



# แผนพัฒนาศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ (พ.ศ. 2562-2565)



ศูนย์บริการการพยาบาล  
สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย





แผนพัฒนาศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ (พ.ศ. 2562 - 2565)  
ศูนย์บริการการพยาบาล สภากาชาดไทยศิริราชพยาบาล สภากาชาดไทย



## แผนพัฒนาศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ (พ.ศ. 2562-2565)

ภายใต้ยุทธศาสตร์ 3 บริการวิชาการและวิชาชีพที่สร้างทางเลือกด้านสุขภาพแก่สังคมด้วยเครือข่ายความร่วมมือ  
ผู้รับผิดชอบ

รองอธิการบดีฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ	ที่ปรึกษา
รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริพร ชัมภลลิขิต	ที่ปรึกษา

### คณะทำงาน

- |   |                  |
|---|------------------|
| 1. ผู้อำนวยการศูนย์บริการการพยาบาล              | ประธาน           |
| 2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมทรง จีระวรานนท์          | รองประธาน        |
| 3. คณะกรรมการศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ | คณะกรรมการ       |
| 4. หัวหน้าฝ่ายวิจัยและบริการการพยาบาล           | เลขานุการ        |
| 5. หัวหน้าหน่วยการศึกษาต่อเนื่อง                | ผู้ช่วยเลขานุการ |

### หลักการและเหตุผล

จากข้อมูลรายงานการคาดการณ์ประชากรของประเทศไทย ปี 2543 – 2583 ของสำนักกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (กศช.) พบว่าประเทศไทยได้เข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุ” ตั้งแต่ปี 2553 โดยมีสัดส่วนผู้สูงอายุร้อยละ 12.9 ของจำนวนประชากรทั้งหมด 66 ล้านคน และคาดว่าในปี 2573 ประเทศไทยจะเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์” เนื่องจากมีสัดส่วนของผู้สูงอายุสูงถึง ร้อยละ 25.8 ของจำนวนประชากรทั้งหมด 68.3 ล้านคน ซึ่งอัตราการขยายตัวของผู้สูงอายุจะมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นทุก 5 ปี ในปี พ.ศ. 2563 มีอัตราการขยายตัวของผู้สูงอายุ ถึงร้อยละ 50.1 ในขณะที่อัตราการขยายตัวของประชากรทั่วประเทศลดลงเป็น ร้อยละ 3.2 ส่งผลให้ประเทศไทยมีสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ซึ่งภาครัฐบาลและผู้เกี่ยวข้องจะต้องให้ความสำคัญในการแก้ไขปัญหาและมีการบริหารจัดการด้านความเป็นอยู่และส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น

จากการสำรวจของกระทรวงสาธารณสุขในผู้สูงอายุวัยเกษียณที่สามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้พบว่าผู้สูงอายุต้องการมีกิจกรรมต่างๆ ด้านส่งเสริมสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย การฟื้นฟูความจำ ต้องการบริการจัดการให้ความช่วยเหลือเรื่องบริการทางด้านสุขภาพ มีการดำเนินชีวิตที่มีกิจกรรมต่างๆ ที่สร้างเสริมสุขภาพ และการจัดให้มีกิจกรรมร่วมกันในกลุ่มผู้สูงอายุ และมีการจัดตั้งศูนย์บริการผู้สูงอายุในสถานบริการสุขภาพต่างๆ

ศูนย์บริการการพยาบาล สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย มีพันธกิจในการให้บริการวิชาการที่สร้างความเข้มแข็งแก่สังคม และให้บริการแก่ผู้สูงอายุซึ่งมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น จึงจัดโครงการพัฒนาหน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ เพื่อพัฒนาสุขภาพของประชาชนก่อนวัยเกษียณอายุ และส่งเสริมภาวะสุขภาพในผู้สูงอายุ ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของญาติผู้ดูแลในการสร้างเสริมสุขภาพตนเองและในผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพาอย่างพอเพียง โดยมี คณะกรรมการบริการด้านผู้สูงอายุเป็นผู้อำนวยการดำเนินงาน ให้ความรู้และพัฒนาทักษะในการเตรียมพร้อมก่อนวัยสูงอายุ ดูแลสุขภาพแก่ผู้สูงอายุและญาติผู้ดูแล เพื่อป้องกันความเสี่ยงในการเกิดโรค และมีแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อลดโอกาสเสี่ยงของการเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และมีคุณภาพชีวิตที่ดี รวมทั้งมีศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ เป็นแหล่งในการศึกษาวิจัย แหล่งเรียนรู้และฝึกปฏิบัติของอาจารย์ และนักศึกษาพยาบาลในสถาบันต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการพัฒนาศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ

1. พัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุและผู้ดูแล (ญาติ/อาสาสมัคร) และวัยก่อนเกษียณ เพื่อป้องกันความเสี่ยงในการเกิดโรค และมีแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อลดโอกาสเสี่ยงของการเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
2. พัฒนาศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลผู้สูงอายุให้เป็นแหล่งในการศึกษาวิจัย แหล่งเรียนรู้
3. พัฒนาศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลผู้สูงอายุให้เป็นแหล่งฝึกปฏิบัติของอาจารย์และนักศึกษาพยาบาลในสถาบัน

### แผนการพัฒนาศูนย์/หน่วยบริการผู้สูงอายุ

ระยะที่ 1 ระยะเตรียมการ (มกราคม 2562 - กันยายน 2562)

#### วิธีการดำเนินการพัฒนาศูนย์/หน่วยบริการด้านผู้สูงอายุ

##### 1. ระยะเวลาแผนการดำเนินโครงการ (Plan)

- 1) แต่งตั้งกรรมการและประชุมคณะกรรมการเพื่อวางแผนในการดำเนินโครงการ และเขียนโครงการ
- 2) ประสานงานกับแหล่งประกอบการ สถานที่ทำงานเพื่อสำรวจความต้องการบริการสุขภาพและปัญหาสุขภาพในผู้สูงอายุ โดยใช้ผลการประเมินความต้องการบริการสุขภาพของประชาชนรอบๆ สถาบันระยะ 10 กิโลเมตร ในเดือนเมษายน – พฤษภาคม ปี 2562
- 3) ประชุมคณะทำงานด้านการจัดตั้งศูนย์/หน่วยบริการผู้สูงอายุ เพื่อวางแผนการจัดตั้งหน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ โดยให้บริการทั้งเชิงรุกในชุมชนและในสถาบัน
- 4) ประชุมคณะทำงานร่วมกับรองอธิการบดีฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ คณบดีและผู้เกี่ยวข้องในสำนักวิชาการพยาบาล เพื่อวางแผนในการบูรณาการการเรียนการสอนกับงานบริการวิชาการและการวิจัย โดยให้นักศึกษามีส่วนร่วมในการให้บริการวิชาการในศูนย์/หน่วยบริการผู้สูงอายุ



