



คู่มือการปฏิบัติงาน
กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ
กองพัฒนานักศึกษา สำนักงานอธิการบดี
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

นางสาวสุภารัตน์ โพธิ์จำปา
ตำแหน่ง ผู้ช่วยพยาบาล

คำนำ

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ เป็นสถาบันระดับอุดมศึกษาที่มีชื่อเสียง เป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวางทั้งในระดับจังหวัด และระดับประเทศ ผลิตนักศึกษาที่มีคุณภาพ ให้เป็นบุคลากรที่ทำคุณประโยชน์แก่ประเทศชาติเป็นระยะเวลานาน ตั้งแต่ปี พ.ศ.2465 ทางมหาวิทยาลัยได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาการเรียนการสอนของนักศึกษาอย่างต่อเนื่อง ไม่เพียงเท่านั้นยังได้ตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพของนักศึกษา คณาจารย์และเจ้าหน้าที่ทุกคนอยู่เสมอ และมีนโยบายให้จัดตั้งกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพขึ้นเพื่อดูแลรักษาพยาบาลเบื้องต้น ให้แก่นักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากรที่มีความเจ็บป่วย ตลอดจนเป็นแหล่งให้ความรู้และให้คำปรึกษาด้านสุขภาพแก่ผู้สนใจโดยทั่วไปด้วย

กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ได้ปฏิบัติงานเพื่อตอบสนองนโยบายของมหาวิทยาลัยฯ เสมอมา และได้จัดทำคู่มือปฏิบัติงานกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติงานและเป็นข้อมูลสำหรับผู้สนใจต่อไป

นางสาวสุภารัตน์ โพธิ์จำปา
ผู้ช่วยพยาบาล
สิงหาคม 2562

สารบัญ

บทที่	หน้า
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญ	5
วัตถุประสงค์	5
ขอบเขต	6
คำจำกัดความเบื้องต้น	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
บทที่ ๒ โครงสร้างและหน้าที่ความรับผิดชอบ	
ปรัชญา	7
วิสัยทัศน์	7
พันธกิจ	7
นโยบาย	8
กลุ่มเป้าหมาย	8
อัตรากำลัง	8
เวลาเปิดทำการ	8
โครงสร้างอัตรากำลังกลุ่มงานพยาบาลฯ	9
การแบ่งพื้นที่การปฏิบัติงานกลุ่มงานพยาบาลฯ	10
บทบาทความรับผิดชอบ	11
ลักษณะงานที่ปฏิบัติ	11
ภาระหน้าที่ความรับผิดชอบ	11
บทที่ ๓ การให้บริการ	
ขอบเขตการให้บริการ	13
ขั้นตอนการให้บริการงานพยาบาลฯ	14
แผนรับสถานการณ์ฉุกเฉินและบริการส่งต่อ	15
ขั้นตอนการรับบริการ ยืม – คืน กล่องปฐมพยาบาล	16
ขั้นตอนการจัดหน่วยปฐมพยาบาลกลุ่มงานพยาบาลฯ	18
ขั้นตอนการเช็คจำนวนยา/วันหมดอายุยาศูนย์พยาบาลฯ	20
ขั้นตอนการสั่งซื้อยาและวัสดุสำนักงานของกลุ่มงานพยาบาลฯ	21
การรณรงค์ขอรับบริจาคโลหิตร่วมกับภาคบริการโลหิตที่ 8 สภากาชาดไทย	22
หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า	23

	หน้า
บทที่ 4 อาการเจ็บป่วยที่พบบ่อย	
การมีไข้	25
ปวดศีรษะ	25
หวัด ไอ เจ็บคอ แพ้อากาศ	26
คลื่นไส้ อาเจียน เวียนศีรษะ หน้ามืด เป็นลม	26
ปวดท้อง ท้องอืด แน่นท้อง	26
โรคกระเพาะอาหาร	27
กลุ่มอาการเกี่ยวกับช่องท้องปวดประจำเดือน	27
ท้องเสีย	27
ผื่นคัน แผลงัดต่อย	28
การทำแผล	28
แผลฟกช้ำ	29
ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก	29
บทที่ 5 การวิเคราะห์สภาพแวดล้อม SWOT Analysis	43
เอกสารอ้างอิง	44

คู่มือการปฏิบัติงาน
กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ
กองพัฒนานักศึกษา สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญ

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ เป็นสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษากระทรวงศึกษาธิการ เป็นสถาบันระดับอุดมศึกษาที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวางผลิตนักศึกษาที่มีคุณภาพ ให้เป็นบุคลากรที่ทำคุณประโยชน์แก่ประเทศชาติเป็นระยะเวลานาน ตั้งแต่ปี พ.ศ.2465 ทางมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ ได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทางการศึกษาควบคู่กับด้านกิจกรรมของนักศึกษาอย่างต่อเนื่อง ไม่เพียงเท่านั้นยังได้ตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพของนักศึกษา คณาจารย์และบุคลากรทุกคนอยู่เสมอ จึงมีนโยบายให้จัดตั้งห้องพยาบาล เพื่อดูแลรักษาพยาบาลเบื้องต้นแก่นักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากรทุกคนที่มีความเจ็บป่วย ตลอดจนเป็นแหล่งความรู้ และให้คำปรึกษาด้านสุขภาพให้กับผู้สนใจโดยทั่วไปด้วย

กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ จัดตั้งขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2513 โดยใช้ชื่อว่า ห้องพยาบาล ตั้งอยู่ที่อาคาร 1 ชั้น 1 ต่อมาได้ย้ายสถานที่ตั้งมาที่ ชั้น 1 อาคารอัมรินทร์พิทักษ์ เปลี่ยนชื่อเป็น กลุ่มงานศูนย์พยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ และในปี พ.ศ.2560 เปลี่ยนเป็นกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ ภายใต้การดูแลของกองพัฒนานักศึกษา สำนักงานอธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ กลุ่มงานพยาบาลฯ ได้ปฏิบัติงานเพื่อตอบสนองนโยบายของมหาวิทยาลัยฯ เสมอมา ในการดูแลรักษาสุขภาพของนักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากรทุกคนในมหาวิทยาลัยฯ ให้มีสุขภาพดี มีหลักในการส่งเสริมสุขภาพ ได้รับความรู้ในเรื่องการป้องกันโรคและให้การการดูแลรักษาพยาบาลเบื้องต้น ตลอดจนการจัดทำโครงการและกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ ให้แก่บุคลากรภายในมหาวิทยาลัยและขยายผลสู่ชุมชนบริเวณใกล้เคียง

ด้วยเหตุนี้จึงได้จัดทำคู่มือการปฏิบัติงานกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ เนื้อหาในคู่มือเล่มนี้ประกอบด้วย โครงสร้างของกลุ่มงานพยาบาลฯ ขอบเขตและขั้นตอนการให้บริการ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น และหลักวิธีการใช้ยา เป็นต้น ซึ่งผู้จัดทำได้นำประสบการณ์โดยตรงจากการปฏิบัติงาน ที่พบบ่อยในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ เพื่อเป็นแนวทางแก่ผู้ปฏิบัติงานและผู้สนใจ สามารถนำไปใช้ได้จริงในการปฏิบัติงานหรือการดำเนินชีวิตประจำวันต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์

1.2.1 เพื่อให้แต่ละกลุ่มงานมีการจัดทำคู่มือการให้บริการที่ชัดเจน อย่างเป็นลายลักษณ์อักษร ที่แสดงถึงรายละเอียดขั้นตอนการปฏิบัติงานของกิจกรรม/กระบวนการต่างๆ ของหน่วยงาน และสร้างมาตรฐานการปฏิบัติงานที่มุ่งไปสู่การบริหารคุณภาพทั่วทั้งองค์กรอย่างมีประสิทธิภาพเกิดผลงานที่ได้มาตรฐาน เป็นไปตามเป้าหมาย ได้ผลผลิตหรือการบริการที่มีคุณภาพ และบรรลุข้อกำหนดที่สำคัญของกระบวนการ

1.2.2 เพื่อเป็นหลักฐานแสดงวิธีการทำงานที่สามารถถ่ายทอดให้กับผู้เข้ามาปฏิบัติงานใหม่ พัฒนาให้การทำงานเป็นมืออาชีพ และใช้ประกอบการประเมินผลการปฏิบัติงานของบุคลากร รวมทั้งแสดงหรือเผยแพร่ให้กับบุคคลภายนอก หรือผู้ใช้บริการ ให้สามารถเข้าใจและใช้ประโยชน์จากกระบวนการที่มีอยู่ เพื่อขอการรับบริการที่ตรงกับความต้องการ

1.2.3 เพื่อจัดการความรู้ที่มีอยู่ในงานด้านการพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นรูปธรรม และพัฒนาให้เกิดความต่อเนื่องอย่างถาวร

1.3 ขอบเขต

คู่มือมาตรฐานการบริการและการปฏิบัติงานนี้ครอบคลุมขั้นตอนของกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ กองพัฒนานักศึกษา โดยมุ่งเน้นกระเรื่องรักษาพยาบาลเบื้องต้น การให้ความรู้ด้านสุขภาพ และการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ ให้แก่นักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากร ในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

1.4 คำจำกัดความ

มาตรฐาน คือ สิ่งที่เราเป็นเกณฑ์สำหรับเทียบกำหนด ทั้งในด้านปริมาณ และคุณภาพ (พจนานุกรมฉบับบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542)

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 ในการบรรลุซึ่งสุขภาพอันสมบูรณ์ ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

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

1.5.2 เป็นหลักฐานแสดงวิธีการทำงานที่สามารถถ่ายทอดให้กับผู้เข้ามาปฏิบัติงานใหม่ พัฒนาให้ การทำงานเป็นมืออาชีพ และใช้ประกอบการประเมินผลการปฏิบัติงานของบุคลากร รวมทั้งแสดงหรือเผยแพร่ ให้กับบุคคลภายนอก หรือผู้ใช้บริการ ให้สามารถเข้าใจและใช้ประโยชน์จากกระบวนการที่มีอยู่เพื่อขอ การรับบริการที่ตรงกับความต้องการ

1.5.3 มีระบบการจัดการความรู้ที่มีอยู่ในงานด้านการพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นรูปธรรม และพัฒนาให้เกิดความต่อเนื่องอย่างถาวร

บทที่ 2

โครงสร้างและหน้าที่รับผิดชอบ

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

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

2.1 ปรัชญา (Philosophy)

“มุ่งมั่นรักษาพยาบาล บริการด้วยหัวใจ ก้าวไกลด้วยการพัฒนา”

2.2 วิสัยทัศน์ (Vision)

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

2.3 พันธกิจ (Mission)

กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ มีนโยบายให้การดูแลสุขภาพเบื้องต้น แก่นักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากรในมหาวิทยาลัยฯ ตลอดจนเป็นแหล่งให้ความรู้ ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับโรคต่างๆ และการดูแลสุขภาพโดยทั่วไป

2.4 นโยบาย

- 2.4.1 ให้บริการดูแลรักษาโรคเบื้องต้น แก่นักศึกษาทุกคณะ ทุกระดับชั้น รวมถึงคณาจารย์ และบุคลากร
- 2.4.2 ให้บริการดูแลปฐมพยาบาลเบื้องต้น แก่ผู้ได้รับบาดเจ็บ ผู้ป่วยฉุกเฉินและผู้ป่วยทั่วไป
- 2.4.3 ให้คำปรึกษาด้านสุขภาพอนามัย แก่นักศึกษา คณาจารย์และบุคลากร
- 2.4.4 ให้บริการเผยแพร่ความรู้เรื่องโรค และการดูแลสุขภาพทั่วไป

2.5 กลุ่มเป้าหมาย

นักศึกษาภาคปกติ ภาค กศ.บป. คณาจารย์และบุคลากรในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

2.6 อัตรากำลัง

1. อาจารย์	จำนวน	1	คน
2. ผู้ช่วยพยาบาล	จำนวน	2	คน
3. นักศึกษาปฏิบัติการ	จำนวน	1	คน

2.7 เวลาเปิดทำการ

วันจันทร์	ศุกร์	เวลา	08.30 - 16.30 น.
วันเสาร์	อาทิตย์	เวลา	08.30 - 16.30 น.

