

**โครงการพัฒนาทักษะกำลังคนของประเทศ (Reskill/Upskill/ Newskill)  
เพื่อการมีงานทำและเตรียมความพร้อมรองรับการทำงานในอนาคต  
หลังวิกฤตการระบาดของไวรัสโคโรนา 2019 (COVID -19)**

**ชื่อหลักสูตร หลักสูตรประกาศนียบัตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ (Certificate for Care Giver)**

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

1. ชื่อหลักสูตร (Non-Degree) : หลักสูตรประกาศนียบัตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ (Certificate for Care Giver)
2. กลุ่มหลักสูตร: Care Giver
3. ทักษะเป้าหมายของหลักสูตร การดูแลผู้สูงอายุและ/หรือผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
4. เหตุผลและความจำเป็น

ประเทศไทยให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ซึ่งปรากฏอยู่ในรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. 2542 ในการจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ แผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (2544-2564) และยุทธศาสตร์การพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุของกระทรวงสาธารณสุข ครอบคลุม 4 มิติ คือ มิติสุขภาพ มิติเศรษฐกิจ มิติสังคม และมิติที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม รวมถึงสร้างความเข้มแข็งการมีส่วนร่วมของชุมชนและภาคีเครือข่าย ประกอบกับ เมื่อวันที่ 24 เมษายน 2563 กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม จัดให้มีการสนับสนุนการพัฒนาทักษะกำลังคนของประเทศ (Reskill/Upskill) เพื่อการมีงานทำและเตรียมความพร้อมรองรับการทำงานในอนาคต หลังวิกฤตการระบาดของไวรัสโคโรนา 2019 โดยมีความมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้สถาบันอุดมศึกษา จัดหลักสูตรอบรมให้ความรู้เสริมสร้างทักษะใหม่ (Reskill) และพัฒนาทักษะเดิม (Upskill) ให้แก่ผู้ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโควิด 19

จากการสำรวจภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในพื้นที่จังหวัดขอนแก่น พบว่า มีผู้สูงอายุ เมื่อแบ่งตามกลุ่มศักยภาพตามความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวันดัชนีบาร์เธลเอดีแอล (Barthel ADL Index) จำแนกผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่ม คือ ผู้สูงอายุกลุ่ม 1 พึ่งตนเองได้บ้าง (คะแนน ADL ตั้งแต่ 12 ขึ้นไป) ผู้สูงอายุกลุ่ม 2 พึ่งตนเองได้แต่ต้องการการดูแลเอาใจใส่ (คะแนน ADL อยู่ในช่วง 5-11) และผู้สูงอายุกลุ่ม 3 พึ่งตนเองไม่ได้ (คะแนน ADL อยู่ในช่วง 0-4 ) โดยจะคัดเลือกผู้ที่มีจิตอาสากลุ่มนาร่องด้านการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว (Long term care) เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยดี มีประสิทธิภาพ ตามเกณฑ์การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง คือ Care giver 1 คน ดูแลผู้สูงอายุจำนวน 5 คน เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุจังหวัดขอนแก่นโดยความจำเป็นต้องการอบรม Care giver เพื่อให้มีครอบครัวทุกหมู่บ้านในการดูแลคุณภาพผู้สูงอายุในสังคมผู้สูงอายุสมบูรณ์แบบต่อไป

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น มีบทบาทสำคัญในการบริการวิชาการและรับผิดชอบต่อสังคม ดังนั้นในการดูแลให้ผู้สูงอายุในครอบครัวที่ประสบความทุกข์ยากเพื่อตรอนจากโควิด 19 จำเป็นต้อง

ผลิตกำลังคนในการเสริมสร้างคุณภาพผู้สูงอายุให้มีความสุข ด้วยการผลิตบุคลากรที่ต้องการอาชีพใหม่หรือ ต้องการทดแทนภาวะไร้งานทำ เพื่อดูแลผู้สูงอายุที่มีความพร้อมทั้งด้านความรู้และบริการด้วยจิตอาสาอย่างมีคุณภาพต่อไป

## 5. วัตถุประสงค์

- 5.1 เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ (Care giver) มีศักยภาพในการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
- 5.2 เพื่อให้ผู้สูงอายุ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

6. ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง (Expected Learning Outcome) ผู้ดูแลผู้สูงมีความรู้มีทักษะสามารถดูแลอายุผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

7. กลุ่มเป้าหมาย แรงงานในระบบที่ถูกเลิกจ้าง/แรงงานคืนถิ่น และแรงงานนอกระบบที่ไม่มีรายได้อายุ 18 ปีขึ้นไป

8. จำนวนผู้เข้าอบรมต่อรุ่น 50 คน/รุ่น รวม 4 รุ่น จำนวนทั้งสิ้น 200 คน

9. อาชีพเป้าหมาย พนักงานดูแลผู้สูงอายุและ/หรือพนักงานดูแลผู้ป่วย (ผู้ป่วยพักฟื้นที่ต้องการความช่วยเหลือ)

9.1 พนักงานดูแลผู้สูงอายุบริการดูแลผู้สูงอายุ ช่วยทำกิจวัตรประจำวัน จัดยาและเตรียมอาหาร ประคองเดิน พยุงเข้าห้อง เดินออกกำลังกาย ช่วยทำกายภาพบำบัดเบื้องต้น ดูแลความสะอาดและสุขอนามัยให้แก่ที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ สร้างกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุ

### หน้าที่โดยสังเขป

1. ดูแลพุงเข้าห้องน้ำ ดูแลการขับถ่าย
2. ดูแลกิจวัตรประจำวันทั่วไป อาบน้ำหรือเช็ดตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า ซักทำความสะอาดเสื้อผ้า
3. ช่วยทำกายภาพบำบัดเบื้องต้น ตามอาการ
4. สังเกตอาการ วัดไข้ วัดความดัน ดูแลอาการของผู้ป่วยทุกวัน ในกรณีมีผดสังเกตจะแจ้งให้ญาติทราบทันที
5. ดูแลอาหารและจัดยาตามวันและเวลาที่ถูกต้อง จัดเตรียมอาหารให้เหมาะสมกับความต้องการของร่างกายหรือตามโรคของผู้สูงอายุ ซึ่งจัดอาหารให้ สะอาด ถูกสุขอนามัย ทำใหม่ทุกมื้อ ทั้งอาหารธรรมดา อาหารปั่นตามสูตรที่ผู้สูงอายุทาน
6. จัดกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุ เช่น การพูดคุย อ่านหนังสือให้ผู้ป่วยฟัง การฟังดนตรี การร้องเพลง
7. จัดกิจกรรมนอกสถานที่ เช่น เดินสวนสาธารณะ ที่ปลอดภัย เพื่อเปลี่ยนบรรยากาศ ปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม

**9.2 พนักงานดูแลผู้ป่วย(ผู้ป่วยพักฟื้นที่ต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษ)บริการดูแลผู้สูงอายุ**  
ผู้ป่วยที่ช่วยเหลือตัวเองได้ และช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ผู้ป่วยระยะพักฟื้น ผู้ป่วยสมองเสื่อม อัลไซเมอร์ ผู้ป่วยที่เป็นโรคเรื้อรัง เช่น โรคความดัน โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคไต โรคมะเร็ง อัมพฤกษ์ อัมพาต เส้นเลือดหัวใจตีบ ผู้ป่วยให้อาหารทางสายยาง เจาะคอ ดูดเสมหะ ผู้ป่วย โรคหลอดเลือดในสมอง ผู้ป่วย ปิดทวาร มาอยู่หน้าห้อง ผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัว เป็นต้น

