

ศิริราชประชาสัมพันธุ์

ปีที่ 35 ฉบับที่ 467 มิถุนายน 2566

ฝ่ายทรัพยากรสินและพัสดุ

ชื่อสัตย์



โปร่งใส



ตรวจสอบได้



คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
มหาวิทยาลัยมหิดล

วิสัยทัศน์

สถาบันทางการแพทย์ของแผ่นดิน เพื่อสร้างสรรค์สุขภาพแก่มวลมนุษยชาติ

พันธกิจ

องค์กรมีพันธกิจหลัก 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านการศึกษา จัดการศึกษาและฝึกอบรม เพื่อผลิตบัณฑิต บุคลากรด้านสุขภาพ และแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางที่ตอบสนองต่อความต้องการในอนาคต
2. การวิจัย เชิงคลินิกและชีวการแพทย์ เพื่อสร้างองค์ความรู้ นวัตกรรม ด้านวิทยาการทางการแพทย์และวิทยาศาสตร์สุขภาพใหม่
3. การบริการทางการแพทย์ ให้การรักษาพยาบาลผู้ป่วยเน้นระดับตติยภูมิ ครอบคลุมทุกกลุ่มโรคสำคัญ ด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัยและมีประสิทธิภาพสูง มีต้นทุนการรักษาที่เหมาะสมโดยไม่มุ่งหวังกำไร

ปรัชญา

: ความสำเร็จที่แท้จริงอยู่ที่การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ มวลมนุษยชาติ

คุณค่าองค์กร (Core Value)

- : Altruism การทำเพื่อผู้อื่น
- : Integrity ความถูกต้อง
- : Responsibility ความรับผิดชอบ

Contents

Jun

2023

- 1 - 3 : Siriraj in a month
- 4 : Dean's message
- 5 : Siriraj's Masterpieces
- 6-7 : Best practice
- 8-9 : High tea with executives
- 10 : ดีต่อใจ
- 11 : Siriraj by numbers
- 12 : CSR
- 13 : SDG
- 14 : SiPH
- 15 : GJ
- 16 : แพทย์แผนไทยประยุกต์
- 17 : Health Promotion
- 18 : Academic Education
- 19 : Medical Students
- 20-21 : พัฒนาคุณภาพ
- 22 : IT Society
- 23 : นโยบายและแผน
- 24-25 : HR & Culture
- 26 : Siriraj IR
- 27 : Flea market
- 28-29 : Siriraj Next Month



เรื่องจากปก



นางแบบ : บุคลากรฝ่ายทรัพยากรบุคคลและพัสดุ :

นางสาวมาลินี แสนนันชัย

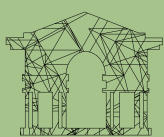
นางสาวอรุณดา ประสพพิแสง

นางสาวปณิสยา ฉายคุณรัฐ

นางไพรวรรณ ลิขสิทธิ์ธนานนท์

ถ่ายภาพ : สภาเทคโนโลยีการศึกษาแพทยศาสตร์ :

นายไชยวัฒน์ ปวทอง



The Editorial Crews ที่ปรึกษา : ศ.ดร.อุทกชาติ อัครมงคลกุล บรรณาธิการ : รศ.ดร.ประภัทร วานิชพงษ์พันธ์

Contact us : ✉ siriraj.sipr@gmail.com ☎ 0 2419 6916 , 0 2419 9273

บทความหรือข้อคิดเห็นใดๆ ในเอกสารฉบับนี้ เป็นสิทธิ์ของผู้เขียนแต่ละท่าน และการนำเสนอข้อความจากเอกสารนี้ไปเผยแพร่ต้องได้รับอนุญาตจากผู้เขียนตามกฎหมายว่าด้วยลิขสิทธิ์

อ่านวารสารศิริราชประชาสามพันหนึ่ง ได้ทุกที่ ทุกเวลา เพียงสแกน QR Code



งานสัปดาห์การแพทย์แผนไทย ครั้งที่ 4 : แก่อย่างสง่า



• ศ. นพ.สุโรจน์ ศุภเวดิน รองคณบดี คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นประธานเปิดงานสัปดาห์การแพทย์แผนไทย ครั้งที่ 4 : แก่อย่างสง่า โดยมี รศ.ดร.นพ.ประวิทย์ อัครเสริณนท์ หัวหน้าสถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ กล่าวรายงาน ร่วมด้วย คณาจารย์และแพทย์แผนไทยประยุกต์ บุคลากรศิริราช ครูและนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และประชาชน เข้าร่วมพิธีเปิดงาน ภายในงานได้มีการจัดกิจกรรมให้ความรู้ต่างๆ มากมาย อาทิ การจัดแสดง นิทรรศการเกี่ยวกับองค์ความรู้การแพทย์แผนไทย, กิจกรรมเสวนา การบรรยายให้ความรู้ และตอบคำถาม หัวข้อที่เกี่ยวกับศาสตร์การแพทย์แผนไทยและผู้สูงอายุ, กิจกรรมเวทีแข่งขันและการประกวดต่างๆ ได้แก่ โครงการวิทยาศาสตร์ฯ ภาพวาด แต่งกลอนสด และตอบปัญหาวิชาการ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ณ ศาลาศิริราช ๑๐๐ ปี โรงพยาบาลศิริราช เมื่อวันที่ 8 พ.ค. 66

เยือนประเทศสวิตเซอร์แลนด์และประเทศเนเธอร์แลนด์ สานต่อความร่วมมือกับมหาวิทยาลัยชั้นนำของโลก

• ศ.นพ.อภิชาติ อัครวงคกุล คณบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล พร้อมด้วย รศ.ดร.นพ.ยงยุทธ ศิริวัฒนอักษร รองคณบดีฝ่ายบูรณาการศูนย์ความเป็นเลิศ รศ.นพ.สิทธิ์ สาธรรุเมธี รองคณบดีฝ่ายวิจัยและนวัตกรรม และ รศ.นพ.ประภัทร วานิชพงษ์พันธุ์ รองคณบดีฝ่ายสื่อสารองค์กรและวิเทศสัมพันธ์ ร่วมคณะเดินทาง ในโอกาสที่ ศ.นพ.บรรจง มไหสวริยะ อธิการบดีมหาวิทยาลัยมหิดล นำคณะผู้บริหาร มหาวิทยาลัยมหิดล พร้อมด้วยหัวหน้าส่วนงานและผู้แทนส่วนงานจากคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ คณะเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ สถาบันโภชนาการและวิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมเดินทางเยือนประเทศสวิตเซอร์แลนด์และประเทศเนเธอร์แลนด์ เพื่อริเริ่มและสานต่อความร่วมมือกับมหาวิทยาลัยชั้นนำของโลก ได้แก่ Zurich University of Applied Sciences, มหาวิทยาลัย ETH Zurich, University of Lausanne, University of Groningen, Maastricht University, Erasmus University Rotterdam และ Leiden University เมื่อวันที่ 8 - 11 พ.ค. 66



Our Nurses. Our Future "พยาบาลคืออนาคตของพวกเรา"



• เมื่อวันที่ 12 พ.ค. 66 ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช ร่วมกับ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดกิจกรรมเนื่องในวันพยาบาลสากล ประจำปี 2566 ภายใต้หัวข้อ Our Nurses. Our Future "พยาบาลคือ อนาคตของพวกเรา" ณ ลานอเนกประสงค์ คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาเขตบางกอกน้อย เพื่อส่งเสริมสุขภาพเชิงรุก ให้กับประชาชนและให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับแหล่งทรัพยากรที่มีอยู่ นำไปสู่การเป็นองค์กรแห่งสุขภาพวิวัฒนาการ โดยมี อ.นพ.ลือชา บุญทวีกุล รองผู้อำนวยการโรงพยาบาลศิริราช เป็นประธานเปิดงาน ภายในงาน มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและการดูแลตนเองในวัยสูงอายุ ทั้งหมด 11 บูธ อาทิ การดูแลตาเมื่อเป็นต่อกระจาก ภาวะโภชนาการในวัยสูงอายุ การดูแลผิวพรรณ ภาวะกระดูกพรุน การจัดการความเครียด เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีกิจกรรม walk rally ให้คนในชุมชนได้รู้จักจุดให้บริการที่ส่งเสริมสุขภาพได้แก่ ศูนย์เรียนรู้สร้างเสริมสุขภาพวิวัฒนาการ อาคารนวมินทรพิตร ๘๔ พรรษา ชั้น G และพิพิธภัณฑ์ศิริราช พิพิธสถาน เรียนรู้ต้นกำเนิดของชุมชน โดยมีประชาชนจากชุมชนสันติชนสงเคราะห์ ชุมชนวัดนิมิตทายกาวาสวัสดิ์พิเศษการ ชุมชนพระยาศิริโอสวรรค์ ชุมชนวัดอมรทนายการาม และผู้ที่สนใจเข้าร่วมงานทั้งหมด 483 คน

MET Exhibition 2023 “METallic”



- ศ. นพ.ธวัชชัย อัครวิพุธ รองคณบดี คนที่ 1 และผู้อำนวยการโรงเรียนแพทย์ศิริราช คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล เป็นประธานเปิดงานนิทรรศการ MET Exhibition 2023 “METallic” การแสดงผลงานนักศึกษา สาขาเทคโนโลยีการศึกษาแพทยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล (ครั้งที่ 12) โดยงานนิทรรศการ MET Exhibition 2023 “METallic” ได้จัดแสดงผลงานสื่อทางการแพทย์ของนักศึกษา ได้แก่ ภาพวาด ภาพถ่าย ภาพประกอบทางพฤกษศาสตร์ ภาพประกอบทางการแพทย์ สื่อมัลติมีเดีย เว็บไซต์ แอนิเมชัน วิดีทัศน์ และหุ่นจำลองทางการแพทย์ ณ หอศิลป์ บ้านเจ้าพระยา ถนนพระอาทิตย์ เมื่อวันที่ 19 พ.ค. 66

ศิริราชร่วมวิพากษ์ (ร่าง) แผนยุทธศาสตร์ศิริราช

- เมื่อวันที่ 22 พ.ค. 66 ศ. นพ.อภิชาติ อัครมงคลกุล คณบดี คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล เป็นประธานในการสัมมนา “การวิพากษ์ (ร่าง) แผนยุทธศาสตร์คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล” ตลอดจนถึงสร้างแรงบันดาลใจให้แก่ผู้บริหาร หัวหน้าภาค และบุคลากรคณะฯ ในการร่วมเป็นส่วนสำคัญในการจัดทำแผนครั้งนี้ โดยมี ดร.ธนาย ชรินทร์สาร ผศ.ดร.กุลเชษฐ์ มงคล และคุณพนอจันทร์ จารุรังสีพงศ์ ที่ปรึกษา ด้านการจัดทำแผนยุทธศาสตร์คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล เป็นวิทยากรบรรยาย (ร่าง) แผนยุทธศาสตร์ฯ ก่อนเริ่มการวิพากษ์ แผนดังกล่าว โดยมุ่งหวังให้บุคลากรภายในคณะฯ ได้มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นเพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดแผนยุทธศาสตร์คณะฯ ต่อไป



ศิริราชเชิดชูเกียรติ ประจำปี 2565



- เมื่อวันที่ 24 พ.ค. 66 ศ.นพ.อภิชาติ อัครมงคลกุล คณบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล เป็นประธานมอบโล่รางวัลศิริราช เชิดชูเกียรติ ประจำปี 2565 ให้แก่บุคลากร เพื่อเชิดชูเกียรติแก่บุคลากรที่มีความรู้ ความสามารถ และมีผลงานเป็นที่ประจักษ์ ทั้งในด้านการเรียนการสอน การวิจัย การบริการ และนวัตกรรม หรือเป็นแบบอย่างของบุคลากรของคณะฯ โดยในปีนี้มีบุคลากรศิริราชที่ได้รับรางวัลทั้งสิ้น 73 คน รวม 82 รางวัล ภายในงานบรรยายภาคเติมไปด้วยความอบอุ่น มีบุคลากรจากภาควิชา/หน่วยงาน มาร่วมให้กำลังใจและแสดงความยินดีแก่ผู้ได้รับรางวัลจำนวนมาก ณ ห้องประชุมราชปนัดดาสิรินธร อาคารศรีสวรินทิรา ชั้น G โรงพยาบาลศิริราช



♥ พ.อ.หญิง วิมลมาศ โกมุต มอบเงิน จำนวน 5,000,000 บาท สมทบกองทุน “ศิริราชเพื่อผู้สูงวัย” และ สมทบกองทุน “เพื่อผู้ป่วย รพ.ศิริราช” รับมอบโดย ศ.นพ.อภิชาติ อัครวมงคลกุล คณบดี คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล ณ ห้องรับรอง งานองค์กรสัมพันธ์และกิจกรรมพิเศษ ตึกอำนวยการ ชั้น 1 โรงพยาบาลศิริราช



♥ คุณกาญจนา สุวรรณธารารังษี มอบเงิน จำนวน 1,500,000 บาท สมทบกองทุน “อาคารนวมินทรบพิตร 84 พรรษา” รับมอบโดย ศ.นพ.อภิชาติ อัครวมงคลกุล คณบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล ณ ห้องรับรองงานองค์กรสัมพันธ์และกิจกรรมพิเศษ ตึกอำนวยการ ชั้น 1 โรงพยาบาลศิริราช



♥ มูลนิธิสัมพันธ์ภาพไทย-จีน มอบเงิน จำนวน 1,000,000 บาท มอบโดย คุณณรงค์ พุทธพรมงคล พล.ต.อ.ดร.ชิดชัย วรรณสถิตย์ คุณทิว จิงซี และ คุณชาลี ลี้ม สมทบกองทุน “ศิริราชเพื่อผู้สูงวัย” รับมอบโดย ศ.นพ.อภิชาติ อัครวมงคลกุล คณบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล ณ มูลนิธิสัมพันธ์ภาพไทย-จีน พระราม 4



♥ คุณสมบูรณ์ เตชะศิริกุล พร้อมครอบครัว มอบเงิน จำนวน 1,000,000 บาท สมทบกองทุน “อาคารนวมินทรบพิตร 84 พรรษา” อุทิศส่วนกุศลให้คุณแม่บุญพร้อม เตชะศิริกุล รับมอบโดย รศ.พญ.เบญจมาภา เขียวหวาน ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายกิจการพิเศษ และองค์กรสัมพันธ์ ณ วัดดอนหวาย จ.นครปฐม



♥ พล.ต.ท.วิฑูรย์ - พญ.วิวรรณ นิติวรากร มอบเงิน จำนวน 1,000,000 บาท สมทบกองทุน “ปรับปรุงตึกกายวิภาคศาสตร์” รับมอบโดย ศ.นพ.อภิชาติ อัครวมงคลกุล คณบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล และ รศ.พญ.พิมล วงศ์ศิริเดช อาจารย์ที่ปรึกษาประจำภาควิชากุมารเวชศาสตร์ ณ ห้องประชุมคณะฯ ตึกอำนวยการ ชั้น 2 โรงพยาบาลศิริราช