เว้นวันหยุดราชการและวันหยุดของมหาวิทยาลัยฯ

(พักรับประทานอาหารกลางวัน เวลา 12.00 - 13.00 น.)

โครงสร้างอัตรากำลังกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



อาจารย์ ดร.พิมรา ทองแสง
ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



นางสาวชิตชนก ธเนศตรีรัตน์
ตำแหน่ง นักศึกษาปฏิบัติการ

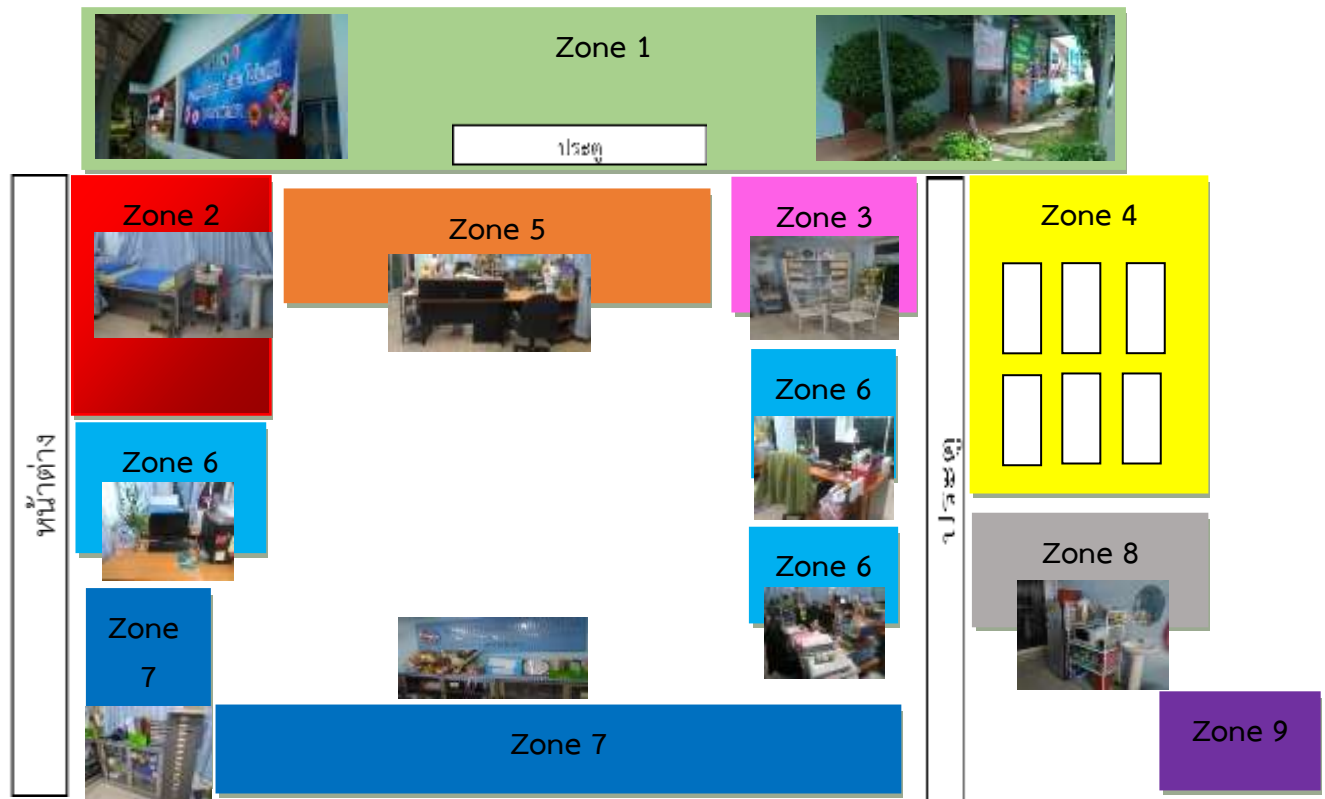


นางสาวสุภารัตน์ โพรธิจำปา
ตำแหน่ง ผู้ช่วยพยาบาล



นางสาวพิมพันธ์ มะแมน
ตำแหน่ง ผู้ช่วยพยาบาล
ประจำยามัมठी

การแบ่งพื้นที่การปฏิบัติงานในห้องให้บริการของกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



Zone	สีประจำโซน	ความหมาย
1	สีเขียว	ระเบียบหน้าห้อง/สวนหย่อม/ป้ายประชาสัมพันธ์
2	สีแดง	รถทำแผล/เตียงทำแผล/อ่างล้างมือ/ชั้นวางรองเท้า
3	สีชมพู	โต๊ะรับแขก/ชั้นวางผลงาน/ชั้นวางหนังสือ
4	สีเหลือง	ห้องสังเกตอาการ
5	สีส้ม	เคาน์เตอร์จ่ายยา/ลงทะเบียนรับบริการ/โต๊ะรับประทานยา
6	สีฟ้า	โต๊ะทำงานเจ้าหน้าที่
7	สีน้ำเงิน	ตู้เก็บเอกสาร
8	สีเทา	อ่างล้างมือ/ชั้นวางของ/ตู้เย็น
9	สีม่วง	ห้องน้ำ

2.8 บทบาทความรับผิดชอบ

การปฏิบัติงานในฐานะผู้ปฏิบัติงานใช้ความรู้ ความสามารถปฏิบัติงานเกี่ยวกับงานด้านการพยาบาล และส่งเสริมสุขภาพ งานประชาสัมพันธ์ งานบริการทั่วไป การจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพในมหาวิทยาลัย และชุมชน ตามคำสั่งผู้บังคับบัญชา เสนอแนะวิธีการแก้ไขปรับปรุงการปฏิบัติงาน

2.9 ลักษณะงานที่ปฏิบัติ

- 2.9.1 ด้านการตรวจรักษาและปฐมพยาบาลเบื้องต้น
- 2.9.2 ให้คำแนะนำปรึกษาด้านสุขภาพ และส่งต่อผู้ป่วยไปโรงพยาบาล
- 2.9.3 หน่วยปฐมพยาบาล บริการเยี่ยมกระเป่าปฐมพยาบาลและอุปกรณ์และเวชภัณฑ์ทางการแพทย์
- 2.9.4 งานบริจาควัดโลหิต
- 2.9.5 หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า
- 2.9.6 ด้านการประชาสัมพันธ์ ผลิตสื่อด้านสุขภาพ
- 2.9.7 จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพในมหาวิทยาลัยและชุมชน
- 2.9.8 การทำความสะอาดห้องพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ
- 2.9.9 งานจัดซื้อวัสดุของสำนักงานกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ
- 2.9.10 ตรวจเช็คยา เวชภัณฑ์ และวัสดุสำนักงาน (เช็ค วัน เดือน ปี ที่ยาหมดอายุ)
- 2.9.11 เตรียมยา และเวชภัณฑ์เพื่อใช้ส่ง

2.10 ภาระหน้าที่ความรับผิดชอบ

- 2.10.1 ด้านการตรวจรักษาและปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - การตรวจและประเมินอาการเจ็บป่วยเบื้องต้น
 - การปฐมพยาบาลและให้การพยาบาลเบื้องต้น
 - ให้ยาเพื่อบรรเทาอาการเบื้องต้น
 - ทำแผลและตกแต่งบาดแผล
 - ล้างตา และปิดตา
 - ประคบความร้อนหรือความเย็น เพื่อบรรเทาอาการเจ็บปวดการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อหรือข้อเคล็ด
 - ดูแลให้ออนพักในห้องสังเกตอาการ และติดตามประเมินอาการอย่างใกล้ชิด
 - สรุปการรักษาพยาบาล โดยบันทึกจำนวนยาและการพยาบาลที่ให้แก่ผู้รับบริการทุกครั้ง
- 2.10.2 ให้คำแนะนำปรึกษาด้านสุขภาพ และส่งต่อผู้ป่วยไปโรงพยาบาล
 - ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ
 - ประสานงานส่งต่อผู้รับบริการไปโรงพยาบาลเพื่อรับการรักษาที่ถูกต้อง
- 2.10.3. หน่วยปฐมพยาบาล บริการเยี่ยมกระเป่าปฐมพยาบาลและอุปกรณ์และเวชภัณฑ์ทางการแพทย์
 - บริการเยี่ยมกระเป่าปฐมพยาบาลและกล่องปฐมพยาบาล
 - อุปกรณ์ทางการแพทย์ ทั้งเพื่อนำไปใช้และเพื่อเป็นสื่อในการเรียนการสอน เช่น ไมค์ย่น รถนั่งเข็น เปลสนาม เครื่องวัดความดันโลหิต เป็นต้น

2.10.4 การจัดการรณรงค์ขอรับบริจาคโลหิตร่วมกับภาคบริการโลหิตที่ 8 สภากาชาดไทย

- ติดป้ายประชาสัมพันธ์
- ประชาสัมพันธ์บนหน้าเว็บของมหาวิทยาลัย
- ประชาสัมพันธ์ใน Facebook กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ
- จัดเตรียมสถานที่ โต๊ะ เก้าอี้ ป้ายประชาสัมพันธ์ ไว้สำหรับเจ้าหน้าที่หน่วยรับบริจาคโลหิต
- เตรียมเอกสารใบสมัครผู้บริจาคโลหิต
- เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรม สรุปยอดผู้บริจาคโลหิต
- นำหนังสือขอบคุณส่งงานธุรการกลาง
- เก็บวัสดุอุปกรณ์ต่างๆให้เรียบร้อยเพื่อเตรียมไว้ใช้ครั้งต่อไป

