

ชื่อเรื่อง : การพัฒนารูปแบบการมีส่วนร่วมในการคัดกรองภาวะซึมเศร้าและการเฝ้าระวังการฆ่าตัวตายด้วย 2Q Plus (3L1R1) ตำบลหนองแก้ว อำเภอกันทรารมย์ จังหวัดศรีสะเกษ

เจ้าของผลงาน : นายธนาวิช สุวรรณสุข ตำแหน่ง นักสาธารณสุขชำนาญการ รพ.สต.บ้านกอก อ.กันทรารมย์ จังหวัดศรีสะเกษ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา :

จากโครงสร้างประชากรที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้สังคมไทยเป็นสังคมผู้สูงอายุ โดยมีประชากรรวม 64.5 ล้านคนเป็นกลุ่มผู้สูงอายุ 60 ปี ขึ้นไป 9.4 ล้านคนคิดเป็นร้อยละ 14.57 ของประชากรทั้งหมด และเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ใน พ.ศ.2568 ผู้สูงอายุเป็นช่วงวัยที่ต้องเผชิญการเปลี่ยนแปลงในทางเสื่อมลงทุกด้านอันส่งผลต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิต จากการเจ็บป่วยทางกายเกิดโรคเรื้อรัง ไม่สุขสบาย ไม่สามารถทำงานได้อย่างเต็ม รายได้น้อยลง ช่วยเหลือตนเองได้น้อยลง บทบาททางสังคมลดลงทำให้ต้องพึ่งพิงมากขึ้น ทำให้ไม่มีความสุขท้อแท้รู้สึกไร้ค่า ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในทางเสื่อมลงเหล่านี้อาจทำให้ผู้สูงอายุเกิดภาวะซึมเศร้าซึ่งเป็นปัญหาทางจิต ที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ และเป็นปัญหาที่สำคัญด้านสาธารณสุขของไทย

ผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคเรื้อรังเป็นปัจจัยเสี่ยงสูงอย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาที่มาเกี่ยวข้องทำให้เกิดปัญหาสุขภาพได้ง่าย ลักษณะอารมณ์หรือพฤติกรรมที่แสดงถึงปัญหาทางด้านจิตสังคมที่พบบ่อยคือ ความวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าหรือบางคนมีความผิดปกติอย่างรุนแรงจนถึงขั้นทำร้ายตนเองซึ่งปัญหาสุขภาพจิตในผู้ป่วยโรคเรื้อรังเป็นปัญหาที่พบได้บ่อยถึงร้อยละ 40 ในระดับประเทศ และในพื้นที่ตำบลหนองแก้ว อำเภอกันทรารมย์ พบว่าปัญหาเสี่ยงต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าในกลุ่มผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ปี 2566 จำนวน 3 ราย ปี 2567 จำนวน 7 ราย และปี 2568 จำนวน 11 ราย ตามลำดับ และได้มีการให้บริการรับคำปรึกษาและส่งต่อเพื่อตรวจวินิจฉัยที่ถูกต้องนั้น มีจำนวนเพิ่มขึ้น

จากปัญหาทางด้านสุขภาพจิตที่เป็นปัญหามีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกอก ตำบลหนองแก้ว อำเภอกันทรารมย์ จังหวัดศรีสะเกษ จึงได้มีการประชุมคณะทำงานในการแก้ไขปัญหาพร้อมกัน จึงได้คิดค้นนวัตกรรมการคัดกรองภาวะซึมเศร้าผู้สูงอายุ(แบบ 2Q Plus) ผ่าน Google Form และจุดสืบแบ่งกลุ่มตามปัญหาเสี่ยงภาวะซึมเศร้า เพื่อเป็นการเฝ้าระวังผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าได้รับการดูแลร่วมกับเครือข่ายในชุมชนแบบบูรณาการร่วมกันด้วยการพยาบาลหัวใจด้วย 3L1R1

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาสถานการณ์ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุในชุมชนตำบลหนองแก้ว
2. เพื่อคัดกรองภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุได้รับการส่งต่อรักษา
3. เพื่อพัฒนารูปแบบการมีส่วนร่วมของเครือข่ายในชุมชนในการเฝ้าระวังผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าและการเฝ้าระวังการฆ่าตัวตายด้วย 2Q Plus (3L1R1)