♥ คุณกนกพร มัทธนารักษ์ และ คุณพัชรีบูรณ์ รวีสุนทรเกียรติ มอบเงิน จำนวน 1,000,000 บาท สมทบกองทุน “ศิริราชเพื่อผู้สูงวัย” รับมอบโดย ศ.นพ.อภิชาติ อัครวมงคลกุล คณบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล ณ ห้องประชุมคณะฯ ตึกอำนวยการ ชั้น 2 โรงพยาบาลศิริราช



Dean's Message

“ การทำงานเป็นทีมมีความสำคัญต่อความสำเร็จของ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ซึ่งต้องอาศัยทีมสหวิชาชีพ ที่มีความเชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้การดูแลรักษาผู้ป่วย ได้ผลดีที่สุด ปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการทำงานของทีมได้อย่าง มีประสิทธิภาพ ได้แก่

1. การแบ่งงานและบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในทีม ให้ชัดเจน รวมทั้งกำหนดเป้าหมายการทำงานของทีมให้สมาชิก รับทราบ
2. การสื่อสารภายในทีมถึงความก้าวหน้า อุปสรรค และแนวทางการปรับปรุงแก้ไขให้สมาชิกทราบอย่างสม่ำเสมอ และอย่างกัลยาณมิตร

3. เปิดโอกาสให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในการทำงาน และออกความเห็นบนพื้นฐานของการให้เกียรติและให้ความ ไว้วางใจกัน

4. สมาชิกทุกคนต้องมีความมุ่งมั่นและช่วยกันผลักดัน ให้เกิดความสำเร็จตามที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้

ทั้งนี้ การทำงานเป็นทีมจะต้องมี “หัวหน้าทีม” ที่ได้รับการยอมรับจากสมาชิกของทีม เพื่อช่วยกระตุ้น สนับสนุน และทုံมเท เสียสละ เพื่อให้สมาชิกทุกคนรวมใจใช้ความคิด และพลังกายในการช่วยกันผลักดันให้แผนงานประสบความสำเร็จ ซึ่งจะเป็พลังให้คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลมีความเจริญ ก้าวหน้าอย่างไม่หยุดยั้ง ”

ศ.นพ.อภิชาติ อัครวมงคลกุล

คณบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

รศ.ดร.เยาวภา หล่อเจริญผล
ภาควิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหาร
คณะอุตสาหกรรมเกษตร
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์



รศ.นพ.ภาวิน เกษกุล
หัวหน้าภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
มหาวิทยาลัยมหิดล

นวัตกรรมชุดอุปกรณ์ สำหรับทดสอบการรับกลิ่น (Olfactory Test Kit)



รศ.นพ.ภาวิน เกษกุล หัวหน้าภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ร่วมงานจัดแสดงผลงานวิจัยด้านกลิ่นรส ณ Creative and Innovative Centre บริษัท เค เอช โรเบิร์ต (ประเทศไทย) จำกัด อาคารอมรภูมิรัตน์ สถาบันคั้นคว่ำและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน กรุงเทพฯ โดยได้นำเสนอ นวัตกรรมชุดอุปกรณ์สำหรับทดสอบการรับกลิ่น (Olfactory Test Kit) เพื่อใช้ในการตรวจวินิจฉัยและดูแลรักษาผู้ป่วยที่มีปัญหาความผิดปกติในการรับกลิ่น ซึ่งเป็นความร่วมมือระหว่างภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ได้แก่ รศ.นพ.ปารยะ อาศนะเสน อ.นพ.ไตรภูมิ สุวรรณเวช อ.พญ.นวรรตน์ เกษมสุข คุณบรรณพัชร ปิ่นแก้ว และคุณธรรารม พลมณี ภาควิชาเทคโนโลยีชีวภาพ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ได้แก่ รศ.ดร. สิทธิวัฒน์ เลิศศิริ เป็นหัวหน้าโครงการวิจัย และภาควิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหาร คณะอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้แก่ รศ.ดร. เยาวภา หล่อเจริญผล ผศ.ดร.อุมาสุนทรนฤรังษี ดร.ปิเตอร์ เค.ซี.อง (Dr.Peter K.C.Ong) ซีอีโอ บริษัท เค เอช โรเบิร์ต จำกัด ประเทศสิงคโปร์ และทีมงาน

หลังจากได้ร่วมประชุมคณะทำงานเพื่อเตรียมเปิดโครงการวิจัย เรื่อง “การผลผลิตสารให้กลิ่นสำหรับชุดทดสอบสมรรถภาพการรับกลิ่น (ระยะ 1)” ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนจาก บพข. (หน่วยบริหารและจัดการทุนด้านการเพิ่มความสามารถในการแข่งขันของประเทศ) เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 9 มีนาคม 2566 เวลา 13.00 - 16.00 น. ณ Creative and Innovative Centre บริษัท เค เอช โรเบิร์ต (ประเทศไทย) จำกัด อาคารอมรภูมิรัตน์ สถาบันคั้นคว่ำและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร โดยมีผู้บริหาร ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิจัยและนวัตกรรม

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล อ.ดร.ปรีมณ บุญณกิติเกษม ร่วมประชุมกับคณะผู้วิจัยจากทั้ง 2 สถาบัน และทีมงานจากบริษัท เค เอช โรเบิร์ตส์

คลินิกการรับกลิ่นและรส ภาควิชาโสตนาสิก ลาริงซ์วิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นคลินิกแห่งแรก และแห่งเดียวในประเทศไทย ได้ก่อตั้งขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2545 และเปิดให้บริการทดสอบการรับกลิ่น ตรวจวินิจฉัย และดูแลรักษาผู้ป่วยที่มีความผิดปกติในการรับกลิ่น นับถึงปัจจุบันเป็นเวลา 20 ปี สาเหตุหลักเกิดจากการบาดเจ็บที่ศีรษะ การติดเชื้องของระบบทางเดินหายใจส่วนบน และโรคจมูกและไซนัส และอาจเกิดได้จากสาเหตุอื่นๆ หรือไม่ทราบสาเหตุ

ปัจจุบันได้พัฒนาชุดทดสอบแบบแรก ได้แก่ ชุดทดสอบการรับกลิ่นแบบระบุชนิดของสารให้กลิ่น (Olfactory Identification Test Kit) เสร็จแล้วและยังคงต้องมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องต่อไปเพื่อผลิตชุดทดสอบออกจำหน่ายในเชิงพาณิชย์ ซึ่งได้รับการตอบรับเป็นอย่างมากเกี่ยวกับความต้องการใช้งานชุดทดสอบดังกล่าว จากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านโรค หู คอ จมูก โดยเฉพาะตามโรงพยาบาลหลายแห่งในประเทศไทย รวมทั้งสถานพยาบาลต่างๆ

ดังนั้น ในอนาคตอันใกล้นี้ ทางคณะผู้วิจัยและทีมงานจึงอยู่ระหว่างการผลักดันและเร่งพัฒนาชุดทดสอบอื่นๆ ได้แก่ ชุดทดสอบเพื่อระดับความผิดปกติในการรับกลิ่น (Olfactory Detection Threshold Test Kit) และชุดทดสอบการแยกแยะกลิ่น (Olfactory Discrimination Test Kit) และชุดอุปกรณ์เพื่อการรักษา ได้แก่ ชุดฝึกดมกลิ่น (Olfactory Training Kit) สำหรับคนไทยและประเทศเพื่อนบ้านที่มีวัฒนธรรมและพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่แตกต่างกันมากนัก



การประเมินคุณภาพ ห้องปฏิบัติการ สำหรับการทดสอบ การกลายพันธุ์ในมะเร็ง ในประเทศไทย



รศ.ดร.นพ.นรพรรณี พวงวรินทร์
ภาควิชาพยาธิวิทยาคลินิก
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล

การตรวจทางห้องปฏิบัติการเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญในการวินิจฉัยและรักษาโรคการตรวจวิเคราะห์หาความผิดปกติระดับโมเลกุลเพื่อนำข้อมูลทางพันธุกรรมมาใช้ช่วยในการกำหนดการรักษาที่แม่นยำและเหมาะสมมีบทบาทมากขึ้นเรื่อยๆ การตรวจวิเคราะห์เหล่านี้มีความจำเป็นสำหรับการรักษาด้วยยามุ่งเป้าในผู้ป่วยมะเร็ง ตัวอย่างเช่น ผู้ป่วยโรคมะเร็งปอดชนิดไม่ใช้เซลล์เล็กที่ตรวจพบการกลายพันธุ์บางชนิดของยีน EGFR ในตัวอย่างชิ้นเนื้อมะเร็งหรือเลือดมีแนวโน้มที่จะได้รับประโยชน์จากการรักษาด้วยยามุ่งเป้าต่อ EGFR แต่ถ้าตรวจพบการเชื่อมต่อกันของยีน ALK กับยีนอื่น ผู้ป่วยก็อาจจะได้รับประโยชน์จากการรักษาด้วยยามุ่งเป้าต่อ ALK หากตรวจไม่พบความผิดปกติระดับโมเลกุลดังกล่าว ผู้ป่วยน่าจะไม่ต้องตอบสนองต่อการรักษาด้วยยากลุ่มเหล่านั้น นอกจากมะเร็งปอดแล้ว การตรวจวิเคราะห์ระดับโมเลกุลยังมีบทบาทในโรคมะเร็งอื่นๆ เช่น มะเร็งลำไส้ มะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ เป็นต้น

ความผิดปกติระดับโมเลกุลเหล่านี้อาจปรากฏอยู่ในสิ่งส่งตรวจในปริมาณที่ไม่มากนัก จึงมีความท้าทายสำหรับการตรวจทางห้องปฏิบัติการโดยเฉพาะอย่างยิ่งการตรวจระดับโมเลกุลที่มีเทคโนโลยีการตรวจที่หลากหลายมาก แต่ละเทคโนโลยีก็มีจุดเด่นและข้อจำกัดที่ต่างกัน และแน่นอนว่าแต่ละเทคโนโลยีมีประสิทธิภาพแตกต่างกันในการตรวจหาความผิดปกติระดับโมเลกุลที่มีปริมาณน้อย สำหรับห้องปฏิบัติการที่ใช้เทคโนโลยีการตรวจเดียวกันก็อาจมีรายละเอียดบางส่วนในกระบวนการ

ตรวจวิเคราะห์ที่ไม่เหมือนกัน ปัจจัยเหล่านี้ทำให้ผลการตรวจวิเคราะห์ระดับโมเลกุลมีความแตกต่างกันได้ระหว่างห้องปฏิบัติการแต่ละแห่ง

ในปี พ.ศ. 2558 ห้องปฏิบัติการในประเทศไทยตระหนักถึงปัญหาข้างต้น จึงริเริ่มโครงการพัฒนามาตรฐานการตรวจวิเคราะห์ในระดับประเทศ โดยภาควิชาพยาธิวิทยาคลินิก คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล วางแผน เตรียมและจัดส่งวัสดุทดสอบที่ทราบปริมาณการกลายพันธุ์ไปยังห้องปฏิบัติการจำนวนรวม 8 แห่งจากทั้งภาครัฐและเอกชนที่ให้บริการตรวจวิเคราะห์หาความผิดปกติระดับโมเลกุล ได้แก่ การกลายพันธุ์ของยีน EGFR, KRAS และ BRAF ที่ช่วยพยากรณ์การตอบสนองต่อการรักษามะเร็งด้วยยามุ่งเป้า เพื่อให้ห้องปฏิบัติการแต่ละแห่งทำการตรวจด้วยวิธีการตรวจเดียวกันกับที่ให้บริการตรวจสิ่งส่งตรวจทางคลินิกแล้วรายงานผลการตรวจ จากนั้นจึงจัดประชุมสรุปภาพรวมการตรวจวิเคราะห์ของทุกห้องปฏิบัติการ

กิจกรรมการประเมินคุณภาพห้องปฏิบัติการนี้ถูกจัดขึ้นเป็นประจำทุกปี โดยการสนับสนุนจากคณะกรรมการวินิจฉัยระดับโมเลกุล และได้รับเงินทุนสนับสนุนจากภาคเอกชน จนกระทั่งปี พ.ศ. 2561 ราชวิทยาลัยพยาธิแพทย์แห่งประเทศไทย และสมาคมพยาธิวิทยาคลินิกไทยให้การสนับสนุนอย่างเป็นทางการในการดำเนินการภายใต้ชื่อ Thailand National External Quality Assessment Scheme (TH NEQAS) for Precision Molecular Pathology และมีการพัฒนาเรื่อยมาจนหน่วยทดสอบความชำนาญ

TH NEQAS for Precision Molecular Pathology ภาควิชาพยาธิวิทยาคลินิก คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล ได้รับการรับรองมาตรฐาน ISO 17043 ซึ่งเป็นมาตรฐานสากลสำหรับการทดสอบความชำนาญห้องปฏิบัติการในปี พ.ศ. 2564 โดยนับเป็นการประเมินคุณภาพลำดับที่สองของภาควิชาพยาธิวิทยาคลินิก คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล ที่ได้รับการรับรองนี้

ในปี พ.ศ. 2565 หน่วยทดสอบความชำนาญ TH NEQAS for Precision Molecular Pathology จัดโปรแกรมการทดสอบความชำนาญ 5 รายการ ครอบคลุมการทดสอบที่เกี่ยวข้องกับการรักษามะเร็งด้วยยามุ่งเป้า ได้แก่ 1) การตรวจวิเคราะห์เพื่อหาการกลายพันธุ์สำหรับตัวอย่างชิ้นเนื้อมะเร็งปอดและมะเร็งลำไส้ ครอบคลุมการทดสอบการกลายพันธุ์ของยีน EGFR, KRAS, NRAS และ BRAF 2) การตรวจวิเคราะห์เพื่อหาการเชื่อมต่อกันของยีนสำหรับตัวอย่างชิ้นเนื้อมะเร็งปอด ครอบคลุมการทดสอบการเชื่อมต่อกันของยีน ALK, ROS1 และการกลายพันธุ์ของยีน MET ที่ทำให้เกิด exon 14 skipping 3) การตรวจวิเคราะห์เพื่อหาการกลายพันธุ์สำหรับตัวอย่างสารน้ำในร่างกายนมะเร็งปอด ครอบคลุมการทดสอบการกลายพันธุ์ของยีน EGFR 4) การตรวจวิเคราะห์เพื่อหาการกลายพันธุ์สำหรับตัวอย่างชิ้นเนื้อมะเร็งเต้านมและมะเร็งรังไข่ ครอบคลุมการทดสอบการกลายพันธุ์ของยีน BRCA1, BRCA2 และ PIK3CA mutation 5) การตรวจวิเคราะห์เพื่อหาการกลายพันธุ์ที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมสำหรับมะเร็งเต้านมและมะเร็งรังไข่ ครอบคลุมการทดสอบการกลายพันธุ์ของยีน BRCA1 และ BRCA2 โดยได้รับความไว้วางใจจากห้องปฏิบัติการสมาชิกจำนวนรวม 22 แห่งทั่วประเทศไทย และจัดประชุมสรุปภาพรวมในวันที่ 25 มีนาคม พ.ศ. 2566 ที่ผ่านมา

