

กทม.จับมือ สปสช. ให้บริการสาธารณสุขแบบ **New Normal** เปิด 3 บริการใหม่ป้องกันโควิด-19

รู้ทันโรค

โรคเบาหวานกับโรคหัวใจ
อันตรายแค่ไหนหากติดเชื้อโควิด-19

Healthcare X Application

วัคซีนโควิด-19 พร้อม... "หมอพร้อม"

สมุนไพร-แพทย์ทางเลือก

สมุนไพรรักษาโรคไต
สิ่งที่ควรรู้และข้อควรระวัง

www.wongkarnpat.com

แหล่งรวมข้อมูลข่าวสารทางการแพทย์โดยทีมงานคุณภาพ

Website สำหรับผู้ที่ประกอบวิชาชีพเวชกรรมที่รวบรวมข้อมูลข่าวสาร
ทางการแพทย์ที่ทันสมัย ข้อมูลถึงมือท่านทันที ไม่ต้องเสียเวลาค้นหา
เพียงคลิกเข้ามาที่ www.wongkarnpat.com ได้ข้อมูลทุกใจ

กด



Like

ได้ที่ www.facebook.com/วongkarnpat

คณะที่ปรึกษา และคอลัมน์ิสต์

ผศ.พญ.รพีพร โจนแสงเรือง

ดร.นพ.สมภาพ สุอำพัน

อ.นพ.สันติ สิริยรัตน์

พญ.พัชรวิศา ดิษยวรรณวัฒน์

พญ.วรินทร์ทิพย์ สว่างศรี

ภก.ศ.เกียรติคุณ ดร.สมพล ประครองพันธ์

ผศ.ดร.ภก.ปรีชา มณฑานติกุล

อ.ดร.ภก.สิขวัฒน์ นักร้อง

อ.ดร.ภก.ธนศ เพ็ญฟู

อ.ภก.ปรุฬห์ รุจนาธรงค์

ดร.ภก.ประยุทธ ภูวรัตน์วิจิตร

ภก.วิสุทธิ์ สุริยาภิวัฒน์

บรรณาธิการที่ปรึกษา

ภก.ธนรัตน์ สรรวเสนห์

กรรมการบริหาร

วณิ วิชิตกุล

กรรมการผู้จัดการ

สิริพร แสงเทียนฉาย

กองบรรณาธิการ

ปิยาภรณ์ เกตุมา

มนัญญา นาควิสัย

อาร์ตไดเรกเตอร์

สุกัญญา หิรัญยะวะสิต

ดีไซเนอร์

อาทิตย์ ศานต์พิริยะ

พิสูจน์อักษร

สุกัญญา นิธิพานิชเจริญ

งานโฆษณา

ภิญญาพัชร ธนากุลจิราทิพย์

พัชรินทร์ ภายหอม

กนกอร ขจรศักดิ์

มนัญญา นาควิสัย

ช่างภาพ

คชพล ไชยทุ่งฉิน

บรรณาธิการผู้พิมพ์ผู้โฆษณา สิริพร แสงเทียนฉาย

โทรศัพท์ติดต่อ หรือสมัครสมาชิกได้ที่

โทร. 0-2435-8111, 0-2435-8444 ต่อ 101

แฟกซ์ 0-2423-2286

เจ้าของ บริษัท วชิการแพทย์ พลัส มีเดีย จำกัด

71/16 ถ.บรมราชชนนี แขวงอรุณอมรินทร์

เขตบางกอกน้อย กทม. 10700

ในช่วงนี้ประเทศไทยเข้าสู่ฤดูร้อนอย่างเป็นทางการทำให้สภาพอากาศโดยทั่วไปมีอุณหภูมิสูงขึ้นในหลายพื้นที่ซึ่งทำให้เชื้อโรคหลายชนิดเจริญเติบโตได้ดี และอาจทำให้อาหารบูดเสียได้ง่ายกว่าปกติ ส่งผลให้มีความเสี่ยงที่จะเจ็บป่วยด้วยโรคอาหารเป็นพิษ ทั้งนี้กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ยังออกมาเตือนให้ระวังอันตรายจากอากาศร้อน ระมัดระวังการป่วยจากโรคฮีทสโตรค โดยเฉพาะผู้ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง เช่น ผู้ที่ทำงานหรือออกกำลังกายกลางแจ้ง รวมถึงเด็กและผู้สูงอายุ ตลอดจนผู้มีโรคประจำตัว ก็ขอให้ดูแลสุขภาพของตนเองและหลีกเลี่ยงการอยู่กลางแจ้งที่ร้อนจัด หากจำเป็นต้องอยู่กลางแจ้งแดดให้กางร่มหรือใส่หมวก และควรดื่มน้ำให้มากกว่าปกติ นอกจากนี้ก็ยังละเลยหรือประมาทกันไม่ได้สำหรับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 แม้ว่าจะเริ่มมีการฉีดวัคซีนไปบ้างแล้วก็ตาม แต่ยังมีโอกาสติดเชื้อได้หากประมาทและการ์ดตก ดังนั้น ผู้ที่รับวัคซีนแล้ว และผู้ที่ยังไม่ได้รับวัคซีนขอให้คงการสวมหน้ากากอนามัย เว้นระยะห่าง ลดความแออัด รวมถึงการล้างมือบ่อย ๆ และแน่นอนว่าการยาฉบับนี้ยังมีเนื้อหาสาระที่น่าสนใจต่าง ๆ เช่นเดิม ยกตัวอย่างเช่น กรุงเทพมหานคร (กทม.) และสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) เปิด 3 บริการสุขภาพวิถีใหม่ (New Normal) ป้องกันโควิด-19 ในหน่วยบริการสังกัด กทม. โรคเบาหวานกับโรคหัวใจ อันตรายแค่ไหนหากติดเชื้อโควิด-19 สมุนไพรรักษาโรคไต รวมถึงการแนะนำ “หมอพร้อม” ซึ่งเป็น Line Official Account ที่อยู่ในแอปฯ Line ที่สามารถใช้งานได้ทั้ง iOS และ Android เพื่อเป็นช่องทางสื่อสารระหว่างหน่วยงานที่จัดการเรื่องการฉีดวัคซีน การติดตามผลการฉีดกับผู้ที่ได้รับการฉีดวัคซีนโควิด-19 แล้ว ทั้งหมดเป็นส่วนหนึ่งของเนื้อหาสาระที่ทีมงานนิตยสารวางการยาจัดเตรียมไว้ภายในเล่มเพื่อให้ผู้อ่านได้ติดตามต่อไป

