

หลักสูตรอบรมระยะสั้น

การจัดบริการคลินิกเพื่อการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2

ให้เข้าสู่โรคระยะสงบ :

การฝึกปฏิบัติการทางคลินิก เพื่อการดำเนินงาน

ดูแลผู้ป่วยเบาหวานเข้าสู่ระยะสงบ

สำหรับแพทย์และสหวิชาชีพ

(Practice of Diabetes remission Services for
Doctors and multidisciplinary team)

คำนำ

ท่ามกลาง การบริหารจัดการ เพื่อจัดระบบดูแลผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น “เบาหวาน สงบ” “เบาหวานหายได้” เป็นหมุดหมายการทำงานใหม่ที่ผุดขึ้นมา ที่สร้างความหวังและกำลังใจให้กับ ทั้งประชาชน ผู้ป่วย และผู้ให้บริการ เป็นหนทางที่จะทำให้กระบวนการดูแลสุขภาพคนเป็นโรคไม่ติดต่อ ที่มี ประสิทธิภาพมากขึ้น เป็นหนทางที่มีการกล่าวถึง และมีความสนใจเพิ่มขึ้นในกลุ่มที่เกี่ยวข้อง

กระบวนการนี้ ดำเนินการได้สำเร็จ ด้วยความเข้าใจต่อการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต ที่มีความละเอียด และเอา ใจใส่ต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย และกลุ่มเสี่ยงต่าง ๆ ซึ่งควรมีแนวทางการจัดอบรม หรือ จัดการเรียนรู้ ที่ทำ ความเข้าใจต่อทักษะเหล่านี้ ซึ่งเพิ่มเติมนอกเหนือจากความรู้ วิชาการ ทางทฤษฎีพื้นฐาน แต่ควรมีการฝึกปฏิบัติ ร่วมกับความเข้าใจภาคทฤษฎีควบคู่กัน

สมาคมแพทย์เวชปฏิบัติทั่วไป/เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย เห็นความสำคัญดังกล่าว จึงจัดให้มี หลักสูตร “การฝึกปฏิบัติการทางคลินิกเพื่อการดำเนินงานดูแลผู้ป่วยเบาหวานเข้าสู่ระยะสงบ สำหรับแพทย์และ ทีมสหวิชาชีพ” ขึ้น โดยเป็นการดำเนินงานร่วมระหว่างสมาคมฯ กับ เครือข่ายโรงพยาบาลที่เป็นหน่วยปฏิบัติการ ระบบดูแลผู้ป่วยเบาหวานเข้าสู่ระยะสงบ

คณะผู้จัด หวังว่า หลักสูตรการเรียนรู้นี้ จะเป็นก้าวอย่างหนึ่งของการพัฒนาระบบดูแลสุขภาพผู้ป่วยโรคไม่ ติดต่อเรื้อรัง ที่มีคุณภาพ และมีประสิทธิภาพต่อไป



แพทย์หญิงสุพัตรา วัฒนธนากร

นายกสมาคมแพทย์เวชปฏิบัติทั่วไป/เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย

ชื่อหลักสูตร

การจัดบริการคลินิกเพื่อการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ให้เข้าสู่ระยะสงบ: การฝึกปฏิบัติการเชิงคลินิก
เพื่อการดำเนินงานดูแลผู้ป่วยเบาหวานเข้าสู่ระยะสงบ สำหรับแพทย์และทีมสหวิชาชีพ

ชื่อประกาศนียบัตร

หลักสูตร การฝึกปฏิบัติการเชิงคลินิก เพื่อการดำเนินงานดูแลผู้ป่วยเบาหวานเข้าสู่ระยะสงบ

หน่วยงานที่รับผิดชอบ

สมาคมแพทย์เวชปฏิบัติทั่วไป/เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย ร่วมกับ โรงพยาบาลบ้านตากขุน

หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวานยังคงเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของประเทศไทย และทั่วโลก โดยเป็นสาเหตุการเสียชีวิต
หนึ่งในห้าของการเสียชีวิตทั้งหมด ปัจจุบันคนไทยป่วยเป็นโรคเบาหวานเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ในปีพ.ศ. 2563
มีความชุกร้อยละ 9.5 และมีผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่กว่า 300,000 รายต่อปี จำนวนผู้ป่วยเบาหวานที่เพิ่มมากขึ้น
ทุกปี ในขณะที่ทรัพยากรด้านสาธารณสุข และเวลาในการให้บริการ มีอย่างจำกัด ทำให้ไม่สามารถให้บริการได้
อย่างและมีประสิทธิภาพ ผู้ป่วยขาดมีทักษะด้านการจัดการตนเอง ควบคุมโรคได้ไม่ดี เกิดภาวะแทรกซ้อน พิการ
หรือเสียชีวิตเพิ่มขึ้น ซึ่งหากหน่วยบริการสามารถจัดระบบบริการที่เหมาะสมสอดคล้องกับบริบท ทรัพยากร
ความรู้ และเทคโนโลยีที่เปลี่ยนแปลงไป จะช่วยเพิ่มคุณภาพการดูแลควบคุมโรคเบาหวานให้ดีขึ้น ลดการสูญเสีย
และเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยได้

