



**สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทย  
ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี**

อาคารเฉลิมพระบารมี ๕๐ ปี ชั้น 10 เลขที่ 2 ซอยเพชรบุรี 47 ถนนเพชรบุรีตัดใหม่ แขวงบางกะปิ เขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ 10310

**DIABETES ASSOCIATION OF THAILAND**  
**UNDER THE PATRONAGE OF HER ROYAL HIGHNESS PRINCESS MAHA CHAKRI SIRINDHORN**  
Royal Golden Jubilee Building, Floor 10, 2 Soi Petchburi 47, Petchburi Road, Bangkok, Huaykwang,  
Bangkok 10310 THAILAND. Tel. 0-2716-5412 Fax. 0-2716-5411 www.diabassoethai.org

ที่ สบท.อฉ.309/2561

วันที่ 21 สิงหาคม พ.ศ. 2561

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด  
พระนครศรีอยุธยา  
รับเลขที่... ๑๕๑๗  
วันที่... ๒๗/๘/๖๑  
เวลา... ๑๑.๐๖ น.

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์และเชิญชวนร่วมการประกวดกิจกรรมเนื่องในวันเบาหวานโลก  
ประจำปี 2561-2562

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด

- สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. ประกาศเชิญชวนประกวดจัดกิจกรรมเนื่องในวันเบาหวานโลก  
2. ใบสมัคร

กลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อ  
รับเลขที่... ๕๓๓  
วันที่... ๒๗/๘/๖๑  
เวลา...

ตามที่ สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ได้จัดกิจกรรมรณรงค์โรคเบาหวานเนื่องในวันเบาหวานโลก” ซึ่งตรงกับวันที่ 14 พฤศจิกายน ของทุกปีอย่างต่อเนื่อง

ในการนี้ สมาคมฯ ได้ประกาศเพื่อเผยแพร่รายละเอียดบนเว็บไซต์ [www.dmthai.org](http://www.dmthai.org) เกี่ยวกับกิจกรรมการประกวดเนื่องในวันเบาหวานโลก หัวข้อ “เบาหวานกับครอบครัว” ตามแนวทางของ IDF เรื่อง The Family and Diabetes และขอเชิญชวนให้ สถานพยาบาล/โรงพยาบาล/โรงเรียน และหน่วยงานต่างๆ ที่ไม่ใช่สถานพยาบาล ทั้งภาครัฐและเอกชน ที่สนใจส่งผลงานร่วมกิจกรรมการประกวด โดยสามารถดาวน์โหลดใบสมัคร พร้อมกรอกรายละเอียดกิจกรรมที่สนใจ ส่งมาที่ e-mail : [info@dmthai.org](mailto:info@dmthai.org) ในรูปแบบ PDF file

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาประชาสัมพันธ์ให้หน่วยงานของท่านจัดกิจกรรมเนื่องในวันเบาหวานโลก และส่งผลงานร่วมประกวด โดยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่าน ขอขอบพระคุณมา ณ ที่นี้

ขอแสดงความนับถือ

ดร.ม  
- ดร.ป.ม

(นายสุเทพ บุญสูตร)

(ศ.เกียรติคุณแพทย์หญิงวรรณิ นิธิยานันท์)

นายกสมาคม

นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง  
นักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ (ด้านบริการทางวิชาการ) ปฏิบัติราชการแทน  
ผู้ประสานงาน: นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

น.ส.วรินทร์สยา พิรภัทรเวอร์ณ์

e-mail : [info@dmthai.org](mailto:info@dmthai.org)

โทร: 0 2716 5412 โทรสาร: 0 2716 5411

โทรศัพท์เคลื่อนที่: 084-468-0711

เรียนคุณพี่จอร์จ  
- ป.ท. ร่มเย็น คุ้มกัน  
ไม่วัด  
๒๗/๘/๖๑



## วันเบาหวานโลก

### การประกวดกิจกรรมวันเบาหวานโลกประจำปี 2561-2562

เนื่องด้วยปี 2561 นี้ สมาพันธ์เบาหวานโลก (IDF) ได้กำหนดหัวข้อรณรงค์วันเบาหวานโลก “เบาหวานกับครอบครัว” เนื่องจากโรคเบาหวานมีความเกี่ยวข้องกับครอบครัวอย่างมาก สมาชิกในครอบครัวต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเบาหวาน ซึ่งจะเป็นส่วนสำคัญในการช่วยให้สมาชิกในครอบครัวที่เป็นเบาหวานดูแลตนเองได้ดีขึ้น ในทางตรงกันข้ามสมาชิกในครอบครัวมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคเบาหวานมากขึ้นเช่นกัน การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของคนในครอบครัว ทำให้เกิดผลดีทั้งตัวผู้ป่วยและสมาชิกคนอื่นในครอบครัว

สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทยฯ จึงจัดให้มีการประกวดโครงการและกิจกรรม ที่มีการบูรณาการ การป้องกันเบาหวาน การคัดกรอง การลดความเสี่ยงการเกิดโรคเบาหวาน การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยง หญิงตั้งครรภ์ และครอบครัว โดยมีการจัดสำหรับกลุ่มเป้าหมายที่ชัดเจน เน้นการมีส่วนร่วมของชมรมผู้ป่วยเบาหวานในสถานพยาบาล ประชาชนหรือบุคลากรในพื้นที่รับผิดชอบ

โดยแบ่งประเภทการประกวดและรางวัลออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

1. ระดับ รพ.มหาวิทยาลัย รพ.ศูนย์ รพ.จังหวัด รพ.เอกชน
2. ระดับ รพ.ชุมชน และ รพ.สต.
3. ระดับ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่สถานพยาบาล ได้แก่ หน่วยงานภาครัฐ หน่วยงานภาคเอกชน และบริษัทต่างๆ
4. ระดับโรงเรียน

การประกวดกิจกรรม มี 3 โครงการ ดังต่อไปนี้

#### 1. การประกวด public media พร้อมคำขวัญในหัวข้อ The Family and Diabetes

ขอเชิญชวนผู้ที่สนใจร่วมประกวด เนื่องในโอกาสวันเบาหวานโลก 2561-2562 (Public media เช่น วิดีโอคลิป โปสเตอร์ infographic เป็นต้น)

รางวัลที่ 1 12,000 บาท

รางวัลที่ 2 8,000 บาท

รางวัลที่ 3 5,000 บาท

กำหนดส่ง ภายในวันที่ 21 ก.ย. 61

ประกาศผล ภายในวันที่ 5 ต.ค. 61

#### 2. การประกวดกิจกรรมการป้องกันและลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 ในครอบครัว

(ระยะเวลาดำเนินการ 2 ปี) ขอเชิญชวนทุกครอบครัวที่สนใจเข้าร่วมประกวดกิจกรรมการป้องกันและลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 ในครอบครัวเกณฑ์ครอบครัวที่ส่งประกวดประกอบด้วย

- ตั้งแต่ 2 รุ่นอายุขึ้นไป ที่ต่างรุ่นอายุ (เช่น ปู่ ย่า ตายาย/ พ่อ แม่/ ลูก)
- สมาชิกในครอบครัวอย่างน้อย 3 คน

กิจกรรมแบ่งเป็น 2 ช่วง คือ

### 2.1 ระยะแรก

เป็นการเก็บข้อมูลพื้นฐานของสมาชิก ได้แก่ อายุ น้ำหนักตัว ส่วนสูง รอบเอว พร้อมภาพถ่ายทั้งตัว ด้านตรงและด้านข้าง ผลตรวจน้ำตาลในเลือดและอื่นๆ และเริ่มกิจกรรมการดำเนินงานการป้องกันเป็นเวลาอย่างน้อย 3 เดือน เริ่มกิจกรรมก่อน 15 ต.ค. 61 กำหนดส่ง ระยะแรก วันที่ 15 ม.ค. 62

รางวัลในระยะแรก ครอบครัวที่ส่งประกวด และผ่านการพิจารณา 20 ครอบครัวแรก จะได้รับเงินสนับสนุนเบื้องต้น ครอบครัวละ 3,000 บาท ครอบครัวที่ผ่านการพิจารณาและไม่ผ่าน สามารถดำเนินการต่อเพื่อชิงรางวัลในระยะที่สองได้ เมื่อสิ้นสุดโครงการระยะที่สอง

### 2.2 ระยะที่สอง เริ่ม 1 ม.ค. 62

ทุก 3 เดือน จะต้องส่งบันทึกการทำกิจกรรมทางกาย/การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภค (ส่งบันทึกให้สมาคมฯ ทุก 3 เดือน) สามารถส่งได้ทั้งกระดาษและโปรแกรมอิเล็กทรอนิกส์ สามารถดาวน์โหลดโปรแกรม Sarah lite สิ้นสุดโครงการ 31 ธ.ค. 62 กำหนดส่งเอกสารภายในวันที่ 15 ม.ค. 63 ประกาศผลภายใน 28 ก.พ. 63

ตัวชี้วัด น้ำหนักตัว รอบเอว ความดันโลหิต ซีพีजर เปอร์เซ็นต์ไขมัน และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ผลตรวจน้ำตาลในเลือดและอื่นๆ และผู้ที่ได้รับรางวัลจะต้องมารับรางวัลด้วยตนเอง ในวันประชุมใหญ่สามัญประจำปี ของสมาคมฯ ในเดือน มี.ค. 62 และ มี.ค. 63

