



**การใช้งานแอปพลิเคชัน  
สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ  
(Blue Book Application)**

**กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข**

# ผู้ใช้งาน



## ผู้สูงอายุ



## เจ้าหน้าที่สาธารณสุข

- ผู้รับผิดชอบงานผู้สูงอายุ



## Care Manager



## อาสาสมัคร

- Caregiver/อาสาบริบาลท้องถิ่น

- อสม.



## เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น

# การเข้าใช้งาน



## 1. ผ่านเว็บไซต์

<https://bluebook.anamai.moph.go.th>



## 2. ไลน์ @bluebook



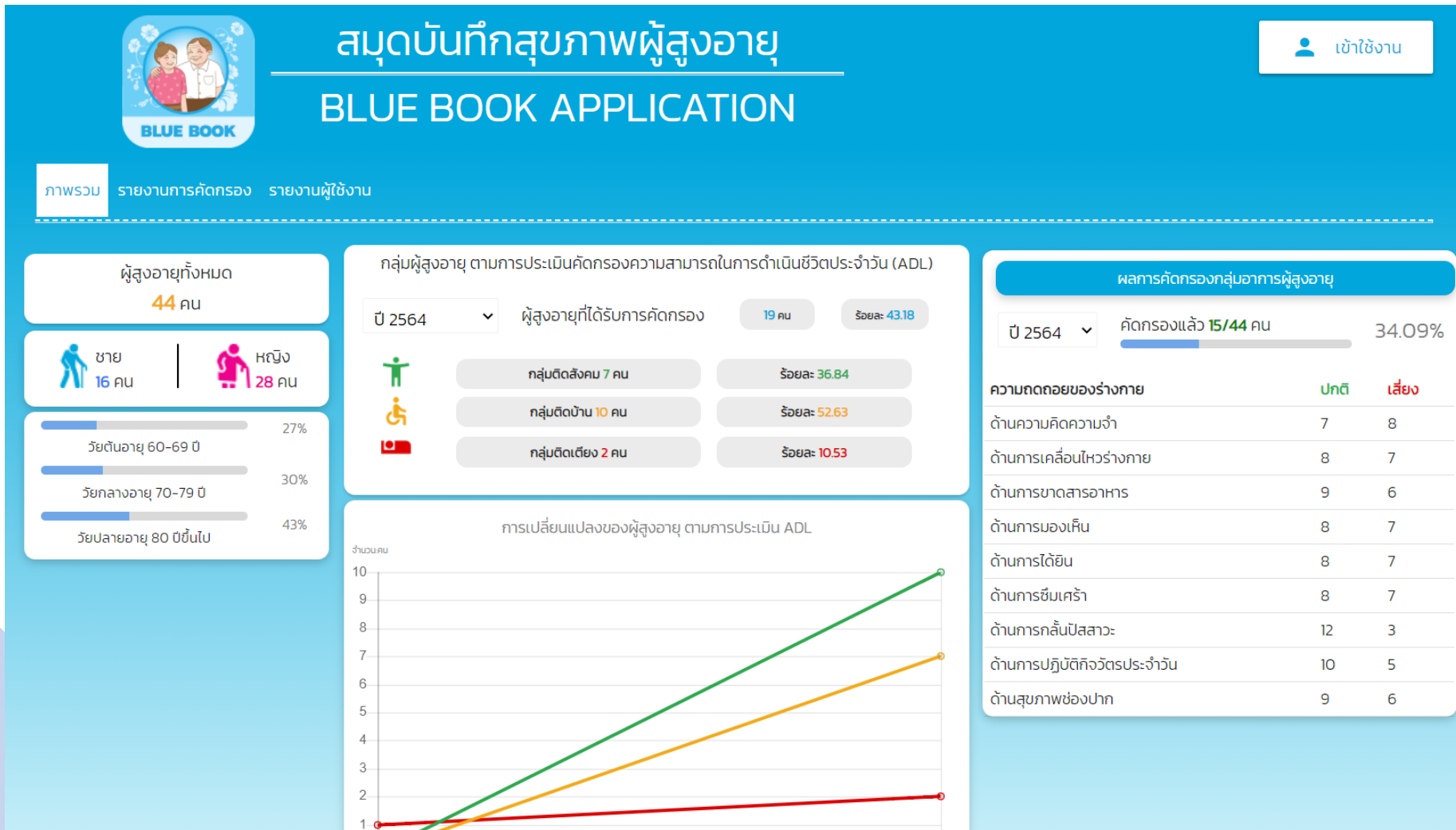
## 3. แอปพลิเคชัน



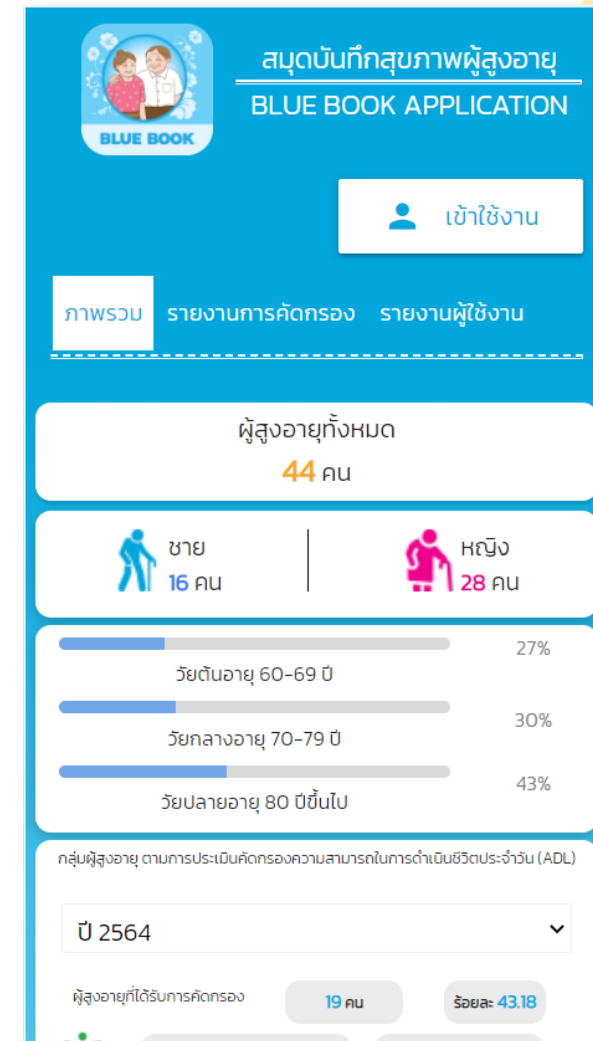


<https://bluebook.anamai.moph.go.th>

# หน้าแรก (รายงาน Dashboard ข้อมูลภาพรวมระดับประเทศ )



(จอแสดงผลผ่านคอมพิวเตอร์)



(จอแสดงผลผ่านมือถือ)



ພູ່ສູ່ງອາຍຸ



# ผู้สูงอายุ การลงทะเบียนใช้งาน

## 1. ลงทะเบียนด้วยตนเอง



## 2. ลงทะเบียนโดยเจ้าหน้าที่ หรือ อสม.





# ผู้สูงอายุ

## การลงทะเบียนใช้งาน ด้วยตนเอง

สุมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ  
BLUE BOOK APPLICATION

**เข้าสู่ใช้งาน**

ภาพรวม รายงานการคัดกรอง รายงานผู้ใช้งาน

ผู้สูงอายุทั้งหมด  
**112 คน**

ชาย 43 คน | หญิง 69 คน

วัยต้นอายุ	14%
วัยต้นอายุ 60-69 ปี	14%
วัยกลางอายุ 70-79 ปี	13%
วัยปลายอายุ 80 ปีขึ้นไป	17%

กลุ่มผู้สูงอายุ ตามการประเมินคัดกรองความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน (ADL)

ปี 2564

ผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดกรอง **23 คน** ร้อยละ: 20.54

กลุ่ม	จำนวน	ร้อยละ
กลุ่มติดสังคม	8 คน	ร้อยละ 34.78
กลุ่มติดบ้าน	10 คน	ร้อยละ 43.48

สุมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ  
เพื่อการดูแลสุขภาพ

**ลงทะเบียน**

**เข้าสู่ใช้งาน**

กรอกข้อมูลที่ได้รับจากเจ้าหน้าที่

ข้อกำหนดและเงื่อนไข

ก่อนการเริ่มใช้งาน

โปรดอ่านและทำความเข้าใจอย่างละเอียด และ/หรือเข้าใช้งานแอปพลิเคชันนี้แล้ว กรุณายอมรับข้อกำหนดและเงื่อนไขการใช้แอปพลิเคชันนี้แล้วทุกประการ หากท่านไม่สามารถยอมรับข้อกำหนดโดยความยินยอมส่วนตัวได้ ขอให้ท่านปฏิเสธการใช้งานแอปพลิเคชันโดยถอนการติดตั้งแอปพลิเคชันจากเครื่องโทรศัพท์เคลื่อนที่/อุปกรณ์ดิจิทัลของท่านทันที

**1. วัตถุประสงค์**  
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้จัดทำเว็บไซต์และนโยบายแอปพลิเคชัน ภายใต้ชื่อ "สุมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ (Blue Book)" ขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

1.1 เพื่อมอบเครื่องมือสำหรับผู้สูงอายุ, เจ้าหน้าที่สาธารณสุข, เจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และอาสาสมัครในพื้นที่นำไปใช้ประเมินคัดกรองผู้สูงอายุ

1.2 ผู้สูงอายุ ญาติ หรือผู้ที่มีความพร้อมด้านอุปกรณ์สื่อสาร สามารถประเมินสุขภาพผู้สูงอายุเบื้องต้นได้

**2. เงื่อนไขและข้อกำหนด** เว็บไซต์และนโยบายแอปพลิเคชัน

**ยอมรับ**

ยกเลิก





ผู้สูงอายุ

# การลงทะเบียนใช้งาน ด้วยตนเอง



ผูกบัญชีกับไลน์





# ผู้สูงอายุ

# การลงทะเบียนใช้งาน ด้วยตนเอง

6 ลงทะเบียนใช้งาน


ข้อมูลส่วนตัว

นาย  นาง  นางสาว

ชื่อ :

นามสกุล :

วันเกิด :

1

มกราคม

2562

## กรอกข้อมูล

ตั้งรหัสผ่าน

โปรดกรอกรหัสผ่าน

ชื่อผู้ใช้งาน

รหัสผ่าน

ยืนยันรหัสผ่าน

บันทึก

7

สรุปบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

 นายการณ แซ่วง  
อายุ : 72 ปี 10 เดือน 15 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
รพ.สต.บ้านพญาขมมฤ ตำบลขมมฤ

สภาวะเสี่ยง  วันที่ล่าสุด ผู้ประเมิน  
ไม่มีข้อมูล

สภาวะปกติ  วันที่ล่าสุด ผู้ประเมิน  
ไม่มีข้อมูล

รอกการประเมิน 

สมัครข้อมูลเรียบร้อย



# ผู้สูงอายุ การเข้าใช้งานแบบรหัส จากเจ้าหน้าที่หรืออาสาสมัคร

1

สุมดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ  
BLUE BOOK APPLICATION

เข้าใช้งาน

ภาพรวม รายงานการคัดกรอง รายงานผู้ใช้งาน

ผู้สูงอายุทั้งหมด  
112 คน

ชาย 43 คน | หญิง 69 คน

วัยต้นอายุ 60-69 ปี 14%  
วัยกลางอายุ 70-79 ปี 13%  
วัยปลายอายุ 80 ปีขึ้นไป 17%

กลุ่มผู้สูงอายุ ตามการประเมินคัดกรองความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน (ADL)  
ปี 2564

ผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดกรอง 23 คน ร้อยละ 20.54

กลุ่มติดสังคม 8 คน ร้อยละ 34.78  
กลุ่มติดบ้าน 10 คน ร้อยละ 43.48

2

455720

โปรดยืนยันรหัส 6 หลักให้ผู้ใช้งานรับข้อมูล  
(รหัสมีอายุ 5 นาที)

กรอกข้อมูลที่ได้รับจากเจ้าหน้าที่

สุมดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ  
เพื่อการส่งเสริมสุขภาพ

3

กดรหัส 6 หลักที่  
เจ้าหน้าที่ส่งให้

1 2 3  
4 5 6  
7 8 9  
ล้าง 0 ลู

สุมดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นายการิน แฉ่อง  
อายุ : 72 ปี 10 เดือน 15 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
รพ.สต.บ้านพญาขมมฤ ตำบลขมมฤ

ผลการประเมินสุขภาพ แผนุหลัก

สถานะเสี่ยง วันที่ล่าสุด ผู้ประเมิน  
ไม่มีข้อมูล

สถานะปกติ วันที่ล่าสุด ผู้ประเมิน  
ไม่มีข้อมูล

ผลการประเมิน

สมัครข้อมูลเรียบร้อย

# หน้าหลัก

ผลการคัดกรอง

เสี่ยง

ปกติ

ผลการประเมิน

สุมดบันทึกลับสุขภาพผู้สูงอายุ

นายอเนชัย สุขภาพดี  
อายุ : 65 ปี 2 เดือน 26 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
รพ.สต.ตลาดขวัญ

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ

เมนูหลัก

สภาวะเสี่ยง

วันที่ล่าสุด

ผู้ประเมิน

ไม่มีข้อมูล

สภาวะปกติ

วันที่ล่าสุด

ผู้ประเมิน

ไม่มีข้อมูล

ผลการประเมิน

ผู้สูงอายุ/ญาติ

คัดกรองกลุ่มอาการของผู้สูงอายุ

อาสาสมัคร

การทำกิจวัตรประจำวัน (ADL)

สุมดบันทึกลับสุขภาพผู้สูงอายุ

นายอเนชัย สุขภาพดี  
อายุ : 65 ปี 2 เดือน 26 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
รพ.สต.ตลาดขวัญ

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ

เมนูหลัก

ประเมินสุขภาพตนเอง

ประวัติสุขภาพ

ความรู้ดูแลสุขภาพ

วันที่หมอนัด

QR CODE ของฉัน

แผนการส่งเสริมสุขภาพ

ข้อมูลส่วนตัว

เมนูหลัก

ฟังก์ชันการใช้งาน

# การจัดการบัญชีผู้ใช้งาน



สุมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นายอนามัย สุขภาพดี  
อายุ : 65 ปี 2 เดือน 26 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
รพ. สต. ตลาดขวัญ

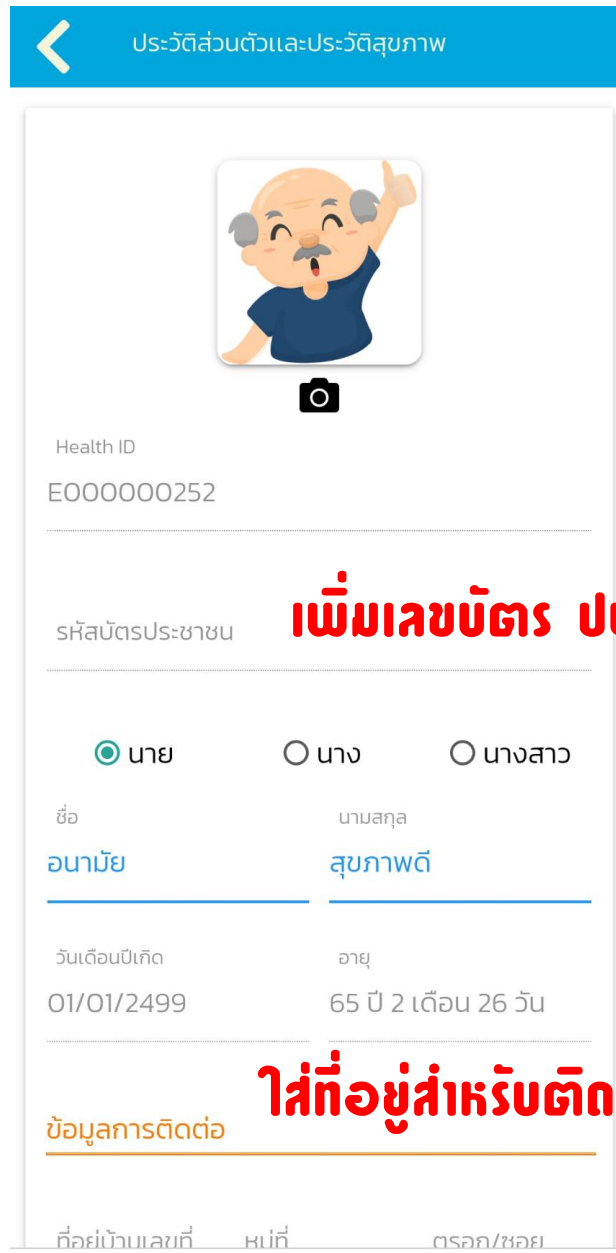
ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก

ประเมินสุขภาพตนเอง    ประวัติสุขภาพ

ความรู้ดูแลสุขภาพ    วันที่หมดนัด

QR CODE ของฉัน    แผนการส่งเสริมสุขภาพ



ประวัติส่วนตัวและประวัติสุขภาพ

Health ID  
E000000252

รหัสบัตรประชาชน    **เพิ่มเลขบัตร ปชช.**

นาย     นาง     นางสาว

ชื่อ    นามสกุล  
อนามัย    สุขภาพดี

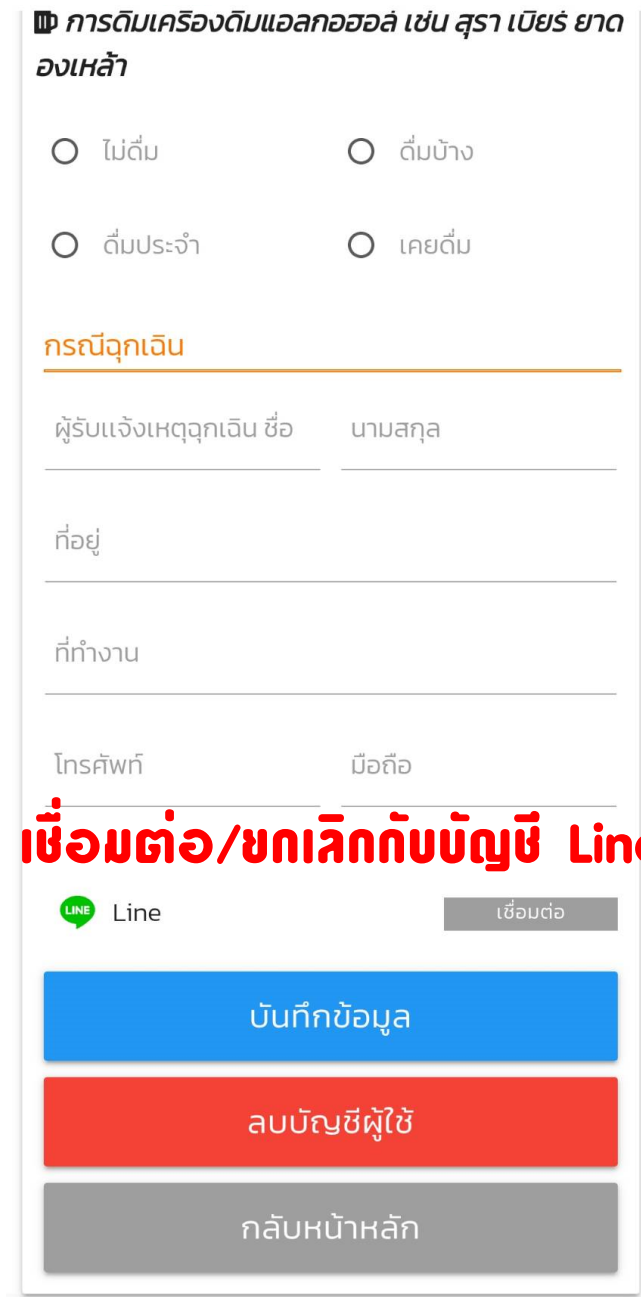
วันเดือนปีเกิด    อายุ  
01/01/2499    65 ปี 2 เดือน 26 วัน

ข้อมูลการติดต่อ

ที่อยู่บ้านเลขที่    หมู่ที่    ต.รอก/ซอย

**ใส่ที่อยู่สำหรับติดต่อ**

## กรอกประวัติให้ครบถ้วน



การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ ยาดองเหล้า

ไม่ดื่ม     ดื่มน้อย

ดื่มประจำ     เคยดื่ม

กรณีฉุกเฉิน

ผู้รับแจ้งเหตุฉุกเฉิน ชื่อ    นามสกุล

ที่อยู่

ที่ทำงาน

โทรศัพท์    มือถือ

**เชื่อมต่อ/ขงเลิกกับบัญชี Line**

LINE Line    เชื่อมต่อ

บันทึกข้อมูล

ลบบัญชีผู้ใช้

กลับหน้าหลัก

# การคัดกรองสุขภาพตนเอง



สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นายอนามัย สุขภาพดี  
อายุ : 65 ปี 2 เดือน 26 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
สว.สต.ตลาดขวัญ