2.10.5 หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า

ให้บริการกับนักศึกษาที่มีความประสงค์จะย้ายสิทธิการรักษาพยาบาลกับหน่วยบริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ และศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ

2.10.6 งานอื่นๆ

- ดำเนินงานด้านการรณรงค์และป้องกันแก้ไขปัญหาเสพติด
- เข้าร่วมประชุม อบรม สัมมนา กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
- ปฏิบัติงานอื่นๆ ตามที่ได้รับมอบหมายจากผู้บังคับบัญชา

บทที่ 3

การให้บริการ

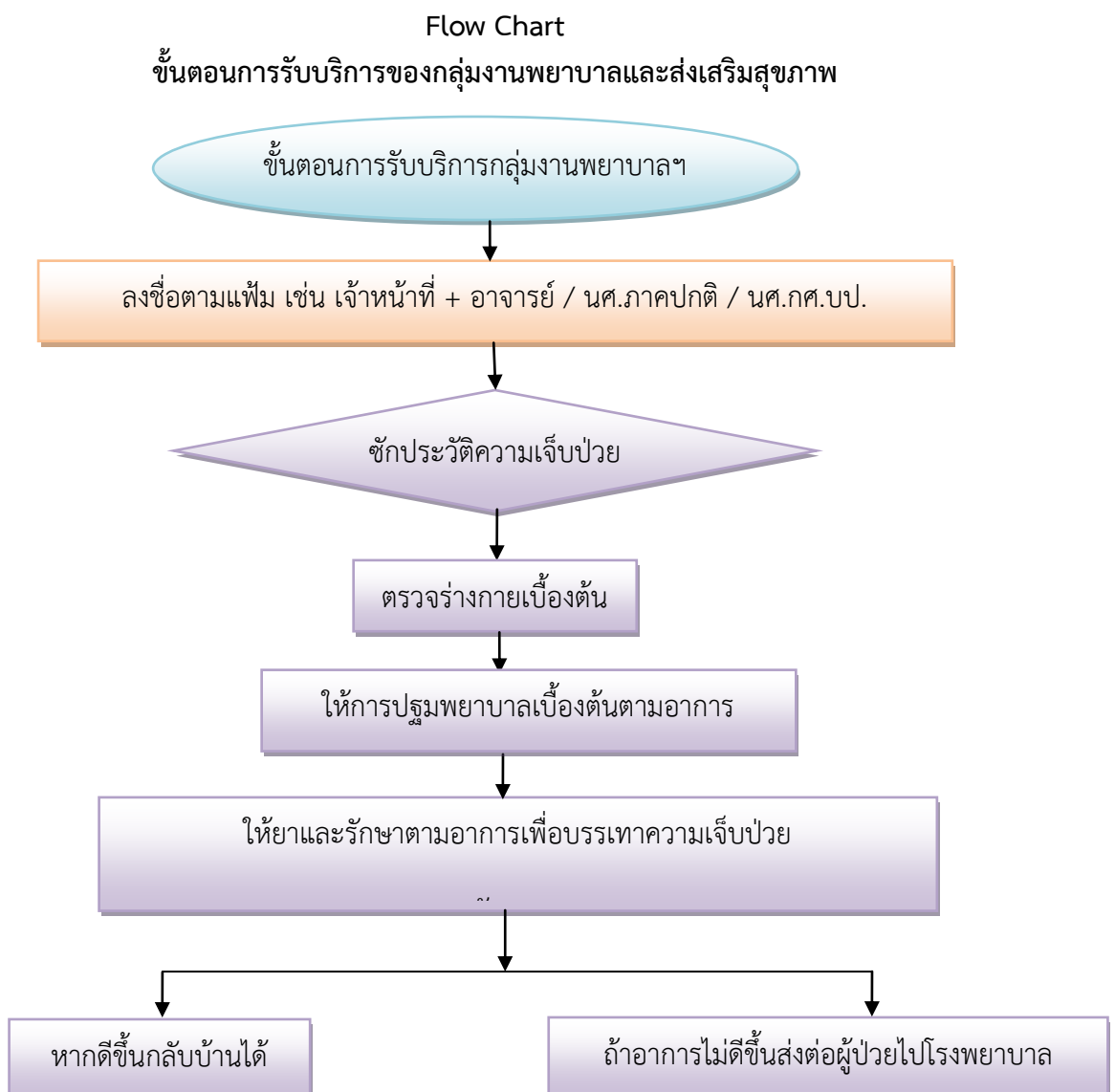
กลุ่มงานพยาบาลและการส่งเสริมสุขภาพ กองพัฒนานักศึกษา สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ เป็นหน่วยงานอีกหน่วยงานหนึ่งซึ่งได้มีการปฏิบัติงานให้เป็นไปตามกิจกรรมและภาระงานต่างๆ ที่ทางหน่วยงานได้กำหนดขึ้น งานด้านการปฐมพยาบาลเบื้องต้น และการส่งเสริมสุขภาพ ทำหน้าที่ดำเนินการดูแลรักษาพยาบาลเบื้องต้น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

3.1 ขอบเขตการให้บริการ

- 1.1 การตรวจและประเมินอาการเจ็บป่วยเบื้องต้น
- 1.2 ปฐมพยาบาลและให้การพยาบาลเบื้องต้น
- 1.3 ให้ยาเพื่อบรรเทาอาการเบื้องต้น
- 1.4 ทำแผลและตกแต่งบาดแผล
- 1.5 ล้างตา และปิดตา
- 1.6 ประคบความร้อนหรือ ความเย็น เพื่อบรรเทาอาการเจ็บปวด การปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ หรือข้อเคล็ด
- 1.7 ดูแลให้นอนพักในห้องสังเกตอาการ และติดตามประเมินอาการอย่างใกล้ชิด
- 1.8 ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ
- 1.9 การให้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนอย่างถูกต้องและเหมาะสมกับโรคหรืออาการที่เป็นอยู่
- 1.10 ให้ความรู้เกี่ยวกับโรคและการดูแลสุขภาพอย่างถูกต้อง เผยแพร่ความรู้ในการดูแลสุขภาพ
- 1.11 จัดหน่วยปฐมพยาบาลทั้งภายในและภายนอกสถานที่
- 1.12 ประสานงานการส่งต่อผู้รับบริการไปโรงพยาบาลเพื่อรับการรักษาที่ถูกต้อง
- 1.13 ติดตามผลการตรวจของผู้เจ็บป่วยที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล และประสานงานกับเจ้าหน้าที่ต่างๆ ในโรงพยาบาลเพื่อความสะดวกในการบริการ
- 1.14 การจัดรณรงค์ขอรับบริจาคโลหิตร่วมกับภาคบริการโลหิตที่ 8 สภากาชาดไทย
- 1.15 ให้บริการกับนักศึกษาที่มีความประสงค์จะย้ายสิทธิการรักษาพยาบาลกับหน่วยบริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ และศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ

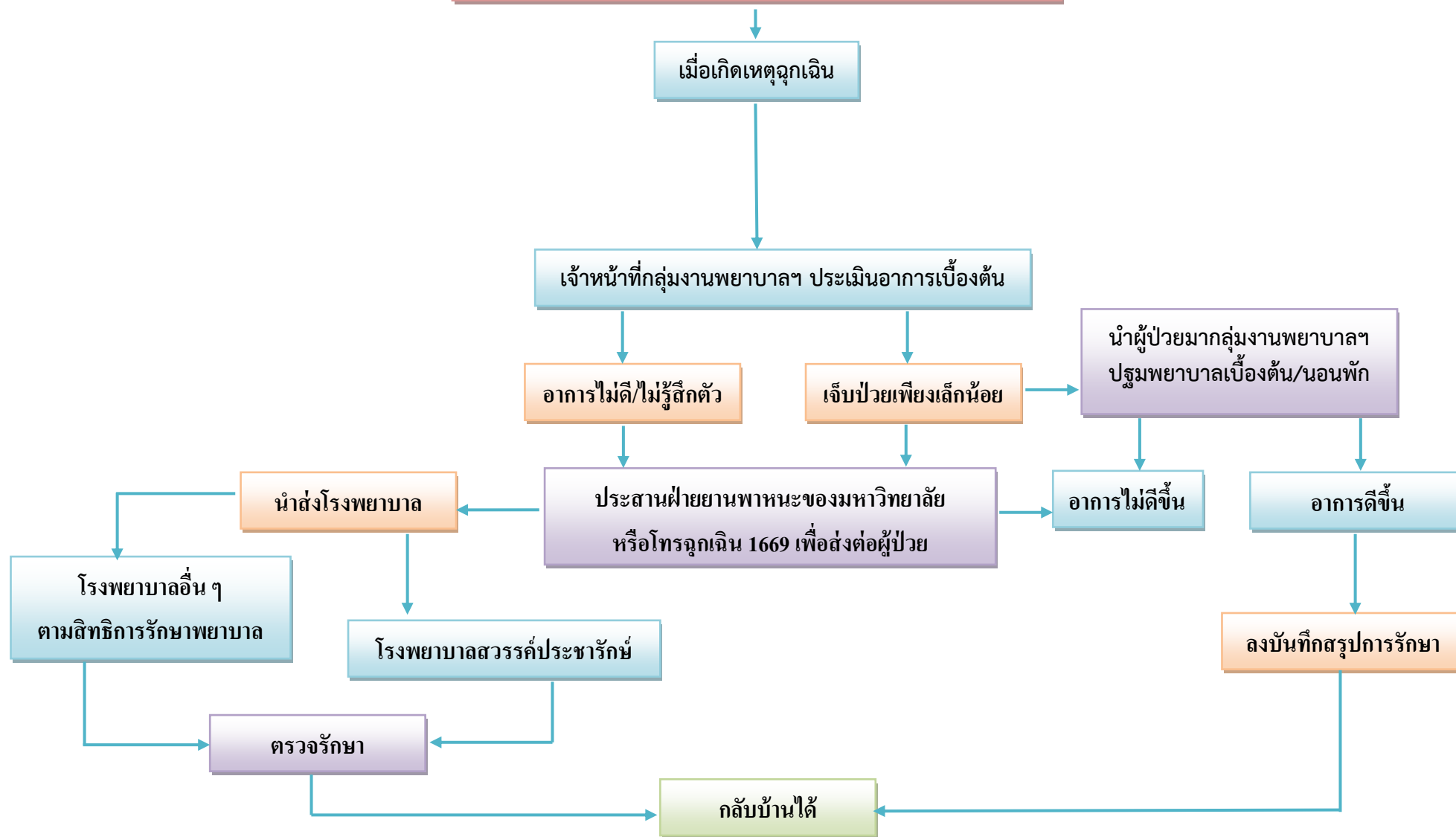
3.2 ขั้นตอนการบริการงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

