

โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

สภาวิชาชีพไทย

ด่วนที่สุด

สภาวิชาชีพไทย
บันทึกข้อความ

สภาวิชาชีพไทย

23 มี.ค. 2558

จพ.....ผลข.8798/2558.....ลกก.161.../2558.....วันที่...23...มีนาคม...พ.ศ...2558.....


เรื่อง ขอเชิญประชุมอนุกรรมการฝ่ายบริการทางการแพทย์ แผนกแสดงกิจกรรมสภาวิชาชีพไทย
งานกาชาดประจำปี 2558

ความเห็นเจ้าหน้าที่


เรียน หัวหน้าฝ่ายออร์โธปิดิกส์ ณ.ภาพ ประชุมแทน

ประธานอนุกรรมการฝ่ายบริการทางการแพทย์ แผนกแสดงกิจกรรมสภาวิชาชีพไทย
งานกาชาดประจำปี 2558 (รองผู้อำนวยการโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ฝ่ายบริการ) ขอเชิญอนุกรรมการ
ฝ่ายบริการทางการแพทย์ แผนกแสดงกิจกรรมงานกาชาดสภาวิชาชีพไทย ประจำปี 2558 เข้าร่วมประชุม
ปรึกษาหารือ ในวันพฤหัสบดีที่ 26 มีนาคม 2558 เวลา 14.30 น. ณ ห้องประชุมใหญ่ ตึกอำนวยการ ชั้น 2
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และขอเชิญ ท่าน เข้าร่วมประชุมในวัน เวลา และสถานที่
ดังกล่าวด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง


(นางสาวสุประวีณ์ มงคลกุลทรัพย์)
อนุกรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

ผู้ประสาน : งานกิจกรรมพิเศษ ฝ่ายเลขานุการ
ทวิธา โทร. 0 2256 4503

ณ.ภาพ อ.ภาพ. ๕๐๐.๕๗
นางประทุมมา


เอกสารประกอบการประชุม

โครงการบริการทางการแพทย์ แผนกแสดงกิจกรรมสภาภาษาไทย งานภาษาประจำปี 2558

หลักการและเหตุผล เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมของสภาภาษาไทย โดยให้บริการทางการแพทย์แก่ผู้มาเที่ยวชมงาน
ที่สนใจเข้ารับการตรวจสุขภาพและสมรรถภาพร่างกาย

ผู้รับผิดชอบ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ร่วมกับ โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา
และศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู โดยมีรองผู้อำนวยการโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ฝ่ายบริการ
เป็นประธานคณะกรรมการบริการทางการแพทย์ ในแผนกแสดงกิจกรรมสภาภาษาไทย
งานภาษาประจำปี 2558

ระยะเวลาการจัดงาน ตั้งแต่วันที่ 30 มีนาคม - 7 เมษายน 2558 (รวม 9 วัน)

วัน เดือน ปี	รอบเช้า	รอบบ่าย
วันจันทร์ที่ 30 มีนาคม 2558	-	14.00-23.00 น.
วันอังคารที่ 31 มีนาคม 2558	-	14.00-23.00 น.
วันพุธที่ 1 เมษายน 2558	-	14.00-23.00 น.
วันพฤหัสบดีที่ 2 เมษายน 2558	-	14.00-23.00 น.
วันศุกร์ที่ 3 เมษายน 2558	-	14.00-23.00 น.
วันเสาร์ที่ 4 เมษายน 2558	-	14.00-23.00 น.
วันอาทิตย์ที่ 5 เมษายน 2558	-	14.00-23.00 น.
วันจันทร์ที่ 6 เมษายน 2558	-	14.00-23.00 น.
วันอังคารที่ 7 เมษายน 2558	-	14.00-23.00 น.

14-22,00 น.

