



R8 LIFESTYLE CHANGE

อ.ไพณสวัสดิ์ จ.นครพนม



การดำเนินงาน R8 Lifestyle Change อ.โพธารณะ จ.นครพนม



ตัวชี้วัดที่ 1

ประชากรอายุ 35 ปีขึ้นไปที่ได้รับการ
คัดกรองเพื่อวินิจฉัยเบาหวาน
เป้าหมาย ร้อยละ 100



ตัวชี้วัดที่ 2

1 จังหวัดคัดเลือก 1 อำเภอนำร่อง
ที่มีนวัตกรรมการจัดการที่นำไปสู่
การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
ของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานอย่างน้อย
1 อย่าง

R8 Lifestyle Change
อำเภอโพธารณะ
จังหวัดนครพนม



ตัวชี้วัดที่ 3

ร้อยละของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2
ที่เข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ
(DM remission)
ต่อผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ทั้งหมด
ในพื้นที่เป้าหมาย \geq ร้อยละ 1

DM Lifestyle Change
กลุ่มเสี่ยง
กลุ่มป่วย

Timeline การดำเนินงาน R8 Lifestyle Change อ.โพนสวรรค์ กลุ่มป่วย

📢 ม.ค. 69 - ก.พ. 69

- ค้นหาผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์ จาก DM Clinic (รายใหม่/รายเก่า) ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ
- จัดทะเบียนผู้สมัครใจใน Special PP
- ประเมินภาวะสุขภาพ/พฤติกรรมสุขภาพ/สร้างความตระหนักรู้และแนวทางการเข้า DM Remission Clinic **โดยทีมสหวิชาชีพ**
- ประเมินความพร้อมเพื่อจัดกลุ่มผู้ป่วย

*** กลุ่ม 1 Intensive Remission group** (ผู้ป่วยมีความพร้อมรับ เครื่อง เจาะ Dtx ด้วยตนเอง, มี Smart Phone ใช้ line ได้ Telemedicine ได้)

+ กลุ่ม 2 Supportive Remission group (ผู้ป่วยไม่พร้อมเจาะ Dtx ไม่มี smart phone ,ไม่มี line

📢 มี.ค. 69 - มิ.ย. 69

เริ่มกระบวนการดำเนินงาน NCD Lifestyle Change
ลดหวาน เพิ่มยับ จับสมดุล

- การติดตามและดูแลต่อเนื่อง
- ติดตามภาวะสุขภาพ /ผล Dtx รายวัน/รายสัปดาห์ ผ่านกลุ่มไลน์ NCD Lifestyle Change / Telemedicine
- นัดเดือนที่ 1 , 3 , 6 เพื่อติดตาม HbA1C

📢 ก.ค.69 - ก.ย.69

สรุปประเมินผล

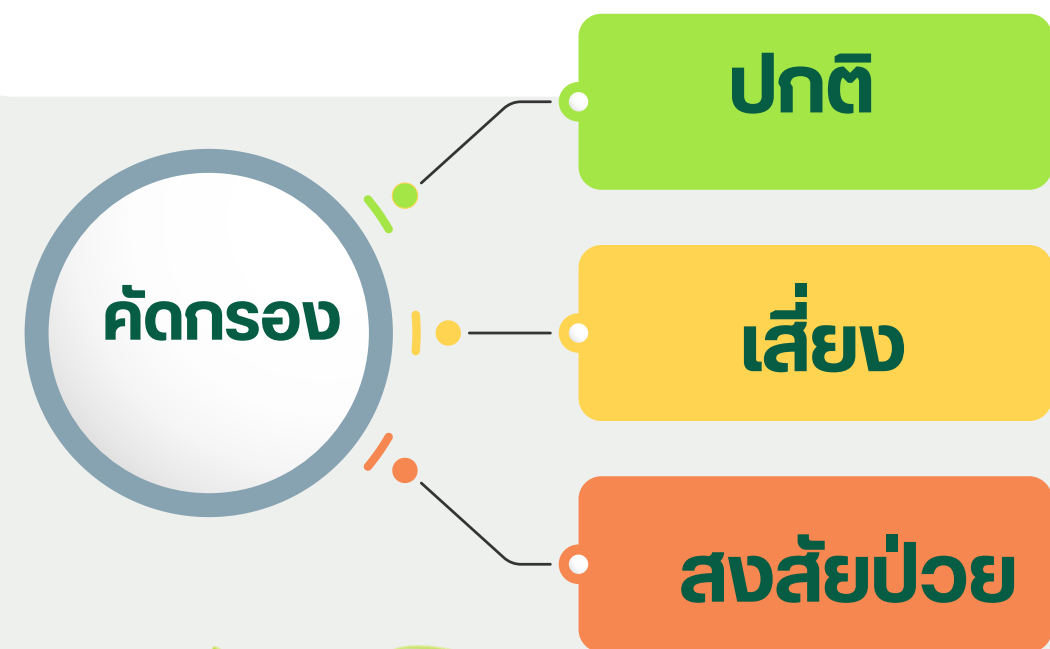
DM Remission
วางแผนเป็น
Continuous Routine
ในคลินิกประจำวัน



