



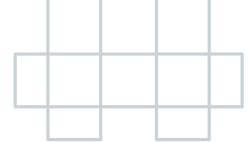
# R8 Lifestyle Change

## โรงพยาบาลนากลาง

### จังหวัดหนองบัวลำภู



พญ.ชฎาภา คำมาก  
รักษาการผู้อำนวยการโรงพยาบาลนากลาง  
PM NCDs สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู



## R8 Life style Change 1001

# Naklang Life style Change



### ตัวชี้วัดที่ 1

ประชากรอายุ 35 ปี ขึ้นไปในเขตรับผิดชอบที่ได้รับการคัดกรองโรคเบาหวาน ร้อยละ 100

**การคัดกรองเบาหวานประชาชน  
อายุ > = 35 ปี ปีงบประมาณ 2569  
อำเภอนากลาง = 66.17%**

### ตัวชี้วัดที่ 2

1 จังหวัด คัดเลือก อำเภอนำร่อง  
ที่มีนวัตกรรมจัดการที่นำไปสู่การ  
ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของกลุ่มเสี่ยง  
โรคเบาหวาน อย่างน้อย 1 อย่าง  
**R8 Life style Change อำเภอนากลาง  
จังหวัดหนองบัวลำภู  
NCDs นากลางวิทยา**

### ตัวชี้วัดที่ 3

ร้อยละของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้าสู่  
โรคเบาหวานระยะสงบ (DM remission)  
ต่อผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ทั้งหมดในพื้นที่  
≥ ร้อยละ 1

**DM Life style Change ปี 2569  
ดำเนินการ ปี 2568 -2569**

- **กลุ่มเสี่ยง**
- **กลุ่มป่วย**
- **กลุ่ม Remission**

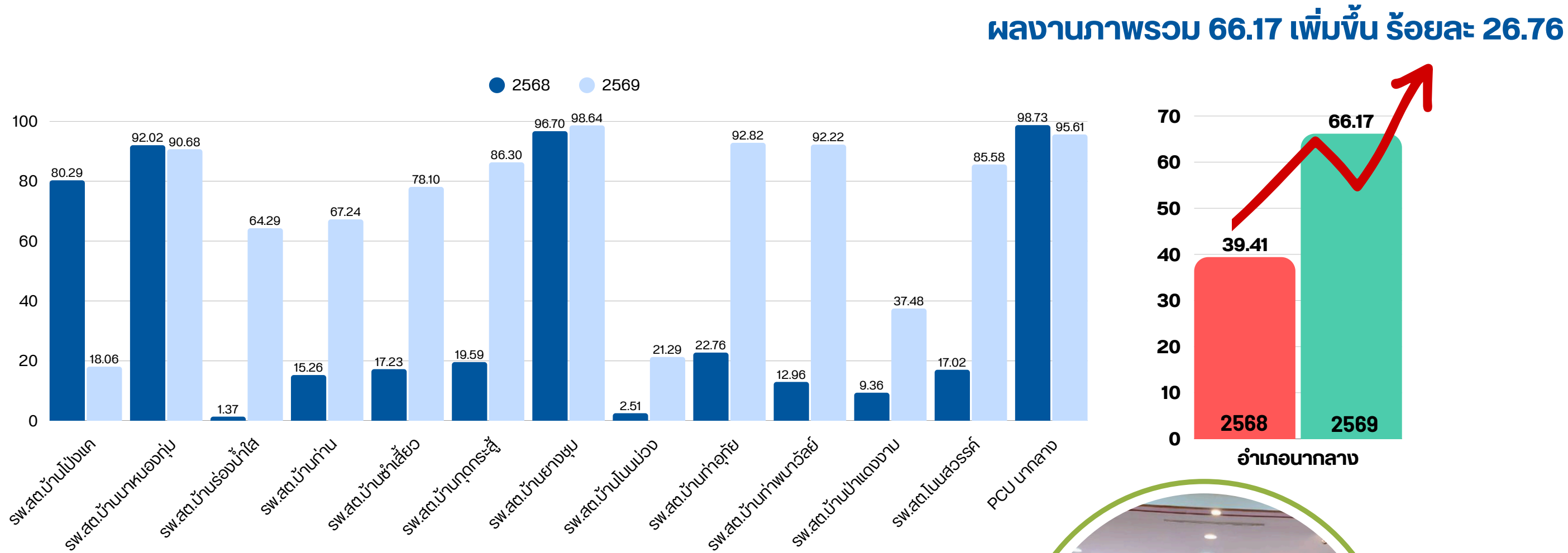


# 1

## ตัวชี้วัดและเป้าหมายการดำเนินงาน

ตัวชี้วัดที่ 1 : การคัดกรองโรคเบาหวานในประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไป ร้อยละ 100

