



/x

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดชลบุรี
 เลขรับ..... 1420
 วันที่..... ๘ ก.พ. ๒๕๖๒
 เวลา.....

ที่ สธ ๐๓๑๗.๑/๑๗๑

โรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี
 '๕๕๕ หมู่ ๓๑ ตำบลห้วยใหญ่ อำเภอบางละมุง
 จังหวัดชลบุรี ๒๐๑๕๐

๓๑ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขอเชิญเข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการ "ผู้สูงอายุอ่อนล้า มีคุณภาพ"

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด จันทบุรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย	๑. กำหนดการประชุม	จำนวน ๓ ชุด
	๒. แบบตอบรับเข้าร่วมประชุม	จำนวน ๑ ฉบับ
	๓. แบบสำรองห้องพัก	จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย กรมการแพทย์ โดยโรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี ได้กำหนดจัดการประชุมเชิงปฏิบัติการ "ผู้สูงอายุอ่อนล้า มีคุณภาพ" ให้แก่บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข เพื่อพัฒนาบุคลากรทางการแพทย์ให้มีความรู้และสามารถคัดกรองปัญหาการนอนในผู้สูงอายุได้ ซึ่งปัญหาการนอนหลับในผู้สูงอายุเป็นหนึ่งในกลุ่มอาการผู้สูงอายุ (Geriatric Syndromes) ที่พบบ่อยโดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีอายุ ๖๕ ปีขึ้นไป โรงพยาบาลตระหนักถึงความสำคัญถึงปัญหาการนอนหลับในผู้สูงอายุในเขตบริการสุขภาพที่ ๖ อย่างเร่งด่วน จึงได้จัดการประชุมดังกล่าวขึ้นในวันที่ ๒๑-๒๒ มีนาคม ๒๕๖๒ ณ ห้องประชุมโรงแรม Floral Hotel Dolphin Circle Pattaya จังหวัดชลบุรี

ในการนี้ โรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี ได้พิจารณาเห็นว่าโครงการประชุมดังกล่าวจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาหน่วยงานของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอให้ท่านพิจารณาจัดส่งรายชื่อบุคลากรที่ปฏิบัติงานด้านผู้สูงอายุในโรงพยาบาลทุกแห่งเข้าร่วมประชุมดังกล่าวจังหวัดละ ๑๐ ท่าน โดยขอให้ส่งรายชื่อและแบบตอบรับไปยังภารกิจด้านวิชาการและการแพทย์ ที่ผู้ประสาน คุณบุษย์ณกมล เรืองรักเรียน e mail : budhakamol@hotmail.com ทางโทรศัพท์ ๐๘ ๗๑๔๑ ๘๖๕๖ โทรสาร ๐ ๓๘๓๔ ๓๕๗๓ ทั้งนี้ผู้เข้าร่วมประชุมสามารถเข้าร่วมประชุมได้โดยไม่ถือเป็นวันลา โดยโรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี รับผิดชอบค่าใช้จ่าย (ค่าที่พัก ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่าง และเครื่องดื่ม) ในวันจัดประชุมให้แก่บุคลากรที่เข้าร่วม โดยกรุณานำหนังสืออนุมัติเดินทางจากต้นสังกัดมาพร้อมในวันประชุม ส่วนค่าเบี้ยเลี้ยงและค่าเดินทางเบิกจากงบประมาณของหน่วยงานต้นสังกัด ทั้งนี้ให้เป็นไปตามระเบียบของกระทรวงการคลัง หมวดค่าธรรมเนียมวันที่ ๔ มีนาคม ๒๕๖๒

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการ และประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรในหน่วยงานของท่านทราบ โดยทั่วกันด้วย
 จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(นายศักดิ์ชัย ธีรวิทยาคม)

ผู้อำนวยการ

โรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี

ภารกิจด้านวิชาการและการแพทย์

โทร. ๐ ๓๘๓๔ ๓๕๗๓ โทรสาร ๐ ๓๘๓๔ ๓๕๗๑

**โครงการ ผู้สูงอายุนอนหลับดีมีคุณภาพ ไม่กรน/หยุดหายใจลดภาวะติดบ้านติดเตียง
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2562**

1. **ชื่อโครงการ:** ผู้สูงอายุนอนหลับดีมีคุณภาพ ไม่กรน/หยุดหายใจลดภาวะติดบ้านติดเตียง
2. **หน่วยงานที่รับผิดชอบ:** โรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี
3. **หลักการและเหตุผล**