การประเมินคุณภาพห้องปฏิบัติการโดยหน่วยทดสอบความชำนาญ TH NEQAS for Precision Molecular Pathology นั้นมีความแตกต่างจากการประเมินคุณภาพห้องปฏิบัติการที่จัดโดยองค์กรในต่างประเทศหลายประเด็น กล่าวคือ ตัวอย่างวัตถุทดสอบที่ใช้ในแต่ละปีจะมีความครอบคลุมยีนและชนิดการกลายพันธุ์ที่มีความสำคัญทางคลินิก และมีปริมาณการกลายพันธุ์น้อยเพื่อช่วยห้องปฏิบัติการสมาชิกในการประเมินความไวในการตรวจวิเคราะห์ จำกัดระยะเวลาในการตรวจวิเคราะห์และรายงานผลให้ใกล้เคียงกับการให้บริการจริงในทางคลินิก และในแต่ละปีจะมีการจัดประชุมเพื่อให้ทุกห้องปฏิบัติการเห็นภาพรวมการตรวจวิเคราะห์ระดับโมเลกุลของประเทศไทย มีการนำเสนอหัวข้อทางวิชาการที่ทันสมัยและเป็นประโยชน์ และห้องปฏิบัติการสมาชิกได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์

ความสำเร็จของโครงการนี้ เกิดขึ้นจากหลายฝ่าย ทั้งจากห้องปฏิบัติการสมาชิกที่มีความมุ่งมั่นที่จะพัฒนาคุณภาพการตรวจวิเคราะห์ของห้องปฏิบัติการ จากราชวิทยาลัยพยาธิแพทย์แห่งประเทศไทยและสมาคมพยาธิวิทยาคลินิกไทยที่ให้การสนับสนุนการประเมินคุณภาพห้องปฏิบัติการ จากบุคลากรของภาควิชาพยาธิวิทยาคลินิก คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ทั้งคณาจารย์และเจ้าหน้าที่ที่ให้ความทุ่มเทในการดำเนินการตามมาตรฐานสากลและประสานงานกับห้องปฏิบัติการสมาชิกอย่างราบรื่นด้วยความเต็มใจ สำหรับห้องปฏิบัติการทางคลินิกที่ให้บริการตรวจวิเคราะห์ระดับโมเลกุลเหล่านี้และสนใจโปรแกรมการทดสอบความชำนาญ หรือสำหรับผู้ที่ประสงค์ให้การสนับสนุนการดำเนินงานของ TH NEQAS for Precision Molecular Pathology สามารถติดต่อได้ที่หมายเลขโทรศัพท์ 02 419 2806 ในวันเวลาราชการ และทางอีเมล TH.NEQAS@gmail.com



ก้าวแรกสู่ สพค. ทำความรู้จักกับนายกสโมสร นักศึกษาแพทยศิริราช คนใหม่ ปีการศึกษา 2566

ฉบับนี้ ขอแสดงความยินดีกับน้องนายกสโมสรนักศึกษาศิริราช
ปีการศึกษา 2566 คนใหม่ เราเลยถือโอกาสพาไปเปิดวาร์ปผู้นำนักศึกษา
สุดหล่อ รุ่นใหม่ ไฟแรง ในฐานะตำแหน่งนายกสโมสรนักศึกษา
จากรั้วคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
มาทำความรู้จักกับน้องเลยดีกว่า Let's Go!

นายเชมวิศว์ ศิริวงค์
นายกสโมสร
นักศึกษาแพทยศิริราช
ปี 2566



ความรู้สึกที่ได้รับตำแหน่ง

- ในนามของนายสโมสรณ์ศึกษาแพทย์ศิริราช ก่อนอื่นเลยผมต้องขอขอบคุณชาวศิริราชทุกคนที่วางใจและให้โอกาสผมเข้ามาทำงานในตำแหน่งสำคัญนี้่ะครับ

แรงบันดาลใจในการก้าวเข้ามาทำงาน สพศ.

- เพราะสโมสรณ์ศึกษาแพทย์ศิริราชคือสิ่งหนึ่งสิ่งเดียวกันกับตัวนักศึกษาแพทย์ศิริราชเอง นายก สพศ. จึงถูกเลือกมาเพื่อเป็นเสียงของนักศึกษาแพทย์ศิริราช เพื่อเป็นกำลังสำคัญในการก้าวไปสู่การค้นหาและสร้างสรรค์แนวคิดใหม่ๆ ให้เกิดประโยชน์แก่ตัวนักศึกษาและสังคมมากที่สุด

ตัวตนของนายก สพศ. (บรรยายด้วยคำ 3 คำ)

- “Siriraj Safe Space”
เพราะทุกคนสามารถเรียนรู้ซึ่งกันและกันได้ เราจึงตั้งใจที่จะสร้างสภาพแวดล้อมที่นักศึกษาแพทย์ อาจารย์แพทย์ และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในชีวิตของผู้คนเหล่านั้น ให้ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนและรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน โดยปราศจากการตัดสิน เพื่อร่วมกันก้าวเดินไปสู่อนาคตที่ดียิ่งขึ้น

แผนงานที่วางไว้ในช่วง 1 ปีแรกของการทำงาน

- นโยบายของเราในปีนี้จะมุ่งเน้นเรื่องการนำนักศึกษาแพทย์ศิริราชเข้ามาเป็นส่วนสำคัญของ สพศ. การตัดสินใจของ สพศ. จะต้องสะท้อนความต้องการที่แท้จริงของผู้คนกลุ่มนี้ ดังนั้นเราจะมีการสื่อสารและการทำงานร่วมกันระหว่าง สพศ. และชั้นปีอย่างสม่ำเสมอ
- นอกจากนี้ ในปีการศึกษา 2566 นี้ เป็นปีสำคัญที่พวกเราจะได้กลับมาเรียนและใช้ชีวิตแบบ On site อย่างเต็มรูปแบบ มีคนจำนวนไม่น้อยที่ต้องปรับตัวกับรูปแบบการเรียนและสภาพแวดล้อมใหม่
- เราจึงเชื่อมั่นว่าพื้นฐานของการสร้างสังคมที่ดีในศิริราช คือการสร้างพื้นที่ปลอดภัยทั้งทางกายภาพและทางความคิด
- และอีกหนึ่งนโยบายที่สำคัญของเรา คือการผลักดันให้นักศึกษามีบทบาทในการร่วมวางแผนและพัฒนาหลักสูตรแพทยศาสตรบัณฑิต เพราะนักศึกษาควรมีสิทธิในการออกแบบชีวิตของตนเอง
- ท้ายที่สุดแล้ว เป้าหมายสูงสุดของ สพศ. คือการเป็นตัวแทน เป็นเสียงของนักศึกษาแพทย์ศิริราชทุกคน

ฝากถึงชาวศิริราช

- สพศ. พร้อมที่จะรับฟังความคิดเห็นที่หลากหลาย และตั้งใจที่จะนำความคิดเห็นเหล่านี้มาพัฒนาทั้งตัวองค์กรเองและพัฒนาคุณภาพชีวิตของพวกเขาทุกคนไปด้วยกัน

“
เพราะ สพศ.
คือนักศึกษา
แพทย์ศิริราชทุกคน
และนักศึกษา
แพทย์ศิริราชทุกคน
คือ สพศ.
”



10 ปรัชญาการใช้ชีวิตของคนญี่ปุ่น

❶ Oubaitori (โอบาอิโทริ) - การไม่เปรียบเทียบตัวเองกับใคร

ถ้าอยากทำให้ตัวเองมีความสุขอย่าเปรียบเทียบกับคนอื่น และตั้งจุดมุ่งหมายหนึ่งอย่างให้ตัวเอง เพื่อให้โฟกัสในสิ่งที่อยู่ตรงหน้าโดยไม่เอาสิ่งนั้นไปเปรียบเทียบกับคนอื่น

❷ KaiZen (ไคเซ็น) - พัฒนาตัวเองเพิ่มขึ้นทุกวัน

ทุกอย่างดีขึ้นได้ในทุกๆ วันค่อยๆ เชื่อในการเปลี่ยนแปลงตัวเองทีละนิดจนกลายเป็นสิ่งที่มั่นคงและถาวร

❸ Mottainai (มุต-ไต-นาย) - ไม่มีใครหรืออะไรที่ไร้ค่า

มองข้อดีของสิ่งรอบตัว ทุกอย่างล้วนมีข้อดีไม่มีสิ่งใดไร้ค่าบนโลกนี้ นาฬิกาตายแต่ก็ยังบอกเวลาได้ตรงถึงสองครั้งต่อวัน ดังนั้นจงมองเห็นข้อดีที่แม้เป็นเรื่องเล็กน้อยที่อยู่รอบตัวเราจะช่วยพัฒนาจิตใจเราได้

❹ Wabi-Sabi (วาปี ซาปี) - ยอมรับความไม่สมบูรณ์แบบของชีวิต

ทุกคนในโลกไม่มีใครที่มีชีวิตที่สมบูรณ์แบบ ให้ยอมรับในความไม่สมบูรณ์แบบในชีวิตและเอาเวลาไปคิดปรับปรุงส่วนอื่นเพื่อให้เรามีคุณค่า

❺ Kintsugi (คินสึงิ) - ซ่อมรอยร้าวด้วยทอง

ความงดงามของบาดแผลในชีวิตเกิดขึ้นจากประสบการณ์ และสุดท้ายความผิดพลาดต่างๆ ในชีวิตจะทำให้เราสวยงามขึ้นเอง เหมือนการใช้ทองคำมาซ่อมแซมรอยร้าวของแจกันทำให้กลับมาสวยงามได้อีกครั้ง

❻ Gaman (กะ-มัง) - ยึดมั่นในศักดิ์ศรีของตัวเอง

เมื่อถึงวันที่เราลำบาก ท้อแท้ หหมดกำลัง ให้เชื่อว่าเรามีศักดิ์ศรีและเชื่อมั่นในตัวเองว่าเราสามารถทำสิ่งที่ เป็นไม่ได้ให้เป็นไปได้ไม่ว่าจะยากแค่ไหนก็ตาม

❼ Yuugen (ยูเก็น) - มองเห็นความงามที่ซ่อนอยู่

ให้เรามองเห็นคุณค่าที่อยู่ภายในตัวเอง ด้วยการฝึกสัมผัส ชื่นชม และเห็นความงดงามในตัวเรา คนรอบข้าง และธรรมชาติรอบตัว

❽ Ikigai (อิกิไก) - หาเหตุผลของการตื่นขึ้นมาในทุกเช้า

การตื่นขึ้นมาและรู้ว่าเราต้องทำอะไรในทุกๆ วัน เพื่อให้มีความสุข และมีความสุขในทุกๆ อย่างที่เราทำในแต่ละวัน

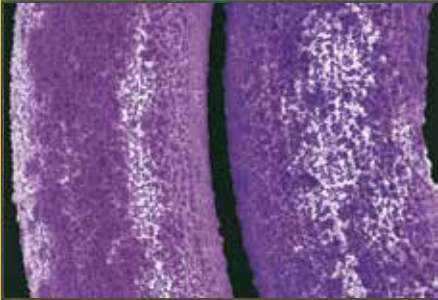

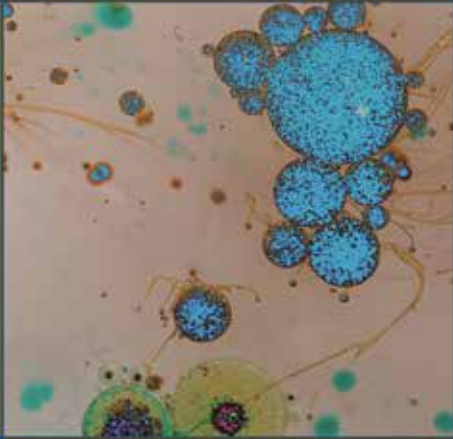
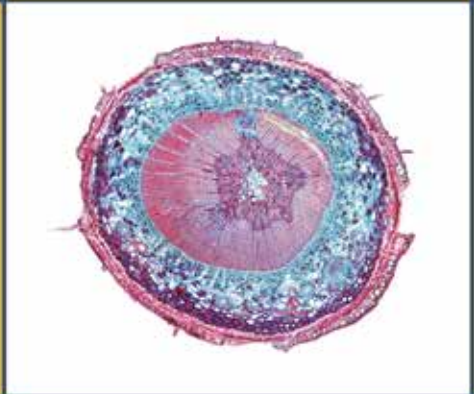
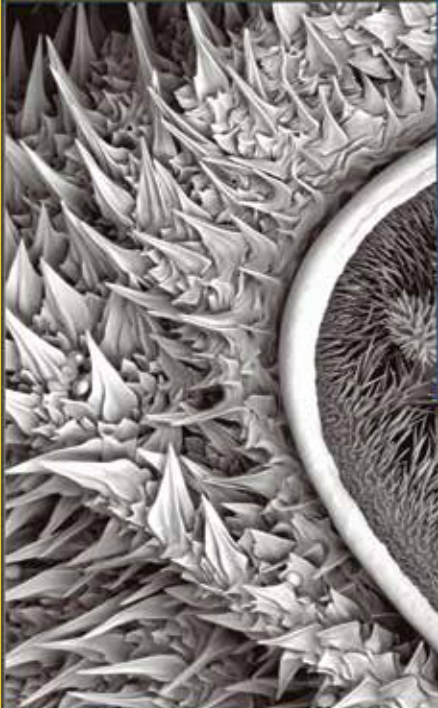
❾ Shikata ga nai (ชิคาตะกาไน) - ยอมรับและปล่อยวางกับบางเรื่อง

บางเรื่องที่เกิดขึ้นก็ควบคุมไม่ได้ หรือหมดปัญญาหาทางแก้ไข ก็ให้ปล่อยวางและก้าวต่อไป

❿ Omoiyari (โอะโมยะริ) - ให้ความสำคัญกับผู้อื่น

ใจเขาใจเรา ให้เกียรติกับทุกคนที่อยู่รอบตัวเรา มีความห่วงใยใส่ใจกับคนรอบข้าง

Cr คนบ้าหนังสือ

	<h3>Something About Pathology You Should Know About...</h3>	
<p>419,750 สไลด์/ปี (1,150 สไลด์/วัน)</p>	<p>12 ชนิดการตรวจ ที่ให้บริการ</p>	<p>15,000 บาท ค่าตรวจสูงที่สุด สำหรับ เทคนิค FISH-1p/19q</p>
<p>9 เทคนิคการย้อม ที่ให้บริการ</p>		
	<p>5 วัน เวลาที่ใช้สำหรับ การตรวจด้วย Electron Microscope</p>	<p>14 วัน การรายงานผลการตรวจ สำหรับเทคนิค FISH</p>