## 2. ระยะดำเนินโครงการ (Do)

- 1) ดำเนินโครงการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุรอบด้านในชุมชน โดยพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ และอาสาสมัครผู้ดูแลผู้สูงอายุในการพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนและบทบาทการเป็นผู้ดูแล (Caregiver) ในชุมชนเคหะรามคำแหง ในเดือนกรกฎาคม – สิงหาคม 2562 เพื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์สถาบันการจัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาล และการจัดตั้งศูนย์/หน่วยผู้สูงอายุในสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย
- 2) ดำเนินการประชาสัมพันธ์การจัดตั้งศูนย์/ หน่วยบริการผู้สูงอายุ โดยการมีส่วนร่วมของกรรมการฯ และผู้สูงอายุที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมในเดือน กันยายน 2562 ได้แก่
  - การประเมินและคัดกรองภาวะสมองเสื่อม ภาวะเครียดและความซึมเศร้าในผู้สูงอายุ
  - การคัดกรองภาวะสุขภาพแบบบูรณาการในผู้สูงอายุ เช่น การตรวจ EKG, การคัดกรองความเสี่ยงโรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง
  - การสร้างเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุในรูปแบบต่างๆ

## 3. ติดตามและประเมินผล (check)

- 1) ติดตามผลการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุ และอาสาสมัครผู้ดูแลผู้สูงอายุ โดยการประเมินความรู้และทักษะของผู้สูงอายุในโครงการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุรอบด้านในชุมชน
- 2) ติดตามและประเมินผลการดำเนินโครงการของโครงการย่อยต่างๆ โดยติดตามผลลัพธ์ทางด้านสุขภาพ และการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุและผู้ดูแล
- 3) ประเมินความพึงพอใจของอาสาสมัครและผู้สูงอายุในการมีส่วนร่วมในโครงการ

## 4. สรุปและประเมินผลลัพธ์ และเสนอรูปแบบในการดำเนินงาน (Act) โดยจัดทำแผนพัฒนาศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ (พ.ศ. 2562 - 2565)

### ประเมินผลลัพธ์ตามตัวชี้วัด

- 1) ติดตามผลการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุ และอาสาสมัครผู้ดูแลผู้สูงอายุ โดยการประเมินความรู้และทักษะของผู้สูงอายุในโครงการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุรอบด้านในชุมชน
- 2) ติดตามและประเมินผลความพึงพอใจผู้ใช้บริการ
- 3) ผลการสำรวจความต้องการบริการสุขภาพของประชาชนรอบๆ สถาบัน

## ระยะที่ 2 การดำเนินงานศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ 4 ปี (ตุลาคม 2562 - กันยายน 2565)

จากผลการสำรวจความต้องการบริการสุขภาพประชาชนที่อาศัยอยู่รอบๆ สถาบันในระยะ 10 กิโลเมตร มีผู้ตอบแบบสอบถาม 214 ราย พบว่าผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ร้อยละ 70 (อายุ 50 – 65 ปี) ต้องการบริการสุขภาพในรูปแบบของการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค เช่น การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ การบริหารสมองเพื่อป้องกันโรคสมองเสื่อม โปรแกรมการรับประทานอาหารและควบคุมน้ำหนัก การผ่อนคลายความเครียดด้วยตนเอง บริการให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพต่างๆ ดังนั้นจึงได้มีการจัดตั้งศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลผู้สูงอายุขึ้นเพื่อจัดบริการสุขภาพตอบสนองความต้องการของผู้ใช้บริการในกลุ่มวัยก่อนเกษียณ ผู้สูงอายุและผู้ดูแล (ญาติ/อาสาสมัคร)

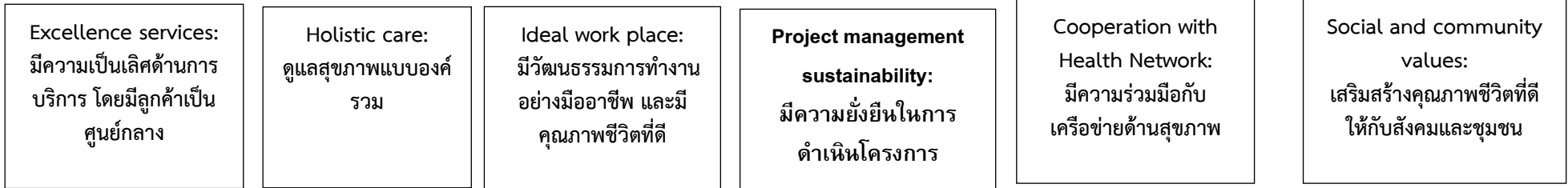
### วิสัยทัศน์ (Vision)

เป็นศูนย์ผู้สูงอายุชั้นนำ เพื่อการส่งเสริมสุขภาพ คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมอย่างยั่งยืน

### พันธกิจ (Mission)

- ให้การบริการโดยยึดหลักความเป็นศูนย์กลาง บริการแบบ one stop services
- ดำเนินการศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลโดยการบริหารจัดการองค์กรให้มีความคล่องตัว และยึดหลักธรรมาภิบาลเป็นสำคัญ
- ส่งเสริมและให้บริการด้านการดูแลสุขภาพกาย จิตวิญญาณ และสังคม แบบครบวงจร เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของวัยก่อนเกษียณ ผู้สูงอายุ และป้องกันการเกิดโรคเรื้อรังในผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง
- สร้างเสริมภาพลักษณ์ที่ดีขององค์กร รักษาสิ่งแวดล้อม และเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับสังคมและชุมชน

Strategic Pillars  
(Key Success Factors)



