

หลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุ (Caregiver) หลักสูตร 70 ชั่วโมง ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอเวียงหนองล่อง

ความเป็นมา

จากนโยบายของรัฐบาล ได้แถลงพระราชบัญญัติ ต่อสภาผู้แทนราษฎร ยุทธศาสตร์ที่ 4 : ด้านการสร้างโอกาสและความเสมอภาคทางสังคม ข้อที่ 1 การเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับสังคมสูงวัย เพื่อเตรียมความพร้อมประชากรเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพ โดยเผยแพร่ความรู้และยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ สุขภาพ สังคม และสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม อาทิ ผู้สูงอายุมีงานทำและมีรายได้ สามารถเข้าถึงความคุ้มครองทางสังคมและมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม อยู่ภายใต้สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และเข้าถึงระบบบริการสุขภาพตามมาตรฐานและได้รับการดูแลที่เหมาะสม ตลอดจนเพิ่มศักยภาพบุคลากรด้านสุขภาพขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและอาสาสมัครบริบาลท้องถิ่น เพื่อเป็นกลไกในการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง 62,320 คน ให้ได้รับบริการด้านสุขภาพและสังคมอย่างทั่วถึงและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น สังคมผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการมีเงินหรือกิจกรรมที่เหมาะสม เพื่อสร้างสรรค์ และไม่ก่อภาวะ ต่อสังคมในอนาคต โดยจัดเตรียมระบบการดูแลบ้าน สถานพักฟื้น และโรงพยาบาลที่เป็นความร่วมมือของ ภาครัฐภาคเอกชน ชุมชน และครอบครัว รวมทั้งพัฒนาระบบการเงินการคลังสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งแสดงถึงรัฐบาลได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุไทย

สำนักงาน สกร. ได้กำหนดแผนงาน : ยุทธศาสตร์พัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ระหว่างกระทรวงศึกษาธิการและกระทรวงสาธารณสุข มีความรู้ความเข้าใจในการพัฒนาการของช่วงวัย รวมทั้งเรียนรู้และมีส่วนร่วมในการดูแลรับผิดชอบผู้สูงอายุในครอบครัว และชุมชน การเตรียมความพร้อมเข้าสู่ผู้สูงอายุที่เหมาะสมและมีคุณภาพ พัฒนาคุณภาพชีวิตและพัฒนาทักษะชีวิต สามารถดูแลตนเองทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต และรู้จักใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยี มีส่วนร่วมกิจกรรมในชุมชน ด้านอาชีพ กีฬา ศาสนาและวัฒนธรรม

หลักการของหลักสูตร

1. เป็นหลักสูตรที่มุ่งสร้างโอกาสทางการศึกษาที่มีความสำคัญเป็นธรรมให้กับประชาชนทุกกลุ่ม
2. เป็นการจัดการศึกษาอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตสู่การประกอบอาชีพ
3. เป็นการจัดการกระบวนการเรียนรู้เน้นการฝึกการดูแลผู้สูงอายุ การเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร ทันทต่อความเปลี่ยนแปลงของโลก ปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการมีความรู้ ความเข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าในการดูแลผู้สูงอายุ และเทคนิคการ ดูแลผู้สูงอายุปฏิบัติต่อผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. เพื่อเตรียมรองรับระบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวในท้องถิ่น ชุมชน
3. เพื่อส่งเสริมให้ดูแลการปรับตัวของผู้สูงอายุ รับรู้ข่าวสารข้อมูลต่างๆ ต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกได้ดี

กลุ่มเป้าหมาย

อสม. ผู้ดูแลผู้สูงอายุ และ ประชาชนทั่วไป

ระยะเวลา

หลักสูตร จำนวน 70 ชั่วโมง

- | | | |
|---------------|----|---------|
| 1. ภาคทฤษฎี | 30 | ชั่วโมง |
| 2. ฝึกปฏิบัติ | 40 | ชั่วโมง |

สื่อการเรียนรู้

1. การบรรยาย
2. การซักถาม
3. การสาธิต/การฝึกปฏิบัติ
4. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ภาพพลิก

การวัดและประเมินผล

แบบทดสอบและประเมินผล

เงื่อนไขการจบหลักสูตร

ผู้ผ่านหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุ (Caregiver) หลักสูตร 70 ชั่วโมง ผ่านการประเมินความรู้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับหลังจากจบหลักสูตร

1. หลักฐานการประเมินผล
2. ทะเบียนคุณวุฒิบัตร
3. วุฒิบัตรการศึกษาออกโดยสถานศึกษา

ลงชื่อ.....ผู้เสนอหลักสูตร

(นางสาวรัชดา เสมอใจ)
ครู อาสาสมัคร กศน.

