



คู่มือการปฏิบัติงาน

กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

กองพัฒนานักศึกษา สำนักงานอธิการบดี

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

นางสาวสุภารัตน์ โปธิจำปา
ตำแหน่ง ผู้ช่วยพยาบาล

คำนำ

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ เป็นสถาบันระดับอุดมศึกษาที่มีชื่อเสียง เป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวางทั้งในระดับจังหวัด และระดับประเทศ ผลิตนักศึกษาที่มีคุณภาพ ให้เป็นบุคลากรที่ทำคุณประโยชน์แก่ประเทศชาติ เป็นระยะเวลานาน ตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๖๕ ทางมหาวิทยาลัยได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาด้านการศึกษาของนักศึกษาอย่างต่อเนื่อง ไม่เพียงเท่านั้นยังได้ตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพของนักศึกษา คณาจารย์ และเจ้าหน้าที่ทุกคนอยู่เสมอ และมีนโยบายให้จัดตั้งกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพขึ้นเพื่อดูแลรักษาพยาบาลเบื้องต้น ให้แก่นักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากรที่มีความเจ็บป่วย ตลอดจนเป็นแหล่งให้ความรู้ และให้คำปรึกษาด้านสุขภาพแก่ผู้สนใจโดยทั่วไปด้วย

กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ได้ปฏิบัติงานเพื่อตอบสนองนโยบายของมหาวิทยาลัยฯ เสมอมา และได้จัดทำคู่มือปฏิบัติงานกลุ่มงานพยาบาล และส่งเสริมสุขภาพขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติงานและเป็นข้อมูลสำหรับผู้สนใจต่อไป

นางสาวสุภารัตน์ โพธิ์จำปา
ผู้ช่วยพยาบาล
สิงหาคม ๒๕๖๔

สารบัญ

หน้า

บทที่ ๑ บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญ	๑
วัตถุประสงค์	๑
ขอบเขต	๒
คำจำกัดความเบื้องต้น	๒
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๒

บทที่ ๒ โครงสร้างและหน้าที่ความรับผิดชอบ

ปรัชญา	๓
วิสัยทัศน์	๓
พันธกิจ	๓
นโยบาย	๔
กลุ่มเป้าหมาย	๔
อัตรากำลัง	๔
เวลาเปิดทำการ	๔
โครงสร้างอัตรากำลังกลุ่มงานพยาบาลฯ	๕

บทที่ ๓ การให้บริการและหน้าที่ความรับผิดชอบ

บทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ	๖
ขอบเขตการให้บริการ	๖
ภาระหน้าที่ความรับผิดชอบ	๗
ขั้นตอนการให้บริการงานพยาบาลฯ	๘
ขั้นตอนการรับบริการ ยืม – คืน กล่องปฐมพยาบาล	๑๐
ขั้นตอนการจัดหน่วยปฐมพยาบาลกลุ่มงานพยาบาลฯ	๑๒
ขั้นตอนการเช็คน้ำยา/วันหมดอายุยา/เวชภัณฑ์พยาบาลฯ	๑๔
ขั้นตอนการสั่งซื้อยาและวัสดุสำนักงานของกลุ่มงานพยาบาลฯ	๑๕
การรณรงค์ขอรับบริจาคโลหิตร่วมกับภาคบริการโลหิตที่ ๘ สภากาชาดไทย	๑๖
หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า	๑๗
การแบ่งพื้นที่การปฏิบัติงานในห้องให้บริการ	๑๘

บทที่ ๔ อาการเจ็บป่วยที่พบบ่อย

กลุ่มภาวะไข้	๒๑
กลุ่มอาการมีน้ำมูก/คัดจมูก/แพ้/ทางเดินหายใจ/ไอ	๒๒
กลุ่มอาการเกี่ยวกับช่องท้องปวดประจำเดือน	๒๓
ท้องอืด มีกรด อาหารไม่ย่อย	๒๔
รักษาแผลในทางเดินอาหาร/กระเพาะอาหาร	๒๕
ติดเชื้ทางเดินอาหารถ่ายเหลว	๒๕

กลุ่มอาการเกี่ยวกับตา	๒๖
กลุ่มอาการเกี่ยวกับอุบัติเหตุ/แผล/ฝี/หนอง	๒๖
กลุ่มอาการเกี่ยวกับฟกช้ำ/ข้อแพลงปวดกล้ามเนื้อ	๒๗
กลุ่มอาการเกี่ยวกับไฟไหม้/น้ำร้อนลวก/ถูกท่อไอเสีย	๒๗
กลุ่มอาการเกี่ยวกับแมลงสัตว์กัดต่อย	๒๘
อาการเกี่ยวกับเมารถเวียนศีรษะ อาเจียน	๒๙
ภาวะเลือดกำเดาไหล	๒๙
บทที่ ๕ การวิเคราะห์สภาพแวดล้อม SWOT Analysis	๓๐
เอกสารอ้างอิง	๓๑

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญ

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ เป็นสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษากระทรวงศึกษาธิการ เป็นสถาบันระดับอุดมศึกษาที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวางผลิตนักศึกษาที่มีคุณภาพ ให้เป็นบุคลากรที่ทำคุณประโยชน์แก่ประเทศชาติเป็นระยะเวลาอันยาวนาน ตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๖๕ ทางมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ ได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทางการศึกษาควบคู่กับด้านกิจกรรมของนักศึกษาอย่างต่อเนื่อง ไม่เพียงเท่านั้นยังได้ตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพของนักศึกษา คณาจารย์และบุคลากรทุกคนอยู่เสมอ จึงมีนโยบายให้จัดตั้งห้องพยาบาล เพื่อดูแลรักษาพยาบาลเบื้องต้นแก่นักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากรทุกคนที่มีความเจ็บป่วย ตลอดจนเป็นแหล่งความรู้ และให้คำปรึกษาด้านสุขภาพให้กับผู้สนใจโดยทั่วไปด้วย

กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ จัดตั้งขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๑๓ โดยใช้ชื่อว่า ห้องพยาบาล ตั้งอยู่ที่อาคาร ๑ ชั้น ๑ ต่อมาได้ย้ายสถานที่ตั้งมาที่ ชั้น ๑ อาคารอัมรินทร์พิทักษ์ เปลี่ยนชื่อเป็น กลุ่มงานศูนย์พยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ และในปี พ.ศ.๒๕๖๐ เปลี่ยนเป็นกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ ภายใต้การดูแลของกองพัฒนานักศึกษา สำนักงานอธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ กลุ่มงานพยาบาลฯ ได้ปฏิบัติงานเพื่อตอบสนองนโยบายของมหาวิทยาลัยฯ เสมอมา ในการดูแลรักษาสุขภาพของนักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากรทุกคนในมหาวิทยาลัยฯ ให้มีสุขภาพดี มีหลักในการส่งเสริมสุขภาพ ได้รับความรู้ในเรื่องการป้องกันโรคและให้การดูแลรักษาพยาบาลเบื้องต้น ตลอดจนการจัดทำโครงการและกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ ให้แก่บุคลากรภายในมหาวิทยาลัยและขยายผลสู่ชุมชนบริเวณใกล้เคียง

ด้วยเหตุนี้จึงได้จัดทำคู่มือการปฏิบัติงานกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ เนื้อหาในคู่มือเล่มนี้ประกอบด้วย โครงสร้างของกลุ่มงานพยาบาลฯ ขอบเขตและขั้นตอนการให้บริการ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น และหลักวิธีการใช้ยา เป็นต้น ซึ่งผู้จัดทำได้นำประสบการณ์โดยตรงจากการปฏิบัติงาน ที่พบบ่อยในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ เพื่อเป็นแนวทางแก่ผู้ปฏิบัติงานและผู้สนใจ สามารถนำไปใช้ได้จริงในการปฏิบัติงานหรือการดำเนินชีวิตประจำวันต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์

๑.๒.๑ เพื่อให้แต่ละกลุ่มงานมีการจัดทำคู่มือการให้บริการที่ชัดเจน อย่างเป็นลายลักษณ์อักษรที่แสดงถึงรายละเอียดขั้นตอนการปฏิบัติงานของกิจกรรม/กระบวนการต่างๆ ของหน่วยงาน และสร้างมาตรฐานการปฏิบัติงานที่มุ่งไปสู่การบริหารคุณภาพทั่วทั้งองค์กรอย่างมีประสิทธิภาพเกิดผลงานที่ได้มาตรฐานเป็นไปตามเป้าหมาย ได้ผลผลิตหรือการบริการที่มีคุณภาพ และบรรลุข้อกำหนดที่สำคัญของกระบวนการ

๑.๒.๒ เพื่อเป็นหลักฐานแสดงวิธีการทำงานที่สามารถถ่ายทอดให้กับผู้เข้ามาปฏิบัติงานใหม่ พัฒนาให้การทำงานเป็นมืออาชีพ และใช้ประกอบการประเมินผลการปฏิบัติงานของบุคลากร รวมทั้งแสดงหรือเผยแพร่ให้กับบุคคลภายนอก หรือผู้ใช้บริการ ให้สามารถเข้าใจและใช้ประโยชน์จากกระบวนการที่มีอยู่ เพื่อขอการรับบริการที่ตรงกับความต้องการ

๑.๒.๓ เพื่อจัดการความรู้ที่มีอยู่ในงานด้านการพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นรูปธรรม และพัฒนาให้เกิดความต่อเนื่องอย่างถาวร

๑.๓ ขอบเขต

คู่มือมาตรฐานการบริการและการปฏิบัติงานนี้ครอบคลุมขั้นตอนของกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ กองพัฒนานักศึกษา โดยมุ่งเน้นกระเรื่องรักษาพยาบาลเบื้องต้น การให้ความรู้ด้านสุขภาพ และการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ ให้แก่นักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากร ในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

๑.๔ คำจำกัดความ

มาตรฐาน คือ สิ่งที่มาเป็นเกณฑ์สำหรับเทียบกำหนด ทั้งในด้านปริมาณ และคุณภาพ (พจนานุกรมฉบับบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๒)

มาตรฐานการปฏิบัติงาน (Performance Standard) เป็นผลการปฏิบัติงานในระดับใดระดับหนึ่ง ซึ่งถือว่าเป็นเกณฑ์ที่น่าพอใจหรืออยู่ในระดับที่ผู้ปฏิบัติงานส่วนใหญ่ทำได้ โดยจะมีกรอบในการพิจารณา กำหนดมาตรฐานหลายๆ ด้าน อาทิ ด้านปริมาณ คุณภาพ ระยะเวลา ค่าใช้จ่าย หรือพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติงาน

การปฐมพยาบาลเบื้องต้น (first aid) หมายถึง การช่วยเหลือเบื้องต้น ให้แก่ผู้ได้รับบาดเจ็บ หมดสติ เจ็บป่วยรุนแรงอย่างกะทันหัน ณ ที่เกิดเหตุ โดยใช้อุปกรณ์เท่าที่หาได้ในขณะนั้น ก่อนที่แพทย์จะมาถึง หรือก่อนนำส่งโรงพยาบาล