โครงการต่อยอดภายใต้โครงการบางกอกน้อยโมเดล Phase 1

โครงการก้าวมันใจ สูงวัยมันคง บางกอกน้อย Challenge

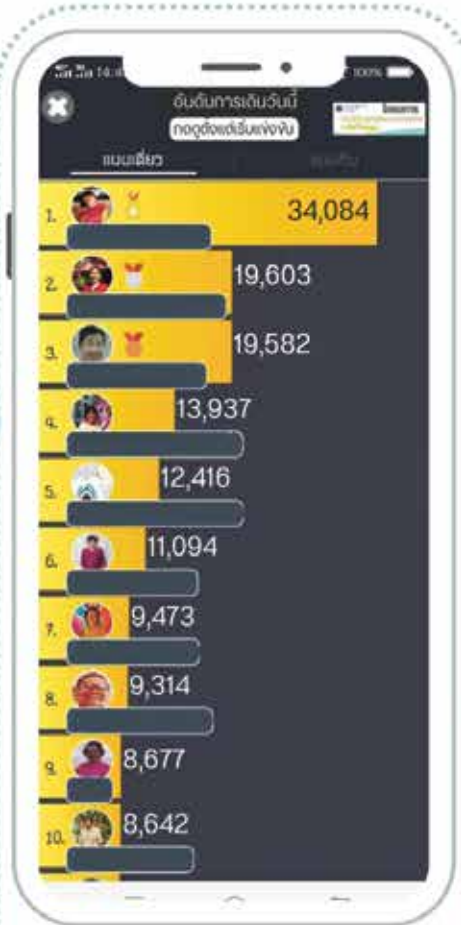
โดย หน่วยวิจัยเพื่อขับเคลื่อนนโยบายสุขภาพ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล

การเดิน คือ การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่มีข้อจำกัดด้านพื้นที่ เป็นกิจกรรมที่มีความปลอดภัย และสามารถทำได้เอง อีกทั้งช่วยเสริมสร้างระบบการไหลเวียนเลือด เพิ่มสมรรถภาพปอดและกล้ามเนื้อ ช่วยลดความเครียดได้

หน่วยวิจัยเพื่อขับเคลื่อนนโยบายสุขภาพ จึงได้จัดทำ **โครงการก้าวมันใจ สูงวัยมันคง บางกอกน้อย Challenge** โดยให้ผู้สูงอายุจับคู่กับคนในชุมชน ร่วมกันเดินออกกำลังกาย และติดตามจำนวนก้าวเดิน โดยใช้เทคโนโลยีสุขภาพ (eHealth literacy) เพื่อกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง ลดโอกาสการเกิดโรค หรือปัญหาสุขภาพ และเพิ่มคุณภาพชีวิตที่ดีในยามสูงวัย

กิจกรรมที่ดำเนินการ

- ตรวจประเมินร่างกาย ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ
 - ชั่งน้ำหนัก ส่วนสูง วัดความดันโลหิต
 - ตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือด (FBS)
 - ตรวจวัดมวลกล้ามเนื้อและไขมัน
 - ตรวจวัดคลื่นไฟฟ้าหัวใจ
- อบรมการใช้ Application เพื่อติดตามก้าวเดิน
- ให้ความรู้การดูแลสุขภาพ การเดินเพื่อสุขภาพ และการออกกำลังกายตามช่วงวัย
- มอบรางวัลแก่ผู้สูงอายุที่มีจำนวนก้าวเดินสูงสุด และดูแลสุขภาพได้อย่างเหมาะสม



Application ติดตามก้าวเดิน

ผลการดำเนินงาน (กุมภาพันธ์ - มีนาคม 2563)

ผู้เข้าร่วมโครงการ 108 คน อายุเฉลี่ย 64 ปี

จำนวนก้าวเดินทั้งหมด
ของผู้เข้าร่วมโครงการ
23.2 ล้าน ก้าว

เฉลี่ยต่อวัน
7.7 แสน ก้าว
เฉลี่ยต่อคน ตลอดโครงการ
2.4 แสน ก้าว

เฉลี่ยผู้สูงอายุเดินวันละ
7,380 ก้าว

โดยปกติผู้สูงอายุที่มีสุขภาพแข็งแรง
ควรมีก้าวเดินเฉลี่ยวันละ 2,000-9,000 ก้าว

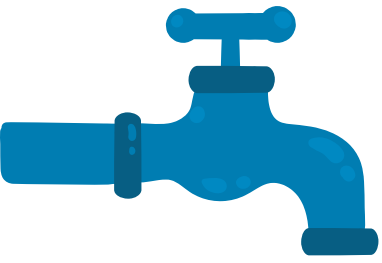


ร้อยละ 80 มีจำนวนก้าวเดินเฉลี่ยเหมาะสมกับช่วงวัย
และมีความรอบรู้ด้านภาวะโภชนาการและสุขภาพ **เพิ่มขึ้น**

ปัจจุบัน โครงการบางกอกน้อยโมเดล Phase 2 ได้มุ่งเน้นกระบวนการสร้างความเข้มแข็งแก่ชุมชน เปิดโอกาสให้ภาคีฯ และหน่วยงานในคณะฯ ได้มีส่วนร่วมในการสร้างชุมชนสุขภาพดีในเขตบางกอกน้อย พัฒนาระบบสุขภาพผ่านระบบฐานข้อมูล และต่อยอดสู่การจัดทำโครงการต่อไป



กิจกรรมให้ความรู้ด้านสุขภาพ



ใช้น้ำอย่างไรให้คุ้มค่า

ปัจจุบัน ปริมาณการใช้น้ำประปาภายในคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นสูงขึ้นเรื่อยๆ แต่เราสามารถเริ่มต้นง่ายๆ ด้วยวิธีประหยัดน้ำมาปรับใช้ ซึ่งจะช่วยลดค่าใช้จ่ายในที่ทำงาน และที่บ้านของเรา ซึ่งปัญหาการใช้น้ำที่สิ้นเปลือง ทำให้ค่าน้ำแพงขึ้น สาเหตุมักมาจากความเสื่อมโทรมของระบบท่อประปา ที่อาจมีการรั่วซึมเกิดขึ้น อาจทำให้เสียน้ำเพิ่มขึ้นมากถึง 30% จากการใช้งานปกติ ลองดูวิธีการนี้ดูครับ



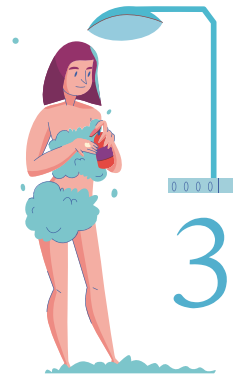
ตรวจสอบการรั่วไหลของน้ำในบ้านอย่างสม่ำเสมอ มิเตอร์น้ำ/โถสุขภัณฑ์/ บิมน้ำ และก๊อกน้ำและท่อน้ำ

- ตรวจสอบมิเตอร์น้ำเป็นประจำ โดยสามารถเช็คการรั่วไหลของน้ำด้วยการปิดน้ำและตรวจสอบว่ามีมิเตอร์มีการเพิ่มขึ้นหรือไม่
- รอยรั่วของโถสุขภัณฑ์นั้นสามารถตรวจสอบได้ด้วยการใส่สีผสมอาหารลงไปในถังน้ำชักโครก แล้วรดน้ำทิ้ง ถ้าหากหลังจาก 30 วินาที ยังมีน้ำเหล่านั้นไหลออกมา แสดงว่าถังเก็บน้ำชำระดีให้รีบซ่อมแซมโดยด่วน
- สังเกตเสียงของบิมน้ำในเวลาที่ไม่มีคนใช้งานน้ำ ถ้าหากตัวบิมน้ำยังมีเสียงอยู่ แสดงว่ามีการรั่วไหลของน้ำเกิดขึ้น



ซักผ้าอย่างชาญฉลาด

การซักผ้าด้วยเครื่องซักผ้าจะใช้น้ำเฉลี่ยมากถึง 100 ลิตรต่อหนึ่งครั้ง ดังนั้นใส่ปริมาณผ้าให้เหมาะสมกับความจุของเครื่อง หรือการซักผ้าด้วยมือหากมีปริมาณน้อย



ปิดฝักบัวระหว่างอาบน้ำถูตัว

การใช้ฝักบัวที่มีรูปทรงขนาดเล็กหรือมีหัวฝักบัวจะเป็นอีกวิธีประหยัดน้ำ และหากอาบน้ำให้เร็วขึ้นสักหน่อยก็จะช่วยประหยัดน้ำได้มากขึ้นเช่นกัน นอกจากนี้ การปิดฝักบัวให้สนิทก่อนที่ฟอกสบู่หรือแชมพูก็สำคัญเช่นกัน



ล้างผักผลไม้ในภาชนะรองน้ำ

การล้างผักและผลไม้ด้วยการเปิดน้ำไหลผ่านในทุกๆ ลูก อาจไม่สามารถช่วยให้ผักผลไม้เหล่านั้นสะอาดเพียงพอ อีกทั้งยังเป็นการใช้น้ำอย่างสิ้นเปลืองอีกด้วย วิธีที่จะช่วยประหยัดน้ำในส่วนนี้ก็คือการรองน้ำในภาชนะเพื่อล้างผักและผลไม้แทน



แปรงฟันและบ้วนปากโดยใช้แก้วรองน้ำทุกครั้ง

การเปิดน้ำทิ้งไว้ตอนที่กำลังแปรง หรือไม่ได้ใช้แก้วรองน้ำในการแปรงฟัน ซึ่งทั้งหมดนี้ล้วนมีการเสียน้ำไปมากถึง 20 - 30 ลิตรต่อหนึ่งครั้ง แต่ถ้าหากว่าคุณเปิดน้ำให้ถูกและใช้แก้วรองน้ำขณะแปรงฟัน ก็จะทำให้หน้าที่เสียไปลดลงเหลือเพียงแค่ 0.5 - 1 ลิตรเท่านั้น

เพียงแค่คุณเริ่มที่จะเปลี่ยน ก็จะสามารถประหยัดน้ำ และค่าใช้จ่ายภายในบ้านและที่ทำงานได้มากยิ่งขึ้น ซึ่งวิธีประหยัดน้ำดังกล่าวยังช่วยในการอนุรักษ์ทรัพยากรน้ำอย่างยั่งยืนสืบไป



SiPH จัดกิจกรรมงาน 11 ปี

ดูแลกัน ทุกช่วงวัย



เพื่อขอบคุณ “ผู้รับ” บริการที่เชื่อมั่นและไว้วางใจให้เราดูแลสุขภาพตลอด 11 ปี ที่ผ่านมา ด้วยการดูแลรักษาตามมาตรฐานระดับสากล JCI พร้อมยังได้เป็น “ผู้ให้” ในเวลาเดียวกัน เพราะทุกค่าใช้จ่ายในการรักษา จะคืนกลับสู่คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล

ในงานมีการพูดคุยเกี่ยวกับโรคใกล้ตัวจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ พร้อมทั้ง Workshop จากทีมสหสาขาวิชาชีพ นิทรรศการสุขภาพทุกช่วงวัย การรับบริจาคเลือดและกิจกรรมฟังดนตรีบรรเลง ในวันที่ 26 - 28 เมษายน 66 ที่ผ่านมานะคะ โถงบริการผู้ป่วยนอกชั้น 2



ศิริราช - กาญจนฯ (SiGJ) เดินทางไปยังไงกันนะ

เดินทางโดยรถประจำทาง / รถร่วมบริการ

ผ่านหน้าศูนย์การแพทย์ฯ

- ปอ. 556 อู่วัดไร่ขิง - สถานีรถไฟฟ้ามหิดล
- รถเมล์ขาว นครปฐม - ศาลายา
- รถเมล์เล็กสีฟ้า สาย 5 นครปฐม
- รถสองแถวสีฟ้า (6 ล้อ) สาย 5

ผ่านหน้า ม.มหิดล (ศาลายา)

ต้องต่อรถ

- ปอ. 515 ออนุสารีย์ชัย - เซ็นทรัลพลาซ่า ศาลายา
- ปอ. 547 สวนลุมพินี - มทร.รัตนโกสินทร์ ศาลายา
- 84ก หมู่บ้านเอื้ออาทร ศาลายา - วงเวียนใหญ่
- 124 ม.มกุฎราชวิทยาลัย - สนามหลวง

ลงรถป้ายรถประจำทาง หน้าม.มหิดล เดินข้ามสะพานลอยมา
ฝั่งตรงข้ามแล้วนั่ง 1. รถเมล์ขาว (นครปฐม - ศาลายา)
2. รถเมล์เล็กสีฟ้า (สาย 5)
3. รถสองแถวสีฟ้า (6 ล้อ) สาย 5
เพื่อมาศูนย์การแพทย์กาญจนบุรี



สแกน QR Code
เพื่อดูที่ตั้ง
ศูนย์การแพทย์ฯ

แท็กซี่

- จุดขึ้น/ลงแท็กซี่ ของศูนย์การแพทย์ฯ
- จุดส่งผู้ป่วยฉุกเฉิน ชั้น 2
 - ทางเข้าอาคาร หน้า 7-11

รถยนต์ส่วนตัว

ลานจอดรถ

- ลานจอดรถ 1 จำนวน 230 คัน
- ลานจอดรถ 2 จำนวน 135 คัน
- ลานจอดรถ 3 จำนวน 160 คัน

มีรถรางให้บริการรับส่ง

โดยงานสื่อสารองค์กร ศูนย์การแพทย์กาญจนบุรี



การแพทย์แผนไทยประยุกต์ศิริราช
Siriraj Applied Thai Traditional Medicine

ศิริราชสัปายสถาน

- เพื่อสร้างเสริมสุขภาพ -

เปิดบริการทุกวัน 08:00 - 20:00 น.