- 3.2.1 ลงชื่อในสมุดบันทึกผู้รับบริการ
- 3.2.2 ชักประวัติความเจ็บป่วย เช่น มีอาการอย่างไร เป็นมากี่วัน เป็นต้น
- 3.2.3 ตรวจร่างกายเบื้องต้น เช่น ความดันโลหิต อัตราชีพจร อัตราการหายใจ และอุณหภูมิร่างกาย ให้การพยาบาลเบื้องต้นตามอาการ
- 3.2.4 ให้ยา เพื่อบรรเทาอาการและรักษาตามอาการความเจ็บป่วย
- 3.2.5 ให้คำแนะนำในการปฏิบัติตนที่เหมาะสมขณะเจ็บป่วย
- 3.2.6 ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้อนพักในห้องสังเกตอาการจนกว่าอาการจะทุเลาขึ้น
- 3.2.7 หากนอนพักแล้วอาการยังไม่ดีขึ้น หรือประเมินแล้วว่าความเจ็บป่วยมีการแสดงอาการอย่างต่อเนื่องจะทำการ ประสานฝ่ายยานพาหนะของมหาวิทยาลัยฯ หรือโทรประสาน 1669 เรียกรถพยาบาลให้นำผู้ป่วยส่งต่อ เพื่อเข้ารับการรักษาต่อไป
- 3.2.8 สรุปการรักษาพยาบาล โดยบันทึกจำนวนยาและการพยาบาลที่ให้แก่ผู้รับบริการทุกครั้ง



ภาพที่ 3.1 แผนภูมิแสดงขั้นตอนการรับบริการกลุ่มงานพยาบาลฯ

แผนรับสถานการณ์ฉุกเฉินและบริการส่งต่อผู้ป่วย

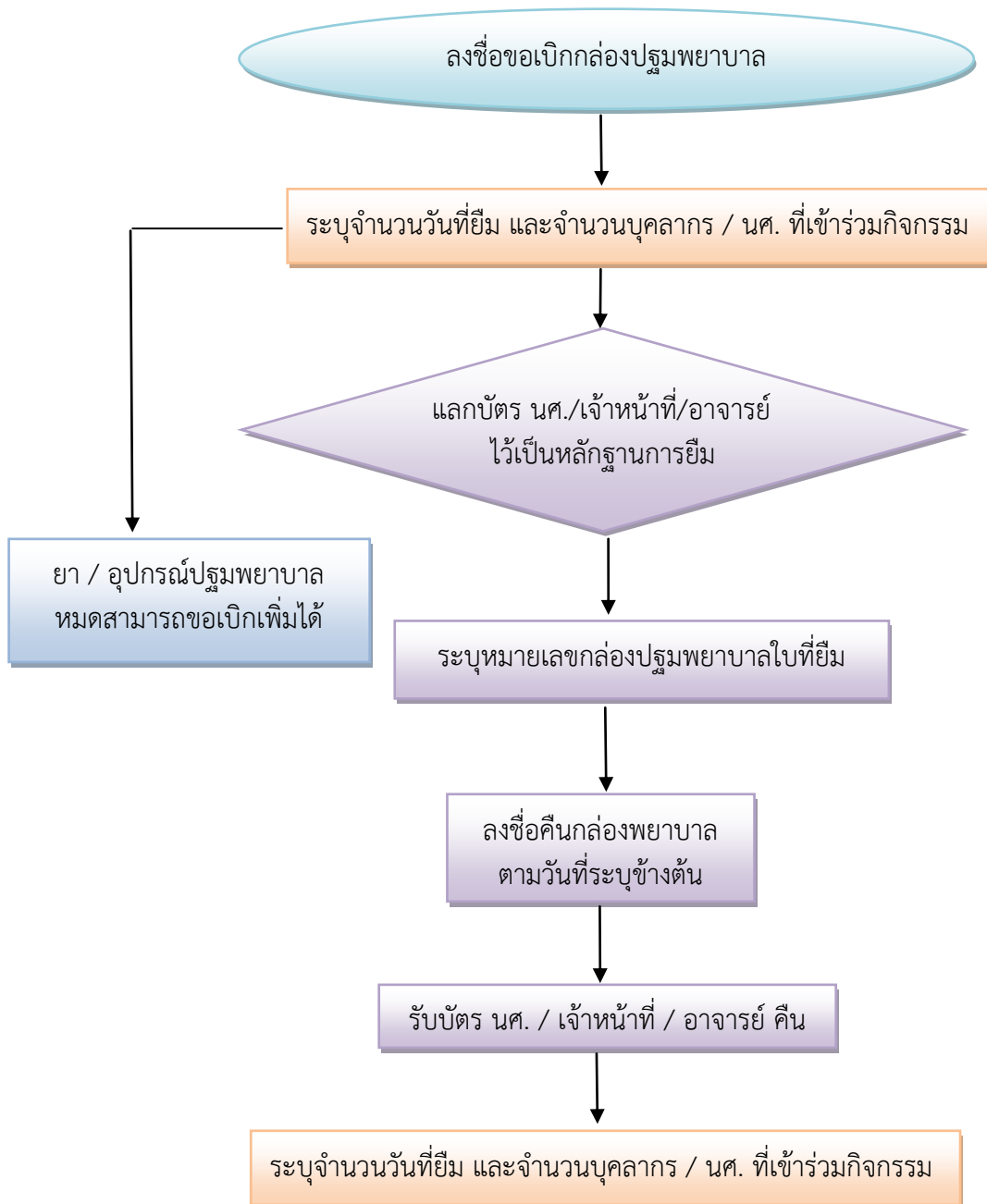


3.3 ขั้นตอนการรับบริการ ยืม – คืน ก่อ่งปฐมพยาบาล

- 3.3.1 แจ้งเจ้าหน้าที่ว่าท่านต้องการเบิกก่อกปฐมพยาบาล
- 3.3.2 ลงชื่อและรายละเอียดการเบิกในสมุดลงทะเบียนให้ครบถ้วน
- 3.3.3 แลกบัตรนักศึกษาของท่านไว้ที่เจ้าหน้าที่และติดต่อรับบัตรคืนได้เมื่อมาคืนก่อกปฐมพยาบาล
- 3.3.4 ติดต่อขอรับก่อกปฐมพยาบาลในวันและเวลาที่กำหนด
- 3.3.5 ตรวจสอบรายการยาและเวชภัณฑ์ รวมถึงวิธีการใช้ยาแต่ละชนิดให้เข้าใจจากเจ้าหน้าที่ก่อนรับก่อกปฐมพยาบาลไปใช้
- 3.3.6 เมื่อมีผู้ติดต่อขอเบิกยาจากก่อกปฐมพยาบาล ให้ลงชื่อและรายละเอียดให้ครบในแบบฟอร์มการเบิกยาที่แนบไว้ในก่อกปฐมพยาบาลทุกครั้ง
- 3.3.7 เมื่อครบวันและเวลาที่กำหนดให้นำก่อกปฐมพยาบาลมาคืนพร้อมรับบัตรนักศึกษา

Flow Chart

การเบิกกล่องปฐมพยาบาลของกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



ภาพที่ 3.3 แผนภูมิแสดงขั้นตอนการเบิกกล่องปฐมพยาบาลกลุ่มงานพยาบาลฯ

3.4 ขั้นตอนการจัดหน่วยปฐมพยาบาลกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

การเตรียมงานและการปฏิบัติงานหน่วยปฐมพยาบาล

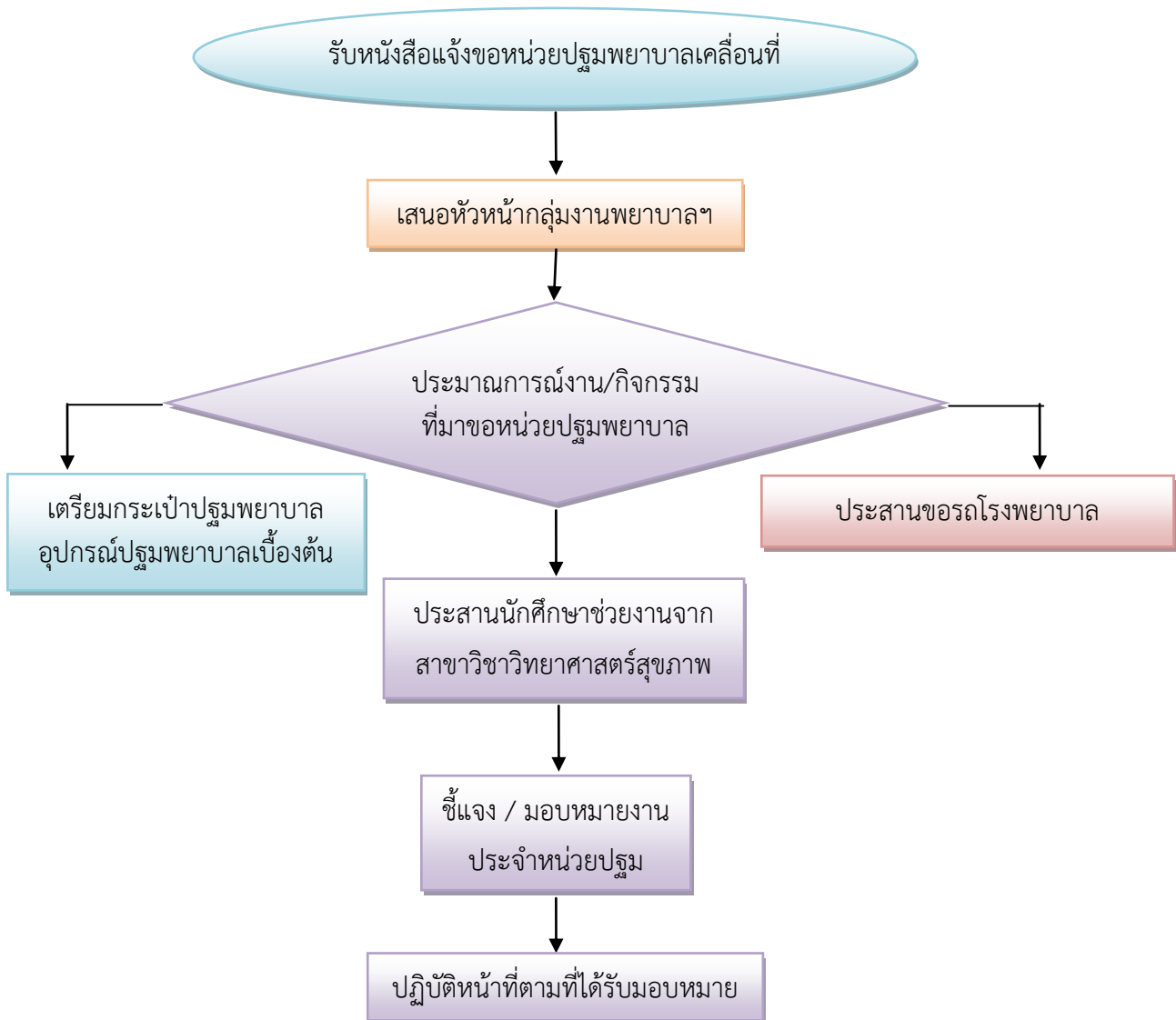
- 3.4.1 ตรวจสอบข้อมูลจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการจัดกิจกรรม เพื่อประกอบการวางแผน
- 3.4.2 วางแผนการจัดหน่วยปฐมพยาบาลและแบ่งกลุ่มเจ้าหน้าที่ในหน่วยปฐมพยาบาลให้เหมาะสม
- 3.4.3 กำหนดวัน เวลา ปฏิบัติงานและจัดตารางเวร
- 3.4.4 กำหนดสถานที่ตั้งหน่วยปฐมพยาบาล
- 3.4.5 กำหนดจำนวนและรายชื่อเจ้าหน้าที่ ประจำหน่วยปฐมพยาบาลแต่ละหน่วย
- 3.4.6 สรุปรายชื่อเบื้องต้น