การส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion) หมายถึง ขบวนการส่งเสริมให้ประชาชน เพิ่มสมรรถนะ ในการควบคุม และปรับปรุงสุขภาพของตนเอง ในการบรรลุซึ่งสุขภาวะอันสมบูรณ์ ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม

๑.๕ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๕.๑ กลุ่มงานมีการจัดทำคู่มือการให้บริการที่ชัดเจน อย่างเป็นลายลักษณ์อักษร ที่แสดงถึง รายละเอียดขั้นตอนการปฏิบัติงานของกิจกรรม/กระบวนการต่างๆ ของหน่วยงานและสร้างมาตรฐาน การปฏิบัติงานที่มุ่งไปสู่การบริหารคุณภาพทั่วทั้งองค์กรอย่างมีประสิทธิภาพ เกิดผลงานที่ได้มาตรฐาน เป็นไปตามเป้าหมาย ได้ผลผลิตหรือการบริการที่มีคุณภาพ และบรรลุข้อกำหนดที่สำคัญของกระบวนการ

๑.๕.๒ เป็นหลักฐานแสดงวิธีการทำงานที่สามารถถ่ายทอดให้กับผู้เข้ามาปฏิบัติงานใหม่ พัฒนาให้ การทำงานเป็นมืออาชีพ และใช้ประกอบการประเมินผลการปฏิบัติงานของบุคลากร รวมทั้งแสดงหรือเผยแพร่ ให้กับบุคคลภายนอก หรือผู้ใช้บริการ ให้สามารถเข้าใจและใช้ประโยชน์จากกระบวนการที่มีอยู่เพื่อขอ การรับบริการที่ตรงกับความต้องการ

๑.๕.๓ มีระบบการจัดการความรู้ที่มีอยู่ในงานด้านการพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นรูปธรรม และพัฒนาให้เกิดความต่อเนื่องอย่างถาวร

บทที่ ๒

โครงสร้างและอัตรากำลังกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์เป็นหน่วยงานที่จัดตั้งขึ้นตามพระราชบัญญัติสถาบันราชภัฏ พ.ศ.๒๕๓๘ และตามประกาศกระทรวงศึกษา ว่าด้วยเรื่องแบ่งส่วนราชการในสถาบันราชภัฏ พ.ศ.๒๕๔๒ เป็นหน่วยงานที่ดูแลเกี่ยวกับงานกิจการนักศึกษา ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนภารกิจการผลิตบัณฑิต ให้เป็นคนที่สมบูรณ์โดยการพัฒนาและเสริมสร้างบุคลิกภาพของนักศึกษา ให้มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพื่อให้ นักศึกษาเป็นบุคลากรที่มีคุณภาพของสังคม สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างปกติสุข ซึ่งกองพัฒนานักศึกษานี้มีหน่วยงานย่อยที่ให้บริการ ได้แก่ งานบริหารงานทั่วไปและบริการนักศึกษา งานกีฬาและนันทนาการ งานแนะแนวทุนการศึกษา งานกองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา งานกิจกรรมพัฒนานักศึกษา และงานด้านการพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ มีความมุ่งมั่นในการดูแลรักษาสุขภาพของทุกคนในมหาวิทยาลัยฯ ให้มีสุขภาพดี มีหลักในการส่งเสริมสุขภาพ ได้รับความรู้ในเรื่องการป้องกันโรค และให้การดูแลสุขภาพพยาบาลเบื้องต้น แก่นักศึกษา คณาจารย์ เจ้าหน้าที่ในมหาวิทยาลัยฯ ตลอดจนการจัดทำโครงการและกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพให้แก่บุคคลากรภายในมหาวิทยาลัยและนำไปสู่ชุมชนบริเวณใกล้เคียง เพื่อให้สอดคล้องกับนโยบายของมหาวิทยาลัยฯ ที่ต้องการให้หน่วยงานต่างๆ พัฒนาระบบการปฏิบัติงาน ให้มีความสะดวก รวดเร็ว และนำทรัพยากรที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อองค์กร ให้เกิดกระบวนการเรียนรู้และการพัฒนางานผู้ปฏิบัติงาน จึงมีแนวคิดในการจัดทำคู่มือการปฏิบัติงานขึ้น โดยใช้องค์ความรู้จากการที่ได้ปฏิบัติงานอยู่เป็นประจำเพื่อเป็นการถ่ายทอด และสืบต่องานที่ปฏิบัติอยู่ให้เกิดความต่อเนื่องในการปฏิบัติงานต่อไป

๒.๑ ปรัชญา (Philosophy)

“มุ่งมั่นรักษาพยาบาล บริการด้วยหัวใจ ก้าวไกลด้วยการพัฒนา”

๒.๒ วิสัยทัศน์ (Vision)

กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ มีความมุ่งมั่นในการดูแลรักษาสุขภาพของนักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากรในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ ให้มีสุขภาพดี มีหลักในการส่งเสริมสุขภาพ ได้รับความรู้เรื่อง การป้องกันโรค และมีการรักษาพยาบาลโรคเบื้องต้น รวมถึงการให้คำแนะนำทางสุขภาพ เป็นแหล่งความรู้ แก่นักศึกษา คณาจารย์ และผู้สนใจทั่วไป

๒.๓ พันธกิจ (Mission)

กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ มีนโยบายให้การดูแลสุขภาพพยาบาลเบื้องต้น แก่นักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากรในมหาวิทยาลัยฯ ตลอดจนจนเป็นแหล่งให้ความรู้ ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับโรคต่างๆ และการดูแลสุขภาพโดยทั่วไป

๒.๔ นโยบาย

- ๒.๔.๑ ให้บริการดูแลรักษาโรคเบื้องต้น แก่นักศึกษาทุกคณะ ทุกระดับชั้น รวมถึงคณาจารย์ และบุคลากร
- ๒.๔.๒ ให้บริการดูแลปฐมพยาบาลเบื้องต้น แก่ผู้ได้รับบาดเจ็บ ผู้ป่วยฉุกเฉินและผู้ป่วยทั่วไป
- ๒.๔.๓ ให้คำปรึกษาด้านสุขภาพอนามัย แก่นักศึกษา คณาจารย์และบุคลากร
- ๒.๔.๔ ให้บริการเผยแพร่ความรู้เรื่องโรค และการดูแลสุขภาพทั่วไป

๒.๕ กลุ่มเป้าหมาย

นักศึกษาภาคปกติ ภาค กศ.บป. คณาจารย์และบุคลากรในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

๒.๖ อัตรากำลัง

๑. อาจารย์	จำนวน	๑	คน
๒. ผู้ช่วยพยาบาล	จำนวน	๒	คน
๓. นักสุขศึกษาปฏิบัติการ	จำนวน	๑	คน

๒.๗ เวลาเปิดทำการ

วันจันทร์	ศุกร์	เวลา	๐๘.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.
วันเสาร์	อาทิตย์	เวลา	๐๘.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.

เว้นวันหยุดราชการและวันหยุดของมหาวิทยาลัยฯ
(พักรับประทานอาหารกลางวัน เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.)

โครงสร้างและอัตรากำลัง
กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ
กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

อาจารย์ชนกานต์ สกลแก้ว
รักษาการหัวหน้ากลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

นางสาวชัชชนก ธนศตรีรัตน์
นักศึกษาศึกษาปฏิบัติการ

นางสาวสุภารัตน์ โพธิ์จำปา
ผู้ช่วยพยาบาล
ปฏิบัติงานที่มหาวิทยาลัยฯ
ในอำเภอเมือง

นางสาวพิมพ์นภิก ะแม้น
ผู้ช่วยพยาบาล
ปฏิบัติงานที่ศูนย์การศึกษาย่านมิตร

บทที่ ๓ การให้บริการและหน้าที่ความรับผิดชอบ

กลุ่มงานพยาบาลและการส่งเสริมสุขภาพ กองพัฒนานักศึกษา สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ เป็นหน่วยงานอีกหน่วยงานหนึ่งซึ่งได้มีการปฏิบัติงานให้เป็นไปตามกิจกรรมและภาระงานต่างๆ ที่ทางหน่วยงานได้กำหนดขึ้น งานด้านการปฐมพยาบาลเบื้องต้น และการส่งเสริมสุขภาพ ทำหน้าที่ดำเนินการดูแลรักษาพยาบาลเบื้องต้น และการส่งเสริมสุขภาพด้านสุขภาพ และเพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ผู้จัดทำคู่มือได้กำหนดรายละเอียดของงานต่างๆ ภายในกลุ่มงานพยาบาลและการส่งเสริมสุขภาพ ที่ดำเนินการอยู่ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

๓.๑ บทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ

การปฏิบัติงานในฐานะผู้ปฏิบัติงานใช้ความรู้ ความสามารถปฏิบัติงานเกี่ยวกับงานด้านการพยาบาล และส่งเสริมสุขภาพ งานประชาสัมพันธ์ งานบริการทั่วไป การจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพในมหาวิทยาลัย และชุมชน ตามคำสั่งผู้บังคับบัญชา เสนอแนะวิธีการแก้ไขปรับปรุงการปฏิบัติงาน

๓.๒ ขอบเขตการให้บริการ

- ๑.๑ การตรวจและประเมินอาการเจ็บป่วยเบื้องต้น
- ๑.๒ ปฐมพยาบาลและให้การพยาบาลเบื้องต้น
- ๑.๓ ให้ยาเพื่อบรรเทาอาการเบื้องต้น
- ๑.๔ ทำแผลและตกแต่งบาดแผล
- ๑.๕ ประคบความร้อนหรือ ความเย็น เพื่อบรรเทาอาการเจ็บปวด การปวดเมื่อยกล้ามเนื้อหรือข้อเคล็ด
- ๑.๖ ดูแลให้นอนพักในห้องสังเกตอาการ และติดตามประเมินอาการอย่างใกล้ชิด
- ๑.๗ ให้คำแนะนำปรึกษาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ
- ๑.๘ การให้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนอย่างถูกต้องและเหมาะสมกับโรคหรืออาการที่เป็นอยู่
- ๑.๙ จัดหน่วยปฐมพยาบาลทั้งภายในและภายนอกสถานที่
- ๑.๑๐ จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพในมหาวิทยาลัยและชุมชน
- ๑.๑๑ ตรวจเช็คยา เวชภัณฑ์ และวัสดุสำนักงาน (เช็ค วัน เดือน ปี ที่ยาหมดอายุ)
- ๑.๑๒ งานจัดซื้อวัสดุของสำนักงานกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ
- ๑.๑๓ ประสานงานการส่งต่อผู้รับบริการไปโรงพยาบาลเพื่อรับการรักษาที่ถูกต้อง
- ๑.๑๔ ติดตามผลการตรวจของผู้เจ็บป่วยที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล และประสานงานกับเจ้าหน้าที่ต่างๆ ในโรงพยาบาลเพื่อความสะดวกในการบริการ
- ๑.๑๕ การจัดรณรงค์ขอรับบริจาคโลหิตร่วมกับภาคบริการโลหิตที่ ๘ สภากาชาดไทย
- ๑.๑๖ ให้บริการกับนักศึกษาที่มีความประสงค์จะย้ายสิทธิการรักษาพยาบาลกับหน่วยบริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ และศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ

๓.๓ ภาระหน้าที่ความรับผิดชอบ

๑. ด้านการตรวจรักษาและปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - การตรวจและประเมินอาการเจ็บป่วยเบื้องต้น
 - การปฐมพยาบาลและให้การพยาบาลเบื้องต้น
 - ให้อาหารเพื่อบรรเทาอาการเบื้องต้น
 - ทำแผลและตกแต่งบาดแผล
 - ล้างตา และปิดตา
 - ประคบความร้อนหรือความเย็น เพื่อบรรเทาอาการเจ็บปวดการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อหรือข้อเคล็ด
 - ดูแลให้นอนพักในห้องสังเกตอาการ และติดตามประเมินอาการอย่างใกล้ชิด
 - สรุปการรักษาพยาบาล โดยบันทึกจำนวนยาและการพยาบาลที่ให้แก่ผู้รับบริการทุกครั้ง
๒. ให้คำแนะนำปรึกษาด้านสุขภาพ และส่งต่อผู้ป่วยไปโรงพยาบาล
 - ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ
 - ประสานงานส่งต่อผู้รับบริการไปโรงพยาบาลเพื่อรับการรักษาที่ถูกต้อง
๓. หน่วยปฐมพยาบาล บริการเยี่ยมกระเป๋าศูนย์ปฐมพยาบาลและอุปกรณ์และเวชภัณฑ์ทางการแพทย์
 - บริการเยี่ยมกระเป๋าศูนย์ปฐมพยาบาลและกล่องปฐมพยาบาล
 - อุปกรณ์ทางการแพทย์ ทั้งเพื่อนำไปใช้และเพื่อเป็นสื่อในการเรียนการสอน เช่น ไมค์คำยันรถนั่งเข็น เปลสนาม เครื่องวัดความดันโลหิต เป็นต้น
๔. การจัดรณรงค์ขอรับบริจาคโลหิตร่วมกับภาคบริการโลหิตที่ ๘ สภากาชาดไทย
 - ติดป้ายประชาสัมพันธ์
 - ประชาสัมพันธ์บนหน้าเว็บของมหาวิทยาลัย
 - ประชาสัมพันธ์ใน Facebook กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ
 - จัดเตรียมสถานที่ โต๊ะ เก้าอี้ ป้ายประชาสัมพันธ์ ไว้สำหรับเจ้าหน้าที่หน่วยรับบริจาคโลหิต
 - เตรียมเอกสารใบสมัครผู้บริจาคโลหิต
 - เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรม สรุปยอดผู้บริจาคโลหิต
 - นำหนังสือขอบคุณส่งงานธุรการกลาง
 - เก็บวัสดุอุปกรณ์ต่างๆให้เรียบร้อยเพื่อเตรียมไว้ใช้ครั้งต่อไป
๕. หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า

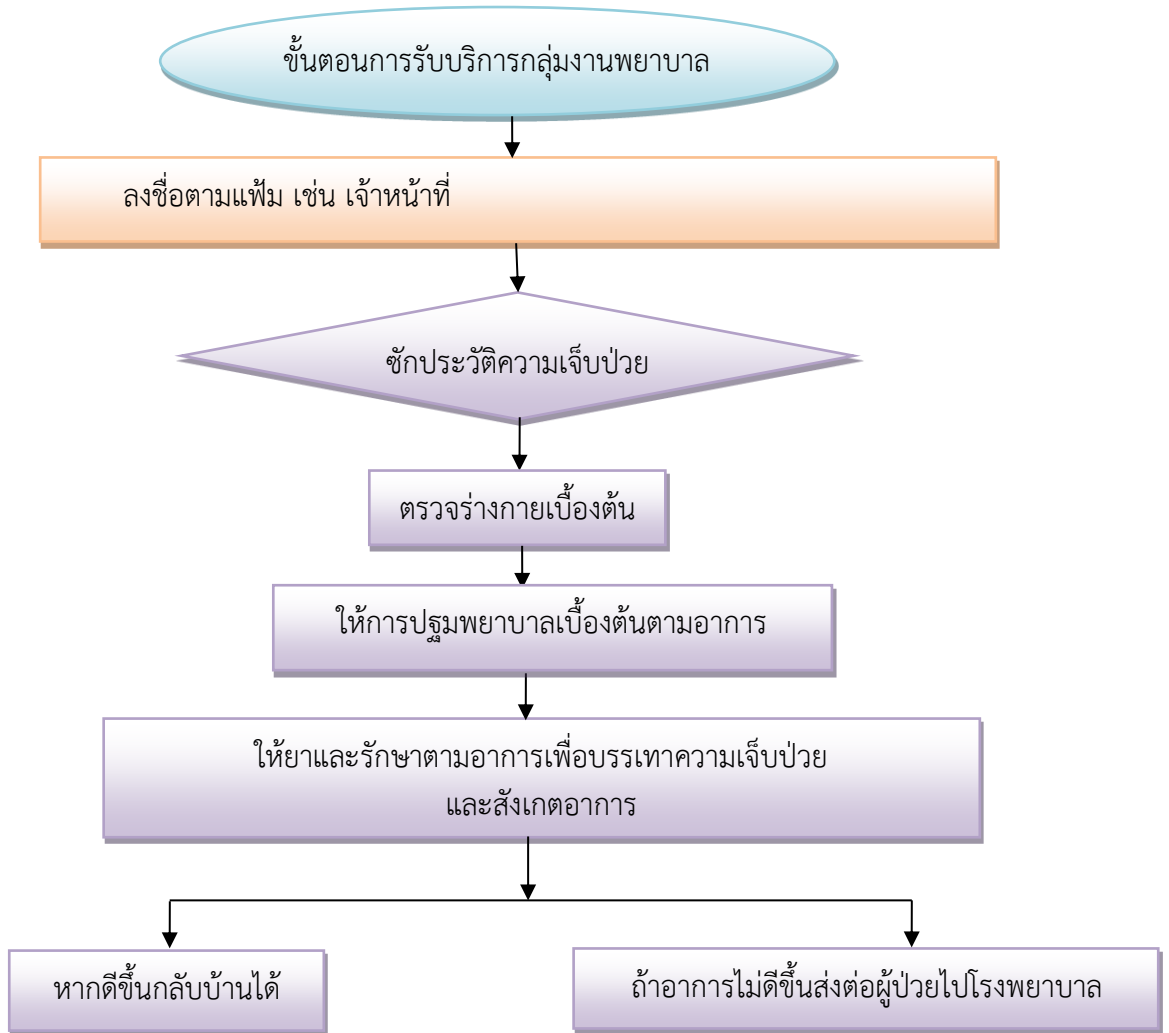
ให้บริการกับนักศึกษาที่มีความประสงค์จะย้ายสิทธิการรักษาพยาบาลกับหน่วยบริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ และศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ
๖. ซื่อจ้าง-เบิกจ่าย วัสดุสำนักงาน ยาและเวชภัณฑ์ทางการแพทย์
๖. งานอื่นๆ
 - ดำเนินงานด้านการรณรงค์และป้องกันแก้ไขปัญหาเสพติด
 - เข้าร่วมประชุม อบรม สัมมนา กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
 - ปฏิบัติงานอื่นๆ ตามที่ได้รับมอบหมายจากผู้บังคับบัญชา

๓.๔ ขั้นตอนการบริการงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

๑. ลงชื่อในสมุดบันทึกผู้รับบริการ
๒. ซักประวัติความเจ็บป่วย เช่น มีอาการอย่างไร เป็นมากี่วัน เป็นต้น
๓. ตรวจร่างกายเบื้องต้น เช่น ความดันโลหิต อัตราชีพจร อัตราการหายใจ และอุณหภูมิร่างกาย ให้การพยาบาลเบื้องต้นตามอาการ
๔. ให้ยา เพื่อบรรเทาอาการและรักษาตามอาการความเจ็บป่วย
๕. ให้คำแนะนำในการปฏิบัติตนที่เหมาะสมขณะเจ็บป่วย
๖. ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้นอนพักในห้องสังเกตอาการจนกว่าอาการจะทุเลาขึ้น
๗. หากนอนพักแล้วอาการยังไม่ดีขึ้น หรือประเมินแล้วว่าความเจ็บป่วยมีการแสดงอาการอย่างต่อเนื่อง จะทำการ ประสานฝ่ายยานพาหนะของมหาวิทยาลัยฯ หรือโทรประสาน ๑๖๖๙ เรียกรถโรงพยาบาลให้นำผู้ป่วยส่งต่อ เพื่อเข้ารับการรักษาต่อไป
๘. สรุปการรักษาพยาบาล โดยบันทึกจำนวนยาและการพยาบาลที่ให้แก่ผู้รับบริการทุกครั้ง

Flow Chart

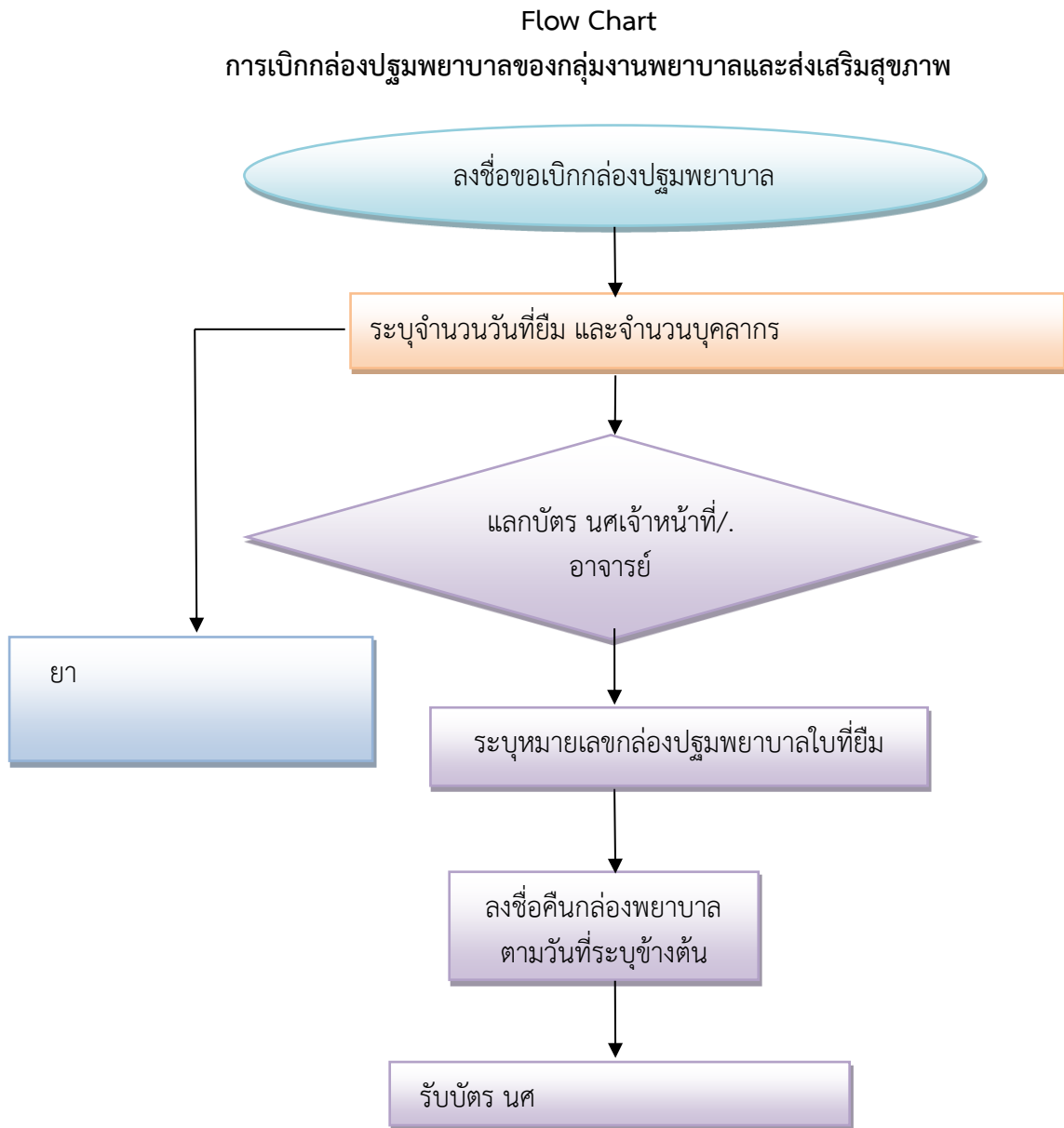
ขั้นตอนการรับบริการของกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



