

โครงการกิจกรรมวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ
“กายภาพบำบัดเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ ก้าวเดินมั่นใจ ไม่ปวด ไม่ล้ม”
โรงพยาบาลบางพลี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

๑. หลักการและเหตุผล

เนื่องด้วยวันที่ ๒๐ มกราคม ของทุกปี เป็นวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ เพื่อเป็นการเผยแพร่ความรู้ การดูแลสุขภาพของประชาชนด้วยวิธีการทางกายภาพบำบัด และเป็นการประชาสัมพันธ์วิชาชีพกายภาพบำบัด แก่ประชาชนทั่วไปและบุคลากรด้านสาธารณสุข โดยในวันที่ ๒๐ มกราคม ๒๕๖๗ ทางสภากายภาพบำบัด ได้กำหนดคำขวัญว่า “กายภาพบำบัดเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ ก้าวเดินมั่นใจ ไม่ปวด ไม่ล้ม”

ดังนั้น งานกายภาพบำบัด โรงพยาบาลบางพลี จึงจัดทำโครงการกิจกรรมวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ “กายภาพบำบัดเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ ก้าวเดินมั่นใจ ไม่ปวด ไม่ล้ม” โดยการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายในกลุ่ม ผู้สูงอายุ , การตรวจประเมินความเสี่ยงในการภาวะหกล้ม การตรวจประเมินความสามารถในการทรงตัว ในกลุ่มผู้สูงอายุ พร้อมให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพของประชาชนผู้เข้าร่วมกิจกรรม ด้วยการจัดบอร์ดและสื่อ ประชาสัมพันธ์

ทั้งนี้ เพื่อเป็นการให้ความรู้ในการดูแลและส่งเสริมสุขภาพเกี่ยวกับการออกกำลังกายให้ประชาชน ทำให้ประชาชนสามารถดูแลตนเองและออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง เพื่อลดโอกาสการเกิดภาวะเจ็บปวด และหกล้มในกลุ่มผู้สูงอายุ

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อเป็นการดูแลและส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ ลดโอกาสการเกิดภาวะเจ็บปวดและหกล้ม ในกลุ่มผู้สูงอายุ

๒.๒ เพื่อเผยแพร่ความรู้ในการดูแลเสริมสร้างสุขภาพของประชาชน ด้วยวิธีการกายภาพบำบัด

๒.๓ ประชาสัมพันธ์วิชาชีพกายภาพบำบัดให้แก่ประชาชนและบุคลากรด้านสาธารณสุข

๓. กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนและบุคลากรที่สนใจ จำนวน ๑๐๐ คน

๔. วิธีดำเนินงาน

๔.๑ ประชาสัมพันธ์โครงการโดยแจ้งในแอปพลิเคชัน LINE Official ของบุคลากรโรงพยาบาลบางพลี, เพจ facebook งานกายภาพบำบัด โรงพยาบาลบางพลี, ป้ายประชาสัมพันธ์ และประกาศผ่านประชาสัมพันธ์ เสียงตามสาย

๔.๒ จัดเตรียมสื่อให้ความรู้แก่ประชาชนผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยการจัดบอร์ดและสื่อประชาสัมพันธ์ (โรลอัพ) เรื่องความรู้ท่าทางการออกกำลังกายเพื่อป้องกันการล้มในผู้สูงอายุ

๔.๓ เตรียมความพร้อมทีมจัดกิจกรรมเรื่องความรู้ความเข้าใจ, ท่าทางการออกกำลังกายเพื่อป้องกันการ หกล้มในผู้สูงอายุ, การตรวจประเมินความเสี่ยงในการภาวะหกล้ม, การตรวจประเมินความสามารถในการ ทรงตัวและเกมที่ใช้จัดกิจกรรม

/๔.๔ ดำเนินการ...

โครงการกิจกรรมวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ “กายภาพบำบัดเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ ก้าวเดินมั่นใจ ไม่ปวด ไม่ล้ม”
โรงพยาบาลบางพลี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

แหล่งเงินงบประมาณ : เงินบำรุงโรงพยาบาลบางพลี วงเงิน ๘,๐๐๐ บาท (แปดพันบาทถ้วน)

หน้า ๑

๔.๔ ดำเนินการจัดกิจกรรม“กายภาพบำบัดเพื่อสุขภาพผู้สูงวัย ก้าวเดินมั่นใจ ไม่ปวด ไม่ล้า”
วางบอร์ดและอุปกรณ์ ณ ลานกิจกรรมหน้าห้องกายภาพบำบัด ศูนย์แพทย์ชุมชนวัดบางพลีใหญ่กลาง และใช้
เกมส์ตอบคำถามทดสอบความรู้ ความเข้าใจ

๔.๕ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทำแบบประเมินความพึงพอใจการเข้าร่วมกิจกรรม

