

# โครงการทำงานรับใช้สังคม

(รายวิชา SLM๔๖๐๒ การเตรียมฝึกประสบการณ์วิชาชีพการจัดการพัฒนาสังคมและวัฒนธรรม)

แขนงวิชาการจัดการพัฒนาสังคม ภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

Social Work Project

## ๑. ชื่อโครงการ: โครงการสร้างเสริมความรู้ด้านการมองเห็นในผู้สูงอายุ

### ๒. หลักการและเหตุผล

ปัญหาสุขภาพตาและการมองเห็นในผู้สูงอายุเป็นปัญหาที่พบได้ทั่วไปและไม่อาจหลีกเลี่ยงได้เพราะเมื่อวัยเพิ่มขึ้น การทำงานหรือโครงสร้างของเนื้อเยื่อหรืออวัยวะทุกส่วนย่อมเสื่อมถอยลงไป ดังนั้นผู้สูงอายุจึงมีความจำเป็นที่จะต้องมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางตาหรือปัญหาทางตาที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ ผู้จัดทำโครงการจึงเล็งเห็นถึงความสำคัญต่อการมองเห็นของผู้สูงอายุในตำบลบางเตือ เพราะปัจจุบันผลจากการคัดกรองผู้สูงอายุ ๙ ด้าน พบว่าการคัดกรองภาวะผู้สูงอายุ ๙ ด้าน สำหรับพื้นที่ตำบลบางเตือ ปทุมธานี ในปี ๒๕๖๗ ผลการคัดกรองนั้นอยู่ที่ร้อยละ ๙๔.๘๙ % (๒,๐๑๗ คน) ในสถิติด้านที่มีปัญหาหรือมีความเสี่ยงที่สุด คือ ด้านที่ ๔ ด้านการมองเห็น

ดังนั้นผู้สูงอายุและคนในครอบครัวทุกคนจึงต้องใส่ใจและให้ความสำคัญกับเรื่องนี้เป็นอย่างมากต้องช่วยกันป้องกันและดูแลผู้สูงอายุไม่ให้สุขภาพทางด้านสายตามาเป็นปัญหาในการดำรงชีวิตได้ซึ่งโครงการนี้จะช่วยในการเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจต่อสุขภาพทางตาและช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นจากการที่ได้นำความรู้ไปปรับใช้และปฏิบัติจริง

ทั้งนี้ผู้สูงอายุต้องให้ความร่วมมือและรับฟังคำแนะนำโครงการนี้จึงจะบรรลุเป้าหมายเกิดผลสัมฤทธิ์ผลลัพธ์ที่ดีทั้งผู้จัดทำโครงการและผู้สูงอายุที่เข้ารับการอบรม ปัญหาโรคตาในผู้สูงอายุ ถึงแม้ว่าจะไม่ได้สร้างอาการเจ็บปวดรุนแรงหรือทำให้เสียชีวิตแต่ดวงตาก็ถือเป็นสิ่งสำคัญที่สุดอย่างหนึ่งของคนเรา การที่เราดูแลผู้สูงอายุ ในบ้านให้ใช้ชีวิตในช่วงบั้นปลายชีวิตอย่างมีความสุขห่างไกลจากโรคภัยย่อมเป็นเรื่องที่ดีกว่า ฉะนั้นอย่าลืมหาผู้สูงอายุที่บ้านไปตรวจตาบ่อยๆ เพื่อป้องกันโรคตา หมั่นพาผู้สูงอายุในบ้านตรวจตาเป็นประจำทุกปี หากพบความผิดปกติใดๆ ต้องรีบมาพบจักษุแพทย์เพื่อทำการตรวจรักษา หากปล่อยทิ้งไว้อาจทำให้สูญเสียการมองเห็นได้ การตรวจคัดกรองโรคตาอย่างละเอียดในผู้สูงอายุจะช่วยให้ทราบถึงภาวะและปัญหาที่แท้จริงของดวงตา เมื่อพบปัญหาในระยะเริ่มแรก จะสามารถรักษาได้ตรงจุดและชะลอการสูญเสียการมองเห็น ช่วยลดความเสี่ยงการเกิดอุบัติเหตุพลัดตกหกล้มจากปัญหาการมองเห็นได้ ลูกหลานควรใส่ใจดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีความสุข

### ๓. วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้ ทำความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางตา ปัญหาทางตาของผู้สูงอายุ ผลกระทบจากปัญหาทางตาที่พบบ่อยในผู้สูงอายุและแนวทางการเสริมสร้างสุขภาพตาในผู้สูงอายุ
- เพื่อให้ผู้สูงอายุนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันและสามารถนำความรู้ไปแนะนำให้กับคนในครอบครัวได้
- เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการเสริมสร้างความรู้ใหม่ให้เกิดความตระหนักและดูแลใส่ใจสุขภาพทางด้านสายตามากยิ่งขึ้น

## ๔. ขอบเขตการทำงาน

### ๔.๑ ด้านพื้นที่

ผู้สูงอายุที่เข้ามาใช้บริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบางเตือ ๒ ที่เป็นโรคเรื้อรัง ๓๙ หมู่ ๓ ตำบลบางเตือ ปทุมธานี

