|  |
| --- |
| ๑.ชื่อโครงการ:  โครงการรณรงค์ “เข้าพรรษา ลดเสี่ยง (อ้วน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ไม่ออกกำลังกาย) สร้างบุญ” ปี ๒๕๕๗ |
| ๒.ยุทธศาสตร์: ๒. การพัฒนาเป็นศูนย์กลางนโยบาย มาตรการ นวัตกรรม ข้อมูลอ้างอิง และมาตรฐานวิชาการ เฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคและภัยสุขภาพของชาติ ที่ได้มาตรฐานสากล |
| ๓.ผลผลิตย่อยของโครงการ: ๑.๑.๑ การวิจัย พัฒนา รูปแบบ/เทคโนโลยี/ มาตรฐาน / มาตรการ / แนวทาง ด้านการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรค และภัยสุขภาพ |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ๔.หลักการและเหตุผล:  |  ปัจจุบันประเทศไทยได้เผชิญกับปัญหา**โรคไม่ติดต่อเรื้อรังหรือโรควิถีชีวิต** ได้แก่ โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และโรคมะเร็ง ซึ่งเป็นมหันตภัยเงียบที่คุกคามสุขภาพและสถานการณ์มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โรคไม่ติดต่อเรื้อรังมีสาเหตุมาจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น การรับประทานอาหารที่มีรสหวาน มันและเค็มเพิ่มขึ้น รับประทานผักและผลไม้น้อยลง ขาดการออกกำลังกาย สูบบุหรี่ และดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ จากพฤติกรรมดังกล่าว ที่ส่งผลให้เกิดภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน ภาวะน้ำตาลในเลือดสูง ภาวะไขมันในเลือดสูง ซึ่งปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้ก่อให้เกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง จากการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ ๔ พบว่า คาเฉลี่ยของดัชนีมวลกายในประชากรไทยอายุ ๑๕ ปขึ้นไป เฉลี่ยเทากับ ๒๓.๑ กก./ตร.เมตร ในผูชายและ ๒๔.๔ กก./ตร.เมตร ในผูหญิง คาเฉลี่ยดัชนีมวลกายเพิ่มขึ้นตามอายุ จนมีคาสูงสุดในกลุมอายุ ๔๕–๕๙ ป นอกจากภาวะอ้วน ยังมีอีกสองปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง คือ การสูบบุหรี่ และดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ จากการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ. ๒๕๕๔ พบว่า ประชากรไทยอายุ ๑๕ ปีขึ้นไปจำนวน ๕๓.๙ ล้านคน มีอัตราการสูบบุหรี่ร้อยละ ๒๑.๔ โดยเป็นผู้ที่สูบเป็นประจำร้อยละ ๑๘.๔ สูบนานๆ ครั้งร้อยละ ๒.๙ ผู้ชายสูบมากกว่าผู้หญิง ๒๐ เท่า สำหรับพฤติกรรมการดื่มสุราในรอบ ๑๒ เดือน ก่อนวันสัมภาษณ์ของประชากรอายุ ๑๕ ปีขึ้นไปพบผู้ดื่มสุราร้อยละ ๓๑.๕ โดยผู้ชายมีอัตราการดื่มสูงกว่าผู้หญิงประมาณ ๕ เท่า จากการสำรวจกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย พ.ศ.๒๕๕๓ โดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างอายุตั้งแต่ ๑๕ ถึง ๗๔ ปี ซึ่งประมาณการเป็นประชากรจำนวน ๔๗.๗ ล้านคน พบว่า ๖๕.๗% ของประชากร ออกกำลังกายไม่เพียงพอ โดยชายโดยชายออกำลังกายไมเพียงพอ ๖๐.๗ % และหญิงออกกำลังกายไมเพียงพอ ๗๐.๔ % และ ๑๐.๓ ล้านคน หรือ ๑๗.