสำคัญของโรคติดต่อในชุมชน

ปัญหาสุขภาพในชุมชนไทย ประกอบด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) เช่น เบาหวาน ความดัน มะเร็ง ที่เพิ่มสูงจากพฤติกรรมการกินและขาดออกกำลังกาย โรคติดต่อ เช่น ไข้หวัดใหญ่ อูจจาระร่วง ไข้เลือดออก โรคพิษสุนัขบ้า โรคไข้หัด เป็นต้น ปัญหา สุขภาพจิต ความเครียด รวมถึงปัญหาสิ่งแวดล้อม (มลพิษทางอากาศ/เชื้อรา) และภัยจากยาเสพติดในเยาวชน

โรคติดต่อ คือ โรคที่เกิดจากการติดเชื้อของเชื้อโรคต่าง ๆ เช่น แบคทีเรีย, ไวรัส, เชื้อรา หรือปรสิต ซึ่งสามารถแพร่กระจายจากบุคคลหนึ่งไปยังบุคคลอื่นได้ โดยสามารถแพร่ได้ผ่านทางสัมผัสโดยตรง การหายใจ การกินอาหารหรือดื่มน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อโรค หรือผ่านสัตว์พาหะ

๑. โรคที่เกิดจากยุงเป็นพาหะหลักๆ ได้แก่ ไข้เลือดออก (ยุงลาย), ชิคุนกุนยาหรือไข้ปวดข้อยุงลาย (ยุงลาย), ไข้สึคา (ยุงลาย), ไข้มาลาเรีย (ยุงก้นปล่อง) และไข้สมองอักเสบ (ยุงรำคาญ) ซึ่งมักมีอาการไข้สูง ปวดเมื่อยตามตัว ผื่นขึ้น หรือปวดข้อรุนแรง ควรป้องกันโดยการทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงและใช้สเปรย์กันยุง ควบคุมป้องกันโรคโดยเน้นย้ำให้ประชาชนปฏิบัติตามมาตรการ ๖ป ๒ข ได้แก่ ปิดฝาภาชนะขังน้ำให้สนิท เพื่อไม่ให้ยุงลายวางไข่ เปลี่ยนน้ำในภาชนะต่างๆ ทุก ๗ วัน เช่น แจกัน กระถางต้นไม้ ปลอ่ยปลาในลูกน้ำ (เช่น ปลาหางนกยูง) ในภาชนะที่ใส่น้ำถาวร ปรับปรุงสิ่งแวดล้อมให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ปลอดภัย ปฏิบัติเป็นประจำจนเป็นนิสัย ขัดล้างภาชนะที่บรรจุน้ำ เพื่อทำลายไข่ยุงที่ติดอยู่ข้างภาชนะ และเช็ดหรือเก็บเศษขยะ ท่อระบายน้ำไม่ให้มีน้ำขัง

๒.โรคพิษสุนัขบ้า (Rabies) หรือโรคกลัวน้ำ (Hydrophobia) คือ โรคติดต่อจากสัตว์สู่คนที่มีอันตรายร้ายแรง โดยผู้ป่วยที่สัมผัสกับสัตว์ติดเชื้อ จะได้รับเชื้อไวรัสโรคพิษสุนัขบ้าผ่านทางน้ำลายของสัตว์ที่กัด/ข่วน/เลียบริเวณบาดแผล ทำให้เกิดอาการทางระบบประสาท เช่น ชัก ประสาทหลอน อัมพาต โดยโรคพิษสุนัขบ้าเป็นโรคร้ายแรงถึงชีวิต เนื่องจากปัจจุบันยังไม่มียารักษาโรค อย่างไรก็ตามโรคนี้อาจป้องกันได้ โดยการฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้า มาตรการโรคพิษสุนัขบ้าที่สำคัญคือ "เลี้ยงสัตว์อย่างรับผิดชอบ ป้องกันตนเองไม่ให้ถูกกัด และรีบรักษาเมื่อสัมผัสเชื้อ" โดยเจ้าของต้องพาสัตว์เลี้ยงฉีดวัคซีนป้องกันครั้งแรกเมื่ออายุ ๒-๔ เดือน และฉีดซ้ำทุกปี หลีกเลี่ยงการถูกกัดด้วย "คาถา ๕ ย. ได้แก่ ๑. อย่าเหยียบให้โมโห ๒. อย่าเหยียบหาง/หัว/ขา/ตัว ให้ตกใจ ๓. อย่าแยกสัตว์ที่กัดกันด้วยมือเปล่า ๔. อย่าหยิบงานข้าวหรือแย่งของเล่น ๕. อย่ายุ่งกับสุนัขที่ไม่รู้ประวัติ" หากถูกข่วนหรือกัด ให้รีบ ล้างแผล ใส่ยา กักสุนัข และไปพบแพทย์ทันที