ทีมงานนิตยสารวางการยา

Contents

ฉบับที่ 272 ประจำเดือนมีนาคม 2564

3 Hot News

- สธ.ย้ารับวัคซีนโควิด-19 ครบ 2 เข็ม
ช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกัน พร้อมแจงแนวทางกระจาย
ล็อตใหม่ 8 แสนโดส
- กรม สบส.เผยกฎหมายใหม่กำหนด
“พนักงานดูแลผู้สูงอายุ” ต้องขึ้นทะเบียนทุกราย
ภายในวันที่กำหนด

6 เกาะติดสถานการณ์

กทม.จับมือ สปสช.ให้บริการสาธารณสุข
แบบ New Normal เปิด 3 บริการใหม่ป้องกันโควิด-19

9 รู้ทันโรค

โรคเบาหวานกับโรคหัวใจ อันตรายแค่ไหน
หากติดเชื้อโควิด-19

12 Healthcare X Application

วัคซีนโควิด-19 พร้อม... “หมอพร้อม”

16 บทความพิเศษ

เฝ้าระวังโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์...กลับมาใหม่

19 รายงานพิเศษ

หมอยง ตอบข้อสงสัยวัคซีนโควิด-19 ที่คนไทยควรรู้

21 รายงานพิเศษ

โครงการอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพเภสัชกรและพยาบาล
วิชาชีพเครือข่ายจิตเวช ร.พ.สวนปรุง พร้อมติดตาม
การดูแลจิตใจประชาชนในสถานการณ์โควิด-19
ใน 8 จังหวัดภาคเหนือ

23 เก็บมาฝาก

อาการคันจุดซ่อนเร้น
ภัยเงียบที่ผู้หญิงต้องไม่ชะล่าใจ #น้องไม่คันถ้าพี่แคร์

25 านาสาระ

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี โชว์ความสำเร็จ
การดูแลทารกแรกเกิดอายุ 5 วันที่ติดเชื้อ COVID-19

26 รายงานพิเศษ

ม.มหิดล ร่วมพัฒนาแอปพลิเคชัน “กินยาแล้ว”
เชื่อมโยงนัดตรวจติดตามด้วยระบบ AI

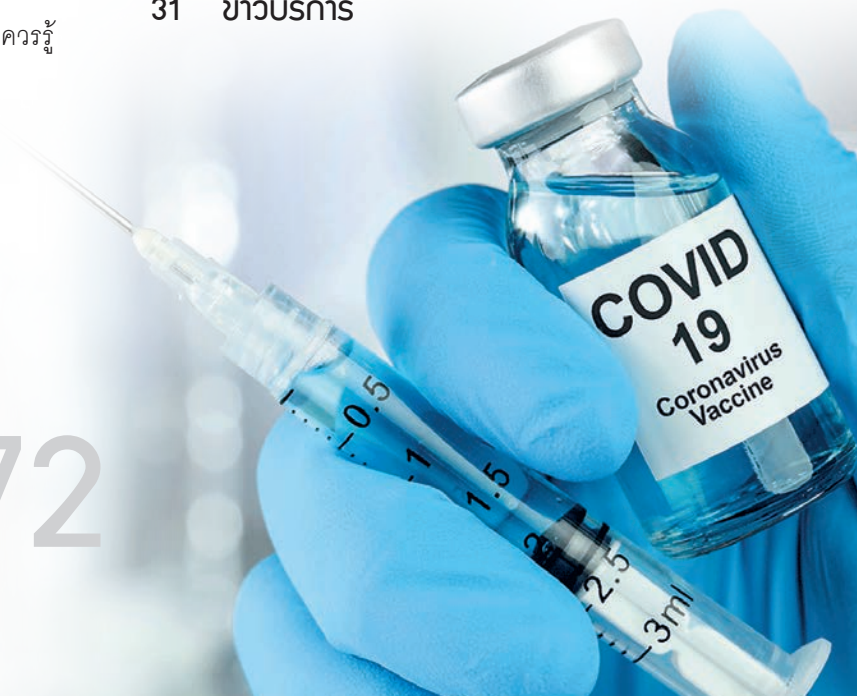
28 สุนไพร-แพทย์ทางเลือก

สมุนไพรรักษาโรคไต สิ่งที่ต้องรู้และข้อควรระวัง

30 ชอกแซก

31 ข่าวบริการ

272



สร.ย้ารับวัคซีนโควิด-19 ครบ 2 เข็มช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกัน พร้อมแจกแนวทางกระจายล็อตใหม่ 8 แสนโดส

นพ.โสภณ เอี่ยมศิริถาวร รองอธิบดีกรมควบคุมโรค กล่าวว่า การฉีดวัคซีนโควิด-19 ถือว่าเป็นไปตามแผนที่วางไว้ โดยตั้งแต่วันที่ 28 กุมภาพันธ์-23 มีนาคม พ.ศ. 2564 ฉีดวัคซีนไปแล้ว 102,050 โดส แบ่งเป็นผู้รับวัคซีนเข็มแรก 96,188 ราย และรับวัคซีนครบ 2 เข็มแล้ว 5,862 ราย ทั้งนี้ ผู้ที่รับวัคซีนเข็มแรกแล้วขอให้ไปรับวัคซีนเข็มที่ 2 ตามนัด เพื่อช่วยสร้างภูมิคุ้มกันในร่างกายได้ โดยวัคซีนจะช่วยลดอาการป่วยรุนแรงและการเสียชีวิต และสำหรับวัคซีนโควิด-19 ล็อตใหม่ที่ได้รับล่าสุดจำนวน 8 แสนโดส ขณะนี้อยู่ระหว่างการตรวจรับรองการผลิต จากนั้นองค์การเภสัชกรรมจะส่งมอบให้แก่กรมควบคุมโรคเพื่อจัดสรรและกระจายไปยังพื้นที่เป้าหมายต่อไปโดยศูนย์บริหารสถานการณ์โควิด-19 (ศบค.) ได้เห็นชอบแผนการจัดสรรและการกระจายวัคซีนใน 3 พื้นที่ ได้แก่ พื้นที่ควบคุมการระบาด 6 จังหวัด, พื้นที่ท่องเที่ยว 8 จังหวัด และพื้นที่ชายแดน 8 จังหวัด รวม 22 จังหวัด จำนวน 5.9 แสนโดส ทั้งนี้จังหวัด