ลงชื่อ.....เห็นชอบหลักสูตร

(นายปณตม์ สนศิริ)
ครู คศ.1

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติหลักสูตร

(นายระพีพันธ์ มหัทธนศักดิ์)
ผู้อำนวยการ กศน.อำเภอบ้านไธสง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	การจัดการการดูแล (Care Management)	1.บอกสถานการณ์ผู้สูงอายุในปัจจุบัน 2. โครงสร้างประชากรของประเทศไทย 3.บอกสถานะสุขภาพผู้สูงอายุและอื่น ๆ	1.สถานการณ์ผู้สูงอายุในปัจจุบัน 2.โครงสร้างประชากรของประเทศไทย 3.สถานะสุขภาพผู้สูงอายุและอื่น ๆ	1. วิทยากรบรรยาย 2. อภิปรายกลุ่ม 3.กราฟโครงสร้างประชากรอดีตปัจจุบันและอนาคต ผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง	1	-
2	คุณลักษณะและบทบาทหน้าที่ของผู้ดูแลผู้สูงอายุ (Caregiver)	1.บอก อธิบายแนวคิดเกี่ยวกับการสูงอายุ 2.บอกการแบ่งประเภท ผู้สูงอายุได้ 3. บอกขั้นตอนกระบวนการชราและการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม	1. แนวคิดเกี่ยวกับการสูงอายุ 2. การแบ่งประเภทผู้สูงอายุ 3. กระบวนการชราและการเปลี่ยนแปลงในวัย สูงอายุ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. การแสดงบทบาทสมมติ	2	1
3	สิทธิและสวัสดิการผู้สูงอายุ	เพื่อให้ผู้เรียน มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุตามกฎหมาย 1. มีความรู้ความเข้าใจในเรื่อง บริการทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุทั้งหน่วยงานภาครัฐและเอกชน 2. เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุทราบถึงเครือข่ายแหล่งบริการทางสังคมและทางการแพทย์แสวงหาบริการที่เหมาะสม	1. สิทธิของผู้สูงอายุตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2550 2. พรบ.ผู้สูงอายุ พ.ศ. 2550 3. แผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ.ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2554-2564) ปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ.2552 4. ประกาศกระทรวงสาธารณสุขเรื่องกิจการที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ (ฉบับที่ 6) 5. กองทุนการ	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ภาพพลิก	2	-

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
			ออมเพื่อผู้สูงอายุ- ผู้สูงอายุกับ พินัยกรรมชีวิต (Living Wills)			
4	โรคที่พบบ่อยใน ผู้สูงอายุ	มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับโรคภัยสำหรับ ผู้สูงอายุ	1. โรคความดันโลหิต สูง 2. โรคเบาหวาน 3. ข้อเข่าเสื่อม 4. ภาวะสมองเสื่อม 5. มะเร็ง 6. โรคตาในผู้สูงอายุ	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. การฝึกทำแบบ ประเมิน/ แบบทดสอบ และประเมินผล 3. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ภาพพลิก	3	-
5	การให้ความรู้ เกี่ยวกับเครื่องมือ การประเมินค้นหา ภาวะสุขภาพของ ผู้สูงอายุ	มีความรู้เกี่ยวกับ เครื่องมือการประเมิน ค้นหาภาวะสุขภาพ ของผู้สูงอายุ	1.การคัดกรองปัญหา สำคัญและโรคที่พบ บ่อยในผู้สูงอายุ 2.การประเมิน ความสามารถในการ ทำกิจวัตรประจำวัน (ADL) 3.การประเมินคัด กรองผู้สูงอายุ 9 ด้าน	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. การฝึกทำแบบ ประเมิน/ แบบทดสอบ และประเมินผล	2	2
6	การปฐมพยาบาล และการดูแล ช่วยเหลือผู้สูงอายุ เบื้องต้น	มีความรู้ความเข้าใจ ด้านการตรวจร่างกาย เบื้องต้น (ความดันโลหิต อุณหภูมิ ร่างกาย ชีพจร และการหายใจ 1. การพยาบาล ผู้สูงอายุที่เป็นลม ข้อเท้าแพลง 2. การเช็ดตัวลดไข้ 3. การทำแผล 4. การเคลื่อนย้าย ผู้สูงอายุ 5. การช่วยเหลือ ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือ	1. การตรวจร่างกาย เบื้องต้น (ความดันโลหิต อุณหภูมิร่างกาย ชีพจร และการ หายใจ 2. การพยาบาล ผู้สูงอายุที่เป็นลม ข้อเท้าแพลง 3. การเช็ดตัวลดไข้ 4. การทำแผล 5. การเคลื่อนย้าย ผู้สูงอายุ 6. การช่วยเหลือ ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือ	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. การแสดงบทบาท สมมติ/การฝึก ปฏิบัติ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่น พับ โปสเตอร์ ภาพ พลิก	3	3