๖ % มีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ โดยชายมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ ๑๖.๘% และหญิงมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ ๑๘.๗%  คนไทยเป็นโรควิถีชีวิตประมาณ ๑๔ ล้านคน และจากสถิติชีพคนไทยเสียชีวิตจากโรควิถีชีวิตปีละเกือบ ๓๐๐,๐๐๐ คน ซึ่งภาครัฐต้องเสียงบประมาณในการรักษาผู้ป่วยจาก**โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง**หรือโรควิถีชีวิต ๕ โรคดังกล่าวถึงปีละ ๓๓๕,๓๕๙ ล้านบาท ซึ่งเป็นปัญหาและอุปสรรคที่สำคัญต่อการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศอีกด้วย โดยเฉพาะด้านคุณภาพของทรัพยากรมนุษย์ ทำให้ประชากรเสียชีวิตก่อนวัยอันควร เกิดการสูญเสียศักยภาพในการประกอบอาชีพ และผู้ป่วยมีความทุกข์ทรมานจากการเจ็บป่วยและโรคแทรกซ้อน นอกจากจะเพิ่มภาระแก่คนรอบข้างแล้ว ยังสร้างภาระแก่สังคมโดยรวม การดำเนินงานเชิงรุก ได้แก่ การเฝ้าระวัง ป้องกันควบคุมโรค ลดปัญหาที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ โดยมุ่งเน้นกระตุ้น เตือนให้ประชาชน ตระหนักและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนำไปสู่สุขภาพดี และสนับสนุนให้ประชาชนเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ มีความรู้ ความเข้าใจ มีการตัดสินใจที่ดี รวมถึงการจัดการตนเองอย่างถูกต้องเหมาะสม จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง  ดังนั้น กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข จึงได้จัดทำ โครงการรณรงค์ “เข้าพรรษา ลดเสี่ยง (อ้วน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ไม่ออกกำลังกาย) สร้างบุญ” ปี ๒๕๕๗ด้วยการรณรงค์ประชาสัมพันธ์กิจกรรมเพื่อพัฒนาองค์ความรู้ ส่งเสริม ป้องกัน และแก้ไขปัญหาโรควิถีชีวิตของคนไทย **โดยส่งเสริมให้ประชาชนหน่วยงาน องค์กร ตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เน้นที่ ๔ ปัจจัย คือ ลดอ้วน เลิกบุหรี่ งดเหล้า เพิ่มกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย ในช่วงเทศกาลเข้าพรรษาเป็นระยะเวลา ๙๐วัน (โดยประมาณ**) โดยเชิญชวน หน่วยงานและองค์กรต่างๆทั้งภาครัฐและเอกชน ร่วมกิจกรรม**ทำความดีด้วยการลด ละ เลิก พฤติกรรมเสี่ยง**ต่อการเกิดโรควิถีชีวิต เพื่อถวายเป็น **“พระราชกุศล” และเทิดพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในโอกาสทรงเจริญพระชนมายุ ๖๐ พรรษา ปี ๒๕๕๘** คาดหวังว่าการดำเนินโครงการดังกล่าวจะส่งผลให้หน่วยงานและองค์กรต่างๆทั้งภาครัฐและเอกชน เข้ามามีส่วนร่วมและสนับสนุนการรณรงค์ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลดปัจจัยเสี่ยงโรควิถีชีวิต เพื่อให้บุคลากรในหน่วยงานหรือองค์กรมีคุณภาพชีวิตที่ดี และมอบรางวัลให้กับหน่วยงานหรือองค์กร ที่ดำเนินการลดอ้วน ลดการดื่มเหล้า งดสูบบุหรี่เพิ่มกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย ได้ผลดี โดยวัดที่ผลลัพธ์ คิดเป็นร้อยละ |