วันที่	เวลาปฏิบัติงาน	สถานที่ตั้งหน่วย	รายชื่อเจ้าหน้าที่ประจำหน่วย	หมายเหตุ

- 3.4.7 จัดกระเป๋าปฐมพยาบาล (ตรวจสอบยา – เวชภัณฑ์)
- 3.4.8 ประชุมมอบหมายงาน กำหนดหน้าที่รับผิดชอบของเจ้าหน้าที่ทุกคน
 - การใช้กระเป๋าปฐมพยาบาล
 - การปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - การทำแผล
 - การใช้ยาเบื้องต้น
 - ฯลฯ
- 3.4.9 ก่อนวันออกหน่วย ให้จัดเตรียมสถานที่ โต๊ะ เก้าอี้ และติดป้ายหน่วยปฐมพยาบาล
- 3.4.10 รับผิดชอบการปฏิบัติงาน ตามตาราง เวลาที่กำหนด พร้อมลงชื่อปฏิบัติงานทุกครั้ง
- 3.4.11 หลังปฏิบัติงาน ดูแลสถานที่และเก็บของใช้ให้เรียบร้อย จัดกระเป๋าปฐมพยาบาล ตรวจสอบยาและเวชภัณฑ์ ให้พร้อมที่จะใช้ต่อไปได้ทันที

Flow Chart

การจัดให้บริการหน่วยปฐมพยาบาลกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



ภาพที่ 3.4 แผนภูมิแสดงการให้บริการหน่วยปฐมพยาบาลกลุ่มงานพยาบาลฯ

3.5 ขั้นตอนการเช็คจำนวนยา/เช็ควันหมดอายุยาศูนย์พยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

กลุ่มงานพยาบาลฯ มีระบบการตรวจเช็คจำนวนยา และวันหมดอายุของยาในตู้ เดือนละครั้ง โดยปฏิบัติทุกเดือน และสรุปแยกเป็นไตรมาส

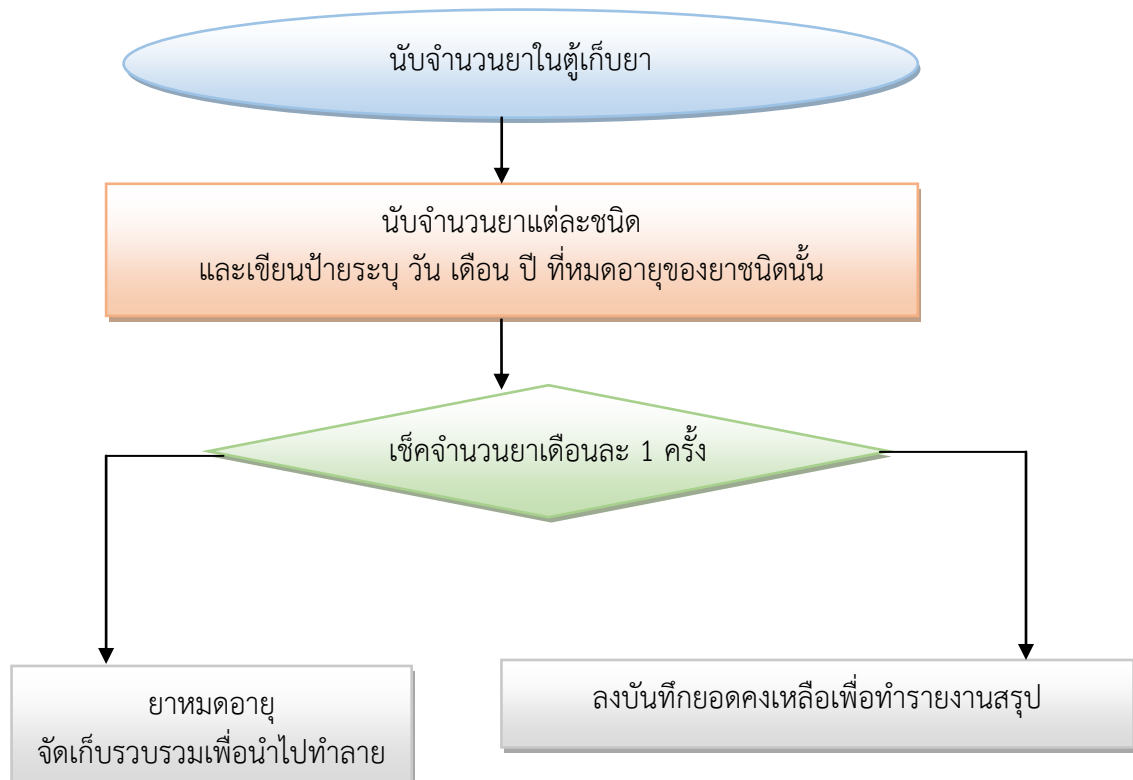
ไตรมาสที่ 1 (เดือนตุลาคม เดือนพฤศจิกายน เดือนธันวาคม)

ไตรมาสที่ 2 (เดือนมกราคม เดือนกุมภาพันธ์ เดือนมีนาคม)

ไตรมาสที่ 3 (เดือนเมษายน เดือนพฤษภาคม เดือนมิถุนายน)

ไตรมาสที่ 4 (เดือนกรกฎาคม เดือนสิงหาคม เดือนกันยายน)

Flow Chart การเช็คจำนวนยา / เช็ค วัน เดือน ปี ที่ยาหมดอายุของ ศูนย์พยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



ภาพที่ 3.5 แผนภูมิแสดงขั้นตอนการเช็คจำนวนยา/เช็ควันหมดอายุยา

3.6 ขั้นตอนการสั่งซื้อยาและวัสดุสำนักงานของกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

ระเบียบการเสนอซื้อยา

3.6.1 เช็คจำนวนยาและเวชภัณฑ์

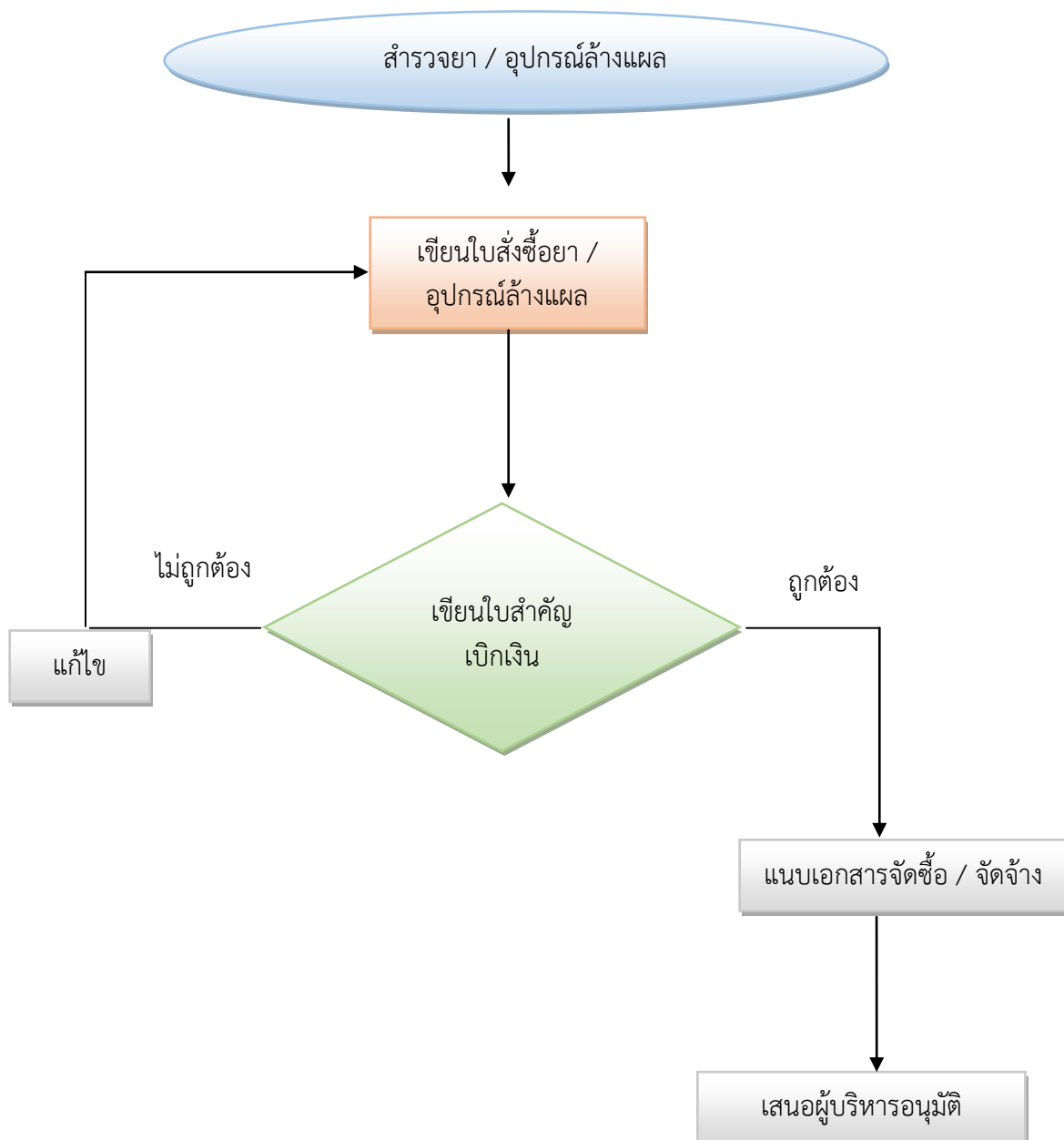
3.6.2 ตรวจสอบชนิด ปริมาณ ราคาและเวชภัณฑ์ที่ต้องใช้บริการ สรุปยอดรวมทั้งหมด

