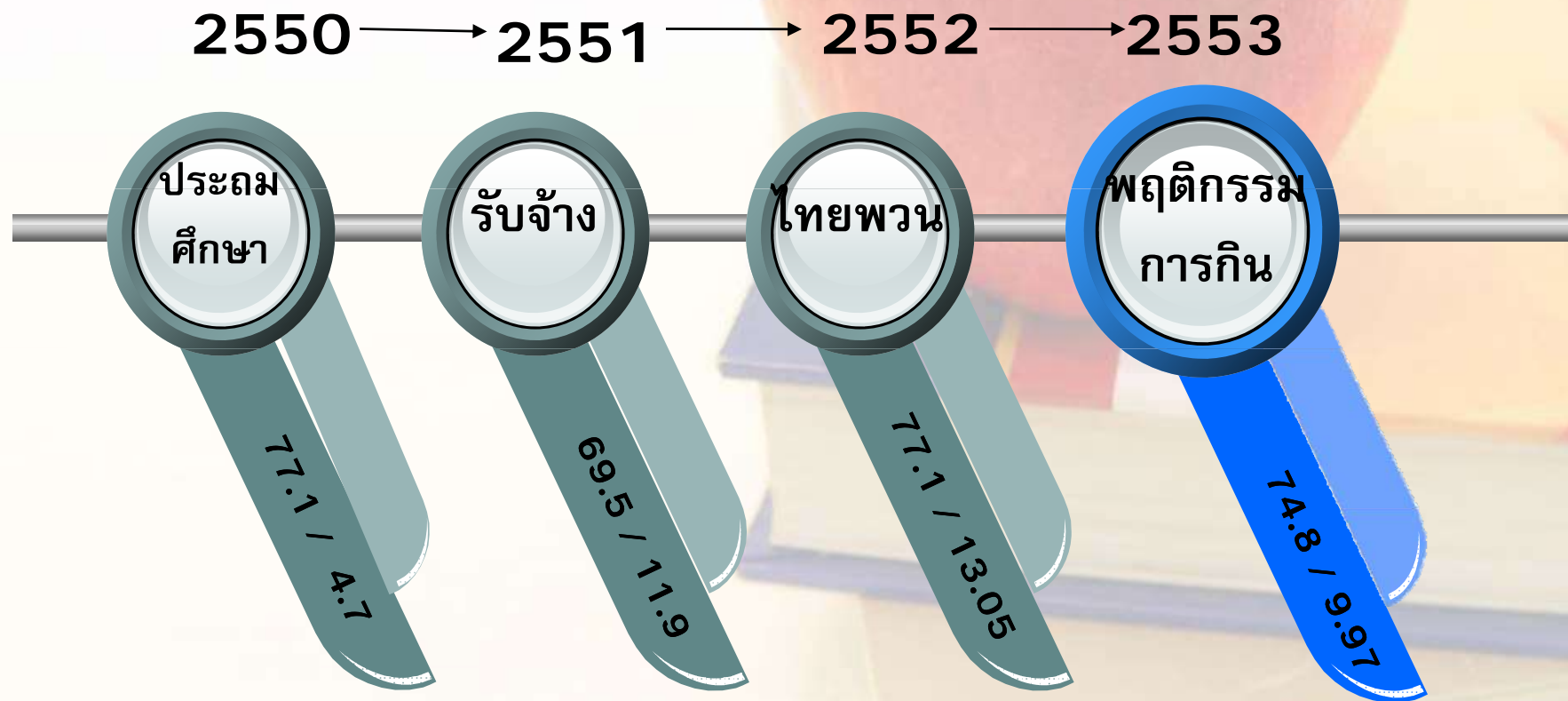
A photograph of a bright red apple with a small green stem, resting on a stack of several books. The books have blue and white covers. The background is a plain, light-colored surface.

