

## สรุปผลการดำเนินโครงการ

จากการดำเนินโครงการเฝ้าระวังและลดโรคในชมรมผู้สูงอายุ มีวัตถุประสงค์เพื่อคัดกรองภาวะสุขภาพ ค้นหากลุ่มเสี่ยง ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และลดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเรื้อรังในผู้สูงอายุ โดยมีกลุ่มเป้าหมายจำนวนทั้งสิ้น 34 คน

ผลการดำเนินงานพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้รับการคัดกรองสุขภาพอย่างครอบคลุม ทั้งการตรวจวัดความดันโลหิต การตรวจระดับน้ำตาลในเลือด และการประเมินภาวะเสี่ยงต่อโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง คิดเป็นร้อยละ 95 ของกลุ่มเป้าหมาย ส่งผลให้สามารถค้นหากลุ่มเสี่ยงและผู้ป่วยรายใหม่ได้ตั้งแต่ระยะเริ่มต้น และสามารถวางแผนการดูแลต่อเนื่องได้อย่างเหมาะสม

ในด้านการให้ความรู้ พบว่าผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจน โดยเฉพาะในเรื่องการบริโภคอาหารที่เหมาะสม การลดหวาน มัน เค็ม การออกกำลังกายที่ถูกต้อง และการใช้ยาอย่างปลอดภัย จากการประเมินก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม พบว่าความรู้เพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 85 ซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้

ด้านพฤติกรรมสุขภาพ พบว่าผู้สูงอายุมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น เช่น มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสม และการปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข คิดเป็นร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมโครงการ ซึ่งเป็นผลมาจากการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่องและการมีส่วนร่วมของชมรมผู้สูงอายุ

ในส่วนของการเฝ้าระวังและติดตามกลุ่มเสี่ยง พบว่ามีการติดตามดูแลอย่างต่อเนื่องทั้งในรูปแบบการนัดตรวจ การเยี่ยมบ้าน และการประสานงานกับหน่วยบริการสุขภาพในพื้นที่ คิดเป็นร้อยละ 90 ของกลุ่มเสี่ยง ส่งผลให้สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตและระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีขึ้น โดยพบว่าร้อยละ 70 ของกลุ่มเสี่ยงมีค่าทางสุขภาพดีขึ้นตามเกณฑ์

นอกจากนี้ การจัดกิจกรรมกลุ่มในชมรม เช่น การออกกำลังกายร่วมกัน การทำกิจกรรมนันทนาการ และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น ลดความรู้สึกลดเดี่ยวและความเครียด เกิดความสัมพันธ์ที่ดีในชุมชน และสร้างความเข้มแข็งให้กับชมรมผู้สูงอายุ

โดยสรุป โครงการเฝ้าระวังและลดโรคในชมรมผู้สูงอายุสามารถดำเนินงานได้บรรลุตามวัตถุประสงค์ และตัวชี้วัดที่กำหนด ช่วยให้ผู้สูงอายุเข้าถึงบริการคัดกรองสุขภาพ มีความรู้และพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมมากขึ้น สามารถลดปัจจัยเสี่ยงและควบคุมโรคเรื้อรังได้ ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมอย่างยั่งยืน

