

ชื่อโครงการ : โครงการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ ค้นหา คัดกรอง สุขภาพจิตวัยรุ่น คปสอ.แม่เมาะ ปีงบประมาณ ๒๕๖๙
ประเภทโครงการ ยุทธศาสตร์ที่ ๑ ☐ Agenda Based ☐ Area Based ☒ Functional Based

๑. ตัวชี้วัดหลักและค่าเป้าหมายความสำเร็จของโครงการ

๑. อัตราคลอติมีซีพหิงอายุ ๑๐-๑๔ ปี ต่อประชากรหญิงอายุ ๑๐-๑๔ ปี พันคน น้อยกว่า ๐.๖ ต่อพัน
๒. อัตราคลอติมีซีพหิงอายุ ๑๕-๑๙ ปี ต่อประชากรหญิงอายุ ๑๕-๑๙ ปี พันคน น้อยกว่า ๑๙ ต่อพัน
๓. ร้อยละของการตั้งครรภ์ซ้ำในหญิงอายุน้อยกว่า ๒๐ ปี น้อยกว่าร้อยละ ๑๒.๕
๔. เยาวชนและวัยรุ่นอำเภอแม่เมาะมีช่องทางในการขอคำปรึกษา โดยเข้าถึงเพจเฟซบุ๊ก "เพื่อนใจวัยรุ่นแม่เมาะ" เพิ่มขึ้นร้อยละ ๕๐

๒. หลักการและเหตุผล

สถานการณ์ปัญหาสุขภาพจิตและสังคมของวัยรุ่นในพื้นที่อำเภอแม่เมาะนับเป็นประเด็นสำคัญที่อยู่ในระดับน่าเป็นห่วงและจำเป็นต้องได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน ข้อมูลปีงบประมาณ ๒๕๖๘ พบว่า วัยรุ่นอายุ ๑๒-๑๙ ปี มีความพยายามฆ่าตัวตายจำนวน ๑๒ ราย จากผู้พยายามฆ่าตัวตายทั้งหมด ๒๘ ราย คิดเป็นร้อยละ ๔๒.๘๖ และยังพบการพยายามฆ่าตัวตายซ้ำภายในปีเดียวกันอีก ๑ ราย นอกจากนี้ ยังพบปัญหา ภาวะซึมเศร้า ความหุนหันพลันแล่น และพฤติกรรมรุนแรงต่อตนเอง ซึ่งบางส่วนได้รับอิทธิพลจากการเลียนแบบ สื่อสังคมออนไลน์ ขณะเดียวกัน การเข้าถึงแหล่งช่วยเหลือยังมีข้อจำกัด โดยเยาวชนและวัยรุ่นอายุ ๖-๒๔ ปี ในพื้นที่อำเภอแม่เมาะเข้าถึงเพจเฟซบุ๊ก "เพื่อนใจวัยรุ่นแม่เมาะ" เพียง ๓๒๓ คน หรือคิดเป็นร้อยละ ๑๐.๗ ของกลุ่มเป้าหมาย สถานการณ์ดังกล่าวสะท้อนถึงความเปราะบางทางอารมณ์และจิตใจของเยาวชน ซึ่งต้องเผชิญ กับปัญหาสุขภาพจิตที่ซับซ้อน ทั้งภาวะซึมเศร้า ความขัดแย้งในครอบครัว และปัญหาความสัมพันธ์ส่วนบุคคล อันนำไปสู่การตัดสินใจที่เสี่ยงอันตราย เช่น การใช้สารเสพติด การตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม และพฤติกรรมทำร้ายตนเอง

สถานศึกษาถือเป็นพื้นที่สำคัญอย่างยิ่งในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ การป้องกันปัญหาสุขภาพจิต และการลดปัจจัยเสี่ยงด้านสารเสพติดในเด็กและวัยรุ่น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีความเปราะบางสูงทั้งด้านอารมณ์ พฤติกรรม และการทดลองพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ อาทิ การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ การใช้สารเสพติด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ข้อมูลจากหลายหน่วยงานชี้ให้เห็นว่า เด็กวัยรุ่นและวัยรุ่นมักแสดงสัญญาณเริ่มต้นของความผิดปกติทางอารมณ์ หรือพฤติกรรมตั้งแต่ในโรงเรียน เช่น ภาวะสมาธิสั้น ความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า หรือพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งหาก ไม่ได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างเหมาะสมและทันทั่วถึง อาจพัฒนาไปสู่ปัญหาที่รุนแรงและส่งผลกระทบต่อ คุณภาพชีวิตในระยะยาว