**R2R เบาทหวาน ขยายผล:
โครงการลูกไม้หล่นไกลต้น**

อำเภอปากพลี จังหวัดนครนายก

ปัญหา...จากงานประจำ

ประชากร ทั้งอำเภอ เฉลี่ย 25,000 คน



ที่มา..ที่ไป..ของลูกไม้



หมอไม้ต้องทำอะไรให้ยุ่งยากหรือ
ลูกไม้ยังงาก็หล่นไม้ไถลต้น..

พ่อแม่เป็นเบาหวาน...ลูกต้องเป็นเบาหวาน..?

เพราะลูกไม้หล่นไม้ไถลต้น

มรดกตกทอด..ไม่ต้องมีพันยกรรม

ทำอย่างไร..ลูกไม้จึงจะหล่นไถลต้น.

.ในกรณีที่พ่อแม่เป็นโรคที่ถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์

ลูกไม้..ที่เคยเห็น...



ถูกจับแต่งให้ดูสวย..
สุดท้าย..ก็ลูกไม้ไต้ตัน

ลูกไม้..ที่อยากเห็น...

ไม่งอกเงยเป็น
กลุ่มเสียง

ไม้เต็บโต
เป็นผู้ป่วย



แก้ปัญหา...ศึกษาวิจัย

โปรแกรมลูกไม้หล่นไกลต้น

การดำเนินงานของ จนท.

ค่ายลูกไม้หล่นไกลต้น
(dialog,empowerment)

อาหาร

อารมณ์

ออกกำลังกาย

การมีส่วนร่วมของชุมชน

การติดตามดูแลในชุมชน

- สนับสนุนพฤติกรรม 3 อ. ติดตามบันทึก
ข้อมูล

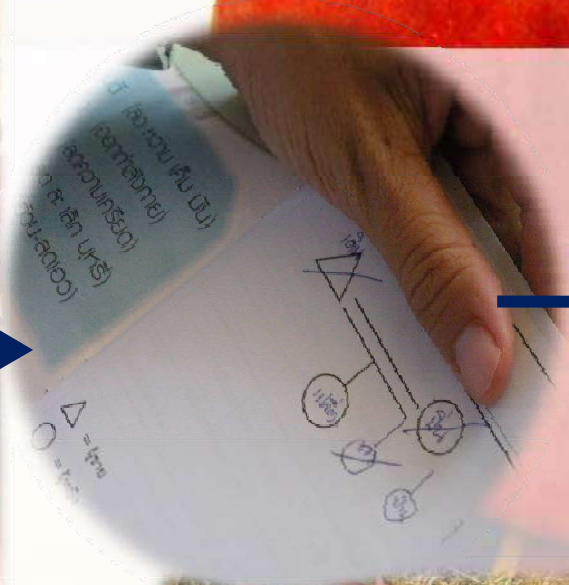
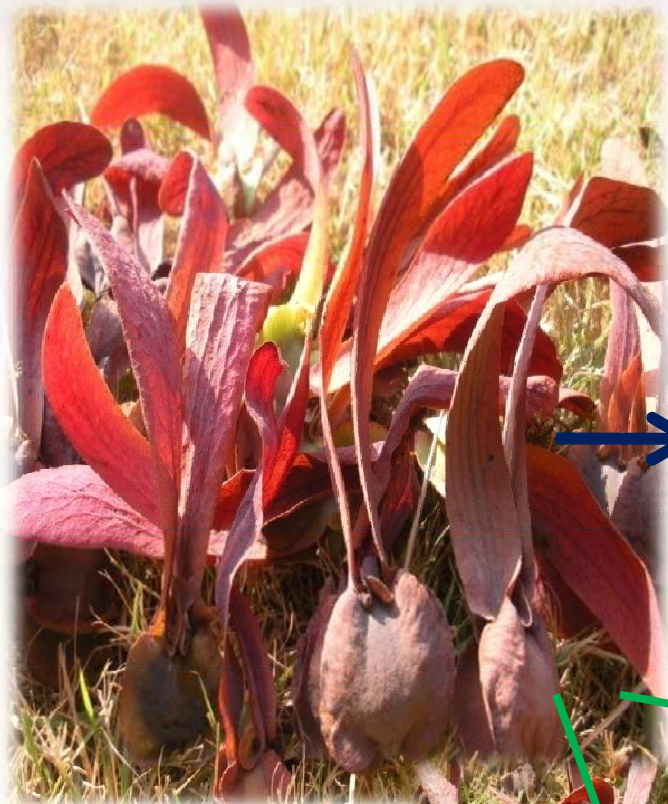
ผลลัพธ์