ปัจจุบันมีการรักษาที่สามารถช่วยให้ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 สามารถควบคุมน้ำตาลในเลือดให้อยู่ใน
ระดับต่ำกว่าเกณฑ์วินิจฉัยโรคเบาหวานโดยไม่ต้องใช้ยาเพื่อลดระดับน้ำตาลได้ โดยเรียกภาวะนี้ว่า Diabetes
remission หรือโรคเบาหวานระยะสงบ โดยสมาคมแพทย์เวชปฏิบัติทั่วไป/เวชศาสตร์ครอบครัว ราชวิทยาลัย
แพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทยฯ สมาคมผู้ให้ความรู้
โรคเบาหวาน สมาคมต่อมไร้ท่อแห่งประเทศไทย สมาคมนักกำหนดอาหารแห่งประเทศไทย สมาคมผู้ให้อาหาร
ทางหลอดเลือดดำและทางเดินอาหารแห่งประเทศไทย กองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
ได้ร่วมกัน กำหนดแนวทางเวชปฏิบัติการดูแลโรคเบาหวานด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มงวดเพื่อให้
โรคเบาหวานเข้าสู่ระยะสงบ สำหรับบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข ปี พ.ศ. 2565 ทำให้เกิดนวัตกรรม
บริการและกลวิธีการบริหารจัดการที่แตกต่างกันตามบริบทของแต่ละพื้นที่

หลักสูตรอบรมนี้พัฒนาขึ้นบนหลักการการจัดการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (Experiential Learning)
จากการสังเคราะห์องค์ความรู้และประสบการณ์การจัดบริการคลินิกเพื่อการดูแลผู้ป่วยเบาหวานให้เข้าสู่โรคระยะ
สงบของจังหวัดสุราษฎร์ธานี นำมาถ่ายทอดอย่างเป็นระบบ เพื่อพัฒนาสมรรถนะบุคลากร ทางการแพทย์และ

สาธารณสุขให้สามารถดำเนินงานคลินิกเบาหวานระยะสงบได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสามารถดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ให้เข้าสู่ระยะสงบ ได้อย่างปลอดภัย และมีสุขภาวะที่ดี

วัตถุประสงค์ของหลักสูตร เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

1. มีความรู้ ความเข้าใจในแนวทางเวชปฏิบัติสำหรับโรคเบาหวาน และการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ให้เข้าสู่ระยะสงบ
2. สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการประเมินผู้ป่วย วางเป้าหมายการรักษา การให้คำปรึกษา และสร้างแผนการปรับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตแบบส่วนบุคคลได้
3. ตระหนักถึงความสำคัญของการจัดบริการสุขภาพเพื่อสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ โดยการมีส่วนร่วมของผู้ป่วย
4. มีทักษะในการให้คำปรึกษาเพื่อสร้างทักษะการจัดการตนเองของผู้ป่วย นำไปสู่การปรับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตเพื่อป้องกันและควบคุมเบาหวานให้เข้าระยะสงบ
5. สามารถทำงานเป็นทีมเพื่อการดูแลผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผลลัพธ์ที่คาดหวัง

1. ศักยภาพของหน่วยบริการสุขภาพสามารถดำเนินงานคลินิกดูแลรักษาโรคเบาหวาน โดยการปรับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตอย่างเข้มข้นให้เข้าสู่ระยะสงบที่ครอบคลุม ได้ดีมีคุณภาพ เหมาะสมกับบริบท
2. มีเครือข่ายผู้ให้บริการสุขภาพเพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้การบริหารจัดการโรคเบาหวาน

คุณสมบัติของผู้เข้าฝึกอบรม

- ทีมสหสาขาวิชาชีพโรงพยาบาลละ 5-6 คน ประกอบด้วย
 - แพทย์ (ทั่วไป/เวชศาสตร์ครอบครัว/อายุรกรรม) 1 คน
 - เภสัชกร 1 คน
 - นักกายภาพบำบัด 1 คน
 - นักกำหนดอาหารหรือนักโภชนาการ 1 คน
 - พยาบาลวิชาชีพ 1 คน
 - อื่น ๆ 1 คน

คุณสมบัติเพิ่มเติม (Optional)

เคยผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ที่เป็นพื้นฐานความรู้เบื้องต้น “การพัฒนาการจัดการโรคเบาหวานสู่โรคเบาหวานระยะสงบ” โดยกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุขและสมาคมโรคเบาหวานฯ สมาคมเวชปฏิบัติทั่วไป/เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย สมาคมเครือข่ายโรคไม่ติดต่อไทย