### ๔.๒ ด้านเนื้อหา

#### การมองเห็นในผู้สูงอายุ

โรคตาในผู้สูงอายุ ดวงตา เป็นอีกหนึ่งอวัยวะสำคัญในการใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นอวัยวะ ที่ทำให้เรา ได้มองเห็นสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัว แต่เมื่อเราอายุมากขึ้น สุขภาพร่างกายของเราก็จะยิ่งถดถอยและเสื่อมสภาพลง โดยเฉพาะ โรคตาในผู้สูงอายุ ก็เช่นกัน โรคเกี่ยวกับดวงตาหลายโรคเป็นอันตรายต่อการสูญเสียการมองเห็นในระยะยาว เช่น โรคต้อหิน โรคต้อกระจก โรคจอประสาทตาเสื่อม และ โรคเบาหวานขึ้นจอตา โดยโรคดังกล่าวจัดว่าเป็น โรคตาในผู้สูงอายุ

#### ภาวะผู้สูงอายุ ด้านที่ ๔ การมองเห็น

เมื่ออายุมากขึ้น สุขภาพร่างกายก็ทรุดโทรมลงตามอายุทุกส่วน ไม่เว้นแม้แต่ดวงตา ในผู้สูงอายุจะเริ่มมีอาการมองเห็นภาพ ในระยะใกล้ๆ ไม่ชัดเจนเหมือนอย่างเดิม ซึ่งมักมีสาเหตุมาจาก กลไกการทำงานของสายตาที่ทำงานมาตั้งแต่เด็กจนถึงวัยสูงอายุก็ อ่อนแรงลง และโรคตาในผู้สูงอายุที่พบมากที่สุดมี ทั้งหมด ๕ ชนิด ดังนี้

##### ๑. โรคต้อกระจก

เป็นการเสื่อมสภาพตามอายุ เกิดจากการที่เลนส์ตาขุ่นมัวจนแสงที่เข้ามาในลูกตาลดลง ส่งผลต่อความสามารถในการมองเห็น เป็นโรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ ซึ่งอาจจะพบได้เร็วขึ้นในผู้ป่วยเบาหวาน

##### ๒. โรคต้อหิน

โรคต้อหินคือโรคที่มีการเสื่อมของประสาทตาโดยมีปัจจัยเสี่ยงเรื่องความดันลูกตาเป็นสำคัญ ความดันตาสูง กดทำลายเส้นประสาทตา และมีปัจจัยอื่นๆร่วมด้วย เช่น คนในครอบครัวเป็นต้อหิน การใช้ยาสเตียรอยด์ การได้รับอุบัติเหตุหรือ ผ่าตัดตมาก่อน ซึ่งโรคนี้อาจมีความรุนแรงจนถึงขั้นทำให้ตาบอดถาวรได้

##### ๓. โรคต้อลม

ต้อลมเป็นอีกหนึ่งโรคตาที่มีสาเหตุมาจากความเสื่อมของเยื่อตาขาว ตัวต้อจะมีลักษณะเป็นก้อนเนื้อขนาดเล็ก หนุน สีขาวหรือเหลืองตรงบริเวณเยื่อตาขาว ซึ่งหากไม่ได้รับการป้องกันก็อาจจะลุกลามกลายเป็นแผ่นเนื้อบดบังบริเวณกระจกตาได้

##### ๔. โรคตาแห้ง

มีปัจจัยการเกิดมาหลายๆ อย่าง ได้แก่ ต่อมไขมันเปลือกตาที่อุดตัน หรือการมีโรคประจำตัว เช่น โรคไทรอยด์ จะส่งผลให้น้ำหล่อเลี้ยงตาที่ทำหน้าที่ให้ความชุ่มชื้นแก่ดวงตาไม่เพียงพอ ทำให้เกิดการระคายเคืองและแสบตา หากปล่อยไว้ไม่ได้รับการรักษา อาจจะทำให้เปลือกตาดึงรั้งจนตาแห้งมาที่มตา จนทำให้กระจกตาเป็นแผลได้

##### ๕. โรคจอประสาทตาเสื่อม

เป็นภาวะที่จุดรับภาพที่อยู่ตรงส่วนกลางของจอตาเกิดการเสื่อม ทำให้การมองเห็นส่วนกลางของภาพมัวลง แต่บริเวณรอบข้างยังสามารถมองเห็นได้เป็นปกติ ซึ่งอาจเกิดจากการเสื่อมไปตามช่วงอายุที่มากขึ้น แสงยูวี การสูบบุหรี่ หรือมีระดับความดันโลหิตสูง

ดังนั้น การตรวจสุขภาพตากับจักษุแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเป็นประจำทุกปี เพื่อคัดกรองความเสี่ยงที่อาจเกิดกับดวงตา อย่างสม่ำเสมอ แม้ยังไม่มีอาการผิดปกติใดๆ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เราสามารถรักษาดวงตาคู่นี้ให้อยู่กับเราได้อย่างปลอดภัย

