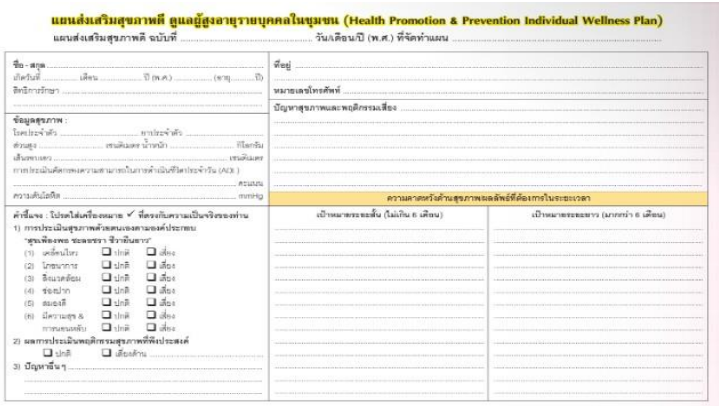
กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง

ภาพข่าวกิจกรรม

สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง เผยแพร่ 17 มกราคม 2566

จัดทำโดย สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง

วันที่ 17 มกราคม 2566 นายแพทย์เกษม เวชสุทธานนท์ ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง มอบหมายให้กลุ่มงานพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุ นำโดยทันตแพทย์หญิงเยาวเรศ วงศาสุลักษณ์ หัวหน้ากลุ่มงานฯ และทีมงาน ลงพื้นที่ขับเคลื่อนพร้อมให้คำแนะนำในการจัดทำแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan) สำหรับผู้สูงอายุ เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดีและสร้างความตระหนักรู้ด้วยการเฝ้าระวังสุขภาพอย่างเป็นองค์รวมด้วยกระบวนการสร้างความรอบรู้สุขภาพอย่างเป็นรูปธรรมเชิงประจักษ์ภายใต้แผนส่งเสริมสุขภาพดีเฉพาะยุคคล (Individual Wellness Plan) เพื่อการชะลอชรา ชีวายืนยาวแก่สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ศูนย์บริการสาธารณสุข 59 ทุ่งครุ สาขา 2 ณ ลานกิจกรรม ศูนย์บริการสาธารณสุข 59 ทุ่งครุ สาขา 2 เขตทุ่งครุ



แผนส่งเสริมสุขภาพดี ดูแลผู้สูงอายุรายบุคคลในชุมชน (Health Promotion & Prevention Individual Wellness Plan)

แผนส่งเสริมสุขภาพดี ฉบับที่ ..... วันเดือนปี (พ.ศ.) ที่จัดทำแผน .....

ชื่อ - สกุล .....
เกิดวันที่ ..... เดือน ..... ปี (พ.ศ.) ..... (อายุ ..... ปี)
สิทธิการรักษา .....

ข้อมูลสุขภาพ :
โรคประจำตัว ..... ยาประจำตัว .....
ตัวสูง ..... เซนติเมตร น้ำหนัก ..... กิโลกรัม
เส้นรอบเอว ..... เซนติเมตร
การประเมินศักยภาพความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน (ADL) .....
..... คะแนน
ความดันโลหิต ..... mmHg

คำชี้แจง : โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน
1) การประเมินสุขภาพด้วยตนเองตามองค์ประกอบ
"สุขเพียงพอ ชะลอชรา ชีวายืนยาว"
(1) ตรวจร่างกาย ☐ ปกติ ☐ เสี่ยง
(2) โภชนาการ ☐ ปกติ ☐ เสี่ยง
(3) สิ่งแวดล้อม ☐ ปกติ ☐ เสี่ยง
(4) ช่องปาก ☐ ปกติ ☐ เสี่ยง
(5) สมองดี ☐ ปกติ ☐ เสี่ยง
(6) มีความสุข & การนอนหลับ ☐ ปกติ ☐ เสี่ยง
2) ผลการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
☐ ปกติ ☐ เสี่ยงด้าน .....
3) ปัญหาอื่น ๆ .....

ที่อยู่ .....
หมายเลขโทรศัพท์ .....
ปัญหาสุขภาพและพฤติกรรมเสี่ยง .....

ความคาดหวังด้านสุขภาพและผลลัพธ์ที่ต้องการในระยะเวลา

เป้าหมายระยะสั้น (ไม่เกิน 6 เดือน)	เป้าหมายระยะยาว (มากกว่า 6 เดือน)