



## หลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุชั้นกลาง จำนวน ๗๐ ชั่วโมง

---

๑. ชื่อหลักสูตร หลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุชั้นกลาง จำนวน ๗๐ ชั่วโมง

### ๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการดูแลสุขภาพอนามัยผู้สูงอายุและปฏิบัติต่อผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ
๒. เพื่อเตรียมการรองรับระบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว (Long Term Care) และผู้ป่วยระยะท้าย (Palliative Care) ในระดับครอบครัวและชุมชน
๓. เพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากร ครอบครัว ประชาชนทั่วไป และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องในระดับพื้นที่ในการขับเคลื่อนการดำเนินงานการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว (Long Term Care) และผู้ป่วยระยะท้าย (Palliative Care) ในชุมชน
๔. สนับสนุนการขับเคลื่อนการดำเนินงานการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว (Long Term Care) และผู้ป่วยระยะท้าย (Palliative Care) ของหน่วยงานภาคีเครือข่ายระดับพื้นที่ในชุมชน

### ๓. โครงสร้างหลักสูตร(ตามเอกสารแนบท้ายหลักสูตร)

#### ๔. คำอธิบายหลักสูตร

ศึกษาความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับความจำเป็นในวางแผนด้านการดูแลส่งเสริม ฟื้นฟู สุขภาพผู้สูงอายุ กลุ่มโรคอาการ ปัญหาที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ เทคนิคการสังเกต การประเมินภาวะวิกฤต การช่วยชีวิต การปฐมพยาบาล การศึกษาสุขภาพ องค์กรวมและการจัดทำแผนการดูแลรายบุคคล (Care Plan) ตามสภาพปัญหาของผู้สูงอายุในครอบครัวและชุมชน เพื่อการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่ระบบบริการการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวและการเตรียมความพร้อมในการพัฒนาศักยภาพอาสาสมัครประจำครอบครัว ชุมชนและภาคีเครือข่ายในระดับพื้นที่เข้ามามีส่วนร่วมในการ พัฒนาการทำงานและการรองรับการดูแลผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิงด้านการดูแล สุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว (Long Term Care) และผู้ป่วยระยะท้าย (Palliative Care) ในระดับครอบครัวและชุมชน

#### ๕. เนื้อหาของหลักสูตร (ตามเอกสารแนบท้ายหลักสูตร)

#### ๖. กลุ่มเป้าหมาย

๑. บุคลากรในครอบครัวของผู้สูงอายุและผู้มีภาวะพึ่งพิง
๒. ประชาชนทั่วไป

#### ๗. คุณสมบัติของผู้เข้ารับการอบรม

๑. มีอายุไม่ต่ำกว่า ๑๘ ปีบริบูรณ์ ไม่จำกัดเพศ
๒. จบการศึกษาไม่ต่ำกว่าประถมศึกษาปีที่ ๖ หรือเทียบเท่า
๓. มีประสบการณ์ในการดูแลผู้สูงอายุไม่น้อยกว่า ๑ ปี โดยมีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขระดับหน่วยบริการในพื้นที่ให้การรับรอง
๔. ไม่เป็นผู้มีความประพฤติเสื่อมเสีย หรือบกพร่องในศีลธรรมอันดี
๕. มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่เป็นโรคร้ายแรงหรือโรคติดต่อร้ายแรง
๖. มีวุฒิภาวะและบุคลิกลักษณะเหมาะสมในการเป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุ

## ๘. คุณสมบัติวิทยากรผู้สอน (ตามเอกสารที่แนบท้ายหลักสูตร)

### ๙. เกณฑ์การประเมินผล

๑. ต้องมีเวลาเรียนภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติไม่น้อยกว่า ร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียน
๒. เกณฑ์การตัดสินต้องผ่านการทดสอบภาคทฤษฎีด้วยคะแนนไม่น้อยกว่า ร้อยละ ๖๐
๓. ต้องผ่านการฝึกปฏิบัติภาคสนาม โดยฝึกปฏิบัติในหน่วยบริการสาธารณสุขในระดับพื้นที่
๔. ศึกษาและเก็บตัวอย่างผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิงที่อยู่ในชุมชนร่วมกับเจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติงานในบทบาทของ Care Manager ประจำหน่วยบริการในชุมชน

### ๑๐. วิธีการประเมินผล

๑. จัดทำแบบทดสอบ Pre – Post ก่อนและหลังการอบรม
๒. ทดสอบในรายแผนการสอนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ
๓. ทดสอบการปฏิบัติงานภาคสนาม