ที่ได้รับการจัดสรรวัคซีนเป็นครั้งแรกขอให้เน้นการฉีดให้แก่บุคลากรทางการแพทย์และเจ้าหน้าที่ด่านหน้าที่มีโอกาสสัมผัสผู้ติดเชื้อ รวมทั้งประชาชนกลุ่มเสี่ยงเป็นลำดับแรก

สร.ร่วมกับ กษ.ส่งเสริมเกษตรกรเป็นพืชเศรษฐกิจ เพื่อสร้างรายได้

นพ.ธงชัย กีรติหัตถยากร รองปลัดกระทรวงสาธารณสุข ในฐานะประธานกรรมการควบคุมยาเสพติดให้โทษ เปิดเผยว่า กระทรวงสาธารณสุขและกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ ได้ร่วมกันหารือแนวทางการพิจารณาอนุญาตกำกับดูแลกัญชงอย่างครบวงจรตาม “นโยบายกัญชาเพื่อการแพทย์และกัญชงเพื่อเศรษฐกิจ” มุ่งการใช้ประโยชน์กัญชงให้คุ้มค่า และกำกับดูแลผลิตภัณฑ์ให้มีคุณภาพ เนื่องจากกัญชงเป็นพืชที่นำไปใช้ประโยชน์ได้ทุกส่วน เช่น เปลือก ลำต้น เส้นใย ใช้ทำเครื่องนุ่งห่ม วัสดุก่อสร้าง เลื่อยเกวียน ช่อดอกนำมาสกัดให้ได้สาร CBD ใช้ประโยชน์ทางการแพทย์ อาหาร เครื่องสำอาง เมล็ดกัญชงและน้ำมันเมล็ดกัญชงใช้แปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารและเครื่องสำอาง ทั้งนี้ตามกฎหมายกระทรวงเปิดกว้างให้เกษตรกรผู้ขออนุญาตซึ่งเป็นประชาชน หรือเกษตรกรบุคคลทั่วไป หน่วยงานภาครัฐ หรือหน่วยงานภาคเอกชน สามารถมาขออนุญาตได้โดยผู้ประสงค์จะขออนุญาตปลูก หากพื้นที่ปลูกอยู่ในกรุงเทพฯ



สามารถยื่นขออนุญาตที่ อย. ส่วนต่างจังหวัดยื่นได้ที่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด โดยสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร่วมกับกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ตรวจประเมินพื้นที่ ทั้งนี้พื้นที่ปลูกต้องมีหลักฐานแสดงกรรมสิทธิ์หรือสิทธิครอบครองของผู้ขออนุญาตที่ถูกต้องตามกฎหมาย เช่น โฉนดที่ดิน สัญญาเช่าที่ดิน และตั้งแต่วันที่ 29 มกราคม พ.ศ. 2564 ที่กฎกระทรวงกัญชงมีผลบังคับใช้ ทั่วประเทศมีผู้มายื่นขออนุญาตปลูกแล้วจำนวนทั้งสิ้น 18 ราย พื้นที่ประมาณ 900 ไร่ โดยมีทั้งเกษตรกร วิสาหกิจชุมชน และผู้ประกอบการภาคเอกชน

กรม สบส.เผยกฎหมายใหม่กำหนด “พนักงานดูแลผู้สูงอายุ” ต้องขึ้นทะเบียนทุกรายภายในวันที่กำหนด

นพ.ธเรศ กรัษนัยรวิวงศ์ อธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ (กรม สบส.) กระทรวงสาธารณสุข กล่าวว่า ตามที่กระทรวงสาธารณสุขได้ประกาศกฎกระทรวงฉบับใหม่เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุหรือผู้มีความพิการ ซึ่งมีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 27 มกราคม เป็นต้นมา โดยกิจการดูแลผู้สูงอายุ ทั้งรายเก่า/รายใหม่จะต้องขออนุญาตเปิดกิจการ ส่วนผู้ให้บริการในกิจการดูแลผู้สูงอายุ ต้องขึ้นทะเบียนกับกรม สบส. ผ่านเว็บไซต์ www.esta.hss.moph.go.th โดยผู้ให้บริการในกิจการดูแลผู้สูงอายุ นั้นจะต้องจบหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ ไม่น้อยกว่า 420 ชั่วโมง แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่

1. กลุ่มที่จบและมีวุฒิบัตร/ประกาศนียบัตรหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุ ไม่น้อยกว่า 420 ชั่วโมง ก่อนที่กฎหมายมีผลบังคับใช้ ต้องรีบขอขึ้นทะเบียนภายในวันที่ 5 กรกฎาคม พ.ศ. 2564 หากพ้นกำหนดจากนี้ ต้องเทียบเคียงหรือไปสมัครเรียนหรืออบรมใหม่จากสถาบันที่ได้รับรองหลักสูตรจากกรม สบส. เท่านั้น

2. ผู้ที่เริ่มเรียนหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุ ไม่น้อยกว่า 420 ชั่วโมง ก่อนที่กฎหมายจะมีผลบังคับใช้ และได้รับวุฒิหลังวันที่ 27 มกราคม พ.ศ. 2564 ให้ยื่นขอขึ้นทะเบียนภายในวันที่ 6 มกราคม พ.ศ. 2565 และ
3. กลุ่มสุดท้ายคือ ผู้ที่เริ่มเรียนหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ 420 ชั่วโมง หลังจากกฎหมายมีผลบังคับใช้ จะสามารถขึ้นทะเบียนได้ก็ต่อเมื่อเรียนจบจากสถาบันที่ได้รับรองหลักสูตรจากกรม สบส. เท่านั้น โดยต้องขึ้นทะเบียนก่อนที่จะปฏิบัติงานด้วย ทั้งนี้ ในส่วนของเจ้าของกิจการดูแลผู้สูงอายุ นั้น หากเป็นรายเก่าที่เปิดกิจการก่อนที่กฎหมายมีผลบังคับใช้ให้ยื่นขออนุญาตภายในวันที่ 25 กรกฎาคม พ.ศ. 2564 ส่วนรายใหม่ต้องมีใบอนุญาตก่อนจึงจะสามารถเปิดกิจการได้ สอบถามเพิ่มเติมได้ทางสายด่วนกรม สบส. โทรศัพท์ 1426