ค่าลงทะเบียน

คนละ 8,000 บาท ต่อคนต่อคอร์ส (ไม่รวมค่าที่พักและอาหาร)

สถานที่จัดอบรม

โรงพยาบาลบ้านตาก จังหวัดสุราษฎร์ธานี และโรงพยาบาลในเครือข่ายที่ผ่านการรับรอง

กระบวนการฝึกอบรม

- การบรรยาย
- การฝึกปฏิบัติจริง
- การอภิปรายรายกลุ่ม
- การแสดงบทบาทสมมติ
- Case conference (Online)
- การเรียนรู้ด้วยตนเอง

ระยะเวลาการอบรม

5 วัน ที่หน่วยปฏิบัติการ และมีการติดตามต่อเนื่อง 2 ครั้ง ผ่านระบบออนไลน์

โครงสร้างและเนื้อหา

Module 1: Apply Essential Knowledges and Skills in Real Practice

- Understanding Diabetes and Remission
 - Pathophysiology of diabetes (Type 1 and Type 2)
 - Definition and criteria for diabetes remission
- Lifestyle Intervention
 - Role of diet in diabetes management and remission
 - Detailed overview of low-carbohydrate and low-calorie diets
 - Practical meal planning and dietary counseling tips

Physical Activity and Diabetes Remission

Importance of exercise in diabetes management

Types of physical activities beneficial for remission

Designing Lifestyle Intervention Plans

- How to Deliver Effective Nursing Care
 - Exploring the patient 's health behavior
 - Nursing diagnosis and care process
- Role of Multidisciplinary teams
- Pharmacotherapy for Diabetes Remission
 - medication management
 - Adjusting medication regimens during remission
 - Frequency and types of follow-up visits
 - Use of technology and remote monitoring tools
- Essential communication skill
 - Principles of Empathic communication skill
 - Techniques to enhance patient engagement and adherence
 - Patient Education and Support
 - Developing effective patient education materials
 - Strategies for ongoing patient support and education
 - Involving family and community in patient care
 - Developing personalized education plans
- Analyzing patient data and making decisions on medication adjustments
- Designs remission clinic in different context

Module 2 Common challenging and Solutions

- Problem-solving common challenges in diabetes remission
- Sharing best practices and resources
- How to set up remission clinic in different contexts
- DM Remission clinic in primary care setting

	8.30-9.00	9.00-10.30	10.30 -12.00		13.00-14.30	14.30-16.00	16.00-16.30
D1	Welcome and Overview	OPD Shadowing: Exploring the patient 's health behavior		Lunch	Lecture: Understanding Diabetes and Remission	Share & Learn: Success stories from patients who have achieved remission	Reflection
D2	OPD practice: Exploring the patient 's health behavior	Group A: Nutrition Intervention	Group A: Exercise prescription		Workshop: Designing Lifestyle Intervention Plans	Lecture: How to Deliver Effective Nursing Care	Reflection
		Group B: Exercise prescription	Group B: Nutrition Intervention				
D3	OPD practice: Exploring the patient 's health behavior	OPD Practice: Analyzing patient data and making decisions on treatment plan (Following the patient journey)			Lecture: Pharmacotherapy for DM remission	Group Discussion: The Miracle of Multidisciplinary teams	Reflection
D4	SDL	Workshop: Essential communication skill			Group Discussion: Patient Education and support	Workshop: Developing personalized education plans	Reflection
D5	OPD practice: Exploring the patient 's health behavior	OPD practice: Analyzing patient data and making decisions on treatment plan (Career specific)		Workshop: Designs remission clinic in your context	Q&A Wrap-Up and Evaluation		

ตารางการจัดการฝึกอบรม

ระยะเวลาการอบรม 5 วัน

วิทยากร

1. นายแพทย์เอกพล พิศาล
2. แพทย์หญิงจันทิรา ลีลาไพบูลย์
3. แพทย์หญิงชนิดดา สมคง
4. พยาบาลวิชาชีพเสาวณี ไทยเจริญ
5. พยาบาลวิชาชีพชลาสิลา จันทร์ด้อย
6. เกศษกรหญิงนงิยา โจรโนภาส
7. นักกำหนดอาหารวิชาชีพชาริษา ประจัน
8. นักกายภาพบำบัดฐปนพรรษ กาลิจิตต์

การประเมินผล

คะแนนวัดความรู้หลังเข้าอบรม ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
 คะแนนการประเมินผลการศึกษาปฏิบัติ ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
 ระยะเวลาเข้าอบรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ภาคผนวก

- แบบบันทึกการดูแลผู้ป่วย
- รายชื่อที่ปรึกษาและกรรมการหลักสูตร