สถานที่จัดงาน บริเวณเวทีใหม่สวนอัมพร (in front)

งบประมาณดำเนินการ

1. ค่าตอบแทนผู้ปฏิบัติงาน	จำนวนเงิน	280,000.-บาท
2. ค่าทำคู่มือตรวจสุขภาพ	จำนวนเงิน	10,000.-บาท
3. ค่ากระดาษ / พู่สำหรับเครื่องวัดสายตา	จำนวนเงิน	15,000.-บาท
4. ค่ากระดาษบันทึกความดันโลหิต	จำนวนเงิน	3,000.-บาท
5. ค่าน้ำยาตรวจเลือด	จำนวนเงิน	60,000.-บาท
6. ค่าเอกสารและแผ่นพับ	จำนวนเงิน	15,000.-บาท
7. ค่าวัสดุอุปกรณ์	จำนวนเงิน	5,000.-บาท
8. ค่าวัสดุสำนักงาน	จำนวนเงิน	5,000.-บาท
9. ค่าใช้จ่ายอื่น	จำนวนเงิน	7,000.-บาท
	รวมเงิน	400,000.-บาท

รับเงินบริจาค
2,000

รูปแบบการดำเนินงาน จัดบริการตรวจสุขภาพและสมรรถภาพร่างกายแก่ผู้มาเที่ยวชมงาน ดังนี้

ลำดับที่	รายการตรวจสุขภาพ	เงินบริจาค
1	ชั่งน้ำหนัก - วัดส่วนสูง	ตั้งกล่องรับบริจาค ไม่กำหนดราคา
2	วัดความดันโลหิต	ตั้งกล่องรับบริจาค ไม่กำหนดราคา
3	วัดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขน	ตั้งกล่องรับบริจาค ไม่กำหนดราคา
4	วัดรอบเอว	ตั้งกล่องรับบริจาค ไม่กำหนดราคา
5	หาค่าดัชนีมวลกาย BMI	ตั้งกล่องรับบริจาค ไม่กำหนดราคา
6	เขียนชีพจรภาพ	ตั้งกล่องรับบริจาค ไม่กำหนดราคา
7	ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพทั่วไป	ตั้งกล่องรับบริจาค ไม่กำหนดราคา
8	ให้คำปรึกษาด้านเวชศาสตร์ฟื้นฟู	ตั้งกล่องรับบริจาค ไม่กำหนดราคา
9	กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ	ตั้งกล่องรับบริจาค ไม่กำหนดราคา
10	ตรวจวัดสายตาด้วยระบบคอมพิวเตอร์	ตั้งกล่องรับบริจาค รายละเอียด 20.-บาท
11	ทดสอบความแข็งแรงของร่างกาย (จักรยานวัดงาน)	ตั้งกล่องรับบริจาค รายละเอียด 20.-บาท
12	ตรวจวัดคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (EKG)	ตั้งกล่องรับบริจาค รายละเอียด 100.-บาท
13	เจาะเลือดตรวจไวรัสตับอักเสบบี	ตั้งกล่องรับบริจาค รายละเอียด 100.-บาท
14	นวดคอ บ่า ไหล่	ตั้งกล่องรับบริจาค รายละเอียด 50.-บาท
15	ตรวจหาน้ำตาลในเลือด (อายุ 45 ปีขึ้นไป)	ตั้งกล่องรับบริจาค รายละเอียด 20.-บาท
16	ตรวจหาไขมันในเลือด (อายุ 45 ปี ขึ้นไป) (เฉพาะวันที่ 4,5,6 เมษายน 2558)	ตั้งกล่องรับบริจาค รายละเอียด 50.-บาท

ตารางเวรแพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ

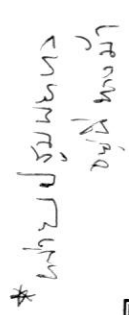
วันจันทร์ที่ 30 มีนาคม 2558	แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ จากฝ่ายศัลยศาสตร์
วันอังคารที่ 31 มีนาคม 2558	แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ จากฝ่ายสูติ-นรีเวชวิทยา
วันพุธที่ 1 เมษายน 2558	แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ จากฝ่ายโสต ศอ นาสิกวิทยา
วันพฤหัสบดีที่ 2 เมษายน 2558	แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ จากฝ่ายออร์โธปิดิกส์
วันศุกร์ที่ 3 เมษายน 2558	แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ จากฝ่ายกุมารเวชศาสตร์
วันเสาร์ที่ 4 เมษายน 2558	แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ จากฝ่ายผู้ป่วยนอก
วันอาทิตย์ที่ 5 เมษายน 2558	แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ จากฝ่ายอายุรศาสตร์
วันจันทร์ที่ 6 เมษายน 2558	แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ จากฝ่ายจิตเวชศาสตร์
วันอังคารที่ 7 เมษายน 2558	แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ จากฝ่ายศัลยศาสตร์

ประมาณผู้ปฏิบัติงาน ระหว่างวันงาน (30 มี.ค. – 7 เม.ย. 58 เวลา 14.00 – 23.00 น.)