ประกาศนียบัตร/ใบทะเบียนในกิจการดูแลผู้สูงอายุ และผู้พิการ
มีผลบังคับใช้ 27 มกราคม 2564 เป็นต้นไป

ลักษณะของกิจการ	ผู้ให้บริการ	ผู้ดำเนินการ
ลักษณะของกิจการ 1. กิจการดูแลผู้สูงอายุ 24 ชั่วโมง (24 ชั่วโมง) 2. กิจการดูแลผู้สูงอายุ 12 ชั่วโมง (12 ชั่วโมง) 3. กิจการดูแลผู้สูงอายุ 6 ชั่วโมง (6 ชั่วโมง) 4. กิจการดูแลผู้สูงอายุ 3 ชั่วโมง (3 ชั่วโมง)	ผู้ให้บริการ 1. จบหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ 420 ชั่วโมง 2. จบหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ 420 ชั่วโมง 3. จบหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ 420 ชั่วโมง 4. จบหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ 420 ชั่วโมง	ผู้ดำเนินการ 1. จบหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ 420 ชั่วโมง 2. จบหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ 420 ชั่วโมง 3. จบหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ 420 ชั่วโมง 4. จบหลักสูตรผู้ดูแลผู้สูงอายุ 420 ชั่วโมง

1426 สายด่วนกรม สบส. www.esta.hss.moph.go.th

สร.เผยความคืบหน้าคนไทยเกือบ 10 ล้านครอบครัว มี 3 หมอประจำครอบครัวแล้ว

นายวัชรพงศ์ คูวิจิตรสุวรรณ เลขาธิการรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข กล่าวว่า กระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายการพัฒนาระบบสุขภาพปฐมภูมิ ดูแลสุขภาพประชาชนในพื้นที่ให้มีความเข้มแข็ง ครอบคลุมอย่างต่อเนื่อง โดยเน้นการดูแลใกล้บ้านและชุมชน จึงได้มีการขับเคลื่อนนโยบาย “คนไทยทุกครอบครัวมีหมอประจำตัว 3 คน” โดยหมอคนที่ 1 คือ อสม. หมอประจำบ้าน หมอคนที่ 2 คือ หมอสาธารณสุข หมอคนที่ 3 คือ หมอประจำครอบครัว ประชาชนจะรู้ว่าใครเป็นหมอของตนเอง เป็นการสร้างหลักประกันให้คนไทยทุกครอบครัวมีที่ปรึกษาด้านสุขภาพ เกิดความรู้สึกอุ่นใจ ได้รับการดูแลรักษาให้คำปรึกษาแบบ “ใกล้ตัว ใกล้บ้าน ใกล้ใจ” สำหรับความก้าวหน้า ขณะนี้ดำเนินการครบทุกจังหวัดทั่วประเทศมีครอบครัวที่รู้จักหมอประจำตัวของตนเองแล้ว 9,551,766 ครอบครัว (ข้อมูล ณ วันที่ 18 มีนาคม พ.ศ. 2564) ซึ่งทุกคนได้ทำงานเชิงรุกเคาะประตูบ้านให้ความรู้ เฝ้าระวัง คัดกรองกลุ่มเสี่ยง และติดตามกำกับ Home Quarantine เป็นจิตอาสาในการรับส่งยาให้ผู้ป่วยถึงบ้าน จนเกิดนวัตกรรม Drug Delivery รวมถึงส่งยาให้ผู้ป่วยเรื้อรังในชุมชน ช่วยลดรอคอย ลดแออัดในโรงพยาบาล หมอสาธารณสุขได้ให้การดูแลผู้ป่วยที่มีภาวะพึ่งพิง/

ติดเตียงอย่างต่อเนื่องที่บ้าน และหมอประจำครอบครัวใช้แอปพลิเคชัน 3 หมอ รู้จักคุณ และแอปพลิเคชันคุยกับหมอ เป็นช่องทางสื่อสารให้คำปรึกษาด้านการรักษา การส่งเสริมดูแลสุขภาพ เพื่อความสะดวก รวดเร็ว และลดค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปโรงพยาบาล



กุมารแพทย์ผู้เชี่ยวชาญจากศิริราช แจงความเข้าใจ การแพ้และอาการไม่พึงประสงค์จากการฉีดวัคซีน



ศ.ดร.นพ.วิพร วิประกษิต ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ ผู้เชี่ยวชาญด้านชีวเวชศาสตร์ระดับโมเลกุล คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล และนักวิจัยดีเด่นแห่งชาติประจำปี พ.ศ. 2564 กล่าวว่า กรณีประชาชนจำนวนมากกังวลเกี่ยวกับอาการที่อาจเกิดขึ้นหลังการรับวัคซีนโควิด-19 ขอชี้แจงว่าวัคซีน ยา หรือสารเคมีใด ๆ ที่ใช้กับร่างกายถือว่าเป็นสิ่งแปลกปลอมที่ร่างกายไม่รู้จัก จะมีปฏิกิริยาเกิดขึ้นตามมาได้ 2 แบบ คือ อาการไม่พึงประสงค์ และอาการแพ้ ซึ่งอาจไม่ได้แพ้ที่ตัวไวรัสโดยตรง แต่อาจเป็นการแพ้ส่วนประกอบอื่น ๆ ของวัคซีน