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    แผนสุขภาพ



ประเมินสุขภาพตนเอง



ประวัติสุขภาพ



ความรู้ดูแลสุขภาพ



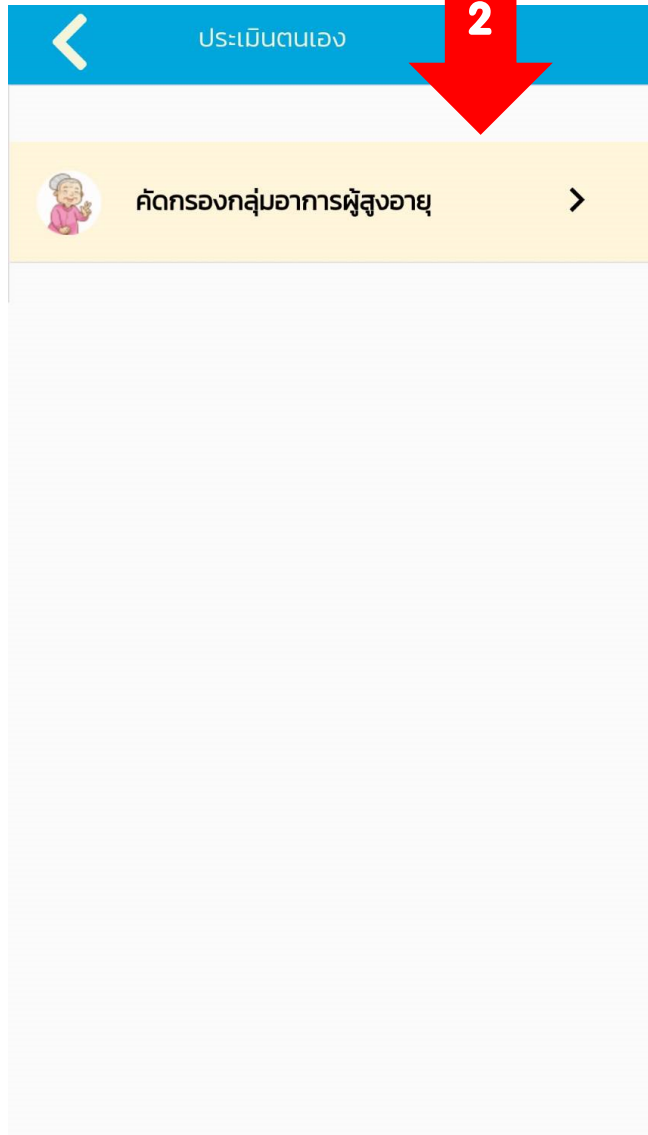
วันที่หมอนัด



QR CODE ของฉัน

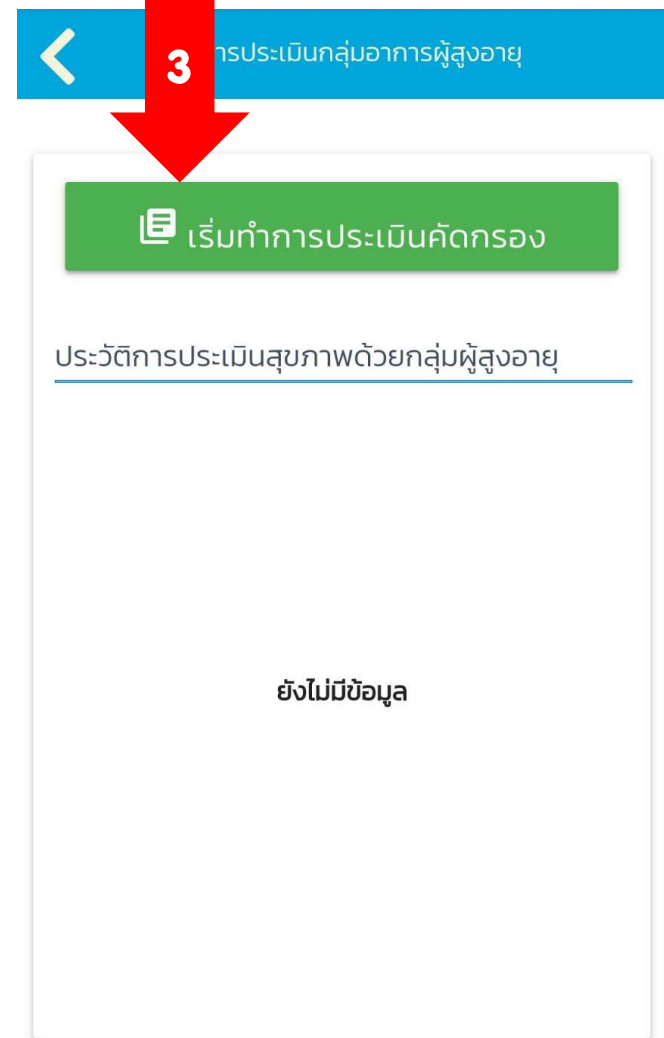


แผนการส่งเสริมสุขภาพ



ประเมินตนเอง

คัดกรองกลุ่มอาการผู้สูงอายุ



การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ

เริ่มทำการประเมินคัดกรอง

ประวัติการประเมินสุขภาพด้วยกลุ่มผู้สูงอายุ

ยังไม่มีข้อมูล



# การคัดกรองสุขภาพตนเอง

< การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ

หมายเหตุ

ควรประเมินอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ขึ้นอยู่กับสภาพ  
การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ

ครั้งที่

วันที่

1

27/03/2564



1/10



4

< การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ



1. ด้านความคิดความจำ



• ให้ทำการทดสอบด้านความคิดความจำ

▶ เริ่มทำแบบทดสอบ

การประเมินผล : ยังไม่ได้ทดสอบ

5

2/10



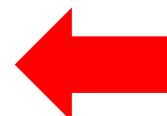
< การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ



ฟังอีกครั้ง

1. ตั้งใจฟังให้ดีๆ เดี่ยวจะบอก 3 คำ เมื่อฟังจบให้พูดตามและจำไว้เดี๋ยวจะกลับมาถามซ้ำ

• หลานสาว • สวรรค์ • ภูเขา



ทำต่อ >>

# การคัดกรองสุขภาพตนเอง

← การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ

2. โปรดเลือกรูปนาฬิกาที่เวลา 11.10 น.



ทำต่อ >>

← การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ

3. เลือก 3 คำ ที่ให้จำเมื่อสักครู่ว่ามีอะไรบ้าง



- สบู่
- ภูเขา
- ส้มโอ
- สวรรค์
- หลานสาว
- รถยนต์
- จำไม่ได้/ตอบไม่ได้

บันทึกการประเมิน

← การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ



1. ด้านความคิดความจำ



• ให้ทำการทดสอบด้านความคิดความจำ

▶ เริ่มทำแบบทดสอบ

การแปลผล: ปกติ

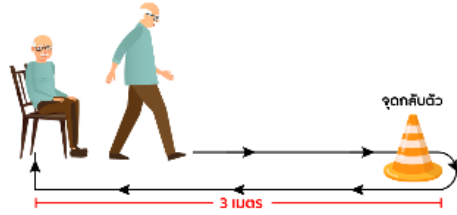


2/10





# การคัดกรองสุขภาพตนเอง



## 2. ด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย

• ท่านสามารถเดินไปและเดินกลับด้วยตัวเอง 6 เมตร ด้วยความเร็วปกติ (ไป 3 เมตร กลับ 3 เมตร) ภายในระยะเวลา 12 วินาที

- ไม่สามารถทำได้
- สามารถทำได้



• ท่านมีประวัติหกล้มภายใน 6 เดือน อย่างน้อย 1 ครั้ง

- มี
- ไม่มี



3/10



## 3. ด้านการขาดสารอาหาร

• น้ำหนักของท่านลดลงมากกว่า 3 กิโลกรัมในช่วงเวลา 3 เดือนที่ผ่านมา (โดยไม่ได้ตั้งใจลดน้ำหนัก)

- มี
- ไม่มี



• ท่านมีความอยากอาหารลดลงหรือไม่

- มี
- ไม่มี



การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ



## 4. ด้านการมองเห็น

• ท่านมีปัญหาใดๆ เกี่ยวกับดวงตาของท่าน เช่น การมองระยะไกล การอ่านหนังสือ

- มี
- ไม่มี



5/10



การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ



## 5. ด้านการได้ยิน

• ให้หูนี้ไปงับนิ้วชี้ห่างจากหูของท่านประมาณ 1 นิ้ว ที่ละข้าง ทั้งหูขวาและหูซ้าย

- ไม่ได้ยินทั้ง 2 ข้าง
- ไม่ได้ยินข้างเดียว
- ปกติ



6/10



# การคัดกรองสุขภาพตนเอง

← การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ



## 6. ด้านการซึมเศร้า

• ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาจนถึงวันนี้ ท่านรู้สึกหดหู่ เศร้า หรือท้อแท้ สิ้นหวัง หรือไม่



- มี
- ไม่มี

• ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาจนถึงวันนี้ ท่านรู้สึกเบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลินหรือไม่



- มี
- ไม่มี

← 7/10 →

← การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ



## 7. ด้านการกลั้นปัสสาวะ

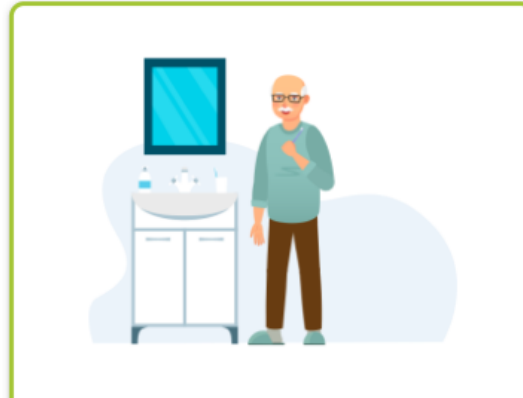
• ท่านมีปัสสาวะเล็ดหรือปัสสาวะราดจนทำให้เกิดปัญหาในการใช้ชีวิตประจำวันหรือไม่



- มี
- ไม่มี

← 8/10 →

← การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ



## 8. ด้านการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน

• ความสามารถในการช่วยเหลือตนเองของท่านในการทำกิจวัตรประจำวันโดยไม่ต้องพึ่งพาคนอื่น ลดลงหรือไม่ (กินอาหาร ล้างหน้า แปรงฟัน หวีผม ลุกนั่งจากที่นอนหรือเตียง เข้าห้องน้ำ เคลื่อนที่ไปมาหน้าบ้าน สวมใส่เสื้อผ้า ขึ้นลงบันได 1 ชั้น อาบน้ำ กลืน อุจจาระ กลั้นปัสสาวะ)



- ผิดปกติ
- ปกติ

← 9/10 →

← การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ



## 9. ด้านสุขภาพช่องปาก

• ท่านมีความยากลำบากในการเคี้ยวอาหารแข็งหรือไม่



- มี
- ไม่มี

• ท่านมีอาการเจ็บปวดในช่องปากหรือไม่



- มี
- ไม่มี

← **บันทึกการประเมิน** →

← 10/10 →

# การคัดกรองสุขภาพตนเอง

← การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ


การแปลผล

ด้านความคิดความจำ	
สมรรถภาพสมอง	ปกติ
ด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย	
เดินไปและเดินกลับ	สามารถทำได้
ประวัติการหกล้ม	ไม่มี
ด้านการขาดสารอาหาร	
น้ำหนักลดลงมากกว่า 3 กิโลกรัม	ไม่มี
ความอยากอาหารลดลง	มี
ด้านการมองเห็น	
ปัญหาดวงตา	ไม่มี
ด้านการได้ยิน	
ได้ยินทั้งหูซ้ายและหูขวา	ปกติ
ด้านการซึมเศร้า	
หดหู่ เศร้า ท้อแท้ สิ้นหวัง	ไม่มี

อัปเดตข้อมูลล่าสุดเมื่อ 10/03/64

ปัญหาดวงตา	ไม่มี
ด้านการได้ยิน	
ได้ยินทั้งหูซ้ายและหูขวา	ปกติ
ด้านการซึมเศร้า	
หดหู่ เศร้า ท้อแท้ สิ้นหวัง	ไม่มี
เมื่อทำอะไรไม่เพลิดเพลิน	มี
ด้านการกลืนปัสสาวะ	
มีปัสสาวะเลือดหรือปัสสาวะราด	ไม่มี
ด้านการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน	
ความสามารถช่วยเหลือตนเองได้	ปกติ
ด้านสุขภาพช่องปาก	
ความยากลำบากในการเคี้ยวอาหาร	ไม่มี
อาหารเจ็บปวดในช่องปาก	ไม่มี

**ยืนยัน**

 **ความรู้สุขภาพ**

← การประเมินกลุ่มอาการผู้สูงอายุ

**เริ่มทำการประเมินคัดกรอง**

ประวัติการประเมินสุขภาพด้วยกลุ่มผู้สูงอายุ

ครั้งที่	วันที่	ความคิดความจำ	ด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย	ด้านการขาดสารอาหาร	ด้านการมองเห็น	ด้านการได้ยิน	ด้านการซึมเศร้า	ด้านการกลืนปัสสาวะ	ด้านการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน	ด้านสุขภาพช่องปาก	รายละเอียด	ผู้ประเมิน
2	21/03/64	ปกติ	ปกติ	เสี่ยง	ปกติ	ปกติ	เสี่ยง	ปกติ	ปกติ	ปกติ		การัญญ์ แซ่ฉ่อง

 **การัญญ์ แซ่ฉ่อง**

ประวัติการประเมินสุขภาพด้วยกลุ่มผู้สูงอายุ

ครั้งที่ 1

การแปลผล

ด้านความคิดความจำ	
สมรรถภาพสมอง	ปกติ
ด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย	
เดินไปและเดินกลับ	สามารถทำได้
ประวัติการหกล้ม	ไม่มี
ด้านการขาดสารอาหาร	
น้ำหนักลดลงมากกว่า 3 กิโลกรัม	ไม่มี
ความอยากอาหารลดลง	ไม่มี
ด้านการมองเห็น	
ปัญหาดวงตา	ไม่มี
ด้านการได้ยิน	

