

ที่ ยธ ๐๗๐๕.๒ / ๑๗๘๔๔

ถึง เรือนจำ ทัณฑสถาน และสถานกักขัง

ด้วย กรมกิจการผู้สูงอายุ มีหนังสือ ที่ พม ๐๔๐๔/๗๑๒๗ ลงวันที่ ๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๕ เรื่อง ขอจัดส่งสื่อวีดิทัศน์ประกอบการอบรมมาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุขั้นเบื้องต้น จำนวน ๑๘ ชั่วโมง เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการจัดอบรมสร้างความรู้ความเข้าใจในการดูแลผู้สูงอายุให้กับผู้ต้องขังในเรือนจำ รวมทั้งผู้ต้องขังสูงอายุได้มีความรู้ในการดูแลตนเองและเพื่อนผู้สูงอายุด้วยกัน

ในการนี้ กรมราชทัณฑ์ ขอส่งสื่อวีดิทัศน์หลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุขั้นเบื้องต้น จำนวน ๑๘ ชั่วโมง ให้เรือนจำ ทัณฑสถาน และสถานกักขัง ใช้วีดิทัศน์ดังกล่าว อบรมอาสาสมัครสาธารณสุขเรือนจำให้มีทักษะการดูแลผู้ต้องขังสูงอายุ หรือให้ผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำศึกษาเป็นความรู้ในการดูแลตนเองและเพื่อนผู้สูงอายุด้วยกันได้ ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดสื่อวีดิทัศน์ตาม QR-Code ท้ายเอกสาร และมาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุขั้นเบื้องต้น จำนวน ๑๘ ชั่วโมง ปรากฏตามเอกสารแนบท้าย



กองบริการทางการแพทย์
กลุ่มงานส่งเสริมอนามัย
โทร / โทรสาร ๐ ๒๙๖๗ ๓๓๕๔

สื่อวีดิทัศน์
การดูแลผู้สูงอายุเบื้องต้น

ประกาศกรมกิจการผู้สูงอายุ
เรื่อง มาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุ

ด้วยสถานการณ์ผู้สูงอายุของประเทศไทยได้เข้าสู่สังคมสูงอายุตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๘ โดยมีประชากรผู้สูงอายุ ร้อยละ ๑๐ ของประชากรทั้งประเทศ และกำลังจะก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ในปี พ.ศ. ๒๕๖๔ คิดเป็นร้อยละ ๒๐ ของประชากรทั้งประเทศ และในปี พ.ศ. ๒๕๗๔ ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมสูงอายุระดับสุดยอด โดยจะมีประชากรผู้สูงอายุร้อยละ ๒๘ ของประชากรทั้งประเทศ ซึ่งกรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เป็นหน่วยงานหลักในการขับเคลื่อนการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุในทุกมิติ คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ จึงแต่งตั้งคณะอนุกรรมการบูรณาการจัดทำมาตรฐานการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งมีอธิบดีกรมกิจการผู้สูงอายุเป็นประธาน เพื่อจัดทำมาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุ ให้เป็นมาตรฐานกลางของประเทศในการอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุ

อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๓๒ แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการแผ่นดิน พ.ศ. ๒๕๓๔ ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติม โดยพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการแผ่นดิน (ฉบับที่ ๕) พ.ศ. ๒๕๔๕ ประกอบกับมติคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ ครั้งที่ ๔/๒๕๖๑ เมื่อวันที่ ๒๗ กันยายน ๒๕๖๑ เห็นชอบมาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุ ๓ หลักสูตร และแนวทางการปฏิบัติในการขออนุญาตใช้มาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุในการจัดอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุแล้ว อธิบดีกรมกิจการผู้สูงอายุจึงออกประกาศไว้ ดังต่อไปนี้

ข้อ ๑ มาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุ แบ่งออกเป็น ๓ หลักสูตร ดังนี้