Strategic Pillars

- 1. Excellence services:** มีความเป็นเลิศด้านการบริการ โดยมีลูกค้าเป็นศูนย์กลาง ให้บริการด้านสร้างเสริมสุขภาพแบบ one stop services มีการส่งเสริมทั้งด้านสุขภาพและความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health literacy) เชิงรุก โดยส่งเสริมผู้ดูแลและอาสาสมัครให้มีศักยภาพในการดูแลผู้สูงอายุ รวมทั้งส่งต่อการดูแลไปยังสถานบริการสุขภาพเฉพาะด้านในเครือข่ายสุขภาพ
- 2. Holistic care:** ดูแลสุขภาพแบบองค์รวม และมีมาตรการดูแลที่หลากหลาย และนวัตกรรมใหม่ๆ โดยเน้นบริการด้านสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันการเกิดโรคแบบองค์รวม เช่น การประเมินด้านร่างกาย จิตใจและสังคม การพัฒนาด้านความรู้และการสื่อสารทางสื่อต่างๆ ในผู้สูงอายุ ผู้ดูแล และวัยก่อนเกษียณ
- 3. Ideal work place:** มีวัฒนธรรมการทำงานอย่างมืออาชีพ ส่งเสริมและสนับสนุนอาจารย์มีความเชี่ยวชาญมาดำเนินโครงการในศูนย์บริการพยาบาล ด้านผู้สูงอายุในรูปแบบของ Faculty Practice สนับสนุนบุคลากรสายสนับสนุนมาร่วมดำเนินโครงการในศูนย์ผู้สูงอายุในรูปแบบของจิตอาสา รวมทั้งสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุมาจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุและดำเนินโครงการด้านผู้สูงอายุ ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการจัดกิจกรรมและออกแบบการบริการในศูนย์ผู้สูงอายุ
- 4. Project management sustainability:** มีความยั่งยืนในการดำเนินโครงการ มีการแสวงหาทุนในการดำเนินโครงการจากภาครัฐบาล และเครือข่ายภาคเอกชน มีรายได้การสนับสนุนจากสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุ และรายได้จากโครงการวิจัย Service-teaching- research สนับสนุนให้มีกระบวนการบูรณาการองค์ความรู้ที่ได้จากงานบริการวิชาการสู่การเรียนการสอนและการวิจัยหรือนวัตกรรม และการคงไว้ซึ่งการดำเนินงานของศูนย์บริการด้านผู้สูงอายุอย่างยั่งยืนโดยการสนับสนุนผู้สูงอายุให้มีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมในศูนย์ผู้สูงอายุ
- 5. Cooperation with Health Network** มีความร่วมมือด้านบริการสุขภาพกับเครือข่ายด้านสุขภาพ โดยบูรณาการกับสหสาขาวิชาชีพทั้งในประเทศและต่างประเทศ การบริการสุขภาพในผู้สูงอายุ และให้คำปรึกษาด้านการดูแลแบบต่อเนื่อง และแนะนำการดูแลต่อเนื่องไปยังเครือข่ายด้านสุขภาพต่างๆ



เช่น โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สร้างเครือข่ายในการดูแลผู้สูงอายุ กับบริษัท ปูนซิเมนต์ไทย จำกัด (SCG) ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุสวนวชิรวิเทศ ฯลฯ เพื่อให้การดูแลแบบครบวงจรและสร้างเครือข่ายการดูแลสุขภาพด้านผู้สูงอายุ

**6. Social and community values** เสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับสังคมและชุมชน โดยการส่งเสริมสร้างให้สมาชิกในชมรมผู้สูงอายุมีกิจกรรมด้านจิตอาสา และส่งเสริมและสนับสนุนผู้สูงอายุให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมจิตอาสาต่างๆ ในสังคม

### เป้าหมายของโครงการ

จัดตั้งหน่วย/ศูนย์บริการผู้สูงอายุ เพื่อสร้างเสริมสุขภาพ ส่งเสริมการฟื้นฟูสมรรถภาพ สร้างเสริมคุณภาพชีวิตแก่กลุ่มวัยก่อนเกษียณอายุ กลุ่มผู้สูงอายุ ผู้ดูแล (ญาติ/ อาสาสมัคร) เป็นแหล่งเรียนรู้ของนักศึกษาและอาจารย์ และให้บริการทางการแพทย์มีการบูรณาการบริการวิชาการกับการเรียนการสอนและการวิจัย

### การบูรณาการด้านการเรียนการสอน/ การวิจัยในศูนย์บริการด้านผู้สูงอายุและ Faculty Practice

1. มีการบูรณาการบริการวิชาการกับการเรียนการสอน เช่น สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ (นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3) และหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางผู้สูงอายุ หลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทาง สาขาผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง (นักศึกษาหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทาง 4 เดือน)
2. การให้บริการโดยอาจารย์พยาบาลในรูปแบบของ Faculty Practice จากสาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ สาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต สาขาวิชาการพยาบาลพื้นฐานและบริหารการพยาบาล และสาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน
3. การบูรณาการด้านการเรียนการสอน/ การวิจัยในสาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ หลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางด้านผู้สูงอายุ และหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

### สถานที่จัดตั้งศูนย์/ หน่วยบริการผู้สูงอายุ ในสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย

1. การเตรียมสถานที่จัดตั้งศูนย์/หน่วยบริการผู้สูงอายุ ได้แก่

มีพื้นที่ใช้สอยประมาณ 60 - 100 ตารางเมตร ประกอบด้วย

- 1) ห้องจัดกิจกรรม สันทนาการต่างๆ สำหรับผู้สูงอายุที่มาใช้บริการในช่วงกลางวัน โดยมีกิจกรรมด้านสร้างเสริมสุขภาพ เช่น นวดแผนไทย บรรยายธรรมะ การออกกำลังกาย การสาธิตการทำอาหาร และฟื้นฟูสมรรถภาพ
- 2) ห้องทำงานศูนย์/ หน่วยผู้สูงอายุ สำหรับเป็นสถานที่ทำงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ /ชมรมผู้สูงอายุ มีตู้เก็บอุปกรณ์และเครื่องใช้ต่างๆ 3 - 4 ตู้ มีบริการ WIFI

อุปกรณ์สำนักงาน ได้แก่ โต๊ะทำงาน 3 ตัว เก้าอี้สำหรับนั่ง 8 - 10 ที่ โขฟาปรับแขก 1 ชุด เครื่องคอมพิวเตอร์ และเครื่อง Printer สำหรับบันทึกข้อมูล

- 3) ห้องประชุมสำหรับฝึกอบรม โดยใช้ห้องประชุมที่ในสถาบันสำหรับจัดประชุม
- 4) ห้องฝึกทักษะด้านผู้สูงอายุและผู้ดูแล และการประเมินภาวะสุขภาพโดยใช้สถานที่ศูนย์การเรียนรู้ทางการแพทย์ (LRC)

## 2. การเตรียมบุคลากร โดยเตรียมความพร้อมและสรรหาบุคลากรต่างๆ ได้แก่

- 2.1 พัฒนาศักยภาพอาจารย์ให้มีความเชี่ยวชาญมากขึ้น โดยศึกษาดูงานด้านผู้สูงอายุทั้งภายในและภายนอกประเทศ โดยจัดทำคลังผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุในฐานข้อมูลของสถาบัน
- 2.2 สนับสนุนอาจารย์พยาบาลที่มีความเชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุเป็นผู้ดำเนินกิจกรรม / งานวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
- 2.3 จัดสรรบุคลากรวิชาการในการประสานงานและจัดกิจกรรม จบการศึกษาด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ เช่น นักกายภาพบำบัด นักโภชนาการ หรือสาขาต่างๆ ที่สามารถทำกิจกรรม ประชาสัมพันธ์ จัดทำฐานข้อมูล และให้บริการวิชาการในสาขาที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุและผู้ดูแลได้