รายละเอียด

ผู้ประเมิน: การัญญ์ แซ่ฉ่อง

# บันทึกประวัติสุขภาพ (ดัชนีมวลกาย)

เมนูบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นายอนามัย สุขภาพดี  
อายุ : 65 ปี 2 เดือน 26 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
สว.สต.ลาดบัวหลวง

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ

เมนูหลัก



ประเมินสุขภาพตนเอง



ประวัติสุขภาพ



ความรู้ดูแลสุขภาพ



วันที่หมอนัด



QR CODE ของฉัน



แผนการส่งเสริมสุขภาพ

ประวัติสุขภาพ

น้ำหนัก 65 กิโลกรัม	ส่วนสูง 170 เซนติเมตร	ดัชนีมวลกาย 22.49 กก./ม2
---------------------------	-----------------------------	--------------------------------

อยู่ในเกณฑ์ : **ปกติ**

หมู่เลือด **B**

รอบเอว **78** เซนติเมตร  
รอบเอวที่เหมาะสมของท่าน  
ไม่ควรเกินส่วนสูง (เซนติเมตร) หร 2  
แปลผล : **ไม่เกิน**

ระดับน้ำตาลในเลือด **78**  
มิลลิกรัม/เดซิลิตร  
ผล : **ปกติ**

ความดันโลหิต  
ซิสโตลิก **110** ไดแอสโตลิก **80**  
มม.ปรอท มม.ปรอท  
ผล : **ปกติ**

โรคประจำตัว  
โรคหลอดเลือดหัวใจ

จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก

ฟันปกติ	32	ความผิดปกติ
อุด/ครอบฟัน	0	
ไม่พบซี่ฟัน	0	
ฟันผุ	0	
ฟันสึก	0	

การได้รับวัคซีน

- ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล
- โควิด-19

การประเมินดัชนีมวลกาย (BMI)

+ เพิ่มข้อมูลน้ำหนักและส่วนสูง

เกณฑ์ค่าดัชนีมวลกายของคนเอเชีย >

21/3/2564

น้ำหนัก 65 กิโลกรัม	ส่วนสูง 170 เซนติเมตร	ดัชนีมวลกาย 22.49 กก./ม2
---------------------------	-----------------------------	--------------------------------

อยู่ในเกณฑ์ : **ปกติ**

การประเมินดัชนีมวลกาย (BMI)

น้ำหนัก (กิโลกรัม)  
65

ส่วนสูง (เซนติเมตร)  
170

ดัชนีมวลกาย (กก./ม2)  
22.49

การแปลผล  
ปกติ

บันทึก

# บันทึกประวัติสุขภาพ (หมู่เลือด)

ประวัติสุขภาพ

น้ำหนัก: 65 กิโลกรัม | ส่วนสูง: 170 เซนติเมตร | ดัชนีมวลกาย: 22.49 กก./ม2

อยู่ในเกณฑ์: ปกติ

หมู่เลือด: **B** | รอบเอว: 78 เซนติเมตร  
รอบเอวที่เหมาะสมของท่าน ไม่ควรเกินส่วนสูง (เซนติเมตร) หาร 2

แก้ไข > | แปลผล: ไม่เกิน >

ระดับน้ำตาลในเลือด: 78 มิลลิกรัม/เดซิลิตร | ผล: ปกติ >

ความดันโลหิต: ซิสโตลิก 110 มม.ปรอท | ไดแอสโตลิก 80 มม.ปรอท | ผล: ปกติ >

โรคประจำตัว: โรคหลอดเลือดหัวใจ

จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก >

ฟันปกติ	32	ความผิดปกติ
อุด/ครอบฟัน	0	
ไม่พบซี่ฟัน	0	
ฟันผุ	0	
ฟันสึก	0	

การได้รับวัคซีน >

- ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล
- โควิด-19

ประวัติสุขภาพ

หมู่เลือด :

- A
- B
- AB
- O

ยกเลิก | ยืนยัน

แก้ไข > | แปลผล: ไม่เกิน >

ระดับน้ำตาลในเลือด: 78 มิลลิกรัม/เดซิลิตร | ผล: ปกติ >

ความดันโลหิต: ซิสโตลิก 110 มม.ปรอท | ไดแอสโตลิก 80 มม.ปรอท | ผล: ปกติ >

โรคประจำตัว: โรคหลอดเลือดหัวใจ

จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก >

ฟันปกติ	32	ความผิดปกติ
อุด/ครอบฟัน	0	
ไม่พบซี่ฟัน	0	
ฟันผุ	0	
ฟันสึก	0	

การได้รับวัคซีน >

- ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล
- โควิด-19

# บันทึกประวัติสุขภาพ (รอบเอว)

ประวัติสุขภาพ

น้ำหนัก 65 กิโลกรัม	ส่วนสูง 170 เซนติเมตร	ดัชนีมวลกาย 22.49 กก./ม2
---------------------------	-----------------------------	--------------------------------

อยู่ในเกณฑ์: **ปกติ**

หมู่เลือด <b>B</b> แก้ไข	รอบเอว <b>78</b> เซนติเมตร รอบเอวที่เหมาะสมของท่าน ไม่ควรเกินส่วนสูง (เซนติเมตร) หาร 2 แปลผล: <b>ไม่เกิน</b>
--------------------------------	--

ระดับน้ำตาลในเลือด <b>78</b> มิลลิกรัม/เดซิลิตร ผล: <b>ปกติ</b>	ความดันโลหิต ซิสโตลิก 110 ไดแอสโตลิก 80 มม.ปรอท มม.ปรอท ผล: <b>ปกติ</b>
--	---

โรคประจำตัว  
โรคหลอดเลือดหัวใจ

จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก

ฟันปกติ	32	ความผิดปกติ
อุด/ครอบฟัน	0	
ไม่พบซี่ฟัน	0	
ฟันผุ	0	
ฟันสึก	0	

การได้รับวัคซีน

- ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล
- โควิด-19

รอบเอว

+ เพิ่มข้อมูลรอบเอว

21/3/2564

รอบเอว  
**78** เซนติเมตร  
รอบเอวที่เหมาะสมของท่าน  
ไม่ควรเกินส่วนสูง (เซนติเมตร) หาร 2  
แปลผล: **ไม่เกิน**

รอบเอว

รอบเอว (เซนติเมตร)  
78

การแปลผล  
ไม่เกิน

บันทึก

# บันทึกประวัติสุขภาพ (ระดับน้ำตาลในเลือด)

ประวัติสุขภาพ

น้ำหนัก 65 กิโลกรัม    ส่วนสูง 170 เซนติเมตร    ดัชนีมวลกาย 22.49 กก./ม2

อยู่ในเกณฑ์ : ปกติ

หมู่เลือด B    รอยโรค 78 เซนติเมตร  
รอยโรคที่เหมาะสมของท่าน  
ไม่ควรเกินส่วนสูง (เซนติเมตร) หาร 2  
แปลผล : ไม่เกิน

ระดับน้ำตาลในเลือด 78 มิลลิกรัม/เดซิลิตร    ผล : ปกติ

ความดันโลหิต  
ซิสโตลิก 110 มม.ปรอท    ไดแอสโตลิก 80 มม.ปรอท    ผล : ปกติ

โรคประจำตัว  
โรคหลอดเลือดหัวใจ

จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก  
ฟันปกติ 32 ความผิดปกติ  
อุด/ครอบฟัน 0  
ไม่พบซี่ฟัน 0  
ฟันผุ 0  
ฟันสึก 0

การได้รับวัคซีน  
ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล  
โควิด-19

ระดับน้ำตาลในเลือด

+ เพิ่มข้อมูลน้ำตาลในเลือด

ประเภทการเจาะเลือด : หลังงดอาหาร 8 ชั่วโมง

21/3/2564

ระดับน้ำตาลในเลือด 78 มิลลิกรัม/เดซิลิตร

ผล : ปกติ

ระดับน้ำตาลในเลือด

วันที่ 21/03/2564

การเจาะเลือด หลังงดอาหาร 8 ชั่วโมง

ระดับน้ำตาล (มิลลิกรัม/เดซิลิตร) มิลลิกรัม/เดซิลิตร

การแปลผล ปกติ

บันทึก

# บันทึกประวัติสุขภาพ (ความดันโลหิต)

ประวัติสุขภาพ

น้ำหนัก	ส่วนสูง	ดัชนีมวลกาย
65 กิโลกรัม	170 เซนติเมตร	22.49 กก./ม2

อยู่ในเกณฑ์: **ปกติ**

หมู่เลือด	รอบเอว
<b>B</b>	78 เซนติเมตร
แก้ไข	รอบเอวที่เหมาะสมของท่าน ไม่ควรเกินส่วนสูง (เซนติเมตร) หาร 2 แปลผล: <b>ไม่เกิน</b>

ระดับน้ำตาลในเลือด	ความดันโลหิต
78 มิลลิกรัม/เดซิลิตร	ซิสโตลิก 110 ไดแอสโตลิก 80 มม.ปรอท มม.ปรอท
ผล: <b>ปกติ</b>	ผล: <b>ปกติ</b>

โรคประจำตัว

โรคหลอดเลือดหัวใจ

จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก

ฟันปกติ	32	ความผิดปกติ
อุด/ครอบฟัน	0	
ไม่พบซี่ฟัน	0	
ฟันผุ	0	
ฟันสึก	0	

การได้รับวัคซีน

- ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล
- โควิด-19

ความดันโลหิต

+ เพิ่มข้อมูลความดันโลหิต

21/3/2564

ซิสโตลิก	ไดแอสโตลิก
110	80
มม.ปรอท	มม.ปรอท

ผล: **ปกติ**

ความดันโลหิต

ซิสโตลิก (มม.ปรอท)

110

ไดแอสโตลิก (มม.ปรอท)

80

การแปลผล

ปกติ

บันทึก



# บันทึกประวัติสุขภาพ (โรคประจำตัว)

ประวัติสุขภาพ

น้ำหนัก 65 กิโลกรัม ส่วนสูง 170 เซนติเมตร ดัชนีมวลกาย 22.49 กก./ม<sup>2</sup>

อยู่ในเกณฑ์: ปกติ

หมู่เลือด B รอบเอว 78 เซนติเมตร  
รอบเอวที่เหมาะสมของท่าน  
ไม่ควรเกินส่วนสูง (เซนติเมตร) หาร 2  
แปลผล: ไม่เกิน

ระดับน้ำตาลในเลือด 78 มิลลิกรัม/เดซิลิตร ผล: ปกติ

ความดันโลหิต 110/80 มม.ปรอท ผล: ปกติ

โรคประจำตัว  
โรคหลอดเลือดหัวใจ

จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก

ฟันปกติ	32	ความผิดปกติ
อุด/ครอบฟัน	0	
ไม่พบซี่ฟัน	0	
ฟันผุ	0	
ฟันสึก	0	

การได้รับวัคซีน

- ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล
- โควิด-19

โรคประจำตัว

กรุณาเลือก + เพิ่ม

โรคหลอดเลือดหัวใจ

โรคประจำตัว

กรุณาเลือก + เพิ่ม

จมูกไม่ได้กลิ่น / จมูกได้กลิ่นน้อยลง

จอประสาทตาออก (จอตาออก)

จอประสาทตาเสื่อม ←

เจ็บคอ

เชื้อราในปาก (เชื้อราในช่องปาก)

