

รายงานการประชุมคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับอำเภอแจ้ห่ม (พชอ.)

วันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๖๙

ณ ห้องประชุมอำเภอแจ้ห่ม อำเภอแจ้ห่ม จังหวัดลำปาง

\*\*\*\*\*

เริ่มประชุม

เวลา ๐๙.๓๐ น.

ระเบียบวาระที่ ๑

เรื่องประธานแจ้งในที่ประชุมทราบ

ประธานฯ

สถานการณ์หมอกควันไฟป่าในพื้นที่

สาธารณสุขอำเภอ

การควบคุมโรคระบาด โรคไข้เลือดออก

๑) การเฝ้าระวังและประเมินความเสี่ยง

๒) การป้องกันโรคและควบคุมยุงพาหะ

๓) การสื่อสารความเสี่ยงและสร้างการมีส่วนร่วมรับผิดชอบของชุมชน

๔) การรักษาและส่งต่อผู้ป่วยที่มีมาตรฐาน

๕) การบริหารจัดการและติดตามประเมิน

ระเบียบวาระที่ ๒

เรื่องรับรองรายงานการประชุม

- รับรองการประชุมครั้งที่แล้ว

ระเบียบวาระที่ ๓

เรื่องสืบเนื่องจากการประชุมครั้งก่อน

- ไม่มี

ระเบียบวาระที่ ๔

เรื่องเสนอเพื่อทราบ

ผู้ช่วยสาธารณสุขอำเภอ

- การนำเสนอข้อมูลสุขภาพประชาชนในอำเภอแจ้ห่ม

- ปัญหาสุขภาพประชาชนในอำเภอแจ้ห่ม

๑. ผู้ป่วยโรคมะเร็ง

๒. ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง

๓. ผู้ป่วยเบาหวาน

-โรคที่ต้องเฝ้าระวัง

๑. อุจระรัง

๒. โรคไข้เลือดออก

พัฒนาการอำเภอแจ้ห่ม

การดูแลผู้สูงอายุและผู้ด้อยโอกาส

-การเป็นอยู่ของผู้สูงอายุที่ป่วยติดเตียง และกลุ่มเปราะบาง อำเภอแจ้ห่มมีทั้งหมด

๗ ตำบล ได้แก่

๑. ตำบลทุ่งผึ้ง

๒. ตำบลแม่สุก

๓. ตำบลปางดง

๔. ตำบลวิเชตนคร

๕. ตำบลแจ้ห่ม

๖. ตำบลเมืองมาย

๗. ตำบลบ้านสา

จำนวนประชากรทั้งสิ้น ๓๘,๔๗๖ คน แยกเป็นชาย ๑๙,๒๗๓ คน หญิง ๑๙,๒๐๓ คน อาชีพหลักของประชากรในอำเภอแจ้ห่ม ได้แก่ เกษตรกรรม (ปลูกข้าว ปลูกผักกาดเขียวปลี ปลูกกะเทียม ปลูกข้าวโพดสัตว์ ข้าวโพดหวาน) รับจ้างทั่วไป ค้าขาย และอาชีพเสริมได้แก่ การทำผักกาดดอง การแปรรูปใบยาสูบ การทำหัตถกรรมในครัวเรือน

### -การบริการปฐมภูมิ เน้นการดูแลกลุ่มวัย

๑.ปฐมวัย=การพัฒนาทักษะEF ทักษะการรับรู้สมองส่วนหน้า รับรู้ถึงอารมณ์ (งดเล่นมือถือ) การสร้างแหล่งเรียนรู้ สนามเด็กเล่นในชุมชน

๒.วัยเรียน=เด็กในวัยเรียนจะเป็นวัยที่เด็กใช้ชีวิตอยู่ในโรงเรียนเป็นส่วนใหญ่ มีปฏิสัมพันธ์กับครูและกลุ่มเพื่อน เพราะฉะนั้นเด็กจะได้รับอิทธิพลจากครู และกลุ่มเพื่อน ลักษณะพฤติกรรมทางสังคมของเด็กวัยนี้ คือ การจับกลุ่มเด็กเพศเดียวกัน และตั้งเป็นกลุ่มสังคมเฉพาะของตน มีแนวคิด กิจกรรม กฎเกณฑ์ต่างๆ ที่ตั้งขึ้น เฉพาะกลุ่มนักจิตวิทยาเรียกลักษณะทางสังคมของเด็กวัยนี้ว่า สังคม ความลับ โดยเด็กจะหันหลังให้ผู้ใหญ่ และรวมกลุ่มกับเด็กด้วยกัน ความลับภายในกลุ่มจะถูก รักษาไว้อย่างเคร่งครัดเคร่งครัดไม่มีการบอกผู้ใหญ่เป็นอันขาด เด็กในวัยนี้จะเริ่มคิดเงิบๆมีการตั้งความเชื่อในเรื่องลึกลับต่างๆ ซึ่งเป็นความเชื่อ เฉพาะกลุ่มเท่านั้น