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

เดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๗ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. (รวมระยะเวลา ๑ วัน)

กำหนดการโครงการกิจกรรมวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ
“กายภาพบำบัดเพื่อสุขภาพผู้สูงวัย ก้าวเดินมั่นใจ ไม่ปวด ไม่ล้า”
โรงพยาบาลบางพลี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

เวลา	กิจกรรม
๘.๐๐ - ๘.๔๕ น.	ลงทะเบียน
๘.๔๕ - ๙.๐๐ น.	พิธีเปิด กล่าวเปิดประชุมโดยแพทย์หญิงอักษรศักดิ์ พนมพรพานิช
๙.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	กิจกรรมที่ ๑ ได้แก่ การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมความสามารถในการทรงตัว
	กิจกรรมที่ ๒ ได้แก่ การตรวจประเมินความเสี่ยงในการภาวะหกล้ม
	กิจกรรมที่ ๓ ได้แก่ การตรวจประเมินความสามารถในการทรงตัว
	กิจกรรมที่ ๔ ได้แก่ บริการให้ความรู้แก่ประชาชนด้วยวิธีการทางกายภาพบำบัด

หมายเหตุ เวลา ๑๐.๓๐ น. และ ๑๔.๓๐ น. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม

๖. สถานที่ดำเนินงาน

ลานกิจกรรมหน้าห้องกายภาพบำบัด

๗. งบประมาณในการดำเนินงาน

งบประมาณจาก เงินบำรุงโรงพยาบาลบางพลี จำนวนเงินทั้งสิ้น ๘,๐๐๐.- บาท (แปดพันบาทถ้วน)
ซึ่งมีรายละเอียดค่าใช้จ่ายดังนี้

๑. ค่าจ้างทำสื่อประชาสัมพันธ์ (โรลอัพ) ๒,๐๐๐.- บาท x ๒ ชุด เป็นเงิน ๔,๐๐๐.- บาท
 ๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๒๐.- บาท x ๑๐๐ คน x ๒ มื้อ x ๑ วัน เป็นเงิน ๔,๐๐๐.- บาท
- รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๘,๐๐๐-บาท (แปดพันบาทถ้วน)

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายต่างๆ สามารถถัวเฉลี่ยกันได้ ตามการใช้จ่ายจริงและเป็นไปตามระเบียบทางราชการ
ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามสถานการณ์เร่งด่วน หรือเหมาะสม

๘. ตัวชี้วัดโครงการ

๘.๑ ประชาชนและบุคลากรทางด้านสาธารณสุขเข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

๘.๒ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้และความพึงพอใจ ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

/ ๙. ผลที่คาดว่าจะ...

โครงการกิจกรรมวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ “กายภาพบำบัดเพื่อสุขภาพผู้สูงวัย ก้าวเดินมั่นใจ ไม่ปวด ไม่ล้า”
โรงพยาบาลบางพลี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

แหล่งเงินงบประมาณ : เงินบำรุงโรงพยาบาลบางพลี วงเงิน ๘,๐๐๐.- บาท(แปดพันบาทถ้วน)

หน้า ๒

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีองค์ความรู้และแนวคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อป้องกันการทกล้ม
ในผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น
- ๙.๒ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้จักและเข้าใจบทบาทวิชาชีพกายภาพบำบัดเพิ่มมากขึ้น

๑๐. วิธีประเมินผล

- ๑๐.๑ ใช้เกมตอบคำถามทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อป้องกันภาวะ
การทกล้มในผู้สูงอายุ
- ๑๐.๒ รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมและทำแบบประเมินความพึงพอใจการเข้าร่วมกิจกรรม

๑๑. ผู้รับผิดชอบโครงการ

(นางสาวปานไพลิน ยอดสม)
นักกายภาพบำบัดปฏิบัติการ

๑๒. ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวอักษรากค์ พนมพรพานิช)
หัวหน้ากลุ่มงานเวชกรรมฟื้นฟู

๑๓. ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายสมศักดิ์ ไช้ทรัพย์สถาพร)
นายแพทย์เชี่ยวชาญ ปฏิบัติหน้าที่
รองผู้อำนวยการฝ่ายการแพทย์ ปฏิบัติราชการแทน
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางพลี

๑๔. ผู้อนุมัติโครงการ

(นายประภาส สุกดวง)
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสมุทรปราการ

โครงการกิจกรรมวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ "กายภาพบำบัดเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ ถ้าวินมั่งใจ ไม่ปวด ไม่ล้ม"
โรงพยาบาลบางพลี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗
แหล่งเงินงบประมาณ : เงินบำรุงโรงพยาบาลบางพลี วงเงิน ๘,๐๐๐ บาท (แปดพันบาทถ้วน) ๗

หน้า ๓