ประชากร
กรกลุ่ม
เสี่ยงต่อ
การเกิด
โรคเบา
หวาน
ลูกไม้

•พฤติกรรม 3 อ.ดีขึ้น
ระดับน้ำตาลในเลือด
ลดลง
ค่าดัชนีมวลกายลดลง

อุบัติการณ์
โรคเบาหวาน
ลดลง

เตรียมเมล็ด...เลือกลูกไม้



- มีกรรมพันธุ์
 - รอบเอวเกิน
 - BMI เกิน 25
 - IFG
- (เสี่ยงอย่างน้อย 1 ข้อ)



ฟันแรก

หวานเมล็ด



หมวดผัก 1 ส่วน

ผัก 1 - 2 ชนิดควรกินในมื้อ ๑ วัน มี ผัก ๕๕๕๕๕



เก็บเกี่ยว





ตามรอย ลูกไม้ไกลต้น..ที่ปากพลี



ความลับสุดยอด..ของลูกไม้

● โปรแกรมปี 51 (2,000 บาท/หัว)

2 วัน ห้องประชุมเอกชน 2 รุ่น วิทยากรหลักนอกพื้นที่

วันที่ 1 ตรวจสอบสุขภาพ/สมรรถภาพ - ให้ความรู้ 3 อ.

วันที่ 2 ปรับพฤติกรรมแบ่งฐาน ผัก 3 อ.

โปรแกรมปี 52 (1,250 บาท/หัว)

2 วัน ห้องประชุมเอกชน 2 รุ่น 2 ที่ วิทยากรหลักในพื้นที่

วันที่ 1 ตรวจสอบสุขภาพ/bodyscan - dialog 3 อ.

วันที่ 2 ปรับพฤติกรรมแบ่งฐาน empowerment 3 อ.

โปรแกรมปี 53 (750 บาท/หัว)

1 วัน ห้องประชุมในพื้นที่ 9 รุ่น วิทยากรหลักในพื้นที่

roll play DM - bodyscan - dialog 3 อ.

เครื่องมือ..สร้างอุบาย..สมุดคู่มือ, กระเป๋าผ้า, คุปองนวดฟรี, ใบประกาศลูกไม้ต้นแบบ ฯลฯ