๓.โรคไข้หัด เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย *Streptococcus suis* ติดผ่านการกินเนื้อ/เลือดหมูดิบ หรือสัมผัสหมูติดเชื้อผ่านบาดแผล ทำให้มีไข้สูง ปวดศีรษะ เวียนหัว ทรงตัวไม่ได้ และประสาทหูอักเสบจนหูหนวกถาวรหรือเสียชีวิตได้ โดยมักมีอาการภายใน ๓-๕ วันหลังได้รับเชื้อ เน้นย้ำรับประทานแบบปรุงสุกเท่านั้น แยกอุปกรณ์ที่ใช้กับ

เนื้อหมูดิบและหมูสุก (เช่น เชียง, มิด, ซ้อน) สวมถุงมือและรองเท้าบูทเมื่อต้องสัมผัสเนื้อหมูสด โดยเฉพาะผู้ที่มีความเสี่ยงสูง ไม่ซื้อเนื้อหมูที่กลิ่นเหม็น หรือตายผิดปกติ

๔. วัณโรคปอด (Pulmonary TB) เป็นโรคติดเชื้อแบคทีเรียที่แพร่กระจายผ่านอากาศจากการไอ/จาม อาการสำคัญคือไอเรื้อรังนานกว่า ๒ สัปดาห์ ไข้ต่ำตอนบ่าย เหงื่อออกกลางคืน น้ำหนักลด และเบื่ออาหาร สามารถรักษาหายขาดได้ด้วยการกินยาต่อเนื่องอย่างน้อย ๖ เดือน สามารถป้องกันได้โดยการสวมหน้ากากอนามัยเมื่อไปในสถานที่สาธารณะ หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยวัณโรค ตรวจสุขภาพร่างกายทุกปีโดยควรตรวจเอกซเรย์ปอด อย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง

๕. โรคไข้ดิน หรือ โรคเมลิโออยโดสิส (Meliodosis) เป็นโรคติดเชื้อที่อยู่ในดินและน้ำ พบมากในหน้าฝน โดยเฉพาะในภาคอีสานและเกษตรกร ติดเชื้อได้จากการสัมผัสดิน/น้ำผ่านแผล สูดดมฝุ่น หรือกินปนเปื้อนเชื้อ ทำให้มีไข้สูง ปวดเมื่อย ผื่นแดง เสี่ยงเสียชีวิตหากรักษาช้า ควรใส่รองเท้าบูทและล้างมือ

๖. โรคไข้รากสาดใหญ่ หรือสครับไทฟัส (Scrub typhus) เป็นโรคติดเชื้อแบคทีเรียผ่านการกัดของไรอ่อน ที่อาศัยอยู่ตามพุ่มไม้และป่า อาการเด่นคือไข้สูงเฉียบพลัน ปวดศีรษะรุนแรง ปวดเมื่อยตามตัว และมักพบแผลสีดำคล้ายบุหรี่จี้บริเวณที่ถูกกัด ไม่คัน ไม่เจ็บ การป้องกันการถูกไรอ่อนกัด ควรสวมเสื้อผ้าปิดมิดชิด เช่น กางเกงขายาว เสื้อแขนยาว ใช้ยากันยุงหรือสารป้องกันแมลงทากผิวหนังและเสื้อผ้า หลีกเลี่ยงการนั่งหรือนอนบนพื้นหญ้า พุ่มไม้ และควรอาบน้ำทำความสะอาดร่างกายและซักเสื้อผ้าทันทีหลังกลับจากพื้นที่เสี่ยง