จากข้อมูลสถิติผู้สูงอายุไทย ณ วันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2559 ประชากรผู้สูงอายุในเขตบริการสุขภาพที่ 6 มีร้อยละ 16.81 โดยจังหวัดที่มีประชากรผู้สูงอายุมากที่สุดคือ จังหวัดระยอง ร้อยละ 20.54 และจังหวัดที่มีประชากรผู้สูงอายุน้อยที่สุดในเขตบริการสุขภาพที่ 6 คือ จังหวัดชลบุรี ร้อยละ 11.86 สุขภาพของผู้สูงอายุไทยมีแนวโน้มเสื่อมถอยหลายด้านพร้อมๆกันเป็นผลจากโรคเรื้อรังและปัจจัยเสี่ยงที่ขยายตัวไม่หยุดยั้ง ปัญหาการนอนหลับในผู้สูงอายุเป็นหนึ่งในกลุ่มอาการผู้สูงอายุ (Geriatric Syndromes) ที่พบบ่อยโดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป พบว่าผู้สูงอายุในชุมชนมีปัญหาการนอนหลับถึงร้อยละ 50 ซึ่งสาเหตุอาจเกิดจากสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง โรคทางกาย โรคทางใจ ภาวะเครียด พฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง ผลไม่พึงประสงค์จากยา รวมทั้งรูปแบบการนอนหลับในผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลง สาเหตุเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่นอนน้อยกว่าความต้องการ และร้อยละ 80 ในผู้สูงอายุที่มีปัญหาการนอนหลับเป็นปัญหาเรื้อรัง การนอนหลับที่ไม่มีคุณภาพส่งผลกระทบต่อสุขภาพกาย สุขภาพใจของผู้สูงอายุ ทำให้อ่อนเพลีย หงุดหงิด ง่วงระหว่างวัน และถ้าพบมีภาวะการกรน/หยุดหายใจร่วมด้วย จะเพิ่มความเสี่ยงการเกิดโรคหลอดเลือด เช่น โรคหลอดเลือดสมอง หลอดเลือดหัวใจ ดังนั้นการที่ผู้สูงอายุได้รับการดูแลปัญหาการนอนหลับอย่างถูกต้องและเหมาะสม จะช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิตและลดอัตราการเกิดภาวะพึ่งพิงได้ จากกรรณการรายงานตรวจราชการที่ผ่านมาพบว่า การดูแลปัญหาเรื่อง การนอนหลับในผู้สูงอายุและการตรวจคัดกรองปัญหาการนอนหลับในผู้สูงอายุในสถานบริการภาครัฐในเขตบริการสุขภาพที่ 6 ยังมีข้อจำกัด ทั้งในด้านศักยภาพบุคลากรและเครื่องมือ

โรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี เป็นหน่วยงานในสังกัดกรมการแพทย์ มีหน้าที่ศึกษา วิจัย พัฒนา และถ่ายทอดเทคโนโลยีด้านเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ ประสานการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในกลุ่มวัยผู้สูงอายุ พัฒนาระบบบริการสุขภาพผู้สูงอายุและถ่ายทอดองค์ความรู้รูปแบบการดำเนินงาน เพื่อสร้างมาตรฐานการบริการทางการแพทย์ด้านเวชศาสตร์ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ โรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี ตระหนักถึงความสำคัญในการพัฒนาศักยภาพบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขด้านปัญหาการนอนหลับในผู้สูงอายุในเขตบริการสุขภาพที่ 6 อย่างเร่งด่วน จึงจัดโครงการ ผู้สูงอายุนอนหลับดีมีคุณภาพ ไม่กรน/หยุดหายใจ ลดภาวะติดบ้านติดเตียง เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี

4. วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรทางการแพทย์เรื่องการนอนหลับในผู้สูงอายุ
2. เพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรทางการแพทย์ด้านการคัดกรองปัญหาการนอนในผู้สูงอายุ
3. เพื่อสร้างเครือข่ายบริการในการแก้ปัญหาการนอนในผู้สูงอายุในเขตบริการสุขภาพ

5. สถานที่ดำเนินการ:

ห้องประชุม Dolphin Library Meeting Room โรงแรม Floral Hotel Dolphin Circle Pattaya