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		ตัวเองไม่ได้ 6. ดูแลจัดทำนั้ง ทำนอน การลุกจาก เตียง	ตัวเองไม่ได้ 7. ดูแลจัดทำนั้ง ทำนอน การลุกจาก เตียง			
7	การใช้ยาใน ผู้สูงอายุและผู้ที่มี ภาวะพึ่งพิง	ผู้เรียนมีความรู้ ความ เข้าใจ เกี่ยวกับการ ใช้ยาในวัยสูงอายุ สามารถดูแลช่วยเหลือ การใช้ยาใน ผู้สูงอายุ ตามคำสั่งผู้ประกอบ วิชาชีพเวชกรรมได้ อย่างถูกต้อง ปลอดภัย	1. หลักการใช้ยา เบื้องต้น 2. ยาที่ใช้บ่อยในวัย สูงอายุ 3. ผลข้างเคียงจาก การใช้ยา 4. ปัญหาที่พบและ ข้อควรระวังจากการ ใช้ยาในวัยสูงอายุ	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ภาพพลิก	2	-
8	โภชนาการสำหรับ ผู้สูงอายุและผู้ที่มี ภาวะพึ่งพิง	เข้าใจในการส่งเสริม สุขภาพผู้สูงอายุ และ สามารถนำไปใช้ในการ ดูแลผู้สูงอายุใน ชีวิตประจำวันได้อย่าง ถูกต้อง	1. ความหมายของ ส่งเสริมสุขภาพ 2. แนวทางปฏิบัติใน การส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุ 3. อาหารและ โภชนาการสำหรับ ผู้สูงอายุ	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ภาพพลิก	2	2
9	การดูแลสุขภาพ ช่องปากสำหรับ ผู้สูงอายุและผู้ที่มี ภาวะพึ่งพิง	เข้าใจในการส่งเสริม สุขภาพผู้สูงอายุ และ สามารถนำไปใช้ในการ ดูแลผู้สูงอายุใน ชีวิตประจำวันได้อย่าง ถูกต้อง	1. ความหมายของ ส่งเสริมสุขภาพ 2. แนวทางปฏิบัติใน การส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุ 3. การดูแลสุขภาพ ช่องปาก 4. การแปรงฟัน การ ใช้ไหมขัดฟัน การใช้ แปรงขอฟัน การใช้ ไม้จิ้มฟัน	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ภาพพลิก	1	1
10	การส่งเสริม สุขภาพจิตและ การจัดการ ความเครียดใน	ผู้เรียนมีความรู้ความ เข้าใจสุขภาพจิตของ ผู้สูงอายุ มีทักษะ ความสามารถใน	1. สุขภาพจิตกับการ เจ็บป่วยเรื้อรัง 2. การประเมิน ปัญหาสุขภาพจิต	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ภาพพลิก	2	2

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
	ผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง	การให้คำแนะนำการดูแล ตนเองเพื่อคลายเครียดแก่ผู้สูงอายุ	ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยเรื้อรัง 3. เทคนิคการสนทนากับผู้สูงอายุ 4. การส่งเสริมสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ 5. ภาวะเครียดในผู้สูงอายุ การป้องกันการช่วยเหลือ 6. การใช้แบบประเมินความเครียด/สมองเสื่อม			
11	การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง	ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจเรื่องสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดีของผู้สูงอายุและสามารถจัดสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม	1. การจัดสภาพแวดล้อมภายในอาคาร 2. การจัดสภาพแวดล้อมภายนอก อาคาร	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ภาพพลิก	2	1
12	การแพทย์แผนไทย แพทย์ทางเลือกสำหรับการดูแลผู้สูงอายุและผู้ที่มีภาวะพึ่งพิง	ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจ ที่เหมาะสมเกี่ยวกับการการแพทย์แผนไทย แพทย์ทางเลือกสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ	1. นวดแผนไทยเพื่อคลายเครียด 2. สมุนไพรใกล้ตัว	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. จับคูฝึกปฏิบัติ	2	1
13	การดูแลผู้ป่วยระยะท้ายแบบประคับประคอง (Palliative) ในชุมชน	ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจ ที่เหมาะสมเกี่ยวกับการการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายแบบประคับประคอง (Palliative)	1. การดูแลด้านร่างกายและจิตใจ 2. การดูแลด้านสังคม 3. การดูแลด้านจิตวิญญาณ 4. การวางแผนการดูแลล่วงหน้า	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ภาพพลิก	3	2
14	การฝึกปฏิบัติภาคสนาม	ผู้เรียนมีความรู้ ความสามารถ มีทัศนคติที่ดีในการดูแลผู้สูงอายุ สามารถ	ฝึกปฏิบัติงาน 1. โรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล	1. การบรรยาย 2. การซักถาม 3. การสาธิต/การฝึกปฏิบัติ	2	25

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
		นำความรู้ที่ได้ มาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการ ดูแลผู้สูงอายุได้อย่างถูกต้องตามหลัก	2. โรงพยาบาลประจำอำเภอ	4. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ภาพพลิก		
15	การวัดผลและประเมินผล	1. เพื่อประเมิน/วัดระดับความรู้ ความเข้าใจ ทศนคติ และการปฏิบัติในการดูแลผู้สูงอายุ 2. เพื่อให้ได้ดูแลผู้สูงอายุที่มีคุณภาพและมีประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน เพื่อคุณภาพชีวิต ที่ดีของผู้สูงอายุ	1. ทดสอบและประเมินผลภาคทฤษฎี 2. ทดสอบและประเมินผลภาคปฏิบัติ 3. ทดสอบและประเมินผลด้านทักษะการปฏิบัติ ทดสอบและประเมินผลด้านคุณธรรม		1	-
					30	40
รวมทั้งสิ้น					70	