๓.วัยรุ่น=วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหลายด้าน ทำให้ต้อง มีการปรับตัวหลายด้านพร้อมๆกัน จึงเป็นวัยที่จะเกิดปัญหาได้มาก การปรับตัวได้ สำเร็จจะช่วยให้วัยรุ่นพัฒนาตนเองเกิดบุคลิกภาพที่ดี ซึ่งจะเป็นพื้นฐานสำคัญของการดำเนินชีวิตต่อไป การเรียนรู้พัฒนาการวัยรุ่นจึงมีประโยชน์ทั้งต่อการส่งเสริม ให้วัยรุ่นเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพดีทั้งทางร่างกายจิตใจสังคม และช่วยป้องกัน ปัญหาต่างๆในวัยรุ่น เช่น ปัญหาทางเพศ หรือปัญหาการใช้สารเสพติด

๔.วัยทำงาน=ปัจจัยที่สำคัญมากต่อการมีสุขภาพดีหรือไม่ดีของเราแต่ละคน ในทุก เพศและทุกวัย คือ พฤติกรรมการใช้ชีวิตหรือดำเนินชีวิตใน ๓ เรื่อง คือ อาหาร ออกกำลังกาย และอารมณ์ หรือเรียกย่อๆ ว่า "๓ อ."

อาหาร เป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต แข็งแรง ให้พลังงาน ความอบอุ่นต่อร่างกาย และช่วยควบคุมการทำงานของ อวัยวะต่างๆ ในร่างกายให้เป็นปกติ ดังนั้น จึงควรเลือกกินอาหารที่สะอาด ปลอดภัย ถูกหลักโภชนาการ ครบ ๕ หมู่ สัดส่วนที่เหมาะสม ปริมาณเพียงพอ กับความต้องการของร่างกาย และลดอาหารที่มัน หวาน และ เค็ม

อารมณ์ ที่เป็นสุข มั่นคง มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น และ สามารถปรับตัว ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม แม้มีอารมณ์เครียดหรืออารมณ์ ด้านลบแต่รู้จักการดูแลอารมณ์นั้นๆ ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

๕.ผู้สูงอายุ = เป็นวัยที่ต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ เพราะเป็นช่วงวัย ที่มีการเปลี่ยนแปลง เสื่อมโทรมถดถอยในด้านต่างๆ มากมาย ทั้งร่างกายและจิตใจ อาจมีโรคเรื้อรังที่ต้องการการดูแลและรักษา เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน

โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ โรคกระดูกพรุน โรคเกาต์ โรคหมอนรองกระดูกทับเส้นประสาท โรคจอประสาทตา เป็นต้น รวมถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม และเศรษฐกิจ ซึ่งผู้สูงอายุบางรายอาจไม่สามารถรับมือกับการเปลี่ยนแปลงนี้ได้ และอาจทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมามากมาย ดังนั้น จุดประสงค์หลักของ การดูแลผู้สูงอายุ ก็คือการทำให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข มีอิสระ และมีคุณภาพ สามารถพึ่งพาตนเองได้โดยพึ่งพาผู้อื่นน้อยที่สุด ถึงแม้ร่างกายจะเสื่อมถอยหรือมีโรคประจำตัวอยู่ก็ตาม เน้นดูแลอย่างต่อเนื่อง

- การดูแลกลุ่มเปาะบาง

๑. ผู้สูงอายุ
๒. หญิงตั้งครรภ์
๓. ผู้ด้อยโอกาส
๔. ผู้พิการ

**พัฒนาการอำเภอแจ้ห่ม การตรวจสอบครัวเรือนว่าอาศัยอยู่จริงหรือไม่ ปัญหาด้านครัวเรือน ผลการทำงานที่ผ่านมา**

-มีการอบรมฝึกอาชีพ (ครัวเรือนยากจน) ให้แก่ ตำบลวิเชตนคร บ้านสาแจ้ห่ม จำนวน ๒๐ หลังคาเรือน