ภาพที่ ๓.๑ แผนภูมิแสดงขั้นตอนการรับบริการกลุ่มงานพยาบาล

๓.๓ ขั้นตอนการรับบริการ ยืม – คืน ก่อ่งปฐมพยาบาล

- ๓.๓.๑ แจ้งเจ้าหน้าที่ว่าท่านต้องการเบิกก่อกปฐมพยาบาล
- ๓.๓.๒ ลงชื่อและรายละเอียดการเบิกในสมุดลงทะเบียนให้ครบถ้วน
- ๓.๓.๓ แลกบัตรนักศึกษาของท่านไว้ที่เจ้าหน้าที่และติดต่อรับบัตรคืนได้เมื่อมาคืนก่อกปฐมพยาบาล
- ๓.๓.๔ ติดต่อขอรับก่อกปฐมพยาบาลในวันและเวลาที่กำหนด
- ๓.๓.๕ ตรวจสอบรายการยาและเวชภัณฑ์ รวมถึงวิธีการใช้ยาแต่ละชนิดให้เข้าใจจากเจ้าหน้าที่ก่อนรับก่อกปฐมพยาบาลไปใช้
- ๓.๓.๖ เมื่อมีผู้ติดต่อขอเบิกยาจากก่อกปฐมพยาบาล ให้ลงชื่อและรายละเอียดให้ครบในแบบฟอร์มการเบิกยาที่แนบไว้ในก่อกปฐมพยาบาลทุกครั้ง
- ๓.๓.๗ เมื่อครบวันและเวลาที่กำหนดให้นำก่อกปฐมพยาบาลมาคืนพร้อมรับบัตรนักศึกษา



ภาพที่ ๓.๒ แผนภูมิแสดงขั้นตอนการเบิกกล่องปฐมพยาบาลกลุ่มงานพยาบาลฯ

๓.๔ ขั้นตอนการจัดหน่วยปฐมพยาบาลกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

การเตรียมงานและการปฏิบัติงานหน่วยปฐมพยาบาล

- ๓.๔.๑ ตรวจสอบข้อมูลจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการจัดกิจกรรม เพื่อประกอบการวางแผน
- ๓.๔.๒ วางแผนการจัดหน่วยปฐมพยาบาลและแบ่งกลุ่มเจ้าหน้าที่ในหน่วยปฐมพยาบาลให้เหมาะสม
- ๓.๔.๓ กำหนดวัน เวลา ปฏิบัติงานและจัดตารางเวร
- ๓.๔.๔ กำหนดสถานที่ตั้งหน่วยปฐมพยาบาล
- ๓.๔.๕ กำหนดจำนวนและรายชื่อเจ้าหน้าที่ ประจำหน่วยปฐมพยาบาลแต่ละหน่วย
- ๓.๔.๖ สรุปรายชื่อเบื้องต้น

วันที่	เวลาปฏิบัติงาน	สถานที่ตั้งหน่วย	รายชื่อเจ้าหน้าที่ประจำหน่วย	หมายเหตุ

๓.๔.๗ จัดกระเป๋าปฐมพยาบาล (ตรวจสอบยา – เวชภัณฑ์)

๓.๔.๘ ประชุมมอบหมายงาน กำหนดหน้าที่รับผิดชอบของเจ้าหน้าที่ทุกคน

- การใช้กระเป๋าปฐมพยาบาล
- การปฐมพยาบาลเบื้องต้น
- การทำแผล
- การใช้ยาเบื้องต้น
- ฯลฯ

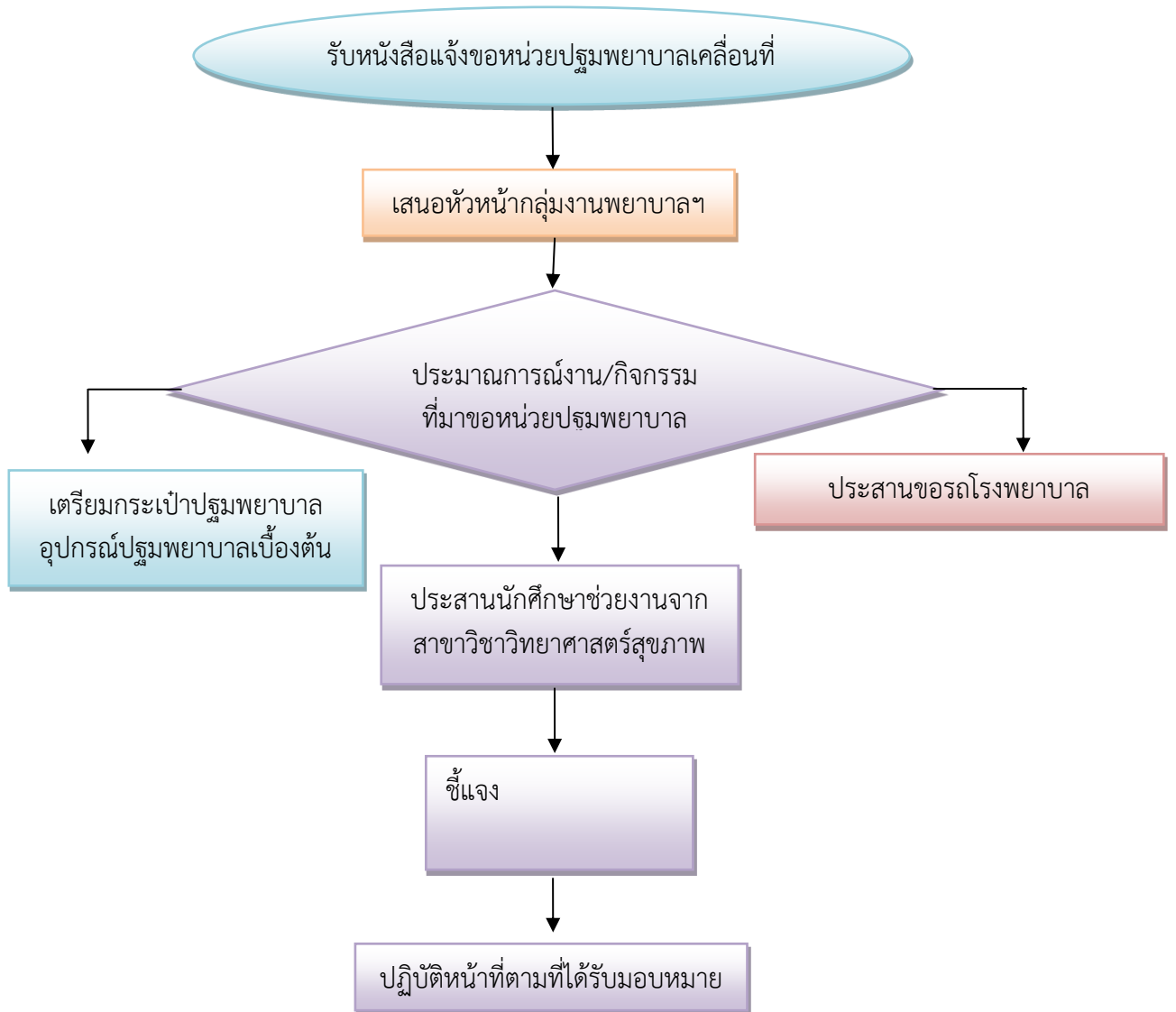
๓.๔.๙ ก่อนวันออกหน่วย ให้จัดเตรียมสถานที่ โต๊ะ เก้าอี้ และติดป้ายหน่วยปฐมพยาบาล

๓.๔.๑๐ รับผิดชอบการปฏิบัติงาน ตามตาราง เวลาที่กำหนด พร้อมลงชื่อปฏิบัติงานทุกครั้ง

๓.๔.๑๑ หลังปฏิบัติงาน ดูแลสถานที่และเก็บของใช้ให้เรียบร้อย จัดกระเป๋าปฐมพยาบาล ตรวจสอบยา และเวชภัณฑ์ ให้พร้อมที่จะใช้ต่อไปได้ทันที

Flow Chart

การจัดให้บริการหน่วยปฐมพยาบาลกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



ภาพที่ ๓.๓ แผนภูมิแสดงการให้บริการหน่วยปฐมพยาบาลกลุ่มงานพยาบาลฯ

๓.๕ ขั้นตอนการเช็คจำนวนยา/เช็ควันหมดอายุยาศูนย์พยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

กลุ่มงานพยาบาลฯ มีระบบการตรวจเช็คจำนวนยา และวันหมดอายุของยาในตู้ เดือนละครั้ง โดยปฏิบัติทุกเดือน และสรุปแยกเป็นไตรมาส

ไตรมาสที่ ๑ (เดือนตุลาคม เดือนพฤศจิกายน เดือนธันวาคม)

