

โครงการนวัตกรรม

FOOT FIT IN BOX พิษิตโรค

นักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
ที่อาจารย์ปรึกษาโครงการ : อาจารย์মনชยา สมจริต

จัดทำโดย

นางสาวกัญจนนา	หิวกขุนทด	รหัสนักศึกษา 604N46102
นางสาวดวงฤดี	น่วมอ่อน	รหัสนักศึกษา 604N46108
นางสาวนิภาพร	แก้วอำไพ	รหัสนักศึกษา 604N46137
นางสาวฟาติน	สาแหระ	รหัสนักศึกษา 604 N46138
นางสาวตรีรัตน์	เจิมจันทร์	รหัสนักศึกษา 604N46208
นางสาวรักชนก	ฤกษ์พิจิตร	รหัสนักศึกษา 604N46233
นางสาวรอฮานา	สะอะ	รหัสนักศึกษา 604N46241
นางสาวซูรีนา	สะนิ	รหัสนักศึกษา 604N46242
นางสาวยาวารี	รือแม	รหัสนักศึกษา 604N46243
นางสาวนาซีพะห์	เย็งกาเนะ	รหัสนักศึกษา 604N46244



หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวานเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่เกิดจากระบบเมตาบอลิซึมในร่างกายที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติ เนื่องจากการขาดฮอร์โมนอินซูลินหรือประสิทธิภาพการทำงานของฮอร์โมนอินซูลินลดลง (American Diabetes Association, 2004) ในปี พ.ศ. 2560 ประเทศไทยมีผู้ที่เป็นเบาหวาน 4.4 ล้านคน มากเป็นอันดับ 4 ในภาคพื้นแปซิฟิก และในปี พ.ศ. 2583 สหพันธ์เบาหวานนานาชาติได้คาดการณ์ว่าประเทศไทยจะมีผู้ป่วยเบาหวานสูงถึง 5.3 ล้านคน ผู้ป่วยเบาหวานที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงอยู่เป็นระยะเวลานานๆ จะก่อให้เกิดความผิดปกติและภาวะแทรกซ้อนต่ออวัยวะต่างๆ ของร่างกาย ได้แก่ ตา ไต เส้นประสาท หัวใจและหลอดเลือด(ชัยชาญ ดีโรจน์วงศ์, 2548) ภาวะแทรกซ้อนที่พบบ่อยที่สุดของโรคเบาหวาน คือภาวะแทรกซ้อนที่เกิดกับเส้นประสาทหรือที่เรียกว่า diabetic neuropathy (สมาคมเบาหวานแห่งประเทศไทย, 2551) จะส่งผลให้ผู้ป่วยสูญเสียความรู้สึกในการป้องกันตนเองที่เท้า (lost of protective sensation) (จนิษฐา ทูมมา, 2549) และหากเกิดความผิดปกติของหลอดเลือดที่มาเลี้ยงที่เท้าและขา ก็จะส่งผลให้กระบวนการรักษาแผลของร่างกายช้าลงเสี่ยงต่อการติดเชื้อและลุกลามของบาดแผล ผู้ป่วยอาจจะต้องถูกตัดเท้า และผู้ป่วยเบาหวานยังมีความเสี่ยงต่อการถูกตัดเท้ามากกว่าผู้ป่วยที่ไม่เป็นโรคเบาหวานถึง 25 เท่า (World Health Organization, 2016)

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาสำคัญทางด้านสาธารณสุขของโลก เป็นภัยคุกคามที่ลุกลามอย่างรวดเร็วไปทั่วโลก ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาทางเศรษฐกิจอย่างมาก ได้รายงานว่าเป็นปัจจุบันทั่วโลกมีผู้เสียชีวิตด้วยโรคเบาหวาน 4 ล้านคนต่อปี เฉลี่ย 8 วินาทีต่อ 1 คน สำหรับประเทศไทย ปี 2555 พบผู้เสียชีวิตจากโรคเบาหวานทั้งหมด 7,749 ราย หรือเฉลี่ยวันละ 22 คน คิดเป็นอัตราตายด้วยโรคเบาหวาน 12.06 ต่อแสนประชากร พบว่า ความชุกของโรคเบาหวานมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 6.9 เป็นร้อยละ 8.9 (สำนักงานโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค, 2556)