→ : ปีงบประมาณ 2569 คาดหวังเพิ่มขึ้น จากร้อย 39 เป็นมากกว่า ร้อยละ 70



- 01 กำหนด PM NCDs
- 02 อำเภอนำร่องของจังหวัด
- 03 กำหนดเป็นประเด็น พชอ.
- 04 MOU CUP
- 05 จัดทำแผนงานร่วมกัน
- 06 มอบเกียรติบัตร





# อำเภอนำร่อง

## R8 Lifestyle Change อำเภอนากลาง



ตัวชี้วัดที่ 2 : ร้อยละของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ (DM remission) ต่อผู้ป่วย ที่สมัครใจเข้าร่วม DM remission clinic ( $\geq$ ร้อยละ 10) ต่อผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ทั้งหมดในพื้นที่ ( $\geq$ ร้อยละ 1)



ผู้ป่วยเข้าเกณฑ์ 269 ราย สมัครใจเข้าร่วมโครงการ 74 ราย เป้าหมายความสำเร็จ 8 ราย  
ผู้ป่วยเบาหวานทั้งหมดในเขตรับผิดชอบ จำนวน 7,061 ราย เป้าหมายสำเร็จ >70 ราย



### โรงเรียน NCDs นากลางวิทยา

DM-Remission

**1** **กลุ่มเสี่ยง**

Goal : ลดอัตราผู้ป่วยรายใหม่  
Concept : self-care  
ไม่ป่วยด้วยใช้ 3อ. 2ส

**2** **กลุ่มผู้ป่วยรายใหม่**

Goal : ควบคุมระดับน้ำตาลได้ HbA1c < 7  
Concept : รู้ทันโรค  
บริโภคเหมาะสม อารมณ์เป็นสุข

**3** **กลุ่มผู้ป่วยรายเดิม**

Goal : เข้าสู่ระยะสงบหยุดใช้ยา (DM-Remission)  
Concept : อาหารคือยา  
ชนะใจชนะโรค

# โรงเรียน NCDS นากลางวิทยา

## DM Remission Naklang Hospital



# ผลการดำเนินงาน NCDs นากลางวิทยา ปี 2568-2569

## กลุ่มเสี่ยง

- ไม่พบผู้ป่วยรายใหม่ในกลุ่มปรับเปลี่ยน

**50.8%** กลุ่มเสี่ยง DM ลดลง (29/57 ราย)

**46.7%** กลุ่มเสี่ยง HT ลดลง (29/62 ราย)

**6.6%** กลุ่มเสี่ยง BMI ลดลง (3/45 ราย)  
ลดน้ำหนักได้ > 1 kg 39 ราย

## กลุ่มผู้ป่วยรายใหม่

1. กลุ่มเป้าหมายครบ 9 เดือน จำนวน 60 คน
2. ค่า **HbA1c** ลดลงจากก่อนเข้าร่วมกิจกรรม 48 ราย (80%)
3. ค่า **HbA1c** < 7 จำนวน 19 ราย (31%)
4. ลดยาจำนวนยา 5 ราย (10%)
5. เตรียมเข้า **DM Remission** จำนวน 19 ราย

## กลุ่มผู้ป่วยรายเดิม

1. กลุ่มสมัครใจในระบบ **HDC** 55 ราย กลุ่มสมัครใจอื่นๆ 19 ราย **รวม 74 ราย**
2. ดำเนินการกลุ่มที่ 1 จำนวน 11 ราย วันที่ 7 และ 14 ม.ค.69) **หยุดยา 2 ราย ลดยา 2 ราย**
3. เริ่มดำเนินการต่อเนื่องในเดือน ก.พ.69



- **สว.สต. นำร่อง**
  - สว.สต.ยาขุม
  - สว.สต.ท่าอุทัย
  - สว.สต.ป่าแดงงาม

- ปี 2569 ขยายดำเนินการทุก สว.สต. เป้าหมาย 400 ราย





R8 Lifestyle Change 1001

# THANK YOU



# NCDs Prevention & DM Re-mission