โรคประจำตัว

จอประสาทตาเสื่อม + เพิ่ม

จอประสาทตาเสื่อม ↑

# บันทึกประวัติสุขภาพ (ฟัน) \*\*\*ควรรีให้เจ้าหน้าที่ทันตสาธารณสุขบันทึกข้อมูลให้

กิโลกรัม    เซนติเมตร    กก./ม2

อยู่ในเกณฑ์: **ปกติ**

**หมู่เลือด**  
B

**รอบเอว**  
78 เซนติเมตร  
รอบเอวที่เหมาะสมของก่าน  
ไม่ควรเกินส่วนสูง (เซนติเมตร) หาร 2  
แปลผล: **ไม่เกิน**

ระดับน้ำตาลในเลือด  
100 มิลลิกรัม/เดซิลิตร  
ผล: **เสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน**

**ความดันโลหิต**  
ซิสโตลิก 110    ไดแอสโตลิก 80  
มม.ปรอท    มม.ปรอท  
ผล: **ปกติ**

โรคประจำตัว  
โรคหลอดเลือดหัวใจ

**จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก**

ฟันปกติ	32	ความผิดปกติ
อุด/ครอบฟัน	0	
ไม่พบซี่ฟัน	0	
ฟันผุ	0	
ฟันสึก	0	

การได้รับวัคซีน  
ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล  
โควิด-19

ประวัติการแพ้ยา/อาหาร  
ไม่มี

บันทึกการตรวจสุขภาพประจำปี

จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก

กตที่รูปซี่ฟันเพื่อนบันทึกข้อมูล

ขวา    ซ้าย

ขวา    ซ้าย

รีเฟรชข้อมูล

ไม่พบซี่ฟัน	0	ซี่
พบฟันผุที่ตัวฟัน หรือรากฟัน	0	ซี่
พบฟันผุที่ได้รับการอุด หรือครอบแล้ว	0	ซี่
ปกติ	32	ซี่

จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก

กตที่รูปซี่ฟันเพื่อนบันทึกข้อมูล

ขวา    ซ้าย

ซี่ 28

ไม่พบซี่ฟัน

พบฟันผุที่ตัวฟัน หรือรากฟัน

พบฟันผุที่ได้รับการอุด หรือครอบแล้ว

ปกติ

ฟันสึก

ขวา    ซ้าย

รีเฟรชข้อมูล

ไม่พบซี่ฟัน	0	ซี่
พบฟันผุที่ตัวฟัน หรือรากฟัน	0	ซี่
พบฟันผุที่ได้รับการอุด หรือครอบแล้ว	0	ซี่
ปกติ	32	ซี่

# บันทึกประวัติสุขภาพ (วัคซีน)

กิโลกรัม    เซนติเมตร    กก./ม2

อยู่ในเกณฑ์: **ปกติ**

**หมู่เลือด**  
**B**

**รอบเอว**  
**78** เซนติเมตร  
รอบเอวที่เหมาะสมของก่าน  
ไม่ควรเกินส่วนสูง (เซนติเมตร) หาร 2  
แปลผล: **ไม่เกิน**

**ระดับน้ำตาลในเลือด**  
**100**  
มิลลิกรัม/เดซิลิตร  
ผล: **เสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน**

**ความดันโลหิต**  
ซิสโตลิก    ไดแอสโตลิก  
**110**    **80**  
มม.ปรอท    มม.ปรอท  
ผล: **ปกติ**

**โรคประจำตัว**  
โรคหลอดเลือดหัวใจ

**จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก**

ฟันปกติ	32	ความผิดปกติ
อุด/ครอบฟัน	0	
ไม่พบซี่ฟัน	0	
ฟันผุ	0	
ฟันสึก	0	

**การได้รับวัคซีน**

- ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล
- โควิด-19

**ประวัติการแพ้ยา/อาหาร**  
ไม่มี

**บันทึกการตรวจสุขภาพประจำปี**

←    การได้รับวัคซีน

กรุณาเลือก    + เพิ่ม

ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล    🗑

โควิด-19    🗑

←    การได้รับวัคซีน

กรุณาเลือก    + เพิ่ม

กรุณาเลือก    🗑

โควิด-19    🗑

คอตีบบาดทะยัก (dT)    🗑

ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล

โควิด-19

โรคคอตีบ

โปลิโอ

# บันทึกประวัติสุขภาพ (การแพทย์/อาหาร)

กิโลกรัม    เซนติเมตร    กก./ม2

อยู่ในเกณฑ์ : **ปกติ**

**หมู่เลือด**  
**B**

**รอบเอว**  
**78** เซนติเมตร  
รอบเอวที่เหมาะสมของท่าน  
ไม่ควรเกินส่วนสูง (เซนติเมตร) หาร 2  
**แปลผล : ไม่เกิน**

**ระดับน้ำตาลในเลือด**  
**100**  
มิลลิกรัม/เดซิลิตร  
**ผล : เสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน**

**ความดันโลหิต**  
ซิสโตลิก    ไดแอสโตลิก  
**110**    **80**  
มม.ปรอท    มม.ปรอท  
**ผล : ปกติ**

**โรคประจำตัว**  
โรคหลอดเลือดหัวใจ

**จำนวนฟันและสุขภาพช่องปาก**

ฟันปกติ	32	<b>ความผิดปกติ</b>
อุด/ครอบฟัน	0	
ไม่พบซี่ฟัน	0	
ฟันผุ	0	
ฟันสึก	0	

**การได้รับวัคซีน**

- ใช้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล
- โควิด-19

**ประวัติการแพทย์/อาหาร**  
ไม่มี

**บันทึกการตรวจสุขภาพประจำปี**

ประวัติการแพทย์/อาหาร

แพทย์ **+ เพิ่ม**

ยาพารา

เพื่ออาหาร **+ เพิ่ม**

กุ้ง

# วันที่หมอนัด

สภุมบัณฑิตสุขภาพผู้สูงอายุ

นายการ์ณ แซ่วง  
อายุ : 72 ปี 10 เดือน 15 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
รพ.สต.บ้านพญาชมภู ตำบลชมภู

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    แผนสุขภาพ

- ประเมินสุขภาพตนเอง
- ประวัติสุขภาพ
- ความรู้ดูแลสุขภาพ
- วันที่หมอนัด
- QR CODE ของฉัน
- แผนการส่งเสริมสุขภาพ




←    วันที่พบหมอ

อีก 5 วัน ถึงวันนัด


26/03/64  
ตรวจตา  
รพ.สต.บ้านพญาชมภู ตำบลชมภู


# ความรู้ดูแลสุขภาพ


☰ **สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ**


 **นายอนามัย สุขภาพดี**  
อายุ : 65 ปี 2 เดือน 26 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
รพ.สต.ตลาดขวัญ  
[ข้อมูลส่วนตัว](#)


ผลการประเมินสุขภาพ เมนูหลัก


 **ประเมินสุขภาพตนเอง**

 **ประวัติสุขภาพ**

 **ความรู้ดูแลสุขภาพ**

 **วันที่หมอนัด**

 **QR CODE ของฉัน**

 **แผนการส่งเสริมสุขภาพ**

← **ความรู้ดูแลสุขภาพ**

 **ความรู้ดูแลสุขภาพ**

 **โรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ**

 **การออกกำลังกาย**

 **โภชนาการ**


 **การดูแลสุขภาพช่องปาก**


 **สุขภาพจิตและการนอนหลับ**


 **สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม**


 **10 บัญญัติสร้างสุข**

← **การออกกำลังกายในผู้สูงอายุ**

 **คำแนะนำการออกกำลังกาย**

 **โปรแกรมออกกำลังกายสูงวัยแข็งแรง และ กระฉับกระเฉง (E75)**

 **การยืดเหยียดกล้ามเนื้อสูงวัยคลายเส้น**

 **การออกกำลังกายสูงวัย พัด ตัดบ้าน ต้านโด 5ด-19**

← **การออกกำลังกายในผู้สูงอายุ**

 **คำแนะนำการออกกำลังกาย**

**กิจกรรมทางกาย เพื่อสุขภาพดีมีความสุข**

**กิจกรรมทางกาย**  
หมายถึง การเคลื่อนไหวใดๆ ของร่างกาย เช่น การทำงานบ้าน การเดินตาก กิจกรรม ช่างต่าง ๆ รวมถึงการออกกำลังกาย  
ดังนั้นการเคลื่อนไหวทุกรูปแบบของร่างกายจึงเป็นกิจกรรมทางกาย และหากเรา เคลื่อนไหวร่างกายเป็นประจำเป็นระยะเวลาที่นานพอจะนับว่าเป็น "การออกกำลังกาย" การออกกำลังกายที่ดีกิจกรรมทางกายที่จะส่งผลดีต่อสุขภาพ มีเงื่อนไขสำคัญว่า "ต้องทำเป็นประจำ ในระยะเวลาและความหนักที่เพียงพอ"

**การออกกำลังกายที่แนะนำ** แบ่งออกเป็น 2 ประเภทหลัก ๆ ได้แก่

**1. การออกกำลังกายแบบแอโรบิก**  
เป็นกิจกรรมทางกายที่ฝึกกล้ามเนื้อหัวใจของร่างกายหลาย ๆ ส่วน ได้แก่ กล้ามเนื้อลำตัว แขน ขา

**ทำต่อเนื่องเป็นประจำทุกวันพอสมควร**  
ตัวอย่างเช่น การเดิน การวิ่งเหยาะๆ การปั่นจักรยาน การเป็นจิตอาสา การช่วยกันโดยใจไม่ฝืนใจ การทำสวน

**ทำต่อเนื่องกันนานเกินกว่า 10 นาที**  
จะมีประโยชน์ต่อสุขภาพ หากไม่สะสมทำต่อเนื่องกันนานเกินกว่า 10 นาที จะไม่ถือว่าเป็นกิจกรรมทางกายแบบแอโรบิก

จาก คู่มือของกรมส่งเสริมสุขภาพ ปี ๒๕๖๓

**องค์การอนามัยโลก ได้แนะนำกิจกรรมทางกายในหนึ่งสัปดาห์ให้ไว้ดังต่อไปนี้**

**ข้อที่ 1** ใน 1 สัปดาห์ ควรทำกิจกรรมทางกายแบบแอโรบิก

- ความหนักระดับปานกลาง อย่างน้อย 150 นาที หรือ
- ความหนักระดับหนัก อย่างน้อย 75 นาที หรือ


**ข้อที่ 2** กิจกรรมทางกายแบบแอโรบิก

- ในแต่ละครั้งควรทำ "ไม่น้อยกว่า 10 นาที" ต่อเนื่องกันไป


**ข้อที่ 3** เพื่อเพิ่มผลต่อสุขภาพที่ดียิ่งขึ้น ใน 1 สัปดาห์ ควรเพิ่มกิจกรรมทางกายแบบแอโรบิก

- ความหนักระดับปานกลาง ถึง 300 นาที หรือ
- ความหนักระดับหนัก ถึง 150 นาที หรือ

# QR Code ของฉัน










☰ **สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ**

 **นายอนามัย สุขภาพดี**  
อายุ : 65 ปี 2 เดือน 26 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
รพ.สต.ตลาดขวัญ

ข้อมูลส่วนตัว


ผลการประเมินสุขภาพ **เมนูหลัก**

-  ประเมินสุขภาพตนเอง
-  ประวัติสุขภาพ
-  ความรู้ดูแลสุขภาพ
-  วันที่หมอนัด
-  **QR CODE ของฉัน**
-  แผนการส่งเสริมสุขภาพ




← **QR CODE ของฉัน**

เจ้าหน้าที่สแกนเพื่อให้บริการ



**อนามัย สุขภาพดี**  
อายุ 65 ปี  
เบอร์โทรศัพท์ 0910645280

**Health ID : E000000252**



# แผนการดูแลส่งเสริมสุขภาพรายบุคคล (Individual Wellness Plan)

สุมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นายอนามัย สุขภาพดี  
อายุ : 65 ปี 2 เดือน 26 วัน  
(ผู้สูงอายุ)  
รพ. สด. ตลาดขวัญ