Timeline การดำเนินงาน R8 Lifestyle Change อ.โพนสวรรค์ กลุ่มเสี่ยง

ม.ค. 69 - ก.พ. 69

คัดกรอง
เบาหวานในประชาชนอายุ 35 ปี
ขึ้นไปที่ยังไม่ป่วยเป็นเบาหวาน



มี.ค. 69 - มิ.ย. 69

Intervention R8 Lifestyle Change
ในกลุ่มเสี่ยง

GOALS

ลดอัตราป่วยเบาหวานรายใหม่จากกลุ่มเสี่ยง

Process

บูรณาการร่วมกับโครงการสร้างเสริมสุขภาพเพื่อ
ป้องกันการเกิดเบาหวานรายใหม่จากกลุ่มเสี่ยง

ให้ความรู้/ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
Self care 3อ 2ส

ติดตาม DTX ทุก 1 เดือน x 3 ครั้ง
ทุก 3 เดือน x 1 ครั้ง

บันทึก ติดตาม ใน Application
R8 NCDs Coach



ก.ค.69 - ก.ย.69

สรุปประเมินผลและติดตามผู้ป่วย

DTX NPO ผล
ตรวจ 100 -
125 mg%

ตรวจติดตาม
ปีละ 1 ครั้ง

ตรวจติดตาม
ปีละ 1 ครั้ง

DTX NPO ผล
ตรวจมากกว่า
หรือเท่ากับ
126 mg%

ส่งต่อรพ.
โพนสวรรค์
เพื่อยืนยันวินิจฉัย

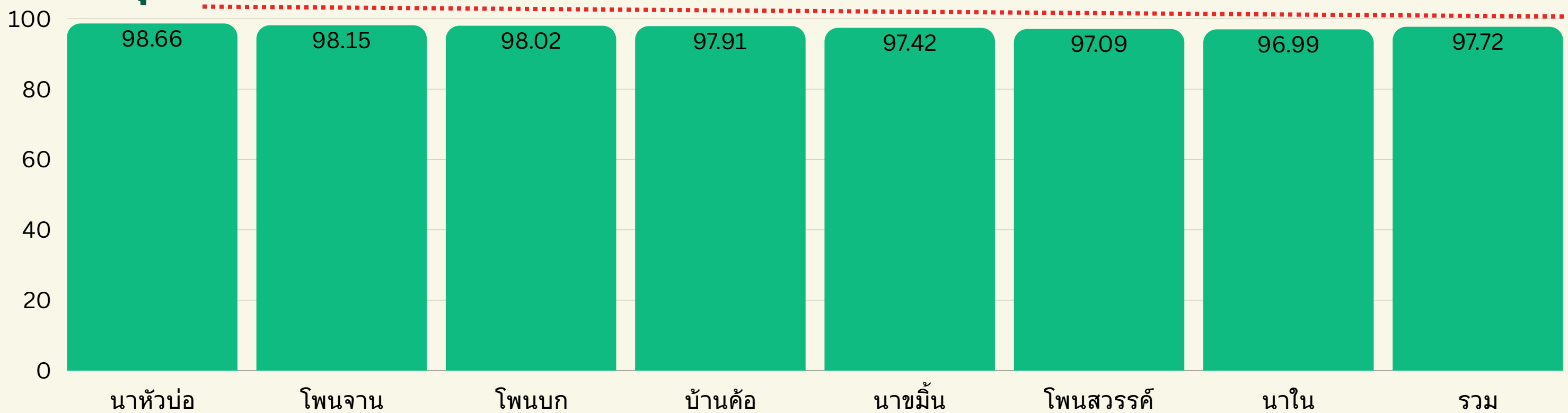
ไม่ป่วย
DM

ป่วย
DM

DM Clinic/DM
remission Clinic

ผลลัพธ์การดำเนินงาน R8 Lifestyle Change อ.โพธาราม

ประชากรอายุ 35 ปีขึ้นไปที่ได้รับการคัดกรองเพื่อวินิจฉัยเบาหวาน เป้าหมาย ร้อยละ 100



ร้อยละของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ (DM remission)

จำนวนผู้ป่วย DM Type 2 ทั้งหมดในพื้นที่ ปี 2569
3,637 คน

จำนวนผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการ
101 คน

จำนวนผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์ Remission
10 คน

ร้อยละของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ (DM remission) ต่อผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ที่สมัครใจ เป้าหมาย \geq ร้อยละ 10

9.90 ❌

ร้อยละของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ (DM remission) ต่อผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ทั้งหมดในพื้นที่ เป้าหมาย \geq ร้อยละ 1

0.27 ❌

โอกาสพัฒนา

อยู่ในกระบวนการปรับเปลี่ยน และติดตาม

On process

THANK YOU