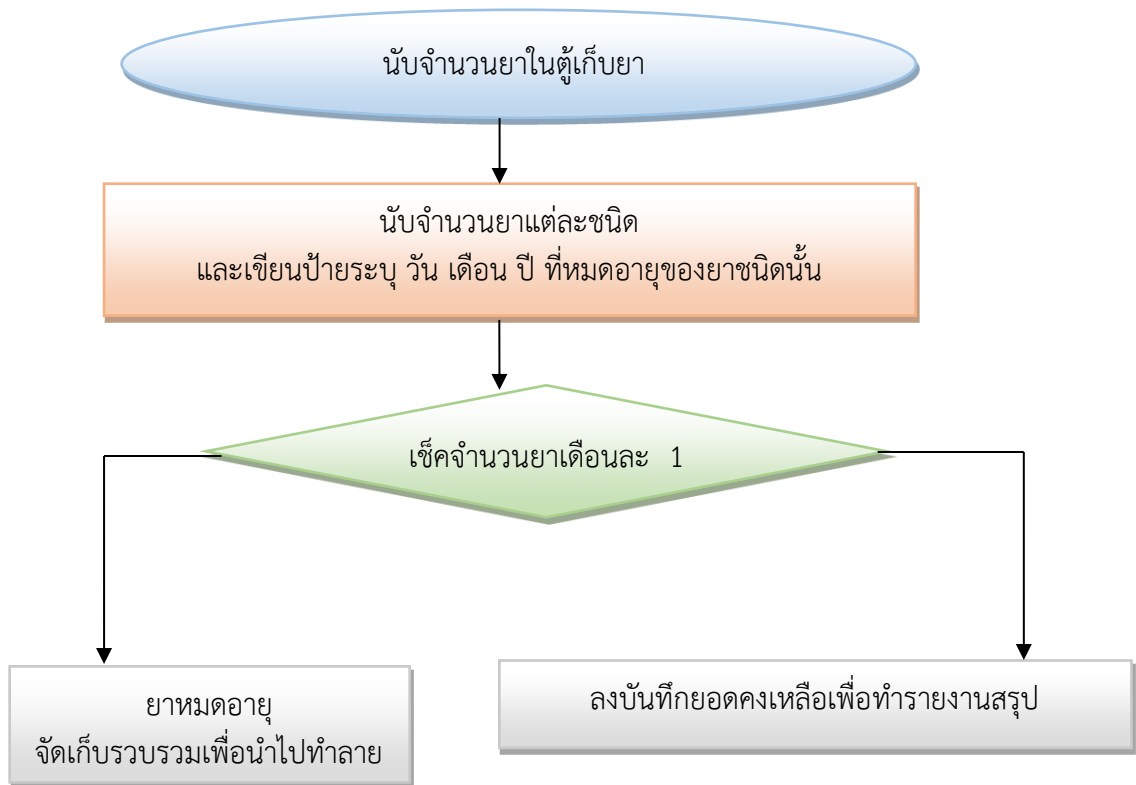
ไตรมาสที่ ๒ (เดือนมกราคม เดือนกุมภาพันธ์ เดือนมีนาคม)

ไตรมาสที่ ๓ (เดือนเมษายน เดือนพฤษภาคม เดือนมิถุนายน)

ไตรมาสที่ ๔ (เดือนกรกฎาคม เดือนสิงหาคม เดือนกันยายน)

Flow Chart

การเช็คจำนวนยา / เช็ค วัน เดือน ปี ที่ยาหมดอายุของ ศูนย์พยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



ภาพที่ ๓.๔ แผนภูมิแสดงขั้นตอนการเช็คจำนวนยา/เช็ควันหมดอายุยา

๓.๖ ขั้นตอนการสั่งซื้อยาและวัสดุสำนักงานของกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

ระเบียบการเสนอซื้อยา

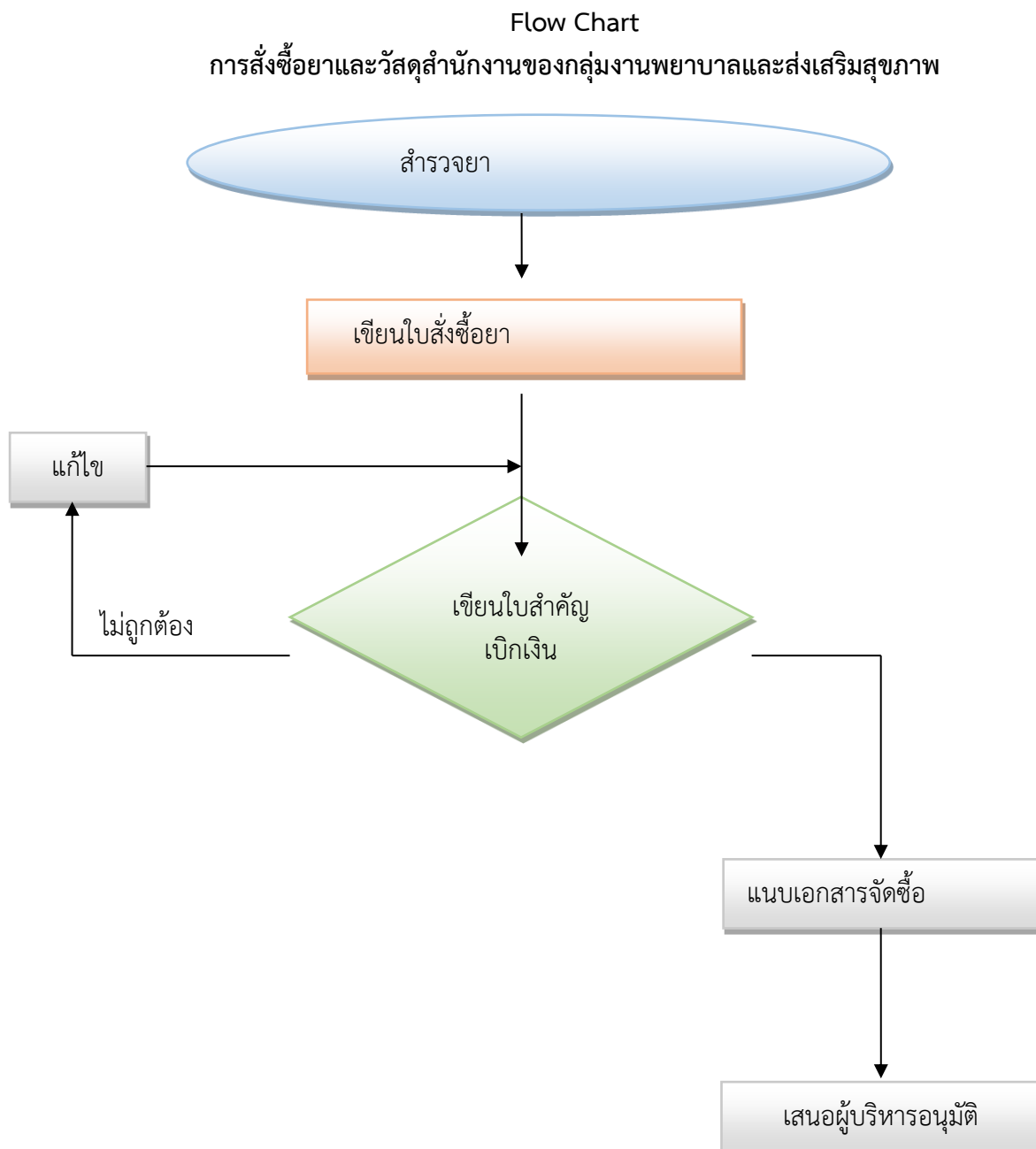
๓.๖.๑ เช็คนำจำนวนยาและเวชภัณฑ์

๓.๖.๒ ตรวจสอบชนิด ปริมาณ ราคา ยาและเวชภัณฑ์ที่ต้องใช้บริการ สรุปยอดรวมทั้งหมด

๓.๖.๓ เขียนใบขออนุญาตซื้อจ้าง ๓ แบบสำรวจความต้องการใช้พัสดุ (พัสดุ))

เสนอซื้อตามงบประมาณของศูนย์พยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

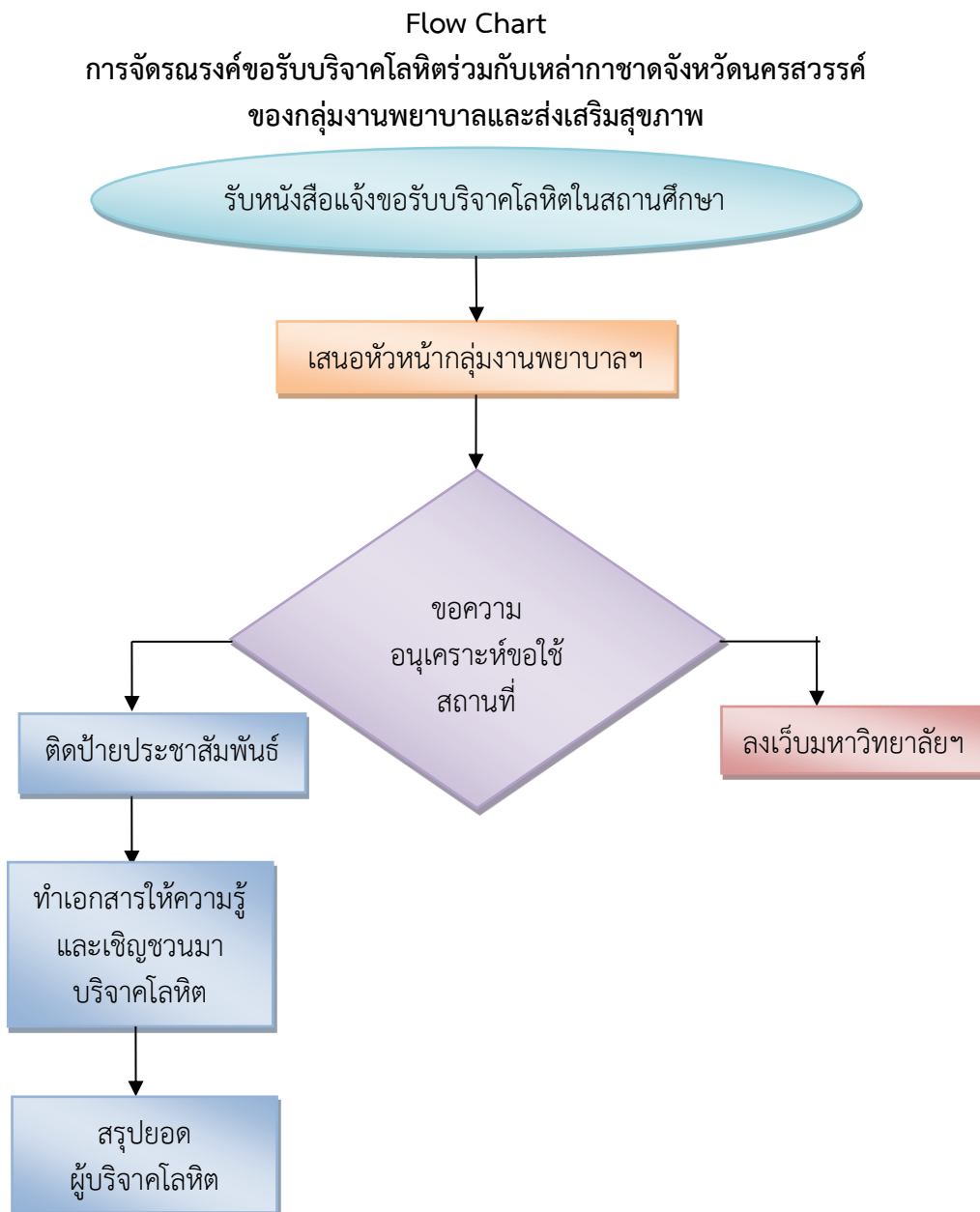
๓.๖.๔ เสนอผู้บริหารอนุมัติ



ภาพที่ ๓. ๕ แผนภูมิแสดงการสั่งซื้อยาและวัสดุสำนักงานของกลุ่มงาน

๓.๗ การจัดการรณรงค์ขอรับบริจาคโลหิตร่วมกับภาคบริการโลหิตที่ ๘ สภากาชาดไทย

- ๓.๗.๑ ติดป้ายประชาสัมพันธ์
- ๓.๗.๒ ประชาสัมพันธ์บนหน้าเว็บของมหาวิทยาลัย
- ๓.๗.๓ ประชาสัมพันธ์ใน facebook กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ
- ๓.๗.๓ จัดเตรียมสถานที่ โต๊ะ เก้าอี้ ป้ายประชาสัมพันธ์ ไว้สำหรับเจ้าหน้าที่หน่วยรับบริจาคโลหิต
- ๓.๗.๔ เตรียมเอกสารใบสมัครผู้บริจาคโลหิต
- ๓.๗.๕ เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรม สรุปรายชื่อผู้บริจาคโลหิต
- ๓.๗.๖ นำหนังสือขอบคุณส่งงานธุรการกลาง
- ๓.๗.๗ เก็บวัสดุอุปกรณ์ต่างๆให้เรียบร้อยเพื่อเตรียมไว้ใช้ครั้งต่อไป



