



ศูนย์เรียนรู้ สร้างเสริมสุขภาวะ: sw. ศิริราช

สุขภาพ วัฒนะ



ถอดรหัสสุขภาวะ...สู่อายุวัฒนะ

เปิดบริการ ทุกวันจันทร์ - เสาร์
เวลา 09.00 - 17.00 น. (ปิดทุกวันอาทิตย์)

ชั้น G โรงพยาบาลศิริราช
อาคารนวมินทร์บพิตร ๘๕ พรรษา
โดย งานสร้างเสริมสุขภาพ
ร่วมกับฝ่ายการพยาบาล
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล



แนะนำนิทรรศการ

#สุขภาพวัยฉกรรจ์ #ถอดรหัสสุขภาพวัยฉกรรจ์

แนวคิดของนิทรรศการ คือ “การรู้เท่าทันธรรมชาติของร่างกาย และเข้าใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว จะนำไปสู่การออกแบบวิถีชีวิตที่สมดุลและมีสุขภาพวัยฉกรรจ์” (https://www.youtube.com/watch?v=vDZbfE0OW_Y)

สุขภาพวัยฉกรรจ์ เป็นคำใหม่ที่ผสมขึ้นจากคำว่า

- สุขภาพวัยฉกรรจ์ (การมีสุขภาพดีในทุกๆด้าน กาย ใจ สังคม ปัญญา)
- อายุวัยฉกรรจ์ (การมีอายุยืน)

รวมความหมายของนิทรรศการว่า "การมีสุขภาพดีเสมือนมีอายุวัยฉกรรจ์"

แนะนำนิทรรศการ

การจัดแสดง :

แบ่งการนำเสนอออกเป็น 9 โซน โดย
ผสมผสานเทคโนโลยีหลากหลาย

มุ่งใช้ความสนุกสนานสร้างประสบการณ์ที่
ประทับใจในการเรียนรู้ด้านสุขภาพ



แนะนำนิทรรศการ

zone:3
ส่องกล้อง 3D

โซน Virtual Reality เป็นการสร้างภาพจำลองการเกิดโรคต่างๆ ในร่างกาย ให้คุณสามารถเห็นได้อย่าง**สมจริงด้วย VDO VR**

zone:4
ฉายโรคร้าย กลายสังขยา

โซนนี้จะฉายการเกิดขึ้นของโรคต่างๆ ลงไปยังหุ่นจำลอง ให้คุณสามารถเห็นภาพและเปรียบเทียบร่างกายตัวเองได้มากขึ้น

zone:5
หุ่นจำลอง ไร้สายอินโฟ

โซนเทคโนโลยี Object Recognition เมื่อคุณวางอาหารจำลองลงไป ระบบจะทำการประมวลผล และขึ้นแสดง Infographic เสาข้อมูลต่างๆ ทั้งประโยชน์และโทษของอาหารจำลองนั้นๆ

zone:6
ขยายสูง ดั่งจริง

โซนมีการตรวจความรุนแรงหน้าอกมาด้อย่อม โดยใช้จอเป็นระบบสัมผัสให้คุณสามารถเลือกดูได้ทั้งวิดีโอทัศน์ และบทความเกี่ยวกับสุขภาพ

zone:7
วินิจฉัย-ระลอก

โซนนี้จะใช้เครื่องมือวัดอายุร่างกาย ที่คุณสามารถตั้งเพื่อดูว่าร่างกายของคุณ ว่ามีความสามารถในการเผาผลาญเท่ากับคนอายุเท่าไร ซึ่งจะเป็นแนวทางในการเริ่มต้นดูแลสุขภาพตัวเอง และสิ่ง **1 ข้อก็คือ...เราจะพาคุณไปเห็นใบหน้าใน 20 ปีข้างหน้า** ว่าจะเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมมากน้อยแค่ไหน พร้อมแชฟกลับมาเป็นประวัติ-สีกได้อีกด้วย

zone:8
ตอบปัญหาสุขภาพ

ก่อนกลับ จะเป็นโซนทดสอบความรู้ความเข้าใจ **เกี่ยวกับสุขภาพ** เล็กๆน้อยๆ ให้คุณได้ร่วมสนุก รวมทั้งสามารถประเมินความพึงพอใจเกี่ยวกับงานได้อีกด้วย



เนื้อหาความรู้

นิตรรศการที่รวบรวมองค์ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพของ
คณะฯ เผยแพร่สู่ประชาชน โดยสอดคล้องทิศทางการ
สร้างเสริมสุขภาพของประเทศ