๗. โรคฉี่หนู (Leptospirosis) คือโรคติดเชื้อแบคทีเรียที่แพร่จากสัตว์สู่คน โดยเฉพาะช่วงฤดูฝนหรือน้ำท่วม เชื้อจากปัสสาวะหนู หมู วัว ควาย ปนเปื้อนในน้ำและดิน ไซ้เข้าแผลหรือผิวหนังอ่อนนุ่ม ทำให้มีไข้สูงเฉียบพลัน ปวดกล้ามเนื้อ (โดยเฉพาะน่อง) และตาแดง เนื่องจากโรคนี้สามารถทำให้เสียชีวิตได้ หากผู้ป่วยมีอาการควรรีบพบแพทย์ทันที สามารถป้องกันได้โดย หลีกเลี่ยงการเดินลุยน้ำท่วมขังหรือแช่น้ำนานๆ หากจำเป็นควรสวมรองเท้าบูท รับประทานอาหารทำความสะอาดร่างกายทันทีหลังจากลุยน้ำหรือยาโคลน ปิดบาดแผลตามร่างกายด้วยพลาสติกกันน้ำ ก่อนสัมผัสน้ำหรือดิน และดูแลสิ่งแวดล้อม กำจัดขยะและหนูบริเวณบ้าน

๘. ไข้หวัด (Common Cold) คือการติดเชื้อไวรัสบริเวณทางเดินหายใจส่วนบน (จมูก คอ ไช้สัน) มักมีอาการไอ จาม น้ำมูกไหล เจ็บคอ คัดจมูก และมีไข้ต่ำ ๆ ซึ่งมักหายได้เองภายใน ๑-๒ สัปดาห์ การรักษาเน้นบรรเทาอาการ เช่น กินยาพาราเซตามอล ดื่มน้ำมากๆ พักผ่อนให้เพียงพอ และโรคไข้หวัดใหญ่ เป็นโรคที่มีการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจ ผู้ป่วยมักมีอาการไข้สูงเฉียบพลัน หนาวสั่น ปวดเมื่อยตามตัวและกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะในบริเวณหลัง ต้นแขน ต้นขา มีน้ำมูกใส คัดจมูก ไอแห้ง เจ็บคอ และเบื่ออาหาร ซึ่งติดต่อกับการสัมผัสละอองฝอยจากการไอและการจามของผู้ป่วย เชื้อไวรัสจะอยู่ในเสมหะ น้ำมูก และน้ำลาย ป้องกันได้โดยไม่ควรคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่มีอาการไข้หวัด หรือถ้าจำเป็นควรปิดปาก จมูกด้วยหน้ากากอนามัย ควรหลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่มีผู้คนแออัด และอากาศถ่ายเทไม่ดีเป็นเวลานานโดยไม่จำเป็น หมั่นล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่ หรือใช้แอลกอฮอล์เจลทำความสะอาดมือ ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ซ้อนอาหาร ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว เป็นต้น และฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ปีละครั้ง โดยเฉพาะผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง

๙. โรคมือ เท้า ปาก (HFMD) เป็นโรคติดเชื้อไวรัสกลุ่มเอนเทอโร พบมากในเด็กเล็ก โดยเฉพาะอายุ ๐-๕ ปี ติดต่อกับน้ำลาย น้ำมูก อุจจาระ หรือสัมผัสสิ่งของปนเปื้อน อาการคือไข้ต่ำๆ เจ็บปาก มีตุ่มน้ำพองที่ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และในปาก โดยทั่วไปหายเองได้ใน ๗-๑๐ วัน การป้องกันโรคมือ เท้า ปาก คือการรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล ล้างมือด้วยน้ำและสบู่บ่อยๆ หลีกเลี่ยงการใช้ของใช้ร่วมกัน และทำความสะอาดของเล่นและพื้นผิวที่สัมผัสบ่อยๆ อย่างสม่ำเสมอ