-การเข้าเยี่ยมครัวเรือนยากจนทั้งหมด ๗ หลังคาเรือน ในตำบลแม่สุก แจ้ห่ม ปงดอน พุ่งผึ้ง และวิเชตนคร

-การซ่อมแซมบ้านให้ครัวเรือนยากจน ๒ หลัง ในเขตตำบลแม่สุก

ประธานฯ การทำบัตรของผู้ป่วยติดเตียง มีการวางแผน ประสานงาน ยื่นคำร้อง ประสงค์ที่จะทำที่บ้านเพราะผู้ทำบัตรไม่สามารถเดินทางมาได้ ในเดือน กรกฎาคม ที่ผ่านมามีอำเภอแจ้ห่มมี ๒ ราย ได้แก่ตำบลบ้านสา ๑ ราย และ ตำบลแจ้ห่ม ๑ ราย

ผอ.รพ.สต. พุ่งฮ้าง **การออกกกำลังกาย** ช่วยการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค และช่วยฟื้นฟูสภาพร่างกาย ทำด้วยความพอดีไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไปและทำอย่างสม่ำเสมอทุกวัน หรืออย่างน้อยวันเว้นวันวันละ ๓๐ นาที ไม่ว่าจะ เป็นในบ้านหรือนอกบ้านและที่ทำงาน

**ประเด็นที่จะพัฒนาในปี ๒๕๖๙**

-การจัดตั้งชมรมฟุตบอล อำเภอแจ้ห่ม

**จุดอ่อน**

-จัดการแข่งขันทีมไม่ต่อเนื่อง

-ไม่มีงบในการจัดกิจกรรมการแข่งขัน

ประธานฯ -รวมไปถึงกลุ่มควบคุมโลก เช่น ไข้เลือดออก การออกกกำลังกายเพื่อลดโลกเบาหวาน ความดัน ทำให้ร่างกายแข็งแรง การจัดหมวดหมู่ให้เป็นระบบตามระเบียบวาระ

-การจัดการระเบียบท้องถิ่น คณะอำเภอแจ้ห่มเป็นผู้ดูแล

-ผู้สูงอายุ(กลุ่มเปาะบาง) ผู้ช่วยสาธารณสุข เป็นผู้ดูแล

สาธารณสุขอำเภอ -การออกกกำลังกาย ส่งเสริมให้ประชาชนร่างกายแข็งแรง ลดโรค ความดัน เบาหวาน แนะนำให้ทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ จัดกิจกรรมเดินบาสโลบ เดินเอโรบิก

-การประกวดการแข่งขันต้นบาโลบ ที่ผ่านมามีอำเภอแจ้ห่มได้รางวัลชนะเลิศ ได้ไปแข่งขันต่อระดับจังหวัด

เกษตรอำเภอ

**-อาหารปลอดภัย** ทางเกษตรอำเภอแจ้ห่มเป็นผู้ดูแล และจะมีการสุ่มตรวจของกลุ่มเกษตรปลอดภัย ทางเกษตรอำเภอแจ้ห่มอยากให้ทางอำเภอมีการจัดอบรมให้แก่ชาวบ้านทำให้ชาวบ้านเข้าใจถึงเกษตรปลอดภัย โดยหัวข้อเรื่องโครงการอบรมให้ความรู้ การส่งเสริม ผลิต และจำหน่าย เช่น การสุ่มตรวจและรับรองว่าเป็นเกษตรที่ไม่มีสารเคมี (อาหารปลอดภัย เกษตรอินทรีย์) ว่าด้วยในเรื่องความปลอดภัยเป็นหลัก ลดการใช้สารเคมี หรืออาจจะใช้น้อยลง ในเรื่องของ การเก็บเกี่ยวถ้าใช้สารเคมี จะต้องมียุทธศาสตร์ในการเก็บเกี่ยว (จะไม่ให้ใช้สารเคมีเลย ก็อาจจะเป็นไปได้เลย ๑๐๐%) ในส่วนของอำเภอเราในเรื่องของพืชผักช่วยให้ลดสารเคมี เรื่องอาหารปลอดภัย และยังรณรงค์ให้ลดในเรื่องความเค็มเป็นหลัก