## 3. งบประมาณในการดำเนินโครงการ

- 3.1 งบสนับสนุนประจำปีจากรัฐบาล
- 3.3 งบประมาณจากโครงการวิจัย

## 4. การวางแผนกลยุทธ์

### 4.1 กลยุทธ์ในการรับสมัครสมาชิกผู้สูงอายุ/ ผู้ดูแลผู้สูงอายุในการเข้าร่วมกิจกรรม

- 4.1.1 ประชาสัมพันธ์เชิงรุกทางไลน์ Application กลุ่มผู้สูงอายุ และ QR Code ไปยังแกนนำผู้สูงอายุที่เป็นศิษย์เก่าของสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย และโรงพยาบาลต่างๆ ที่มีกิจกรรมผู้สูงอายุ เพื่อประชาสัมพันธ์รับสมัครผู้สูงอายุมาร่วมกิจกรรม
- 4.1.2 ประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่างๆ ของศูนย์ผู้สูงอายุที่ Website และ Facebook ของสถาบัน เครือข่ายผู้สูงอายุต่างๆ และสมาคมศิษย์เก่าๆ เพื่อรับสมัครผู้สูงอายุมาร่วมกิจกรรม
- 4.1.3 รับสมัครอาจารย์พยาบาลที่เกษียณอายุมาเป็นประธานและดำเนินงานชมรมผู้สูงอายุในระยะแรก และสมัครสมาชิกเข้าชมรมฯ จากเครือข่ายผู้สูงอายุที่สนใจเข้าร่วมชมรม มีการเลือกตั้งประธานชมรมและกรรมการชมรมให้อยู่ในตำแหน่งครั้งละ 2 ปี

### วิธีการรับสมัครผู้สูงอายุเข้าชมรม ดังนี้

- 1) ค่าสมัครสมาชิก ปีละ 100 บาท หรือ 500 บาท ตลอดชีพ
- 2) เข้าร่วมกิจกรรมในการพัฒนาศักยภาพเกี่ยวกับผู้สูงอายุ โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายค่าอบรม แต่เสียค่าใช้จ่ายด้านอุปกรณ์
- 3) เข้าร่วมกิจกรรมการทัศนศึกษาในประเทศ โดยเสียค่าใช้จ่ายเอง

#### 4.2 บริการพยาบาลในศูนย์/ หน่วยบริการพยาบาลผู้สูงอายุ

4.2.1 ให้บริการสร้างเสริมสุขภาพการเตรียมตัวก่อนเกษียณ ได้แก่ การคัดกรองภาวะสุขภาพแบบองค์รวม การสัมภาษณ์ก่อนเกษียณ การสร้างเสริมสุขภาพวัยก่อนเกษียณ โดยประชาสัมพันธ์และให้บริการเชิงรุกไปยังหน่วยงานต่างๆ รอบๆ สถาบัน (ภาคผนวก โปสเตอร์ประชาสัมพันธ์)

4.2.2 จัดบริการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ ได้แก่

- 1) ติดตามภาวะสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงโรคหัวใจและโรคหลอดเลือดสมองอย่างต่อเนื่อง โดยจัดโปรแกรมอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มเสี่ยงจากการประเมินสุขภาพในงาน Open house เพื่อส่งเสริมการดูแลตนเองและป้องกันความเสี่ยงโรคหัวใจหลอดเลือด โรคหลอดเลือดสมอง และ NCD
- 2) ติดตามภาวะสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงด้านสุขภาพจิตอย่างต่อเนื่อง โดยจัดโปรแกรมอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มเสี่ยงที่มีภาวะเครียดหรือเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้า เสี่ยงต่อภาวะสมองเสื่อม เพื่อให้มีความสามารถในการเผชิญความเครียด และการป้องกันภาวะสมองเสื่อมในกลุ่มผู้สูงอายุและส่งเสริมการดูแลรักษาในสถานบริการสุขภาพ
- 3) จัดประเมินภาวะสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจผู้สูงอายุกลุ่มเดิม และกลุ่มใหม่เป็นระยะๆ โดยมีการประชาสัมพันธ์เชิงรุก
- 4) จัดโปรแกรมพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ ด้านสร้างเสริมสุขภาพทั้งร่างกายจิตใจ (ภาคผนวก ตารางที่ 1-2 โปรแกรมรายวัน หรือรายเดือน และทัศนศึกษา) เช่น

- การสร้างเสริมสุขภาพ เช่น การฝึกทักษะ และให้ความรู้ในการดูแลตนเอง
- การฝึกทักษะส่งเสริมด้านความจำ
- การผ่อนคลายความเครียด เช่น การออกกำลังกายต่างๆ
- กิจกรรมนันทนาการต่างๆ เช่น การเล่นดนตรีไทย การวาดภาพ ลีลาศ ทำอาหาร
- กิจกรรมด้านการสื่อสาร และ IT การใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ พูดภาษาอังกฤษ ภาษาจีน

4.2.3 ส่งเสริมการเป็นผู้นำและความมีคุณค่าของผู้สูงอายุ เช่น ส่งเสริมการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ และการทำกิจกรรมในวันผู้สูงอายุ เช่น กิจกรรมจิตอาสาในกลุ่มผู้ด้อยโอกาส กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน

4.2.4 ให้คำปรึกษาด้านสุขภาพและการดูแลต่อเนื่องแก่ผู้สูงอายุและญาติผู้ดูแล เช่น การประสานงานในการส่งต่อการรักษาไปยังเครือข่ายในชุมชน การเยี่ยมบ้านโดยอาสาสมัคร และจิตอาสา



4.2.5 พัฒนางานวิจัยแบบบูรณาการ สนับสนุนและเป็นທີ່ปรึกษาในการทำวิจัย Service -Teaching - Research เช่น

- วางแผนกับคณบดีและหัวหน้าสาขาวิชา/ประธานวิชาในสถาบัน เพื่อจัดทำโครงการวิจัยบูรณาการบริการวิชาการกับการเรียนการสอนในศูนย์การเรียนรู้ด้านผู้สูงอายุ
- จัดประชุมเชิงปฏิบัติการในการจัดทำโครงการวิจัยแบบบูรณาการบริการวิชาการกับการเรียนการสอน (Service-Teaching- Research)
- ติดตามความก้าวหน้าของการจัดทำโครงการวิจัยแบบบูรณาการบริการวิชาการกับการเรียนการสอน