#### **หน้าที่โดยสังเขป**

1. ดูแลกิจวัตรประจำวันทั่วไป อาบน้ำหรือเช็ดตัว เปลี่ยนเสื้อผ้า ซัก ทำความสะอาดเสื้อผ้า
2. ดูแลการทำกายภาพบำบัดตามอาการ
3. ดูแลการพลิกตัว ตะแคงตัวทุก ๆ 2 ชั่วโมง
4. ดูแลการกระตุ้น การรับผู้ของผู้ป่วยด้านสมองในรายที่มีความผิดปกติทางสมองกระตุ้นการช่วยเหลือตนเองของผู้สูงอายุ ผู้ป่วย ให้ฟื้นฟูสภาพตามความเหมาะสม
5. ดูแลอาหารและจัดยาตามวันและเวลาที่ถูกต้อง จัดเตรียมอาหารให้เหมาะสมกับความต้องการของร่างกายหรือตามโรคของผู้ป่วย ซึ่งจัดอาหารให้ สะอาด ถูกสุขอนามัย ทำใหม่ทุกมื้อ ทั้งอาหารธรรมดา อาหารปั่นตามสูตรที่ผู้ป่วยทาน
6. สังเกตอาการ วัดไข้ วัดความดัน ดูแลอาการของผู้ป่วยทุกวัน ในกรณีผิดปกติจะแจ้งให้ญาติทราบทันที
7. จัดกิจกรรมร่วมกับผู้ป่วย เช่น การพูดคุย อ่านหนังสือให้ผู้ป่วยฟัง การฟังดนตรี การร้องเพลง
8. จัดกิจกรรมด้านศาสนาและนอกสถานที่ เช่น การใส่บาตร ฟังธรรมะ เดินสวนสาธารณะ ที่ปลอดภัย เพื่อเปลี่ยนบรรยากาศปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม

#### **10. ความร่วมมือกับสถาบันอื่น**

- 1.01 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- 10.2 คณะเทคนิคการแพทย์และการยกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- 10.3 อบจ.ขอนแก่น อ.บ.ท. อ.บ.ต. ศูนย์ผู้สูงอายุ ขอนแก่น เป็นต้น

**11. สถานที่จัดการเรียนการสอน** ห้องตักศิลา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ศูนย์ผู้สูงอายุ จังหวัดขอนแก่น/ชุมชนจังหวัดขอนแก่น แหล่งฝึก

**12. รูปแบบการจัดการเรียนการสอน** ในห้องเรียน online ผ่าน Smart phone ฝึกปฏิบัติจากสถานการณ์จำลอง จำนวน 45 ชั่วโมง วันละ 6 ช.ม. และฝึกปฏิบัติจริงในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุหรือครอบครัวในชุมชน(On the job train) อีก 7 วัน ๆ ละ 6 ช.ม. คิดเป็น 42. ช.ม. โดยอาจได้รับเงินเบี้ยเลี้ยงจากสถานประกอบการ หรืออาจไม่ได้ค่าตอบแทน รวมทั้งสิ้น 87 ช.ม.

### 13. การดำเนินการหลักสูตร

13.1 วันเวลาในการจัดการเรียนการสอน จำนวน 4 รุ่น ภาคทฤษฎี จำนวน 23 ชั่วโมง และปฏิบัติ 22 ชั่วโมง รวมจำนวน 45 ชั่วโมง วันละ 6 ช.ม. เป็นเวลา 7.5 วันและฝึกปฏิบัติจริงในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุหรือครอบครัวในชุมชน(On the job training) อีก 7 วัน ๆ ละ 6 ช.ม. คิดเป็น 42. ช.ม. รวมทั้งสิ้น 87 ช.ม. โดยอาจได้รับเงินเบี้ยเลี้ยงจากสถานประกอบการวันละ 300 บาท หรืออาจไม่ได้ค่าตอบแทน ดังนี้

รุ่นที่	ช่วงรับสมัคร	ภาคทฤษฎีและปฏิบัติ	การฝึกปฏิบัติในสถานที่จริง	ประเมินผลมอบประกาศนียบัตร
รุ่นที่ 1	ก.ค.2563	3 ส.ค.2563 – 13 ส.ค.2563	17 ส.ค.- 25 ส.ค.2563	17 ก.ย.2563
รุ่นที่ 2	ก.ค.2563	17 ส.ค.2563 -26 ส.ค.2563	1 ก.ย.- 10 ก.ย.2563	17 ก.ย.2563
รุ่นที่ 3	ส.ค.2563	1 ก.ย.2563 -10 ก.ย.2563	14 ก.ย.- 22 ก.ย.2563	15 ต.ค.2563
รุ่นที่ 4	ส.ค.2563	14 ก.ย.2563 -23 ก.ย.2563	28 ก.ย.-7 ต.ค.2563	15 ต.ค.2563

