




ประกาศกรุงเทพมหานคร  
เรื่อง ผลการคัดเลือกบุคคล

ด้วย ก.ก. ได้มีมติในการประชุม ครั้งที่ ๖/๒๕๕๔ เมื่อวันที่ ๑๘ สิงหาคม ๒๕๕๔ อนุมัติหลักเกณฑ์การคัดเลือกบุคคลและการประเมินบุคคลเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งประเภททั่วไปและประเภทวิชาการ ตามพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการกรุงเทพมหานครและบุคลากรกรุงเทพมหานคร พ.ศ. ๒๕๕๔ โดยให้นำหลักเกณฑ์การประเมินบุคคลเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งสำหรับผู้ปฏิบัติงานที่มีประสบการณ์ (ตำแหน่งประเภททั่วไป) และตำแหน่งประเภทวิชาชีพอเฉพาะ สำหรับตำแหน่งระดับ ๘ ลงมา ตามมติ ก.ก. ครั้งที่ ๖/๒๕๕๑ เมื่อวันที่ ๒๑ กรกฎาคม ๒๕๕๑ ซึ่งได้กำหนดให้กรุงเทพมหานครพิจารณาคัดเลือกบุคคลที่จะเข้ารับการประเมินเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งตามที่ ก.ก. ได้กำหนดตำแหน่งไว้แล้ว ในอัตราส่วน ๑ ราย ต่อ ๑ ตำแหน่ง มาใช้กับการประเมินบุคคลเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งประเภทวิชาการระดับชำนาญการและชำนาญการพิเศษ

กรุงเทพมหานคร ได้ดำเนินการตรวจสอบคุณสมบัติของผู้ที่ขอรับการคัดเลือก พร้อมทั้งเค้าโครงเรื่องของผลงานที่จะส่งประเมินเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งในระดับสูงขึ้นแล้ว ปรากฏว่ามีผู้ผ่านการคัดเลือก ดังต่อไปนี้

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	ตำแหน่งปัจจุบัน (ตำแหน่งเลขที่)	ตำแหน่งที่ได้รับ การคัดเลือก (ตำแหน่งเลขที่)	ส่วนราชการ/ หน่วยงาน
๑.	นางสาวยุพดี พัฒนาบุญ	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ (ด้านการพยาบาล) (ตำแหน่งเลขที่ รพต. ๕๕๘)	พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการพิเศษ (ด้านการพยาบาลทั่วไป) (ตำแหน่งเลขที่ รพต. ๕๕๘)	ฝ่ายการพยาบาล กลุ่มภารกิจ- ด้านการพยาบาล โรงพยาบาลตากสิน สำนักงานแพทย์

ประกาศ ณ วันที่ ๒๖ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๑

  
(นายภัทรุทธิ์ ทรรทรานนท์)  
ปลัดกรุงเทพมหานคร

## สรุปข้อมูลของผู้ขอรับการคัดเลือก

ชื่อผู้ขอรับการคัดเลือก นางสาวยุพดี พัฒนกาญจน์

เพื่อประเมินบุคคลในตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการพยาบาลทั่วไป) (ตำแหน่งเลขที่ รพต.๕๕๘)

หลักเกณฑ์การคัดเลือก	ข้อมูล
๑. การพิจารณาคุณสมบัติของบุคคล	
๑.๑ คุณวุฒิการศึกษา	- ประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์ (ต่อเนื่อง ๑ ปี) เทียบเท่าปริญญาตรี
๑.๒ ประวัติการรับราชการ	- อายุราชการ ๓๖ ปี ๖ เดือน (ตั้งแต่วันที่ ๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๒๔ ถึง วันที่ ๑๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๑)
๑.๓ มีระยะเวลาการดำรงตำแหน่งและ ปฏิบัติงานตามที่กำหนดไว้ในมาตรฐาน กำหนดตำแหน่งหรือได้รับการยกเว้น จาก ก.ก. แล้ว	- ดำรงตำแหน่งในระดับชำนาญการเป็นระยะเวลา เป็นเวลา ๖ ปี ๙ เดือน (ตั้งแต่วันที่ ๑๕ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๔ ถึง วันที่ ๑๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๑)
๑.๔ มีระยะเวลาขั้นต่ำในการดำรงตำแหน่ง หรือเคยดำรงตำแหน่งในสายงานที่จะ คัดเลือก	- ดำรงตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพเป็นเวลา ๓๓ ปี ๓ เดือน (ตั้งแต่วันที่ ๒๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๒๘ ถึง วันที่ ๑๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๑)
๑.๕ มีใบอนุญาตประกอบวิชาชีพ (ถ้ามี)	- ใบอนุญาตประกอบวิชาชีพการพยาบาลและ ฉุกเฉินการแพทย์ ชั้นหนึ่ง ใบอนุญาตที่ ๔๕๑๑๐๑๙๔๒๑
๒. การพิจารณาคุณลักษณะของบุคคล	- ได้คะแนนประเมินร้อยละ ๙๔
- ต้องได้คะแนนรวมที่ผู้บังคับบัญชาประเมิน ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐	
๓. อื่นๆ (ระบุ) .....	
.....	

## ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

ชื่อผู้ขอรับการประเมิน นางสาวยุพดี พัฒนกาญจน์

ตำแหน่งที่จะขอรับการประเมิน พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการพยาบาลทั่วไป)

### ๑. ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

ชื่อผลงาน การศึกษาผลโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ แคมป์วัยใส ใส่ใจสุขภาพ

ช่วงระยะเวลาที่ทำผลงาน ๕ เดือน (ตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐ ถึงวันที่ ๓๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐)

ขณะดำรงตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ ระดับชำนาญการ (ด้านการพยาบาล) สังกัดฝ่ายการพยาบาล

กลุ่มภารกิจด้านการพยาบาล โรงพยาบาลตากสิน สำนักงานแพทย์

ดำเนินการด้วยตนเองทั้งหมด

ดำเนินการร่วมกันหลายคน รายละเอียดปรากฏตามคำรับรองการจัดทำผลงานที่เสนอขอประเมิน

ผลสำเร็จของผลงาน (ระบุความสำเร็จเป็นผลผลิต หรือผลลัพธ์ หรือประโยชน์ที่ได้รับ)

ภาวะอ้วนลงพุงหรือไขมันช่องท้องมากเกินไป (Metabolic Syndrome) คือ กลุ่มของปัจจัยเสี่ยงที่ประกอบด้วย ดัชนีมวลกายเกิน รอบเอวเกิน ระดับน้ำตาลในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง และไขมันในเลือดสูงซึ่งเป็นภาวะที่จะเพิ่มโอกาสในการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง คือ โรคเบาหวาน โรคหัวใจ และหลอดเลือด หากสามารถลดน้ำหนักตัวลงได้ ร้อยละ ๕-๑๐ ของน้ำหนักที่เคยเป็นจะช่วยให้อาการแทรกซ้อนต่างๆ ดีขึ้นและถ้าลดรอบเอวลงได้ ๕ เซนติเมตร จะลดโอกาสเกิดเบาหวาน ๓-๕ เท่า ผลเสียของภาวะอ้วนลงพุงและภาวะน้ำหนักเกิน นอกจากมีผลต่อสุขภาพกาย ยังมีผลต่อสุขภาพจิตได้แก่ ไม่มั่นใจในตัวเอง ไม่มั่นใจในรูปร่าง เพราะคนอ้วนมักมีบุคลิกภาพที่ไม่สง่า สวมเสื้อผ้าแล้วไม่สวยไม่หล่อ การถูกเพื่อนล้อ มีปัญหาเรื่องการเข้าสังคม การทำงานอาชีพบางอาชีพที่เน้นรูปร่างบุคลิกภาพที่ดี เช่น พนักงานต้อนรับ และบางคนเกิดภาวะซึมเศร้าได้ง่ายกว่าคนที่รูปร่างปกติ ซึ่งภาวะอ้วนลงพุงปัจจุบันมีแนวโน้มมากขึ้น

จากรายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๕๙ ของบุคลากรโรงพยาบาลตากสิน พบว่ามีบุคลากรตรวจสุขภาพทั้งสิ้น ๑,๖๐๕ คน การคัดกรองภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนของบุคลากรโรงพยาบาลตากสินโดยใช้ค่าดัชนีมวลกาย (Body mass index) ซึ่งเป็นค่าดัชนีความสัมพันธ์ระหว่างส่วนสูงและน้ำหนักตัวโดยคำนวณจากน้ำหนักตัว (กิโลกรัม) หารด้วยความสูง (เมตรยกกำลังสอง) มากกว่าหรือเท่ากับ ๒๕ กิโลกรัมต่อตารางเมตร แสดงว่าเริ่มมีภาวะน้ำหนักเกิน และค่าดัชนีมวลกายที่ ๓๐ กิโลกรัมต่อตารางเมตร หมายถึงอ้วน พบว่าดัชนีมวลกายปกติร้อยละ ๕๙.๕๔ น้อยกว่าปกติร้อยละ ๗.๗๗ น้ำหนักเกินร้อยละ ๒๒.๘๐ และโรคอ้วนร้อยละ ๙.๘๙ ภาวะน้ำหนักเกินหรือโรคอ้วนนั้นเกิดจากการมีพฤติกรรมขาดการดูแลสุขภาพไม่ถูกต้องทั้งพฤติกรรมการรับประทานอาหาร พฤติกรรมการออกกำลังกาย พฤติกรรมการใช้เวลาว่าง การควบคุมอารมณ์ เป็นต้น การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การให้ความรู้ และแนวทางปฏิบัติในการลดและควบคุมน้ำหนัก ลดรอบเอวแก่บุคลากร โดยที่บุคลากรสามารถนำไปปฏิบัติได้ สอดคล้องกับวิถีชีวิตเป็นแนวทางหนึ่งที่จะสามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวเบื้องต้น ผู้ดำเนินโครงการในฐานะหัวหน้าหน่วยสุขศึกษาจึงจัดโครงการโรงพยาบาลหุ่นดี (You R What You E) เพื่อให้บุคลากรที่มีภาวะน้ำหนักเกินรับรู้อันตรายจากโรคอ้วน และมีความตื่นตัวที่จะเรียนรู้ ตลอดจนเข้าใจถึงการป้องกันและขจัดภาวะอ้วนโดยการปรับเปลี่ยนวิถีการดำรงชีวิตอย่างค่อยเป็นค่อยไปโดยใช้แนวคิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ๓ self เป็นกระบวนการในการปรับพฤติกรรมสุขภาพได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy) การกำกับตนเอง (self-regulation) การดูแลตนเอง (self care) โดยวัตถุประสงค์โครงการ ๑) เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการเข้าใจหลักแนวคิด ๓๐. ได้แก่ อาหาร ออกกำลังกาย และอารมณ์ได้อย่างถูกต้องและสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน ๒) เพื่อประเมินและเปรียบเทียบพฤติกรรม

การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย ค่าดัชนีมวลกายและความยาวรอบเอวของผู้เข้าร่วมโครงการและ ๓) เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและ หลอดเลือด เป้าหมายโครงการผู้เข้าร่วมโครงการเป็นบุคลากรที่มีน้ำหนักเกินจำนวน ๓๙ คน สามารถเข้าร่วม โครงการได้ด้วยความสำเร็จ และเข้าร่วมกิจกรรมครบตามที่กำหนด รูปแบบไป-กลับ รวม ๓ ครั้ง วันที่ ๑๗ พ.ค. ๒๕๖๐ วันที่ ๒๑ มิ.ย. ๒๕๖๐ และวันที่ ๑๙ ก.ค. ๒๕๖๐ เวลา ๐๘.๐๐-๑๖.๐๐ น. ณ ห้องประชุมชั้น ๒๐ อาคาร ธนบุรีศรีมหาสมุทร โรงพยาบาลตากสิน ลักษณะของโครงการเป็นโครงการประเภทส่งเสริมสุขภาพแก่บุคลากรโดย มีกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้ กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมมุ่งสู่เป้าหมาย กิจกรรมที่ ๒ กิจกรรมฐานโภชนาการ มี ๔ กิจกรรมย่อย ได้แก่กิจกรรมเรียนรู้อาหารในชีวิตประจำวัน กิจกรรมคำนวณพลังงานอาหารและเครื่องดื่ม กิจกรรมการ แข่งขันการประกอบอาหาร และกิจกรรมแบบบันทึกออาหาร กิจกรรมที่ ๓ กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้

หลังจบกิจกรรมประเมินผลลัพธ์ การจัดการอบรมเชิงปฏิบัติการโรงพยาบาลหุ่นดี (You R What You E) ในครั้งนี้บรรลุวัตถุประสงค์ มีผู้เข้าร่วมการอบรมเป็นบุคลากรโรงพยาบาลตากสินที่มีน้ำหนักเกินจำนวน ๓๙ คน ผลการประเมินร่างกายพบว่ากลุ่มเป้าหมายมีค่าดัชนีมวลกายลดลงร้อยละ ๘.๖ รอบเอวลดลงร้อยละ ๙.๔ การประเมิน ๓ Self พบว่ากลุ่มเป้าหมายมีการรับรู้ความสามารถในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยตนเองเพิ่มขึ้น ร้อยละ ๘๗.๑ มีการกำกับพฤติกรรมของตนเองเพิ่มขึ้นร้อยละ ๘๔.๖ และมีพฤติกรรมดูแลตนเองเพิ่มขึ้นร้อยละ ๘๗.๑ ส่วนผลประเมินความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโครงการ พบว่าอยู่ในระดับมากร้อยละ ๙๔.๘

## ๒. ข้อเสนอ แนวคิด วิธีการเพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

ชื่อข้อเสนอ โปรแกรมการให้ความรู้เพื่อเพิ่มค่าดัชนีมวลกายของบุคลากรในโรงพยาบาลตากสิน

วัตถุประสงค์และหรือเป้าหมาย

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้บุคลากรที่มีค่าดัชนีมวลกายต่ำกว่าเกณฑ์มีความรู้ในการรับประทานอาหารที่ถูกต้องและ สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน
๒. เพื่อให้บุคลากรที่มีค่าดัชนีมวลกายต่ำกว่าเกณฑ์ตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องสุขภาพ

เป้าหมาย

๑. กลุ่มเป้าหมายคือบุคลากรที่มีค่าดัชนีมวลกายต่ำ มีน้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ปกติมากกว่าร้อยละ ๘๐
- ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑. บุคลากรที่มีค่าดัชนีมวลกายต่ำ มีความรู้และสามารถเลือกรับประทานอาหารเพื่อให้มีน้ำหนักตัว อยู่ในเกณฑ์ปกติ

๒. เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพให้แก่บุคลากรให้ได้รับความรู้และนำมาประยุกต์ใช้จริงในชีวิตประจำวัน และลดความเสี่ยงการก่อให้เกิดโรคต่าง ๆ