ครูและบุคลากรในสถานศึกษาเป็นกลุ่มบุคคลที่ใกล้ชิดกับนักเรียนมากที่สุด จึงมีบทบาทสำคัญในการ เฝ้าระวัง คัดกรองเบื้องต้น และส่งต่อเด็กและวัยรุ่นที่มีความเสี่ยงด้านสุขภาพจิตหรือปัญหาพฤติกรรมให้ได้รับการ ดูแลจากผู้เชี่ยวชาญอย่างเหมาะสม ประกอบกับการมีข้อมูลสถานการณ์จริงของนักเรียน เช่น การใช้สารเสพติด พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หรือระดับความเครียด จะช่วยให้สถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถวางแผน กิจกรรมป้องกันและส่งเสริมสุขภาพได้ตรงตามความต้องการ จากความสำคัญดังกล่าว คปสอ.แม่เมาะจึงเห็นความ จำเป็นในการดำเนินโครงการ "เผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ ค้นหา คัดกรอง สุขภาพจิตวัยรุ่น คปสอ.แม่เมาะ ปีงบประมาณ ๒๕๖๙" ซึ่งประกอบด้วย ๔ กิจกรรม ได้แก่ การเผยแพร่สื่อออนไลน์ การคัดกรองสุขภาพจิตวัยรุ่น การสอบถามข้อมูลสุขภาพจิตวัยรุ่น และการพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน โดยมุ่งหวังให้เกิดเครือข่ายการ ดูแลเด็กและวัยรุ่นในสถานศึกษาที่เข้มแข็ง เด็กและวัยรุ่นได้รับการดูแลอย่างถูกต้อง เหมาะสม เข้าถึงสื่อและแหล่ง ช่วยเหลือที่ถูกต้อง อันจะนำไปสู่การมีชีวิตที่มีความสุข ปลอดภัย และลดความเสี่ยงจากปัญหารอบด้านอย่างยั่งยืน

๓. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเผยแพร่ข้อมูลด้านสุขภาพที่ถูกต้องให้กับวัยรุ่นอำเภอแม่เมาะ
๒. เพื่อสำรวจข้อมูลของนักเรียนเกี่ยวกับภาวะความเครียด วิตกกังวล ซึมเศร้า ความเสี่ยงด้านสุขภาพจิต การใช้ยาเสพติด บุหรี่ สุรา ความเสี่ยงทางเพศ เพื่อนำมาพัฒนาระบบการดูแลนักเรียนในสถานศึกษาและวัยรุ่นในอำเภอแม่เมาะ
๓. เพื่อให้ระบบการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนของอำเภอแม่เมาะมีประสิทธิภาพ

๔. กลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมเผยแพร่สื่อออนไลน์

กลุ่มเป้าหมาย กลุ่มวัยรุ่นอำเภอแม่เมาะ

กิจกรรมที่ ๒ กิจกรรมคัดกรองสุขภาพจิตวัยรุ่น

กลุ่มเป้าหมาย กลุ่มวัยรุ่นอำเภอแม่เมาะ

กิจกรรมที่ ๓ สอบถามข้อมูลสุขภาพจิตวัยรุ่น

กลุ่มเป้าหมาย กลุ่มวัยรุ่นอำเภอแม่เมาะ ช่วงอายุ ๑๐ - ๒๔ ปี จำนวน ๑,๕๐๐ คน

กิจกรรมที่ ๔ พัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน

กลุ่มเป้าหมาย ครูผู้รับผิดชอบระบบดูแลนักเรียน ในเขตอำเภอแม่เมาะ จำนวน ๕๐ คน

๕. วิธีดำเนินการ

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินงาน											
	ค.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมเผยแพร่สื่อออนไลน์ ๑.๑ ประสานงานกับทางโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาและอุดมศึกษา เพื่อการประชาสัมพันธ์เพจ "เพื่อนใจวัยรุ่น แม่เมาะ" ให้ครอบคลุมทุกแห่ง ๑.๒ จัดทำปฏิทิน เผยแพร่สื่อ ตามประเด็นสุขภาพต่างๆที่กำหนดบนเพจ face book "เพื่อนใจวัยรุ่น แม่เมาะ" ๑.๓ โพสต์และแชร์สื่อบนเพจ "เพื่อนใจวัยรุ่น แม่เมาะ" อย่างต่อเนื่อง ๑.๔ ประชาสัมพันธ์เพจทั้งในและนอกสถานศึกษา ในการติดตามเพจ เข้าถึงการช่วยเหลือวัยรุ่น ๑.๕ ติดตามประเมินผลรายไตรมาส และสรุปผลทุก ๖ เดือน												
กิจกรรมที่ ๒ คัดกรองสุขภาพจิตวัยรุ่น ๒.๑ ประชาสัมพันธ์ช่องทางประเมินตนเองแบบออนไลน์โดยเครื่องมือ Mental Health Check In ในกลุ่มอายุ ๑๒ ปี ขึ้นไป หรือตั้งแต่มัธยมศึกษาปีที่ ๑ เป็นต้นไป ๒.๒ ติดตามการใช้แบบประเมิน Mental health check in ๒.๓ ประเมินผลการประเมิน Mental health check in กรณีผลการประเมินผิดปรกติมีการติดตามมาประเมินซ้ำและเข้าระบบการดูแล												
กิจกรรมที่ ๓ สอบถามข้อมูลสุขภาพจิตวัยรุ่น ๓.๑ คัดกรอง เพศ ชีวมตรา ยาเสพติด สุรา บุหรี่ สารเสพติด ความเครียด - จัดทำเจ้าหน้าที่เอกสารถ่ายแบบสอบถามข้อมูล - จัดเอกสารแบบสอบถามให้กับครูผู้รับผิดชอบโรงเรียนจำนวน ๒๐ แห่ง - นักเรียนในสถานศึกษากรอกแบบสอบถามข้อมูล - รวบรวมเอกสารแบบสอบถามข้อมูล - วิเคราะห์ข้อมูล												