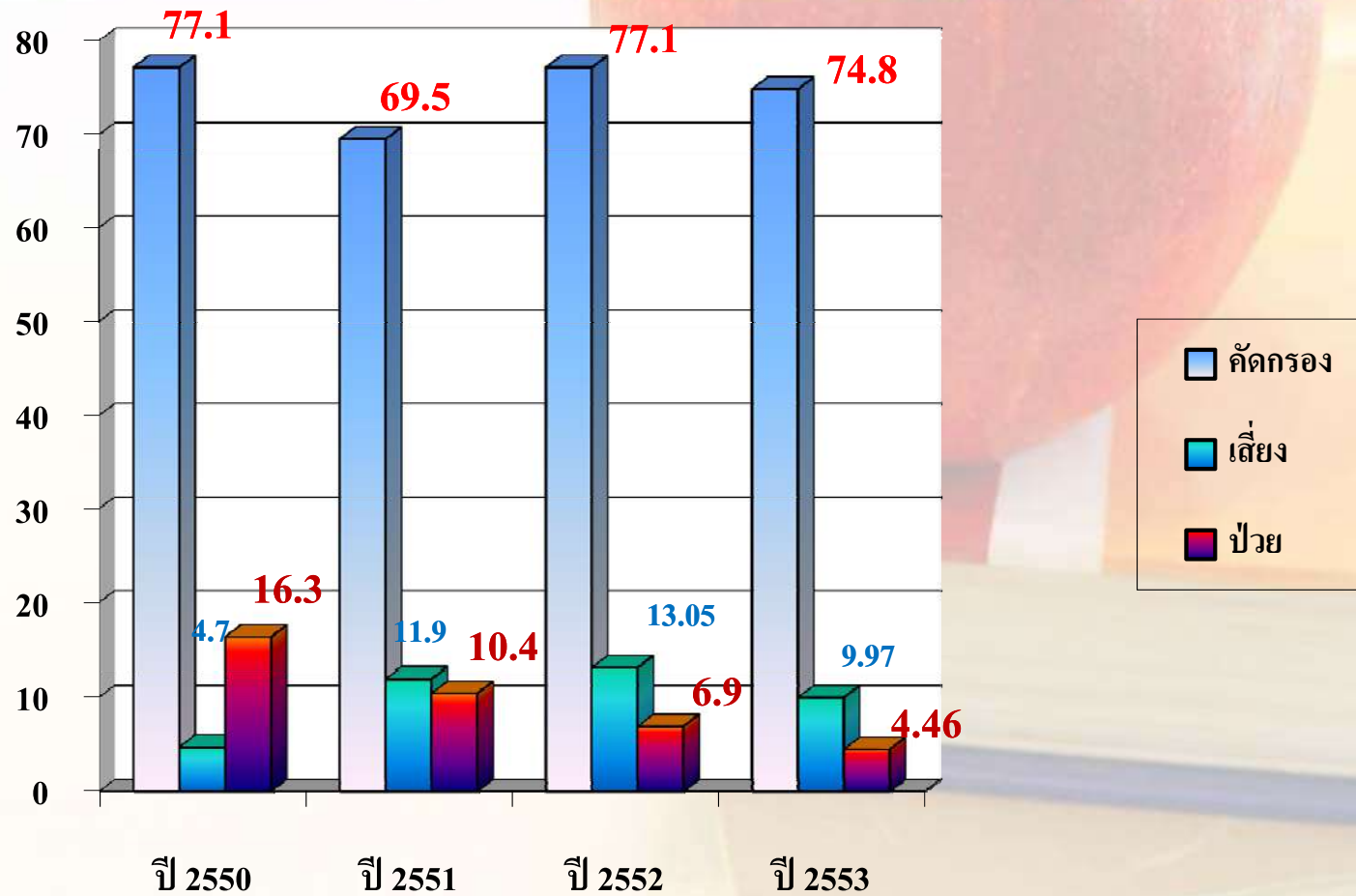
ปัจจัยสำคัญ..สร้างความตระหนักในค่าย-ติดตามในชุมชนต่อเนื่อง..กระตุ้นเดือน