6. ตัวชี้วัดความสำเร็จ**6.1** เจริญปริมาณ

- จำนวนบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขที่เข้าร่วมประชุม
- จำนวนเครือข่ายบริการในการแก้ปัญหาการนอนในผู้สูงอายุในเขตบริการสุขภาพ

6.2 เจริญคุณภาพ

- ร้อยละความพึงพอใจของบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขที่เข้าร่วมประชุม

7. กลุ่มเป้าหมายและพื้นที่เป้าหมาย

7.1 กลุ่มเป้าหมาย: บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขที่รับผิดชอบงานด้านผู้สูงอายุ
จำนวน 50 คน

7.2 พื้นที่เป้าหมาย: สถานบริการทางการแพทย์ในเขตบริการสุขภาพที่ 6

8. ระยะเวลาดำเนินการ

จำนวน 2 วัน วันที่ 21-22 มีนาคม 2562

9. ผลประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ และประชาชนได้รับ

ผู้สูงอายุได้รับการดูแลปัญหาการนอนหลับอย่างถูกต้องและเหมาะสม จะช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิตและลดอัตราการเกิดภาวะหึ่งหึ่งได้ จากการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง และหลอดเลือดหัวใจได้



กรมเวชศาสตร์
โรงพยาบาลศิริราช

กำหนดการประชุมเชิงปฏิบัติการ “ผู้สูงอายุนอนหลับดี มีคุณภาพ”
ภายใต้โครงการผู้สูงอายุนอนหลับดีมีคุณภาพ ไม่กรน/หยุดหายใจลด การะติดบ้านติดเตียง
วันที่ ๒๑-๒๒ มีนาคม ๒๕๖๒ ณ ห้องประชุม Dolphin Library Meeting Room
โรงแรม Floral Hotel Dolphin Circle Pattaya

วันที่ ๒๑ มีนาคม ๒๕๖๒

๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น.

ลงทะเบียน

๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.

พิธีเปิดการประชุม

โดย นายแพทย์ศักดิ์ชัย ธีรวิทยาคุณ

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี

๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.

บรรยายเรื่อง กลุ่มอาการที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ (Geriatric Syndromes)

โดย ศ.นพ.วีระศักดิ์ เมืองไพศาล

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

๑๓.๐๐-๑๖.๓๐ น.

บรรยาย เรื่อง ปัญหาการนอนไม่หลับในผู้สูงอายุ

โดย นพ.สมรักษ์ สันติเบญจกุล

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วันที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๖๒

๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.

บรรยายเรื่อง Sleep Apnea and Sleep disorder Assessment

โดย แพทย์หญิงณิรัชดา ทรัพย์อนันต์

ศูนย์การนอนหลับและศูนย์โรคลมชัก โรงพยาบาลกรุงเทพ

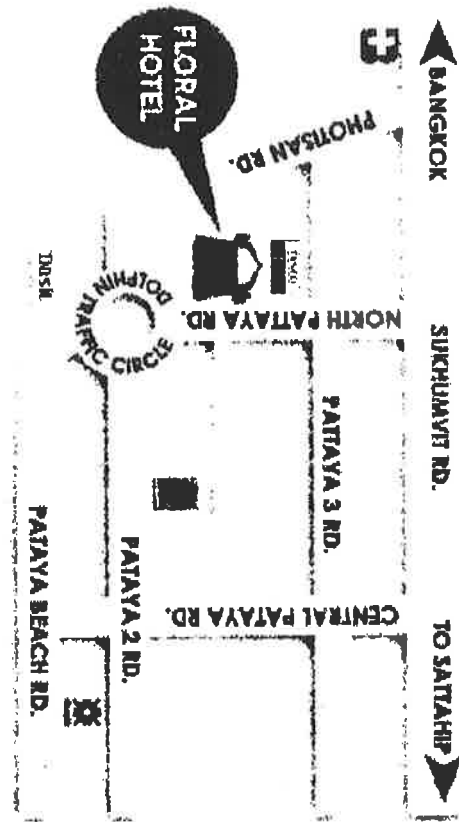
๑๓.๐๐-๑๖.๓๐

ฝึกปฏิบัติการประเมินกลุ่มอาการ และการบันทึก Sleep diary

โดย แพทย์หญิงณิรัชดา ทรัพย์อนันต์

ศูนย์การนอนหลับและศูนย์โรคลมชัก โรงพยาบาลกรุงเทพ

หมายเหตุ : เวลา ๑๐.๓๐ น. - ๑๐.๔๕ น. และ เวลา ๑๔.๓๐ น. - ๑๔.๔๕ น. พักรับประทานอาหารว่างและ
เครื่องดื่ม