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินงาน										
	ค.ศ.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ก.ย.
กิจกรรมที่ ๔ พัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ๔.๑ กิจกรรมอบรมระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ๔.๑.๑ ประชุมร่วมกับ คปสอ. เพื่อเตรียมการดำเนินงานโครงการ ๔.๑.๒ ประสานโรงเรียนในพื้นที่ อำเภอแม่มาเกเพื่อเชิญผู้รับผิดชอบงานวิจัยเรียนรู้ ร่วมกิจกรรมประชุมปรึกษาชี้แจงปัญหาสุขภาพจิตเด็กวัยเรียนวัยรุ่น ๔.๑.๓ ประชุมตามแผนอบรม - นำเสนอสถานการณ์วัยรุ่นในภาพอำเภอ ได้แก่ จิตเวชเด็ก LD ADHD / ซึมเศร้า / ฆ่าตัวตาย/ปัญหายาเสพติด/OSCC - ครูร่วมแลกเปลี่ยนปัญหากลุ่มเด็กฯ - บูรณาการแนวทางการดูแลในการช่วยเหลือ การสร้างเครือข่ายระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ในเวทีพัฒนาระบบช่วยเหลือ - มีระบบการส่งต่อข้อมูล การคืนข้อมูลให้กับโรงเรียนและผู้ปกครอง - สรุปแนวทางที่ได้จากการประชุม											

๖. ระยะเวลาดำเนินงาน

เดือนตุลาคม ๒๕๖๘ ถึงกันยายน ๒๕๖๙

๗. ผู้รับผิดชอบ (หน่วยงานรับผิดชอบ)

หน่วยงานรับผิดชอบหลัก กลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติดโรงพยาบาลแม่เมาะ

หน่วยงานสนับสนุน คปสอ.แม่เมาะ รพ.สต. ทุกแห่ง

โทร ๐๘๖ - ๙๒๒๔๕๙๐

๘. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. วัยรุ่นแม่เมาะได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพที่ถูกต้องอย่างต่อเนื่อง
๒. ได้ข้อมูลของนักเรียนเกี่ยวกับภาวะความเครียด วิตกกังวล ซึมเศร้า ความเสี่ยงด้านสุขภาพจิต การใช้ยาเสพติด บุหรี่ สุรา ความเสี่ยงทางเพศ เพื่อนำมาพัฒนาระบบการดูแลนักเรียนในสถานศึกษา และวัยรุ่นใน อำเภอแม่เมาะ
๓. ระบบการดูแลนักเรียนของอำเภอแม่เมาะมีประสิทธิภาพ

๙. งบประมาณ

เงินบำรุงโรงพยาบาลแม่เมาะ จำนวน ๑๖,๐๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นหกพันบาทถ้วน) เพื่อใช้ในโครงการโดยมีรายละเอียด ดังนี้

๑. กิจกรรมสอบถามข้อมูลสุขภาพจิตวัยเรียน จำนวน ๖,๐๐๐ บาท เป็นค่าใช้จ่าย ดังนี้
- ค่าจ้างเหมาทำเอกสารคัดกรอง ๑,๕๐๐ ชุดๆละ ๓ บาท เป็นเงิน ๔,๕๐๐ บาท
 - ค่าจ้างเหมาบันทึกข้อมูลการคัดกรอง ๑,๕๐๐ ชุดๆละ ๑ บาท เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท

๒. กิจกรรมพัฒนาศักยภาพเครือข่ายระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท เป็นค่าใช้จ่าย ดังนี้
- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๕๐ คนๆละ ๖๐ บาท จำนวน ๑ มื้อ เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
 - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๕๐ คนๆละ ๓๐ บาท จำนวน ๒ มื้อ เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
 - ค่าวัสดุอุปกรณ์ เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
 - วิทยากรบรรยาย จำนวน ๕ ชั่วโมงๆละ ๖๐๐ บาท จำนวน ๑ ท่าน เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายกันได้ทุกรายการ

