

แบบประเมินการป้องกันภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวานเบื้องต้น สำหรับ อสม. และผู้ป่วยเบาหวาน

วัตถุประสงค์

เป็นคู่มือสำหรับ อสม. ในการบันทึกและเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นในผู้ป่วยเบาหวาน ในระยะ 1 ปี หรือใช้เป็นคู่มือในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน เนื่องจากผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่มักไม่ทราบว่าตนเองเริ่มมีอาการภาวะแทรกซ้อนเบาหวานในระยะเริ่มต้น กว่าจะรู้ตัวก็ต่อเมื่อถึงขั้นเป็นอันตรายต่อชีวิต ซึ่งเป็นปัญหาที่สำคัญทางการแพทย์ในปัจจุบัน

แบบประเมินชุดนี้เน้นการเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังที่เป็นอาการเกิดขึ้นหลังเป็นเบาหวานมานาน อาจนานเกิน 10 ปี ซึ่งส่งผลทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่พบบ่อย คือ ตา ไต แผลเปื่อยที่เท้า รวมถึง ระบบประสาท ระบบหัวใจและหลอดเลือด

วิธีการใช้

บันทึกประวัติสุขภาพ และอาการต่างๆที่เกิดขึ้นย้อนหลังปี 2551 และบันทึกเพิ่มเติมในปี 2552 ซึ่งมีเนื้อหาทั้งหมด 6 ส่วน ได้แก่

- ส่วนที่ 1 : ประวัติส่วนบุคคล เน้นการค้นหาปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวาน ได้แก่ ระยะเวลาการเป็นเบาหวาน โรคประจำตัว ความดันโลหิตสูง ภาวะอ้วน และการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด (หน้า 3-5)
- ส่วนที่ 2 : เบาหวานขึ้นตา ชักถามอาการเจ็บป่วยทางตา และอาการจอประสาทตาเสื่อม รวมทั้งการทดสอบสายตา (หน้า 6-7)
- ส่วนที่ 3 : เบาหวานลงไต การบันทึกผลการตรวจเลือด ได้แก่ ค่าปียูเอิน และค่าครีเอตินิน รวมทั้งซักถามอาการปัญหาอื่น และพฤติกรรมกรดื่มน้ำ การกินอาหารและยา (หน้า 8-9)
- ส่วนที่ 4 : ภาวะแทรกซ้อนที่เท้า การทดสอบความรู้สึกที่เท้า 10 จุด และการตรวจเท้า (หน้า 10-11)
- ส่วนที่ 5 : ภาวะแทรกซ้อนระบบประสาท ถามเฉพาะผู้ป่วยเบาหวานที่มีจุดที่ไม่รู้สึกที่เท้า 3 จุดขึ้นไป (หน้า 11)
- ส่วนที่ 6 : ภาวะแทรกซ้อนระบบหัวใจและหลอดเลือด ซักถามปัจจัยที่เกี่ยวข้อง และอาการเบื้องต้นเกี่ยวกับโรคหัวใจและหลอดเลือด (หน้า 12)

เมื่อบันทึกครบเนื้อหา 6 ส่วนแล้ว ให้สรุปผลแต่ละส่วน ในแบบสรุปโอกาสเสี่ยง (หน้า 2) และบันทึกคำแนะนำที่ให้กับผู้ป่วยเบาหวานเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวาน

แบบสรุปโอกาสเสี่ยงการเกิดภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวาน

คำอธิบาย ให้กาเครื่องหมาย ✓ ในช่องปกติหรือมีโอกาสเสี่ยงของแต่ละภาวะแทรกซ้อน ในแต่ละครั้งที่ อสม. ไปเยี่ยมผู้ป่วยเบาหวาน พร้อมบันทึกคำแนะนำที่ให้กับผู้ป่วย

ครั้งที่ วันเดือนปี	โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนในแต่ละระบบ					บันทึก คำแนะนำที่ให้กับผู้ป่วย
	ตา	ไต	เท้า	ประสาท	หัวใจ/ หลอดเลือด	
ครั้งที่ 1	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	
ครั้งที่ 2	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	
ครั้งที่ 3	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	
ครั้งที่ 4	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	
ครั้งที่ 5	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	<input type="radio"/> ปกติ <input type="radio"/> มีโอกาส เสี่ยง	