และแล้ว..ลูกไม้ก็..หล่นไกลต้น..ที่ปากพลี

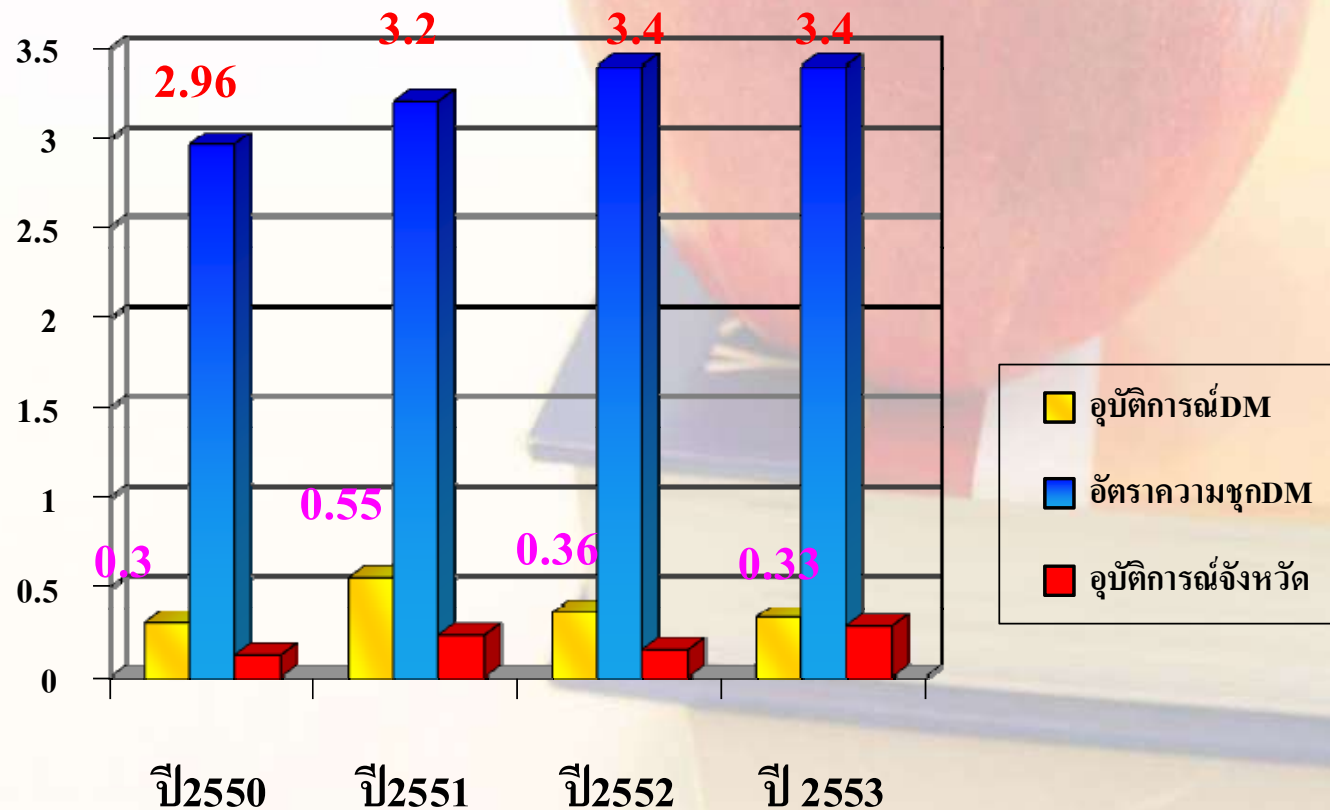
สถานการณ์โรคเบาหวานอำเภอปากพลี

ร้อยละ



ต้นไม้-ลูกไม้ ทั้งแปลง

แผนภูมิ แสดงอุบัติการณ์และ อัตราความชุก โรคเบาหวาน อ.ปากพลี
ปีงบประมาณ 2550 - 2553



ขยายแปลง..ในชุมชน



- *แผน SRMชุมชน
กองทุนหลักประกัน
- *สร้างแกนนำชุมชน
ด้านการเสริมพลัง
- *สร้างวิทยากรสห
สาขาวิชาชีพเป็น
ต้นแบบ