 |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ๕.วัตถุประสงค์:  | ๑.เพื่อรณรงค์และประชาสัมพันธ์ กระตุ้น ส่งเสริม และสนับสนุนให้หน่วยงานหรือองค์กรต่างๆ  รวมถึงบุคคลกรเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ถูกต้องเหมาะสม๒.เพื่อได้รูปแบบการดำเนินงานลดเสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในหน่วยงานหรือองค์กร   |

 |
|  |
| ๖.ผลผลิตและตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ: ผลผลิต : |
|

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ลำดับ** | **ผลผลิต** | **จำนวน** | **หน่วยนับ** |
| ๑ | หน่วยงานหรือองค์กรเข้าร่วมโครงการรณรงค์ เข้าพรรษา ลดเสี่ยง (อ้วน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ไม่ออกกำลังกาย) สร้างบุญ ปี ๒๕๕๗ |  30 |  แห่ง |
| ๒ | รูปแบบการดำเนินการลดเสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในหน่วยงานหรือองค์กร  | อย่างน้อย ๓  | รูปแบบ |
| ๓ | แนวทางลดเสี่ยงเลี่ยงโรค NCDs | ๑ | เรื่อง |

**ตัวชี้วัด :**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ลำดับ** | **ผลผลิต** | **จำนวน** | **หน่วยนับ** |
| ๑ | จำนวนหน่วยงาน/องค์กรที่เข้าร่วมโครงการรณรงค์ เข้าพรรษา ลดเสี่ยง (อ้วน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ไม่ออกกำลังกาย) สร้างบุญ ปี ๒๕๕๗ |  30 |  แห่ง |
| ๒ | จำนวนรูปแบบการดำเนินการลดเสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในหน่วยงานหรือองค์กร  | อย่างน้อย ๓  | รูปแบบ |
| ๓ | จำนวนแนวทางลดเสี่ยงเลี่ยงโรค NCDs | ๑ | เรื่อง |

 |
|  |
|  |
|  |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ๗.วิธีดำเนินงาน:  | ๑.ประชาสัมพันธ์ เชิญชวน หน่วยงานหรือองค์กร ทั้งภาครัฐและเอกชน เข้าร่วม โครงการรณรงค์ เข้าพรรษา ลดเสี่ยง (อ้วน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ไม่ออกกำลังกาย) สร้างบุญ ปี ๒๕๕๗ ๒. จัดจ้างผลิตแนวทางลดเสี่ยงเลี่ยงโรค NCDs๓. เปิดตัวโครงการฯ๔ .จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้และมอบรางวัลพร้อมโล่ให้กับองค์กร /หน่วยงาน ที่จัดการลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังได้ดี ทั้งหมด ๕ ประเภทๆละ ๓ รางวัล  |
| **๘.กิจกรรม/****แผนการดำเนินงาน** | ๑.ประชาสัมพันธ์ เชิญชวน หน่วยงานหรือองค์กร ทั้งภาครัฐและเอกชน เข้าร่วม โครงการรณรงค์ เข้าพรรษา ลดเสี่ยง (อ้วน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ไม่ออกกำลังกาย) สร้างบุญ ปี ๒๕๕๗  ๑.๑.ประสาน สคร. ๑-๑๒ ดำเนินโครงการรณรงค์ เข้าพรรษา ลดเสี่ยง (อ้วน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ไม่ออกกำลังกาย) สร้างบุญ ปี ๒๕๕๗ ในเขตพื้นที่ที่รับผิดกลุ่มเป้าหมาย ๓ ประเภท ได้แก่ ๑) หน่วยงานราชการ  ๒) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น  ๓) สถานประกอบการ  ๑.๒.ประสานสำนัก/หน่วยงานสังกัดกรมควบคุมโรคดำเนินโครงการรณรงค์ เข้าพรรษา ลดเสี่ยง (อ้วน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ไม่ออกกำลังกาย) สร้างบุญ ปี ๒๕๕๗ มีรางวัล ๒ ประเภท ได้แก่ ๑) สคร. สำนัก/หน่วยงานในส่วนกลาง ๒) ตามสายงานรองอธิบดีทั้ง ๔ ท่าน ประกอบด้วย ๑) นพ.สมศักดิ์ อรรฆศิลป์ ๒) นพ.นพพร ชื่นกลิ่น ๓) พญ.วราภรณ์ ภูมิสวัสดิ์ ๔) นพ.โอภาส การย์กวินพงศ์ แต่ละสายรวมทั้ง สคร.และสำนักในส่วนกลางที่รับผิดชอบ๒. จัดจ้างผลิตแนวทางลดเสี่ยงเลี่ยงโรค NCDs๓. เปิดตัวโครงการฯ**หมายเหตุ:**  **- บุคลากรที่เข้าร่วมโครงการฯ** ได้แก่ ๑. อ้วนลงพุง รอบเอว≥๙๐เซนติเมตรในชายและรอบเอว≥๘๐เซนติเมตรในหญิง  ดัชนีมวลกาย(BMI) ≥ ๒๕  ๒. ดื่มเหล้า ๓. สูบบุหรี่ ๔. บุคลากรทั่วไป |