13.2 จำนวนทั้งสิ้นภาคทฤษฎี จำนวน 23 ชั่วโมง และปฏิบัติ 22 ชั่วโมง รวมจำนวน45 ชั่วโมงเรียนวันละ 6 ช.ม. และฝึกปฏิบัติจริงในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุหรือครอบครัวในชุมชน (On the job training) 7 วัน ๆ ละ 6 ช.ม. คิดเป็น 42. ช.ม. รวมทั้งสิ้น 87 ช.ม. โดยอาจได้รับเงินเบี้ยเลี้ยงจากสถานประกอบการวันละ 300 บาท หรืออาจไม่ได้ค่าตอบแทน โดยประสานงานกับมหาวิทยาลัยขอนแก่น โครงการฯ ที่เกี่ยวข้อง/แรงงานจังหวัด ซึ่งสามารถสร้างอาชีพ อาจรับเงินเดือนๆ ละ 9,000 บาท

### 14. โครงสร้างและเนื้อหาสาระของหลักสูตร

	เนื้อหา	เสริมสร้างทักษะใหม่ (Reskill) เพื่อดูแลผู้สูงอายุ
1	ความจำเป็นของการดูแลผู้สูงอายุ และแนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ  (ทฤษฎี 2 ชั่วโมง)	<p>วัตถุประสงค์ 1.เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุเข้าใจ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรผู้สูงอายุ สถานะสุขภาพผู้สูงอายุ และตระหนักถึงความจำเป็นในการดูแลผู้สูงอายุ</p> <p>2.แนวคิดเกี่ยวกับการสูงอายุ การแบ่งประเภทผู้สูงอายุ กระบวนการชรา และการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ: ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม</p> <p>เนื้อหาวิชา -สถานการณ์ผู้สูงอายุในปัจจุบัน โครงสร้างประชากรของประเทศไทย สถานะสุขภาพผู้สูงอายุและความจำเป็นในการดูแลผู้สูงอายุ</p> <p>-แนวคิดเกี่ยวกับการสูงอายุ การแบ่งประเภทผู้สูงอายุ กระบวนการชรา และการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ: ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม</p> <p>วิธีการสอน / สื่อ การบรรยาย กราฟโครงสร้างประชากร อดีต ปัจจุบัน และอนาคต ผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง สถิติสถานะสุขภาพผู้สูงอายุและอื่นๆ มี online การซักถาม</p>

	เนื้อหา	เสริมสร้างทักษะใหม่ (Reskill) เพื่อดูแลผู้สูงอายุ
		การประเมินผล การสังเกต การซักถาม
2	โรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ กลุ่มโรคเรื้อรัง/อาการ และการดูแลในแต่ละโรค	วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับโรคที่พบบ่อยในกลุ่มผู้สูงอายุ พฤติกรรมเสี่ยง การป้องกัน การส่งเสริมสุขภาพ และการดูแลเบื้องต้น
	(ทฤษฎี 3 ชั่วโมงปฏิบัติ 3 ชั่วโมง)	เนื้อหาวิชา สาเหตุ อาการ และการดูแลในแต่ละโรค ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคมะเร็ง โรคหลอดเลือดสมอง โรคสมองเสื่อม/ซึมเศร้า/ ฆ่าตัวตาย โรคกระดูกและข้อ โรคตา ฯลฯการจัดเตรียมอาหารในแต่ละโรคอย่างเหมาะสม
		วิธีการสอน / สื่อ ใบงาน ศึกษาด้วยตนเอง การซักถาม การฝึกทำแบบประเมิน/แบบทดสอบและแปรผล สื่อจาก Youtube
		การประเมินผล การสังเกต การซักถาม การแปรผลจากแบบประเมิน/แบบทดสอบได้ถูกต้อง
3	การจัดการภาวะวิกฤต/ฉุกเฉินเบื้องต้น (ทฤษฎี 3 ชั่วโมงปฏิบัติ 3 ชั่วโมง)	วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุสามารถสังเกตและให้การปฐมพยาบาลเบื้องต้นแก่ผู้สูงอายุที่มีภาวะวิกฤติได้
		เนื้อหาวิชา วัดไข้ วัดความดัน หน้ามืด วิงเวียน เป็นลม หหมดสติ การห้ามเลือด หกล้ม กระดูกหัก ข้อเท้าแพลง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย เส้นเลือดสมองแตก/ตีบ/ตัน
		วิธีการสอน / สื่อ การบรรยาย การซักถาม สื่อจาก Youtube ฝึกปฏิบัติ
		การประเมินผล การสังเกต การซักถามผลการปฏิบัติ
4	การช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ต้องการดูแลระยะยาวเบื้องต้น (ทฤษฎี 2 ชั่วโมง/ปฏิบัติ 2 ชั่วโมง)	วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับโรคที่พบบ่อยในกลุ่มผู้สูงอายุ พฤติกรรมเสี่ยง การส่งเสริมสุขภาพ และการดูแลเบื้องต้น การพลิกตัว การทำกายภาพเบื้องต้น
		เนื้อหาวิชา การประเมินความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (Barthel Activities of Daily Living: ADL) ซึ่งประยุกต์โดยกรมอนามัย การตรวจร่างกายเบื้องต้น (ความดันโลหิต อุณหภูมิร่างกาย ชีพจร และการหายใจ) การเช็ดตัวลดไข้ การทำแผล การช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ดูแลจัดท่านั่ง ท่านอน การลุกจากเตียง ฯลฯ
		วิธีการสอน / สื่อ การบรรยาย การซักถาม สื่อจาก Youtube ฝึกปฏิบัติ
		การประเมินผล การสังเกต การซักถาม ผลจากการฝึกปฏิบัติ
5	การดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือ	วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้เนื่องจากชราภาพที่มี

