

การเสริมพลัง

เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยง

โรคหัวใจและหลอดเลือด:

แนวคิด และการปฏิบัติ



WG 120 น577ก 2554



* 8 0 0 4 3 5 6 0 *

การเสริมพลังเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม...

ห้องสมุดวิทยาศาสตร์พยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา

นิตยา เพ็ญศิริรักษา

ห้องสมุด
วิทยาลัยพยาบาลฯ นครราชสีมา

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก-ข
สารบัญ	ค-ง
บทที่ 1 โรคหัวใจและหลอดเลือด และการป้องกัน	1
1. ความหมายและความสำคัญของโรคหัวใจและหลอดเลือด	1
2. ปัจจัยเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด	2
3. การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือด	4
บทที่ 2 แนวคิดการเสริมพลังกับการลดปัจจัยเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด	9
1. ความหมายของการเสริมพลัง	9
2. ความเป็นมาของการเสริมพลัง	12
3. ความสำคัญของการเสริมพลังกับการส่งเสริมสุขภาพ	13
4. แนวคิดของการเสริมพลังเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด	17
5. หลักการของการเสริมพลังเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด	19
6. บทบาทของบุคลากรสาธารณสุขในการเสริมพลังเพื่อลดความเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด	21
7. การวัดและประเมินผลการเสริมพลัง	24
บทที่ 3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพและการเสริมพลังบุคคล	33
1. ทฤษฎีความเชื่อในความสามารถแห่งตน	33
2. ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลง	36
3. ทฤษฎีการกระทำด้านสุขภาพ	38
4. ทฤษฎีการเสริมพลังในการดำเนินงานสุขภาพศึกษา	40
บทที่ 4 การปฏิบัติในการวางแผน การจัดกิจกรรม และการประเมินผลโครงการเสริมพลังเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด	43
1. การวางแผน โครงการเสริมพลัง	43
2. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมพลัง	47
3. แนวทางการประเมินผลโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามแนวคิดการเสริมพลัง	
3.1 การประเมินผลการเรียนรู้	51
3.2 การประเมินผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม	52
3.3 การประเมินผลการเปลี่ยนแปลงทางคลินิก	59
3.4 การประเมินผลความพึงพอใจ	61
4. การประเมินความพร้อมในการดำเนินโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม	62

สารบัญ (ต่อ)

บทที่ 5	กรณีตัวอย่างการจัดกิจกรรมและโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด ตามแนวคิดการเสริมพลัง	69
	- ตัวอย่างการจัดกิจกรรมในภาพรวมตามแนวคิดการเสริมพลัง	69
	- ตัวอย่างกิจกรรมเสริมพลังเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด	77
	- ตัวอย่างโครงการเสริมพลังผู้ป่วยเบาหวานเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือด	99
	- ตัวอย่างโครงการเสริมพลังในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อลดความเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด	107
บทที่ 6	บทเรียนโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของสถานบริการสาธารณสุข	111
	- โครงการสร้างเสริมพลังผู้ป่วยโรคเบาหวานผู้ป่วยโรคเบาหวานของคลินิกแพทย์เวชกรรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือด	112
	- โครงการร่วมใจต้านภัย “เบาหวาน-ความดันโลหิตสูง”	120
	- โครงการสุขภาพดีอยู่ไม่ไกล เพียงใส่ใจโรคเบาหวาน	128
บรรณานุกรม		137

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 แนวทางการวัดผลลัพธ์ในแต่ละระดับของโปรแกรมการเสริมพลัง	27
ตารางที่ 2.2 การวัดผลลัพธ์พฤติกรรมสุขภาพที่สำคัญของโปรแกรมการเสริมพลัง	28
ตารางที่ 3.1 แหล่งที่มาของความเชื่อความสามารถแห่งตน และตัวอย่างกลวิธีที่ใช้เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม	35
ตารางที่ 3.2 ขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ลักษณะพฤติกรรม การเรียนรู้ที่ต้องการ และกลวิธี	37
ตารางที่ 3.3 พฤติกรรมการเรียนรู้ที่ต้องการในแต่ละระยะ และกลวิธีสุขศึกษิตตามรูปแบบการเสริมพลัง	42
ตารางที่ 4.1 วิธีการจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมพลัง	48
ตารางที่ 4.2 การเรียนรู้ที่ต้องการประเมินผลและวิธีการประเมินผล	51
ตารางที่ 5.1 ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจของผู้เข้าอบรมหลักสูตรการเสริมพลังจำแนกตามกิจกรรมการเสริมพลังที่ฝึกปฏิบัติ	73
ตารางที่ 5.2 จำนวนและร้อยละของผู้เข้ารับการอบรม จำแนกตามระดับความคิดเห็นต่อเนื้อหาและการนำคู่มือในส่วนของการเสริมพลังไปใช้	75

ห้องสมุด

วิทยาลัยพยาบาลฯ นครราชสีมา