-ด้านการเกษตร เช่น สารพิษตกค้าง ทางเกษตรอำเภอแจ้ห่มมีโครงการตรวจสารพิษตกค้างในผลผลิตทางการเกษตร ให้ชาวบ้านในตำบล แม่สุก ทุ่งผึ้ง ปงดอน แจ้ห่ม วิเซตนคร บ้านสา เมืองมาย มีทะเบียนคุมสรุปผลว่ามีสารพิษตกค้างหรือไม่ ปลอดภัยหรือไม่ปลอดภัย มีการสุ่มตรวจและมีการส่งเสริมทำอย่างไรให้พืชผักปลอดภัยไร้สารเคมี การใช้สารป้องกันศัตรูพืชอย่างถูกต้องและปลอดภัยและมีการต่อยอดผักปลอดสารพิษ ส่งให้แก่โรงเรียนมีการขยายลงขายในตลาดสด

-การสร้างเชื่อมั่นว่าอำเภอของเรามีผักปลอดสารพิษ จะต้องมีโลโก้เพื่อสร้างความน่าเชื่อถือ มีการการันตีเพื่อความปลอดภัย

ประธาน อสม.

**ผักปลอดสารพิษ** บ้านใหม่เหล่ายาว หมู่ที่ ๘ ตำบลวิเซตนคร อำเภอแจ้ห่ม จังหวัดลำปาง

- มีการส่งเสริมการปลูกผักปลอดสารพิษ การปลูกผักอเนกนิค

- มีการส่งผักออกขายประจำร้านค้า เช่น ร้านตู้ตี ในอำเภอแจ้ห่ม และบูธขายของที่ เซนทรัลลำปาง

ผอ.รพ.สต. บ้านสา

**อุบัติเหตุ** ส่วน สพฐ เช่นในช่วงเทศกาล ๗ วันอันตราย ทางตำรวจในพื้นที่อำเภอแจ้ห่มจะเป็นแกนนำหลักในการรณรงค์ สวมหมวกนิรภัย ๑๐๐% และการลดจุดเสี่ยง คือ การมีป้ายเตือน แยกไฟแดงหรือทางแยก มีการชักซ้อมแผนในช่วงเทศกาลต่างๆ การตั้งด่านตรวจเมาไม่ขับ

**สาเหตุหลักที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุ**

๑. ขับรถเกินความเร็ว

๒. เส้นทางไม่คุ้นชิน

๓. เมาแล้วขับ

๔. ผู้ขับขี่ไม่รู้จักกฎจราจรในการขับขี่ (ไม่มีใบอนุญาตขับขี่)

๕. ยานพาหนะไม่พร้อม เช่น ไฟเลี้ยวเสีย

ทางบ้านเรา ถนนลำปาง-แจ้ห่ม เป็นทางโค้งเป็นไปได้ให้ลดการแข่ง และทำถนนใหม่ให้เป็นถนนลาดยาง

### การสร้างธนาคารขยะ

-ช่วยลดภาวะโลกร้อนและมลพิษ ภาคปฏิบัติ พชต. สิ่งที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้ให้ อสม. สำรวจ และท่านนายกเทศมนตรีตำบลบ้านสา ได้ขอรับบริจาค จากวัดต่างๆ เช่น ถัง เพื่อจัดทำถังขยะให้เป็นระบบมากขึ้น และให้ทางครอบครัว อสม. ทำเป็นตัวอย่าง เรียบร้อยแล้ว

-การจัดทำถังขยะเปียก จัดทำได้ ๑๐๐%

-การรณรงค์คัดแยกขยะ การจัดกิจกรรมต่างๆ SCG เป็นผู้สนับสนุนการทำ โรงคัดแยกขยะ รวมถึงสนับสนุนเครื่องอัดขยะ

อาหารปลอดภัย ตลาดผักของบ้านสาสหก มีประมาณ ๓๐ เจ้า ร่วมกับ เกษตรอินทรีย์ และจะมีการตรวจสอบสารเคมีตกค้าง (เป็นงบประมาณของโรงปูน SCG ที่สนับสนุนให้)

ระเบียบวาระที่ ๕

เรื่องเสนอและพิจารณา

ไม่มี

ระเบียบวาระที่ ๖

เรื่องอื่นๆ

-การรองรับการเกิดอุบัติเหตุ จัดอบรมให้แก่หน่วยกู้ชีพเพื่อผ่านเกณฑ์มาตรฐาน เพื่อจะได้ช่วยเหลือผู้ประสบอุบัติเหตุได้ทันเวลา

เลิกประชุม

๑๒.๐๐ น.



นายกฤษณะพงษ์ ดวงสุภา

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

ผู้บันทึกรายงานการประชุม



นายชุมพล จันทรศุนย์

สาธารณสุขอำเภอแจ้ห่ม

ผู้ตรวจทานรายงานการประชุม