หน่วยงาน	จันทร์ 30 มี.ค.	อังคาร 31 มี.ค.	พุธ 1 เม.ย.	พฤหัสบดี 2 เม.ย.	ศุกร์ 3 เม.ย.	เสาร์ 4 เม.ย.	อาทิตย์ 5 เม.ย.	จันทร์ 6 เม.ย.	อังคาร 7 เม.ย.
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์									
ฝ่ายจักษุวิทยา (แพทย์ 1 , จนท. 2) - วัดสายตาด้วยคอมพิวเตอร์	3	3	3	3	3	3	3	3	3
ฝ่ายเวชศาสตร์ชั้นสูง (จนท. 2) - ตรวจวัดไขมันในเลือด - ตรวจวัดน้ำตาลในเลือด	2	2	2	2	2	2	2	2	2
ฝ่ายสรีรวิทยา (นิสิต ป.โท) - ทดสอบความแข็งแรงของร่างกาย	4	4	4	4	4	4	4	4	4
ฝ่ายการพยาบาล - ชั่งน้ำหนัก-วัดส่วนสูง, หาค่า BMI, วัดความดันโลหิต, วัดรอบเอว, ฯลฯ	20	20	20	20	20	20	20	20	20
- คนงานแม่บ้านดูแลความสะอาด	2	2	2	2	2	2	2	2	2
ฝ่ายการเงิน รับ-ส่งเงินรายได้	3	3	3	3	3	3	3	3	3
ฝ่ายเลขานุการ ลงทะเบียน	4	4	4	4	4	4	4	4	4
ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพทั่วไป									
1. แพทย์ฝ่ายต่าง ๆ	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2. นักศึกษา ฝ่ายผู้ป่วยนอก	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3. พยาบาล ฝ่ายการพยาบาล	2	2	2	2	2	2	2	2	2
โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราช - ตรวจหาหมู่โลหิต, - ตรวจไวรัสตับ อักเสบบี, ตรวจ EKG, นวดคอ บ่า ไหล่ (แพทย์, พยาบาล, จนท, พชร)	22	22	22	22	22	22	22	22	22
ศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู และ ฝ่ายเวชศาสตร์ฟื้นฟู - ให้คำปรึกษาอาการปวด - ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย (แพทย์, จนท, พชร)	6	6	6	6	6	6	6	6	6

อัตราค่าตอบแทนผู้ปฏิบัติงานระหว่างวันงาน (ปี 2558)

ผู้ปฏิบัติงาน	ผลัดเช้า(08.00-14.00 น.)	ผลัดบ่าย(14.00-23.00 น.)
เจ้าหน้าที่	240.-บาท	400.-บาท
ลูกจ้าง	225.-บาท	350.-บาท



ร่าง กำหนดหน้าที่

1. โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา

- ให้บริการตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (EKG)
- ให้บริการตรวจไวรัสตับอักเสบบี
- ให้บริการนวดคอ บ่า ไหล่

2. ศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู ร่วมกับ ฝ่ายเวชศาสตร์ฟื้นฟู โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

- ให้คำปรึกษาด้านเวชศาสตร์ฟื้นฟู

3. ฝ่ายอายุรศาสตร์

- แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ

4. ฝ่ายออร์โธปิดิกส์

- แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ

5. ฝ่ายโสต ศอ นาสิกวิทยา

- แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ

6. ฝ่ายศัลยศาสตร์

- แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ

7. ฝ่ายจิตเวชศาสตร์

- แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ

8. ฝ่ายกุมารเวชศาสตร์

- แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ

9. ฝ่ายสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา

- แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ

10. ฝ่ายผู้ป่วยนอก

- แพทย์ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพ
- นักศึกษาให้คำปรึกษาด้านสุขภาพ

11. ฝ่ายจักษุวิทยา

- ให้บริการตรวจวัดสายตาด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ พร้อมแพทย์ให้คำปรึกษา