ส่วนในจังหวัดเพชรบุรี จากรายงานข้อมูลผู้ป่วยโรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูง จังหวัดเพชรบุรี พบว่า ในปี พ.ศ. 2553 ถึง พ.ศ. 2555 มีจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานเพิ่มมากขึ้นกว่า 2,000 คน และอัตราการตายผู้ป่วยโรคเบาหวานต่อประชากรแสนคน ในปี พ.ศ. 2555 เพิ่มขึ้นเป็น 6.63 สอดคล้องกับข้อมูลจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี พ.ศ. 2560 พบว่าจากการคัดกรองโรคในผู้สูงอายุ จังหวัดเพชรบุรี พบผู้สูงอายุ ร้อยละ 47.9 ป่วยเป็นโรคเบาหวาน และในเขตอำเภอเมืองพบผู้สูงอายุร้อยละ 7.1 อยู่ในกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน อีกทั้งจากสถิติศูนย์ข้อมูลประเทศไทย พ.ศ. 2554 พบว่าตำบลสามะโรง อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี มีจำนวนประชากรทั้งหมด 2,683 คน ร้อยละ 15.9 เป็นผู้สูงอายุในจำนวนนั้นร้อยละ 45.1 ป่วยเป็นโรคเรื้อรัง

ปัจจุบันพบแนวโน้มในการบริการสุขภาพทางเลือกหรือการแพทย์ทางเลือกมากขึ้น การนวดเท้าเป็นศาสตร์หนึ่งของการนวดไทย การนวดเท้าจะส่งผลให้หลอดเลือดเกิดการขยายตัวเลือดไหลเวียนบริเวณเท้าได้ดีขึ้น (อมรรัตน์ นระสนธิ และคณะ, 2558) จากการทบทวนวรรณกรรมทำให้ทราบแนวคิดของการดูแลสุขภาพที่ว่า การดูแลสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานเพื่อช่วยให้ผู้ป่วยควบคุมโรคได้และสามารถดำรงชีวิตได้เป็นปกติสุขโดยไม่มีภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน ไม่ได้อยู่ที่การรักษาทางการแพทย์หรือการใช้ยาแต่เพียงอย่างเดียว จึงเป็นที่มาของการนำภูมิปัญญาไทยด้านการนวดเท้ามาเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน (ศิริกุล กล้ากุล, 2557)

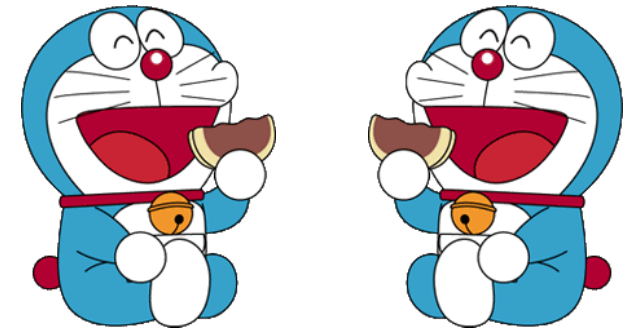
จากข้อมูลดังกล่าวผู้จัดทำโครงการนวัตกรรมตระหนักถึงความรุนแรงของปัญหาในผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน จึงได้จัดทำโครงการนวัตกรรม Foot Fit In Box พิชิตโรค ได้แนวคิดมาจากงานวิจัยของ รพสต.บ้านยายร้า อำเภอบ้านฉาง จังหวัดระยอง ได้ทำนวัตกรรมกะลานวดฝ่าเท้าลดชา ในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนปลายประสาทที่เท้าชา จำนวน 47 คน จากการทดลองพบว่าผู้ป่วยมีอาการชาเท้าลดลง กลุ่มจึงได้ทำนวัตกรรมชิ้นนี้ขึ้นมาโดยใช้วัสดุอุปกรณ์ที่หาได้ง่ายตามท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ ประกอบด้วย ไม้ไผ่ เม็ดมะขาม หนังกวาง ผ้าขาวม้า เพื่อช่วยในการกระตุ้นการไหลเวียนโลหิตบริเวณฝ่าเท้าในผู้ป่วยที่เป็นเบาหวานและช่วยลดอาการชาที่เท้าของผู้ป่วยเบาหวานซึ่งเป็นการนวดเท้าโดยใช้เม็ดมะขามในการนวดกระตุ้นระบบไหลเวียนโลหิต สามารถลดอาการชาที่เท้า อีกทั้งตัวนวัตกรรมยังสามารถเคลื่อนย้ายได้สะดวกและยังสามารถผลิตขึ้นใช้เองได้

วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. สร้างนวัตกรรมการดูแลเท้า โดยใช้วัสดุจากธรรมชาติและวัสดุที่หาได้ง่ายในท้องถิ่น
2. เพื่อลดอาการชาที่เท้าของผู้ป่วยเบาหวาน
3. เพื่อเพิ่มทางเลือกในการออกกำลังกายให้กับผู้ใช้นวัตกรรม

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้ป่วยโรคเบาหวาน



ขั้นตอนและแผนการดำเนินงาน

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินงาน 14 ก.พ. ถึง 30 เม.ย. 2563										
	สัปดาห์ที่ 1 14 ก.พ.-21 ก.พ.	สัปดาห์ที่ 2 22 ก.พ.-28ก.พ.	สัปดาห์ที่ 3 29 ก.พ.-6 มี.ค.	สัปดาห์ที่ 4 7 มี.ค.-13 มี.ค.	สัปดาห์ที่ 5 14 มี.ค.-20 มี.ค.	สัปดาห์ที่ 6 21 มี.ค.-27 มี.ค.	สัปดาห์ที่ 7 28 มี.ค.-3 เม.ย.	สัปดาห์ที่ 8 4 เม.ย.-10 เม.ย.	สัปดาห์ที่ 9 11 เม.ย.-17 เม.ย.	สัปดาห์ที่ 10 18เม.ย.-24 เม.ย.	สัปดาห์ที่ 11 19เม.ย.- เม.ย.30
ขั้นเตรียมการ 1. สมาชิกในกลุ่มประชุมศึกษาปัญหา 2. ประชุมปรึกษาหารือและคิดค้นหัวข้อโครงการ 3. นำเสนอหัวข้อโครงการ	↔	↔	↔								
ขั้นดำเนินงาน 1. ศึกษาวัสดุอุปกรณ์ในท้องถิ่น 2. เตรียมวัสดุอุปกรณ์ 3. จัดทำนวัตกรรม 4. ปรับแก้รูปแบบโครงการ				↔	↔	↔	↔				
ขั้นประเมินผล 1. นำเสนอโครงการนวัตกรรม 2. สรุปและประเมินผลโครงการ								↔		↔	↔

