

หลักสูตรอบรมระยะสั้น Smart Aging: พลังแห่งการดูแลผู้สูงวัยอย่างยั่งยืน

1. ข้อมูลทั่วไป

ประกอบไปด้วย

- | | |
|--------------------------|---|
| 1.1 ชื่อหลักสูตร | Smart Aging: พลังแห่งการดูแลผู้สูงวัยอย่างยั่งยืน
(Smart Aging: The Power of Sustainable Elderly Care) |
| 1.2 ดำเนินการโดย | คณะเทคนิคการแพทย์ |
| 1.3 ผู้รับผิดชอบหลักสูตร | |
| 1) ชื่อ-สกุล | ผศ.ดร.ศิรินันท์ บริพันธ์กุล (ผู้รับผิดชอบหลัก) |
| เบอร์โทร | 053-949-250 |
| อีเมล | sirinun.b@cmu.ac.th |
| 2) ชื่อ-สกุล | ผศ.ดร.สุรัชณีย์ พัดงาม (ผู้รับผิดชอบร่วม) |
| เบอร์โทร | 053-949-306 |
| อีเมล | suratchanee.phadngam@cmu.ac.th |
| 1.4 จำนวนรับสมัคร | 20 คน (เปิดอบรมเมื่อมีจำนวนผู้ลงทะเบียนขั้นต่ำ 15 คน) |
| 1.5 กลุ่มเป้าหมาย | เหมาะสำหรับบุคคลทั่วไป |

2. ข้อมูลเฉพาะของหลักสูตร

2.1 หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 เป็นต้นมาและพบว่าในปี พ.ศ. 2566 มีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) จำนวน 13.64 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 19.5 ของประชากรทั้งหมด นอกจากนี้ประเทศไทยถูกคาดการณ์ว่าจะเป็นประเทศกำลังพัฒนาประเทศแรกของโลกที่ก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุแบบสมบูรณ์ การเปลี่ยนแปลงทางประชากรศาสตร์นี้ส่งผลกระทบต่อระบบสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในระยะยาว ดังนั้นการเสริมสร้างความรู้และทักษะในการดูแลตนเองจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตได้ด้วยตนเองอย่างมีคุณภาพ ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรัง และภาวะพึ่งพิง

หลักสูตรระยะสั้น “Smart Aging: พลังแห่งการดูแลผู้สูงวัยอย่างยั่งยืน” ได้รับการพัฒนาขึ้นเพื่อเสริมสร้างพลังและความรู้แก่ผู้สูงอายุในด้านการดูแลสุขภาพ ตลอดจนการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในวัยสูงอายุ หลักสูตรนี้บูรณาการองค์ความรู้และความเชี่ยวชาญจาก 5 สาขาวิชาของคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้แก่ เทคนิคการแพทย์ รังสีเทคนิค กิจการรพ.บำบัด กายภาพบำบัด และวิทยาศาสตร์การสื่อสารความหมายและความผิดปกติของการสื่อสารความหมาย โดยมุ่งเน้นให้ผู้เข้าร่วมอบรมสามารถประเมินความเสี่ยงด้านต่าง ๆ ที่มักเกิดขึ้นตามวัย รวมถึงเรียนรู้หลักการในการจัดการดูแลตนเองเบื้องต้น เพื่อนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพาตนเองได้ มีความมั่นใจในศักยภาพของตนเอง และสามารถใช้ชีวิตในวัยสูงอายุได้อย่างมีคุณค่าและความสุข

2.2 วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เรียน

- 1) มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางกายวิภาค สรีรวิทยา และโรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ

- 2) เข้าใจหลักการและวิธีการคัดกรองสุขภาพเบื้องต้นของผู้สูงอายุ โดยอาศัยองค์ความรู้ทางวิชาชีพของ 5 สาขาวิชา คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- 3) เข้าใจหลักการและแนวทางในการจัดการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ โดยอาศัยองค์ความรู้ทางวิชาชีพของ 5 สาขาวิชา คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- 4) บุคลากรแนวทางในการจัดการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ โดยอาศัยองค์ความรู้ทางวิชาชีพของ 5 สาขาวิชา คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

2.3 โครงสร้างหรือเนื้อหาของหลักสูตร

หลักสูตรอบรมระยะสั้นนี้จัดอบรมในรูปแบบออนไลน์ โดยมีจำนวนชั่วโมงการเรียนรู้ทั้งหมด 15 ชั่วโมง แบ่งเป็น 11 หัวข้อการอบรม รายละเอียดดังตาราง