หัวข้อที่นำเสนอรวบรวมจากประเด็นสุขภาพพื้นฐานสำหรับประชาชนไทย
โดยจัดกลุ่มใหม่เป็นนิตรรศการ 23 หัวข้อ แบ่งเป็น 3 หมวด

การจัดทำข้อมูลได้สังเคราะห์เนื้อหาจากหลายแหล่งที่น่าเชื่อถือ และผ่านการ
ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญแต่ละสาขาของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
จากนั้นนำไปออกแบบการสื่อสารให้ง่ายต่อการเข้าใจ มุ่งส่งเสริมความรู้
ด้านสุขภาพแก่ผู้รับบริการและประชาชน (Health Literacy)

ตัวอย่างนิตรรศการ “โซนนอกสุขต้องสร้าง”
<https://dev.increstive.co.th/skwt-web/articles>

ศูนย์เรียนรู้ สร้างเสริมสุขภาพ: sw. ศิริราช

มหาวิทยาลัยมหิดล
ศิริราชพยาบาล
สำนักงานสุขภาพไทย (สสท.)

สุขภาพ วัฒนธรรม

ถอดรหัสสุขภาพ...สู่อายุวัฒนะ

มีเนื้อหา 3 หมวด 23 หัวข้อ

หมวดพฤติกรรมสุขภาพ
อาหารสุขภาพ กิจกรรมทางกาย สุขภาพจิตใจ สารเสพติด
การประเมินสุขภาพตนเองเบื้องต้น การดูแลสิ่งแวดล้อม
การใช้ยาแผนปัจจุบัน การใช้สมุนไพร ความปลอดภัย อุบัติเหตุฉุกเฉิน

หมวดโรคที่พบบ่อย
โรค NCDs (เบาหวาน ความดัน ไขมัน หัวใจ) โรคมะเร็งที่พบบ่อยในคนไทย
โรคหลอดเลือดสมอง โรคกระดูกและข้อ โรคหัวใจ โรคทางผิวหนัง
โรคทางตา โรคทางตับ โรคไต

หมวดสุขภาพตามกลุ่มวัย
สุขภาพหญิงตั้งครรภ์ สุขภาพวัยเด็ก สุขภาพวัยรุ่น สุขภาพวัยทำงาน
สุขภาพวัยสูงอายุ

ขอบขอบคุณข้อมูลวิชาการ
หน่วยงานภายในคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล : ภาควิชาอายุรศาสตร์,
ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด, ภาควิชาจิตเวชศาสตร์, ภาควิชาตจักษุวิทยา,
ภาควิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา, ภาควิชากุมารเวชศาสตร์, ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม,
ภาควิชาจักษุวิทยา, สถานการณ์แพทย์แผนไทยประยุกต์ศิริราช, สถานวิทยามะเร็งศิริราช,
ศูนย์โรคหลอดเลือดสมองศิริราช, ศูนย์โรคหัวใจสมเด็จพระบรมราชินีนาถ,
ศูนย์เบาหวานศิริราช, ฝ่ายการพยาบาล, ฝ่ายเภสัชกรรม, ศิริราชฟิสิกส์และสมรรถนะ

ที่มาของโครงการ

ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ เป็นหนึ่งในปัจจัยกำหนดสุขภาพ

ประชาชนจะเกิดการเรียนรู้และนำข้อมูลไปใช้ เพื่อดูแลตนเองได้ถูกต้องเหมาะสม

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ได้มอบนโยบายให้งานสร้างเสริมสุขภาพดำเนินการร่วมกับผู้เกี่ยวข้อง จัดตั้งจุดบริการเพื่อเผยแพร่ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพแก่ผู้รับบริการและประชาชนทั่วไป มาตั้งแต่ปีพ.ศ. 2554 โดยมีการเปลี่ยนแปลงตามวาระสมัย ดังนี้

ปี 2554-2559



ศูนย์ข้อมูลสุขภาพศิริราช

ณ โถงอาคาร 100 ปี สมเด็จพระศรีนครินทร์

ปี 2559 – 2562



มุมสุขภาพศิริราช

ณ โถงบันไดเลื่อน ชั้น 3 ตึกผู้ป่วยนอก

ปี 2565 – ปัจจุบัน



สุขภาพวัฒนะ - ศูนย์เรียนรู้ สร้างเสริมสุขภาพะ ร.พ.ศิริราช

ณ โถงอาคารนวมินทรบพิตร 84 พรรษา