๑๐. ผู้เสนอโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ
(นางสาววิลาสินี แก้วบุญเรือง)
นักวิชาการสาธารณสุข

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ
(นางกมลพร สุขรุ่งช้าง)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

๑๑. ผู้เห็นชอบโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายศุภณัฐกรณ์ มูลฟู)
สาธารณสุขอำเภอแม่เมาะ

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นางสาวสุภาพรณ ชุมทการกิจ)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสบปราบ
รักษาการในตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลแม่เมาะ

๑๒. ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ
(นางสมพร กิจสุวรรณรัตน์)
นักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ (ด้านส่งเสริมพัฒนา)
รักษาราชการแทน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดลำปาง

ผ่านการตรวจสอบจากผู้รับผิดชอบบริหารแผนอำเภอแล้ว

ลงชื่อ.....
(นางสาวขวัญจิรา ตันเถา)
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

ผ่านการตรวจสอบจากกลุ่มงานพัฒนายุทธศาสตร์ฯ

แสงเดือน
นางสาวแสงเดือน โนนตาปิ้ง
นักวิชาการสาธารณสุข

นางสาววรรีร์ ปวงคำ
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ

รายละเอียดการประชุม/อบรม

โครงการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ ค้นหา คัดกรอง สุขภาพจิตวัยรุ่น คปสอ.แม่เมาะ ปีงบประมาณ ๒๕๖๙

กลุ่มเป้าหมาย ครูผู้ดูแลนักเรียน ในเขตอำเภอแม่เมาะ

จำนวนผู้เข้าอบรม ๕๐ ท่าน

ระยะเวลาดำเนินการ วันที่ ๑๙ มีนาคม ๒๕๖๙

งบประมาณ ๑๐,๐๐๐ บาท

รายละเอียด

กิจกรรมพัฒนาศักยภาพเครือข่ายระดับดูแลช่วยเหลือนักเรียน จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท เป็นค่าใช้จ่าย ดังนี้

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๕๐ คนๆละ ๖๐ บาท จำนวน ๑ มื้อ เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๕๐ คนๆละ ๓๐ บาท จำนวน ๒ มื้อ เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
- ค่าวัสดุอุปกรณ์ เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
- วิทยากรบรรยาย จำนวน ๕ ชั่วโมงๆละ ๖๐๐ บาท จำนวน ๑ ท่าน เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท

หัวข้อวิชา/หลักสูตร

๑. ความรู้พื้นฐานด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
๒. สัญญาณเตือน (Warning Signs) ของปัญหาสุขภาพจิต
๓. การให้การช่วยเหลือเบื้องต้น (Mental Health First Aid)
๔. เทคนิคดูแลเด็กสมาธิสั้นในชั้นเรียน

สถานที่ดำเนินการ : ห้องประชุมชัยพฤกษ์ โรงพยาบาลแม่เมาะ

กำหนดการประชุม/อบรม

เวลา	กำหนดการ
๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน
๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	บรรยายหัวข้อ สถานการณ์ปัญหาสุขภาพจิตเด็ก อำเภอแม่เมาะ โดย คุณเจนจิรา สุยะ พยาบาลวิชาชีพ
๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.	บรรยายหัวข้อ ความรู้พื้นฐานด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น โดย จิตแพทย์เด็ก รพ. ศูนย์ลำปาง
๑๐.๓๐ - ๑๑.๓๐ น.	บรรยายหัวข้อ สัญญาณเตือน (Warning Signs) ของปัญหาสุขภาพจิต โดย จิตแพทย์เด็ก รพ. ศูนย์ลำปาง
๑๑.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.	บรรยายหัวข้อ การประเมินและคัดกรองเบื้องต้น โดย จิตแพทย์เด็ก รพ. ศูนย์ลำปาง
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.	บรรยายหัวข้อ การให้การช่วยเหลือเบื้องต้น (Mental Health First Aid) โดย จิตแพทย์เด็ก รพ. ศูนย์ลำปาง
๑๔.๓๐ - ๑๕.๓๐ น.	บรรยายหัวข้อ เทคนิคดูแลเด็กสมาธิสั้นในชั้นเรียน โดย จิตแพทย์เด็ก รพ. ศูนย์ลำปาง
๑๕.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.	บรรยายหัวข้อ การประสานงานและระบบส่งต่อ โดย คุณเจนจิรา สุยะ พยาบาลวิชาชีพ
๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ถาม-ตอบ

หมายเหตุ พักรับประทานอาหารว่างตามความเหมาะสม