๑๐. โรค RSV (Respiratory Syncytial Virus) คือเชื้อไวรัสที่ก่อให้เกิดโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ โดยเฉพาะในเด็กเล็กและทารก ซึ่งอาจมีอาการรุนแรง เช่น ปอดอักเสบ หรือหลอดลมฝอยอักเสบ อาการมักคล้ายไข้หวัดแต่มีเสมหะมาก หายใจครืดคราด หายใจเร็ว หอบเหนื่อย หรือมีเสียงหวีด การป้องกันไวรัส RSV ที่ดีที่สุดคือ

การล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล สวมหน้ากากอนามัย หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด และทำความสะอาดของเล่นหรือของใช้เด็กเป็นประจำ และหากมีอาการป่วยควรรีบแยกตัวและงดใช้ของส่วนตัวร่วมกัน

๑๑.โรคอุจจาระร่วง คือภาวะถ่ายเหลวเป็นน้ำมากกว่า ๓ ครั้ง/วัน หรือถ่ายมูกเลือด เกิดจากเชื้อโรคปนเปื้อนในอาหาร/น้ำดื่ม (เช่น แบคทีเรีย, ไวรัส) อาการหลักคือปวดท้อง ท้องเสีย คลื่นไส้ อาเจียน และเสียงภาวะขาดน้ำ รักษาโดยการจิบน้ำเกลือแร่ (ORS) กินอาหารอ่อน และควรพบแพทย์ การป้องกันโรคอุจจาระร่วงทำได้โดยการยึดหลัก "กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ" รับประทานอาหารปรุงสุกใหม่และสะอาด ดื่มน้ำที่สะอาด ล้างมือด้วยสบู่ทุกครั้งก่อนกินอาหารและหลังเข้าห้องน้ำ หลีกเลี่ยงอาหารค้างคืนหรือสุกๆ ดิบๆ

๑๒.ไวรัสนิปาห์ (Nipah Virus) เป็นโรคติดเชื้ออุบัติใหม่ที่ติดต่อกันจากสัตว์สู่คน มีความรุนแรงสูง และอัตราการเสียชีวิตมากกว่าโรคติดเชื้อทั่วไป อาการคล้ายไข้หวัด แต่สามารถกลายพันธุ์จนเกิดเยื่อหุ้มสมองอักเสบ ระบบหายใจล้มเหลว และเสียชีวิตได้ ปัจจุบันยังไม่มียารักษาเฉพาะหรือวัคซีนป้องกัน โดยมีค้างคาวกินผลไม้เป็นแหล่งรังโรคหลัก จากนั้นอาจแพร่เชื้อไปยังสัตว์เลี้ยง เช่น หมู และติดต่อกันสู่คนได้

๒.มาตรการของผู้นำชุมชน/ผู้ใหญ่บ้าน และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

มาตรการหรือแนวทางปฏิบัติของผู้นำชุมชนในการเฝ้าระวังป้องกันควบคุมโรคและภัยสุขภาพในชุมชนหลักๆ คือการประชาสัมพันธ์แจ้งข้อมูลข่าวสาร หรือสถานการณ์ของโรคผ่านหอกระจายข่าว ทำให้คนในชุมชนเกิดความตระหนักแต่ไม่แตกตื่น กำหนดข้อตกลงในชุมชนเพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติร่วมกัน เช่น กิจกรรม Big Cleaning Day ในทุกๆ เดือน เพื่อให้สิ่งแวดล้อมในชุมชนสะอาด ไม่เป็นแหล่งรังโรค หรือ