สำหรับอาการไม่พึงประสงค์สามารถเกิดขึ้นได้ภายหลังฉีดวัคซีนทุกชนิด แบ่งได้ 2 ประเภท คือ อาการที่เกิดขึ้นเฉพาะที่ เช่น ปวดบวมแดง เจ็บในตำแหน่งที่ฉีด สามารถใช้ผ้าชุบน้ำเย็นประคบช่วยบรรเทาอาการได้ และอาการแทรกซ้อนไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นทั่วร่างกาย ได้แก่ มีไข้ต่ำ ๆ เหนื่อย คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย ส่วนใหญ่อาการเหล่านี้จะดีขึ้นภายใน 1-2 วัน ส่วนอาการแพ้วัคซีนมักจะมีอาการเกิดขึ้น ซึ่งเกิดได้หลายรูปแบบ เช่น ผื่นแดงบนผิวหนัง ที่สังเกตได้ง่ายคือ ลมพิษ เป็นผื่นนูน มีขอบเขตชัดเจน อาจคันหรือไม่คันก็ได้ ส่วนอาการแพ้ที่รุนแรงอาจมีอาการหลอดลมตีบทำให้หายใจลำบาก ไข้ขึ้นสูง ปวดศีรษะ รุนแรง ปากเปื่อย กล้ามเนื้ออ่อนแรง เกิดเลือดออกตามร่างกาย ผื่นขึ้นทั้งตัว อาเจียนมากกว่า 5 ครั้ง ชัก หหมดสติ ซึ่งต้องรีบพบแพทย์ทันที นอกจากนี้ผู้ที่ไม่มีประวัติแพ้ยามาก่อนควรมีการติดตามสังเกตอาการมากกว่าคนที่ไม่มีประวัติแพ้มาก่อน

“ขอให้ประชาชนซึ่งนำหนักระหว่างโอกาสเกิดอาการไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นเล็กน้อยกับผลดีที่จะได้อย่างมากจากการได้รับวัคซีนเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันโรค ผมคิดว่ามันคุ้มค่ามากที่เราจะรับวัคซีนโควิด-19 และขอเชิญกลุ่มเป้าหมายที่ต้องได้รับวัคซีนในระยะแรกเข้ารับการจัดวัคซีนตามวันและเวลาที่ได้รับการนัดหมายจากโรงพยาบาล เพื่อลดความรุนแรงของโรค และลดอัตราการเสียชีวิต”

ทั้งนี้การฉีดวัคซีนโควิด-19 จากซิโนแวค ในประเทศไทยฉีดไปแล้วจำนวน 27,497 คน พบผู้ที่มีอาการไม่พึงประสงค์ 956 คน คิดเป็นร้อยละ 3.48 โดยหากแบ่งประเภทอาการ ส่วนใหญ่พบการอักเสบบริเวณที่ฉีด รองลงมาได้แก่ ปวดเมื่อยเนื้อตัว คลื่นไส้ มีไข้ อาเจียน เป็นผื่น ท้องเสีย เหนื่อย เป็นต้น ส่วนวัคซีนจากแอสตราเซนเนกาที่กำลังจะนำมาใช้พบรายงานอาการไม่พึงประสงค์ ได้แก่ ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย ปวดเมื่อย เป็นไข้ ส่วนผู้ที่มีอาการแพ้จะมีผื่นขึ้น ใบหน้าบวม ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขได้จัดรูปแบบการให้บริการฉีดวัคซีนรองรับ ตั้งแต่การซักประวัติอาการแพ้ การเฝ้าระวังสังเกตอาการเป็นเวลา 30 นาที และติดตามอาการในวันที่ 1, 7 และ 30 โดยใช้ Line Official Account “หมอพร้อม” บันทึกอาการที่ไม่พึงประสงค์เพื่อความปลอดภัย และเป็นข้อมูลในระดับประเทศต่อไป



กทม.จับมือ สปสช.ให้บริการสาธารณสุข

แบบ New Normal

เปิด 3 บริการใหม่ป้องกันโควิด-19



กทม. จับมือ สปสช. เดินหน้าให้บริการสุขภาพแบบ New Normal เปิด 3 บริการสุขภาพวิถีใหม่ (New Normal) ป้องกันโควิด-19 เจาะเลือกผู้ป่วยถึงบ้าน พบแพทย์ผ่าน Telemedicine แล้วไปรับยาที่ร้านยาใกล้บ้านได้เลยโดยไม่ต้องเดินทางมาถึงโรงพยาบาล ไม่เสียเวลารอคอย ไม่เสี่ยงโควิด-19 เบื้องต้นเน้นกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ความดัน ผู้สูงอายุ ผู้พิการและทุพพลภาพ

พล.ต.อ.อัศวิน ขวัญเมือง ผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร เป็นประธาน เปิดโครงการบริการสุขภาพวิถีใหม่ (New Normal) ในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ของหน่วยงานบริการสังกัดกรุงเทพมหานคร ณ ห้องประชุมพิทยรักษ์ ชั้น 4 อาคารสำนักการแพทย์ เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย

กรุงเทพมหานคร (กทม.) และสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) แถลงข่าวเปิด 3 บริการสุขภาพวิถีใหม่ (New Normal) ป้องกันโควิด-19 ในหน่วยบริการสังกัด กทม. เริ่มต้นที่โรงพยาบาลในสังกัดทั้ง 9 แห่ง ซึ่งได้เริ่มเปิดให้บริการไปแล้ว โดย 3 บริการดังกล่าวประกอบด้วย บริการเจาะเลือดถึงบ้าน บริการรักษาทางไกลผ่านระบบ Telemedicine และบริการรับยาที่ร้านยาใกล้บ้าน หรือทางไปรษณีย์ ทั้งนี้เพื่อเป็นการลดความแออัดและลดความเสี่ยงของผู้ป่วยที่อาจสัมผัสเชื้อในพื้นที่โรงพยาบาล

พล.ต.อ.อัศวิน กล่าวว่า โรงพยาบาลในสังกัด กทม. มีผู้มารับบริการเป็นจำนวนมาก เฉลี่ยการให้บริการผู้ป่วยนอก 3.9-4 ล้านครั้ง/ปี ผู้ป่วยในปิละประมาณ 1 แสนราย ส่วนมากป่วยเป็นโรคเรื้อรัง ส่งผลให้โรงพยาบาลเกิดความแออัด ประชาชนที่มาใช้บริการต้องรอคิวนาน ประกอบกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด-19 ทำให้ผู้ป่วยที่มาใช้บริการเสี่ยงต่อการสัมผัสเชื้อ