 |
| ๙.แผนการดำเนินงาน/เป้าหมายและประมาณการค่าใช้จ่าย:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ลำดับ** | **กิจกรรม** | **เป้าหมาย** | **ระยะเวลาดำเนินงาน** | **ประมาณการค่าใช้จ่าย** | **ค่าใช้จ่าย (บาท)** |
| ๑ | ประชาสัมพันธ์ เชิญชวน หน่วยงานหรือองค์กร ทั้งภาครัฐและเอกชน เข้าร่วม โครงการรณรงค์ เข้าพรรษา ลดเสี่ยง (อ้วน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ไม่ออกกำลังกาย) สร้างบุญ ปี ๒๕๕๗  |  |  |  |  |
|  | * ประชุมชี้แจงโครงการฯแผนงาน/กิจกรรมผ่าน VDO con. ให้กับ สคร.ทั้ง ๑๒ แห่งฯพร้อมกับหน่วยงานในกระทรวงสาธารณสุขและเปิดตัวโครงการฯ
 |  | มิ.ย.๕๗ | -ค่าอาหารว่าง ๗๐ คน X ๓๕ บาท =๒,๔๕๐ บาท -เอกสารประกอบการประชุมและอื่นๆ ๑,๕๕๐ บาท | รวม=๔,๐๐๐ บาท |
|  | * เปิดตัวโครงการฯ
 |  |  | -ค่าอาหารว่าง ๒๐๐ คน X ๓๕ X๒ =๑๔,๐๐๐ บาท-อาหารกลางวัน คน ๒๐๐ X ๘๐บาท=๑๖,๐๐๐บาท- ค่าวิทยากร ๑,๒๐๐ X ๓=๓,๖๐๐ บาท-ค่าจ้างเหมาอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมโครงการฯ เช่น โครงบูธ โต๊ะ เก้าอี้ เวที= ๓๐,๐๐๐ บาท-เอกสารประกอบการประชุมและอื่นๆ ๕,๔๐๐ บาท | รวม=๖๙,๐๐๐ บาท |
|  | * ประชุมคณะทำงานและผู้เกี่ยวข้องในส่วนกลาง
 |  |  | ค่าอาหาร \* ๘๐ บาท X ๕๐ คนX ๑ มื้อ (๔,๐๐๐)- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม\* ๒๕บาท X ๕๐ คน X ๒ มื้อ (๒,๕๐๐)-ค่าวัสดุ อุปกรณ์ และอื่นๆ ๕๐๐ บาทรวมเป็นเงิน= ๗,๐๐๐ บาท | รวม= ๗,๐๐๐ บาท |
|  | * จัดจ้างผลิตสื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์กิจกรรมโครงการฯ ผ่านช่องทางต่างๆ
 |  | มิ.ย.-ก.ค.๕๗ | -จัดจ้างผลิตสื่อ ป้ายไวนิล แผ่นพับ โปสเตอร์ รวม = ๕๐,๐๐๐  | รวม= ๕๐,๐๐๐ บาท |
|  | * ติดตามความก้าวหน้าและประเมินผล กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการฯ
 |  | ก.ค.-ต.ค.๕๗ | -ไม่มีค่าใช้จ่าย |  |
|  | * สรุปผลการดำเนินงานและกิจกรรม ตลอดช่วงเข้าพรรษา(๙๐ วัน)
 |  | ต.ค.-พ.ย.๕๗ | -ไม่มีค่าใช้จ่าย |  |
| ๒ | จัดจ้างผลิตแนวทางลดเสี่ยงเลี่ยงโรค NCDs |  | ก.ค.-ส.ค.๕๗ | -จำนวน ๒,๐๐๐ เล่มX๕๐ บาท= ๑๐๐,๐๐๐ บาท | รวม= ๑๐๐,๐๐๐ บาท |