### ๑๑. เอกสารประกอบการเรียนการสอน

๑. คู่มือแนวทางการอบรมหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ หลักสูตร ๗๐ ชั่วโมง
๒. คู่มือสนับสนุนการบริหารจัดการระบบบริการดูแลระยะยาวด้านสาธารณสุขสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ
๓. คู่มือปฏิบัติงานกองทุนหลักประกันสุขภาพ ในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติฯ พ.ศ. ๒๕๖๑)
๔. คู่มือกองทุนหลักประกันสุขภาพกรุงเทพมหานคร ๒๕๖๖

## แผนการสอนหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุชั้นกลาง จำนวน ๗๐ ชั่วโมง

แผนการสอน	เนื้อหา	ภาคทฤษฎี (ชั่วโมง)	ภาคปฏิบัติ (ชั่วโมง)	จำนวน ชั่วโมง	คุณสมบัติผู้สอน
๑.การจัดการการดูแล (Care Management)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- หลักพื้นฐานของ Care Management</li> <li>- การค้นพบผู้เป็นเป้าหมายการช่วยเหลือและการรับรู้สถานการณ์</li> <li>- ทฤษฎีทางสังคม การใช้ให้เป็นประโยชน์และการใช้ทรัพยากรสำหรับการจัดการดูแลผู้รับบริการ</li> <li>- การสื่อสารที่สำคัญสำหรับ Caregiver</li> </ul>	๑	-	๑	- บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข
๒.คุณลักษณะและบทบาทหน้าที่ของ Caregiver	<ul style="list-style-type: none"> <li>- บทบาทหน้าที่ของ Caregiver</li> <li>- การปรับเปลี่ยนเจตคติและมุมมองต่อการดูแลผู้สูงอายุ ผู้มีภาวะพึ่งพิง ผู้ป่วยระยะประคับประคองและระยะท้าย</li> <li>- จริยธรรมของ Caregiver</li> </ul>	๒	๑	๓	- บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข
๓.สิทธิและสวัสดิการผู้สูงอายุ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- สิทธิและสวัสดิการผู้สูงอายุ</li> <li>- ชุดสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุในระบบบริการตามหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ</li> </ul>	๒	-	๒	- นิติกร - นักพัฒนาสังคม - นักสังคมสงเคราะห์
๔.โรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การเปลี่ยนแปลงในวัยผู้สูงอายุ</li> <li>- ภาวะสมองเสื่อม</li> <li>- การเคลื่อนไหวร่างกายและการจัดการสิ่งแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ</li> <li>- การดูแลผิวหนังสำหรับผู้สูงอายุ</li> <li>- การมองเห็น</li> <li>- การได้ยิน</li> <li>- ภาวะกลืนปัสสาวะ</li> <li>- กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non- Communicable diseases: NCDs)</li> </ul>	๓	-	๓	- แพทย์ - พยาบาล
๕.การให้ความรู้เกี่ยวกับเครื่องมือการประเมิน ค้นหาภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การประเมินความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (Barthel Index for Activities of Daily Living: ADL)</li> <li>- การคัดกรองกลุ่มอาการของผู้สูงอายุ ๙ ด้าน</li> <li>- แอปพลิเคชันสมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ (Blue Book Application)</li> </ul>	๒	๒	๔	บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข
๖.การปฐมพยาบาลและการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุเบื้องต้น	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การปฐมพยาบาลเบื้องต้น</li> <li>- การช่วยเหลือผู้สูงอายุกรณีสำลักอาหาร</li> <li>- การช่วยเหลือผู้สูงอายุในสถานการณ์ภัยพิบัติเบื้องต้น</li> <li>- การตรวจร่างกายเบื้องต้น (ความดันโลหิต อุณหภูมิร่างกาย ชีพจร และการหายใจ)</li> <li>- การพยาบาลผู้สูงอายุที่ข้อเท้าแพลง</li> <li>- การเช็ดตัวลดไข้</li> <li>- การห้ามเลือด</li> <li>- หกล้ม กระดูกหัก ข้อเท้าแพลง</li> </ul>	๓	๓	๖	- พยาบาล - นักวิชาการสาธารณสุข