4.2.6 พัฒนาจิตอาสาในนักศึกษา

- ส่งเสริมให้นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมบริการวิชาการในศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ โดยบูรณาการกับวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุและอื่นๆ
- ประสานงานกับฝ่ายกิจกรรมนักศึกษาในการรับสมัครอาสาสมัครและการบันทึกชั่วโมงจิตอาสาของนักศึกษาที่มาร่วมกิจกรรม

4.2.7 กิจกรรมอบรมด้านการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค แก่ผู้ดูแลผู้สูงอายุ โดยอาจมีการจัดอบรมแบบเต็มรูปแบบและมีประกาศนียบัตรสำหรับอาสาสมัครผู้ดูแลผู้สูงอายุเพื่อให้มีศักยภาพในการดูแลผู้สูงอายุอย่างมีประสิทธิภาพ ได้แก่ (ภาคผนวก ตารางที่ 3)

- 1) กิจกรรมคัดกรองภาวะสุขภาพดูแลแบบองค์รวม
- 2) กิจกรรมให้ความรู้และคำปรึกษาด้านสุขภาพแก่ผู้ดูแล
- 3) กิจกรรมพัฒนาศักยภาพผู้ให้การดูแล โดยมีวันที่ผู้ดูแลสามารถมาใช้บริการฝึกทักษะด้านการดูแลซึ่งจัดเป็นโปรแกรมอบรม 3 - 5 วัน

แผนปฏิบัติการศูนย์/หน่วยบริการผู้สูงอายุ (พ.ศ. 2562 - 2565)

ยุทธศาสตร์ที่ 1. พัฒนารูปแบบงานบริการวิชาการเชิงบูรณาการร่วมกับเครือข่าย

กลยุทธ์ 1 ส่งเสริมการสร้างบริการวิชาการแบบบูรณาการร่วมกับเครือข่ายอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

เป้าประสงค์ 1. ส่งเสริมการเผยแพร่องค์ความรู้สู่สังคมแบบให้เปล่า

Strategic Pillars	ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย				โครงการ/กิจกรรม
		2562	2563	2564	2565	
1. Excellence services มีความเป็นเลิศด้านการบริการ โดยมีลูกค้าเป็นศูนย์กลาง 2. Holistic care: ดูแลสุขภาพแบบองค์รวม โดยเน้นบริการด้านสร้างเสริมสุขภาพ	1. จำนวนผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาศักยภาพ	50	50	50	50	1. กิจกรรมพัฒนาศักยภาพด้านสร้างเสริมสุขภาพ และการเรียนรู้ตลอดชีวิต ในผู้สูงอายุ ผู้ดูแลและวัยก่อนเกษียณ 2. กิจกรรมการคัดกรองภาวะสุขภาพและประเมินความเสี่ยงโรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และ NCD และส่งต่อสถานบริการสุขภาพเพื่อรับการรักษา 3. กิจกรรมการให้ความรู้และเสริมทักษะแก่กลุ่มผู้สูงอายุ ญาติผู้ดูแลในศูนย์บริการด้านผู้สูงอายุ และกิจกรรมเชิงรุกในการให้ความรู้และเสริมทักษะแก่กลุ่มผู้สูงอายุ ญาติผู้ดูแลในชุมชนต่างๆ 4. กิจกรรมการพัฒนาด้านความรู้ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ และการสื่อสารทางสื่อต่างๆ ในผู้สูงอายุ ผู้ดูแลและวัยก่อนเกษียณ 5. กิจกรรมการคัดกรองภาวะเครียดหรือเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้า ประเมินความเสี่ยงต่อภาวะสมองเสื่อม และส่งต่อสถานบริการสุขภาพเพื่อรับการรักษา
	2. จำนวนผู้ดูแลได้รับการพัฒนาศักยภาพ	50	50	50	50	
	3. จำนวนวัยก่อนเกษียณได้รับการพัฒนาศักยภาพ	-	40	40	40	
	4. จำนวนผู้สูงอายุได้รับการตรวจสุขภาพ คัดกรองความเสี่ยงโรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และโรค NCD	50	50	50	50	

ยุทธศาสตร์ที่ 2. สร้างองค์ความรู้ด้านสุขภาพและเผยแพร่สู่สังคมอย่างต่อเนื่อง

กลยุทธ์ 3.1 การสนับสนุนให้อาจารย์นำความเชี่ยวชาญไปให้บริการวิชาการตามจุดเน้นของสถาบัน

เป้าประสงค์ 2 มีงานบริการวิชาการที่ตอบสนองต่อความต้องการของสังคม

Strategic Pillars	ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย				โครงการ/กิจกรรม
		2562	2563	2564	2565	
3. Ideal work place มีวัฒนธรรมการทำงานอย่างมืออาชีพ	1. จำนวนกิจกรรมบริการวิชาการในรูปแบบ faculty Practice	-	1	1	1	1. ส่งเสริมและสนับสนุนอาจารย์สาขาวิชาต่างๆ ที่มีความเชี่ยวชาญมาดำเนินโครงการในศูนย์บริการด้านผู้สูงอายุในรูปแบบของ Faculty Practice 2. สนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุมาจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุและดำเนินกิจกรรมด้านผู้สูงอายุ 3. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการจัดกิจกรรมและออกแบบการบริการในศูนย์ผู้สูงอายุ 4. สนับสนุนบุคลากรสายวิชาการ และสายสนับสนุนมาร่วมดำเนินโครงการในศูนย์บริการด้านผู้สูงอายุในรูปแบบของจิตอาสา
	2. จำนวนชมรมผู้สูงอายุดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง	-	1	1	1	



ยุทธศาสตร์ที่ 3. จัดบริการวิชาการที่มีการบูรณาการกับการเรียนการสอนและการวิจัยตามความเชี่ยวชาญอย่างมืออาชีพ

กลยุทธ์ 3.2 สนับสนุนส่งเสริมการบูรณาการงานบริการวิชาการกับการเรียนการสอนและการวิจัยหรือนวัตกรรม

เป้าประสงค์ 1. สถาบันมีอาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง

2. สถาบันมีองค์ความรู้ที่เกิดจากงานบริการวิชาการที่บูรณาการการเรียนการสอนและงานวิจัยหรือนวัตกรรม