 |
|  |
| หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้๑๐.งบประมาณ ๒๓๐,๐๐๐ บาท (สองแสนสามหมื่นบาทถ้วน) |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ๑๑.กลุ่ม เป้าหมาย/สถานที่ดำเนินการโครงการ:  | บุคลากรทั่วไปและกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ อ้วน/อ้วนลงพุง (รอบเอว ≥ ๘๐ ซม. ในเพศหญิง และ ≥ ๙๐ ซม. ในเพศชาย) และ/หรือ ดัชนีมวลกาย ตั้งแต่ ๒๕ กิโลกรัม/ตารางเมตรสูบบุหรี่ ดื่มสุรา ขององค์กรหรือหน่วยงานดังนี้  ๑) หน่วยงานราชการ  ๒) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น  ๓) สถานประกอบการ ๔) สคร.  ๕) สำนัก/หน่วยงานในส่วนกลาง สถานที่ทำงานของกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการหรือสถานที่ตามความเหมาะสม   |

 |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ๑๒.กลุ่มเป้าหมายผู้ร่วมดำเนินการ:  | สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (สป.) สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด (สสจ.)กรมควบคุมโรค สำนักโรคไม่ติดต่อ |

 |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ๑๓.กลุ่มผู้ใช้ประโยชน์:  | บุคลากรทั่วไปและกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ อ้วน/อ้วนลงพุง (รอบเอว ≥ ๘๐ ซม. ในเพศหญิง และ ≥ ๙๐ ซม. ในเพศชาย) และ/หรือ ดัชนีมวลกาย ตั้งแต่ ๒๕ กิโลกรัม/ตารางเมตร สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ขององค์กรหรือหน่วยงานที่ร่วมโครงการฯ  |

 |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ๑๔.ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ:  | 1. น่วยงาน/ องค์กร ทั้งภาครัฐและเอกชน เกิดความตื่นตัวและหันมาใส่ใจในการดูแลสุขภาพและตระหนักถึงอันตรายจากโรคไม่ติดต่อเรื้องรัง ซึ่งคาดว่าจะส่งผลให้ประชาชนสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
2. หน่วยงาน/องค์กร ทั้งภาครัฐและเอกชน ได้รับการส่งเสริม สนับสนุนองค์ความรู้ในการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
3. สามารถลดงบประมาณรายจ่ายที่สูญเสียไปกับการดูแลรักษาพยาบาลโรคที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม
 |

 |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ๑๕.บุคลากรที่เกี่ยวข้อง: | กลุ่มบุคลากร/เจ้าหน้าที่               บุคลากรอื่น ๆ               บุคลากรกลุ่ม/งานอื่น ๆ ภายในหน่วยงาน  |

 |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ๑๖.ผู้รับผิดชอบโครงการ:  |    (นางณัฐธิวรรณ พันธ์มุง)   นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ |

 |
| ๑๗.ผู้เสนอโครงการ:   (นางนิตยา พันธุเวทย์)   หัวหน้ากลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ๑๘.ผู้อนุมัติโครงการ: |  |

 |