	เนื้อหา	เสริมสร้างทักษะใหม่ (Reskill) เพื่อดูแลผู้สูงอายุ
	ตนเองไม่ได้เนื่องจาก ชราภาพ (ทฤษฎี 2 ชั่วโมง/ ปฏิบัติ 2 ชั่วโมง)	<p>ปัญหาระบบทางเดินอาหาร ระบบทางเดินหายใจ ระบบขับถ่าย ระบบอวัยวะสืบพันธุ์ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ</p> <p><b>เนื้อหาวิชา</b></p> <p><b>1.ระบบทางเดินอาหาร</b> การเตรียมอาหารผสมเพื่อให้ทางสายยาง ดูแลเรื่องการรับประทานอาหาร ดูแลการให้อาหารทาง Gastrostomy tube</p> <p><b>2.ระบบทางเดินหายใจ (การดูแลสมอง/ ดูแลทางเดินหายใจ), (Suction)</b> -ดูแลเรื่องการจัดท่าทั้งการนอน นั่ง หรือการลุกจากเตียง การเคาะปอด ดูแลเกี่ยวกับการให้ออกซิเจน (Oxygen) ดูแลเรื่องการใส่ยาพ่นขยายหลอดลม</p> <p><b>3.ระบบขับถ่าย (การดูแลความสะอาด, การเปลี่ยนถุง Colostomy)</b> -ดูแลเรื่องการขับถ่ายปัสสาวะในผู้สูงอายุชายโดยใช้ถุงพลาสติก/ถุงยาง ดูแลผู้ป่วยที่ on Foley's catheter</p> <p><b>4.ระบบอวัยวะสืบพันธุ์ (การดูแลสายสวนต่างๆ)</b> - การดูแลทำความสะอาดหลังการขับถ่าย</p> <p>วิธีการสอน / สื่อ การบรรยาย การซักถาม สื่อจาก Youtube ฝึกปฏิบัติ</p> <p>การประเมินผล การสังเกต / การซักถาม ผลจากการฝึกปฏิบัติ</p>
6	การใช้ยาในผู้สูงอายุที่ ต้องการการดูแลระยะ ยาว (ทฤษฎี 2 ชั่วโมง ปฏิบัติ 2 ชั่วโมง)	<p><b>วัตถุประสงค์</b> เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการใช้ยาในวัยสูงอายุสามารถดูแลช่วยเหลือการใช้ยาในผู้สูงอายุตามคำสั่งผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรมได้อย่างถูกต้อง ปลอดภัย</p> <p><b>เนื้อหาวิชา</b> หลักการใช้ยาเบื้องต้น ยาที่ใช้บ่อยในวัยสูงอายุ ผลข้างเคียงจากการใช้ยา ปัญหาที่พบและข้อควรระวังจากการใช้ยาในวัยสูงอายุ</p> <p>วิธีการสอน / สื่อ การบรรยาย การซักถาม สื่อจาก Youtube ฝึกปฏิบัติ</p> <p>การประเมินผล การสังเกต / การซักถาม ผลจากการฝึกปฏิบัติ</p>
7	การส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุ ที่ต้องการการ ดูแลระยะยาว	<p><b>วัตถุประสงค์</b> เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความรู้ ความเข้าใจ ในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ และสามารถนำไปใช้ในการดูแลผู้สูงอายุในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง</p>
	(ทฤษฎี 2 ชั่วโมง ปฏิบัติ 2 ชั่วโมง )	<p><b>เนื้อหาวิชา</b> แนวทางปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ อาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ การประเมินภาวะโภชนาการในผู้สูงอายุ หลักการจัดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพช่องปาก ผู้สูงอายุ การแปรงฟัน การใช้ไหมขัดฟัน การใช้แปรงชอกฟัน การใช้ไม้จิ้มฟัน การดูแลทำความสะอาดฟันปลอม</p>