วันที่	เวลา	หัวข้อหลักสูตรอบรมระยะสั้น	จำนวนชั่วโมง	
			บรรยาย	ปฏิบัติ
อาทิตย์ 29 มิ.ย. 2568	09.00-10.00 น.	การเปลี่ยนแปลงทางกายวิภาค สรีรวิทยา และโรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ (อ.ดร.มัลลิกา)	1	
	10.00-11.00 น.	การวัดสัญญาณชีพ (ผศ.ดร.บุษบา)	1	
อาทิตย์ 6 ก.ค. 2568	09.00-10.30 น.	ความเข้าใจเบื้องต้นในการดูแลทางห้องปฏิบัติการและหลักการดูแลตนเอง เพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อ (ผศ.ดร.กันยมาส)	1.5	
	10.30-12.00 น.	ความเข้าใจเบื้องต้นในการดูแลเอกซเรย์และมวลกระดูกและหลักการดูแลตนเอง เพื่อป้องกันภาวะกระดูกพรุน (ผศ.ดร.สมพงษ์)	1.5	
อาทิตย์ 13 ก.ค. 2568	09.00-10.30 น.	การคัดกรองทางจิตใจและอารมณ์และการส่งเสริมสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ (อ.หทัยชนก)	1.5	
	10.30-12.00 น.	การคัดกรองภาวะสมองเสื่อมและการจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ (อ.หทัยชนก)	1.5	
อาทิตย์ 20 ก.ค. 2568	09.00-10.00 น.	การคัดกรองการกลืน การป้องกันการสำลักและวิธีการช่วยเหลือเบื้องต้นในผู้สูงอายุ (อ.ธนศักดิ์)	1	
	10.00-11.00 น.	การคัดกรองการได้ยินและการดูแลผู้สูงอายุที่มีการได้ยินบกพร่อง (รศ.พญ.สุวิชา)	1	
อาทิตย์ 27 ก.ค. 2568	09.00-10.00 น.	การคัดกรองความเสี่ยงต่อการหกล้มและการป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ (ผศ.ดร.ศิรินันท์)	1	

วันที่	เวลา	หัวข้อหลักสูตรอบรมระยะสั้น	จำนวนชั่วโมง	
			บรรยาย	ปฏิบัติ
	10.00-11.00 น.	อาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ (ผศ.ดร.กันยมาส)	1	
อาทิตย์ 3 ส.ค. 2568	09.00-12.00 น.	นำเสนอกรณีศึกษาและสรุปบทเรียน (ผศ.ดร.กันยมาส, อ.หทัยชนก, ผศ.ดร.ศิริพันธ์, ผศ.ดร.สมพงษ์, อ.ธนศักดิ์)		3
รวม 15 ชั่วโมง			12	3

วิทยากร สังกัดคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

- 1) ผศ.ดร.กันยมาส ชูชีพ ภาควิชาเทคนิคการแพทย์
- 2) ผศ.ดร.สมพงษ์ ศรีบุรี ภาควิชารังสีเทคนิค
- 3) อ.หทัยชนก อภิโกมลกร ภาควิชากิจกรรมบำบัด
- 4) อ.ธนศักดิ์ ขาเลศักดิ์ ภาควิชากิจกรรมบำบัด
- 5) ผศ.ดร.ศิริพันธ์ บริพันธ์กุล ภาควิชากายภาพบำบัด
- 6) ผศ.ดร.บุษบา ฉั่วตระกูล ภาควิชากายภาพบำบัด
- 7) อ.ดร.มัลลิกา ศรีมาแก้ว ภาควิชากายภาพบำบัด

วิทยากร สังกัดคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

- 1) รศ.พญ.สุวิชา แก้วศิริ อิศราดิศัยกุล

2.4 การวัดและประเมินผล (Course Evaluation)

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของหลักสูตร

- LO1 ผู้เรียนสามารถอธิบายการเปลี่ยนแปลงทางกายวิภาค สรีรวิทยา และโรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุได้อย่างถูกต้อง
- LO2 ผู้เรียนสามารถอธิบายหลักการและวิธีการคัดกรองสุขภาพเบื้องต้นของผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม
- LO3 ผู้เรียนสามารถอธิบายหลักการและแนวทางในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม
- LO4 ผู้เรียนสามารถบูรณาการแนวทางในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม

วิธีการประเมินผลและสัดส่วนการประเมิน

หัวข้อการเรียนรู้	ผลลัพธ์การเรียนรู้ (LO)	วิธีการประเมินผล	สัดส่วนการประเมิน
1. การเปลี่ยนแปลงทางกายวิภาค สรีรวิทยา และโรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ	LO1	แบบทดสอบท้ายชั่วโมงเรียน	6%
2. การวัดสัญญาณชีพ	LO2	แบบทดสอบท้ายชั่วโมงเรียน	6%

หัวข้อการเรียนรู้	ผลลัพธ์การเรียนรู้ (LO)	วิธีการประเมินผล	สัดส่วนการประเมิน
3. ความเข้าใจเบื้องต้นในการดูแลสุขภาพ ห้องปฏิบัติการและหลักการดูแล ตนเองเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อ	LO2, LO3	แบบทดสอบท้าย ชั่วโมงเรียน	9%
4. ความเข้าใจเบื้องต้นในการดูแลสุขภาพ เอกซเรย์และมวลกระดูกและ หลักการดูแลตนเองเพื่อป้องกันภาวะ กระดูกพรุน	LO2, LO3	แบบทดสอบท้าย ชั่วโมงเรียน	9%
5. การคัดกรองทางจิตใจและอารมณ์ และการส่งเสริมสุขภาพจิตใน ผู้สูงอายุ	LO2, LO3	แบบทดสอบท้าย ชั่วโมงเรียน	9%
6. การคัดกรองภาวะสมองเสื่อมและ การจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันภาวะ สมองเสื่อมในผู้สูงอายุ	LO2, LO3	แบบทดสอบท้าย ชั่วโมงเรียน	9%
7. การคัดกรองการกลืน การป้องกัน การสำลักและวิธีการช่วยเหลือ เบื้องต้นในผู้สูงอายุ	LO2, LO3	แบบทดสอบท้าย ชั่วโมงเรียน	6%
8. การคัดกรองการได้ยินและการดูแล ผู้สูงอายุที่มีการได้ยินบกพร่อง	LO2, LO3	แบบทดสอบท้าย ชั่วโมงเรียน	6%
9. การคัดกรองความเสี่ยงต่อการหกล้ม และการป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ	LO2, LO3	นำเสนอท้ายชั่วโมง เรียน	10%
10. อาหารและโภชนาการสำหรับ ผู้สูงอายุ	LO3	นำเสนอท้ายชั่วโมง เรียน	10%
11. กรณีศึกษา	LO4	นำเสนอในชั้นเรียน	20%
รวม			100%

เกณฑ์การประเมินการผ่านการอบรม

ผู้เรียนต้องได้คะแนนรวมไม่ต่ำกว่า 70% จากคะแนนทั้งหมด รายละเอียดดังนี้

- 1) การทดสอบท้ายชั่วโมงเรียน 60%
- 2) การนำเสนอท้ายชั่วโมงเรียน 20%
- 3) การนำเสนอกรณีศึกษาในชั้นเรียน 20%

หมายเหตุ ทั้งนี้ผู้เรียนต้องเข้าเรียนโดยมีระยะเวลาไม่ต่ำกว่า 80% ของจำนวนชั่วโมงเรียนทั้งหมด และได้คะแนนรวมไม่ต่ำกว่า 70% จากคะแนนทั้งหมด จึงจะมีสิทธิ์ได้รับประกาศนียบัตรจากคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

3. คำสำคัญสำหรับการสืบค้น (keyword) และคำอธิบายหลักสูตรอย่างย่อ

3.1 คำสำคัญสำหรับการสืบค้น (keyword)

ผู้สูงอายุ ผู้สูงวัย การคัดกรองสุขภาพ การดูแลสุขภาพ

3.2 คำอธิบายหลักสูตรอย่างย่อ

หลักสูตรระยะสั้น “Smart Aging: พลังแห่งการดูแลผู้สูงวัยอย่างยั่งยืน” เป็นหลักสูตรที่บูรณาการความรู้จาก 5 สาขาวิชาของคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ในการคัดกรองความเสี่ยงด้านสุขภาพที่มักพบในผู้สูงอายุ รวมถึงมีแนวทางในการจัดการ ดูแล และป้องกันปัญหาด้านสุขภาพเบื้องต้น โดยมุ่งหวังให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพาตนเองและดำเนินชีวิตในวัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพ

4. ช่วงวัน-เวลาของการรับสมัคร

เปิดรับสมัคร วันที่ 5 พฤษภาคม 2568 เวลา 08.30 น.