3.6.3 เขียนใบขออนุญาตซื้อจ้าง (แบบสำรวจความต้องการใช้พัสดุ พัสด 3)

เสนอซื้อตามงบประมาณของศูนย์พยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

3.6.4 เสนอผู้บริหารอนุมัติ

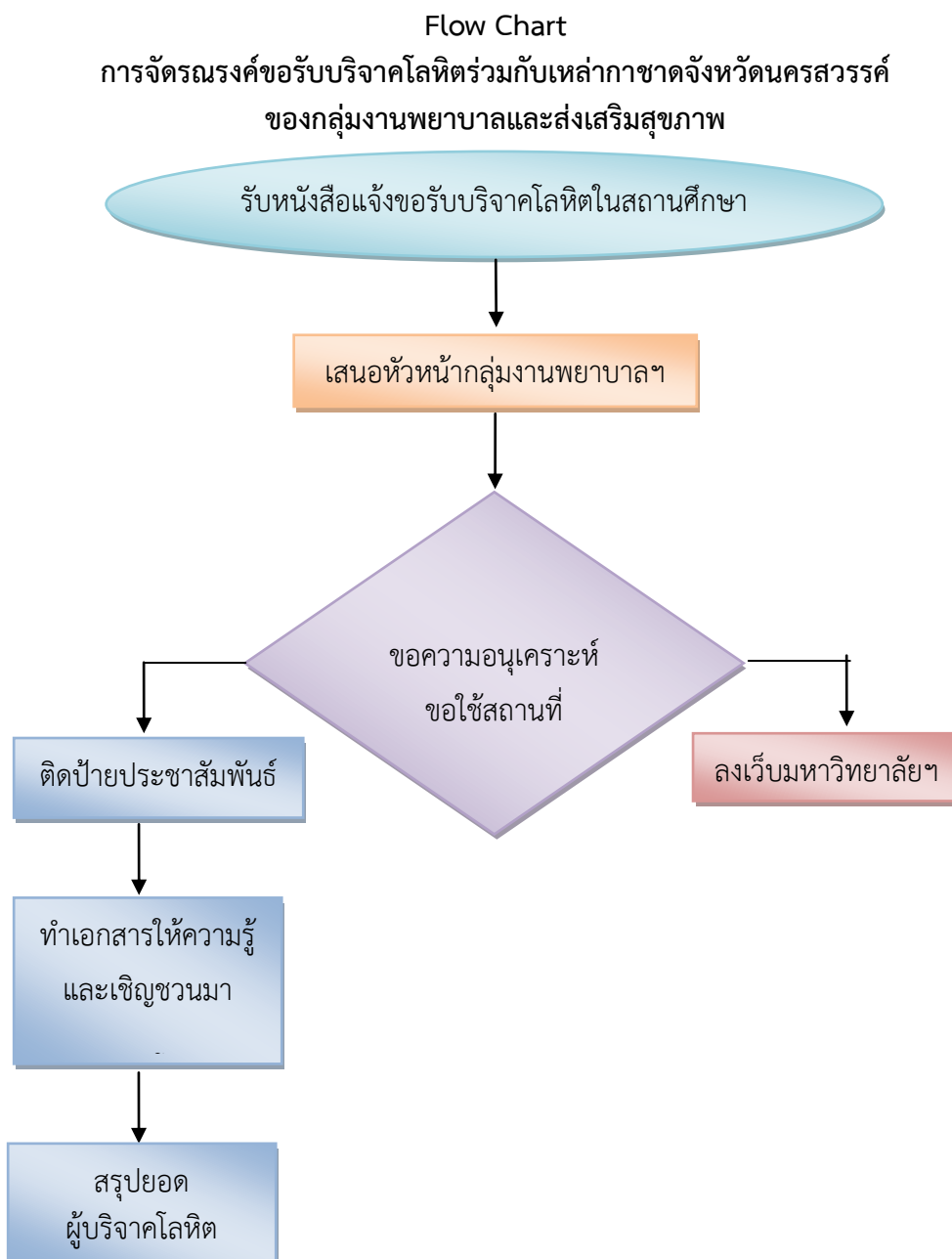
Flow Chart การสั่งซื้อยาและวัสดุสำนักงานของกลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ



ภาพที่ 3.6 แผนภูมิแสดงการสั่งซื้อยาและวัสดุสำนักงานของกลุ่มงาน

3.7 การจัดการรณรงค์ขอรับบริจาคโลหิตร่วมกับภาคบริการโลหิตที่ 8 สภากาชาดไทย

- 3.7.1 ติดป้ายประชาสัมพันธ์
- 3.7.2 ประชาสัมพันธ์บนหน้าเว็บของมหาวิทยาลัย
- 3.7.3 ประชาสัมพันธ์ใน facebook กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ
- 3.7.3 จัดเตรียมสถานที่ โต๊ะ เก้าอี้ ป้ายประชาสัมพันธ์ ไว้สำหรับเจ้าหน้าที่หน่วยรับบริจาคโลหิต
- 3.7.4 เตรียมเอกสารใบสมัครผู้บริจาคโลหิต
- 3.7.5 เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรม สรุปรายชื่อผู้บริจาคโลหิต
- 3.7.6 นำหนังสือขอบคุณส่งงานธุรการกลาง
- 3.7.7 เก็บวัสดุอุปกรณ์ต่างๆให้เรียบร้อยเพื่อเตรียมไว้ใช้ครั้งต่อไป



ภาพที่ 3.8 แผนภูมิแสดงการจัดการรณรงค์ขอรับบริจาคโลหิตร่วมกับเหล่ากาชาดจังหวัดนครสวรรค์

3.8 หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า

ให้บริการกับนักศึกษาที่มีความประสงค์จะย้ายสิทธิการรักษาพยาบาลกับหน่วยบริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ และศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ กรณีนักศึกษาที่พักอาศัยอยู่ย่านมัทรีรับการรักษาพยาบาลได้ที่โรงพยาบาลพยุหะคีรีและ รพ.สต.บ้านหาดสะแก

3.9.1 ผู้ที่มีสิทธิสมัครหลักประกัน

ผู้มีสิทธิการรักษาของหลักประกันสุขภาพ ตามสิทธิหลักประกันสุขภาพ หรือมีภูมิลำเนาอยู่ต่างอำเภอต่างจังหวัด ที่ต้องการย้ายสิทธิการรักษามาในพื้นที่บริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์และศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ หรือโรงพยาบาลพยุหะคีรีและ รพ.สต.บ้านหาดสะแก

3.9.2 ยกเว้น

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

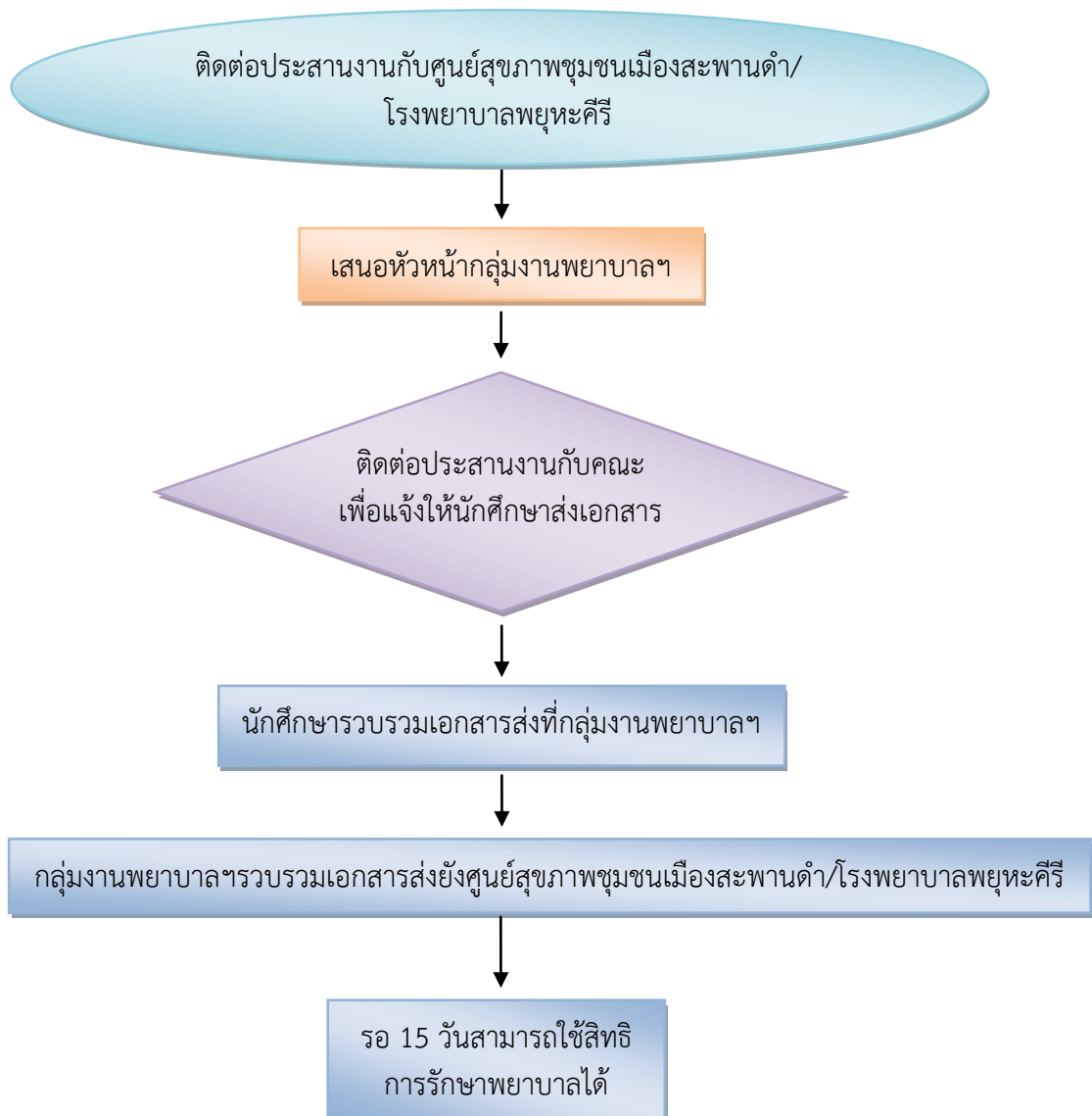
3.9.3 หลักฐานการสมัคร

- สำเนาบัตรประชาชน (รับรองสำเนาถูกต้อง) 1 ฉบับ
- สำเนาทะเบียนบ้าน (รับรองสำเนาถูกต้อง) 1 ฉบับ