นวดไทยแบบราชสำนัก
ประคบสมุนไพร
อบไอน้ำสมุนไพร*
ขัดพอกผิวด้วยสมุนไพร*
นวดน้ำมัน*
ธาราสนาน*

*ข้อกำหนดการรับบริการ

1. ผู้รับบริการแสดงผลการตรวจ ATK ก่อนมารับบริการภายใน 24 ชั่วโมง หรือ ผล RT-PCR ภายใน 72 ชั่วโมง (กรณีไม่มีผลการตรวจ ATK สามารถมาตรวจคัดกรองที่คลินิกอายุรเวช โดยมีค่าใช้จ่ายครั้งละ 250 บาท)
2. ผ่านการคัดกรองความเสี่ยงและไม่มีอาการผิดปกติที่สัมพันธ์กับโรคโควิด 19 และโรคติดเชื้อ



ติดต่อเรา



ผู้มารับบริการกรุณานัดหมายล่วงหน้า
โทร. 0 2419 1717 ถึง 8

สามารถติดต่อและติดตาม
สาระความรู้ที่เกี่ยวข้องกับแพทย์แผนไทย
ตามช่องทางต่าง ๆ เพียง scan QR code นี้เลยคะ



Cardio exercise

VS

Strength training

ความสำคัญ
และความแตกต่าง
ของการออกกำลังกาย
||UU Cardio ||และ
Strength training

Cardio :

เป็นรูปแบบออกกำลังกายที่จะช่วยเผาผลาญพลังงานและไขมันในร่างกายออกไปได้แก่ การออกกำลังกายแบบแอโรบิค (Aerobic Exercise) ซึ่งความหนักในการออกกำลังกายสามารถแบ่งออกเป็น 4 ระดับ ความแรงเทียบกับอัตราการเต้นของหัวใจ คือ Light Intensity, Medium Intensity, Hard Intensity และแบบสุดท้ายก็คือ Maximum Intensity คาร์ดิโอและแอโรบิค ก็คือการออกกำลังกายที่ทำให้ระบบหัวใจไหลเวียนเลือดแข็งแรง และช่วยเผาผลาญพลังงานและไขมัน ทำร่างกายลดการสะสมไขมันที่จะทำให้น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นมา อีกทั้งยังช่วยเสริมความแข็งแรงให้กับกล้ามเนื้อหัวใจและปอด เพิ่มความอดทนและช่วยกระตุ้นระบบไหลเวียนเลือด และทำให้ระดับสมรรถภาพร่างกายของระบบหัวใจไหลเวียนเลือดเพิ่มขึ้นส่งผลให้เหนื่อยน้อยลงด้วย

Strength training :

เป็นรูปแบบการออกกำลังกายที่ทำให้กล้ามเนื้อร่างกายแข็งแรง โดยการใช้แรงต้านหรือการยกน้ำหนัก เพื่อให้ร่างกายมีมวลของกล้ามเนื้อเพิ่มมากขึ้น หรือจะให้มวลของกล้ามเนื้อคงอยู่ไม่สลายไป ช่วยกระชับสัดส่วน หลายคนโดยเฉพาะสาว ๆ อาจจะยังเข้าใจคลาดเคลื่อนเรื่องการออกกำลังกายแบบ strength training ว่าเป็นการสร้างกล้ามเนื้อที่ทำให้กล้ามเนื้อร่างกายใหญ่ บึกบึน มีกล้ามเนื้อแขนกล้ามเนื้อขาเป็นมัด ๆ ซึ่งทำให้ดูไม่สวยงามและไม่เหมาะกับผู้หญิงทำให้ดูไม่พอมแต่ในความเป็นจริงแล้วการยกน้ำหนักหรือการฝึกเวทเทรนนิ่งเป็นการออกกำลังกายที่ “จำเป็น” สำหรับทุกคนที่ต้องการลดน้ำหนัก คุณผู้หญิงจึงไม่ต้องไปกลัวว่ากล้ามเนื้อของตัวเองจะใหญ่เป็นมัด ๆ เนื่องจากในผู้หญิงมีฮอร์โมนต่างจากเพศชาย โอกาสที่มันจะสร้างกล้ามเนื้อได้ขนาดใหญ่นั้นก็หาพราะยาก นอกจากต้องใช้ความพยายามและความอดทนในการฝึกเป็นประจำสม่ำเสมอแล้วยังต้องมีเรื่องอื่น ๆ เข้ามาเกี่ยวข้องอีก ดังนั้น ขอให้ทำความเข้าใจใหม่ว่า การเล่นเวทไม่ได้ทำให้แขนขาใหญ่ขึ้นแต่อย่างใด ซึ่งข้อดีคือเมื่อฝึกควบคู่กับคาร์ดิโอ จะช่วยทำให้ร่างกายมีกล้ามเนื้อเพิ่มมากขึ้น ต่างจากการเล่นคาร์ดิโอเพียงอย่างเดียว เช่น ในขณะที่เราวิ่ง เดินเร็วหรือเล่นกีฬา ร่างกายจะนำพลังงานจากไขมันมาใช้ แต่หากว่าเราหยุดพักร่างกายก็จะเผาผลาญน้อยลง ต่างจากการยกน้ำหนัก หลังจากหยุดแล้วร่างกายก็จะยังสามารถเผาผลาญพลังงานต่อไปได้ เนื่องจากการกล้ามเนื้อเป็นตัวช่วยในการเผาผลาญพลังงานที่ดี

ดังนั้น จะเห็นว่าการออกกำลังกายทั้ง 2 ประเภทนี้ ให้ผลลัพธ์ที่ต่างกันแต่ขอแนะนำให้ทำทั้ง 2 ประเภท โดยเฉพาะหากเราต้องการควบคุมและลดน้ำหนักตัว ซึ่งจะช่วยให้เรามีร่างกายและสุขภาพแข็งแรงมากขึ้น

พร้อมแล้วมาออกกำลังกายไปพร้อมกันเลยครับทุกคน



Pearls in Medical Education

การจัดการเรียนรู้ ให้เข้าถึงผู้เรียนที่หลากหลาย

รศ. นพ.กศ. หายรุ่งโรจน์

ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล

เรียบเรียงโดย พญ.พิมพ์มาดา สุมรรคจันทร

ความหมายของการเรียนการสอนแบบ Integrated learning

Integrated learning เป็นการเรียนการสอนที่รวบรวมหลายมิติของหลักสูตรมาจัดการเรียนการสอนร่วมกัน โดยเน้นการจัดการเรียนการสอนแบบ meaningful learning

สำหรับทฤษฎีการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับ Integrated learning ได้แก่

- Andragogy หรือ Adult learning theory เป็นการเรียนที่ขับเคลื่อนโดยแรงกระตุ้นภายใน (Intrinsic Motivation) และเน้นการสร้างองค์ความรู้จากประสบการณ์ของผู้เรียนตาม Kolb's experiential learning
- Social learning theory ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 3 ประการ ได้แก่ Mutual engagement, Joint enterprise และ Shared repertoire

ประเภทของ Integrated learning

1. Multilevel learning : ผู้เรียนที่มีความรู้หรือประสบการณ์ที่ต่างกันมาเรียนรู้ร่วมกัน จัดเป็น vertical integrated learning อาทิ service round ที่ประกอบไปด้วยแพทย์ประจำบ้านหลายชั้นปี ซึ่งได้จัดการเรียนรู้สำหรับผู้เรียนหลายระดับเช่นนี้ อาศัยหลักการที่เรียกว่า 5 As* ซึ่งประกอบได้ด้วย

- Assessment of learners' level of training คือ การประเมินพื้นฐานเดิมของผู้เรียน ทั้งด้านความรู้และประสบการณ์
- Arrangement of learning experience คือการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้ โดยมุ่งเน้นการใช้การสอนแบบ student-centered
- Application of teaching techniques คือการใช้วิธีการสอนที่เหมาะสม ทำให้การเรียนรู้เป็น meaningful learning รวมถึงการเลือกการตั้งคำถามที่ดีและทำหน้าที่เป็น facilitator มากกว่า lecturer
- Attributes and accountabilities of teachers คือ การทำหน้าที่เป็นผู้สอนที่ดีและเป็น role model ให้กับผู้เรียน

- Atmospheres of learning environments คือ การสร้างบรรยากาศการเรียนที่ดี สร้างความรู้สึกทางบวกให้การเรียน

2. Interprofessional learning : การเรียนรู้ร่วมกัน และเรียนรู้จากผู้เรียนจากหลากหลายสาขาวิชาชีพ นับเป็น Horizontal integrated learning อาทิ การจัดการเรียนการสอนร่วมกันระหว่างนักเรียนแพทย์และนักเรียนพยาบาล

ในการจัดประสบการณ์การเรียนรู้แบบ Integrated learning นั้น พบว่ามีประโยชน์กับผู้เรียนเป็นอย่างมาก ตั้งแต่การพัฒนา 21st century skills ให้กับผู้เรียน เพิ่มความมั่นใจในการเรียนรู้ และเปิดประสบการณ์ใหม่ให้กับผู้เรียนในฐานะผู้สอนของเพื่อนร่วมชั้น ทำให้ผู้เรียนมีทักษะในการถ่ายทอดความรู้มากขึ้น ทั้งยังได้พัฒนาทั้งความรู้ทางวิชาการและ soft skills ไปพร้อม ๆ กัน และหากจัดการเรียนการสอนไปได้ด้วยดีก็ย่อมจะยกระดับการบริการผู้ป่วยให้ดียิ่งขึ้นได้

อย่างไรก็ตามการจัดการเรียนรู้ในรูปแบบนี้ก็ยังมีจุดท้าทายที่อาจเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ คือ หากผู้เรียนไม่ให้ความร่วมมือในการร่วมกันเรียนมากเท่าที่ควร ก็จะทำให้ไม่ได้รับความรู้มากนัก ซึ่งจะมีวิธีแก้ไขคือการเน้นย้ำให้เห็นถึงความสำคัญของการเรียนในหัวข้อนั้น ๆ และชี้ให้เห็นว่าการเรียนรู้แบบ Active learning นำไปสู่ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่ดีกว่าวิธีการแบบ Passive learning และอีกจุดหนึ่งที่เป็นอาจสิ่งท้าทายสำหรับผู้เรียนคือบทบาทของการเป็นผู้สอน ซึ่งผู้เรียนบางคนอาจไม่ได้มีแรงจูงใจที่จะสอนผู้อื่น รวมไปถึงการขาดโอกาสการแสดงออกที่เหมาะสมและได้รับคำแนะนำจากอาจารย์ผู้สอน ดังนั้น วิธีการแก้ไขคือการให้เวลาและการให้การอบรมเกี่ยวกับบทบาททางการสอนที่เหมาะสม

ทั้งนี้ หัวใจสำคัญที่จะนำไปสู่การจัด Integrated learning ให้ประสบความสำเร็จมีหลากหลายประการ ได้แก่ การสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่ดี ทรัพยากรที่เอื้ออำนวย บัณฑิตด้านความพร้อมของหลักสูตร เป็นต้น ซึ่งผู้สอนควรพิจารณาและนำไปปรับใช้ให้เข้ากับบริบทของตนเอง



สายลมแห่งการเปลี่ยนแปลง

เรื่อง : นางสาว จิรพัชร์ ทักษิน
นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 4
รองอุปนายกฝ่ายสื่อสารองค์กร
สโมสรนักศึกษาแพทย์ศิริราช (สพศ.)

เดือนพฤษภาคมเป็นเดือนที่ร้อนระอุ แต่ขณะเดียวกันก็เริ่มมีเค้าลางของลมฝนที่พัดผ่าน เช่นเดียวกับสถานการณ์การเมืองไทยในตอนนี้ ที่สายลมแห่งการเปลี่ยนแปลงได้พัดให้สังคมไทยก้าวเข้าสู่การเปลี่ยนผ่านรัฐบาล โดยการเลือกตั้งในปี 66 นี้จัดขึ้นในวันอาทิตย์ที่ 14 พฤษภาคม ที่ผ่านมาถึงแม้จะมีอากาศที่ร้อนอบอ้าวหรือกระทั่งมีฝนตกในหลายพื้นที่ แต่การเลือกตั้งในครั้งนี้กลับมีผู้มาใช้สิทธิมากที่สุด ในประวัติศาสตร์ รวมไปถึงการมีประชาชนมากมายที่ติดตามผลการนับคะแนนอย่างใกล้ชิด นับเป็นการเปลี่ยนแปลงทางการเมืองไปในทิศทางที่ดีย่างหนึ่งเช่นกัน

นอกจากนี้ผลการเลือกตั้งยังออกมาสร้างความประหลาดใจไม่น้อย เพราะพรรคที่ได้จำนวน ส.ส. ไปมากที่สุดคือ “พรรคก้าวไกล” พรรคเสรีนิยมที่จัดตั้งพรรคได้เพียง 3 ปี และหนึ่งใน ส.ส. ของพรรคก้าวไกลที่ได้รับเลือกเข้าไปนั่งในสภาคือ หมอเก่ง หรือ นพ.วาโย อัศวรุ่งเรือง ซึ่งเป็นศิษย์เก่าคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลที่มีหลายบทบาททั้งการเป็นแพทย์ นักแสดง นักร้อง และบทบาทล่าสุดคือการเป็นนักการเมือง โดยการเป็น ส.ส. ในครั้งนี้จะถือเป็นครั้งที่สองในชีวิตของหมอเก่ง ประชาชนหลายคนจึงคาดหวังอยากให้หมอเก่งได้มาเป็นรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข เพื่อขับเคลื่อนและแก้ไขปัญหาของระบบสาธารณสุขไทย

อย่างไรก็ตาม ในการเลือกตั้งครั้งนี้แม้จะมีหลายพรรคการเมืองที่เสนอนโยบายที่มุ่งแก้ไข้ปัญหาของระบบสาธารณสุข แต่นโยบายอย่างหนึ่งที่แตกต่างของพรรคก้าวไกลคือนโยบายการควบคุมชั่วโมงการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์ เนื่องจากเป็นที่รู้กันมาตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันบุคลากรทางการแพทย์ในไทยถูกบีบให้มีชั่วโมงการทำงานที่สูงมาก แต่รัฐบาลที่ผ่านมาไม่เคยแม้แต่สังเกตเห็นถึงความสำคัญของปัญหานี้ ทั้งๆ ที่บุคลากรทางการแพทย์เองก็เป็นส่วนหนึ่งของระบบสาธารณสุขที่สมควรได้รับการแก้ไขเช่นกัน นโยบายดังกล่าวของพรรคก้าวไกลที่เสนอมາจึงเป็นหมุดหมายสำคัญที่สมควรผลักดันให้เกิดขึ้นได้จริงและควรผลักดันให้เกิดขึ้นได้ในเร็ววัน

ไม่เพียงแค่วันพฤษภาคมจะเป็นเดือนแห่งการเปลี่ยนผ่านของรัฐบาล แต่สายลมแห่งการเปลี่ยนแปลงยังพัดผ่านมาถึงบ้านริมน้ำแห่งนี้

อีกด้วย โดยนอกจากเดือนพฤษภาคมจะเป็นช่วงเปิดเทอมของนักศึกษาแพทย์หลายระดับชั้น ทำให้หลายคนต้องเริ่มปรับตัวเข้าสู่การเรียนในปีการศึกษาใหม่ที่ท้าทายกว่าเดิม ในเดือนนี้ยังเป็นช่วงการเปลี่ยนวาระของสโมสรนักศึกษาแพทย์ศิริราช (สพศ.) และในปีนี้ สพศ. ได้มีประเด็นหลักคือ Siriraj safe space ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสและสนับสนุนให้นักศึกษาแพทย์ได้มีพื้นที่ปลอดภัยในการมีส่วนร่วมในการทำงานและการทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อต่อยอดให้นักศึกษาแพทย์ศิริราชได้พัฒนาศักยภาพของตนเองทั้งด้านทักษะการทำงานและด้านวิชาการ

นอกจากนี้ สพศ. ยังมีการเปลี่ยนแปลงโครงสร้าง รวมไปถึงวิสัยทัศน์และเป้าหมายขององค์กร ซึ่งอุปนายก สพศ. ในปีนี้แบ่งออกเป็น 8 ฝ่าย ได้แก่ ฝ่ายวิชาการ, ฝ่ายกิจกรรมและชมรม, ฝ่ายพัฒนาบุคคล, ฝ่ายสื่อสารองค์กร, ฝ่ายบริหาร, ฝ่ายวิจัยและพัฒนา, ฝ่ายพัฒนาคุณภาพชีวิต และสุดท้ายคือฝ่ายเลขานุการ ซึ่งเป็นตำแหน่งใหม่ที่เพิ่มขึ้นจากปีที่แล้ว โดยฝ่ายเลขานุการจะมีหน้าที่ในการประสานงานเกี่ยวกับเอกสารให้จ่าย รวดเร็ว และถูกต้องมากยิ่งขึ้น เพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ผู้ทำโครงการ และถึงแม้แต่ละฝ่ายจะมีหน้าที่การทำงานและวัตถุประสงค์ของฝ่ายที่แตกต่างกัน แต่ทุกฝ่ายจะทำงานร่วมกันเพื่อให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์คือ “E pluribus unum” หรือที่แปลว่า “จากหลากหลายเป็นหนึ่ง” และเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ คือ