Strategic Pillars	ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย				โครงการ/กิจกรรม
		2562	2563	2564	2565	
4. Project management sustainability: มีความยั่งยืนในการดำเนินโครงการ	1. จำนวนโครงการ Service-Teaching –Research ด้านผู้สูงอายุ	-	1	1	1	1. แสวงหาทุนวิจัยในการบริหารศูนย์บริการด้านผู้สูงอายุให้มีความต่อเนื่องและยั่งยืนจากแหล่งต่างๆ 2. แสวงหาทุนวิจัยจากภายในสถาบันและภายนอกสถาบันรวมทั้งสนับสนุนอาจารย์ในการทำวิจัยบูรณาการกับงานบริการวิชาการและการเรียนการสอน (Service – Teaching - Research) 3. สนับสนุนอาจารย์ในการทำวิจัยและนวัตกรรมด้านการดูแลผู้สูงอายุกับเครือข่ายด้านสุขภาพ เช่น SCG และต่างประเทศ 4. พัฒนาศักยภาพอาจารย์และบุคลากรสายวิชาการให้มีความเชี่ยวชาญผู้สูงอายุ เช่น การศึกษาดูงานด้านการดูแลผู้สูงอายุทั้งในประเทศและต่างประเทศ 5. กิจกรรมสร้างเครือข่ายในการดูแลผู้สูงอายุกับสหสาขาวิชาชีพ/ในประเทศและต่างประเทศ 6. พัฒนาศักยภาพพยาบาลให้มีความเชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ เช่น หลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางผู้สูงอายุ
5. Cooperation with Health Network มีความร่วมมือกับเครือข่ายด้านสุขภาพทั้งในประเทศและต่างประเทศ	2. จำนวนฐานข้อมูลด้านผู้สูงอายุ	-	1	1	1	
	3. จำนวนผู้จบการศึกษาหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางด้านผู้สูงอายุ	19	20	20	20	

Strategic Pillars	ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย				โครงการ/กิจกรรม
		2562	2563	2564	2565	
6. Social and community values เสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับสังคมและชุมชน	1. จำนวนกิจกรรมจิตอาสาที่ดำเนินงานโดยผู้สูงอายุ	-	1	1	1	<p>1. สนับสนุนการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุให้มีการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมด้านจิตอาสาต่างๆ ในสังคม</p> <p>2. ส่งเสริมกิจกรรมการเป็นผู้นำและควมมีคุณค่าของผู้สูงอายุในชุมชนในวันสำคัญ เช่น วันผู้สูงอายุ</p> <p>3. กิจกรรมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากผู้สูงอายุ และการสนับสนุนให้ผู้สูงอายุถ่ายทอดความรู้และการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในเครือข่ายสังคม</p>
	2. ระดับความพึงพอใจในบริการ	>4	>4	>4	>4	

แผนปฏิบัติการศูนย์/หน่วยบริการผู้สูงอายุ (พ.ศ. 2562 - 2565)  
 งบประมาณ ปี พ.ศ. 2563 - 2565 จำนวน ปีละ 120,000 บาท

หมวด งบประมาณ	รายการ	งบประมาณที่ใช้จ่ายจริง		พ.ศ. 2563	พ.ศ. 2564	พ.ศ. 2565
		จำนวนนับ	ราคา/หน่วย	จำนวนเงิน (บาท)	จำนวนเงิน (บาท)	จำนวนเงิน (บาท)
หมวดวัสดุ	ต้นทุนทางตรง วัสดุดิบทางตรง					
	- กระดาษ A4 (80 แกรม)	3 รีม	100.00	300.00	300.00	300.00
	- ปากกา	100 ด้าม	2.50	250.00	250.00	250.00
	- หนังกวาง	5 กก.	100.00	500.00	500.00	500.00
	- ท่อพีวีซีเส้นผ่าศูนย์กลางขนาด 3/4 นิ้ว	10 เส้น	75.00	750.00	750.00	750.00
	- กระดาษ tissue แบบกล่อง	10	30	300.00	300.00	300.00
	- กระดาษชำระแบบม้วน	24 ม้วน	8.00	192.00	192.00	192.00
	- กระเป๋ใส่เอกสาร	100 ใบ	70.00	7,000.00	7,000.00	7,000.00
	- แผ่น CD-RW	10 แผ่น	12	120.00	120.00	120.00
	<b>รวม</b>			<b>9,412.00</b>	<b>9,412.00</b>	<b>9,412.00</b>

หมวดงบประมาณ	รายการ	งบประมาณที่ใช้		พ.ศ. 2563	พ.ศ. 2564	พ.ศ. 2565
		จำนวนนับ	ราคา/หน่วย	จำนวนเงิน (บาท)	จำนวนเงิน (บาท)	จำนวนเงิน (บาท)
หมวดอุปกรณ์	- ค่าอุปกรณ์ตรวจสอบคุณภาพ หน้ากากอนามัย / แอลกอฮอล์เจล			10,000.00	10,000.00	10,000.00
	- ชุดทำแผล น้ยาและอุปกรณ์ ปฐมพยาบาล			1,400.00	1,400.00	1,400.00
	<b>รวม</b>			<b>11,400.00</b>	<b>11,400.00</b>	<b>11,400.00</b>
หมวดค่าใช้สอย	- ค่าหนังสือการดูแลตนเองของ ผู้สูงอายุ	50 เล่ม	150.00	7,500.00	7,500.00	7,500.00
	- ค่าหนังสือการดูแลผู้สูงอายุ	50 เล่ม	150.00	7,500.00	7,500.00	7,500.00
	- ค่าอาหารว่างกรรมการฯ และ กรรมการจัดตั้งหน่วยบริการ 15 คน	90 ที่	30	2,700.00	2,700.00	2,700.00
	- ค่าอาหารว่าง	540 ที่	35.00	18,900.00	18,900.00	18,900.00
	- ค่าอาหารกลางวัน	360 ที่	70.00	25,200.00	25,200.00	25,200.00
	- ค่าน้ำดื่ม	400 ที่	6.00	2,400.00	2,400.00	2,400.00
	- ค่าถ่ายเอกสาร	2,000 แผ่น	0.50	1,000.00	1,000.00	1,000.00
	<b>รวม</b>			<b>65,200.00</b>	<b>65,200.00</b>	<b>65,200.00</b>

หมวดงบประมาณ	รายการ	งบประมาณที่ใช้		พ.ศ. 2563	พ.ศ. 2564	พ.ศ. 2565
		จำนวนนับ	ราคา/หน่วย	จำนวนเงิน (บาท)	จำนวนเงิน (บาท)	จำนวนเงิน (บาท)
หมวดค่าตอบแทน	- ค่าล่วงเวลาเจ้าหน้าที่	4	525.00	2,100.00	2,100.00	2,100.00
	- ค่าตอบแทนผู้ทรงคุณวุฒิ	3	1,000.00	3,000.00	3,000.00	3,000.00
	- ค่าวิทยากร	11	800.00	8,800.00	8,800.00	8,800.00
	- ค่าวิทยากร	20	1,000.00	20,000.00	20,000.00	20,000.00
	<b>รวม</b>			15,900.00	15,900.00	15,900.00
	<b>รวมค่าใช้จ่ายทั้งหมด</b>			<b>119,912.00</b>	<b>119,912.00</b>	<b>119,912.00</b>