3.9.4 สิทธิประโยชน์

- ผู้ใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพ ท่านสามารถเข้ารับบริการสาธารณสุขได้ที่โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์หรือศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ โรงพยาบาลพยุหะคีรีและ รพ.สต.บ้านหาดสะแก
- อุบัติเหตุฉุกเฉิน สามารถเข้ารับบริการในโรงพยาบาลของรัฐโดยไม่ต้องสำรองจ่าย
- หากจบการศึกษา หรือโยกย้ายไปฝึกประสบการณ์นอกพื้นที่ สามารถเปลี่ยนแปลงสิทธิได้ล่วงหน้าอย่างน้อย 1 เดือน (โดยขอแจ้งเปลี่ยนกับสถานพยาบาลที่ต้องการโอนย้าย)
- ผู้มีสิทธิสามารถเปลี่ยนแปลงหน่วยบริการได้ไม่เกิน 4 ครั้งต่อปี
- ในการขอรับบริการ ณ หน่วยบริการแห่งใหม่สามารถใช้สิทธิหลังแจ้งความจำนงเปลี่ยนหน่วยบริการประมาณ 1 เดือน

Flow Chart
 การย้ายสิทธิการรักษาหลักประกันสุขภาพกับหน่วยบริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์
 และศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ



ภาพที่ 3.9 แผนภูมิแสดงการการย้ายสิทธิการรักษาหลักประกันสุขภาพ
กับหน่วยบริการโรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์

บทที่ 3

อาการเจ็บป่วยที่พบบ่อย

1. การมีไข้ (Common cold)

วิธีการรักษา

1. ซักถามอาการของผู้ป่วยว่ามีอาการอย่างอื่นอีกหรือเปล่า เช่น ปวดศีรษะ มีน้ำมูก ไอ เป็นต้น หลังจากนั้นก็รักษาตามอาการที่เป็น

2. ถ้าผู้ป่วยมีไข้เพียงอย่างเดียว ก็ให้ยาลดไข้ เช่น ยาพาราเซตามอล 500-1000 มก.
3. ถ้าผู้ป่วยมีน้ำมูก และอาการไอด้วย ก็ให้ยาลดน้ำมูกและยาแก้ไอ
4. ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้อนพักในห้องสังเกตอาการผู้ป่วยหรือให้ไปพบแพทย์
5. ให้การดูแลผู้ป่วยขณะนอนพักอยู่ในห้องผู้ป่วย
6. ให้คำแนะนำวิธีการปฏิบัติตนที่ถูกต้องขณะมีไข้ คือ

- การเช็ดตัวลดไข้
- การนอนพักให้เพียงพอ
- การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ย่อยง่าย
- ให้ผู้ป่วยดื่มน้ำมากๆ และบ่อย
- รับประทานยาลดไข้ซ้ำได้ทุก 4-6 ชั่วโมง

เมื่อผู้ป่วยมีอาการดังต่อไปนี้ ต้องรับส่งแพทย์ทันที

- มีไข้มากกว่า 38.5 องศาเซลเซียส
- กินยาลดไข้ครบ 24 ชั่วโมงแล้ว อาการยังไม่ลดลง
- เป็นไข้มานานหลายวันแล้ว
- มีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งดังต่อไปนี้ หดสติไม่ค่อยรู้สึกตัวหรือชักแขนขาอ่อนแรง เป็นอัมพาต หอบซัด ดีซ่าน หนาวสั่นเป็นเวลานาน

2. ปวดศีรษะ (Headache)

วิธีการรักษา

1. ซักประวัติผู้ป่วยว่ามีโรคประจำตัวอื่นๆ หรือไม่ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคไมเกรน หรือไม่สบายด้วยโรคใดอยู่ก่อน มีอาการเครียด หรือพักผ่อนนอนหลับไม่เพียงพอ ถ้ามีโรคความดันโลหิตสูงหรือไม่แน่ใจให้วัดความดันโลหิต เพื่อประเมินโรคเบื้องต้น

2. ผู้ป่วยไม่มีโรคประจำตัว ให้ยาแก้ปวดศีรษะ เช่น พาราเซตามอล
3. ประคบด้วยน้ำเย็นหรือน้ำร้อนในบริเวณที่ปวด หรือใช้ยาหม่องทานวดที่ศีรษะ
4. ผู้ป่วยยังมีอาการไม่ดีขึ้น ให้อนพักในห้องสังเกตอาการผู้ป่วย
5. ให้คำแนะนำในการปฏิบัติตัว

- การงดเว้นจากอาหารหรือเครื่องดื่มที่ทำให้เกิดอาการปวดหัวได้ง่าย เช่น สุรา เบียร์ ยาสูบ กาแฟ
- การออกกำลังกายเป็นประจำ

6. ถ้าพบว่าผู้ป่วยมีอาการดังต่อไปนี้ ต้องรับส่งแพทย์ทันที

มีประวัติได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะมาก่อน

- ปวดรุนแรง หรือปวดจนร้องไห้
- มีอาการสับสน ตาพร่ามัวหรือเห็นภาพซ้อน เดินเซ อาเจียนพุ่ง

3. หวัด ไอ เจ็บคอ แพ้อากาศ (Cough, sore throat, allergic)

วิธีการรักษา

1. ชักประวัติผู้ป่วยมีอาการกี่วันแล้ว และเป็นมากหรือน้อย ถ้าคนไข้เป็นหวัดอย่างเดียว ให้จ่ายยาคลอร์เฟนิรามีนซึ่งเป็นยาลดน้ำมูก
2. ผู้ป่วยมีทั้งอาการหวัด ไอ เจ็บคอ แพ้อากาศ ให้จ่ายยา โครียซาล เพราะมีตัวยาที่บรรเทาอาการหวัด ไอ และสามารถลดไข้ได้ แต่อาการเจ็บคอ ระยะเริ่มแรกควรให้วิตามินซี เพื่ออมบรรเทาอาการเจ็บคอ
3. หากผู้ป่วยมีอาการเจ็บคอ กลืนน้ำลายเจ็บ หรือเสียงเปลี่ยน โดยเฉพาะกรณีที่เป็นมากกว่า 3 วัน จึงจ่ายปฏิชีวนะเช่น เพนนิซิลลิน แอมพิซิลลิน หรืออะม็อกซิซิลลินให้ แต่มีข้อห้ามในผู้ป่วยที่อาการแพ้ยา จึงควรซักถามก่อน ว่าผู้ป่วยแพ้ยาอะไรบ้าง ถ้าไม่แพ้ยาให้จ่ายยาปฏิชีวนะ
4. ให้คำแนะนำผู้ป่วยดูแลตนเอง ให้อ่อนพริ้วผ่อนให้มากๆ กินยาให้ครบตามจำนวน ควรเช็ดตัวแทนการอาบน้ำ
5. ให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารอ่อน ดื่มน้ำหวานหรือน้ำผลไม้หลายๆ
6. ให้ผู้ป่วยสังเกตอาการไม่ดีขึ้นภายใน 3 วัน หรือมีโรคประจำตัว หรืออาการหอบเหนื่อย หรือสงสัยมีปอดอักเสบ ควรรีบส่งพบแพทย์

4. คลื่นไส้ อาเจียน เวียนศีรษะ หน้ามืด เป็นลม (Nausea and Vomiting , Faint)

วิธีการรักษา

1. ถามถึงสาเหตุของอาการ เช่น พักผ่อนเพียงพอหรือไม่ มีโรคประจำตัวหรือไม่
2. ตรวจวัดความดันโลหิตว่าปกติหรือไม่
3. ให้ยาแก้เวียนศีรษะ แก้อาเจียน ถ้ามีอาการเป็นลม หน้ามืด ให้ผู้ป่วยดมแอมโมเนีย
4. ให้คนป่วยนอนพักผ่อนในสถานที่ที่มีอากาศถ่ายเทได้ และใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดหน้าให้กับคนป่วย
5. เมื่อพบว่าผู้ป่วยมีอาการต่อไปนี้อย่างน้อยหนึ่งข้อ หลังจากช่วยเหลือเบื้องต้นแล้ว ต้องรีบนำส่งแพทย์ทันที
6. ไม่รู้สึกตัวคล้ายซีฟงไม่ได้ หรือซีฟงเบาๆ
7. หายใจช้าหรือเร็วผิดปกติ
8. อาเจียน กระวนกระวาย หน้าแดง ตัวร้อนก่อนหมดสติ และซีฟงซ้ำแต่แรง
9. แน่นหน้าอก ไอ หายใจหอบถี่ แรง เหงื่อออกมาก ผิวหนังและริมฝีปากซีด

5. ปวดท้อง ท้องอืด แน่นท้อง (Abdominal pain, flatulence)

วิธีการรักษา

ปวดท้องเนื่องจากอาหารไม่ย่อยมีอาการ ท้องอืด ท้องเฟ้อ ให้กินยาธาตุน้ำแดง หรือ มิกต์คาร์มิเนตฟ ใช้กระเป๋าน้ำร้อนประคบหน้าท้อง ควรงดอาหารแข็งและอาหารย่อยยาก ควรดื่มน้ำและกินอาหารอ่อนๆ

6. ปวดท้องโรคระเพาะอาหาร (Peptic Ulcer)

วิธีการรักษา

1. ถามว่าได้ทานข้าวตามเวลาหรือเปล่า แล้วอาการปวด ปวดก่อนหรือหลังรับประทานอาหาร และปวดเป็นประจำหรือไม่ บริเวณที่ปวดว่าปวดบริเวณไหน เช่นปวดตรงกลาง ด้านซ้าย ด้านขวา

2. ถ้าปวด หรือจุกเสียดแน่น บริเวณลิ้นปี่ หรือตรงกลางท้องเป็นอาการของ โรคระเพาะอาหาร ให้ยาอะลูมิเนียมไฮดรอกไซด์ ซึ่งเป็นยาเคลือบกระเพาะอาหารและช่วยย่อย

3. แนะนำให้คนไข้กินยาตามเวลาที่กำหนด และรับประทานอาหารให้ตรงเวลา และยารับประทานอาหารที่มีรสจัดจนเกินไป ปวดท้องเนื่องจากโรคระเพาะ ให้กินยาลดกรดอาลูมินา-แมกนีเซียม และให้ปฏิบัติตัวดังนี้

