

# หลักสูตร การฝึกยกระดับฝีมือ

สาขา “การดูแลผู้สูงอายุ”

สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงาน ๒๙ นครศรีธรรมราช

รหัสหลักสูตร ๒๐๒.๐๐๑.๗.๔.๓.๐๒

## ๑. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ทักษะ และมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ ตลอดจนมีทัศนคติที่ดีต่อการประกอบอาชีพการดูแลผู้สูงอายุโดยสามารถปฏิบัติงานได้ดังนี้

๑.๑ ดูแลผู้สูงอายุตามกิจวัตรในการด้ำรงขีวิตประจำวันได้

๑.๒ จัดเตรียมอาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุได้

๑.๓ จัดกิจกรรมนันทนาการและการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุได้

## ๒. ระยะเวลาฝึก

ผู้รับการฝึกจะได้รับการฝึกทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติรวมระยะเวลาฝึก ๓๐ ชั่วโมง

## ๓. คุณสมบัติของผู้รับการฝึก

๓.๑ มีอายุตั้งแต่ ๑๘ ปีขึ้นไป

๓.๒ มีสภาพร่างกายและจิตใจที่ไม่เป็นอุปสรรคต่อการฝึก และเหมาะสมกับการปฏิบัติงาน

๓.๓ มีความพร้อมและสามารถเข้ารับการฝึกได้ตลอดหลักสูตร

## ๔. ชื่อผู้บัตรและกรรับรองผลการฝึก

ชื่อเต็ม : วุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน สาขา “การดูแลผู้สูงอายุ”

ชื่อย่อ : วพร. การดูแลผู้สูงอายุ

ผู้เข้ารับการฝึกที่จบหลักสูตรจะต้องผ่านการประเมินผล และมีระยะเวลาฝึกไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของระยะเวลาฝึกทั้งหมดจะได้รับ

บุตรบัตร วพร. “การดูแลผู้สูงอายุ”

## ๕. หัวข้อวิชา

รหัส	หัวข้อวิชา	ชั่วโมงฝึก	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	๑. กิจกรรมสร้างเสริม尼สัยในการทำงาน	-	๒
	๒. ความปลอดภัยในการทำงาน	๐.๕	๓
	๓. จิตวิทยาทั่วไป	๐.๕	-
๒	๑. การปฐมพยาบาลเบื้องต้น	๑	๓
	๒. กฎหมายเบื้องต้นที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพ	๒	-
๓	๑. ความรู้พื้นฐานที่เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ	๐.๕	๒
	๒. งานพื้นฐานในการบริบาลผู้สูงอายุ	๐.๕	๓
๔	๑. การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ	๑	๒
	๒. อาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ	๑	๒
๕	๑. นันทนาการและการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ	๐.๕	๑
	๒. การปฏิบัติคนในอาชีพการดูแลผู้สูงอายุ	๐.๕	๒
	๓. การวัดและประเมินผล	๑	๒
		๕	๑๕
๓๐			

## ๖ เนื้อหาวิชา

### ๖.๑ กิจกรรมสร้างเสริม尼สัยในการทำงาน

(๐-๒)

เรียนรู้และเข้าร่วมกิจกรรมหลักมนุษย์สัมพันธ์ การจูงใจ การปรับตัวในการทำงาน การสื่อข้อความ การมีทัศนคติที่ดีต่องานและสังคม การมีจริยธรรม คุณธรรมและความซื่อสัตย์ในวิชาชีพของตน มีความรู้ในการรักษาสิ่งแวดล้อม เป็นต้น การศึกษาดูงานนอกสถานที่

### ๖.๒ ความปลอดภัยในการทำงาน

(๐๕-๓)

เรียนรู้วิธีการใช้และการป้องกันอันตรายจากอุบัติเหตุ เช่นไฟฟ้าภายในบ้าน การจัดสภาพแวดล้อมและความปลอดภัยในที่อยู่อาศัย การป้องกันอุบัติเหตุเกี่ยวกับอัคคีภัย อุบัติเหตุจากสารมีพิษ การจัดวางสิ่งของและเครื่องใช้ภายในบ้าน อุบัติเหตุในผู้สูงอายุสารเคมีหรือสิ่งของที่อาจเป็นอันตรายและมีพิษ

### ๖.๓ จิตวิทยาทั่วไป

(๐.๕-๐)

เรียนรู้เกี่ยวกับความหมาย ความสำคัญ แนวคิด และหลักการที่เกี่ยวกับพุทธิกรรม วัฒนธรรม ความรู้สึก ความคิด อารมณ์ แรงจูงใจ การรับรู้ การตัดสินใจ พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง การปรับตัว บุคลิกภาพและความแตกต่างระหว่างบุคคล การเข้าสังคม บทบาทความเป็นพ่อเป็นแม่ การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและการประกอบอาชีพ

### ๖.๔ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

(๑-๓)

เรียนรู้และปฏิบัติวิธีการสำรวจและประเมินสภาพผู้บาดเจ็บ การสังเกต ลักษณะบาดแผล การสังเกตลักษณะบาดแผล การสังเกตลักษณะการหายใจ การตรวจชีพจร การทดสอบการเคลื่อนไหวของแขนขา รวมทั้ง มีความรู้และทักษะเกี่ยวกับการใช้เครื่องมือ เครื่องใช้สำหรับการพยาบาลฉุกเฉิน วิธีการต่างๆ ในการพยาบาลฉุกเฉิน การเข็มตัวคนไข้ การพันผ้า การตกแต่งบาดแผล การห้ามเลือด การพยายามลดความดันหัวใจ การเข้าเฝือกหัวใจ การขย้ำผู้บาดเจ็บ

### ๖.๕ กฎหมายเบื้องต้นที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพ

(๒-๐)

เรียนรู้เกี่ยวกับความสำคัญของกฎหมาย ประเภทของกฎหมาย กฎหมายในชีวิตประจำวันกฎหมายแรงงาน กฎหมายประกันสังคม กฎหมายที่เกี่ยวกับการชดเชยผู้สูงอายุ สัญญาจ้างและการบอกเลิกจ้าง การปกป้องสิทธิประโยชน์ของตนเองในการประกอบอาชีพ ผลของการไม่ปฏิบัติตามกฎหมาย

### ๖.๖ ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ

(๐.๕-๒)

เรียนรู้เกี่ยวกับพุทธิกรรม ความสนใจ ความต้องการ ความรู้สึกนึกคิด การปรับตัวของผู้สูงอายุภาวะสุขภาพ กายและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ การเปลี่ยนแปลงสภาพทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมของผู้สูงอายุ การปรับตัวและปฏิกริยาผู้สูงอายุที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพในวัยสูงอายุ การบรรเทาความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ การประเมินสภาพการเปลี่ยนแปลงเบื้องต้นของผู้สูงอายุ แนวทางการดูแลผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพ การส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาการด้านร่างกายและจิตใจที่เหมาะสมต่อวัยของผู้สูงอายุ โรคของผู้สูงอายุที่เป็นโดยส่วนมาก แนวทางการดูแลผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยเป็นโรค

### ๖.๗ งานพื้นฐานในการบริบาลผู้สูงอายุ

(๐.๕-๓)

เรียนรู้หลักการพื้นฐานในการบริบาลเบื้องต้นสำหรับผู้สูงอายุ การวัดอุณหภูมิ ชีพจร และความดันโลหิต หลักการที่ว่างไปในการทำแผล การบริบาล การทำเตียง การช่วยปฏิบัติภารกิจประจำวันให้แก่ผู้สูงอายุ หลักการที่ว่างไปในการทำแผล การให้ยาผู้สูงอายุที่ป่วย การช่วยเหลือผู้สูงอายุเปลี่ยนอิริยาบถ เช่นการเลื่อนผู้สูงอายุมาหัวเตียง การเลื่อนผู้สูงอายุมาริมเตียง การพลิกตัวผู้สูงอายุ การพยุงผู้สูงอายุคงจากเตียง การพยุงผู้สูงอายุนั่งเก้าอี้ การพยุงผู้สูงอายุเดิน การป้อนอาหาร การให้อาหารทางสายยาง การบันทึกการตวงน้ำดื่มและปัสสาวะเพื่อการวินิจฉัยโรค หลักการบันทึกพุทธิกรรมและเหตุการประจำวันของผู้สูงอายุ การจัดเก็บและทำความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องใช้ของผู้สูงอายุ ฝึกทักษะการดูแลการดูแลผู้สูงอายุในด้านต่างๆ และบันทึกพุทธิกรรมและเหตุการณ์ประจำวัน

### ๖.๘ การดูแลผู้สูงอายุ

(๑-๙)

เรียนรู้เกี่ยวกับหลักการที่ว่างไปในการรักษาสุขภาพกายและจิตใจของผู้สูงอายุความหมายและความสำคัญของสุขวิทยา หลักการดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล การทำความสะอาดร่างกายส่วนต่างๆ การแต่งตัว การเลือกใช้เสื้อผ้า การบริบาลให้ผู้สูงอายุสุขสบาย เช่นการนวดการดูหัด การใช้น้ำท่วยลดความร้อนในร่างกาย การสะรงค์ การประคบรักษาความร้อน การใช้กระเปาสำหรับร้อนน้ำแข็ง การแพ้เท้าด้วยน้ำอุ่น เรียนรู้เกี่ยวกับความสำคัญของการพักผ่อนนอนหลับ หลักในการดูแลผู้สูงอายุ