รวม ต้นทุนของโครงการ ปีละ = 119,912.00 บาท

รวม งบประมาณที่ใช้จ่ายจริง ปีละ = 119,912.00 บาท

ค่าใช้จ่ายต่อหน่วย 119,912.00 บาท / 400 = 299.78 บาท (400 หมายถึงจำนวนครั้งของการมาใช้บริการ)

งบประมาณในการดำเนินโครงการจากงบประมาณแผ่นดิน

หมายเหตุ งบประมาณวิจัย ได้จากการขอทุนวิจัยจากภายนอก

ภาคผนวก



คำสั่งสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย

ที่ ๗๖ /2563

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ  
สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย

เพื่อให้การจัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ ของสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย เป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงเห็นสมควรแต่งตั้งผู้มีรายนามต่อไปนี้ เป็นคณะกรรมการศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย โดยมีภารกิจรับผิดชอบ ดังนี้

1. ที่ปรึกษา

รองอธิการบดีฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ  
รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริพร ชัมภลิจิต

2. คณะกรรมการ

2.1	ผู้อำนวยการศูนย์บริการการพยาบาล		ประธานคณะกรรมการ
2.2	ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมทรง	จิระวารินทร์	รองประธานคณะกรรมการ
2.3	ผู้ช่วยศาสตราจารย์เครือวัลย์	ศรียาวรัตน์	กรรมการ
2.4	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศัญญา	อิตศักดิ์	กรรมการ
2.5	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.หม่อมหลวงสมจินดา ชมภูบุท		กรรมการ
2.6	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปานจันทร์	ฐาปนกุลศักดิ์	กรรมการ
2.7	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พนิดา	ศรีชินทร์	กรรมการ
2.8	อาจารย์หม่อมหลวงอาบกนก	ทองแถม	กรรมการ
2.9	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จุฬารักษ์	ทองบุญชู	กรรมการ
2.10	อาจารย์วิไลพร	สิงหนัดกิจ	กรรมการ
2.11	อาจารย์ ดร.บุศรินทร์	หลิมสุนทร	กรรมการ
2.13	อาจารย์จุฬาลักษณ์	ใจแปง	กรรมการ
2.12	อาจารย์กมลชนก	มูลไชย	กรรมการ
2.14	นายชนพทล	คุณอนันท์ทวีช	กรรมการและเลขานุการ
2.15	นางสาวลาวัลย์	แหวนพิรอด	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

3. ภารกิจ

1. วางแผนในการจัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ ตามแผนปฏิบัติการสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย
2. จัดวางระบบและจัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุของสถาบันให้สอดคล้องกับความต้องการของสังคมและพันธกิจของสถาบัน

-2-

3. บริหารและดำเนินงานบริการวิชาการที่ศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ และจัดสรรงบประมาณดำเนินการเพื่อให้สอดคล้องกับพันธกิจของสถาบัน
4. สรรหาหัวหน้าศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ และคณะทำงาน และการดำเนินโครงการกิจกรรม
5. กำหนดกิจกรรมและบริการวิชาการในศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ ตามกลุ่มเป้าหมาย
6. ประชาสัมพันธ์และส่งเสริมกลุ่มเป้าหมายให้เข้ารับการให้บริการในศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ
7. รายงานผลการดำเนินงานในการจัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ ต่อคณะกรรมการบริหารสถาบัน
8. ปฏิบัติหน้าที่อื่นๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ 24 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2563

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรณยูพา รอยกุลเจริญ)  
อธิการบดีสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย

โครงการพัฒนาศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ

ตารางการดำเนินกิจกรรม

ช่วงระยะดำเนินการ กุมภาพันธ์ – กันยายน 2563

วันที่จัด	เวลา	กิจกรรม	สาขาวิชาที่รับผิดชอบ
วันจันทร์	08.30-12.00	ประเมินภาวะ Fall และให้คำปรึกษา ในการดูแลสุขภาพ	สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ
	13.00-16.00	การประเมินความเครียด ความเข้มแข็ง และให้คำปรึกษาด้านจิตใจ	สาขาวิชาการพยาบาล สุขภาพจิตและจิตเวช
วันอังคาร	13.00-16.00	ให้คำแนะนำผู้สูงอายุด้านโภชนาการ และการดูแลตนเองต่างๆ	สาขาการพยาบาลพื้นฐานและ บริหารการพยาบาล
วันพุธ สัปดาห์ที่ 1 และ 3 ของทุกเดือน	09.00-12.00	การดูแลตนเองโดยใช้ศาสตร์การแพทย์ แผนไทย	อาจารย์รสสุคนธ์ ภูมิสถาน อาจารย์แพทย์แผนไทย
	13.00-16.00	การประเมินความจำและการจัดกิจกรรม การส่งเสริมความจำ	สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน
วันพฤหัสบดี	09.00-12.00	กิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ/ การอบรม วิชาการตามความต้องการ เดือนละ 1 ครั้ง	ศูนย์บริการการพยาบาล/กรรมการ จัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาล
วันศุกร์	09.00-12.00	การส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ	วิทยากรรับเชิญ
	13.00- 16.00 สัปดาห์ที่ 4	บริการด้านทันตกรรม	คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย

โปสเตอร์ การประชาสัมพันธ์ ศูนย์บริการ  
พยาบาลด้านผู้สูงอายุ

แผนที่การเดินทางร่วมกิจกรรม



ช่องทางติดต่อ

-----



ศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ  
ตารางในการให้บริการในศูนย์บริการผู้สูงอายุรายสัปดาห์  
ช่วงระยะดำเนินการ มกราคม – กันยายน 2563