รางวัลในระยะที่สอง

- รางวัลที่ 1 10,000 บาท
- รางวัลที่ 2 6,000 บาท
- รางวัลที่ 3 4,000 บาท

### 2.3 กิจกรรมประกวดสำหรับผู้เป็นเบาหวานชนิดที่ 1 และ ครอบครัว

เปิดรับสมัคร ครอบครัวเบาหวานชนิดที่ 1 ที่ เข้าเกณฑ์ ดังนี้

1. เป็นครอบครัวที่มีสมาชิกในครอบครัวเป็นเบาหวานชนิดที่ 1 อย่างน้อย 1 คน นานกว่า 5 ปี ขึ้นไป
2. สมาชิกในครอบครัว มีศักยภาพในการดูแลตนเอง มีการทำกิจกรรมประจำวันของเบาหวาน ได้แก่
  - (1) การตรวจวัดระดับน้ำตาลปลายนิ้ว ไม่น้อยกว่า 3 ครั้งต่อวัน
  - (2) นับอาหาร ข้าว แป้ง ที่เรียกว่า นับคาร์บ (เกือบ) ทุกมื้อ
  - (3) คำนวณยาฉีดอินซูลินตามอาหารและผลระดับน้ำตาล และฉีดยาอินซูลิน (เกือบ) ครบทุกมื้อ
  - (4) รับประทานอาหารตามที่คำนวณ และมีสารอาหารเหมาะสม ส่งผลให้ มีระดับน้ำตาลสะสม เอวันซี ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา (อย่างน้อย 3 ครั้งห่างกัน 3-4 เดือนติดต่อกัน) ต่ำกว่า 7.5 %

3. มีการตรวจประจำปี น้ำหนัก การเจริญเติบโต อยู่ในเกณฑ์ปกติ ไม่อ้วน หรือผอมกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ตามวัย และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนประจำปีครบถ้วน ตา ต่ ผลเลือดที่จำเป็น ตามเกณฑ์กำหนด และผลอยู่ในเกณฑ์ดี
4. ไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน ดีเคเอ และไม่มีภาวะน้ำตาลต่ำรุนแรง ในปีที่ผ่านมา
5. มีการแสดงถึงความร่วมมือของครอบครัวที่ให้อำนาจใจต่อกัน ในด้านสุขภาพ การเรียนและดำเนินชีวิต โดยการเขียนเรียงความ และ/หรือ วาดรูปประกอบ ให้เข้าใจได้

#### ผู้สมัครจะต้องส่งเอกสาร ดังนี้

- a. หนังสือรับรองจากแพทย์ผู้รักษา มีข้อมูลในข้อ 1-4 ให้ครบถ้วน พร้อมลายเซ็นชื่อ นามสกุล ที่อยู่ และหมายเลขโทรศัพท์ที่ติดต่อสามารถสอบถามได้
- b. เอกสารประกอบเรื่องเล่า ข้อ 5 ไม่น้อยกว่า 3-5 หน้า A4 ภายใน วันที่ 15 มกราคม พ.ศ. 2562
  - รางวัลที่ 1 10,000 บาท
  - รางวัลที่ 2 6,000 บาท
  - รางวัลที่ 3 4,000 บาท

*หมายเหตุ* คณะกรรมการสมาคมฯ และผู้เชี่ยวชาญจะตัดสิน โดยมีหลักการที่ผู้เป็นเบาหวานและครอบครัว สามารถอยู่ร่วมกัน เกื้อกูลกัน และแบ่งปันองค์ความรู้ในการดูแลตนเองด้านสุขภาพ และ ผู้เป็นเบาหวานสามารถควบคุมภาวะแทรกซ้อน ฉีดยาอินซูลิน และระยะยาว ประสบความสำเร็จในการเรียน การอยู่ร่วมกับผู้อื่น และการทำงานและผลการตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นข้อยุติ

### 3. ประกวดการจัดกิจกรรมป้องกันเบาหวานของหน่วยงานต่างๆ เนื่องในวันเบาหวานโลก 2561-2562 หัวข้อ The Family and Diabetes (เบาหวานกับครอบครัว) ขอเชิญหน่วยงานต่างๆ ประกอบด้วย

1. ระดับ รพ.มหาวิทยาลัย รพ.ศูนย์ รพ.จังหวัด รพ.เอกชน
2. ระดับ รพ.ชุมชน และ รพ.สต.
3. ระดับหน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่สถานพยาบาล ได้แก่ หน่วยงานภาครัฐ และหน่วยงานภาคเอกชน
4. ระดับโรงเรียน