วิธีการศึกษา

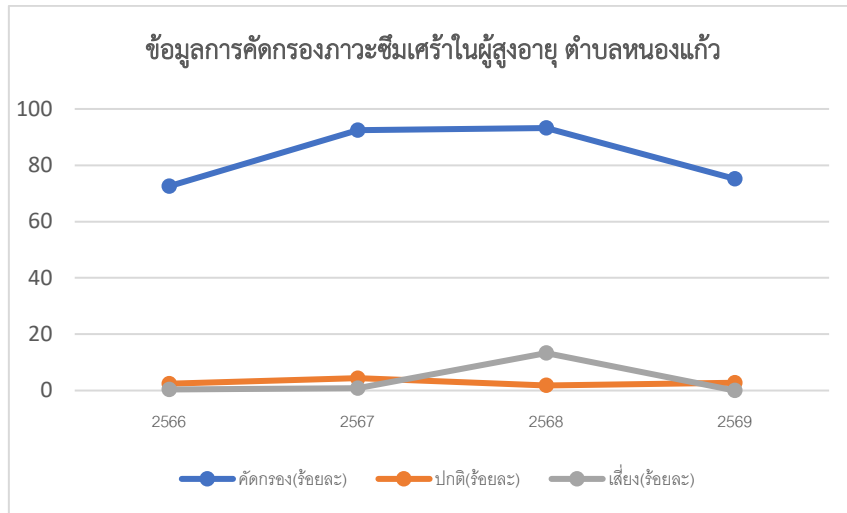
1. สร้างนวัตกรรมในการดูแลคัดกรองภาวะสุขภาพจิตกลุ่มผู้สูงอายุในตำบลหนองแก้วให้ครอบคลุมทุกราย (แบบคัดกรอง 2Q Plus) เนื่องจากในการลงพื้นที่ในการคัดกรองภาวะซึมเศร้าในกลุ่มผู้สูงอายุยังไม่ครอบคลุมในแต่ละปี จึงได้มีการคิดนวัตกรรมขึ้นโดยใช้แบบประเมินภาวะซึมเศร้า 2Q Plus ขึ้นผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์สมาร์ตโฟน Google form ใช้ในการคัดกรองโดยเครือข่าย อสม. ในชุมชน

2. มีการพัฒนาศักยภาพ อสม.เชี่ยวชาญในการคัดกรองภาวะซึมเศร้าและการสร้างต้นแบบนวัตกรรมในการดูแลผู้สูงอายุต่อไป

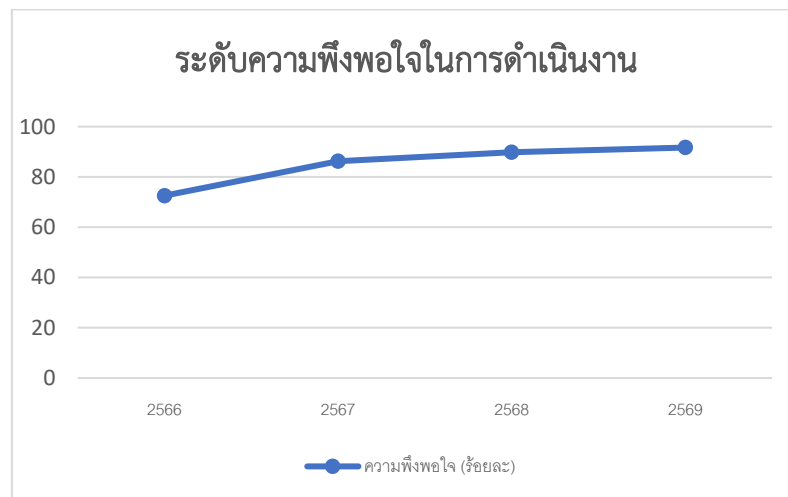
3. กำหนดการใช้ GPS และกำหนดสีบอกระดับความรุนแรงเป็นสัญลักษณ์ในการเฝ้าระวังภาวะซึมเศร้าใน QR Code ร่วมกับการใช้พิกัดแผนที่ในการติดตามเยี่ยมบ้านของผู้สูงอายุที่มีภาวะเสี่ยงทุกราย โดยมีแนวทางในการพัฒนาระบบจากป้องกัน 7 สีในผู้ป่วยเบาหวาน และได้นำมาประยุกต์ใช้สีพิกัดตามกลุ่มเสี่ยงที่ต้องเฝ้าระวัง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มเสี่ยงน้อย(สีเขียว) และกลุ่มเสี่ยงรุนแรงส่งต่อเพื่อวินิจฉัย (สีแดง) และในการคิดนวัตกรรมขึ้นเพื่อเชื่อมโยงกับเทคโนโลยียุค 4.0 ง่ายต่อการจัดเก็บข้อมูลและสามารถลดค่าใช้จ่ายของหน่วยงานได้ และแบบการคัดกรองภาวะซึมเศร้า(2Q Plus) ที่นำมาประยุกต์ใช้ จากคู่มือแบบประเมินคัดกรองผู้ที่มีปัญหาพฤติกรรมฆ่าตัวตาย กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

6. การติดตามเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุในชุมชนนั้นที่มีภาวะซึมเศร้าและไม่พบว่าซึมเศร้าด้วยการพยาบาลใจด้วย 3L1R1I Nongkaew Model รายละเอียดดังนี้ 1. สอดส่องมองหา (Look) : เป็นการคัดกรองเพื่อค้นหาผู้ที่มีความผิดปกติ 2. ใส่ใจรับฟัง (Listen) : เยี่ยมบ้านให้กำลังใจ 3. ส่งต่อเชื่อมโยง (Link) : ส่งต่อข้อมูลผู้ที่มีภาวะเสี่ยงให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุข 4. ส่งต่อรักษา(Refer) : นำพาพบแพทย์เอาใจใส่ดูแล และการเชื่อมโยงข้อมูล(Informasion) : จัดเก็บข้อมูลและส่งต่อเจ้าหน้าที่ของผู้ที่มีภาวะผิดปกติในชุมชน โดยผู้ดำเนินการดำเนินการคัดกรองที่ผ่านการอบรมการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนผ่าน Google form ในการติดตามเยี่ยมบ้านกลุ่มเป้าหมายทุก 1 เดือน

ผลการศึกษา



** จากการทดลองใช้นวัตกรรมในกลุ่มเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและเครือข่ายจิตอาสา (อสม.) ในชุมชน ในการใช้เครื่องมือในการคัดกรองภาวะซึมเศร้าผู้สูงอายุ โดยมีการศึกษาผลการใช้นวัตกรรม และเริ่มใช้นวัตกรรมในระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2568 ถึง 31 มีนาคม 2569 ผู้ประเมินสามารถใช้นวัตกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพคือ มีความรวดเร็ว ถูกต้อง และเกิดการมีส่วนร่วมในการดูแลกลุ่มเป้าหมายร่วมกับเครือข่ายในชุมชน จะเห็นได้ว่าหลังจากการใช้นวัตกรรมแล้วทำให้มีการคัดกรองภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุได้อย่างครอบคลุม และผู้ที่มีภาวะเสียงซึมเศร้าได้รับการดูแลรักษาได้รวดเร็ว ร่วมกับเครือข่ายในชุมชนมีการติดตามดูแลผ่านระวางอย่างใกล้ชิดและรายงานผลประจำเดือน และปีงบประมาณ 2569 (1 ต.ค.68 – 31 มีนาคม 2569) ยังไม่พบผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงภาวะซึมเศร้า



** การใช้นวัตกรรมผู้ใช้มีระดับความพึงพอใจของกลุ่มเครือข่าย อสม. ในชุมชน ในปีงบประมาณ 2568 - 2569 อยู่ในระดับดีมาก ระดับค่าเฉลี่ยรวมที่ 4.93 และคิดเป็นร้อยละ 91.68

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. เกิดระบบเฝ้าระวังสุขภาพจิตผู้สูงอายุที่มีประสิทธิภาพในชุมชน
2. ลดความเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย

3. เกิดการมีส่วนร่วมของเครือข่ายชุมชนในการดูแลสุขภาพจิต
4. มีฐานข้อมูลสุขภาพจิตที่สามารถนำไปใช้วางแผนดูแลต่อเนื่องได้

การนำไปใช้ประโยชน์

- เป็นนวัตกรรมที่มีความง่ายและสะดวกในการติดตามดูแลผู้ป่วยในชุมชน
- เจ้าหน้าที่สาธารณสุขสามารถเข้าถึงข้อมูลและสะดวกต่อการลงพื้นที่ติดตามเยี่ยมบ้าน
- เป็นนวัตกรรมที่ประหยัดงบประมาณแต่สามารถเชื่อมโยงข้อมูลได้หลายอย่างในการติดตาม

ดูแล

- สามารถนำไปต่อยอดในการพัฒนาโปรแกรมการติดตามผู้ป่วยอื่นต่อไปได้

การขยายผลและการบูรณาการ

- สามารถนำไปใช้กับการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าและผู้ป่วยอื่นนอกตำบลได้

เอกสารอ้างอิง

นพพร ตันตริรังสี. การใช้เครื่องมือประเมินปัญหาสุขภาพจิต. แบบประเมินมี 2Q plus. บริดา เจริญโภคทรัพย์. ผลการดูแลผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะซึมเศร้า โดยใช้วิธีพุทธรธรรม โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชกระนวน จังหวัดขอนแก่น. วารสารสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดขอนแก่น. ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน 2562

สุจรรยา แสงเขียวงาม. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุที่เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มาใช้บริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลบึงคาพร้อย หมู่ 11 อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfBbgkC5tES9uvA2ANUX2G4jIGJo_wqjBnJrFivPzC7g19AxQQ/viewform

<https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1BMrba0zUvwvr0ev0ngu7xC0zDIZlHlw&ll=16.051957439937716%2C105.159186549999999&z=13>

ฐานข้อมูล JHCIS โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกอก ณ วันที่ 31 มีนาคม 2569