แผนการสอน	เนื้อหา	ภาคทฤษฎี (ชั่วโมง)	ภาคปฏิบัติ (ชั่วโมง)	จำนวน ชั่วโมง	คุณสมบัติผู้สอน
๗.การใช้ยาในผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง	<ul style="list-style-type: none"> <li>- หลักการใช้ยาทั่วไป ความรู้พื้นฐานการบริหารการจัดเก็บ และวิธีการใช้ยาสำหรับผู้สูงอายุ</li> <li>- ความรอบรู้เบื้องต้นเรื่องยา (การอ่านฉลากยา การสังเกตคุณภาพ)</li> <li>- การแนะนำการรับประทานยาตามโรคของผู้สูงอายุ</li> <li>- ปัญหาที่พบและข้อควรระวังจากการใช้ยาในวัยสูงอายุ</li> </ul>	๒	-	๒	- เกษัชกร
๘. โภชนาการสำหรับผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การส่งเสริมโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ</li> <li>- การเตรียมอาหารเฉพาะโรค</li> <li>- การดูแลและการให้อาหารทางสายยาง</li> <li>- น้ำสะอาด อาหารปลอดภัย</li> </ul>	๒	๒	๔	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นักโภชนาการ</li> <li>- นักวิชาการสาธารณสุข</li> <li>- พยาบาล</li> </ul>
๙.การดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ความสำคัญของช่องปากและการดูแล</li> <li>- การดูแลทำความสะอาดช่องปาก</li> </ul>	๑	๑	๒	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ทันตแพทย์</li> <li>- เจ้าหน้าที่งานทันตสาธารณสุข</li> <li>- พยาบาล</li> </ul>
๑๐.การส่งเสริมสุขภาพจิตการจัดกรความเครียดและการประสานส่งต่อการช่วยเหลือในผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การส่งเสริมสุขภาพจิตใจผู้สูงอายุและผู้ดูแล</li> <li>- เทคนิคการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพที่จำเป็นสำหรับผู้สูงอายุและผู้ดูแล</li> <li>- แนวทางการประสานส่งต่อ ช่วยเหลือในการดูแลผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง</li> <li>- ระบบการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิงในระบบ Long Term Care</li> </ul>	๒	๒	๔	<ul style="list-style-type: none"> <li>- จิตแพทย์</li> <li>- พยาบาลจิตเวช</li> <li>- นักจิตวิทยา</li> </ul>
๑๑.การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง</li> </ul>	๒	๑	๓	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นักวิชาการสาธารณสุข</li> <li>- นักวิชาการสิ่งแวดล้อม</li> </ul>
๑๒.การแพทย์แผนไทยแพทย์ทางเลือกและกายภาพบำบัดสำหรับการดูแลผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การเคลื่อนไหวร่างกายด้วยวิธีการทางกายภาพบำบัด</li> <li>- การใช้ภูมิปัญญาไทยและการแพทย์ทางเลือกในการดูแลสุขภาพ</li> <li>- การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม</li> </ul>	๒	๑	๓	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แพทย์แผนไทย</li> <li>- แพทย์แผนไทยประยุกต์</li> <li>- นักกายภาพบำบัด</li> <li>- นักวิทยาศาสตร์การกีฬา</li> </ul>
๑๓.การดูแลผู้ป่วยระยะท้ายแบบประคับประคอง (Palliative Care) ในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับผู้ป่วยระยะประคับประคองและผู้ป่วยระยะสุดท้าย</li> <li>- หลักการดูแลผู้ป่วยระยะประคับประคอง, ผู้ป่วยระยะสุดท้ายและครอบครัวใกล้ชิด</li> <li>- หลักการสื่อสารในการดูแลผู้ป่วยระยะประคับประคอง, ผู้ป่วยระยะสุดท้ายและครอบครัวใกล้ชิด</li> <li>- หลักกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับสิทธิในการแสดงเจตนาในวาระสุดท้ายของชีวิตผ่านกระบวนการวางแผนการดูแลล่วงหน้า(Advance care planning)</li> </ul>	๔	๑	๕	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แพทย์</li> <li>- พยาบาล</li> <li>- นักสังคมสงเคราะห์</li> <li>- นักวิชาการสาธารณสุข</li> </ul>

แผนการสอน	เนื้อหา	ภาคทฤษฎี (ชั่วโมง)	ภาคปฏิบัติ (ชั่วโมง)	จำนวน ชั่วโมง	คุณสมบัติผู้สอน
	และการทำหนังสือแสดงเจตนา ในวาระสุดท้ายของชีวิต (Living will) ตามพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐				
๑๔.การฝึกปฏิบัติงานภาคสนาม	- การ Orientation Caregiver ในการดูแลผู้ป่วยข้างเตียง - การฝึกปฏิบัติงาน	๑	๒๖	๒๗	- Care Manager - บุคลากรทางการแพทย์
๑๕.การวัดและประเมินผล	- ทดสอบและประเมินผลภาคทฤษฎี - ทดสอบและประเมินผลภาคปฏิบัติ - ทดสอบและประเมินผลด้านทักษะการปฏิบัติ - ทดสอบและประเมินผลด้านคุณธรรม จริยธรรม	๑	-	๑	- เป็นไปตามเกณฑ์การประเมินของหลักสูตรฯ
<b>รวมจำนวนชั่วโมง</b>		<b>๓๐</b>	<b>๔๐</b>	<b>๗๐</b>	