**บทคัดย่อรายละเอียดองค์ความรู้ดีเด่นของกรมสุขภาพจิต ปีงบประมาณ ๒๕๖๐**

๑. **ชื่อองค์ความรู้** สนทนาสร้างแรงจูงใจเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพสำหรับผู้ป่วย NCDs

 (Motivational Interviewing for NCDs ; MI NCDs)

**๒. หน่วยงาน** กลุ่มที่ปรึกษากรมสุขภาพจิต

**๓. กลุ่มเป้าหมายและผู้ใช้**

กลุ่มเป้าหมายคือ ประชาชนที่เป็นกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) (โดยเฉพาะเบาหวานและความดันโลหิตสูง)

 ผู้ใช้คือบุคลากรในสถานบริการสาธารณสุขทุกระดับที่ดูแลผู้ป่วยกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
(Non Communicable Disease : NCDs)

**๔. วัตถุประสงค์**

 เพื่อให้บุคลากรสาธารณสุขในสถานบริการทุกระดับใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
ที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (โดยเฉพาะโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง)

**๕. โครงสร้างและสาระสำคัญ**

 **๕.๑ โครงสร้าง**

๑. การบรรยายพิเศษเรื่องหลักสูตร Brief advice (BA), Brief intervention (BI) และ

Motivational Interviewing (MI) ภายใต้โครงการอบรมบุคลากรสาธารณสุข เพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานสุขภาพจิตกลุ่มวัยทำงาน

 ๑) ความเป็นมาและประวัติศาสตร์ Motivation Interviewing

 ๒) สถานการณ์ Well Control ของโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงในปัจจุบัน

 ๓) การให้คำปรึกษาและสนทนาสร้างแรงจูงใจ

 ๔) กระบวนการ Motivational Interviewing (MI)

 - BRIEF ADVICE (การให้คำแนะนำแบบสั้น)

 - BRIEF INTERVENTION (การให้คำปรึกษาแบบสั้น)

 ๕) ความแตกต่างระหว่าง Brief advice (BA), Brief intervention (BI) และ

 Motivational Interviewing (MI)

 ๖) ทักษะ/ทฤษฎีอื่นๆ ที่จำเป็นต่อการให้คำปรึกษาแบบสร้างแรงจูงใจ Motivational
 Interviewing (MI)

๒. กิจกรรมกลุ่ม

๓. ประสบการณ์การประยุกต์ใช้ Motivational Interviewing (MI) ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ
 เรื้อรัง (NCDs)

 **๕.๒ สาระสำคัญ**

 องค์ความรู้เรื่อง “สนทนาสร้างแรงจูงใจเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพสำหรับผู้ป่วย NCDs (Motivational Interviewing for NCDs ; MI NCDs) ฉบับนี้ เป็นองค์ความรู้สำหรับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพสำหรับประชาชนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง โดยเฉพาะโรคเบาหวานและ
โรคความดันโลหิตสูง เนื้อหาประกอบด้วยสรุปทฤษฎีการสนทนาสร้างแรงจูงใจ (Motivational Interviewing) บทสรุปทักษะและกระบวนการสนทนาสร้างแรงจูงใจในรูปแบบกระชับที่เรียกว่า 3A’s (Affirm, Ask, Advice) แนวปฏิบัติและตัวอย่างต่างๆ ที่ผู้ปฏิบัติงานสามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติงานจริงได้ง่ายและกระชับยิ่งขึ้น เช่น ตัวอย่างคำพูดที่ใช้ในการสนทนา วิธีการประเมินคำพูด เป็นต้น

**๖. การนำไปใช้**

 ผลการนำองค์ความรู้ไปใช้ในกลุ่มผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงที่เป็น
กลุ่ม Poor Controlled โดยดำเนินการวิจัยเชิงประสิทธิผลใน 5 จังหวัด คือ สุรินทร์ ศรีสะเกษ พัทลุง สงขลา และชลบุรี พบว่า ร้อยละ ๗๒.๗ ของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเบาหวาน มีค่าระดับน้ำตาลในพลาสม่าเปลี่ยนแปลงไป
ในระดับที่ดีขึ้น และร้อยละ ๘๐.๕ กลุ่มตัวอย่างที่เป็นความดันโลหิตสูงทั้งตัวบนและตัวล่างมีค่าความดันโลหิตตามปิงปองจราจรชีวิตในระดับที่ดีขึ้น นอกจากนี้ ใช้เวลาในการให้คำปรึกษาลดลงจากเดิมใช้เวลา 20-30 นาทีต่อ เหลือเพียง 5 นาทีในแต่ละครั้งที่ผู้ป่วยมาใช้บริการ และสามารถบูรณาการเข้ากับระบบการทำงานของโรงพยาบาลในพื้นที่ได้ นอกจากนี้ กรมสุขภาพจิตได้เผยแพร่องค์ความรู้นี้แก่บุคลากรที่ปฏิบัติงานในสถานบริการสาธารณสุขหลากหลายช่องทาง อาทิ การบรรยายให้ความรู้ใน NCD Forum และในการสัมมนาร่วมกับ
กรมควบคุมโรค รวมทั้งบรรจุองค์ความรู้นี้เป็น 1 ใน 4 intervention ในหลักสูตรการอบรม NCDs Clinic Plus for District Health System

๗. **แหล่งอ้างอิง** สามารถ Download ได้ที่

 Website กรมสุขภาพจิต <http://www.dmh.go.th>

 Website กลุ่มที่ปรึกษากรมสุขภาพจิต <http://www.advisor.dmh.go.th>