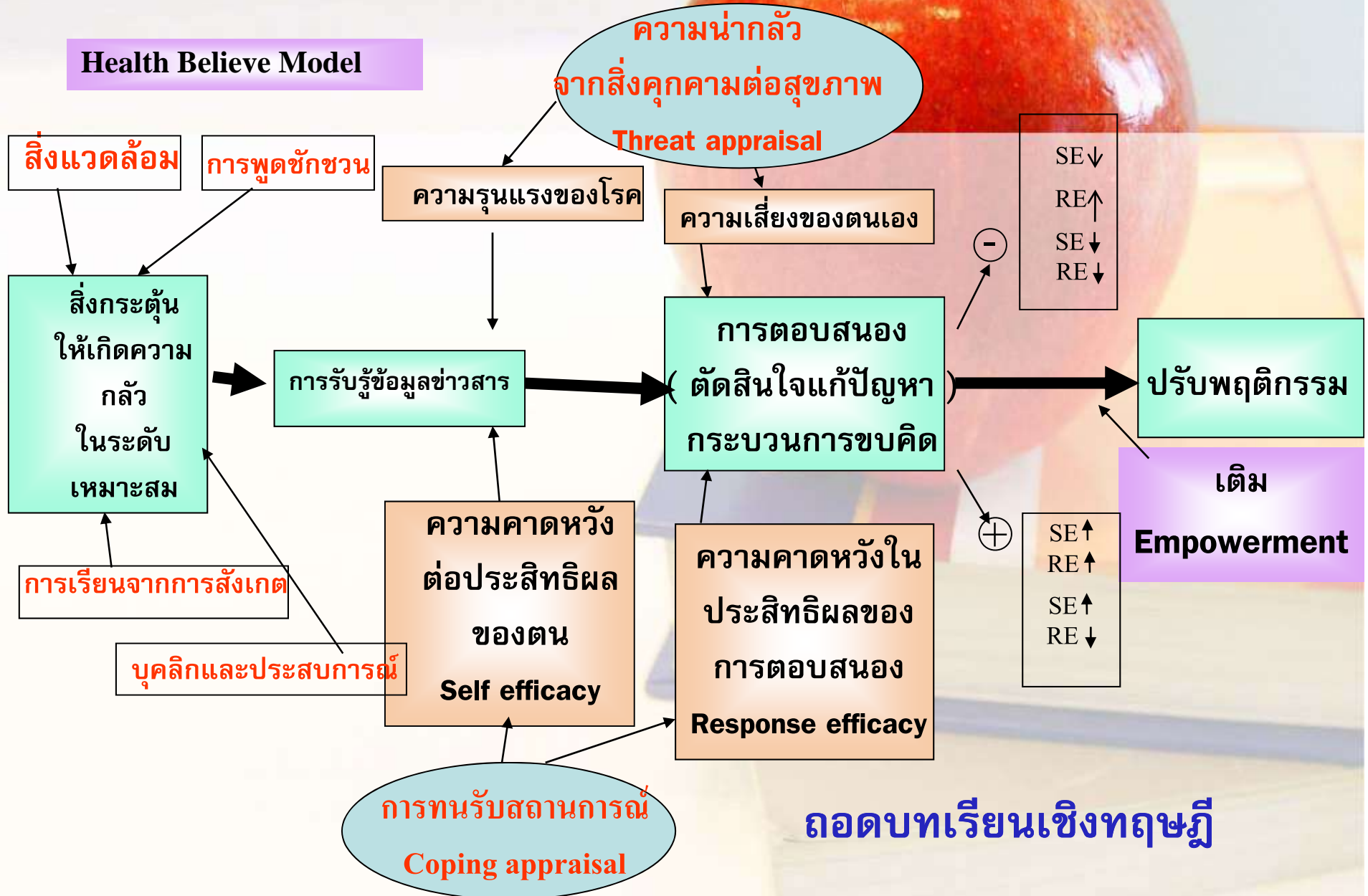
- จัดชมรมการออก
กำลังกายในชุมชน
- *ขยายผลในวัด
สร้างสุขภาพ
- *พัฒนาร้านขนม
อ่อนหวาน



