



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงพยาบาลกลาง (งานศึกษาและฝึกอบรม ฝ่ายวิชาการ โทร.๐-๒๒๒๐-๘๐๐๐ ต่อ ๒๒๐๐๕)

ที่ กท ๐๖๐๕/๑๔๔

วันที่

๗ มกราคม ๒๕๕๘

เรื่อง ขอส่งรายงานการเข้าร่วมประชุม

เรียน ผู้อำนวยการสำนักการแพทย์

ตามที่ สำนักการแพทย์ได้มีบันทึกที่ กท ๐๖๐๒/ ๘๔๐๖ ลงวันที่ ๗ พฤศจิกายน ๒๕๕๗ อนุมัติให้ข้าราชการโรงพยาบาลกลาง จำนวน ๕ ราย เข้าร่วมประชุมดังนี้ คือ

- | | | |
|-------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| ๑. น.ส.เจณณัฐธญา พลั่งแสงวิไล | นายแพทย์ชำนาญการ | กลุ่มงานเวชกรรมฟื้นฟู |
| ๒. น.ส.นริศรา ประเสริฐชัยสกุล | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ | กลุ่มงานอนามัยชุมชน |
| ๓. น.ส.บุษราภร โคตรหานาม | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ | ฝ่ายการพยาบาล |
| ๔. นางทัศนีย์ ศรีน้อย | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ | ฝ่ายการพยาบาล |
| ๕. นายมาเร้น ศิริวัฒนไพบูลย์ | นักโภชนาการปฏิบัติการ | ฝ่ายโภชนาการ |

เข้าร่วมประชุมวิชาการประจำปี พ.ศ.๒๕๕๗ เรื่อง การจัดการภาวะโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ (Nutritional management for the elderly) ระหว่างวันที่ ๒๖ - ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๗ ณ โรงแรมตวันนา สุรวงศ์ กรุงเทพมหานคร โดยขออนุมัติเบิกค่าลงทะเบียนในลำดับที่ ๑ - ๕ เป็นเงินคนละ ๔,๕๐๐ บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๒๒,๕๐๐ บาท (สองหมื่นสองพันห้าร้อยบาทถ้วน) จากเงินงบประมาณประจำปี ๒๕๕๘ สำนักปลัดกรุงเทพมหานคร งานพัฒนาบุคลากรและองค์การ หมวดรายจ่ายอื่น ค่าใช้จ่ายในการส่งเสริมการศึกษาเพิ่มเติม ฝึกอบรม ประชุม และจัดงานในประเทศและต่างประเทศ โดยให้ข้าราชการดังกล่าว จัดทำรายงานการเข้าร่วมประชุมในครั้งนี้ นั้น

โรงพยาบาลกลางจึงขอส่งรายงานการเข้าร่วมประชุมของข้าราชการทั้ง ๕ รายดังกล่าว ตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(นายชูวิทย์ ประดิษฐ์บาทูกา)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลกลาง

หัวหน้าฝ่ายวิชาการ
ผู้ตรวจงาน
ผู้บันทึก
ผู้รับเรื่อง
๘ ม.ค. ๕๘
๘ ม.ค. ๕๘

รายงานการศึกษา ฝึกอบรม ประชุม ดูงาน สัมมนา ปฏิบัติการวิจัย ในประเทศและต่างประเทศ

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

- ๑.๑ ชื่อ / นามสกุล นางสาวนริศรา ประเสริฐชัยสกุล
อายุ ๔๖ ปี การศึกษา พยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์
ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน การพยาบาลอาชีวอนามัย
- ๑.๒ ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
หน้าที่ความรับผิดชอบ (โดยย่อ) พยาบาล รับผิดชอบการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากร
และให้บริการทั้งภายในโรงพยาบาลและภายนอกโรงพยาบาล โดยกระตุ้นให้หน่วยงานต่าง ๆ
Empowerment ผู้รับบริการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ โดยสอดคล้อง
กับบริบทของผู้รับบริการนั้น ๆ รวมถึงให้ผู้รับบริการได้นำสิ่งที่ได้ไปใช้กับครอบครัว ชุมชนและ
สังคมของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- ๑.๓ ชื่อเรื่อง/หลักสูตร การจัดการภาวะโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ
สาขา
เพื่อ ☐ ศึกษา ☐ ฝึกอบรม ☒ ประชุม ☐ ดูงาน ☐ สัมมนา ☐ ปฏิบัติการวิจัย
แหล่งที่ให้ทุน
งบประมาณ ☒ เงินงบประมาณกรุงเทพมหานคร ☐ เงินบำรุงโรงพยาบาล
จำนวน ๔,๕๐๐ บาท
ระหว่างวันที่ ๒๖ - ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๗
สถานที่ โรงแรมวันนา สุรวงศ์ กรุงเทพมหานคร
รวมระยะเวลาการรับทุน -
ภายใต้โครงการ -
ของหน่วยงาน สมาคมพัฒนาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุไทย
คุณวุฒิ / วุฒิบัตรที่ได้รับ การจัดการภาวะโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ

ส่วนที่ ๒ ข้อมูลที่ได้รับจากการศึกษา ฝึกอบรม ประชุม ดูงาน สัมมนา ปฏิบัติการวิจัย
(โปรดให้ข้อมูลในเชิงวิชาการ)

๒.๑ วัตถุประสงค์

๑. เพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจด้านวิชาการ ด้านการจัดการภาวะโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ
๒. แลกเปลี่ยนความรู้ประสบการณ์ และผลงานวิจัยด้านผู้สูงอายุ
๓. สร้างความร่วมมือระหว่างสาขาวิชาและส่งเสริมการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในงานที่รับผิดชอบ

๒.๒ เนื้อหา (โดยย่อ) (จัดทำเป็นเอกสารแนบท้าย)

๒.๓ ประโยชน์ที่ได้รับ

☒ ต่อตนเอง ๑. พัฒนาความรู้ความเข้าใจ ในเรื่องการจัดการภาวะโภชนาการสำหรับ

ผู้สูงอายุ

๒. เพิ่มศักยภาพในการทำงานและสามารถนำความรู้ที่ได้มาปรับใช้

ในการดูแลผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม

☒ ต่อหน่วยงาน ๑. สามารถถ่ายทอดความรู้ที่ได้ให้กับบุคลากรอื่น ๆ ในหน่วยงาน

๒. พัฒนางานที่ได้รับมอบหมาย โดยใช้ความรู้ที่ได้จากการอบรมดูแล

ผู้สูงอายุและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม พร้อมทั้งเสริมพลังให้กับผู้สูงอายุ

ในโรงพยาบาลและชุมชน

☐ อื่น ๆ (ระบุ) -

ส่วนที่ ๓ ปัญหา / อุปสรรค -

ส่วนที่ ๔ ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

๑. ควรจัดให้บุคลากรท่านอื่น ๆ ได้มีโอกาสไปอบรมครั้งต่อไป

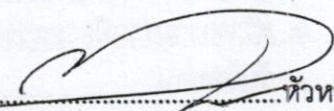
๒. ควรมีการอบรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อพัฒนาความรู้ใหม่ และแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับองค์กรอื่น ๆ

ลงชื่อ.....นางสาว ปัทมาธิ์ ไชยกุล.....ผู้รายงาน
(และนางสาว ปัทมาธิ์ ไชยกุล)

ส่วนที่ ๕ ความคิดเห็นของผู้บังคับบัญชา

การอบรมในครั้งนี้ เป็นการเพิ่มพูนความรู้ให้กับบุคลากร เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานและ

เกิดประโยชน์สูงสุด และเป็นหลักสูตรที่เหมาะสมในการพัฒนาศักยภาพของบุคลากร

ลงชื่อ..........หัวหน้าส่วนราชการ

(นายชวิทย์ ประดิษฐ์บาทุกา)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลกลาง

การเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาและพยาธิวิทยาในผู้สูงอายุที่ส่งผลให้เกิดปัญหาทางโภชนาการ
(Physiologic and pathologic change resulting in nutritional problems in the elderly)

๑. ปัจจัยทางกายภาพ ในวัยสูงอายุจะมีการเสื่อมถอยของระบบต่าง ๆ ในร่างกายโดยระบบที่จะมีความเกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการ ได้แก่

๑.๑ ระบบประสาท พบว่า ภาวะสมองเสื่อม (dementia) โรคการเคลื่อนไหวผิดปกติ (movement disorder) เช่น Parkinson disease และโรคหลอดเลือดสมอง (Stroke) มีความชุกของโรคเพิ่มขึ้นตามอายุและอาจทำให้ผู้ป่วยเกิดภาวะทุโภชนาการได้ มีการศึกษาพบว่าภาวะสมองเสื่อมมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะทุโภชนาการในผู้สูงอายุ นอกจากนั้นแล้วยังพบว่าในผู้สูงอายุจะพบความผิดปกติของระบบประสาทสัมผัส การมองเห็นการได้ยิน การรับรส การบดเคี้ยวอาหารและการกลืน ซึ่งอาจทำให้เสี่ยงต่อการเกิดภาวะทุโภชนาการได้