1. Inclusiveness : เพื่อให้ สพศ. เป็นของนักศึกษาแพทย์ศิริราชทุกคน
2. Sustainability : เพื่อสร้างองค์กรที่ยั่งยืนและมีผลลัพธ์อย่างเป็นรูปธรรม และ
3. Learning organization : เพื่อให้นักศึกษาทุกคนที่ทำงานกับ สพศ. ได้มีโอกาสเรียนรู้และเติบโต

ในปีการศึกษานี้ เชื่อว่าจะจะเป็นอีกปีที่เหล่านักศึกษาแพทย์ได้เติบโตและเรียนรู้สิ่งต่างๆ จากทั้งการเรียน และกิจกรรมต่างๆ รวมไปถึงเป็นอีกปีที่องค์กรนักศึกษาแพทย์ศิริราชจะได้พัฒนาไปในทิศทางที่ดีขึ้น โดยหากต้องการติดตามข่าวสารประชาสัมพันธ์ กิจกรรม และการดำเนินงานต่างๆ สามารถติดตามได้ทั้งทาง Facebook : สโมสรนักศึกษาแพทย์ศิริราช, Instagram : smsusiriraj

Flowchart ง่ายๆ ๆ จัดการด้วย draw.io

Flowchart หรือ พังงาน คือ เครื่องมือแสดงให้เห็นถึงแนวคิด ขั้นตอน หรือกระบวนการทำงาน โดยใช้แผนภาพ สัญลักษณ์ และข้อความเพื่ออธิบายขั้นตอนการทำงาน โดยเชื่อมโยงขั้นตอนเหล่านั้นด้วยลูกศรที่แสดงทิศทางการทำงานตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดกระบวนการ สามารถจัดทำ Flowchart ด้วยโปรแกรม Microsoft Office ต่างๆ เช่น Word, PowerPoint หรือ Visio แต่การจัดทำและการปรับแก้มักใช้เวลานาน จึงขอแนะนำการใช้ draw.io ในการสร้าง Flowchart ซึ่งเป็นเว็บแอปพลิเคชันสำหรับสร้างแผนภาพ (Diagram) ที่มีจุดเด่น คือ ใช้งานบนเว็บได้ฟรี โดยมีขั้นตอนการใช้งานเบื้องต้น ดังนี้

1 การเข้าใช้งาน draw.io

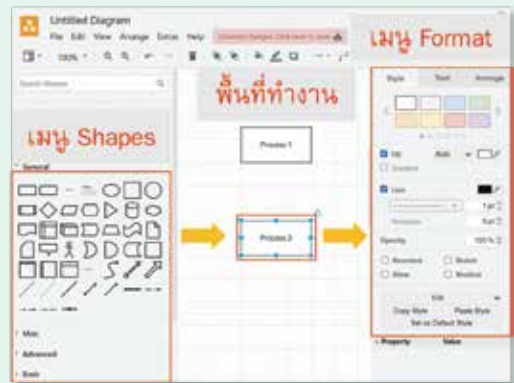
เข้าเว็บไซต์ draw.io สำหรับการเข้าใช้งานครั้งแรกให้เลือก Device เพื่อจัดเก็บไฟล์บนคอมพิวเตอร์ จากนั้นคลิก Create New Diagram แล้วเลือกรูปแบบที่ต้องการ คลิก Create จะแสดงหน้าต่างบันทึกไฟล์ ให้พิมพ์ชื่อไฟล์ที่ต้องการสร้าง และคลิกปุ่ม Save

- เมื่อต้องการแก้ไขไฟล์ที่เคยสร้างไว้ ให้เลือก Open Existing Diagram เพื่อเปิดไฟล์ที่ต้องการ
- หากต้องการใช้งานโปรแกรมแบบออนไลน์บนคอมพิวเตอร์ สามารถดาวน์โหลดโปรแกรมได้ที่ www.diagrams.net



2 สร้างสัญลักษณ์

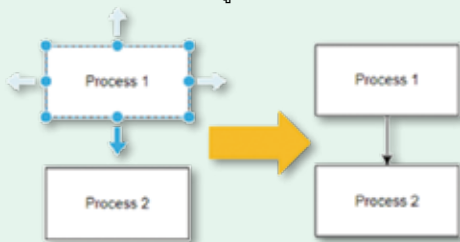
เมื่อเปิดไฟล์ จะแสดงหน้าจอจัดภาพ สามารถคลิกเลือกสัญลักษณ์ตามรูปแบบ ความหมาย และเงื่อนไขที่ต้องการ จากหมวดหมู่ในเมนู Shapes มาวางในพื้นที่ทำงาน และสามารถปรับแต่งสี ขนาด และข้อความของสัญลักษณ์ได้ในเมนู Format



3 สร้างลูกศรเชื่อมสัญลักษณ์

เมื่อวางเคอร์เซอร์บนสัญลักษณ์ จะแสดงลูกศร 4 ทิศทาง ให้คลิกเลือกตำแหน่งลูกศรที่ต้องการและลากไปยังสัญลักษณ์ถัดไป เพื่อกำหนดและเรียงลำดับขั้นตอนการทำงานจากบนลงล่าง และจากซ้ายไปขวา

- สามารถคลิกที่ลูกศรแล้วพิมพ์ข้อความบนลูกศรได้ โดยข้อความจะแสดงทับลูกศร



4 การบันทึกไฟล์และส่งออกเป็นรูปภาพ

เมื่อทำงานเสร็จสิ้นสามารถบันทึกไฟล์ โดยไปที่เมนู File -> Save หากต้องการส่งออกเป็นไฟล์ภาพ ทำได้โดยไปที่เมนู File -> Export as และเลือกประเภทของไฟล์ที่ต้องการ เช่น PNG, JPEG หรือ PDF เพียงเท่านี้จะได้ไฟล์ เพื่อนำไปใช้งานต่อไป



การใช้ Flowchart นำเสนอขั้นตอนการทำงาน จะช่วยให้เกิดความเข้าใจในกระบวนการทำงานแต่ละขั้นตอน และช่วยให้เห็นโอกาสในการพัฒนากระบวนการทำงานให้ดียิ่งขึ้น ทั้งนี้สามารถศึกษารายละเอียดการใช้งานโปรแกรม draw.io ในประเด็นอื่นๆ เพิ่มเติมได้จากสื่อการเรียนรู้ที่เผยแพร่ทางอินเทอร์เน็ต หากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการพัฒนากระบวนการทำงาน สามารถติดต่อได้ที่งานบริหารทรัพยากรสุขภาพ ตึกอำนวยการ ชั้น 1 โทร 98300 หรือ 98418 e-mail : sirirajum@mahidol.edu



โครงการสนับสนุนการพัฒนางานประจำสู่งานวิจัยระดับประเทศ
ขอแสดงความยินดีกับผลงานที่ได้รับรางวัล

R2R ดีเด่น

รายละเอียดเพิ่มเติมที่
www.r2rthailand.org



รางวัล แห่งความภูมิใจ ของผลงาน R2R ในระดับประเทศ

ชาว R2R ศิริราช ประกาศก้องให้
โลกรู้กันอีกแล้วกับผลการประกวดรางวัล
R2R ดีเด่น ซึ่งเป็นการประกวดผลงานวิจัย
R2R ในระดับประเทศ ซึ่งจัดโดยโครงการ
สนับสนุนการพัฒนางานประจำสู่งานวิจัย
ระดับประเทศ (R2R Thailand) ต้องบอก
เลยว่า กว่าจะได้รางวัล ต้องฝ่าฟันด่านหิน
มากมาย เพื่อพิสูจน์ผลงานเพราะฉะนั้น
เรื่องความสามารถ ความตั้งใจ และความ
พยายามของชาว R2R ศิริราช ไม่เป็น
สองรองใคร ต้องผ่านด่านหินจากผลงาน
ทั่วประเทศกว่า 690 เรื่อง โดยการตัดสิน
ผลงาน คณะกรรมการจะพิจารณาจาก
บทความย่อและนิพนธ์ต้นฉบับนับว่าผู้วิจัย
ต้องมีทักษะในการเขียนผลงานวิจัยให้เป็น
ที่ประทับใจในคุณภาพและคุณประโยชน์ของ
ผลงาน สำหรับปีนี้ ผลงานที่ได้รับรางวัล
R2R ดีเด่น มีจำนวนทั้งสิ้น 35 เรื่อง นักวิจัย
ชาวศิริราชคว้ารางวัลมาถึง 4 เรื่อง คิดเป็น
ร้อยละ 11.43 ของผลงานที่ได้รับรางวัล
สำหรับผลงานที่ได้รับรางวัลมีดังนี้

ประเภทผลงานตีพิมพ์

- “ผลของการเปลี่ยนอัตราการไหลของน้ำยาฟอกเลือดต่อ
ความเพียงพอของการฟอกเลือดในผู้ป่วยฟอกเลือดด้วย
เครื่องไตเทียมที่ใช้ตัวกรองซ้ำใน รพ.ศิริราช” โดย คุณวิภารัตน์
ศรีสุวรรณ และคณะฝ่ายการพยาบาล
- “การใช้เงินเขียนไวโอเล็ตทางช่องคลอดเพื่อลดอาการคัน
ในหญิงที่มีช่องคลอดอักเสบจากเชื้อราชนิดเฉียบพลัน”
โดย รศ.พญ.เจนจิต ฉายะจินดา และคณะ ภาควิชาสูติศาสตร์-
นรีเวชวิทยา

ประเภทผลงานระดับสนับสนุนบริหาร

- “Model of enhancing the research conducted by the
university medical staff: Participatory action research”
โดย รศ.ดร.พญ.อรุโณทัย ศิริอิศรกุล และคณะ ภาควิชา
วิสัญญีวิทยา

ประเภทผลงานนวัตกรรม/สิ่งประดิษฐ์

- “Simulation - based fetal shunting training”
โดย รศ.พญ.นิศารัตน์ ยมาภัย (พิทักษ์วัชระ) และคณะ
ภาควิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา

ขอแสดงความยินดีกับนักวิจัยทุกท่านด้วยนะคะ หากท่านใดที่กำลังอ่านอยู่และต้องการเดินในเส้นทางนี้ ขอให้ปรึกษากับ หน่วย R2R ศิริราช
และโทรมาได้ที่ 92661 - 5 นะคะ เพราะพวกเรารอช่วยสนับสนุน ส่งเสริม และเป็นกำลังใจให้นักวิจัยทุกท่านเสมอ

เตือน!

พบแอปอันตรายบน Play Store และมีมือถือ Android แอบเก็บข้อมูลการกดช้อกชอโมยเงิน ใครมีลบด่วน

จากรายงานของศูนย์ประสานงานด้านความมั่นคงปลอดภัย เทคโนโลยีสารสนเทศภาคธนาคาร (TB-CERT) รายงานว่า พบสองแอปพลิเคชันบน Play Store มีความผิดปกติ โดยมีการขออนุญาตเข้าถึง Accessibility Service เพื่อแอบฟังการพิมพ์หรือแอบดูรหัสผ่านของเราได้ และใช้ฟีเจอร์นี้บังหน้าจอรวบรวมข้อมูลการสัมผัสหน้าจอนำไปสู่การขโมยข้อมูลส่วนตัวและการเข้าถึงบัญชีธนาคารโดยสองแอปพลิเคชันที่เข้าข่ายอันตรายควรรีบลบทันที คือ aarntoteq กับ Accessibility Service Go

นอกจากนี้ หากได้รับลิงก์จากคนแปลกหน้าและให้ดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน ให้สงสัยไว้ก่อนว่าเป็นลิงก์อันตรายจากมิจฉาชีพ อย่าคลิกลิงก์เพื่อติดตั้งเด็ดขาด!

ทั้งนี้ สำหรับมือถือ Android ขอให้ตรวจสอบจากการเข้าถึงพิเศษ (ตัวช่วยการเข้าถึง) จากการตั้งค่า (Settings) บนมือถือ Android ตามขั้นตอนในภาพว่า ได้เผลอติดตั้ง 2 แอปพลิเคชันอันตรายนี้หรือไม่ หากพบว่าการติดตั้งให้ลบแอปพลิเคชันออกจากเครื่องทันทีเพื่อความปลอดภัย

วันที่เผยแพร่ 17 เมษายน 2566 TLP: CLEAR (2/2)

วิธีตรวจสอบมือถือ Android ถูกติดตั้งแอปฯ ถูกเงินหรือโม

ไปที่เมนูการตั้งค่า > แอปพลิเคชัน > จุดสามจุด (ขวาบน) > การเข้าถึงพิเศษ

หากตรวจสอบแล้วพบการติดตั้งแอปฯ เหล่านี้ให้รีบถอนการติดตั้ง

วิธีลบแอปฯ บนมือถือ Android

กรุณไปที่หน้าใน Google Play Store (บนขวา) > จัดการแอปฯ และอุปกรณ์ > จัดการ > เลือกแอปฯ ที่ต้องการลบ > ถอนการติดตั้ง

ดูเป็นเรื่องความมั่นคงปลอดภัย สร้างความมั่นใจ ให้ระบบคุ้มครองเงินกลาง
ภายใต้ สภามหาวิทยาลัย

วันที่เผยแพร่ 17 เมษายน 2566 TLP: CLEAR (1/2)

2 แอปฯ อันตรายบน Play Store "ถูกเงิน สอดแนม อ่านข้อความ" ลบทิ้งด่วน !!

Accessibility Service
ออกแบบมาเพื่อให้ผู้พิการสามารถใช้งานแอปพลิเคชันของ Android อย่างมีประสิทธิภาพ แต่อาจมีผู้ประสงค์ไม่ชอบธรรมแอบฝังการเชื่อมต่อร่วมกับแอปดูรหัสผ่านของเราได้

พบ 2 แอปฯ บน Google Play Store ที่มีการขออนุญาตเข้าถึง Accessibility Service เพื่อบังหน้าจอรวบรวมข้อมูลการสัมผัสหน้าจอนำไปสู่การขโมยข้อมูลส่วนตัวและการเข้าถึงบัญชีธนาคาร

ข้อแนะนำ

หากได้ส่งลิงก์จากคนไม่รู้จัก แล้วมีการให้ดาวน์โหลดแอปฯ ไปลองสับไว้ก่อนว่าเป็นลิงก์อันตรายจากมิจฉาชีพ ควรหลีกเลี่ยงการดาวน์โหลดและติดตั้ง

ดูเป็นเรื่องความมั่นคงปลอดภัย สร้างความมั่นใจ ให้ระบบคุ้มครองเงินกลาง
ภายใต้ สภามหาวิทยาลัย

Start with "WHY"

ดร.ธนัย ชรินทร์สาร

ที่ปรึกษาด้านการจัดทำยุทธศาสตร์
ของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล



คอลัมน์นโยบายและแผนฉบับที่แล้ว นำเสนอบทบรรยายของ ดร.ธนัย ชรินทร์สาร ที่ปรึกษาด้านการจัดทำยุทธศาสตร์ของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ได้อธิบายถึงความจำเป็น ความหมาย และเหตุผลว่า “ทำไมต้องทำยุทธศาสตร์” ซึ่งเมื่อตัดสินใจจะลงมือทำยุทธศาสตร์แล้ว ดร.ธนัย ได้นำเสนอ Framework ง่าย ๆ ที่ประกอบด้วย WHY, WHAT, และ HOW มาใช้ในการตั้งต้นการทำงาน จะทำให้เข้าใจได้ว่าทำไมต้องทำเรื่องนี้? สิ่งนี้คืออะไร? และจะทำได้อย่างไร?