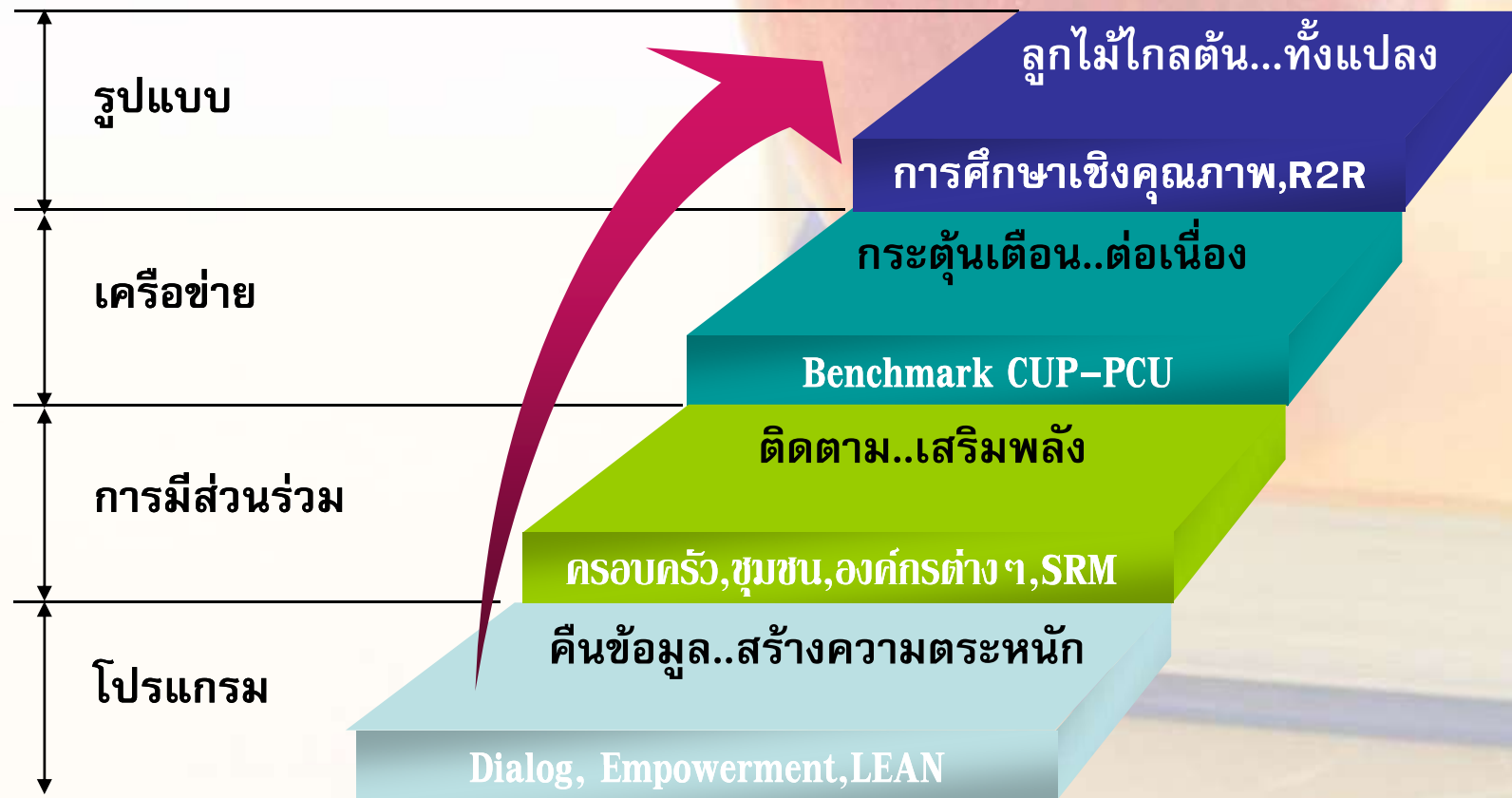
- *ใช้เป็นโปรแกรม
ต้นแบบปรับตาม
บริบทพื้นที่
- *ผลักดันเป็น
นโยบายสาธารณะ

Protection Motivation Theory

Health Believe Model



ถอดบทเรียน..ขยายพันธุ์





ขอบคุณครับ