

หลักสูตรการจัดกิจกรรมฝึกอบรมประชาชน  
หลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 70 ชั่วโมง  
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอบางคล้า

- กิจกรรม  เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต  เพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน  
 การส่งเสริมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง  
 การเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม

### ความเป็นมา

จากนโยบายของรัฐบาล ได้แถลงต่อสภานิติบัญญัติแห่งชาติเมื่อวันที่ 12 กันยายน 2557 และด้านที่ 3 การลดความเหลื่อมล้ำของสังคมและการสร้างโอกาสการเข้าถึงบริการของรัฐ ข้อ 3.4 เตรียมความพร้อมเข้าสู่ สังคมผู้สูงอายุเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการมีเงินหรือกิจกรรมที่เหมาะสม เพื่อสร้างสรรค์ และไม่ก่อภาวะต่อสังคมในอนาคต โดยจัดเตรียมระบบการดูแลบ้าน สถานพักฟื้น และโรงพยาบาลที่เป็นความร่วมมือของ ภาครัฐ ภาคเอกชน ชุมชน และครอบครัว รวมทั้งพัฒนาระบบการเงินการคลังสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่ง แสดงถึงรัฐบาลได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุไทย สำนักงาน กศน. : ได้กำหนดยุทธศาสตร์ข้อที่ 3 ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคนให้มี คุณภาพ หัวข้อย่อย 3.1 เตรียมความพร้อมการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ (Smart Aging Society) มีความรู้ความเข้าใจในการพัฒนาการของช่วงวัย รวมทั้งเรียนรู้และมีส่วนร่วมในการดูแลรับผิดชอบผู้สูงอายุในครอบครัว และชุมชน การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุที่เหมาะสมและมีคุณภาพพัฒนาคุณภาพชีวิต และพัฒนาทักษะชีวิต สามารถดูแลตนเองทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตและรู้จักใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยี มีส่วนร่วมกิจกรรมในชุมชน ด้าน อาชีพ กีฬา ศาสนาและวัฒนธรรม

สกร.อำเภอบางคล้า เห็นความสำคัญของผู้สูงอายุไทยที่มีผู้มีความรู้ ความเข้าใจในการปฐมพยาบาลแก่ผู้สูงอายุในชุมชน เข้าไปดูแล ฟื้นฟูสมรรถนะของผู้สูงอายุได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับสภาพบริบทที่แตกต่างกันในแต่ละชุมชน เกิดสุขภาวะที่ดียิ่งขึ้น

### หลักการของหลักสูตร

- 1.เป็นหลักสูตรที่มุ่งสร้างโอกาสทางการศึกษาที่มีความสำคัญเป็นธรรมให้กับประชาชนทุกกลุ่ม
2. เป็นการจัดการศึกษาอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตสู่การประกอบอาชีพ
3. เป็นการจัดการกระบวนการเรียนรู้เน้นการฝึกการดูแลผู้สูงอายุ การเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร ทันท่วงที ความเปลี่ยนแปลงของโลก ปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### วัตถุประสงค์

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

## กลุ่มเป้าหมาย

อสม., ผู้ดูแลผู้สูงอายุ, ประชาชนทั่วไป

## ระยะเวลา

หลักสูตร จำนวน 70 ชั่วโมง

1. ภาคทฤษฎี 30 ชั่วโมง
2. ฝึกปฏิบัติ 40 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตรอบรมการดูแลผู้สูงอายุ โดย กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข หลักสูตรกรมอนามัย 70 ชั่วโมง

ที่	หลักสูตร/เนื้อหา	วัตถุประสงค์การเรียนรู้	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	ความจำเป็นของการดูแลผู้สูงอายุ	1.1 บอกสถานการณ์ผู้สูงอายุในปัจจุบัน 1.2 โครงสร้างประชากรของประเทศไทย 1.3 บอกสถานะสุขภาพผู้สูงอายุและอื่น ๆ	วิทยากรบรรยาย	1	-
2	แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	2.1 อธิบายแนวคิดเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ 2.2 ขั้นตอนกระบวนการชราและการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม	วิทยากรบรรยาย	1	-
3	โรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ	3.3มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับภัยของผู้สูงอายุ	วิทยากรบรรยาย/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ	2	1
4	ภาวะวิกฤตกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	4.1 มีความรู้ ความเข้าใจสถานการณ์ภาวะวิกฤต 4.2 มีความรู้ความเข้าใจในการหมดสติ การช่วยหายใจ การเป็นลม	วิทยากรบรรยาย/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ	2	2

