

รายงานผลการไปศึกษา ฝึกอบรม ปฏิบัติงานวิจัย ดูงาน ประชุมและสัมมนา ณ ต่างประเทศ
ของข้าราชการกรมอนามัย (One - Page Report)

ชื่อ-สกุล...นางบุษบา อรรถาวิรุตำแหน่ง.....พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

หน่วยงาน.....ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

ชื่อหลักสูตรการศึกษา ฝึกอบรม ปฏิบัติงานวิจัย /ชื่อการประชุม สัมมนา และดูงาน.

เรื่อง “Continuing Quality of care for Patients with Cardiovascular Thoracic Disease”

รายนามผู้ลาการศึกษา ฝึกอบรม ปฏิบัติงานวิจัย ดูงาน ประชุมและสัมมนา ณ ต่างประเทศ
(ชื่อ-สกุล/ตำแหน่ง/หน่วยงาน)

1. นางบุษบา อรรถาวิรุตำแหน่ง..พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ หน่วยงาน.....ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี
ระหว่างวันที่.....11 – 14 ธันวาคม 2561แหล่งงบประมาณ.....จ่ายเอง.....

สถานที่ ห้องประชุมโรงพยาบาล Yunnan Cardiovascular เมืองคุนหมิง มณฑลยูนนาน สาธารณรัฐ
ประชาชนจีน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวโน้มความรู้ที่ทันสมัย และนวัตกรรมในการดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
หลอดเลือดและทรวงอกในระดับชาติและนานาชาติ
2. เพื่อให้เข้าใจองค์ความรู้ทางการพยาบาลจากข้อมูลเชิงประจักษ์ จากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้าน
งานวิจัยทางการพยาบาลระหว่างวิชาชีพและทีมสุขภาพ
3. เพื่อแลกเปลี่ยนแนวคิดในการความรู้และนวัตกรรมที่ทันสมัยไปใช้ประโยชน์ต่อการพัฒนาการ
พยาบาลผู้ป่วยอย่างครอบคลุมและต่อเนื่อง

ผลการศึกษา ฝึกอบรม ปฏิบัติงานวิจัย ดูงาน ประชุมและสัมมนา ณ ต่างประเทศ (และเปรียบเทียบกับ
ประเทศไทยเป็นอย่างไร)

จากการศึกษาอบรม พบว่าประชากรประเทศจีนมีมากอายุเฉลี่ย30-50ปี เด็กมีจำนวนน้อย คุนหมิง
เป็นเมือง ที่มีพลเมืองมาก เวลาเจ็บป่วยจะมาโรงพยาบาลเกรดเอมากที่สุด รองลงไปคือเกรดบี เกรดซีมีน้อย
เกรดเอเทียบกับรพ.ศูนย์มีแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง เกรดบีเทียบกับรพ.จังหวัด และเกรดซีเทียบกับรพสต.
ในประเทศไทย

ประโยชน์จากการไปศึกษา ฝึกอบรม ประชุม สัมมนา และดูงาน (ทั้งส่วนวิชาการและการบริหารจัดการ)
ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ด้านงานวิจัยและแนวคิดที่ทันสมัยในการดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจหลอดเลือด
และทรวงอกกับนานาชาติและการปรับกระบวนการดูแลจากเชิงรับเป็นเชิงรุกเน้นการดูแลตนเองและ
ชุมชนมีส่วนร่วม

ได้เห็นการบริหารจัดการเชิงประยุกต์ในกรณีที่มีผู้รับบริการแออัดเป็นจำนวนมากเช่นการให้ สารน้ำ
การให้ยาโดยให้การบริการแบบผู้ป่วยนอกนอกจากนี้ยังมีการแพทย์แบบผสมผสานเช่นมีการรักษาแบบฝังเข็ม
กดจุดควบคู่ไปกับการแพทย์แผนปัจจุบัน