โปรดติดตามแนวคิด "WHAT" และ "HOW" ได้ ในฉบับต่อไป



เมื่อเราเริ่มต้นด้วยคำว่า “WHY” หรือ “ทำไมต้องมียุทธศาสตร์” นั้นเพราะเป็นจุดเริ่มต้นของคนหรือองค์กรที่ต้องการความสำเร็จที่ได้กำหนดเป้าหมายและทิศทางในการขับเคลื่อนเพื่อให้บรรลุผลในระยะยาว ซึ่งเมื่อเราพูดถึง “ความสำเร็จ” จะมีคำว่า “ยุทธศาสตร์” เข้ามา ในขณะที่องค์กรเป็นการอยู่ร่วมกันของกลุ่มคนที่มีอุดมการณ์เดียวกัน เมื่อรวมตัวกันจึงมีจุดประสงค์เพื่อจะสร้างความสำเร็จบางประการร่วมกัน นอกจากนี้ยังมีคำถามที่น่าสนใจว่า “องค์กรที่ประสบความสำเร็จจะทำอย่างไรให้สามารถรักษาความสำเร็จไว้ได้อย่างยั่งยืน”

พบว่า มี 2 สาเหตุที่ต้องคำนึงถึง สาเหตุแรกคือ “ที่ใดมีความสำเร็จที่นั่นย่อมมีคู่แข่ง” ไม่ว่าจะเป็นองค์กรภาครัฐ เอกชน หรือกระทั่งมหาวิทยาลัย ดังนั้นคู่แข่งจึงเป็นอีกปัจจัยที่ต้องจับตามองและทำความเข้าใจ โดยองค์กรจะต้องดำเนินการใดๆ ก็ตามเพื่อให้สามารถนำหน้าหรือเหนือกว่าคู่แข่งและรักษาความเป็นผู้นำไว้

สาเหตุที่สองคือ “โลกเปลี่ยน” หากต้องการความสำเร็จอย่างยั่งยืนเราต้องเข้าใจโลก ต้องยอมรับและเข้าใจบริบทการเปลี่ยนแปลงของโลก แม้จะเป็นสิ่งที่ไม่ชอบ หรือเป็นภัยหรือกระทั่งเปลี่ยนแล้วแย่ง แต่ต้องยอมรับและปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงนี้ ถ้าจะให้ดีกว่านั้น หากสามารถคาดการณ์การเปลี่ยนแปลงของโลกได้ ยังมีโอกาสที่จะทำให้ประสบความสำเร็จเหนือผู้อื่น เช่นเดียวกับกับ “ศิริราช” ที่จำเป็นต้องคาดการณ์การรักษาโรคในอนาคต งานวิจัยในภายหน้าที่เป็นที่ต้องการ นวัตกรรมที่บอกว่าจะทำให้เกิด World Changer ภายใต้เงื่อนไขที่ว่ายังไม่มีใครคิดถึงหรือทำได้ จะต้องเป็นอย่างไร “ทั้งหมดคือการมองไปข้างหน้า” ไม่ใช่มองแค่เปลี่ยนวันนี้ แต่ต้องมองไปถึงการเปลี่ยนแปลงในอนาคตแล้วเริ่มทำตั้งแต่ตอนนี้

ดังนั้น ยุทธศาสตร์ที่ดีไม่ใช่แค่ทำปัจจุบันให้ดี หรือแก้ไขปัญหาในอดีต แต่จะมีองค์ประกอบที่จะนำไปสู่ความสำเร็จในอนาคต อย่างไรก็ตาม ความสำเร็จเป็นเรื่องเชิงเปรียบเทียบ มาตรฐานวัดความสำเร็จจากผลงานในอดีตอาจไม่เพียงพอ แต่ต้องเปรียบเทียบกับคู่แข่งควบคู่ด้วย เพราะความสำเร็จอย่างยั่งยืนคือหัวใจสำคัญของสาระยุทธศาสตร์ ถ้าใครไม่ต้องการเรื่องความสำเร็จอย่างยั่งยืน...ไม่ต้องคุยถึงเรื่องยุทธศาสตร์



วัฒนธรรมศิริราช

วัฒนธรรมอันดีงามจากรุ่นสู่รุ่น



วัฒนธรรมศิริราช ประกอบด้วย

Seniority

- รักกันดุจพี่น้อง
 1. ความเป็นพี่เป็นน้อง (Brotherhood)
 2. กัลยาณมิตร (Good Friend)
 3. สอน แนะนำ และให้กำลังใจ (Coaching & Feedback)
 4. ร่วมแรง ร่วมใจ (Unity, Spirit, Teamwork)
 5. เรียนรู้ร่วมกันทั้งในระดับองค์กรและรายบุคคล (Learning)
 6. แบ่งปันเสริมพลัง (Sharing & Empowerment)

Responsibility

- รับผิดชอบ มีประสิทธิภาพ ตรงต่อเวลา
 1. มุ่งมั่นทุ่มเท (Dedication)
 2. มั่นคงต่อพันธสัญญา (Commitment)
 3. รับผิดชอบและรับชอบ (Accountability)
 4. ตรงต่อเวลา การบริหารเวลา (Timeliness & Time Management)
 5. มุ่งเน้นผลลัพธ์ และสร้างคุณค่า (Result-focused & Value-added)
 6. มีประสิทธิผลและประสิทธิภาพ (Efficacy & Efficiency)

Respect

- ให้เกียรติ เอาใจเขามาใส่ใจเรา
 1. ให้เกียรติกัน (Honoring Others)
 2. เอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy)
 3. เห็นคุณค่าของคนทุกระดับ (Value on People)
 4. เปิดเผย จริงใจ (Sincerity)
 5. มีกาลเทศะ (Tactfulness)
 6. สร้างพลังจากความแตกต่าง (Synergy)

Journey to excellence and sustainability

- มุ่งมั่นพัฒนาสู่ความเป็นเลิศอย่างยั่งยืน
 1. นำอย่างมีวิสัยทัศน์ (Visionary Leadership)
 2. มุ่งสู่ความเป็นเลิศ (Being the Best)
 3. ยืดหยุ่น คล่องตัว (Flexibility & Agility)
 4. มุ่งเน้นอนาคตที่ยั่งยืน (Future & Sustainability-focused)
 5. พัฒนาอย่างเป็นระบบ (System Perspective)
 6. พากเพียรสร้างคุณค่าอย่างต่อเนื่อง (Perseverance to Increase Value)

Integrity

- ซื่อสัตย์ ถูกต้อง เชื่อถือได้
 1. ซื่อสัตย์ (Honesty)
 2. ถูกต้อง แม่นยำ (Accuracy)
 3. เชื่อถือได้ (Trustworthy)
 4. โปร่งใส มีคุณธรรม (Ethics & Morale)
 5. มีวินัย (Self-disciplined)
 6. ใช้ข้อมูลจริงในการทำงาน (Management by fact)

Innovation

- คิดสร้างสรรค์
 1. เปิดกว้าง รับฟัง (Open-minded)
 2. ใฝ่รู้ ใฝ่ศึกษา (Eager to Learn)
 3. พัฒนาต่อเนื่อง (CQI)
 4. คิดสร้างสรรค์ (Creativity)
 5. กล้าที่จะคิด ทำ และเปลี่ยนแปลง (Courage)
 6. ริเริ่ม ทดลองทำงานที่ยากและท้าทาย (Challenge)

Altruism

- คำนึงถึงประโยชน์ของผู้อื่นและส่วนรวมเป็นที่ตั้ง
 1. เสียสละ ไม่เห็นแก่ตัว (Sacrifice Oneself & Unselfish)
 2. มีความสุขจากการเป็นผู้ให้ (Generous Giver)
 3. ใส่ใจบริการด้วยใจจริง (Service-minded)
 4. ผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง (Customer-focused)
 5. รับผิดชอบต่อสังคม (Social Responsibility)
 6. รู้จักพอเพียง (Self Sufficiency)

สวัสดิราชศิริราชทุกท่าน เข้าสู่เดือนมิถุนายนแล้วนะคะ
สำหรับฉบับนี้ทีมงานวัฒนธรรมศิริราช
ขอนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับจรรยาบรรณบุคลากร
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ในหัวข้อ



บุคลากรคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล พึงมีจรรยาบรรณต่อตนเอง เนื้อหามีดังต่อไปนี้ค่ะ

- ๑ ยึดมั่นในระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข
- ๒ ยึดมั่นในค่านิยม ปณิธาน ปรัชญา พันธกิจ คำขวัญของคณะ และของมหาวิทยาลัย
- ๓ เป็นผู้มีความซื่อสัตย์ และปฏิบัติตามข้อบังคับของมหาวิทยาลัย และประกาศของคณะอย่างเคร่งครัด
- ๔ ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความซื่อสัตย์และไม่แสวงหาประโยชน์โดยมิชอบ ในกรณีที่วิชาชีพใดมีจรรยาบรรณวิชาชีพกำหนดไว้ ก็พึงปฏิบัติตามจรรยาบรรณวิชาชีพนั้นด้วย
- ๕ มีแนวคิดที่ดี และพัฒนาตนเองให้มีคุณธรรม จริยธรรม รวมทั้งเพิ่มพูนความรู้ความสามารถ ทักษะในการทำงาน เพื่อให้การปฏิบัติหน้าที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลยิ่งขึ้น สอดคล้องกับวัฒนธรรมศิริราช
- ๖ อุทิศตนในการปฏิบัติงานตามหน้าที่อย่างเต็มกำลัง ความสามารถ ตรงต่อเวลา และใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ ต่องานคณะอย่างเต็มที่ ไม่ละทิ้งหน้าที่ไปโดยไม่มีเหตุผลอันสมควร หรือปฏิบัติงานในหน้าที่ล่าช้า เกินระยะเวลาที่กำหนดในกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ หรือโดยไม่มีเหตุอันสมควร
- ๗ เคารพและไม่ละเมิดทรัพย์สินทางปัญญาของผู้อื่น โดยไม่นำผลงานทางวิชาการของผู้อื่น ไม่ว่าจะนำมาทั้งหมดหรือเพียงบางส่วน หรือนำเอามาทำใหม่ด้วยตนเอง หรือว่าจ้างให้ผู้อื่นทำให้ โดยมีการแก้ไข ดัดแปลง หรือ ปรับปรุงใหม่ แล้วเสนองานหรือผลงานนั้นเป็นของตนเองโดยมิชอบ โดยปกปิดข้อเท็จจริงที่ควรบอกให้ชัดแจ้ง
- ๘ ไม่คัดลอกหรือนำผลงานของตนเองที่เหมือนเดิม หรือเกือบเหมือนเดิมหรือนำมาเพียงบางส่วน กลับมาใช้อีกครั้งหนึ่ง โดยไม่มีการอ้างถึงผลงานเดิมของตน
- ๙ ไม่กระทำการปกปิด บิดเบือน หรือทำให้ผิดไปจากความจริงโดยการตัดทอน หรือเพิ่มเติม หรือดัดแปลง ประูณแต่งแก้ไขข้อมูล ข้อความ หรือการปฏิบัติอื่นใด ในกระบวนการวิจัยและรายงานข้อค้นพบจากการวิจัย เพื่อให้เป็นไปตามข้อสรุปที่นักวิจัยต้องการ
- ๑๐ ไม่สร้างข้อมูลเท็จ โดยใช้ข้อมูลที่ไม่ได้เก็บรวบรวมมาจริงจงใจปั้นแต่งข้อมูลให้ผิดไปจากความจริงที่พบจากการวิจัย การหลีกเลี่ยงที่จะนำเสนอเรื่องหรือสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง



ศิริราชร่วมพิธีเปิด "China-ASEAN Science and Technology Cooperation Center for Public Health"

เมื่อวันที่ 25 เม.ย. 66 รศ. นพ.ประภัทร วานิชพงษ์พันธุ์ รองคณบดีฝ่ายสื่อสารองค์กร และวิเทศสัมพันธ์ ในฐานะผู้แทนของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล เข้าร่วมพิธีเปิดงาน "China-ASEAN Science and Technology Cooperation Center for Public Health" ณ มหาวิทยาลัยปักกิ่ง สาธารณรัฐประชาชนจีน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการแลกเปลี่ยนและความร่วมมือด้านการดูแลสุขภาพ การวิจัยด้านสุขภาพระดับโลก และการแลกเปลี่ยนการวิจัยระหว่างสถาบันด้านการดูแลสุขภาพในประเทศไทยและจีน

สมาคมการศึกษา ด้านการระงับปวดนานาชาติ (IASP) เยือนศิริราช

เมื่อวันที่ 28 เม.ย. 66 รศ.นพ.ประภัทร วานิชพงษ์พันธุ์ รองคณบดีฝ่ายสื่อสารองค์กร และวิเทศสัมพันธ์ พร้อมด้วย รศ. พญ.อรอุมา ชัยวัฒน์ รองหัวหน้าภาควิชาวิสัญญีวิทยา และ รศ.นพ.นันทสรณ์ ลิขิตจันบุญณยะกุล หัวหน้าหน่วยระงับปวด รพ.ศิริราช เข้าร่วมต้อนรับคณะผู้บริหารจากสมาคมการศึกษาด้านการระงับปวดนานาชาติ (The International Association for the Study of Pain: IASP) นำโดย ศ.พญ.แคทเธอริน บูชนอลล์ ประธานสมาคมการศึกษาด้านการระงับปวดนานาชาติ และ ศ.นพ.แอนดรูว์ ไรซ์ ในการมาเยือนคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล เพื่อเสวนาด้านความร่วมมือทางการศึกษาด้านการระงับปวด โดยคณะอาคันตุกะได้เข้าเยี่ยมชมหน่วยระงับปวด โรงพยาบาลศิริราช และสถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์เป็นการปิดท้าย





ร้านบ้านตะวัน

จำหน่ายขนมไทย เช่น ขนมถ้วย
ขนมต้ม ข้าวต้มมัดทอดเสื่อ
สามเกลอ และฝรั่ง

สนใจสั่งซื้อได้ที่
โทร. 092 9980905 คุณเมย์



"นึกถึงข้าวเกรียบปลาอร่อย คิดถึงตากะยาย"



พบกันได้ที่ ตลาดน้ำตลิ่งชัน
ทุกวันเสาร์และอาทิตย์
เวลา 8.00-14.00 น.
บริเวณโซนถนนคนเดิน

สนใจสั่งซื้อได้ที่
โทร. 081-3146380,
092-6329656
หรือ line : paker5012

กระเป๋าไหมพรมยักซ์ Handmade ถักด้วยมือ

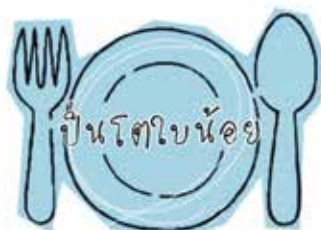


สินค้า Pre-order แกรมปอมปอม น่ารักทุกใบ มี 2 ขนาด

- ไหมกำมะหยี่ กว้าง 11.5 นิ้ว (30 cm) สูง 8 นิ้ว (18 cm)
ปากกระเป๋า 6 นิ้ว (10.5 cm)
- ไหมปกติ กว้าง 10.5 นิ้ว (26 cm) สูง 9 นิ้ว (23 cm)
ปากกระเป๋า 6.5 นิ้ว (16 cm)