ภาพที่ ๓.๖ แผนภูมิแสดงการจัดการรณรงค์ขอรับบริจาคโลหิตร่วมกับเหล่ากาชาดจังหวัดนครสวรรค์

๓.๘ หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า

ให้บริการกับนักศึกษาที่มีความประสงค์จะย้ายสิทธิการรักษาพยาบาลกับหน่วยบริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ และศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ กรณีนักศึกษาที่พักอาศัยอยู่ย่านมัทรีรับการรักษายาบาลได้ที่โรงพยาบาลพยุหะคีรีและ รพ.สต.บ้านหาดสะแก

๓.๘.๑ ผู้ที่มีสิทธิสมัครหลักประกัน

ผู้มีสิทธิการรักษาของหลักประกันสุขภาพ ตามสิทธิหลักประกันสุขภาพ หรือมีภูมิลำเนาอยู่ต่างอำเภอต่างจังหวัด ที่ต้องการย้ายสิทธิการรักษามาในพื้นที่บริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์และศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ หรือโรงพยาบาลพยุหะคีรีและ รพ.สต.บ้านหาดสะแก

๓.๘.๒ ยกเว้น

- ผู้ที่มีสิทธิประกันสังคม
- ข้าราชการ หรือ บุตรข้าราชการ อายุไม่เกิน ๒๐ ปีบริบูรณ์
- มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตอำเภอเมือง หรือมีสิทธิการรักษาพยาบาลของหลักประกันสุขภาพกับทางโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์อยู่แล้ว
- ไม่มีความประสงค์จะขอเปลี่ยนหน่วยบริการรักษาพยาบาล

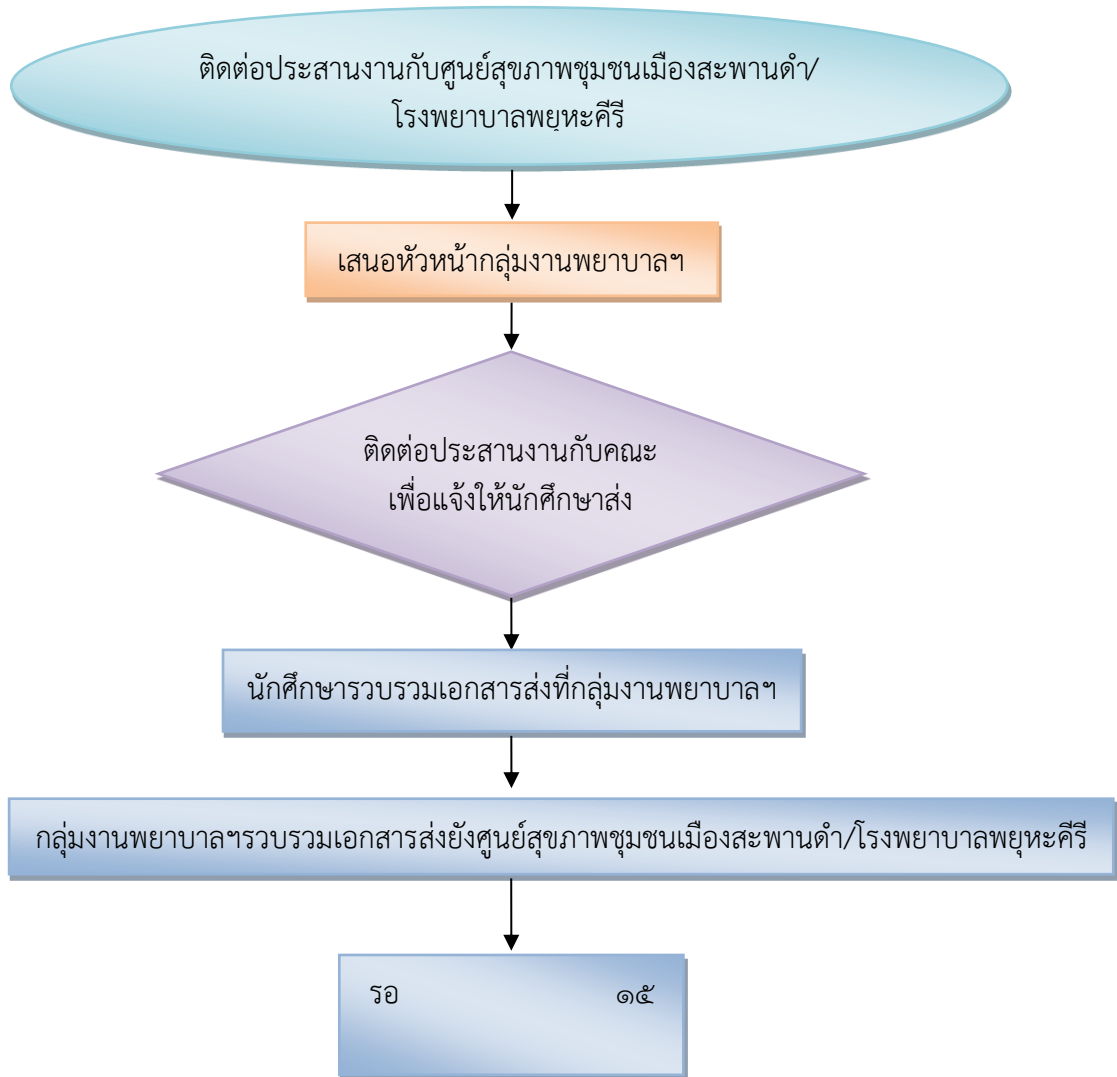
๓.๘.๓ หลักฐานการสมัคร

- สำเนาบัตรประชาชน (รับรองสำเนาถูกต้อง) ๑ ฉบับ
- สำเนาทะเบียนบ้าน (รับรองสำเนาถูกต้อง) ๑ ฉบับ

๓.๘.๔ สิทธิประโยชน์

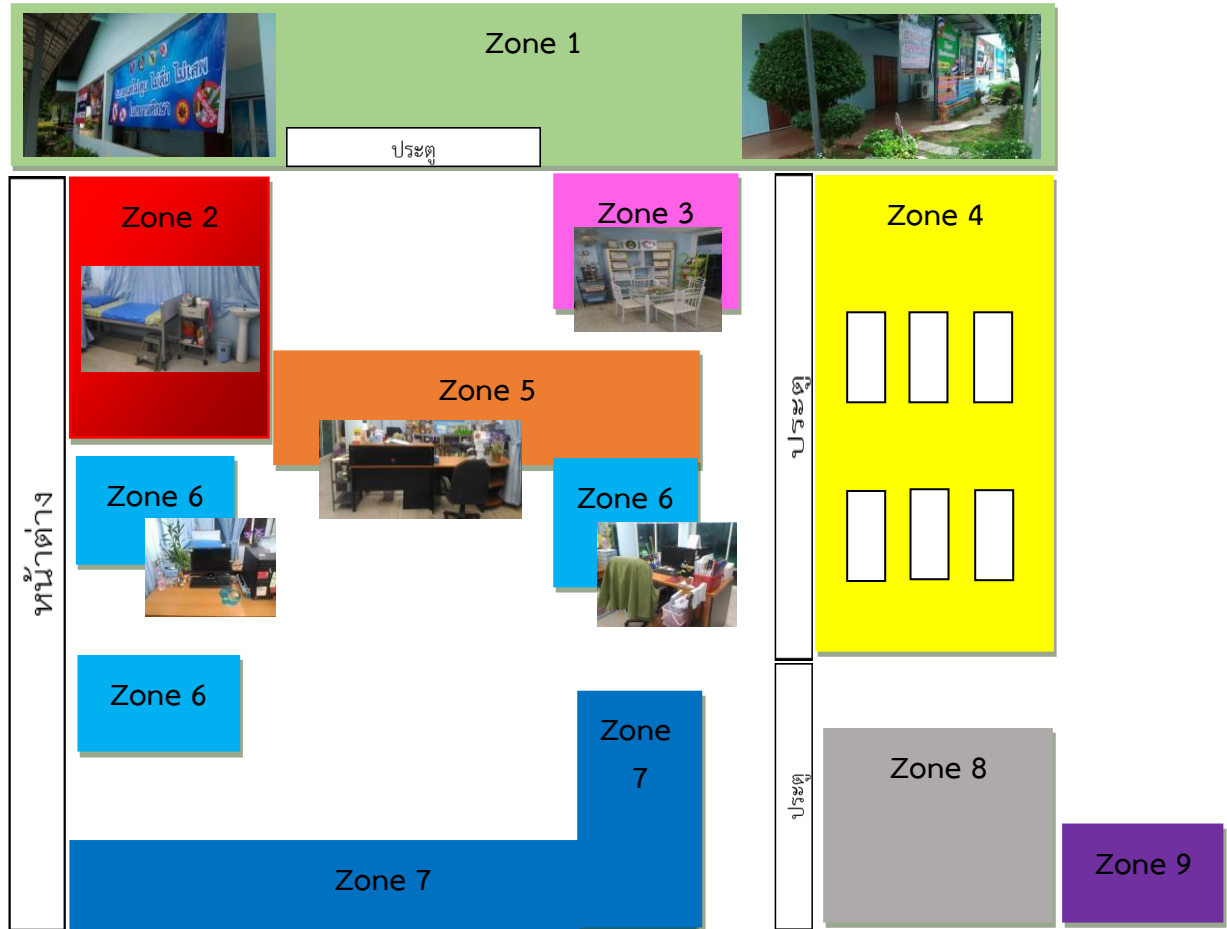
- ผู้ใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพ ท่านสามารถเข้ารับบริการสาธารณสุขได้ที่โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์หรือศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ โรงพยาบาลพยุหะคีรีและ รพ.สต.บ้านหาดสะแก
- อุบัติเหตุฉุกเฉิน สามารถเข้ารับบริการในโรงพยาบาลของรัฐโดยไม่ต้องสำรองจ่าย
- หากจบการศึกษา หรือโยกย้ายไปฝึกประสบการณ์นอกพื้นที่ สามารถเปลี่ยนแปลงสิทธิได้ล่วงหน้าอย่างน้อย ๑ เดือน (โดยขอแจ้งเปลี่ยนกับสถานพยาบาลที่ต้องการโอนย้าย)
- ผู้มีสิทธิสามารถเปลี่ยนแปลงหน่วยบริการได้ไม่เกิน ๔ ครั้งต่อปี
- ในการขอรับบริการ ณ หน่วยบริการแห่งใหม่สามารถใช้สิทธิหลังแจ้งความจำนงเปลี่ยนหน่วยบริการประมาณ ๑ เดือน