มาตรการหรือแนวทางปฏิบัติของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ได้แก่ ประชาสัมพันธ์และเฝ้าระวัง ให้ความรู้หรือคำแนะนำด้านสุขภาพเบื้องต้น โดยเน้นการปฏิบัติงานแบบบูรณาการร่วมงานต่างๆ กิจกรรม อสม.เคาะประตูบ้าน แจ้งผู้สงสัยป่วย หรือผู้ป่วยที่เข้ามาในพื้นที่ และแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อลงตรวจสอบสวนทั้งร่วมดำเนินการเฝ้าระวังป้องกันควบคุมโรค เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของโรคในชุมชน

นางสาวกุสุมาภรณ์ โสภานุบุตร
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

แบบบันทึกการทบทวนหลังการปฏิบัติงาน (After Action Review : AAR)

หน่วยงาน กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์กรรวม

เรียน	ผู้อำนวยการโรงพยาบาลประทาย		
ชื่องาน	โครงการป้องกันควบคุมโรคติดต่อและภัยสุขภาพในชุมชน		AAR ครั้งที่ 1
วัน/เวลาที่เริ่มปฏิบัติงาน	26 กุมภาพันธ์ 2569 เวลา 08.00 น.	วัน/เวลาที่สิ้นสุดการปฏิบัติงาน	26 กุมภาพันธ์ 2569 เวลา 16.00 น.
วันที่ทำ AAR	26 กุมภาพันธ์ 2569	เวลาเริ่ม-สิ้นสุด	08.00 – 16.00 น.
ผู้ร่วม AAR	นางนันท์ ศรีวังพล		
	นางสาวกุสุมาภรณ์ โสภานุตร		
	นายเศรษฐโชค แก้วหลวง		
เป้าหมายของงาน			
1. เพื่อส่งเสริมให้แกนนำสุขภาพประจำบ้านมีความรู้ มีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพและป้องกันตนเองไม่ให้อายุด้วยโรคติดต่อที่ป้องกันได้			
2. เพื่อพัฒนาศักยภาพ ทักษะส่วนบุคคลและชุมชนให้เกิดความพร้อมในการเฝ้าระวังและควบคุมป้องกันโรค			
3. เพื่อให้ผู้นำชุมชนมีส่วนร่วมในการป้องกันและควบคุมโรคติดต่อที่สำคัญอย่างสม่ำเสมอ ต่อเนื่อง และมีประสิทธิภาพ			
ผลการปฏิบัติ/ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจริง (โดยสรุป)			
1. แกนนำสุขภาพประจำบ้านมีความรู้ มีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพและป้องกันตนเองไม่ให้อายุด้วยโรคติดต่อที่ป้องกันได้			
2. แกนนำสุขภาพพัฒนาศักยภาพ ทักษะส่วนบุคคลและชุมชนให้เกิดความพร้อมในการเฝ้าระวังและควบคุมป้องกันโรค			
3. ผู้นำชุมชนมีส่วนร่วมในการป้องกันและควบคุมโรคติดต่อที่สำคัญอย่างสม่ำเสมอ ต่อเนื่อง และมีประสิทธิภาพ			
งาน/ขั้นตอนที่ทำได้ดี			
1.วิทยากรมีความชำนาญ สามารถถ่ายทอดความรู้ได้อย่างชัดเจน กระชับ เข้าใจง่าย			
2.ทีมวิทยากรมีการนำเข้าสู่บทเรียนได้ดี			
งาน/ขั้นตอนที่ทำได้ไม่ดี			
-			
อุปสรรค/ข้อจำกัด/ข้อขัดข้อง ที่พบในระหว่างการทำงาน			
-			
ประเด็นที่ได้เรียนรู้			
1.ได้รับรู้สถานการณ์การเกิดโรคในชุมชน			
2.มีการจัดตั้งทีมเฝ้าระวังสอบสวนเคลื่อนที่เร็วของหมู่บ้าน เพื่อแจ้งเตือนภัย			
3.แกนนำสุขภาพได้รับความรู้เรื่องโรคติดต่อที่สำคัญในพื้นที่ ได้แก่ โรคอุจจาระร่วง,โรคฉี่หนู และโรคมือ เท้า ปาก ,โรคไข้เลือดออก ฯลฯ			
ข้อปฏิบัติในการทำงานครั้งต่อไป			
-			