## ๔.๓ ด้านการดำเนินงาน

### ๔.๓.๑ ชั้นเตรียมงาน

- ประชุมเพื่อเสนอหัวข้อโครงการ
- เขียนร่างโครงการเพื่อเสนออนุมัติจากอาจารย์
- ประสานงานการลงพื้นที่กับเจ้าหน้าที่กองสาธารณสุขที่เป็นที่ปรึกษา

### ๔.๓.๒ ชั้นดำเนินงาน

- รวบรวมข้อมูลผู้สูงอายุที่มาตรวจสายตา
- จัดเตรียมอุปกรณ์และสื่อในการสอน
- จัดอบรมผู้สูงอายุที่มาตรวจสายตา สอนให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องการมองเห็น
- ทำแผ่นพับมาแจกเพื่อให้ความรู้ประกอบการบรรยาย

### ๔.๓.๓ ชั้นสรุปงาน

- จัดทำรายงานสรุปผลการอบรม

## ๕. กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุที่เข้ารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบางเดื่อ ๒ ที่เป็นโรคเรื้อรัง จำนวน ๑๐ คน

## ๖. ระยะเวลาในการดำเนินงาน

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินงาน	ระยะเวลาดำเนินงาน
	สิงหาคม	กันยายน
วางแผนออกแบบโครงการ รวบรวมข้อมูล	๑๓-๒๓ สิงหาคม ๒๕๖๗	
จัดการอบรม นำแผ่นพับเกี่ยวกับความรู้ทางสายตาแจกให้แก่ผู้สูงอายุ		๒๐ กันยายน ๒๕๖๗
สรุปผล		๒๕ กันยายน ๒๕๖๗

## ๗. งบประมาณโครงการ

รายการ	อัตรา (จำนวนรายละเอียด)	งบประมาณ (บาท)
งบดำเนินงาน		
(๑.) ค่าตอบแทน	-	-
(๒.) ค่าใช้สอย	-	-
(๓.) ค่าวัสดุ	ค่าพิมพ์แผ่นพับ (จำนวน ๑๐ ฉบับ)	๒๐๐ บาท
	รวม	๒๐๐ บาท

## ๘. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

### ๘.๑ ผลผลิต

- สื่อใบความรู้แผ่นพับส่งเสริมสุขภาพด้านการมองเห็น

### ๘.๒ ผลลัพธ์

- ผู้สูงอายุให้ความสนใจและใส่ใจสุขภาพทางสายตามากขึ้น

### ๘.๓ ผลกระทบ

- ผู้สูงอายุที่เข้ามาใช้บริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบางเตือ ๒ นำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน และสามารถแนะนำให้กับคนในครอบครัวต่อได้

## ๙. การติดตามโครงการ

- ประสานงานกับทางโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบางเตือ ๒ เพื่อรวบรวมข้อมูล นำสถิติที่ได้รับมาคัดกรองจัดทำโครงการต่อเนื่อง
- ออกแบบแผ่นพับความรู้ ทำการสอบถามและสัมภาษณ์ผู้เข้าร่วมโครงการสร้างเสริมความรู้ด้านการมองเห็นในผู้สูงอายุ

## ๑๐. ความเสี่ยงและปัญหาอุปสรรค

ความเสี่ยงและปัญหา	แนวทางแก้ไข
ผู้จัดโครงการบรรยายให้ความรู้ไม่ทั่วถึงสาเหตุมาจาก พื้นที่ จำนวนผู้สูงอายุ และเวลาที่มีจำกัด	ให้ความรู้เฉพาะผู้สูงอายุที่สะดวก
การให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุที่มีความต่างของวัย อาจเป็นปัญหากับโครงการในเรื่องความน่าเชื่อถือ เสี่ยงไม่เป็นไปตามวัตถุประสงค์	สร้างความเป็นกันเอง จัดกิจกรรมระหว่างการอบรมเพื่อ ice breaking

## ๑๑. ผู้รับผิดชอบโครงการ

### ๑๑.๑ หัวหน้าโครงการ

๑. นางสาวธารีรัตน์ สุภาชิต
๒. นางสาวนุสบา ปาลาวัน


### ๑๑.๒ ผู้ร่วมทำงาน/ประสานงาน

๑. นายธนนยศ รัตนปรีชาชัย (ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม)
๒. นางชลธิชา สุขศรีนาค (พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ)

### ๑๑.๓ เบอร์โทรประสานงาน

- เบอร์ ๐๙๙-๐๖๔-๖๘๘๘ (หัวหน้าโครงการ)
- เบอร์ ๐๙๙-๑๑๕-๒๑๓๗ (หัวหน้าโครงการ)

## ๑๒. ลายเซ็นหัวหน้าโครงการ

ลงชื่อ   
(นางสาวธารีรัตน์ สุภาชิต)  
หัวหน้าโครงการ

ลงชื่อ   
(นายธนนยศ รัตนปรีชาชัย)  
พนักงานที่ปรึกษา/พี่เลี้ยง

ลงชื่อ   
(นางสาวนุสบา ปาลาวัน)  
หัวหน้าโครงการ

ลงชื่อ   
(รศ.ดร.กฤษิทธิ์ ภูคำชะโนด)  
ที่ปรึกษาโครงการ