ที่	หลักสูตร/เนื้อหา	วัตถุประสงค์การเรียนรู้	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
5	การช่วยเหลือผู้สูงอายุเบื้องต้น	5.1 มีความรู้ ความเข้าใจด้าน การตรวจร่างกายเบื้องต้น (ความดันโลหิต อุณหภูมิร่างกาย ชีพจร และการหายใจ -การพยาบาลผู้สูงอายุที่เป็นลม ช็อคหัวใจ -การเช็ดตัวลดไข้ -การทำแผล การเคลื่อนย้ายผู้สูงอายุ -การช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ -ดูแลจัดทำนั้ง ทำนอน การลุก จากเตียง	วิทยากรบรรยาย/สาธิต /ฝึกปฏิบัติ	3	2
6	การดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้เนื่องจาก ขราภาพหรือมีปัญหาาระบบ ทางเดินอาหาร ระบบทางเดิน หายใจ ระบบขับถ่าย ระบบ อวัยวะสืบพันธุ์	6.1 มีความรู้ ความเข้าใจและ สามารถปฏิบัติเกี่ยวกับการ ดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	วิทยากรบรรยาย/สาธิต /ฝึกปฏิบัติ	4	7
7	การใช้ยาในวัยสูงอายุ	7.1 มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการใช้ยาในวัยสูงอายุ สามารถดูแลช่วยเหลือการใช้ ยาในผู้สูงอายุตามคำสั่ง ประกอบวิชาชีพเวชกรรมได้ อย่างถูกต้อง ปลอดภัย	วิทยากรบรรยาย	2	-
8	การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	8.1มีความรู้ ความเข้าใจในการ ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและ สามารถนำไปใช้ในการดูแล ผู้สูงอายุในชีวิตประจำวันได้ อย่างถูกต้อง	วิทยากรบรรยาย/สาธิต /ฝึกปฏิบัติ	6	3

ที่	หลักสูตร/เนื้อหา	วัตถุประสงค์การเรียนรู้	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
9	สุขภาพจิตกับผู้สูงอายุ/การดูแลเพื่อคลายเครียด	9.1มีความรู้ ความเข้าใจสุขภาพจิตของผู้สูงอายุมีทักษะความสามารถในการให้คำแนะนำการดูแลตนเองเพื่อคลายเครียดแก่ผู้สูงอายุ	วิทยากรบรรยาย/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ	3	2
10	การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม	10.1 มีความรู้ความเข้าใจเรื่องสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดีของผู้สูงอายุและสามารถจัดสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ	วิทยากรบรรยาย	1	-
11	ภูมิปัญญาชาวบ้านกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ	11.1 มีความรู้ ความเข้าใจในภูมิปัญญาชาวบ้านกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับบริบทของพื้นที่	วิทยากรบรรยาย/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ	1	1
12	สิทธิผู้สูงอายุตามรัฐธรรมนูญ/กฎหมายแรงงานที่ควรรู้	12.1 เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุตามกฎหมาย -มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องบริหารทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุทั้งหน่วยงานภาครัฐและเอกชน -เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุทราบถึงเครือข่ายแหล่งบริการทางสังคมและทางการแพทย์แสวงหาบริการที่เหมาะสม	วิทยากรบรรยาย	1	-

ที่	หลักสูตร/เนื้อหา	วัตถุประสงค์การเรียนรู้	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวน	จำนวน
				ชั่วโมง	ชั่วโมง
				ทฤษฎี	ทฤษฎี
13	บทบาทและจริยธรรมของผู้ดูแลผู้สูงอายุ	13.1 เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจในบทบาทและจริยธรรมของผู้ดูแลผู้สูงอายุและมีความตระหนัก มีทัศนคติ คุณธรรม จริยธรรมที่ดี ในการปฏิบัติงานดูแลผู้สูงอายุ	วิทยากรบรรยาย	1	-
14	การจัดกิจกรรมนันทนาการเพื่อผู้สูงอายุ	14.1 มีความรู้ ความเข้าใจ สามารถจัดกิจกรรมนันทนาการเพื่อผู้สูงอายุได้ 14.2 มีความรู้ความเข้าใจ สามารถให้ผู้สูงอายุได้ผ่อนคลายความเครียดเมื่อยล้าให้ได้รับความสนุกสนานเข้าสังคม มีเพื่อ มีกัลยณมิตร	วิทยากรบรรยาย/สาธิต/ฝึกปฏิบัติ	1	1
15	การฝึกปฏิบัติงาน	15.1 มีความรู้ ความเข้าใจ ความสามารถ มีทัศนคติที่ดีในการดูแลผู้สูงอายุสามารถนำความรู้ที่ได้ มาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติดูแลผู้สูงอายุได้อย่างถูกต้องตามหลัก	ฝึกปฏิบัติจริง	-	20
16	การวัดและประเมินผล	16.1 เพื่อประเมินผล/วัดระดับความรู้ ความเข้าใจ ทัศนคติ และการปฏิบัติในการดูแลผู้สูงอายุ 16.2 เพื่อให้ได้ผู้ดูแลผู้สูงอายุที่มีคุณภาพและมีประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ	วิทยากรบรรยาย/ปฏิบัติ	1	1
<b>รวม</b>				30	40

## สื่อการเรียนรู้

๑. การบรรยาย
๒. การอภิปราย
๓. การสาธิต/การฝึกปฏิบัติ
๔. สื่อพาวเวอร์พอย Youtube แผ่นพับ คู่มืออบรม

## การวัดผลประเมินผล

- การใช้แบบทดสอบก่อน - หลังอบรม
- มีเวลาการอบรมไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

## เงื่อนไขการผ่านการฝึกอบรม

- ๐- ๕ ไม่ผ่านการประเมิน
- ๖ - ๘ ผ่านการประเมินระดับดี
- ๙ - ๑๐ ผ่านการประเมินระดับดีมาก

## หลักฐานการผ่านการฝึกอบรม

๑. หลักฐานการประเมินผล
๒. ทะเบียนคุมวุฒิบัตร
๓. วุฒิบัตรการศึกษาออกโดยสถานศึกษา

(