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก

- ประเมินสุขภาพตนเอง
- ประวัติสุขภาพ
- ความรู้ดูแลสุขภาพ
- วันที่หมอนัด
- QR CODE ของฉัน
- แผนการส่งเสริมสุขภาพ

**อยู่ระหว่างการพัฒนา**



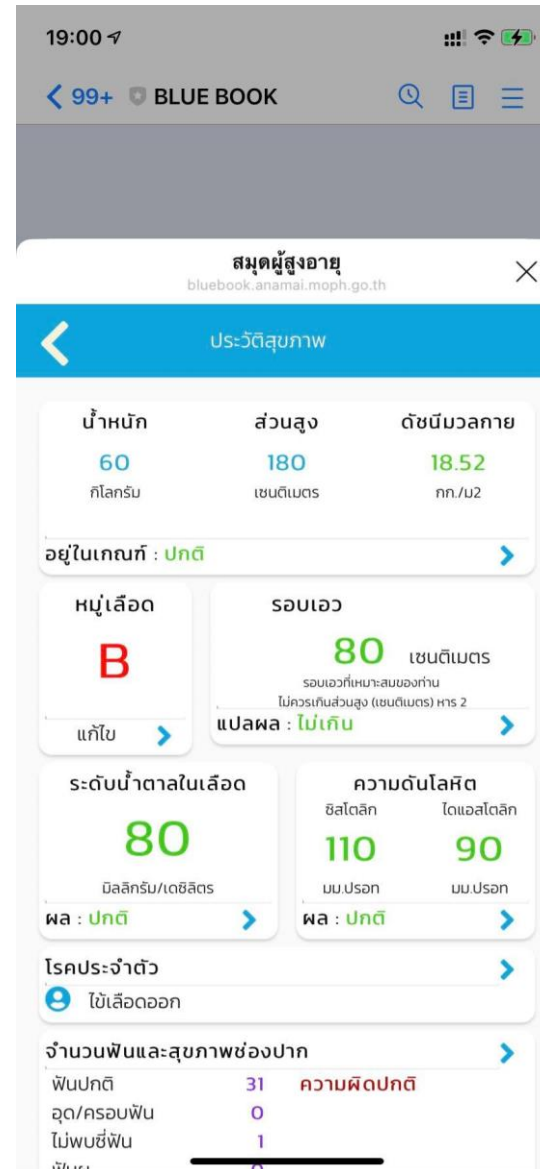
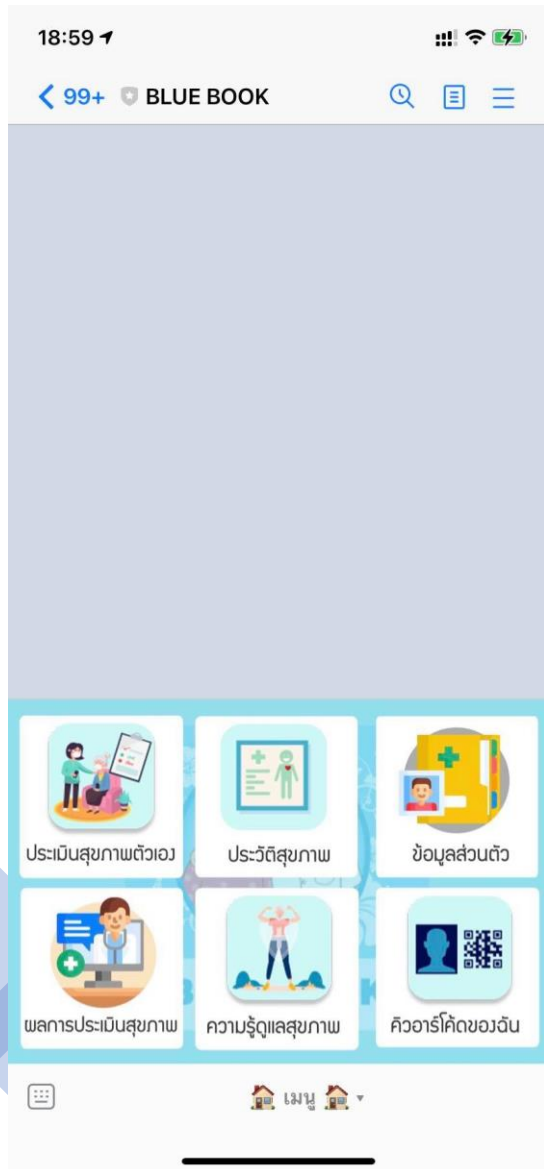


# การใช้งาน Blue Book บน LINE

1. ค้นหา ID : @bluebook
2. เพิ่มเพื่อนผ่าน QR CODE



# การใช้งาน Blue Book บน LINE





**เจ้าหน้าที่สาธารณสุข/เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น/  
อาสาสมัคร**

**Care Manager**



# เจ้าหน้าที่สาธารณสุข/เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น/อาสาสมัคร การลงทะเบียนใช้งาน



## ลงทะเบียนด้วยตนเอง



# Care Manager การลงทะเบียนใช้งาน

## ไม่ต้องลงทะเบียน





# Care Manager **ไม่ต้องลงทะเบียน**

1

สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ  
BLUE BOOK APPLICATION

เข้าสู่ระบบ

ภาพรวม รายงานการคัดกรอง รายงานผู้ใช้งาน

ผู้สูงอายุทั้งหมด  
112 คน

ชาย 43 คน | หญิง 69 คน

วัยต้นอายุ 60-69 ปี	14%
วัยกลางอายุ 70-79 ปี	13%
วัยปลายอายุ 80 ปีขึ้นไป	17%

กลุ่มผู้สูงอายุ ตามการประเมินคัดกรองความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน (ADL)

ปี 2564

ผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดกรอง

กลุ่มติดสังคม 8 คน	ร้อยละ: 34.78
กลุ่มติดบ้าน 10 คน	ร้อยละ: 43.48

2

BLUE BOOK

สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ  
เพื่อการดูแลสุขภาพ

ลงทะเบียน

**เข้าสู่ระบบ**

กรอกข้อมูลที่ได้รับจากเจ้าหน้าที่

3

เข้าสู่ระบบ

BLUE BOOK

ชื่อผู้ใช้งาน :

รหัสผ่าน :

หรือ เข้าสู่ระบบด้วย

หมายเหตุ : Care manager เข้าสู่ระบบโดยใช้รหัสผ่านเดียวกันกับที่กรอกในระบบ LTC (3C)

**เข้าสู่ระบบ**

ยกเลิก

**ใช้รหัสเดียวกับระบบ  
Long Term Care  
(3C)**



# เจ้าหน้าที่สาธารณสุข/เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น/อาสาสมัคร การลงทะเบียนใช้งาน **ด้วยตนเอง**

1

สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ  
BLUE BOOK APPLICATION

เข้าสู่ใช้งาน

ภาพรวม รายงานการคัดกรอง รายงานผู้ใช้งาน

ผู้สูงอายุทั้งหมด  
112 คน

ชาย 43 คน | หญิง 69 คน

วัยต้นอายุ 60-69 ปี	14%
วัยกลางอายุ 70-79 ปี	13%
วัยปลายอายุ 80 ปีขึ้นไป	17%

กลุ่มผู้สูงอายุ ตามการประเมินคัดกรองความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน (ADL)

ปี 2564

ผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดกรอง 23 คน ร้อยละ: 20.54

กลุ่มติดสังคม 8 คน ร้อยละ: 34.78

กลุ่มติดบ้าน 10 คน ร้อยละ: 43.48

2

สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ  
เพื่อการดูแลสุขภาพ

ลงทะเบียน

เข้าสู่ใช้งาน

กรอกข้อมูลที่ได้รับจากเจ้าหน้าที่

ข้อกำหนดและเงื่อนไข

ก่อนการเริ่มใช้งาน

โปรดอ่านและทำความเข้าใจอย่างละเอียด และ/หรือเข้าใช้งานแอปพลิเคชันนี้แล้ว ทว่าท่านตกลงยอมรับข้อกำหนดและเงื่อนไขการใช้แอปพลิเคชันนี้แล้วทุกประการ หากท่านไม่สามารถยอมรับข้อกำหนดโดยความเป็นส่วนตัวได้ ขอให้ท่านปฏิเสธการใช้งานแอปพลิเคชันโดยถอนการติดตั้งแอปพลิเคชันจากเครื่องโทรศัพท์เคลื่อนที่/อุปกรณ์ดิจิทัลของท่านทันที

1. วัตถุประสงค์

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้จัดทำเว็บไซต์และนโยบายแอปพลิเคชัน ภายใต้ชื่อ "สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ (Blue Book)" ขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

1.1 เพื่อมอบเครื่องมือสำหรับผู้สูงอายุ, เจ้าหน้าที่สาธารณสุข, เจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และอาสาสมัครในพื้นที่นำไปใช้ประเมินคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุ

1.2 ผู้สูงอายุ ญาติ หรือผู้ที่มีความพร้อมด้านอุปกรณ์สื่อสาร สามารถประเมินสุขภาพผู้สูงอายุเบื้องต้นได้

2. เงื่อนไขและข้อกำหนดการใช้งานเว็บไซต์และนโยบายแอปพลิเคชัน

3

ยอมรับ

ยกเลิก



# เจ้าหน้าที่สาธารณสุข/เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น/อาสาสมัคร การลงทะเบียนใช้งาน **ด้วยตนเอง**



ผูกบัญชีกับไลน์





# เจ้าหน้าที่สาธารณสุข/เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น/อาสาสมัคร การลงทะเบียนใช้งาน **ด้วยตนเอง**

กรอกข้อมูล

6

ข้อมูลส่วนตัว

เบอร์โทรศัพท์:

จังหวัด:

อำเภอ:

ตำบล:

หน่วยงานของท่าน:

กดไป

ยกเลิก

ชื่อผู้ใช้งาน:

รหัสผ่าน:

ยืนยันรหัสผ่าน:

กดไป

ยกเลิก

ข้อมูลส่วนตัว

เลขบัตรประชาชน:

นาย  นาง  นางสาว

ชื่อ:

นามสกุล:

วันเกิด:

ตั้งรหัสผ่าน

โปรดกรอกรหัสผ่าน

ชื่อผู้ใช้งาน:

รหัสผ่าน:

ยืนยันรหัสผ่าน:

ยกเลิก

7

สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตาธิปไตย มีสุข  
อายุ: 29 ปี 18 วัน  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
รพ.สต.มะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ:  กลุ่มพึ่งพิง (LTC)

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ

รายชื่อผู้สูงอายุ

รายชื่ออาสาสมัคร

ประวัติสุขภาพ

สแกนเพื่อให้บริการ

ความรู้ดูแลสุขภาพ

นัดให้บริการ

หน่วยงานในพื้นที่



# หน้าหลัก

## เมนูหลัก & ฟังก์ชันการใช้งาน

ผลการ  
คัดกรอง

สุมดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
รพ.สต.มะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก    กลุ่มพึ่งพิง (LTC)

สถานะเสี่ยง    วันที่ล่าสุด    ผู้ประเมิน

การทำการวัดประจำวัน (ADL)    23/03/64    สำนักอนา...