12. ฝ่ายเวชศาสตร์ชั้นสูง

- ให้บริการเจาะเลือดตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือด
- ให้บริการเจาะเลือดตรวจวัดระดับไขมันในเลือด (เฉพาะวันหยุด)

13. ฝ่ายสวัสดิการ

- ทดสอบความแข็งแรงของร่างกาย ด้วยจักรยานวัดงาน

14. ฝ่ายการเงิน

- จัดตั้งกล่องรับบริจาคเงินตามจุดตรวจต่าง ๆ
- รับ – ส่ง เงินรายได้ร้านบริการทางการแพทย์
- จัดเจ้าหน้าที่รับบริจาคเงิน ณ ร้านบริการทางการแพทย์

15. ฝ่ายบัญชีและงบประมาณ

- จัดทำยื่นเงินรองจ่าย
- ดำรงเงินรองจ่าย พร้อมทั้งจ่ายค่าเบี้ยเลี้ยงให้กับผู้ปฏิบัติงาน
- รับผิดชอบการจัดทำและตรวจสอบความถูกต้องใบสำคัญรับเงินของผู้ปฏิบัติงาน

16. ฝ่ายบริหารงานอาคารและสิ่งแวดล้อม

- จัดรถและเจ้าหน้าที่ขนอุปกรณ์ต่าง ๆ ในการจัดงาน และขนกลับเมื่อเสร็จงาน พร้อมส่งคืนหน่วยงานที่ขอยืมมา
- จัดสถานที่บริเวณร้านบริการทางการแพทย์
- จัดรถ รับ – ส่ง เจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานร้านบริการทางการแพทย์
- จัดเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยดูแลร้าน ณ เวทีใหม่สวนอัมพร
- จัดเจ้าหน้าที่ช่างไฟฟ้าดูแลร้าน ณ เวทีใหม่สวนอัมพร

17. ฝ่ายเลขานุการ

- จัดทำเอกสารขอความร่วมมือและประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการจัดงาน
- จัดเตรียมบัตรตรวจสอบสุขภาพและอุปกรณ์สำนักงานอื่น ๆ พร้อมเจ้าหน้าที่ลงทะเบียน
- จัดเตรียมลูกโลกรับบริจาคเงิน

18. ฝ่ายการพยาบาล

- ให้บริการชั่งน้ำหนัก – วัดส่วนสูง, วัดความดันโลหิต, วัดรอบเอว, หาค่าดัชนีมวลกาย BMI
- ให้บริการปรึกษาปัญหาด้านสุขภาพ และกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ
- จัดคนงานหน่วยแม่บ้านอำนวยความสะดวก และดูแลความสะอาดเรียบร้อย ณ ร้านบริการทางการแพทย์
- ประสานการขนย้ายอุปกรณ์และจัดสถานที่ร่วมกับฝ่ายบริหารงานอาคารฯ และฝ่ายเลขานุการ

- ด้านหน้า -

รายการตรวจสอบสุขภาพ

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. ชั่งน้ำหนัก - วัดส่วนสูง 2. วัดความดันโลหิต 3. วัดรอบเอว 4. หาค่าดัชนีมวลกาย BMI
เชื่อมโยงสุขภาพ 5. ประเมินความเสี่ยงการเกิด
โรคเบาหวาน และ
โรคหลอดเลือดหัวใจ 6. ปรีกษาปัญหาสุขภาพทั่วไป 7. กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ 8. ตรวจสอบองค์ประกอบของ
ร่างกาย | <ol style="list-style-type: none"> 9. ตรวจหาน้ำตาลในเลือด
(อายุ 45 ปี ขึ้นไป) 10. ตรวจหาไขมันในเลือด
(อายุ 45 ปี ขึ้นไป เฉพาะวันที่
4, 5 และ 6 เม.ย.) 11. วัดสายตาด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ 12. ตรวจไวรัสตับอักเสบบี 13. ตรวจวัดคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (EKG) 14. นวดคอ บ่า ไหล่ 15. ทดสอบความแข็งแรงของ
ร่างกายด้วยจักรยานวัดงาน 16. ปรีกษาด้านเวชศาสตร์ฟื้นฟู |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



ไบบันทึกรวบรวมสุขภาพและทดสอบสมรรถภาพร่างกาย

งานกาชาดประจำปี 2558

ระหว่างวันที่ 30 มีนาคม – 7 เมษายน 2558

โดย

โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา

ศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู

ชื่อ-นามสกุล.....