- กินอาหารให้เป็นเวลา
- อย่ากินอาหารรสเผ็ดจัดหรือเปรี้ยวจัด
- งดเหล้า บุหรี่ ชา กาแฟ น้ำอัดลม ยาแก้ปวดประเภทแอสไพริน
- ทำจิตใจให้สดชื่นเบิกบาน คลายจากความวิตกกังวล

ถ้าผู้ป่วยมีอาการอย่างอื่นรวมอยู่ด้วย ต้องรีบนำส่งแพทย์ทันที

- ปวดท้องจนทนไม่ไหว
- ปวดนานหลายชั่วโมง กินยาไม่ดีขึ้น
- อาเจียนรุนแรง

7. ปวดท้องขณะมีประจำเดือน (Menstrual Cramps)

วิธีการรักษา

1. ถามถึงสาเหตุของอาการปวด เช่น ปวดโรคระเพาะอาหาร หรือปวดประจำเดือน หรือปวดเนื่องจากการแพ้อาหาร

2. ถ้าปวดท้องประจำเดือนและปวดเป็นประจำหรือไม่ ควรให้ยาแก้ปวดประจำเดือนและให้ใช้กระเป๋าน้ำร้อนวางแนบบริเวณท้องน้อยจนกว่าจะหายปวด

8. ท้องเสีย (Diarrhea)

วิธีการรักษา

1. ผู้ป่วยมีอาการท้องเสียมาเกินแล้ว และถ่ายวันก็ครั้งๆ ละก็มาน้อย
2. รับประทานอาหารที่ผิดปกติ เช่น อาหารที่ไม่สะอาด สุกๆ ดิบๆ หรือปนเปื้อนเชื้อโรค
3. ผู้ป่วยถ่ายบ่อยเกินวันละ 3 ครั้ง ก็ให้กินยาหยุดถ่าย อิมพีเรียม ให้กิน 1 เม็ด ถ้ายังไม่หยุดถ่าย อีก 4-6 ชั่วโมง ถึงกินเม็ดต่อไปแต่ถ้าถ่ายเพียง 1-2 ครั้ง แต่แต่ละครั้งไม่มากนักให้รับประทาน ผงน้ำตาลเกลือแร่ชงน้ำดื่มแทนการกินยาหยุดถ่าย เพื่อชดเชยการสูญเสียน้ำของร่างกาย และควรดื่มน้ำมากๆ
4. ผู้ป่วยถ่ายเป็นเลือด หรือเป็นมูกสีดําเทาและมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน มีไข้ ควรไปพบแพทย์

9. ผื่นคัน แมลงสัตว์กัดต่อย (Allergy , Insect Sting Allergy)

วิธีการรักษา

1. ผด อาบน้ำให้สะอาดบ่อยๆ และเช็ดตัวให้แห้งใช้คาลาไมด์โลชั่น หรือแป้งทาบริเวณที่เป็นรักษาบริเวณที่เป็นผดให้เย็นอยู่เสมออย่าให้มีเหงื่อ
2. หิด อาบน้ำให้สะอาดใช้ผ้าถูบริเวณที่เป็นหิดแล้วทาด้วยขี้ผึ้งกำมะถันวันละ 2-3 ครั้ง
3. กลาก เกื้อน อาบน้ำฟอกสบู่บ่อยๆ ใช้ยาทารักษากลากเกื้อน ทาบริเวณที่เป็นวันละ 2-3 ครั้ง
4. อาการคันเนื่องจากแมลง หรือ สัตว์ ที่มีพิษกัดหรือต่อยใช้แอมโมเนียเช็ดบริเวณที่ถูกพิษ

10. การทำแผล (Wound)

วิธีการรักษา พิจารณาชนิดและขนาดบาดแผล

1. แผลสดหรือแผลใหม่ที่เกิดจากอุบัติเหตุ
2. ถ้ามีเลือดออกมากควรห้ามเลือดให้หยุดก่อน
3. ใช้น้ำสบู่ล้างแผล ฟอกบริเวณบาดแผล
4. เช็ดน้ำสบู่ให้สะอาดด้วยน้ำเกลือล้างแผล
5. ถ้าแผลสกปรกให้ล้างหลายๆ ครั้งจนสะอาด
6. ถ้าแผลปนเปื้อนเชื้อโรคหรือสกปรกมากให้ใส่ยาใส่แผลสด เช่น เบตาดีน
7. ปิดแผลด้วยผ้าก๊อชและพลาสติกให้เรียบร้อย

แผลเก่าหรือแผลที่เป็นมาหลายวัน หรือแผลเย็บ

1. ใช้แอลกอฮอล์ 70% เช็ดรอบๆ แผลเพื่อฆ่าเชื้อโรคที่อยู่รอบๆ แผล
2. ใช้น้ำเกลือล้างแผลเช็ดในแผลหลายๆ ครั้งจนสะอาด
3. ใช้แอลกอฮอล์ 70% เช็ดรอบๆ แผลอีกครั้ง
4. ปิดแผลด้วยผ้าก๊อชและพลาสติกให้เรียบร้อย

แผลที่เกิดจากการติดเชื้อ

1. ใช้แอลกอฮอล์เช็ดบริเวณรอบๆ บาดแผลให้สะอาด
2. ตามด้วยน้ำสบู่เช็ดตรงแผล และเช็ดให้สะอาด
3. ล้างน้ำสบู่ฟอกแผลด้วยน้ำเกลือล้างแผลให้สะอาด
4. ใส่ยาสำหรับใส่แผลที่เกิดจากการติดเชื้อ
5. ปิดแผลด้วยผ้าก๊อชและพลาสติกให้เรียบร้อย

กรณีมีบาดแผลเล็กน้อย สามารถปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้ ตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. ล้างแผลด้วยน้ำต้มสุก หรือน้ำด่างทับทิม หรือน้ำต้มสุกกับน้ำสบู่
 2. ซับแผลให้แห้ง แล้วใส่ยาทิงเจอร์ใส่แผลสด
 3. ปิดแผลด้วยผ้าสะอาด ปิดพลาสติก หรือพันด้วยผ้าพันแผล
 4. รักษาแผลให้สะอาดอย่าให้เปื้อนฝุ่นละออง และอย่าให้เปียกน้ำ
 5. ใส่ยาวันละ 1 - 2 ครั้ง
 6. ถ้ารู้สึกปวดให้กินยาแก้ปวด พาราเซตามอล
 7. ให้กินอาหารพวกเนื้อนมไข่ และผลไม้เปรี้ยวให้มาก
5. หากบาดแผลลึก หรือแผลสกปรกมาก

ปฏิบัติเช่นเดียวกับบาดแผลเล็กน้อย และให้คำแนะนำให้ผู้ป่วยไปรับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคบาดทะยัก หรือส่งเย็บแผลที่โรงพยาบาล

11. แผลฟกช้ำ

วิธีการปฏิบัติ

1. ให้บริเวณที่บาดเจ็บได้พัก และ อยู่ในท่าที่ผู้ป่วยรู้สึกสบาย
2. ในระยะ 24 ชั่วโมงแรกให้ประคบด้วยน้ำเย็นบริเวณที่บาดเจ็บ เพื่อให้หลอดเลือดที่ฉีกขาดหดตัว และระงับปวด หลังจากนั้นจึงประคบด้วยความร้อนเพื่อลดการอักเสบ
3. ถ้าปวดมาก ให้กินยาแก้ปวดพาราเซตามอล
5. พักสังเกตอาการหากไม่ดีขึ้น นำส่งผู้ป่วยไปโรงพยาบาล

12. ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก (Burn)

วิธีการรักษา บาดแผลไม่รุนแรงและบริเวณแคบ

1. ล้างแผลด้วยน้ำเย็นที่สะอาดโดยระวังอย่าให้ตุ่มพองแตก
2. ทายารักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก หรือวุ้นในวุ้นทางจรเข้
3. ปิดแผลด้วยผ้าสะอาด
4. แนะนำการปฏิบัติตนของผู้ป่วย
 - ดื่มน้ำมากๆ
 - ถ้าปวดมากๆ ให้กินยาแก้ปวดพาราเซตามอล และให้ส่วนที่เป็นแผลอยู่นิ่ง
 - พักผ่อนมาก และให้ส่วนที่เป็นแผลอยู่นิ่ง
 - ทำความสะอาดวันละครั้ง ตามข้อ 1 - 3

ลักษณะของแผล และอาการของผู้ป่วยไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ที่ต้องรีบส่งต่อโรงพยาบาล

- บาดแผลรุนแรง กว้าง ลึก หรือใหญ่
- มีอาการอื่นร่วมด้วย เป็นไข้ หนาวสั่น หมดสติ
- บาดแผลไม่สะอาด มีการติดเชื้อโรค เกิดอาการอักเสบ เป็นหนอง

บทที่ ๕

การวิเคราะห์สภาพแวดล้อม SWOT Analysis
 กลุ่มงานพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ กองพัฒนานักศึกษา สำนักงานอธิการบดี
 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

จุดแข็ง (Strengths)	จุดอ่อน (Weaknesses)
<ol style="list-style-type: none"> บุคลากรในกลุ่มงานพยาบาลฯ รับฟังความคิดเห็นของทีม เพื่อการปรับปรุงงานให้มีคุณภาพ หัวหน้ากลุ่มงานให้ความสำคัญในการพัฒนาศักยภาพของเจ้าหน้าที่ มีการทำงานเป็นทีมได้เป็นอย่างดี การมอบหมายงานมีระบบที่ชัดเจน มีแผนการปฏิบัติงานที่ชัดเจน 	<ol style="list-style-type: none"> บุคลากรมีความเสี่ยงด้านสุขภาพ ผู้รับบริการบางท่านยังไม่ปฏิบัติตามขั้นตอนการรับบริการของกลุ่มงานพยาบาลฯ การฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ยังไม่สามารถนำมาพัฒนาบุคลากรได้อย่างเต็มที่ ภาระงานด้านเอกสารที่มีมากทำให้เวลาในการปฏิบัติงานเกี่ยวกับการพยาบาลได้น้อยลง
โอกาส (Opportunities)	อุปสรรค (Threats)
<ol style="list-style-type: none"> มีการจัดสรรงบประมาณการดำเนินงานเพื่อใช้ในกิจกรรมของหน่วยงาน ได้รับการสนับสนุนจากองค์กรภายใน และภายนอก เช่น การสนับสนุนนักศึกษาจากสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ การย้ายสิทธิบัตรประกันสุขภาพจากศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองสะพานดำ ผู้รับบริการมีความรู้ด้านการดูแลสุขภาพมากขึ้น 	<ol style="list-style-type: none"> นโยบายอัตราค่าจ้าง มีผลต่อการปฏิบัติงาน การเปลี่ยนผู้บริหารทำให้มีการเปลี่ยนนโยบาย ทำให้ไม่สอดคล้องกับแผนปฏิบัติงานไว้เดิม