สถานะปกติ    วันที่ล่าสุด    ผู้ประเมิน

ไม่มีข้อมูล

รายการประเมิน

ผู้สูงอายุ/ญาติ

คัดกรองกลุ่มอาการของผู้สูงอายุ

สุมดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
รพ.สต.มะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    **เมนูหลัก**    กลุ่มพึ่งพิง (LTC)

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ    รายชื่อผู้สูงอายุ

รายชื่ออาสาสมัคร    ประวัติสุขภาพ

สแกนเพื่อให้บริการ    ความรู้ดูแลสุขภาพ

นัดให้บริการ    หน่วยงานในพื้นที่

สุมดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
รพ.สต.มะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก    **กลุ่มพึ่งพิง (LTC)**

ผู้สูงอายุ    กลุ่มวัยอื่น

ค้นหา:

ชื่อ-นามสกุล	ADL	TAI	กลุ่ม	
นายแดง พลอยจันทิก อายุ 74 ปี	10	B3	1	👤
นางคำมูล หอมมงคล อายุ 86 ปี	3	-	-	👤
นางตุ้ม เปี่ยมถาวร อายุ 67 ปี	7	-	-	👤

< 1 >

📄 ดาวนโหลด

ข้อมูล  
ส่วนตัว

กลุ่ม  
พึ่งพิง ที่  
ผ่านการ  
ประเมิน  
ADL

เสี่ยง  
ปกติ  
ผลการประเมิน

# รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ ---> รายงานภาพรวม

สภุมันที่สุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
SW.สต.มะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ | เมนูหลัก | กลุ่มพึ่งพิง (LTC)

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ (1)

รายชื่อผู้สูงอายุ

รายชื่ออาสาสมัคร

ประวัติสุขภาพ

สแกนเพื่อให้บริการ

ความรู้ดูแลสุขภาพ

นัดให้บริการ

หน่วยงานในพื้นที่

DASHBOARD

จิตอารีย์ มีสุข  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
Health ID : E00000039  
SW.สต.มะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

รายงานภาพรวม (2)

รายงานการคัดกรอง

รายงานประวัติสุขภาพ

รายงานผู้ใช้งาน

## รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ

DASHBOARD

ผู้สูงอายุทั้งหมด 64 คน

ชาย 17 คน | หญิง 47 คน

วัยต้นอายุ 60-69 ปี 59%

วัยกลางอายุ 70-79 ปี 33%

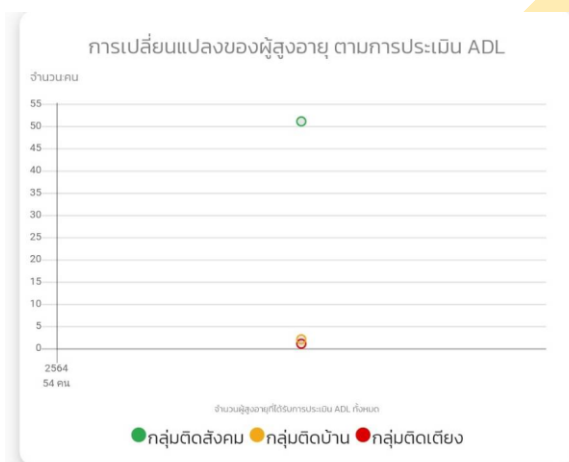
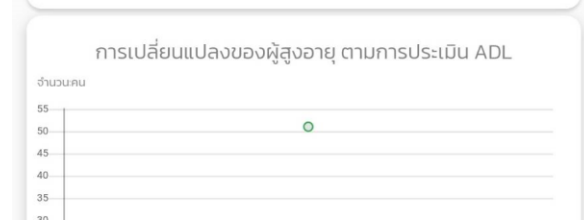
วัยปลายอายุ 80 ปีขึ้นไป 8%

กลุ่มผู้สูงอายุ ตามการประเมินคัดกรองความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน (ADL)

ปี 2564

ผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดกรอง 54 คน ร้อยละ 84.38

กลุ่มติดสังคม 51 คน ร้อยละ 94.44  
 กลุ่มติดบ้าน 2 คน ร้อยละ 3.70  
 กลุ่มติดเตียง 1 คน ร้อยละ 1.85



ผลการคัดกรองกลุ่มอาการผู้สูงอายุ

ปี 2564

คัดกรองแล้ว 49/64 คน เหลือ 15 คน 76.56%

ความถดถอยของร่างกาย	ปกติ	เสี่ยง
ด้านความคิดความจำ	34	15
ด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย	35	14
ด้านการขาดสารอาหาร	32	17
ด้านการมองเห็น	29	20
ด้านการได้ยิน	36	13
ด้านการซึมเศร้า	35	14
ด้านการกลืนปัสสาวะ	36	13
ด้านการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน	45	4
ด้านสุขภาพช่องปาก	23	26

# รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ ---> รายงานการคัดกรอง

สื่อบนที่สุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
SW.สต.ม-เกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก    กลุ่มพึ่งพิง (LTC)

1

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ

รายงานชื่อผู้สูงอายุ

รายงานชื่ออาสาสมัคร

ประวัติสุขภาพ

สแกนเพื่อให้บริการ

ความรู้ดูแลสุขภาพ

นัดให้บริการ

หน่วยงานในพื้นที่

DASHBOARD

จิตอารีย์ มีสุข  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
Health ID : E00000039  
SW.สต.ม-เกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

2

รายงานภาพรวม

รายงานการคัดกรอง

รายงานประวัติสุขภาพ

รายงานผู้ใช้งาน

รายงานการคัดกรอง

3

ประวัติสุขภาพ : การคัดกรอง ADL

ช่วงอายุ : 60 ถึง 100

ค้นหา

4

รายงานการคัดกรอง

ประวัติสุขภาพ : การคัดกรอง ADL

ช่วงอายุ : 60 ถึง 100

ค้นหา

จำนวนผู้สูงอายุทั้งหมด	ได้รับการคัดกรอง ADL	ร้อยละ	ยังไม่ได้รับการคัดกรอง
64	59	92.19	5

กลุ่มผู้สูงอายุ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
กลุ่มติดสังคม	54	91.53
กลุ่มติดบ้าน	4	6.78
กลุ่มติดเตียง	1	1.69
<b>รวม</b>	<b>59</b>	

# รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ ---> รายงานประวัติสุขภาพ

สื่อบนที่สุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
สว.สต.ม-เกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก    กลุ่มพึ่งพิง (LTC)

1

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ

รายงานชื่ออาสาสมัคร

สแกนเพื่อให้บริการ

นัดให้บริการ

รายงานชื่อผู้สูงอายุ

ประวัติสุขภาพ

ความรู้ดูแลสุขภาพ

หน่วยงานในพื้นที่

DASHBOARD

จิตอารีย์ มีสุข  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
Health ID : E00000039  
สว.สต.ม-เกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

รายงานภาพรวม

รายงานการคัดกรอง

2

รายงานประวัติสุขภาพ

รายงานผู้ใช้งาน

รายงานประวัติสุขภาพ

3

ประวัติสุขภาพ : ดัชนีมวลกาย (BMI)

ช่วงอายุ : 60 ถึง 100

ค้นหา

4

รายงานประวัติสุขภาพ

ประวัติสุขภาพ : ดัชนีมวลกาย (BMI)

ช่วงอายุ : 60 ถึง 100

ค้นหา

เกณฑ์	ผลการประเมิน	ร้อยละ
ผอม (< 18.5)	1	7.14
ปกติ(18.5-22.9)	4	28.57
น้ำหนักเกิน(23.0-24.9)	4	28.57
โรคอ้วน(25.0-29.9)	4	28.57
โรคอ้วนอันตราย(> 30)	1	7.14
<b>รวม</b>	<b>14</b>	

# รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ ---> รายงานผู้ใช้งาน

สภุมันที่สุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
สว.สต.ม-เกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก    กลุ่มฟังก์ (LTC)

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ **1**

รายงานชื่อผู้สูงอายุ

รายงานชื่ออาสาสมัคร

ประวัติสุขภาพ

สแกนเพื่อให้บริการ

ความรู้ดูแลสุขภาพ

นัดให้บริการ

หน่วยงานในพื้นที่

DASHBOARD

จิตอารีย์ มีสุข  
(เจ้าหน้าที่สาธารณสุข)  
Health ID : E00000039  
สว.สต.ม-เกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

รายงานภาพรวม

รายงานการคัดกรอง

รายงานประวัติสุขภาพ

รายงานผู้ใช้งาน **2**

รายงานผู้ใช้งาน

ปีงบประมาณ : ปี 2564

ช่วงอายุ : 60 ถึง 100 **3**

ค้นหา

ผู้ใช้งาน	หญิง	ชาย	รวม
ผู้สูงอายุ	17	42	59
อาสาสมัคร	0	4	4
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	0	1	1
เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น	4	13	17

# รายชื่ออาสาสมัครที่ใช้งานผ่าน App. (การบริหารจัดการข้อมูล)

เมนูหลัก

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
( เจ้าหน้าที่สาธารณสุข )  
สว.สต.มะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก    กลุ่มพึ่งพิง (LTC)

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ

รายชื่อผู้สูงอายุ

รายชื่ออาสาสมัคร ← 1

ประวัติสุขภาพ

สแกนเพื่อให้บริการ

ความรู้ดูแลสุขภาพ

นัดให้บริการ

หน่วยงานในพื้นที่

รายชื่ออาสาสมัคร

ค้นหา: \_\_\_\_\_

ชื่อ-นามสกุล	ประเภท
นายชาญ ฉายะ สว.สต.มะเกลือเก่า	1
นางสาวกัญญา ไสเส... สว.สต.มะเกลือเก่า	1
นางสาวจารุณี เมืองแสน สว.สต.มะเกลือเก่า	1
นางสุทิน วันสูงเนิน สว.สต.มะเกลือเก่า	1
นางสาวพัศมัย ธรรมวิชัย สว.สต.มะเกลือเก่า	1
นางมันทนา โทะสูงเนิน สว.สต.มะเกลือเก่า	1
นางมน ดิเปรี่ยม สว.สต.มะเกลือเก่า	1

2

รายชื่อ-นามสกุล    ประเภท

นายชาญ ฉายะ:

- 1 (Selected)
- อสม
- CG
- CC
- อสม, CG
- อสม, CC
- CG, CC
- อสม, CG, CC

นางฐิตรัตน์ บุณสูงเนิน

นางสิสัด ประเภท

3

รายชื่ออาสาสมัคร

ค้นหา: \_\_\_\_\_

ชื่อ-นามสกุล	ประเภท
นายชาญ ฉายะ สว.สต.มะเกลือเก่า	อสม, CG
นางสาวกัญญา ไสเส... สว.สต.มะเกลือเก่า	1
นางสาวจารุณี เมืองแสน สว.สต.มะเกลือเก่า	1
นางสุทิน วันสูงเนิน สว.สต.มะเกลือเก่า	1
นางสาวพัศมัย ธรรมวิชัย สว.สต.มะเกลือเก่า	1
นางมันทนา โทะสูงเนิน สว.สต.มะเกลือเก่า	1

อัปเดต ประเภท แล้ว

# สแกน QR Code เพื่อให้บริการคัดกรองสุขภาพ

สุมดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
( เจ้าหน้าที่สาธารณสุข )  
SW.สต.มะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เน้นหลัก    กลุ่มพึ่งพิง (LTC)

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ    รายชื่อผู้สูงอายุ

รายชื่ออาสาสมัคร    ประวัติสุขภาพ


สแกนเพื่อให้บริการ **1**    ความรู้ดูแลสุขภาพ

นัดให้บริการ    หน่วยงานในพื้นที่

ให้บริการ

คิวอาร์โค้ดของฉัน

ให้บริการ

3301800 

Health ID     เลขบัตรประชาชน

ค้นหา **2**

นายวิสัย   
อายุ 81 ปี

ให้บริการ **3**

QR CODE ของฉัน

เจ้าหน้าที่สแกนเพื่อให้บริการ



จิตอารีย์ มีสุข  
อายุ 29 ปี  
เบอร์โทรศัพท์ 0910645280


Health ID : E00000039

สุมดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ


วิสัย   
อายุ 81 ปี 2 เดือน 26 วัน

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    ประวัติสุขภาพ

สภาวะเสี่ยง  วันที่ล่าสุด    ผู้ประเมิน

ไม่มีข้อมูล

สภาวะปกติ  วันที่ล่าสุด    ผู้ประเมิน

การทำการวัดประจำวัน 22/03/64 ลูกปู่ สงสจ... (ADL)