ในการพักร่อนนอนหลับ การป้องกันการเกิดแพลงคดหับ การป้องกันเห้าตอก ประเภทของอุบัติเหตุที่ปราศจากในผู้สูงอายุ การดูแลเพื่อป้องกันอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ หลักการปฐมพยาบาลผู้สูงอายุเบื้องต้น

ฝึกทักษะการดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคลในผู้สูงอายุที่ปกติ และมีปัญหาด้านท่าทาง การเคลื่อนย้ายและการเคลื่อนไหว การเปลี่ยนอุริบท และการขับถ่ายของผู้สูงอายุ

#### ๖.๙ อาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ

(9-12)

เรียนรู้เกี่ยวกับอาหารหลัก ๕ หมู่ อาหารเพื่อรักษาสุขภาพ ความต้องการสารอาหารในผู้สูงอายุ ปัจจัยที่มีผลต่อการความต้องการ หลักการจัดอาหาร การจัดเตรียมและปรุงอาหารสำหรับผู้สูงอายุที่ปกติแล้วที่ป่วยปัญหาการรับทานอาหารของผู้สูงอายุ อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง การดูแลและป้อนอาหารสำหรับผู้สูงอายุหรือมีปัญหาด้านโภชนาการระบบย่อยอาหารหรือโรคที่มีอีกพนในผู้สูงอายุ

ฝึกทักษะในการจัดรายการอาหาร การเตรียมอาหาร การประกอบอาหาร และการให้อาหารแก่ผู้สูงอายุ และผู้ป่วย

#### ๖.๑๐ นั้นทนาการและการออกแบบถังภายในสำหรับผู้สูงอายุ

(०६-८)

เรียนรู้เกี่ยวกับความสำคัญของนั้นหน้าการและการออกกำลังกายที่เหมาะสม เพื่อสุขภาพดีและมีชีวิตที่ดี สำหรับผู้สูงอายุ ข้อห้ามและข้อจำกัดในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ วิธีการและชนิดของการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ การบริหารข้อต่อ กล้ามเนื้อ การนวดเพื่อสุขภาพ การจัดเตรียมกิจกรรมนั้นหน้าการสำหรับผู้สูงอายุ ประเภทของการนั้นหน้าการ ข้อคำนึงและแนวทางการจัดกิจกรรมนั้นหน้าการในผู้สูงอายุ

ฝึกทักษะการจัดกิจกรรมนันหนากและการรอออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ การเป็นผู้นำในการออกกำลังกายในผู้สูงอายุที่ปกติและมีป้อมหาเกี่ยวกับเท้าหัวและกระดูกลิ้นป่า

#### ๖.๑๑ การปฏิบัติงานในอาชีพการดูแลผู้สูงอายุ

(O,  $\theta^{\alpha}-k\gamma$ )

เรียนรู้การปรับตัวให้เข้ากับสังคมและวัฒนธรรมของนายจ้าง การสร้างจิตสำนึกรักในการให้บริการ และช่วยเหลือผู้อื่น มีความซื่อสัตย์ ยั่งยืน อดทน และกระตือรือร้นในการทำงาน มีความรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเอง รวมทั้งมีการพัฒนาบุคคลภาพพื้นฐานวิถีทางการค้า การใช้วาจาในการพูด การแต่งกาย การรับทานอาหาร การวางแผนตัวที่เหมาะสมในการทำงานร่วมกับครอบครัวของผู้สูงอายุหรือการทำงานในองค์กรหรือชุมชน

ฝึกทักษะในการพัฒนาศักยภาพด้านต่างๆ ให้แก่คนสูงวัย ให้ชีวิตมีคุณค่า

## ๖.๑๒ การวัดและประเมินผล

(2020)

ประเมินความรู้ความสามารถของผู้รับการฝึกโดยการทดสอบ

၁၇. ផ្សេងៗទាំងអស់

กิจกรรมงานพัฒนาฝีมือแรงงานและมาตรฐานฝีมือแรงงาน

ลงชื่อ.....  ผู้เสนอหลักสูตร

· (นายสาโรจน์ กาญจนารี)

ตัวแทนบุคคลฝ่ายที่มีค่าแรงงานระบุตัวฯ ๑๓

๔. ผู้ให้เช่าของที่ดิน

ก้าวที่ ๒๙

1

( นวพล ศรีรัตน์ )

นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการ ปฏิบัติราชการแทน หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาฝีมือแรงงานและมาตรฐานฝีมือแรงงาน

## ๙. ผ่อนมติหลักทรัพย์

ลงชื่อ..... (พยุงสันติ์ สุกุมารากุญจ์)

ผู้บริหารการท่องเที่ยวได้ยกเว้นบทชั่งงานดูแล รักษาเรือนแพและ  
น้ำตกในจังหวัดเชียงใหม่ ให้เป็นแหล่งท่องเที่ยว ไม่ให้ห้องห้องน้ำ