ด้วยเหตุนี้ กทม. จึงได้พัฒนารูปแบบบริการในเชิงรุก ลงไปให้บริการผู้ป่วยถึงบ้านและในชุมชน เพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้ที่มีความลำบากในการเดินทาง ลดการมารอพบแพทย์จนเกิดความแออัดที่โรงพยาบาล อีกทั้งเป็นบริการสุขภาพแบบ New Normal ซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงที่ผู้ป่วยซึ่งมีความอ่อนไหวทางสุขภาพอยู่แล้วอาจสัมผัสกับเชื้อโควิด-19 ได้ ทั้งในระหว่างเดินทางหรือในโรงพยาบาลก็ตาม ขณะเดียวกันก็ยังได้รับคุณภาพมาตรฐานการรักษาเทียบเท่าการมาพบแพทย์ที่โรงพยาบาลเช่นกัน

พล.ต.อ.อัศวิน กล่าวว่า ในส่วนของโครงการเจาะเลือดถึงบ้านจะเน้นไปที่กลุ่มผู้ป่วยที่ต้องได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่องหรือจำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือ ประกอบด้วยกลุ่มผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ผู้พิการและทุพพลภาพ และผู้ที่มีภาวะเสี่ยงโรคอ้วน ทั้งนี้แพทย์เป็นผู้พิจารณาความเหมาะสมผู้ป่วยก่อน ส่วนขั้นตอนการเจาะเลือดนั้น นักเทคนิคการแพทย์จะนัดหมายรับข้อมูลผู้ป่วย แผนที่บ้านพร้อมอุปกรณ์เก็บส่งตรวจ จากนั้นจะโทรศัพท์ประสานนัดหมายและเดินทางไปเจาะเลือดหรือเก็บส่งตรวจถึงบ้าน แล้วนำส่งไปยังห้องปฏิบัติการของโรงพยาบาลเพื่อตรวจวิเคราะห์ผลต่อไป



พล.ต.อ.อัศวิน เพิ่มเติมว่า ในกรณีที่ผู้ป่วยมีผลตรวจทางห้องปฏิบัติการปกติและแพทย์เห็นสมควรก็สามารถรับบริการรักษาทางไกลหรือ Telemedicine ได้ ข้อมูลผลตรวจทางห้องปฏิบัติการจะถูกส่งต่อไปให้แพทย์เพื่อใช้ในการวินิจฉัย และติดต่อสื่อสารกับผู้ป่วยผ่านระบบ Video Call

นอกจากการเจาะเลือดหรือเก็บส่งตรวจที่บ้านและพบแพทย์ผ่านระบบ Telemedicine แล้ว ยังมีบริการรับยาที่ร้านยาใกล้บ้านหรือทางไปรษณีย์ โดยหลังจากที่แพทย์วินิจฉัยข้อมูลผลตรวจทางห้องปฏิบัติการ ชักถามอาการจากผู้ป่วยผ่าน Video Call และสั่งจ่ายยาแล้ว ในกรณีที่ผู้ป่วยเข้าร่วมโครงการรับยาที่ร้านยาใกล้บ้าน ข้อมูลการสั่งจ่ายยาของแพทย์จะถูกส่งไปที่ห้องยาของโรงพยาบาล ทางเภสัชกรจะแพ็คยาแล้วจัดส่งไปยังร้านยาที่อยู่ใกล้บ้านผู้ป่วยหรือที่บ้านผู้ป่วยทางไปรษณีย์ ทำให้ผู้ป่วยสามารถเดินทางไปรับยาที่ร้านยาหรือรอรับยาที่บ้านได้เลยโดยไม่ต้องมาโรงพยาบาล

“ทั้ง 3 โครงการนี้เป็นบริการสุขภาพแบบ New Normal ที่ผู้ป่วยไม่ต้องเดินทางมาโรงพยาบาลเลย มีความสะดวก ไม่เสียเวลารอคอย และลดทั้งความแออัดในโรงพยาบาลและความเสี่ยงที่จะสัมผัสเชื้อโควิด-19 โดยเบื้องต้นจะเน้นผู้ป่วยโรคเกี่ยวกับเมตาบอลิกในกลุ่มโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในโรงพยาบาลในสังกัดกรุงเทพมหานครทั้ง 8 แห่ง ประกอบด้วย โรงพยาบาลกลาง โรงพยาบาลตากสิน โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์



โรงพยาบาลหลวงพ่อดำ วัชรวิทย์ ชูติคุณโร อุทิศ โรงพยาบาลเวชการุณย์รัศมี โรงพยาบาลลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร โรงพยาบาลราชพิพัฒน์ โรงพยาบาลสิรินธร และโรงพยาบาลผู้สูงอายุบางขุนเทียน” พล.ต.อ.อัศวิน กล่าว



ด้าน นพ.ศักดิ์ชัย กาญจนวัฒนา เลขาธิการสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) กล่าวว่า การจัดการบริการสุขภาพแบบ New Normal เป็นหนึ่งในยุทธศาสตร์ที่ สปสช. เน้นหนักในปี พ.ศ. 2564 โดยได้นำร่องในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ปริมณฑล และต่างจังหวัด ทั้งนี้ขอแสดงความชื่นชม กทม. ที่เห็นความสำคัญและจัดบริการในลักษณะนี้ซึ่งจะช่วยอำนวยความสะดวกแก่ผู้ป่วย ลดความแออัดในโรงพยาบาลและลดความเสี่ยงสัมผัสเชื้อโควิด-19 เป็นอย่างมาก ในส่วนของ สปสช. ก็มีการปรับระบบการจ่ายเงินชดเชยค่าบริการแก่หน่วยบริการเพื่อสนับสนุนให้บริการสุขภาพแบบ New Normal เกิดขึ้นได้จริง ประกอบด้วย การปรับระบบการจ่ายเงินชดเชยค่าบริการเจาะเลือดและเก็บสิ่งตรวจนอกหน่วยบริการ ในระยะแรกเน้นเจาะเลือดในกลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรังรายเก่าที่มีอาการคงที่ สามารถควบคุมโรคได้ดีเป็นหลักก่อน ซึ่งการเจาะเลือดนอกหน่วยบริการนี้จะช่วยลดระยะเวลาการรอคอยในโรงพยาบาลได้ 2-5 ชั่วโมง