๑) มาตรฐานการดูแลผู้สูงอายุขั้นเบื้องต้น จำนวน ๑๘ ชั่วโมง สำหรับสมาชิกในครอบครัว อาสาสมัครหรือผู้สนใจที่มีอายุไม่ต่ำกว่า ๑๕ ปี

๒) มาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุขั้นกลาง จำนวน ๗๐ ชั่วโมง สำหรับประกอบอาชีพผู้ดูแลผู้สูงอายุระดับพื้นฐาน ภายใต้การกำกับดูแลของเจ้าหน้าที่วิชาชีพ

๓) มาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุขั้นสูง จำนวน ๔๒๐ ชั่วโมง สำหรับประกอบอาชีพผู้ดูแลผู้สูงอายุ

ข้อ ๒ การขออนุญาตใช้มาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุในการจัดอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุ

๑) มาตรฐานการดูแลผู้สูงอายุขั้นเบื้องต้น จำนวน ๑๘ ชั่วโมง ให้ยื่นขออนุญาตใช้ต่อกรมกิจการผู้สูงอายุ

๒) มาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุขั้นกลาง จำนวน ๗๐ ชั่วโมง และมาตรฐานหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุขั้นสูง จำนวน ๔๒๐ ชั่วโมง ให้ยื่นขออนุญาตใช้ ดังนี้

(๑) หน่วยงานภาครัฐ สถานศึกษา องค์กรต่าง ๆ ที่จัดอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุเพื่อดูแลผู้สูงอายุในชุมชน ให้ยื่นขออนุญาตใช้ต่อกรมอนามัย

(๒) โรงเรียนบริบาล ให้ยื่นขออนุญาตใช้ต่อสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน

(๓) สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงาน ให้ยื่นขออนุญาตใช้ต่อกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

(๔) หน่วยงาน สถานศึกษา องค์กรต่าง ๆ ที่จัดอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุเพื่อเข้าสู่กิจการการดูแลผู้สูงอายุ ให้ยื่นขออนุญาตใช้ต่อกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

ประกาศ ณ วันที่ ๒๓ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๒
ไพรวรรณ พลวัน
อธิบดีกรมกิจการผู้สูงอายุ

มาตรฐานหลักสูตร
การดูแลผู้สูงอายุขั้นเบื้องต้น
จำนวน ๑๘ ชั่วโมง

สารบัญ

เรื่อง **หน้า**

หลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุขั้นเบื้องต้น จำนวน ๑๘ ชั่วโมง

๑. วัตถุประสงค์ ๒
๒. คุณสมบัติของผู้เข้าอบรม ๒
๓. สมรรถนะของผู้สำเร็จการอบรม ๒
๔. หมวดวิชา ๒
๕. โครงสร้างหลักสูตร ๓
๖. เนื้อหาหลักสูตร
๖.๑ ความรู้ทั่วไปของผู้สูงอายุ ๔
๖.๒ การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๔
๖.๓ ทักษะพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุ ๕
๖.๔ การปฐมพยาบาลและการส่งต่อ ๖
๖.๕ โรคที่พบบ่อยและกลุ่มอาการผู้สูงอายุ ๖
๖.๖ ผู้ดูแล ๗

หลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุขั้นเบื้องต้น จำนวน ๑๘ ชั่วโมง

วัตถุประสงค์ : เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมนำความรู้ไปใช้กับบุคคลในครอบครัวและชุมชน โดยไม่ประกอบอาชีพ

คุณสมบัติของผู้เข้ารับการอบรม

๑. เป็นสมาชิกในครอบครัว
๒. อาสาสมัครหรือผู้สนใจที่มีอายุไม่ต่ำกว่า ๑๕ ปีขึ้นไป

สมรรถนะของผู้สำเร็จการอบรม

๑. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุ สิทธิและสวัสดิการ
๒. ความสามารถในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
๓. ความสามารถดูแลสุขอนามัยขั้นพื้นฐาน
๔. ความสามารถปฐมพยาบาลเบื้องต้นและส่งต่อ
๕. ความสามารถสังเกตอาการโรคที่พบบ่อยและกลุ่มอาการของผู้สูงอายุ
๖. เข้าใจสภาวะการเป็นดูแลและสามารถดูแลตนเอง