ผลการประเมิน 

ผู้สูงอายุ/ญาติ

คัดกรองกลุ่มอาการของผู้สูงอายุ

อาสาสมัคร

# หน่วยงานในพื้นที่ (รพ.สต./รพช.)

สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
( เจ้าหน้าทีสาธารณสุข )  
รพ.สต.มะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก    กลุ่มพึ่งพิง (LTC)

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ    รายชื่อผู้สูงอายุ  
รายชื่ออาสาสมัคร    ประวัติสุขภาพ  
สแกนเพื่อให้บริการ    ความรู้ดูแลสุขภาพ  
นัดให้บริการ    **หน่วยงานในพื้นที่**

← หน่วยงานในพื้นที่

โปรดเพิ่มหน่วยงานท้องถิ่นในพื้นที่

จังหวัด	อำเภอ	ตำบล
นครราชสีมา	สูงเนิน	มะเกลือเก่า

ทั้งหมด

บันทึก

\* หมายเหตุ : การเพิ่มหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อเป็นการจับคู่หน่วยงานให้สามารถมองเห็นข้อมูลที่เชื่อมโยงกัน

ทั้งหมด

องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า

← หน่วยงานในพื้นที่

โปรดเพิ่มหน่วยงานท้องถิ่นในพื้นที่

จังหวัด	อำเภอ	ตำบล
นครราชสีมา	สูงเนิน	มะเกลือเก่า

องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า

บันทึก

\* หมายเหตุ : การเพิ่มหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อเป็นการจับคู่หน่วยงานให้สามารถมองเห็นข้อมูลที่เชื่อมโยงกัน

หน่วยงานท้องถิ่นในพื้นที่

- องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า

**\*รพ.สต./รพช. เลือกหน่วยงานท้องถิ่นในพื้นที่ เพื่อจับคู่การมองเห็นข้อมูลร่วมกัน**



# หน่วยงานในพื้นที่ (เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น)

สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ

นายทดสอบ ทดสอบ  
อายุ : 68 ปี 2 เดือน 27 วัน  
( เจ้าหน้าท้องถิ่น )  
องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก    กลุ่มฟังก์ชัน (LTC)

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ    รายชื่อผู้สูงอายุ

รายชื่ออาสาสมัคร    ประวัติสุขภาพ

สแกนเพื่อให้บริการ    ความรู้ดูแลสุขภาพ

นัดให้บริการ    หน่วยงานในพื้นที่

←    หน่วยงานในพื้นที่

หน่วยบริการสาธารณสุขในพื้นที่

จังหวัด	อำเภอ	ตำบล
นครราชสีมา	สูงเนิน	มะเกลือเก่า

1. sw.สต.มะเกลือเก่า } \* กรณีนี้ 1 อบต.  
2. sw.สต.ปลายราง } ทำงานร่วมกับ 2 รพ.สต.

**\*อบต./เทศบาล ใช้คณ่วยบริการที่จับคู่ ให้สามารถมองเห็นข้อมูลร่วมกัน**

# การให้บริการคัดกรองผู้สูงอายุ

สภุมันทีสุขภาพผู้สูงอายุ

นางสาวจิตอารีย์ มีสุข  
อายุ : 29 ปี 18 วัน  
( เจ้าหน้าที่สาธารณสุข )  
สว.สต.มะเกลือเก่า

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    เมนูหลัก    กลุ่มฟังก์ (LTC)

← รายชื่อผู้สูงอายุ

sw.สต.มะเกลือเก่า

+ เพิ่มผู้สูงอายุ    ผู้สูงอายุ    กลุ่มวัยอื่น

อายุ 65 ปี 2 เดือน 13 วัน

ข้อมูลส่วนตัว

ผลการประเมินสุขภาพ    ประวัติสุขภาพ

← ประเมินคัดกรอง ADL

4

รายงานสุขภาพผู้สูงอายุ    รายชื่อผู้สูงอายุ

รายชื่ออาสาสมัคร    ประวัติสุขภาพ

สแกนเพื่อให้บริการ    ความรู้ดูแลสุขภาพ

นัดให้บริการ    หน่วยงานในพื้นที่

ค้นหา:

ชื่อ-นามสกุล	ให้บริการ	ADL	ยืนยันค่า ADL
อายุ 63 ปี		20	
อายุ 65 ปี			
อายุ 68 ปี			
อายุ 74 ปี			
อายุ 68 ปี			
อายุ 85 ปี			

สภาวะเสี่ยง    วันที่ล่าสุด    ผู้ประเมิน

ไม่มีข้อมูล

สภาวะปกติ    วันที่ล่าสุด    ผู้ประเมิน

ไม่มีข้อมูล

ผลการประเมิน

ผู้สูงอายุ/ญาติ

- คัดกรองกลุ่มอาการของผู้สูงอายุ
- อาสาสมัคร
- การทํางานวัตรประจำวัน (ADL)

เริ่มทำการประเมินคัดกรอง

รายงาน

ประวัติการประเมินคัดกรอง ADL

ยังไม่มีข้อมูล



# การให้บริการคัดกรองผู้สูงอายุ

← ประเมินคัดกรอง ADL

**หมายเหตุ**

ควรประเมินอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ขึ้นอยู่กับสภาพการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ

ครั้งที่	วันที่
1	28/03/2564

← 1/11 →

**1. รับประทานอาหารเมื่อเตรียมไว้ให้เรียบร้อยแล้ว**

ไม่สามารถตักอาหารเข้าปากได้



ตักอาหารเองได้ แต่ต้องมีคนช่วย เช่น ช่วยใช้ช้อนตักเตรียมไว้ให้หรือตักเป็นชิ้นเล็กๆ ไว้ล่วงหน้า



ตักอาหารและช่วยตัวเองได้เป็นปกติ




← 2/11 →

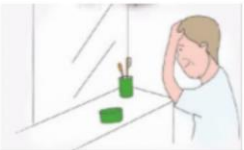
← ประเมินคัดกรอง ADL

**2. ล้างหน้า หวีผม แปรงฟัน โกนหนวด ในระยะเวลา 24-48 ชั่วโมงที่ผ่านมา**

ต้องการความช่วยเหลือ



ทำเองได้ (รวมทั้งที่ทำได้เอง ถ้าเตรียมอุปกรณ์ไว้ให้)



← 3/11 →

**3. ลูกนั่งจากที่นอน หรือเตียงไปยังเก้าอี้**

ไม่สามารถนั่งได้ (นั่งแล้วจะล้มเสมอ) หรือต้องใช้คนสองคนช่วยกันยกขึ้น



ต้องการความช่วยเหลืออย่างมากจึงจะนั่งได้ เช่น ต้องใช้คนที่แข็งแรงหรือมีทักษะ 1 คน หรือใช้คนทั่วไป 2 คน พยุงหรือดันขึ้นมาจึงจะนั่งอยู่ได้



ต้องการความช่วยเหลือ บ้าง เช่น บอกให้ทำตาม หรือช่วย พยุงเล็กน้อย หรือต้องมีคนดูแล เพื่อความปลอดภัย



ทำได้เอง



#### 4. ใช้ห้องน้ำ



- ช่วยตัวเองไม่ได้



- ทำเองได้บ้าง (อย่างน้อยทำความสะอาดตัวเองได้หลังจากเสร็จธุระ) แต่ต้องการความช่วยเหลือในบางสิ่ง



- ช่วยตัวเองได้ดี (ขึ้นนั่งและลงจากโถส้วมเองได้ ทำความสะอาดได้เรียบร้อยหลังจากเสร็จธุระ ถอดใส่เสื้อผ้าได้เรียบร้อย)

#### 5. การเคลื่อนที่ภายในห้องหรือบ้าน



- เคลื่อนที่ไปไหนไม่ได้



- ต้องใช้รถเข็นช่วยตัวเอง ให้เคลื่อนที่ได้เอง (ไม่ต้องมี คนเข็นให้) และจะต้อง เข้าออกมุมห้อง หรือประตูได้



- เดินหรือเคลื่อนที่ โดยมีคนช่วย เช่น พยุงหรือบอกให้ทำตาม หรือต้องให้ความสนใจดูแล เพื่อความปลอดภัย



- เดินหรือเคลื่อนที่เองได้

# การให้บริการคัดกรองผู้สูงอายุ

#### 6. การสวมใส่เสื้อผ้า



- ต้องมีคนสวมใส่ ให้ช่วยตัวเองแทบไม่ได้ หรือน้อย



- ช่วยตัวเอง ได้ประมาณร้อยละ 50 ที่เหลือต้องมีคนช่วย



- ช่วยตัวเองได้ดี (รวมทั้งการติดกระดุม รูดซิป หรือใช้เสื้อผ้า ที่ดัดแปลงให้เหมาะสมก็ได้)

#### 7. การขึ้นลงบันได 1 ชั้น



- ไม่สามารถทำได้



- ต้องการคนช่วย



- ขึ้นลงได้เอง (ถ้าต้องใช้เครื่องช่วยเดิน เช่น walker จะต้อง เอาขึ้นลงได้ด้วย)

# การให้บริการคัดกรองผู้สูงอายุ



ประเมินคัดกรอง ADL

## 8. การอาบน้ำ



ต้องมีคนช่วยหรือทำให้



อาบน้ำเองได้



9/11



## 9. การกลืนการถ่ายอุจจาระในระยะเวลา 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา



กลืนไม่ได้ หรือต้องการการสวน อุจจาระอยู่เสมอ



กลืนไม่ได้บางครั้ง (ไม่เกิน 1 ครั้งต่อสัปดาห์)



กลืนได้ เป็นปกติ



10/11



## 10. การกลืนปัสสาวะในระยะเวลา 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา



กลืนไม่ได้ หรือใส่สายสวน ปัสสาวะแต่ไม่สามารถดูแลเองได้



กลืนไม่ได้บางครั้ง (ไม่เกิน วันละ 1 ครั้ง)



กลืนได้ เป็นปกติ

บันทึกการประเมิน



11/11

5

การแปลผล



กลุ่มติดสังคม



รับประทานอาหาร

ล้างหน้า/แปรงฟัน

ปกติ

ลุกนั่งจากที่นอน

ปกติ

ใช้ห้องน้ำ

เคลื่อนที่ภายในห้อง

สวมใส่เสื้อผ้า

ปกติ

ขึ้นลงบันได 1 ชั้น

การอาบน้ำ

ปกติ

กลืนถ่ายอุจจาระ

ปกติ

กลืนปัสสาวะ

ยืนยัน

6

เริ่มทำการประเมินคัดกรอง

รายงาน

ประวัติการประเมินคัดกรอง ADL

ครั้งที่	1
วันที่	28/03/64
อยู่ในกลุ่มที่	ติดสังคม
คะแนนรวม	15 คะแนน
รับประทานอาหาร	1 คะแนน
ล้างหน้า/แปรงฟัน	1 คะแนน
ลุกนั่งจากที่นอน	3 คะแนน
ใช้ห้องน้ำ	1 คะแนน
เคลื่อนที่ภายในห้อง	2 คะแนน
สวมใส่เสื้อผ้า	2 คะแนน
ขึ้นลงบันได 1 ชั้น	1 คะแนน
การอาบน้ำ	1 คะแนน
กลืนถ่ายอุจจาระ	2 คะแนน
กลืนปัสสาวะ	1 คะแนน
ผู้ประเมิน	จิตอาารย์ มีสุข

# การให้บริการคัดกรองผู้สูงอายุ



ประเมินคัดกรอง ADL



กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลง  
ของ ADL แต่ละครั้ง