Flow Chart
การย้ายสิทธิการรักษาหลักประกันสุขภาพกับหน่วยบริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์
และศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ



ภาพที่ ๓. ๗ แผนภูมิแสดงการการย้ายสิทธิการรักษาหลักประกันสุขภาพ
กับหน่วยบริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์

การแบ่งพื้นที่การปฏิบัติงานในห้องให้บริการ กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



Zone	สีประจำโซน	ความหมาย
๑	สีเขียว	ระเบียบหน้าห้องป่วยประชาสัมพันธ์/สวนหย่อม/
๒	สีแดง	รถทำแผลชั้นวางรองเท้า/อ่างล้างมือ/เตียงทำแผล/
๓	สีชมพู	โต๊ะรับแขกชั้นวางหนังสือ/ชั้นวางผลงาน/
๔	สีเหลือง	ห้องสังเกตอาการ
๕	สีส้ม	เคาน์เตอร์จ่ายยาโต๊ะรับประธานยา/ลงทะเบียนรับบริการ/
๖	สีฟ้า	โต๊ะทำงานเจ้าหน้าที่
๗	สีน้ำเงิน	ตู้เก็บเอกสาร
๘	สีเทา	อ่างล้างมือ
๙	สีม่วง	ห้องน้ำ

บทที่ ๔

อาการเจ็บป่วยที่พบบ่อย

การรักษาพยาบาล (Curation) เป็นการรักษาพยาบาลเบื้องต้นและบริการรักษาผู้ป่วยอุบัติเหตุ โดยการคัดกรองผู้ป่วย การซักประวัติ การตรวจร่างกาย การวินิจฉัยและให้การรักษาโรคทั่วไปที่พบบ่อยเพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น และสามารถช่วยในการรักษาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม นอกจากนี้ยังเป็นการคัดกรองผู้ป่วย ให้คำแนะนำผู้ป่วยหรือส่งต่อผู้ป่วยไปโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์ หากมีอาการหรือภาวะที่รุนแรงเกินกว่าจะดูแลเบื้องต้นได้

4.1 ขั้นตอนการปฏิบัติ

1. กล่าวคำทักทาย
 - “สวัสดีค่ะ”
 - ปฏิบัติทั้งผู้ให้บริการและรับบริการ
2. ถามวัตถุประสงค์ของการมาขอรับบริการการรักษาพยาบาลด้วยการซักประวัติและข้อบ่งชี้เกี่ยวกับภาวะอาการ/โรค เช่น
 - มีอาการ/ป่วยเป็นอะไร?
 - มีอาการเป็นอย่างไร?
 - มีอาการอื่นๆ ร่วมด้วยอีกไหม?
 - ไปทำอะไรมาถึงมีอาการ/ป่วย
3. สอบถามประวัติการแพ้ยาหรือการแพ้อื่นๆ ถ้าหากมีประวัติการแพ้ยาหรือการแพ้อื่นๆ
 - 3.1 ให้ซักประวัติเพิ่มเติมโดยละเอียด เช่น
 - แพ้ยานิตใด/แพ้สารหรืออาหาร หรืออะไรบ้าง?
 - มีอาการแพ้เป็นอย่างไร?
 - ทำอย่างไรอาการแพ้ต่างๆ ถึงหายไป
 - เคยมีประวัติแพ้จนเข้าโรงพยาบาลหรือไม่?
 - 3.2 ให้คำแนะนำข้อควรระมัดระวังการใช้ยาในการรักษาโรคเบื้องต้น
 - 3.3 ให้คำแนะนำในการไปปรึกษาพยาบาล เกสซิก หรือ แพทย์เพิ่มเติมเกี่ยวกับประวัติการแพ้ยาต่างๆ เพื่อการดูแลที่ถูกต้องและให้มีการจดบันทึกประวัติการแพ้ทุกติดตัวตลอดเวลา
4. ทำการรักษาพยาบาลเบื้องต้น ตามรายการณี ตามอาการ/ภาวะการเจ็บป่วย โดยการ
 - จ่ายยาและเวชภัณฑ์ทางการแพทย์
 - อธิบายผล/ผลข้างเคียงของยาและเวชภัณฑ์ทางการแพทย์ต่อการรักษา
 - ให้คำแนะนำในการปฏิบัติตนเองสำหรับการดูแลตนเองเบื้องต้น
 - ให้คำแนะนำในการเฝ้าสังเกตอาการ/ภาวะโรคเพื่อ
 - ให้ไปโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์ หากมีอาการ/ภาวะโรค ไม่ดีขึ้น หรือไม่ทุเลาลงหรือมีอาการ/ภาวะโรค เพิ่มขึ้นหรือรุนแรงขึ้น
5. ให้ผู้ป่วยลงบันทึกข้อมูลส่วนตัวลงในแบบฟอร์มการขอรับบริการ

๔.๒ อาการ/ภาวะโรค ยาและการรักษา ข้อควรระวัง ข้อแนะนำ เพื่อการรักษาโรคเบื้องต้นและการดูแลสุขภาพของตนเองเบื้องต้น

อาการ/ภาวะโรค	ยาและการรักษา	ผลข้างเคียง ข้อควรระวัง	ข้อแนะนำ	หมายเหตุ
กลุ่มภาวะไข้ ตัวร้อน ครั้นเนื้อครั้นตัวมีไข้ สูงกว่า ๓๗.๕ °C ปวดศีรษะ	Paracetamol (๕๐๐ mg) จำนวน ๑-๒ เม็ด ทุก ๔-๖ ชั่วโมง บรรเทาอาการไข้ แก้ปวดลดไข้	มีผลข้างเคียงต่อดับ ระวังการรับประทานยา เกินขนาด	ให้ดื่มน้ำมากๆ พักผ่อนให้ เพียงพอ หากรับประทานยาแล้วไม่ดีขึ้น ควรไปโรงพยาบาลปรึกษาแพทย์	ต้องหาสาเหตุให้ได้ว่ามีภาวะไข้ จากสาเหตุใดเพื่อรักษาต้นเหตุ ได้ถูกต้อง หากมีไข้สูงมากหรือ อ่อนเพลียมากหรือสงสัยผู้ป่วย เป็นโรคไข้เลือดออก คือมีไข้สูง ลอย มีจุดเลือดออก ให้รีบไป โรงพยาบาลทันทีเพื่อพบแพทย์
กลุ่มอาการมีน้ำมูก คัดจมูก แพ้	Chlorpheniramine maleate จำนวน ๑ เม็ด หลังอาหาร วัน ละ ๓-๔ มื้อ สำหรับลดน้ำมูก แก้แพ้	ทำให้รู้สึกง่วงซึม ควรรับประทานยาแล้ว พักผ่อนไม่ควร รับประทานยาขณะขับรถ เพราะอาจทำให้เกิด อุบัติเหตุได้	ระวังการแพร่กระจายเชื้อโรค สู่ผู้อื่น ควรมีผ้าปิดจมูก ระวังการไอ จาม ควรล้างมือบ่อยๆ	ควรหลีกเลี่ยงการเข้ายากับ ผู้ป่วยที่มีประวัติโรคไข้อื่น อักเสบหรือเริ่มมีอาการปวด บริเวณโพรงจมูกหรือไซนัส

อาการ/ภาวะโรค	ยาและการรักษา	ผลข้างเคียง/ข้อควรระวัง	ข้อแนะนำ	หมายเหตุ
มีอาการแพ้ ขึ้นผื่น ลมพิษ แพ้อากาศ หรือแพ้อื่นๆ	Chlorpheniramine maleate จำนวน ๑ เม็ด ทุก ๔-๖ ชั่วโมง บรรเทาอาการแพ้ ผื่นคัน ลมพิษ ใช้ร่วมกับ Calamine lotion ใช้สำหรับทา ภายนอก เมื่อมีอาการ	ทำให้รู้สึกง่วงซึม ควรรับประทานยาและ พักผ่อน ไม่ควรรับประทานยา ขณะขับรถเพราะอาจจะ ทำ ให้เกิด อุบัติเหตุได้	สังเกตอาการแพ้หากมีอาการ มากขึ้น หายใจติดขัด แสดงให้ เห็นถึงอาการ/ภาวะที่รุนแรงให้ รีบนำส่งโรงพยาบาลทันที ดื่มน้ำมากๆ เพื่อขับพิษ ออกทางปัสสาวะ	หาสาเหตุของอาการแพ้ และหลีกเลี่ยงป้องกันตัวเองจาก สิ่งนั้น เพราะถ้าแพ้อย่างรุนแรง อาจมีอันตรายถึงชีวิตได้
อาการไอ ไอมากจนรบกวนการพักผ่อน	Dextromethorphan จำนวน ๑ เม็ด วันละ ๓ เวลาหลังอาหาร เข้า เทียง เย็น บรรเทาอาการไอ	อาจมีอาการซึมคลืนไส้ เวียนศีรษะ มึนงง ง่วง ระวังการเกิดอุบัติเหตุหลัง รับประทานยา	ดื่มน้ำมากๆ พักผ่อนให้เต็มที่ ใช้ยาสมุนไพรร่วมด้วย เช่น ยา แก้ไอ มะขามป้อม หรือยาอม แก้ไอ น้ำมะนาวและเกลือผสม จิบบ่อยๆ ให้ความอบอุ่นแก่ ร่างกาย หลีกเลี่ยงอากาศเย็น	หากมีอาการไอมาก มีเลือดปน จนเหนื่อยหอบ เจ็บหน้าอก ควรไปโรงพยาบาล เพื่อพบแพทย์เพื่อตรวจX-ray ทรวงอก ช่องปอด