	เนื้อหา	เสริมสร้างทักษะใหม่ (Reskill) เพื่อดูแลผู้สูงอายุ
		วิธีการสอน / สื่อ - การบรรยาย - การซักถาม สื่อจาก Youtube ฝึกปฏิบัติ
		การประเมินผล การสังเกต / การซักถาม ผลจากการฝึกปฏิบัติ
8	สุขภาพจิตกับผู้สูงอายุ/ การดูแลตนเองเพื่อ คลายเครียด  (ทฤษฎี 2 ชั่วโมง ปฏิบัติ 2 ชั่วโมง)	วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความรู้ ความเข้าใจ สุขภาพจิตของ ผู้สูงอายุ มีทักษะความสามารถในการให้คำแนะนำการดูแลตนเองเพื่อคลาย เครียดแก่ผู้สูงอายุ และประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพจิตของผู้ดูแลเองได้อย่างมี ประสิทธิภาพ
		เนื้อหาวิชา สุขภาพจิตกับการเจ็บป่วยเรื้อรัง การประเมินปัญหาสุขภาพจิต ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยเรื้อรัง เทคนิคการสนทนากับผู้สูงอายุ การส่งเสริมสุขภาพจิต ในผู้สูงอายุ ภาวะเครียดในผู้สูงอายุ
		วิธีการสอน / สื่อ - การบรรยาย - การซักถาม สื่อจาก Youtube ฝึกปฏิบัติ
		การประเมินผล การสังเกต / การซักถาม ผลจากการฝึกปฏิบัติ
9	การจัดสภาพแวดล้อมที่ เหมาะสม  (ทฤษฎี 2 ชั่วโมง ปฏิบัติ 2 ชั่วโมง)	วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความรู้ ความเข้าใจ เรื่องสภาพแวดล้อมที่ เอื้อต่อการมีสุขภาพดีของผู้สูงอายุ และสามารถจัดสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม สำหรับผู้สูงอายุได้ เช่น ห้องนอน ห้องน้ำ ห้องทำกิจกรรม เป็นต้น
		เนื้อหาวิชา การจัดสภาพแวดล้อมภายในอาคาร/บ้าน การจัดสภาพแวดล้อม ภายนอกอาคาร/บริเวณรอบบ้าน
		วิธีการสอน / สื่อ - การบรรยาย - การซักถาม สื่อจาก Youtube ฝึกปฏิบัติ
		การประเมินผล การสังเกต / การซักถาม ผลจากการฝึกปฏิบัติ
10	ภูมิปัญญาชาวบ้าน/ แผนไทยกับการดูแล สุขภาพผู้สูงอายุ  (ทฤษฎี 3 ชั่วโมง ปฏิบัติ 3 ชั่วโมง)	วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความรู้ ความเข้าใจ ในภูมิปัญญาชาวบ้าน หรือการประยุกต์ใช้แพทย์แผนไทย รวมทั้งสมุนไพรทางเลือกที่เหมาะสมกับการ ดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ สามารถให้คำแนะนำและประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาชาวบ้านมา ดูแลสุขภาพผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับบริบทของพื้นที่
		เนื้อหาวิชา นวดแผนไทยเพื่อคลายเครียด สมุนไพรใกล้ตัว เช่น การแช่เท้าด้วย สมุนไพรเพื่อผ่านคลาย การประคบลดอาการปวดบวม การใช้น้ำมันหอมระเหย ผ่านทวาร การใช้อาหารที่เป็นสมุนไพรพื้นบ้านเพื่อรักษาสมดุลบำรุงธาตุ ไม่ใช่ การรักษาและเป็นประยุกต์ใช้เบื้องต้น
		วิธีการสอน / สื่อ - การบรรยาย - การซักถาม สื่อจาก Youtube ฝึกปฏิบัติ
		การประเมินผล การสังเกต / การซักถาม ผลจากการฝึกปฏิบัติ
11	สิทธิผู้สูงอายุ	วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความรู้ ความเข้าใจ ในเรื่องสิทธิประโยชน์ ของผู้สูงอายุตามกฎหมาย เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุทราบถึงเครือข่ายแหล่งบริการ ทางสังคม และทางการแพทย์เพื่อแสวงหาบริการที่เหมาะสมได้