ราคา : สายสะพายสั้น ไหม 600 กรัม ราคา 399 บาท
สายสะพายข้าง ไหม 800 กรัม ราคา 499 บาท

สนใจสั่งซื้อได้ที่
facebook : aorn sim , Line : aorn 23



อาหารสุขภาพ พร้อมส่งเดลิเวอรี่ถึงที่ สาย Healthy

ร้านปิ่นโตใบน้อย
จำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ
สลัดโรล , สุกีโรล ,
สันในไก่ทอด/ต้ม
สนใจสั่งซื้อได้ที่
Line : Jum15991
Facebook : เรวดี ศาลาศัย
โทร. 096 2705935



เครื่องประดับ สำหรับผิวแพ้ง่าย

แบรนด์ Nantich Jewelry



- ควบคุมการผลิตโดยคุณหมอ
- ปลอด Nickel และสารก่อการแพ้
- ใช้สเมาย โม่ระคายผิว
เด็กๆ ใส่ปลอดภัย
- แบบสวยงามหลากหลายสไตล์

สนใจสั่งซื้อได้ที่
Facebook Fanpage :
Nantich Jewelry
เครื่องประดับสำหรับผิวแพ้ง่าย

ขอเชิญชวนชาวศิริราชส่งผลงานเรื่องเล่าเข้าร่วมประกวด

KM Award 2023

เรื่องเล่าสร้างแรงบันดาลใจ
KM Inspiration
ภายใต้หัวข้อ
KM ใคร ๆ ก็ทำได้

หมดเขตส่งผลงาน
30 มิถุนายน 2566

● งานจัดการความรู้ ขอเชิญชวนชาวศิริราชผู้สนใจร่วมส่งผลงานเข้าประกวด KM Award 2023 เรื่องเล่าสร้างแรงบันดาลใจ KM Inspiration ภายใต้หัวข้อ “KM ใคร ๆ ก็ทำได้” ส่งผลงานได้ตั้งแต่วันที่ 30 มิ.ย. 66 ซึ่งเงินรางวัล 2,000 บาท พร้อมใบประกาศนียบัตรประกาศผลรางวัล วันที่ 20 ก.ค. 66 ผ่าน www2.si.mahidol.ac.th/km สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ งานจัดการความรู้ โทร. 02 419 9009 (คุณสุดารัตน์, คุณปารวี), Facebook : Sirirajkm, E-mail : sirirajkm@gmail.com, www2.si.mahidol.ac.th/km/inspirationaward/21670/



** ขอสงวนสิทธิ์เฉพาะบุคลากรในสังกัด คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล (โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์ ศูนย์การแพทย์กาญจนาภิเษก และศูนย์วิทยาการเวชศาสตร์ผู้สูงอายุศิริราช) เท่านั้น



● ร่วมยินดีกับบัณฑิตใหม่ งานการศึกษาระดับหลังปริญญา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล จัดพิธีมอบประกาศนียบัตรแก่แพทย์ประจำบ้านผู้สำเร็จการฝึกอบรมตามหลักสูตรทุกสาขาวิชา ประจำปีการศึกษา 2565 ในวันที่ 26 มิ.ย. 66 เวลา 13.00 - 15.00 น. ณ ห้องประชุมราชบัณฑิตยสถาน อาคารศรีวรินทร์ รพ.ศิริราช (เริ่มลงทะเบียนได้ตั้งแต่เวลา 13.00 - 13.30 น.) สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ งานการศึกษาระดับหลังปริญญา โทร. 02 419 6405-6 หรือ E-mail : sigradgrf@gmail.com

ขอเชิญชวนเข้าร่วมโครงการ
การศึกษาแบบติดตามไปข้างหน้า
ในผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบเรื้อรังในประเทศไทย

คุณมีอาการจมูกอักเสบเรื้อรัง ได้แก่
น้ำมูกไหล คัดจมูก จาม คันจมูก
เป็นๆ หายๆ มากกว่า 6 เดือน
หรือไม่ ?

MOU Project
Multicenter Study

SIAT/2024
1/10/25

● ขอเชิญชวนผู้สนใจเข้าร่วมโครงการ “การศึกษาแบบติดตามไปข้างหน้า ในผู้ป่วยโรคจมูกอักเสบเรื้อรังในประเทศไทย”

เกณฑ์การคัดเลือกอาสาสมัคร

- อายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป
- มีอาการจมูกอักเสบเรื้อรัง ได้แก่ น้ำมูกไหล คัดจมูก จาม คันจมูก เป็นๆ หายๆ มากกว่า 6 เดือน
- สามารถตอบแบบสอบถาม แบบบันทึกอาการประจำวัน และกลับมาพบแพทย์ตามนัดหมายได้
- ไม่เป็นโรคไซนัสอักเสบ ริดสีดวงจมูก หรือ โพรเจกต์คอคคแบบรุนแรง
- ไม่อยู่ในระหว่างตั้งครรภ์หรือให้นมบุตร

ผู้สนใจสมัครหรือสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ คุณอรไท เทียนแก้ว โทร. 085 8454320, Line ID : 0858454320



คณะกรรมการศิริราชพยาบาล
มหาวิทยาลัยมหิดล

ประกาศตารางเยี่ยมยืนยัน

โครงการติดตาม ประจำปี 2566

ระหว่างวันที่ 22 พ.ค.-30 มิ.ย.66

● งานพัฒนาคุณภาพ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ขอประกาศรายชื่อหน่วยงาน / นวัตกรรม ที่ผ่านคุณสมบัติผลงานที่เสนอขอรับการประเมินรางวัลโครงการติดตาม ประจำปี 2566 พร้อมกำหนดการเยี่ยมยืนยัน (verify) ระหว่างวันที่ 22 พ.ค. - 30 มิ.ย. 66 โดยสามารถดาวน์โหลดตารางเยี่ยมและ template การนำเสนอผลงานประเภทนวัตกรรมได้ที่ www.si.mahidol.ac.th/th/division/soqd/news_detail.asp?id=1099 ติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ งานพัฒนาคุณภาพ ตึกอำนวยการ ชั้น 1 โทร. 0 2419 98764 ต่อ 104



● งานคุณธรรมและจริยธรรม คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล ขอเชิญชวนเข้าร่วมปฏิบัติธรรมเจริญสติ ฝึกทำสมาธิ ในกิจกรรม “ศิริราชปฏิบัติบูชา ถวายแด่พระมหากษัตริย์ราช และผู้ทรงมีคุณูปการต่อแผ่นดินไทย ประจำปีงบประมาณ 2566” ตั้งแต่เดือน พฤษภาคม - กันยายน 2566 โดยกำหนดจัดในวันที่ 28 มิ.ย. 66 เวลา 09.00 - 15.00 น. ณ หอประชุมราชแพทยาลัย รพ.ศิริราช ผู้ที่สนใจสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตามเวลาที่ท่านสะดวก โดยไม่จำเป็นต้องเข้าปฏิบัติทั้งวัน การแต่งกาย สวมชุดนักเรียน/นักศึกษา, ชุดปฏิบัติงาน, ชุดสุภาพ สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ งานคุณธรรมและจริยธรรม ตึกชัยนาทนเรนทรานุสรณ์ ชั้น 1 โทร. 0 2419 9294 (ในวันเวลาราชการ)



ศูนย์รับเลี้ยงและพัฒนาเด็กศิริราช
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

เปิดรับสมัคร

เด็กเข้ารับบริการ : รอบ 4/2566

กรกฎาคม - กันยายน 2566



● ศูนย์รับเลี้ยงและพัฒนาเด็กศิริราช เปิดให้บริการรับเลี้ยงบุตรของบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล อายุ 3 เดือน - 3 ปี โดยเปิดรับสมัครบุตรของบุคลากร ที่มีอายุ 3 - 11 เดือน เข้ารับบริการเลี้ยงดูในรอบเดือนกรกฎาคม - กันยายน 2566 จำนวนรวม 15 คน ผู้ที่สนใจสมัครและดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.si.mahidol.ac.th/th/division/daycare/ สอบถามโทร. 0 24 19 5722, 97626 ทุกวันจันทร์ - ศุกร์ ตั้งแต่เวลา 09.00 - 14.00 น.



● ขอเชิญผู้มีจิตศรัทธาที่บริจาคจอบบูชาพระพุทธรูปเมตตาศิริราชคุณากรสมทบทุนสร้างศูนย์วิทยุการเวชศาสตร์ผู้สูงอายุศิริราช จังหวัดสมุทรสาคร ที่จองสว่างหน้าไว้เรียบร้อยแล้ว นำหลักฐานใบจอบมาแสดงแก่เจ้าหน้าที่เพื่อรับพระพุทธรูปเมตตาศิริราชคุณากรได้ในระหว่างวันที่ 6 - 18 มิ.ย. 66 (ยกเว้นวันอาทิตย์) ตั้งแต่เวลา 09.30 - 15.30 น. ณ อาคารชัยนาทนเรนทรานุสรณ์ ชั้น 1 รพ.ศิริราช สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ งานกิจการพิเศษและองค์กรสัมพันธ์ โทร. 0 2414 1555, 0 2414 1888 (ในวันเวลาราชการ)



ศูนย์รับเลี้ยงและพัฒนาเด็กศิริราช มหาวิทยาลัยมหิดล

จับฉลาก รับรางวัล

(ทุกฉลากเป็นรางวัล)

เพียงตอบแบบสอบถามทางสุขภาพครบทุกข้อ หรือเข้าร่วมกิจกรรมที่ศูนย์เรียนรู้สร้างเสริมสุขภาพะครบทุกโซน สุขภาพพัฒนา by ศิริราช ก็รับรางวัลได้เลย ร่วมสนุกได้ตั้งแต่วันที่ 30 มิ.ย. 66 สแกน QR Code สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ งานสร้างเสริมสุขภาพ โทร. 0 2419 9981 โปรดนำหลักฐานการตอบแบบสอบถามและบัตรบุคลากร แสดงแก่เจ้าหน้าที่ศูนย์เรียนรู้ เพื่อติดต่อรับของรางวัล

● งานสร้างเสริมสุขภาพ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล ขยายเวลาส่งต่อความสุข ง่ายๆ เพียงตอบแบบสอบถามทางสุขภาพครบทุกข้อและเข้าร่วมกิจกรรมที่ศูนย์เรียนรู้สร้างเสริมสุขภาพะครบทุกโซน สุขภาพพัฒนา by ศิริราช ก็รับรางวัลได้เลย ร่วมสนุกได้ตั้งแต่วันที่ 30 มิ.ย. 66 สแกน QR Code สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ งานสร้างเสริมสุขภาพ โทร. 0 2419 9981 โปรดนำหลักฐานการตอบแบบสอบถามและบัตรบุคลากร แสดงแก่เจ้าหน้าที่ศูนย์เรียนรู้ เพื่อติดต่อรับของรางวัล



อีกรูปแบบประชุมวิชาการกับ
"ศิริราชวิชาการ SICMPH 2023"
ภายใต้แนวคิด 3 INs ไม่อยาก Out...Check in ISB

Check in formation
novation tegration



● ฉึกรูปแบบการประชุมวิชาการ "ศิริราชวิชาการ SICMPH 2023" คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล ขอเชิญชวนแพทย์พยาบาล บุคลากรทางการแพทย์และผู้ที่เกี่ยวข้องเข้าร่วม งานประชุมวิชาการนานาชาติด้านการแพทย์และสาธารณสุข ประจำปี 2566 Siriraj International Conference in Medicine and Public Health (SICMPH 2023) ภายใต้แนวคิด 3 Ins : Information พบกับ ความรู้ ความก้าวหน้า งานวิจัย และนวัตกรรมต่างๆ ด้านการแพทย์และสาธารณสุข, Innovation การเรียนแพทย์แบบสหสาขาและข้ามศาสตร์, Integration การผสมผสานความรู้ด้านการแพทย์และสาธารณสุขเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ ในวันที่ 19 - 23 มิ.ย. 66 ณ อาคารศรีสวรินทิราพ.ศิริราช สอบถามเพิ่มเติม โทร.0 2419 2673-8 (ในวันเวลาราชการ) ติดตามรายละเอียดได้ที่ Facebook : sirirajconference ถ้าไม่อยาก Out...Check in เลย www.sicmph.com



● งานหอสมุดศิริราช ขอเชิญชวนเข้าใช้งานวารสารอิเล็กทรอนิกส์ "NEJM Evidence" วารสารใหม่ ในเครือ NEJM Group (The New England Journal of Medicine) เพื่อใช้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม สำหรับการศึก การวิจัย และงานบริการในการดูแลผู้ป่วยให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ร่วมบอกรับเป็นสมาชิกในปีงบประมาณ 2566 โดย คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล และคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล เข้าใช้งานโดยการยืนยันตัวตนผ่านระบบ EZproxy (login ด้วย Mahidol internet account) Shortcut URL: <https://bit.ly/3on1GIT> ติดต่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมที่ นางสาวบงกช ประกิตติกุล งานหอสมุดศิริราช E-mail: bongkoch.pra@mahidol.edu โทร. 02-419-7635

● ฝ่ายทรัพยากรบุคคล ร่วมกับ หน่วยตรวจสุขภาพบุคลากร ภา.เวชศาสตร์ป้องกันและสังคม ได้มีการพัฒนารายงานผลตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากรออนไลน์ ผ่าน Application Si vWork (Si-eHR Portal) เพื่อให้บุคลากรได้ทราบรายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปีของตนเอง และขอยกเลิกการรายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี ในรูปแบบสมุดสุขภาพ (สีส้ม) ตั้งแต่วันที่บุคลากรเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี วันที่ 8 พฤษภาคม 2566 เป็นต้นไป

ละครเวทีรอบการกุศล



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

พฤษภาท เดือนมิถุนายน



วันศุกร์ที่ 23 มิถุนายน 2566

เวลา 19.30 น.

กำกับการแสดงโดย

กมลเกียรติ วีรวรรณ

เมืองไทยรับตาสลี่ยเดี่ยว

รายได้สมทบทุนสร้าง

ศูนย์วิทยาการเวชศาสตร์ผู้สูงอายุศิริราช

ต้นแบบการดูแลผู้สูงอายุ เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างยั่งยืน

เปิดขายบัตรแล้ววันนี้

- โทรทศเกิดเมเจอร์ ทุกสาขา โทร. 02-262-3456



SCAN ๑๑๑๑ QR CODE



กรุณาส่ง

ชำระค่าฝากส่งเป็นรายเดือน
ใบอนุญาตนเลขที่ 2/2523
ไปรษณีย์ศิริราช

เหตุขัดข้องที่นำจ่ายไม่ได้

- จำนวนไม่ชัดเจน
- ไม่มีเลขที่หน้าตามจำหน่าย
- เลิกกิจการ
- ย้ายไม่ทราบที่อยู่ใหม่
- อื่นๆ
- ลงชื่อ.....

สแกน QR Code เพื่ออ่านวารสาร
ในรูปแบบ E-Book
ได้ทุกที่ ทุกเวลา