วัน เดือน ปี	เวลา	กิจกรรม	สาขาวิชา/ หน่วยงานที่รับผิดชอบ
วันจันทร์	08.30-12.00	ประเมินภาวะ Fall และให้คำปรึกษาในการดูแลสุขภาพ	สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ
	13.00-16.00	การประเมินความเครียด ความซึมเศร้า และให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิต	สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช
วันอังคาร	13.00-16.00	ให้คำแนะนำผู้สูงอายุด้านโภชนาการ และการดูแลตนเองต่างๆ	สาขาการพยาบาลพื้นฐานและบริหารการพยาบาล
วันพุธ	09.00-12.00 เดือนละ 1 ครั้ง	ให้ความรู้ในการดูแลตนเองโดยใช้ภูมิปัญญาตะวันออก	วิทยากรจากสมาคมแพทย์แผนไทย
	13.00-16.00	การประเมินความจำและการจัดกิจกรรมการส่งเสริมความจำ	สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน
วันพฤหัสบดี	09.00-12.00	กิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ/ การอบรมวิชาการตามความต้องการ	ศูนย์บริการการพยาบาล/ กรรมการจัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาล
วันศุกร์	09.00-12.00	การส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพด้านผู้สูงอายุ	ผ.ศ.ดร..ดวงกมล วัตราดุลย์ และ ผ.ศ.ดร.พินิตา ศรีคชินทร์
	13.00-16.00	ประเมินสุขภาพปากและฟัน (สัปดาห์สุดท้ายของเดือน)	คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาฯ

**ศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ**  
**ตารางการบริการวิชาการประจำไตรมาส วันพฤหัสบดี**

วัน เดือน ปี	เวลา	กิจกรรม	สาขาวิชาที่รับผิดชอบ
กุมภาพันธ์	13.00-15.00	การให้ความรู้ด้านวิชาการ เช่น - การนอนหลับอย่างมีคุณภาพในผู้สูงอายุ - การแก้ปัญหาการนอนกรน	ศูนย์บริการการพยาบาล/ กรรมการจัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาล
มีนาคม	09.00-14.00	- การคัดกรองภาวะสุขภาพ คัดกรองความเสี่ยงโรคหัวใจและโรคหลอดเลือดสมอง - การคัดกรองเบาหวาน	ศูนย์บริการการพยาบาล/ กรรมการจัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาล
พฤษภาคม	09.00-12.00	บรรยายการป้องกันการเกิดโรค NCDSในกลุ่มเสี่ยง	ศูนย์บริการการพยาบาล/ กรรมการจัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาล
กันยายน	09.00-14.00	- การคัดกรองภาวะสุขภาพ คัดกรองความเสี่ยงโรคหัวใจและโรคหลอดเลือดสมอง - การคัดกรองเบาหวาน	ศูนย์บริการการพยาบาล/ กรรมการจัดตั้งศูนย์บริการการพยาบาล

ศูนย์/หน่วยบริการการพยาบาลด้านผู้สูงอายุ  
 ตารางการอบรมประจำปี 2563

วัน เดือน ปี	เวลา	กิจกรรม	สาขาวิชาที่รับผิดชอบ
วันอาทิตย์ ที่ 2,9 มีนาคม 2563	09.00-16.30	พัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุ 50 คน ในชุมชนสุขใจ วิว เลข 2 แขวงลำผักชี เขตหนองจอก กรุงเทพฯ	ศูนย์บริการการพยาบาล/ กรรมการจัดตั้งศูนย์บริการการ พยาบาล
วันอาทิตย์ ที่ 16, 23 มีนาคม 2563	09.00-16.30	พัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ 50 คน ในชุมชนสุขใจ วิวเลข2 แขวงลำผักชี เขตหนองจอก กรุงเทพฯ	ศูนย์บริการการพยาบาล/ กรรมการจัดตั้งศูนย์บริการการ พยาบาล
ไตรมาส 3	08.30-12.00	การใช้เทคโนโลยีอย่างถูกต้องในผู้สูงอายุ	หน่วยเทคโนโลยีสารสนเทศ

ตารางที่ 1 ตัวอย่าง กิจกรรมรายวัน หรือรายเดือน เพื่อพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ

วัน /เวลา	9.00 -10.00	10.30- 12.00	12.00 - 13.00	13.00 - 15.30
จันทร์	ออกกำลังกาย	การวาดภาพ	ศูนย์ประสานงานสุขภาพผู้สูงอายุ	การฝึกทักษะ การส่งเสริมสุขภาพจิต
อังคาร	ออกกำลังกาย	การใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์		การฝึกทำการฝีมือ/ การทำอาหาร
พุธ	การฝึกสมาธิ สวดมนต์	การฝึกภาษา		การฝึกร้องเพลง/ เล่นดนตรี
พฤหัสบดี	ออกกำลังกาย	การฝึกความจำ/ เล่นเกมส์		เรียนเต้นลีลาศ/ ทำสมาธิ
ศุกร์	ออกกำลังกาย	การทำอาหาร		การฝึกใช้ Social media

(หมายเหตุ : กิจกรรมต่างๆ สามารถปรับได้ตามความเหมาะสม)

ตารางที่ 2 ตัวอย่างกิจกรรมทุก 2 เดือน มีการทัศนศึกษาภายนอก โดยผู้สูงอายุ/ ญาติออกค่าใช้จ่ายเอง

เดือน	เวลา	สถานที่
มกราคม	09.00-16.00	ไหว้พระ 3 วัดในกรุงเทพฯ
มีนาคม	09.00-16.00	ไหว้พระ วัดพุทธโสธร
พฤษภาคม	09.00-16.00	ไปทัศนศึกษาพิพิธภัณฑ์ เกษรรัตนโกสินทร์
กรกฎาคม	09.00 -16.00	ไปทัศนศึกษาอยุธยา
กันยายน	09.00- 16.00	ไปทัศนศึกษาลพบุรี
พฤศจิกายน	09.00-16.00	ไปทัศนศึกษา กาญจนบุรี

(หมายเหตุปรับเปลี่ยนได้)

ตารางที่ 3 ตัวอย่างโปรแกรมการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุ

วัน /เวลา	9.00 -10.00	10.30- 12.00	12.00 -13.00	13.00 - 15.30
จันทร์	ปัญหาสุขภาพในผู้สูงอายุ	การดูแลปากและฟันในผู้สูงอายุ	รับประทานอาหารกลางวัน	การฝึกทักษะ การส่งเสริมสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ
อังคาร	การฟื้นฟูสุขภาพในผู้สูงอายุ	การใช้ยาในผู้สูงอายุ		การทำอาหาร / โภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ
พุธ	การดูแลสุขวิทยาในผู้สูงอายุ	การดูแลเรื่องการขับถ่ายในผู้สูงอายุ		การดูแลสิ่งแวดล้อมเพื่อป้องกันอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ
พฤหัสบดี	การแสวงหาสิ่งสนับสนุนในชุมชน	การสังเกตอาการผิดปกติในผู้สูงอายุ		การคลายความเครียดในผู้ดูแล
ศุกร์	ออกกำลังกายในผู้ดูแล	การเคลื่อนย้ายผู้สูงอายุ		การฝึกใช้ Social media และการส่งต่อการดูแล