	เนื้อหา	เสริมสร้างทักษะใหม่ (Reskill) เพื่อดูแลผู้สูงอายุ
	(ทฤษฎี 1 ชั่วโมง)	เนื้อหาวิชา สิทธิของผู้สูงอายุตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2550 สิทธิของผู้สูงอายุที่ต้องการการดูแลระยะยาว ผู้สูงอายุกับพินัยกรรมชีวิต ( Living Wills)
12	การฝึกปฏิบัติงาน  (อย่างน้อย 42 ชม.)	วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ผ่านการอบรม ได้ฝึกดูแลผู้สูงอายุในสถานการณ์จริง  วิธีการ เลือกศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ หรือครอบครัวที่ต้องการผู้ดูแลผู้สูงอายุ โดยให้ผู้ดูแลทำงานในพื้นที่ภายใต้การติดตาม นิเทศ ของบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขหรือทีมวิชาชีพ ตามที่ได้รับมอบหมาย

15. **วิทยากร** อาจารย์ที่เชี่ยวชาญจาก คณะสาธารณสุขศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะเทคนิคการแพทย์และการพยาบาลบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น อาจารย์จากสถาบันการแพทย์แผนไทย คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

16. **ค่าลงทะเบียนฝึกอบรม** ไม่เก็บค่าลงทะเบียน

#### 17. งบประมาณ

งบประมาณค่าใช้จ่ายในการดำเนินการตลอดหลักสูตร

17.1 จำนวนผู้เข้ารับการอบรมทั้งหมด 200 คน

17.2 งบประมาณค่าใช้จ่ายในการดำเนินการตลอดหลักสูตร จำนวน.....500,000.....บาท

ประกอบด้วย

- 1) จากภาครัฐ/ภาคเอกชน/ภาคอุตสาหกรรมที่เป็นคู่ความร่วมมือ จำนวน .....0..... บาท
- 2) เก็บจากผู้สมัครเข้ารับการอบรม ..-.....คน คนละ...-...บาท จำนวน .....0..... บาท
- 3) สถาบันอุดมศึกษาร่วมสนับสนุน จำนวน .....0-..... บาท
- 4) ขอรับการสนับสนุนจาก สป.อว. จำนวน 500,000 บาท



## 18. การประเมินผลลัพธ์การเรียนรู้

19.1 คะแนนสอบภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติมากกว่า ร้อยละ 70

19.2 ความพึงพอใจของผู้ประกอบ/ครอบครัว/ศูนย์ผู้สูงอายุจากการฝึกปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยมากกว่า 3.1 จาก 5

## 19. ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ติดต่อประสานงานหลักสูตร

19.1 รศ.ดร.วงศา เล้าหศิริวงศ์

คณบดีคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

123 ถนนมิตรภาพ ต.ในเมือง อ. เมือง จ.ขอนแก่น 40002

โทรมือถือ 08737331199 โทรที่ทำงาน 043424820 โทรสาร 043424821

Email: wongsa@kku.ac.th

19.1 รศ.ดร.พรรณี บัญชรหัตถกิจ

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

123 ถนนมิตรภาพ ต.ในเมือง อ. เมือง จ.ขอนแก่น 40002

โทรมือถือ 0942954141 โทรที่ทำงาน 043424820 โทรสาร 043424821

Email: panban@kku.ac.th

## 20. ภาคผนวก

20.1 ประวัติวิทยากร