ข้อเสนอเชิงนโยบายหรือการดำเนินการต่อกรมอนามัย/กระทรวงสาธารณสุข

เนื่องจากปัจจุบันประชากรของประเทศไทยมีอายุเฉลี่ยที่สูงขึ้นมีโอกาเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองและโรคเรื้อรังอื่นๆเพิ่มมากขึ้น จากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น รับประทานอาหารหวาน มัน เค็ม อาหารระหว่างมื้อ ออกกำลังกาย/เคลื่อนไหวน้อย เครียดง่าย ส่งผลต่อภาวะอ้วนลงพุงซึ่งจากการศึกษาดูงานพบว่าแม้คนจีนจะรับประทานอาหารมันๆแต่ไม่อ้วนเนื่องจากอาหารส่วนใหญ่เป็นผัก รับประทานแล้วมีการเคลื่อนไหวร่างกายมากเช่นเดิน ปั่นจักรยาน อาหารที่มีไขมันมากเพื่อให้สอดคล้องกับอากาศที่เย็นซึ่งคนจีนจะเดินและเคลื่อนไหวเร็วและมีกระบวนการเผาผลาญอาหารที่เหมาะสมเทียบจากคนจีนที่พบเห็นมีคนอ้วนลงพุงน้อยมากดังนั้นประเทศไทยควรมีนโยบายเชิงรุกให้คนไทยกลับมารับประทานอาหารที่เป็นผักผลไม้เพิ่มขึ้น มีการเคลื่อนไหวออกกำลังกายให้เหมาะสมกับกระบวนการ Metabolism ของตนเองเพื่อการส่งเสริมการดูแลตนเองให้เกิดคุณภาพของชีวิตด้วยตนเองมากกว่าการเกิดโรคแล้วรักษา

ลงนาม.....*บุษบา อรรถวীর*.....ผู้จัดทำ

(.....นางบุษบา อรรถวীর)

วันที่.....21 ธันวาคม 2561

Report on 5 th International Conference in Cardiovascular - Thoracic Nursing 2018
“Continuing Quality of Care for Patients with Cardiovascular Thoracic Disease” Yunnan
Cardiovascular Hospital, Kunming, China Organized by Thai Cardiovascular - Thoracic
(CVT) Nurses Association December 12 – 13, 2018
(One - Page Report)

Full Name of Participants:

Name Mrs. BUSABA AUTTHAVEE Position: REGISTER NURSE

Institution: HEALTH REGION 5

Duration: December 12 – 13, 2018 Place: Yunnan Cardiovascular Hospital, Kunming,
China

Objectives:

1. Enhance updated knowledge /EVP and innovation of CVT nursing in national and
2. Encourage international interdisciplinary team and nurses discussion and sharing in research / Innovation and utilization of CVT care.
3. Promote international networking of CVT care for participants among Asian/ countries and other countries.

Results of the meeting: (including comparison with Thailand)

From the training, It is found that the Chinese population is 30-50 years old. Children are small group. Kunming is a city That's a lot of people. When they got to sick, they went to the hospital, most of all went to grade A hospital, the next is Grade B, and Grade C has the least. In Thailand, grade A compared to the hospital center, Grade B vs. Provincial Hospital And grade C compared with the District Health Promotion Hospital in Thailand.

Advantages of attending the meeting:

We can exchange experiences, research and modern ideas on how to look at cardiovascular and cardiovascular patients, and to adapt their proactive care processes into self-care and community engagement. In the case of a large number of congested clients, such as providing intravenous fluid, giving medication, they used to providing outpatient services, and integrating acupuncture such as acupuncture, deal with modern medicine.

Suggestion and recommendation to DoH and MoPH:

Since the present age of the elderly population in Thailand is higher, the risk of stroke and other chronic diseases is increased. It is not appropriate behavior, to eat healthy foods like sweetly, fatty and salty foods, eat during meals. The study found that although Chinese people eat too much but not fat because most of the food is vegetables, more body movements such as walking, cycling, fatty foods to keep up with the cooler weather, where Chinese people are walking and moving fast and have proper metabolic processes,

compared to Thais people who are seen as obese. Thailand should have a proactive policy to Thais people in appropriate behavior to eat more fruits and vegetables. Metabolism has been shown to promote self-efficacy and to improve self-esteem, rather than disease.

Signature Burchar Anil Kumar Reporter
Date 21 December 2018