ขณะเดียวกัน สปสช. ยังได้พัฒนาการจ่ายเงินชดเชยค่าบริการระบบสาธารณสุขทางไกล หรือ Telemedicine โดยเน้นกลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรังรายเก่าที่มีอาการคงที่ สามารถควบคุมโรคได้ดี แพทย์สามารถตรวจรักษาผ่านระบบทางไกลได้ ไม่จำเป็นต้องเดินทางมาหาถึงโรงพยาบาล โดย สปสช. กำหนดอัตราจ่ายแก่หน่วยบริการสำหรับบริการ Telemedicine ในส่วนขั้นตอนการรับบริการนั้น แพทย์จะเป็นผู้ประเมินอาการผู้ป่วยว่ามีอาการคงที่พร้อมที่จะรับการรักษาผ่านระบบ Telemedicine หรือไม่ หากประเมินแล้วพบว่าผู้ป่วยมีความพร้อมก็จะแจ้งให้ทราบและ

สอบถามความสมัครใจเข้าร่วมโครงการ จากนั้นพยาบาลจะติดต่อชี้แจงข้อตกลง วิธีการตรวจทางไกลและนัดหมายผู้ป่วย

“ขั้นตอนก็ไม่ยุ่งยาก เพียงแค่มีสมาร์ตโฟนหรืออุปกรณ์อื่น ๆ ที่รองรับได้ จากนั้นดาวน์โหลดแอปพลิเคชันตามที่โรงพยาบาลกำหนดมาไว้ในเครื่อง การรับบริการทางเจ้าหน้าที่ จะทำการยืนยันตัวตนผู้ป่วย ตรวจสอบสิทธิการรักษา จัดเตรียมประวัติการรักษาและนัดหมายเวลาพบแพทย์ให้ เมื่อถึงเวลานัดก็ทำการเชื่อมต่อวิดีโอคอลกับแพทย์เพื่อรับการตรวจวินิจฉัย” นพ.ศักดิ์ชัย กล่าว

ทั้งนี้ในขั้นตอนการรับยา สปสช. มีโครงการรับยาใกล้บ้านและรับยาทางไปรษณีย์ ซึ่งดำเนินการมาได้ระยะหนึ่งแล้ว ปัจจุบันมีร้านยาในเขต กทม. 30 แห่งที่พร้อมให้บริการผู้ป่วยจากโรงพยาบาลในสังกัด กทม. ซึ่งข้อดีอีกประการของการรับยาที่ร้านยาคือ ผู้ป่วยจะมีเวลาพูดคุยรับคำปรึกษาเรื่องยากับเภสัชกรได้นานกว่าที่โรงพยาบาล อีกทั้งเภสัชกรจะช่วยติดตามอาการเบื้องต้นและประเมินผลการใช้ยาให้อีกทางหนึ่งด้วย



ทั้ง 3 โครงการนี้เป็นส่วนเติมเต็มซึ่งกันและกัน ทำให้การให้บริการสุขภาพแบบ New Normal มีประสิทธิภาพสูงสุด ผู้ป่วยได้รับการที่มีคุณภาพมาตรฐานโดยไม่ต้องเดินทางมาถึงโรงพยาบาล ช่วยอำนวยความสะดวก ไม่ต้องเสียเวลารอคอย ลดความเสี่ยงจากโควิด-19 ขณะเดียวกันก็ลดความแออัดที่โรงพยาบาลอีกทางหนึ่งด้วย





โรคเบาหวานกับโรคหัวใจ อันตรายแค่ไหนหากติดเชื้อโควิด-19

ผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคหัวใจ หากติดโควิด-19 มักจะพบความเสี่ยงที่จะทำให้อาการรุนแรง แม้ปัจจุบันยังไม่มีข้อมูลว่าผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานและโรคหัวใจมีโอกาสติดเชื้อโควิด-19 ได้มากกว่าคนทั่วไป แต่สำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้ ประกอบกับมีโรคร่วม รวมถึงผู้ป่วยโรคหัวใจ หากติดเชื้อโควิด-19 ก็มีโอกาที่จะเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ ดังนั้น กลุ่มผู้ป่วยดังกล่าวจึงควรระมัดระวังและหลีกเลี่ยงความเสี่ยงต่าง ๆ

พญ.รัตนพรณ สมิตธารักษ์ อายุรแพทย์โรคต่อมไร้ท่อ ศูนย์เบาหวาน ไทรอยด์ และต่อมไร้ท่อ โรงพยาบาลกรุงเทพ กล่าวว่า คนที่เป็นโรคเบาหวานอยู่เดิมไม่ได้มีข้อมูลว่าสามารถติดโควิด-19 ได้ง่ายกว่าคนทั่วไป แต่สิ่งที่ผู้ป่วยเบาหวานควรให้ความระมัดระวังเป็นอย่างมากหากติดเชื้อโควิด-19 คือ 1. ผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลได้ไม่ดีจะมีโอกาสเกิดผลข้างเคียงจากการติดเชื้อโควิด-19 ได้มากกว่าคนทั่วไป เนื่องจากระดับน้ำตาลที่สูงกว่าค่าปกติส่งผลให้ระบบภูมิคุ้มกัน