หมวดวิชา

๑. ความรู้ทั่วไปของผู้สูงอายุ	จำนวน ๒ ชั่วโมง
๒. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	จำนวน ๓ ชั่วโมง
๓. ทักษะพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุ	จำนวน ๘ ชั่วโมง
๔. การปฐมพยาบาลและการส่งต่อ	จำนวน ๒ ชั่วโมง
๕. โรคที่พบบ่อยและกลุ่มอาการผู้สูงอายุ	จำนวน ๒ ชั่วโมง
๖. ผู้ดูแล	จำนวน ๑ ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร ๑๘ ชั่วโมง

หมวดวิชา	รายวิชา	จำนวน (ชั่วโมง)
๑. ความรู้ทั่วไปของผู้สูงอายุ	• การเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุ • สิทธิและสวัสดิการผู้สูงอายุ รักษาพยาบาล เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เบี้ยยังชีพคนพิการ • เจตคติต่อผู้สูงอายุ • การอยู่ร่วมกันและความเข้าใจซึ่งกันและกัน (การสื่อสารที่เหมาะสม ทักษะการฟัง)	๒
๒. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	• การส่งเสริมสุขภาพ (๘ อ. อาหารและโภชนาการ ออกกำลังกาย อารมณ์ อนามัย อากาศ อุจจาระ อุบัติเหตุ อดิเรก) (สุขสนุก สุขสง่า สุขสบาย สุขสว่าง สุขสงบ) • การจัดการสิ่งแวดล้อม	๓
๓. ทักษะพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุ	• การดูแลส่วนบุคคล • การวัดสัญญาณชีพ • การฟื้นฟูสมรรถภาพและกายภาพบำบัดเบื้องต้น • การเคลื่อนย้ายผู้สูงอายุและการใช้อุปกรณ์ช่วยเดิน • การใช้ยา (หลักการใช้ยาที่ถูกต้อง ๗R) • การชะลอความเสื่อมถอย • การป้องกันการติดเชื้อ • ความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับพัฒนาการ ผู้สูงอายุระยะท้าย/พินัยกรรมชีวิต	๘
๔. การปฐมพยาบาลและการส่งต่อ	• การดูแลที่พบบ่อย (ฟกช้ำ แผลถลอก แผลไฟไหม้ มีดบาด สัตว์กัดต่อย การทำแผล) • การประเมินภาวะวิกฤตเบื้องต้น • การส่งต่อ	๒
๕. โรคที่พบบ่อยและกลุ่มอาการผู้สูงอายุ	• โรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ • กลุ่มอาการผู้สูงอายุ	๒
๖. ผู้ดูแล	• การจัดการความเครียดของผู้ดูแล • การดูแลทดแทน • การดูแลตนเอง • บทบาทผู้ดูแล • จริยธรรมผู้ดูแล	๑
รวม		**๑๘**

<u>เนื้อหาหลักสูตร</u>

๑. ความรู้ทั่วไปของผู้สูงอายุ (จำนวน ๒ ชั่วโมง)

วัตถุประสงค์

๑.๑) เพื่อให้ผู้ดูแลมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุ

๑.๒) เพื่อให้ผู้ดูแลมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสิทธิและสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ

๑.๓) เพื่อให้ผู้ดูแลมีเจตคติที่ดีต่อผู้สูงอายุ

คำอธิบายรายวิชา

ความหมาย สถานการณ์ผู้สูงอายุในปัจจุบัน เข้าใจการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมของผู้สูงอายุ สิทธิและสวัสดิการผู้สูงอายุที่พึงได้รับทางด้านการรักษาพยาบาล การดำรงชีพและสิทธิอื่นๆ รวมถึงการมีเจตคติที่ดีต่อผู้สูงอายุ การดูแลด้วยความเข้าใจ สื่อสารอย่างเหมาะสม เทคนิคเบื้องต้นในการสื่อสารกับผู้สูงอายุ การรับฟังปัญหาและความต้องการต่างๆ ของผู้สูงอายุ

เนื้อหารายวิชา

- การเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุ
- สิทธิและสวัสดิการผู้สูงอายุ รักษาพยาบาล เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เบี้ยยังชีพคนพิการ
- เจตคติต่อผู้สูงอายุ
- การอยู่ร่วมกันและความเข้าใจซึ่งกันและกัน (การสื่อสารที่เหมาะสม ทักษะการฟัง)

วิธีการสอน/สื่อ

- การบรรยาย
- อภิปรายกลุ่ม

การประเมินผล

- การสังเกต
- การซักถาม

๒. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ (จำนวน ๓ ชั่วโมง)

วัตถุประสงค์

๑) เพื่อให้ผู้ดูแลสามารถส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุได้

๒) เพื่อให้ผู้ดูแลมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

คำอธิบายรายวิชา

ความหมาย หลักการ บทบาทของผู้ดูแลในการส่งเสริมสุขผู้สูงอายุ โดยคำนึงถึงความเสื่อมถอยด้านร่างกายและจิตสังคม ผู้ดูแลต้องเข้าใจเอาใจใส่เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี โดยใช้หลัก 8 อ. ในการดูแลส่งเสริมสุขภาพ และการจัดการสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในการดำเนินชีวิตประจำวัน

เนื้อหารายวิชา

- การส่งเสริมสุขภาพ ๘ อ.
  - อาหารและโภชนาการ
  - ออกกำลังกาย
  - อารมณ์ (สุขสนุก สุขสง่า สุขสบาย สุขสว่าง สุขสงบ)
  - อนามัย
  - อากาศ

- อุจจาระ
- อุบัติเหตุ
- อดิเรก

- การจัดการสิ่งแวดล้อม

วิธีการสอน/สื่อ

- การบรรยาย
- อภิปรายกลุ่ม
- ฝึกปฏิบัติ
- สาธิต

การประเมินผล

- การสังเกต
- การซักถาม
- ผลการฝึกปฏิบัติ

๓. ทักษะพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุ (จำนวน ๘ ชั่วโมง)

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ดูแลสามารถดูแลสุขอนามัยขั้นพื้นฐานของผู้สูงอายุได้

คำอธิบายรายวิชา

ความหมาย หลักการ ความรู้ความเข้าใจอย่างถูกต้องเกี่ยวกับทักษะพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุ อาทิ การดูแลส่วนบุคคล การวัดสัญญาณชีพ การฟื้นฟูสมรรถภาพและการบำบัดเบื้องต้น การเคลื่อนย้ายและการใช้อุปกรณ์ หลักการใช้ยาเบื้องต้น ยาที่ใช้บ่อยในผู้สูงอายุ ผลข้างเคียงจากการใช้ยา การชะลอความเสื่อมถอย การป้องกันการติดเชื้อ พัฒนาการของผู้สูงอายุและพินัยกรรมชีวิต

เนื้อหารายวิชา

- การดูแลส่วนบุคคล
- การวัดสัญญาณชีพ
- การฟื้นฟูสมรรถภาพและกายภาพบำบัดเบื้องต้น
- การเคลื่อนย้ายผู้สูงอายุและการใช้อุปกรณ์ช่วยเดิน
- การใช้ยา (หลักการใช้ยาที่ถูกต้อง 7R)
- การชะลอความเสื่อมถอย
- การป้องกันการติดเชื้อ
- ความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับพัฒนาการ ผู้สูงอายุระยะท้าย/พินัยกรรมชีวิต