๑.๒ ปัญหาสุขภาพในช่องปาก (oral health) การรับประทานอาหารได้ดีขึ้นอยู่กับฟันของผู้สูงอายุด้วย โดยถ้าผู้สูงอายุยังมีฟันเหลือน้อย พบว่าโอกาสเกิดภาวะทุโภชนาการมากขึ้น และการที่ผู้สูงอายุมีสุขภาพในช่องปากที่ดียังลดปัญหาการเกิดปอดอักเสบจากการสำลักได้ ผู้สูงอายุยังมีโรคเกี่ยวกับเยื่อช่องปาก ได้แก่ ลิ้นแตกเป็นร่อง และแผลจากการกระทบกระแทก การสูญเสียฟันทำให้การเคี้ยวอาหารไม่ละเอียด ส่งผลกระทบกับการย่อยอาหารและการเกิดปัญหาทางโภชนาการ

๑.๓ ระบบทางเดินอาหาร ผู้สูงอายุมักมีการรับรส ที่เปลี่ยนแปลงไป และมีการหลั่งน้ำลายลดลง ร่วมกับพบปัญหาการเคี้ยว การกลืน และการย่อยที่ผิดปกติได้บ่อย นอกจากนั้นโรคในระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคแผลในกระเพาะอาหาร โรคนิ่วในถุงน้ำดี เป็นต้น รวมถึงการดูดซึมสารอาหารที่มีประสิทธิภาพลดลง มีปัญหาท้องอืด หรือ ท้องผูกมากกว่าวัยอื่น

๑.๔ โรคประจำตัวอื่น ๆ ที่อาจทำให้มีผลกระทบต่อความอยากอาหาร เช่น โรคมะเร็ง โรคตับและไตวาย โรคหัวใจวาย โรคโลหิตจาง โรคข้ออักเสบ โรคติดเชื้อต่าง ๆ และภาวะซึมเศร้า เป็นต้น หรืออาจเพิ่มความต้องการของพลังงานของร่างกาย เช่น โรคไทรอยด์ทำงานผิดปกติ ซึ่งในผู้สูงอายุ อาจเกิดอาการเบื่ออาหารได้ทั้งใน hyperthyroidism และ hypothyroidism เป็นต้น

๑.๕ ผู้สูงอายุมีโรคประจำตัวหลายอย่าง ทำให้มีความจำเป็นต้องใช้ยามากกว่าวัยอื่น ทำให้มีความเสี่ยงของการเกิดผลข้างเคียงจากยา เช่น อาการปากแห้ง คอแห้ง จากการใช้ยาที่มีฤทธิ์ anticholinergic effect หรือได้รับยาที่มีผลลดความอยากอาหาร เป็นต้น สำหรับยาที่อาจเป็นสาเหตุให้เกิดภาวะน้ำหนักตัวลดลงในผู้สูงอายุได้

การประเมินภาวะโภชนาการ (Nutritional assessment)

การประเมินภาวะโภชนาการมีหลายประเภททั้งการประเมินในแต่ละบุคคล ซึ่งทำให้รู้ภาวะโภชนาการในขณะนั้นและสามารถดำเนินการแก้ไขรวมถึงป้องกันการเกิดภาวะทุโภชนาการได้ทันที และการประเมินภาวะโภชนาการแบบกลุ่มเพื่อให้มองเห็นภาพรวมในระดับประชากร เพื่อนำไปสู่การวางนโยบายและจัดสรรงบประมาณมาดำเนินการป้องกันและส่งเสริมสุขภาพในองค์กรรวม

การประเมินภาวะโภชนาการที่ใช้กันในปัจจุบัน ได้แก่

๑. การวัดสัดส่วนของร่างกาย (Anthropometric assessment) เช่น การชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงหรือการวัดชั้นไขมันใต้ผิวหนัง สำหรับในผู้สูงอายุที่มีหลังผิดรูปหรือยืนไม่ได้ อาจทำให้การวัดความสูงผิดพลาดได้ จึงอาจวัดเป็นระยะจากเท้าถึงหัวเข่าในท่านั่ง (knee height) หรือวัดความยาวแขน (arms pan) แทนได้ การวัดสัดส่วนร่างกายเป็นการประเมินภาวะโภชนาการแบบรายบุคคล เป็นวิธีที่สามารถทำได้ง่าย รวดเร็ว ไม่จำเป็นต้องใช้เครื่องมือที่มีราคาแพง แต่ผู้วัดต้องได้รับการฝึกและเครื่องมือที่ใช้ต้องได้มาตรฐาน