แบบตอบรับเข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการ "ผู้สูงอายุออนไลน์ดี มีคุณภาพ"
ภายใต้โครงการผู้สูงอายุออนไลน์ดีมีคุณภาพ ไม่กรน/หยุดหายใจสด ภาวะติดบ้านติดเตียง
วันที่ ๒๑-๒๒ มีนาคม ๒๕๖๒ ณ ห้องประชุม Dolphin Library Meeting Room
โรงแรม Floral Hotel Dolphin Circle Pattaya

1. ชื่อ-สกุล (นาย นาง นางสาว).....ตำแหน่ง.....
สถานที่ทำงาน อำเภอ.....
จังหวัด..... โทรศัพท์ (สถานที่ทำงาน).....
โทรสาร โทรศัพท์มือถือ.....
E-mail address.....

ความต้องการให้อัดอาหาร

อาหารธรรมดา อาหารอิสลาม อาหารมังสวิรัต อื่นๆ.....

ความต้องการที่พัก

พักค้าง กรุณาส่งห้องพักตามแบบฟอร์มที่แนบ
(วันที่เข้าพัก.....วันที่เดินทางกลับ.....)
 ไม่พักค้าง

2. ชื่อ-สกุล (นาย นาง นางสาว).....ตำแหน่ง.....
สถานที่ทำงาน อำเภอ.....
จังหวัด..... โทรศัพท์ (สถานที่ทำงาน).....
โทรสาร โทรศัพท์มือถือ.....
E-mail address.....

ความต้องการให้อัดอาหาร

อาหารธรรมดา อาหารอิสลาม อาหารมังสวิรัต อื่นๆ.....

ความต้องการที่พัก

พักค้าง กรุณาส่งห้องพักตามแบบฟอร์มที่แนบ
(วันที่เข้าพัก.....วันที่เดินทางกลับ.....)
 ไม่พักค้าง

หมายเหตุ

- ส่งรายชื่อแบบตอบรับไปยังกลุ่มภารกิจด้านวิชาการและการแพทย์ที่ผู้ประสาน
- คุณบุษย์ณกมล เรืองรักเรียน e mail : budnakamol@hotmail.com ทางโทรศัพท์ ๐๘ ๗๑๕๑ ๘๖๕๖
- โทรสาร ๐ ๓๘๑๕ ๓๕๗๓
- กรุณานำหนังสืออนุมัติเดินทางจากต้นสังกัดมาพร้อมในวันประชุม

แบบฟอร์มการสำรองห้องพัก
ประชุมเชิงปฏิบัติการ “ผู้สูงอายุอนาลับดี มีคุณภาพ”
 ภายใต้โครงการผู้สูงอายุอนาลับดีมีคุณภาพ ไม่กรน/หยุดหายใจสด ภาวะคิดบ้านติดเตียง
 วันที่ ๒๑-๒๒ มีนาคม ๒๕๖๒ ณ ห้องประชุม Dolphin Library Meeting Room
 โรงแรม Floral Hotel Dolphin Circle Pattaya

ชื่อ-สกุล (นาย นาง นางสาว).....ตำแหน่ง.....
 สถานที่ทำงานจังหวัด.....
 โทรศัพท์ (สถานที่ทำงาน).....โทรศัพท์มือถือ.....
 วันที่เข้าพัก.....วันที่เดินทางกลับ.....

กรุณาใส่ชื่อและนามสกุลของผู้ที่พักร่วม (หากไม่มีคู่พักร่วม ทางผู้จัดจะดำเนินการจับคู่เข้าพักให้)

ชื่อ-สกุล (นาย นาง นางสาว).....ตำแหน่ง.....
 สถานที่ทำงานจังหวัด.....
 โทรศัพท์ (สถานที่ทำงาน).....โทรศัพท์มือถือ.....

หมายเหตุ

วันที่เข้าพักโรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี จะรับผิดชอบเฉพาะในวันจัดประชุมให้แก่ผู้เข้าร่วมประชุมเท่านั้น