วิธีการสอน/สื่อ

- การบรรยาย
- อภิปรายกลุ่ม
- ฝึกปฏิบัติ
- การแสดงบทบาทสมมติ

การประเมินผล

- การสังเกต

- การซักถาม
- การแสดงบทบาทสมมติ
- ผลการฝึกปฏิบัติ

๔. การปฐมพยาบาลและการส่งต่อ (จำนวน ๒ ชั่วโมง)

วัตถุประสงค์

๑) เพื่อให้ผู้ดูแลสามารถปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้

๒) เพื่อให้ผู้ดูแลสามารถประเมินภาวะวิกฤตเบื้องต้นได้

๓) เพื่อให้ผู้ดูแลสามารถประสานงานส่งต่อผู้สูงอายุได้

คำอธิบายรายวิชา

ความหมาย หลักการ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น วิธีการปฐมพยาบาลสำหรับอุบัติเหตุที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ รวมทั้งกระบวนการการประเมินภาวะวิกฤตกรณีเจ็บป่วยไม่รุนแรง และกรณีเจ็บป่วยรุนแรงหรือฉุกเฉิน และแนวทางปฏิบัติการประสานงานที่เหมาะสมในการส่งต่อผู้สูงอายุ

เนื้อหารายวิชา

- การดูแลที่พบบ่อย (ฟกช้ำ แผลถลอก แผลไฟไหม้ มีดบาด สัตว์กัดต่อย การทำแผล)
- การประเมินภาวะวิกฤตเบื้องต้น
- การส่งต่อ

วิธีการสอน/สื่อ

- การบรรยาย
- อภิปรายกลุ่ม
- สาธิต
- ฝึกปฏิบัติ

การประเมินผล

- การสังเกต
- การซักถาม
- ผลการฝึกปฏิบัติ

๕. โรคที่พบบ่อยและกลุ่มอาการผู้สูงอายุ (จำนวน ๒ ชั่วโมง)

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ดูแลสามารถสังเกตอาการโรคที่พบบ่อยและกลุ่มอาการของผู้สูงอายุได้

คำอธิบายรายวิชา

ความหมาย ความรู้ความเข้าใจ อาการ โรคที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ โรคที่พบบ่อยและกลุ่มอาการในผู้สูงอายุ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดในสมอง ภาวะสมองเสื่อม หลอดเลือดหัวใจตีบ ข้อเข่าเสื่อม มะเร็ง โรคไต โรคตา ภาวะท้องเสียและภาวะไข้ แนวทางการดูแลผู้สูงอายุเมื่อเป็นโรคที่พบบ่อยหรือกลุ่มอาการผู้สูงอายุ

เนื้อหารายวิชา

- โรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ
- กลุ่มอาการผู้สูงอายุ

วิธีการสอน/สื่อ

- การบรรยาย
- อภิปรายกลุ่ม

การประเมินผล

- การสังเกตุ
- การซักถาม

๖. **ผู้ดูแลผู้สูงอายุ (จำนวน ๑ ชั่วโมง)**

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ดูแลเข้าใจสภาวะการเป็นดูแลและสามารถดูแลตนเองได้

คำอธิบายรายวิชา

ความหมาย บทบาทและจริยธรรมผู้ดูแลผู้สูงอายุ การดูแลทดแทน การดูแลตนเอง สาเหตุของความเครียด ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการดูแล ความต้องการของผู้ดูแล วิธีการจัดการความเครียดอย่างเหมาะสมของผู้ดูแล

เนื้อหารายวิชา

- การจัดการความเครียดของผู้ดูแล
- การดูแลทดแทน
- การดูแลตนเอง
- บทบาทผู้ดูแล
- จริยธรรมผู้ดูแล

วิธีการสอน/สื่อ

- การบรรยาย
- อภิปรายกลุ่ม

การประเมินผล

- การสังเกต
- การซักถาม