หลักเกณฑ์ในการกำหนดโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวาน มีดังนี้

1. ตา หมายถึง อาการผิดปกติจอประสาทตาในข้อที่ 2.6 หรือ 2.7 (หน้า 7)
2. ไต หมายถึง มีค่าปียูเอีนมากกว่า 20 และ/หรือ มีค่าครีเอตินินมากกว่า 1.5
3. เท้า หมายถึง มีแผลเรื้อรังและรักษานานกว่า 2 สัปดาห์ขึ้นไป
4. ประสาท หมายถึง มีจุดที่ไม่รับความรู้สึก 3 จุดขึ้นไปที่เท้าข้างใดข้างหนึ่ง หรือทั้งสองข้าง รวมทั้งมีอาการผิดปกติ 2 ข้อขึ้นไป จาก 5 ข้อ (หน้า 11)
5. หัวใจและหลอดเลือด หมายถึง มีอาการผิดปกติ 2 ข้อขึ้นไป หรือมีอาการผิดปกติในข้อ 3 ข้อเดียว (หน้า 12)

ส่วนที่ 1

ประวัติส่วนบุคคล

(นาง-นางสาว-นาย) ชื่อ - สกุล เพศ ชาย หญิง
เลขที่บัตรประชาชน - - - - อายุ ปี (วันเดือนปีเกิด)
บ้านเลขที่ หมู่ที่ ซอย/ตรอก ถนน ตำบล
อำเภอ จังหวัด รหัสไปรษณีย์ โทรศัพท์ / มือถือ

(1) ประวัติการเป็นเบาหวาน

1. ตรวจพบเป็นเบาหวานครั้งแรก ปี พ.ศ..... (รวมระยะ.....ปี)
2. พ่อแม่พี่น้องในครอบครัวเดียวกัน เป็นเบาหวานหรือไม่ ไม่มี เป็น

(2) ประวัติโรคประจำตัว

ท่านมีปัญหาโรคประจำตัว หรือไม่ (ระบุโรคเฉพาะได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์แล้ว)

ไม่มี มี ได้แก่

- | | | |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1 ความดันโลหิตสูง | <input type="checkbox"/> 2 โรคเกี่ยวกับเลือด | <input type="checkbox"/> 3 โรคเกี่ยวกับปอด |
| <input type="checkbox"/> 4 โรคตับ | <input type="checkbox"/> 5 โรคไต | <input type="checkbox"/> 6 โรคหัวใจ |
| <input type="checkbox"/> 7 โรคหลอดเลือดสมอง | <input type="checkbox"/> 8 โรคภูมิแพ้ | <input type="checkbox"/> 9 อื่นๆ ระบุ |

(3) ข้อมูลค่าความดันโลหิตสูง

ความดันโลหิตสูง เกิดจากเส้นเลือดแข็งตัว หรือไม่มีความยืดหยุ่น เนื่องจากมีไขมันในเลือดสูง หรือเป็นโรคเบาหวานมานาน หากผู้ป่วยมีความดันโลหิตสูงคู่กับเบาหวาน จะทำให้เกิดโรคแทรกซ้อนได้ง่ายขึ้นหรือมากขึ้น

บันทึกค่าความดันย้อนหลัง 2 ครั้ง ของปี 2551

ครั้งที่	วันเดือนปี	ค่าความดันโลหิต (ค่าบน/ค่าล่าง)
1	/.....
2	/.....

บันทึกค่าความดัน ปี 2552

ครั้งที่	วันเดือนปี	ค่าความดันโลหิต (ค่าบน/ค่าล่าง)
1	/.....
2	/.....
3	/.....
4	/.....
5	/.....
6	/.....

สรุปผลครั้งล่าสุด

- ความดันโลหิตปกติ (น้อยกว่า 140/90)
 ความดันโลหิตสูง (มากกว่า หรือ เท่ากับ 140/90)

กราฟบันทึกค่าความดันโลหิต