อาการ/ภาวะโรค	ยาและการรักษา	ผลข้างเคียง/ข้อควร	ข้อแนะนำ	หมายเหตุ
เจ็บ/ระคายคอ	ฟ้าทะลายโจร จำนวน ๒-๓ เม็ด วันละ ๔ ครั้ง หลังอาหาร เช้า กลางวัน เย็น และก่อนนอน	ไม่ควรรับประทานยา ติดต่อกันเกิน ๕ วัน	พักผ่อนและดื่มน้ำมากๆ ออกกำลังกายเบาๆ จิบน้ำมะนาวบ่อยๆ ใช้น้ำเกลืออมกลั้ว ปากและคอ	
กลุ่มอาการเกี่ยวกับช่องท้อง ปวดประจำเดือน ปวดบิบเกร็งในช่องท้อง	Mefenamic Acid (๕๐๐ mg) จำนวน ๑ เม็ด วันละ ๓ ครั้ง หลังอาหาร เช้า กลางวัน เย็น บรรเทาอาการปวดเกร็ง ของท้อง	กรณีปวดเกร็ง ช่องท้อง ต้องคัดกรอง ผู้ป่วยจาก ภาวะโรคไส้ติ่งอักเสบ ซึ่งจะ มีอาการปวด บริเวณช่อง ท้องด้านขวา ล่าง กดปล่อย แล้วเจ็บ ร่วมกับการมีไข้ อาเจียน ท้องเสีย หากสงสัย ภาวะโรคไส้ติ่งอักเสบ แนะนำให้ไปโรงพยาบาล ทันที	หากปวดไม่มาก ให้ฝึก การออกกำลังกายเป็น ประจำ จะช่วย บรรเทาอาการปวดได้ แต่หากมีการรุนแรง หรือมีประจำเดือน มากผิดปกติให้รีบ ปรึกษาแพทย์	

อาการ/ภาวะโรค	ยาและการรักษา	ผลข้างเคียง ข้อควรระวัง	ข้อแนะนำ	หมายเหตุ
<p>ท้องอืด มีกรดมาก เรอ เหม็นเปรี้ยว อาหารไม่ย่อย</p>	<p>Simethicone ๘๐ mg จำนวน ๑ เม็ด วันละ ๓ มื้อ หลังอาหาร เข้า กลางวัน เย็น บรรเทาอาการ ท้องอืด ท้องเฟ้อ</p>		<p>รับประทานอาหารอ่อนๆ ย่อยง่าย ๆ งดอาหารประเภท ที่ทำให้เกิดแก๊สในกระเพาะ อาหาร หลีกเลี่ยงอาหารรสจัด เผ็ด จัด เปรี้ยวจัด แบ่งมื้ออาหาร ให้เล็กๆ เป็นวันละ ๕-๖ มื้อรับประทาน อาหารให้พออิ่ม รับประทานอาหาร ให้เป็น เวลา</p>	

อาการ/ภาวะโรค	ยาและการรักษา	ผลข้างเคียง ข้อควรระวัง	ข้อแนะนำ	หมายเหตุ
<p>รักษาแผลในทางเดินอาหาร กระเพาะ ลำไส้อักเสบ</p> <p>ติดเชื้อทางเดินอาหาร ถ่ายเหลว</p>	<p>Aluminum Hydroxide จำนวน ๑-๒ เม็ด วันละ ๓ มื้อ หลังอาหาร เข้า กลางวัน เย็น สำหรับ ช่วยรักษาแผลใน ทางเดินอาหาร กระเพาะ อาหาร ลำไส้อักเสบ</p> <p>CARBON ผงถ่าน จำนวน ๓-๔ เม็ด ทันท หลังจาก วันละ ๓ ครั้ง หลังอาหาร เข้ากลางวัน เย็น สำหรับดูดซับเชื้อ ทางเดินอาหาร</p> <p>ผงเกลือแร่ ๑ ซอง ละลายน้ำ ๒๕๐ ml ดื่มไปเรื่อยๆ สำหรับปรับ สมดุลของน้ำและเกลือแร่ ในร่างกาย</p>		<p>ควรงดน้ำและอาหาร ประมาณ ๓-๖ ชั่วโมง เพื่อให้ ทางเดินกระเพาะอาหาร ลำไส้พัก การทำงานชั่วคราว หรือลดการ เคลื่อนไหวของ ลำไส้ ดื่มน้ำเกลือแร่ทดแทน เมื่ออาการดีขึ้นหรือหายให้ รับประทานอาหารอ่อนๆ ย่อยง่าย รสไม่จัด</p>	

อาการ/ภาวะโรค	ยาและการรักษา	ผลข้างเคียง ข้อควรระวัง	ข้อแนะนำ	หมายเหตุ
อาการเกี่ยวกับตา ระคายเคืองตา ผื่นเข้าตา	OPSAR น้ำยาล้างตาสำหรับ ล้างตา	ให้ล้างเฉพาะตาที่มีอาการ ห้ามใช้ชำระหว่างตาซ้าย และตาขวา หากต้องการใช้ ซ้ำต้องทำความสะอาดแก้ว ล้างตาให้สะอาดดีเสียก่อน ก่อนใช้ซ้ำ		
แผล/ฝีหนอง/มีสิ่ง สกปรก อื่นๆ			ทำความสะอาดแผลให้สะอาด ด้วยน้ำเกลือล้างแผล และ Betadine การทำความสะอาดแผล ให้ ทำความสะอาดจากด้านใน ออกสู่ด้านนอกและรอบๆ แผลอีก ประมาณ ๒ cm	หากสงสัยมีกระดูก แตก หัก ร้าว หลุด สังเกต เช่น เดินไม่ได้ บีบมือ ไม่ได้ ยก แขนขาไม่ได้ ให้ห้าม เลือดก่อน แล้วรีบนำส่ง โรงพยาบาลทันที

อาการ/ภาวะโรค	ยาและการรักษา	ผลข้างเคียง ข้อควรระวัง	ข้อแนะนำ	หมายเหตุ
ฟกช้ำ/ข้อแพลง ปวด กล้ามเนื้อ			ให้ประคบเย็นหรือน้ำแข็ง บริเวณที่เป็น ภายใน ๒๔ ชั่วโมง เพื่อลดอาการฉีกขาดของเส้น หลังจากนั้นให้ประคบร้อน เพื่อลดอาการ บวม ปวดและยก บริเวณที่มีอาการให้สูงจากระดับ หัวใจเพื่อลดอาการบวม	
ไฟไหม้/น้ำร้อนลวก ถูกท่อไอเสียรถจักรยานยนต์ บริเวณ ผิวหนังชั้นนอก	Silvex ทำความสะอาดผิวหนัง ด้วยน้ำเกลือล้างแผลและ ทายา เช้า เย็น		พยายามระบายความร้อนออก จากผิวหนังให้มากและเร็วที่สุด เช่น ด้วยการประคบเย็น ล้างผ่าน ด้วยน้ำเย็น	กรณีที่บาดเจ็บไฟไหม้ น้ำร้อน ลวกและอื่นๆ มีบริเวณกว้าง แนะนำให้ไปโรงพยาบาล เพื่อพบแพทย์

อาการ/ภาวะโรค	ยาและการรักษา	ผลข้างเคียง ข้อควรระวัง	ข้อแนะนำ	หมายเหตุ
<p>กลุ่มอาการเกี่ยวกับ แมลงสัตว์กัดต่อย</p>	<p>ใช้ Ammonia ทา บริเวณที่ถูกแมลงสัตว์ กัดต่อยเพื่อปรับสภาพ ความเป็นกรดของพิษ เข้าสู่ร่างกาย ประคบเย็นเพื่อให้พิษ เดินทางแพร่กระจายเข้า ระบบเลือดต่ำลง หากมีเหล็กไน ให้เอา เหล็กไนออก ให้ยา Paracetamol สำหรับแก้ปวด ลดไข้ ให้ยา Chlorpheniramine maleate สำหรับแก้ แพ้พิษของ แมลงสัตว์</p>	<p>ให้ระมัดระวังการแพ้อย่าง รุนแรง พิจารณาเกี่ยวกับ อาการบวมแดง ร้อน การอักเสบ การเกิดลมพิษ ผื่น คันและการหายใจ หากมี อาการรุนแรงให้รีบ ส่ง โรงพยาบาลเพื่อพบ แพทย์ ทันที</p>		

อาการ/ภาวะโรค	ยาและการรักษา	ผลข้างเคียง ข้อควรระวัง	ข้อแนะนำ	หมายเหตุ
อาการเกี่ยวกับเมารถ เวียนศีรษะ อาเจียน	Dimenhydrinate จำนวน ๑ เม็ด ๓ เวลาหลัง อาหาร เข้า กลางวัน เย็น บรรเทาอาการเมารถ/วิงเวียน ศีรษะ/อาเจียน	ทำให้เกิดอาการง่วงซึม ควร พักผ่อนหลังรับประทาน ยา ระวังการเกิด อุบัติเหตุ		
ภาวะเลือดกำเดาไหล	ใช้น้ำกั้นศีรษะกับพนักเก้าอี้ ใช้ผ้า รองบริเวณใต้จมูก สังเกตเลือดที่ ไหลออกมา ▣ ประคบเย็นบริเวณดังกล่าว ศีรษะ ลาคอ ▣ อาการดีขึ้นให้ออน พัก ดื่มน้ำเกลือแร่	ระวังการเป็นลมและการ สูญเสียเลือด	หากมีอาการเลือดกำเดาไหล บ่อยๆ ให้ไปโรงพยาบาลเพื่อ พบแพทย์ในการวินิจฉัยต่อไป	

บทที่ ๕

การวิเคราะห์สภาพแวดล้อม SWOT Analysis
 กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ กองพัฒนานักศึกษา
 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

จุดแข็ง (Strengths)	จุดอ่อน (Weaknesses)
๑. บุคลากรในกลุ่มงานพยาบาลฯ รับฟังความคิดเห็นของทีม เพื่อการปรับปรุงงานให้มีคุณภาพ ๒. หัวหน้ากลุ่มงานให้ความสำคัญในการพัฒนาศักยภาพของเจ้าหน้าที่ ๓. มีการทำงานเป็นทีมได้เป็นอย่างดี ๔. การมอบหมายงานมีระบบที่ชัดเจน ๕. มีแผนการปฏิบัติงานที่ชัดเจน	๑. บุคลากรมีความเสี่ยงด้านสุขภาพ ๒. ผู้รับบริการบางท่านยังไม่ปฏิบัติตามขั้นตอนการรับบริการของกลุ่มงานพยาบาลฯ ๓. การฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ยังไม่สามารถนำมาพัฒนาบุคลากรได้อย่างเต็มที่ ๔. ภาระงานด้านเอกสารที่มีมากทำให้เวลาในการปฏิบัติงานเกี่ยวกับการพยาบาลได้น้อยลง
โอกาส (Opportunities)	อุปสรรค (Threats)
๑. มีการจัดสรรงบประมาณการดำเนินงานเพื่อใช้ในกิจกรรมของหน่วยงาน ๒. ได้รับการสนับสนุนจากองค์กรภายใน และภายนอก เช่น การสนับสนุนนักศึกษาจากสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ การย้ายสิทธิบัตรประกันสุขภาพจากศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ ๓. ผู้รับบริการมีความรู้ด้านการดูแลสุขภาพมากขึ้น	๑. นโยบายอัตรากำลัง มีผลต่อการปฏิบัติงาน ๒. การเปลี่ยนผู้บริหารทำให้มีการเปลี่ยนนโยบาย ทำให้ไม่สอดคล้องกับแผนปฏิบัติงานไว้เดิม

เอกสารอ้างอิง

๑. สภาการพยาบาล.คู่มือการพยาบาลในโรคเบื้องต้น.พ.ศ.๒๕๕๖
๒. หน่วยพยาบาลงานบริการและสวัสดิการนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.
แนวปฏิบัติในการรักษาโรคเบื้องต้นที่พบบ่อย