ปิดรับสมัคร วันที่ 16 มิถุนายน 2568 เวลา 16.30 น. หรือกรณีที่มีผู้สมัครครบ 20 คนก่อนวันปิดรับสมัคร

5. ช่วงวัน-เวลาของการชำระค่าธรรมเนียมในการอบรม

ตั้งแต่วันเปิดรับสมัครถึงวันที่ 23 มิถุนายน 2568 เวลา 16.30 น.

6. ช่วงวัน-เวลาของการอบรม รูปแบบการอบรม และสถานที่ในการอบรม

ช่วงวันอบรม ระหว่างวันที่ 29 มิถุนายน 2568 - 3 สิงหาคม 2568 ทุกวันอาทิตย์ เวลา 09.00-12.00 น.

รูปแบบการอบรม อบรมรูปแบบออนไลน์ real-time ผ่าน ZOOM Meeting (ผู้ประสานงานหลักสูตรจะแจ้งหมายเลข ZOOM Meeting ผ่านอีเมลของผู้สมัครก่อนการเปิดการอบรม) และจะมีการอัดคลิปวิดีโอให้ผู้เรียนสามารถติดตามเรียนย้อนหลังได้ และอัปโหลดเอกสารผ่าน MANGO Canvas

7. ช่วงวันของการส่งผลการอบรม/วันประกาศผลการอบรม

ประกาศผลการอบรมวันที่ 8 กันยายน 2568

8. ประเภทของหลักสูตร

เป็นหลักสูตรอบรมรูปแบบออนไลน์ไม่มีการรับรองสมรรถนะและไม่มีการเก็บสะสมหน่วยกิต ทั้งนี้ผู้ที่ผ่านเกณฑ์การประเมินจะได้รับประกาศนียบัตรผ่านการอบรมที่ออกโดย คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

9. ค่าธรรมเนียมในการอบรม

1,000 บาท/คน (ไม่รวมค่าบำรุงมหาวิทยาลัย 600 บาท/คน)

10. แหล่งที่มาของงบประมาณการเปิดหลักสูตร

- 1) ดำเนินการจัดหลักสูตรโดยใช้งบประมาณจากค่าลงทะเบียนของผู้เรียน
- 2) งบประมาณสนับสนุนเพื่อจัดทำหลักสูตรจาก “โครงการพัฒนาหลักสูตรอบรมระยะสั้นสำหรับการจัดการเรียนการสอนผ่านวิทยาลัยการศึกษาดูแลชีวิต และ CMU MOOC คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีงบประมาณ 2568”

11. ข้อมูลในการติดต่อสอบถาม/ผู้ประสานงานหลักสูตร

- 1) ชื่อ-สกุล ผศ.ดร.ศรินันท์ บริพันธ์กุล
เบอร์โทร 053-949-250
อีเมล sirinun.b@cmu.ac.th
- 2) ชื่อ-สกุล ผศ.ดร.สุรัชณีย์ พัดงาม
เบอร์โทร 053-949-306
อีเมล suratchanee.phadngam@cmu.ac.th

12. เงื่อนไขคุณสมบัติของผู้สมัคร

เหมาะสำหรับผู้สนใจทั่วไปที่มีอายุไม่ต่ำกว่า 15 ปีบริบูรณ์ ณ วันสมัคร

13. เอกสารหลักฐานที่ใช้ประกอบการพิจารณาคัดเลือกผู้สมัคร

สำเนาบัตรประชาชน

14. ส่วนลดค่าธรรมเนียมการอบรม/ค่าบำรุงมหาวิทยาลัย

ยกเว้นค่าบำรุงมหาวิทยาลัยสำหรับนักศึกษา ผู้ปฏิบัติงานในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หรือผู้ที่สำเร็จการศึกษาจากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

15. หมวดหมู่การเรียนรู้

- | | |
|--|--|
| ☒ วิทยาศาสตร์ / เทคโนโลยี / นวัตกรรม | ☒ การงาน / การอาชีพ |
| ☒ วิทยาศาสตร์สุขภาพ | ☐ ภาษา / การพัฒนาตนเอง |
| ☐ การวิจัย / วิชาการ / ศึกษาต่อ | ☐ ดนตรี / ศิลปะ / กราฟิก / การถ่ายภาพ / งานอดิเรก |
| ☐ มนุษยศาสตร์ / สังคมศาสตร์ | ☐ เกษตรกรรม / ธรรมชาติ / สิ่งแวดล้อม |
| ☐ การเงิน / การบัญชี / การตลาด / การลงทุน | ☒ ความรู้ทั่วไป |