อายุ.....ปี เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

- ด้านหลัง -

บันทึกผลการตรวจ								
รายการตรวจ	ส่วนสูง (ซ.ม.)	น้ำหนัก (ก.ก.)	ความดัน โลหิต	ชีพจร (ครั้ง/นาที)	รอบเอว (ซ.ม.)	BMI	หมู่ โลหิต	คำแนะนำ
ผลการ ทดสอบ								

เส้นรอบเอวมากกว่าเกณฑ์ มีการสะสมไขมันบริเวณช่องท้องมาก เสี่ยงต่อโรคเบาหวาน และโรคหลอดเลือดหัวใจ ควรลดความอ้วน และออกกำลังกายสม่ำเสมอ

การดูแลรักษาสุขภาพ

1. รับประทานอาหาร อย่างถูกต้องเหมาะสม

อาหารมื้อเช้า : สำคัญมาก เพราะช่วงเช้าร่างกายขาดน้ำตาล ถ้าไม่รับประทานอาหารเช้า จะเกิดภาวะขาดน้ำตาล มื้อเช้ารับประทานได้เช้าที่สุดยิ่งดี (ระหว่างเวลา 06.00-07.00 น.) เพราะท้องว่างมานาน หากยังไม่มียาอาหาร ให้ดื่มน้ำอุ่นหรือน้ำข้าวอุ่น ๆ ก่อน ควรทาน ข้าวต้มร้อน ๆ จะช่วยให้ย่อยต่อการขับถ่าย

อาหารมื้อกลางวัน : ควรเป็นอาหารหนัก เช่น ข้าวสวย พร้อมกับข้าวครึ่ง 5 หมู่ เพราะร่างกายต้องใช้พลังงานมาก และควรรับประทานให้เพียงพอแก่ความต้องการของร่างกาย กินให้ดี คือ กินแต่พอดี พออิ่ม

“ผักสด ผลไม้สด วันละอย่างน้อย 5 ทัพพี”

“พืชสด ลดเกลือ เมื่อน้อย ด้อยมัน น้ำตาลต่ำ ธรรมชาติ ปราศจากภัย”

2. ขยับร่างกาย ทุกระยะ ปีสาวะ สม่ำเสมอทุกวัน

ใส่เสื้อผ้าให้เหมาะสมกับฤดูกาล เช่น หน้าหนาวก็ใส่เสื้อผ้าหนา ๆ สวมหมวก ถุงมือ ถุงเท้า ขณะนอนตอนกลางคืนควรห่มผ้าปิดถึงอก

4. ออกกำลังกาย ควรออกกำลังกายกลางแจ้งทุกวัน

เดินให้เร็ว คือ เดินเร็วจนร้องเพลงไม่เพราะ เกิน 10 นาที/ครั้ง อย่างน้อยครั้งชั่วโมง/วัน
นั่งลาฟุง (แรงรีดฟุง) คือ สดรอบเอว ชาย < 36 นิ้ว (90 ซม.) หญิง < 32 นิ้ว (80 ซม.)
ติดตามชั่งน้ำหนักสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง วัดรอบเอวเดือนละครั้ง

5. รักษาความสะอาดของสถานที่พักอาศัย เพื่อช่วยให้สิ่งแวดล้อมดี อากาศดี

บอกหลานบุรี คือ หยุดสูบบุหรี่ คมคว้นบุหรื หรือมลพิษในอากาศ
6. รักษาอารมณ์ให้ปลอดโปร่ง แจ่มใสตลอดทั้งวัน และอย่าลืมนั่งสมาธิทุกวัน

หายใจช้า คือ หายใจตามสบาย ช้ากว่า 10 ครั้ง/นาที หรือเข้าออกนานกว่า 6 วินาที/ครั้ง อย่างน้อย 15 นาที/วัน

7. พักผ่อนให้เพียงพอ เหมาะสมกับเพศและวัย ไม่ควรนอนดึกเกิน 22.00 น.

คิดคอกันหลายวัน

8. มีท่าทาง และอิริยาบถที่ถูกต้องเหมาะสม ในการทำงานในชีวิตประจำวัน