วัสดุอุปกรณ์



1. ไม้ไผ่



2. ตะปู



3. กาวร้อน



4. เม็ดมะขาม



5. ผ้าขาวม้า



6. หนังยาง



7. ไม้แกนกลาง



8. ไม้แผ่นอัด

วิธีทำ



1. ตัดไม้ไผ่ขนาด ยาว 30 เซนติเมตร



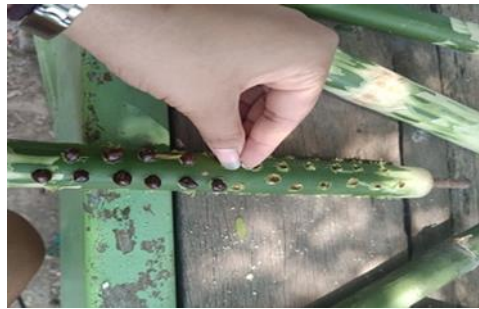
2. เหลาไม้ไผ่บริเวณข้อไม้ให้เรียบ



3. นำไม้แกนกลางใส่เข้าไปในไม้ไผ่



4. นำไม้เจาะรู



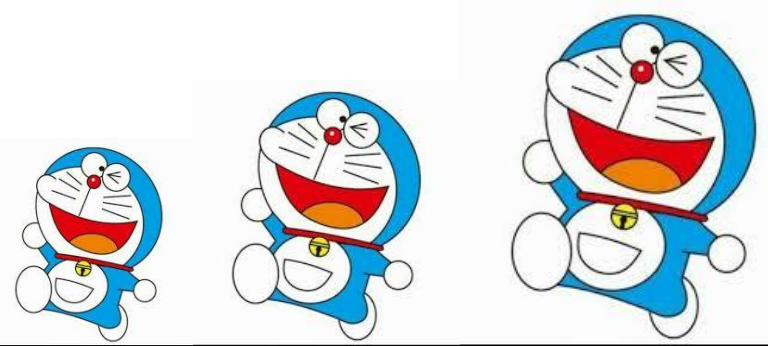
5. นำเมล็ดมะขามใส่ตามรูที่เจาะแล้วนำกาวยร้อน ทั้ง 6 ชั้น



6. นำไม้แผ่นอัดมาประกบเป็นสี่เหลี่ยมผืนผ้า



7. นำไม้ไผ่ที่ติดเมล็ดมะขามแล้วนำมาประกบกับกล่อง



ระยะเวลาดำเนินงาน

14 กุมภาพันธ์ 2563 ถึง 30 เมษายน 2563

สถานที่ดำเนินงาน

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี 38 หมู่ 8 ถนนหาดเจ้าสำราญ
ตำบลนาวิ่ง อำเภอ เมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี



งบประมาณ

รายการ	จำนวน	จำนวนเงิน
ตะปู	ครึ่งกิโล	20
ผ้าขาวม้า	1 ผืน	60
สี่เหลี่ยมบงา	1 กระป๋อง	20
หนังยาง	ครึ่งกิโล	20
กาวร้อน	1 หลอด	30
รวมทั้งหมด		150



ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1 สร้างนวัตกรรมการดูแลเท้า โดยใช้วัสดุจากธรรมชาติและวัสดุที่หาง่ายในท้องถิ่น
- 2 มีอาการชาที่เท้าลดลงของผู้ป่วยเบาหวาน
- 3 เพิ่มทางเลือกในการออกกกำลังกายให้กับผู้ใช้นวัตกรรม



แบบประเมินนวัตกรรม นวัตกรรม FOOT FIT IN BOX พิษิตโรค

แบบประเมินนวัตกรรม

นวัตกรรม Foot Fit In Box พิษิตโรค

เพศ : ชาย หญิง

อายุ :อาชีพ.....

โรคประจำตัว :

คำชี้แจง : ขอให้ผู้ประเมินได้กรุณาแสดงความคิดเห็น โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน โดยเกณฑ์ประเมินดังนี้

เกณฑ์การประเมินคุณภาพนวัตกรรมเป็น

ฟังพอใจ (1) ไม่ฟังพอใจ (0)

ที่	เกณฑ์ที่ใช้ในการพิจารณา	ประเมินคุณภาพ	
		ฟังพอใจ (1)	ไม่ฟังพอใจ (0)
1	นวัตกรรม มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ		
2	นวัตกรรม สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จริง		
3	นวัตกรรม สามารถบรรเทาอาการขาเท้าได้		
4	นวัตกรรม มีประโยชน์หลากหลายในการใช้งาน		
5	นวัตกรรม มีความสะดวกต่อการใช้งาน		
6	นวัตกรรม มีความสวยงามน่าใช้งาน		
7	นวัตกรรม ความทนทานในการใช้งาน		

Thank

You !!!



ขอบคุณค่ะ