#### การประกวดกิจกรรมป้องกันเบาหวาน จะมี 2 ระยะ ดังนี้

##### 1. ระยะสั้น 2561

การประกวดกิจกรรมป้องกันเบาหวาน (การคัดกรองกลุ่มเสี่ยงเบาหวาน ทุกเพศ ทุกวัย) การดำเนินการแล้วเสร็จก่อนวันที่ 30 ธ.ค. 61 และส่งผลงานภายในวันที่ 15 ม.ค. 62 โครงการที่ผ่านการคัดเลือก 5 หน่วยงานต่อระดับ (1-4) จะได้รับเงินสนับสนุนหน่วยงานละ 8,000 บาท สำหรับหน่วยงานที่ผ่านการพิจารณาและไม่ผ่านการคัดเลือก สามารถดำเนินการต่อเพื่อชิงรางวัลในระยะที่สอง

## 2. ระยะยาว 2561-2562

การประกวดกิจกรรมป้องกันเบาหวาน (เป็นการดำเนินกิจกรรมลดความเสี่ยง ที่สามารถลดลงได้ เช่น ความอ้วน ความดันโลหิต และระดับไขมันในเลือด) สิ้นสุดโครงการ 31 ธ.ค. 62 เมื่อสิ้นสุดโครงการระยะที่สอง แต่ระดับจะได้รับรางวัล 4 รางวัล

รางวัลที่ 1 30,000 บาท

รางวัลที่ 2 20,000 บาท

รางวัลที่ 3 10,000 บาท

รางวัลชมเชย 5,000 บาท

- สิ้นสุดโครงการ 31 ธ.ค. 62
- กำหนดส่งเอกสารภายในวันที่ 15 ม.ค. 63
- ประกาศผลภายใน 28 ก.พ. 63
- รับรางวัลในวันประชุมใหญ่สามัญประจำปี ของสมาคมฯ ในเดือน มี.ค. 63

\*\*\*\*\*



## ใบสมัคร

### การประกวดกิจกรรมวันเบาหวานโลกประจำปี 2561-2562 ภายใต้หัวข้อ “เบาหวานกับครอบครัว”

\*\*\*\*\*

วันที่.....

ชื่อผู้ส่งผลงานเข้าประกวด .....ตำแหน่ง.....

มือถือ.....e-mail: .....

สังกัดโรงพยาบาล/สถานพยาบาล.....จังหวัด.....

ที่อยู่ (หน่วยงานที่ท่านสังกัด).....

กรุณาใส่เครื่องหมาย  หน้าช่องว่าง  ตามข้อที่ท่านสนใจส่งผลงานเข้าร่วมประกวด

#### 1. ระดับผู้ส่งผลงาน แบ่งออกเป็น 4 ระดับ

- ระดับ รพ.มหาวิทยาลัย, รพ.ศูนย์, รพ.จังหวัด, รพ.เอกชน
- ระดับ รพ.ชุมชน, รพ.สต
- ระดับ หน่วยงานอื่น ๆ ที่ไม่ใช่สถานพยาบาล ได้แก่ หน่วยงานภาครัฐ และเอกชน
- ระดับ โรงเรียน

#### 2. การประกวด แบ่งออกเป็น 3 กิจกรรม

- 2.1 การประกวด public media พร้อมคำขวัญ หัวข้อ The Family and Diabetes  
(กำหนดส่ง 21 กย.2561 ประกาศผล 5 ตค.2561 รับรางวัล มีค.2562)
- 2.2 การประกวดกิจกรรมการป้องกันและลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 ในครอบครัว  
(ระยะเวลาดำเนินการ 2 ปี)
  - ระยะแรก (กำหนดส่ง 15 มค.2562 ประกาศผล 28 กพ.2562 รับรางวัล มีค.2562)
  - ระยะที่สอง (กำหนดส่ง 15 มค.2563 ประกาศผล 28 กพ.2563 รับรางวัล มีค.2563)
- 2.3 การประกวดสำหรับผู้เป็นเบาหวานชนิดที่ 1 และครอบครัว (กำหนดส่ง 15 มค.62)

#### 3. การประกวดจัดกิจกรรมป้องกันเบาหวานของหน่วยงานต่างๆ เนื่องในวันเบาหวานโลก ประจำปี 2561-2562

- ระยะสั้น (กำหนดส่ง 15 มค.2562 ประกาศผล 28 กพ.2562 รับรางวัล มีค.2562)
- ระยะยาว (กำหนดส่ง 15 มค.2563 ประกาศผล 28 กพ.2563 รับรางวัล มีค.2563)

- หมายเหตุ
1. รับรางวัลในงานประชุมใหญ่สามัญประจำปีของสมาคมฯ เดือนมีนาคม 2562, 2563
  2. สามารถส่งผลงานโดย Save รูปแบบ PDF file ได้ทาง e-mail : info@dmthai.org
  3. รายละเอียดของกิจกรรมและการประกาศผลสามารถดูได้ทางเว็บไซต์สมาคมฯ [www.dmthai.org](http://www.dmthai.org)

\*\*\*\*\*