ของร่างกายทำงานลดลง ร่างกายต่อสู้กับเชื้อไวรัสได้ไม่ดี เชื้อไวรัสสามารถเติบโตและกระจายตัวได้ง่ายขึ้น 2. ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีโรคร่วม หากติดเชื้อโควิด-19 มีโอกาสที่จะมีอาการรุนแรงมากขึ้น หรือมีผลข้างเคียงเพิ่มขึ้นได้ และ 3. ปฏิกริยาการอักเสบจากการติดเชื้อไวรัสจะทำให้การควบคุมโรคเบาหวานทำได้แย่ลง ร่างกายจะมีปฏิกริยาต่อต้านไวรัสและเกิดการอักเสบ ซึ่งจะส่งผลทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดยิ่งสูงขึ้น กระทบต่อระบบภูมิคุ้มกัน ทั้งนี้มีข้อมูลว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานหากติดเชื้อโควิด-19 จะมีอัตราการเสียชีวิตสูงและมีโอกาสเสียชีวิต 2-3 เท่าในคนทั่วไป จึงเป็นสาเหตุให้ต้องระมัดระวังมากยิ่งขึ้น การรักษาผู้ป่วยเบาหวานหากติดเชื้อโควิด-19 จะมีขั้นตอนการรักษาเหมือนกับผู้ป่วยโควิด-19 ทั่วไป เพียงแต่ความซับซ้อนของผู้ป่วยเบาหวานคือ ต้องควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดควบคู่ไปด้วย ยาเม็ดบางตัวอาจมีข้อจำกัดหรือต้องใช้ด้วยความระมัดระวัง อาจใช้วิธีการปรับยาหรือให้อินซูลินแทนเพื่อช่วยในการรักษาในผู้ป่วยที่มีภาวะน้ำตาลสูงมากร่วมด้วย

เนื่องจากผู้ป่วยโรคเบาหวานถือเป็นกลุ่มโรคเรื้อรัง การควบคุมเบาหวานให้ดีมีความจำเป็นอย่างยิ่ง วิธีการคุมเบาหวานคือ การรับประทานยาควบคุมเบาหวานไม่ควรขาดยา กรณีที่ไม่สามารถไปโรงพยาบาลตามที่แพทย์นัดได้ การตรวจระดับน้ำตาลด้วยตัวเองเป็นเรื่องสำคัญ สิ่งสำคัญคือ ควบคุมแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ ออกกำลังกายที่เหมาะสมเพื่อภูมิคุ้มกันที่แข็งแรง ในผู้ป่วยเบาหวาน หลอดเลือดมักไม่ค่อยแข็งแรง หากมีโรคเบาหวานร่วมกับโรคประจำตัวอื่น ๆ ควรเพิ่มความระมัดระวัง

ด้าน **นพ.ชาติทอง ยอดวุฒิ อายุรแพทย์โรคหัวใจ โรงพยาบาลหัวใจกรุงเทพ** กล่าวว่า เชื้อไวรัสโควิด-19 ยังคงระบาดอย่างต่อเนื่อง และมีโอกาสทำอันตรายกับระบบต่าง ๆ ในร่างกาย โดยเฉพาะในผู้ป่วยกลุ่มโรคหัวใจที่มีโอกาสเพิ่มความเสี่ยงในการเสียชีวิตได้หากติดเชื้อโควิด-19

คนที่เป็นโรคหัวใจไม่ได้มีความเสี่ยงติดเชื้อโควิด-19 ได้ง่ายกว่าในคนทั่วไป แต่ประเด็นคือ หากติดเชื้อจะอันตรายและอาการของโรคจะรุนแรงได้มากกว่า ไม่ว่าจะเป็นโรคหัวใจชนิดใดก็ตาม หากติดเชื้อร่างกายจะมีการตอบสนอง เช่น ไข้ขึ้นสูง มีการสร้างสารจากเซลล์ต่าง ๆ ในระบบภูมิคุ้มกันออกมาเพื่อต่อสู้กับเชื้อไวรัส จนอวัยวะในร่างกายเกิดการอักเสบมากขึ้น คนที่เป็นโรคหัวใจ กล้ามเนื้อหัวใจจะมีการบีบตัวที่ผิดปกติอยู่แล้ว ถ้าหากติดเชื้ออย่างรุนแรงอาจทำให้การทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจแย่ลงอย่างรวดเร็ว กล้ามเนื้อหัวใจอ่อนแอ เกิดหัวใจล้มเหลวได้

ทั้งนี้เชื้อโควิด-19 เมื่อเข้าสู่ปอดจะส่งผลทำให้ระบบการหายใจของผู้ป่วยเกิดปัญหาการแลกเปลี่ยนก๊าซออกซิเจนในร่างกายไม่เป็นปกติ เกิดภาวะออกซิเจนในเลือดต่ำ นั่นหมายถึง “หัวใจ” ต้องทำงานหนักขึ้นเพื่อพยายามให้เลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้เท่าเดิม ดังนั้นในกลุ่มคนที่เป็นโรคหัวใจ หากติดเชื้อไวรัสจะมีอาการรุนแรง ระบบการทำงานของร่างกายเกิดความผิดปกติ เกิดปัญหาในระบบอื่น ๆ ตามมา หรืออาจต้องใช้อุปกรณ์พยุงชีพเพิ่มมากขึ้น เช่น มีการเข้า ICU การใช้เครื่องช่วยหายใจ และระยะเวลาในการรักษาตัว





ในโรงพยาบาลนานกว่าผู้ป่วยทั่วไป การใช้ยากระตุ้นความดัน ซึ่งสถานการณ์แบบนี้อาจส่งผลให้ระบบต่าง ๆ ในร่างกายแย่ลง และมีอัตราการเสียชีวิตสูง

ทั้งนี้อาการของผู้ป่วยโรคหัวใจ หากติดเชื้อไวรัสโควิด-19 เริ่มต้นไม่ได้แตกต่างจากคนทั่วไปที่ได้รับเชื้อไวรัส เช่น มีไข้ ไอ หอบ จมูกไม่ได้กลิ่น ลิ้นไม่รับรส แต่หากผู้ป่วยโรคหัวใจมีการเดินทางไปยังพื้นที่เสี่ยง หรือมีประวัติสัมผัสกับผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง หรือมีอาการเหนื่อยหอบมากขึ้น หายใจลำบากมากขึ้น ควรเข้ารับการตรวจแยกอาการอีกครั้งว่าเป็นอาการที่เกิดจากโรคหัวใจ หรือสาเหตุมาจากการติดเชื้อ

เพื่อความปลอดภัย ห่างไกลจากโควิด-19 ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ ได้แก่ 1. ล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาด หรือล้างมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ 2. ใส่หน้ากากอนามัยให้ถูกต้องเพื่อควบคุมการแพร่กระจายโรค 3. หลีกเลี่ยงการเอามือไปสัมผัสบริเวณใบหน้า ไม่ขยี้ตา แคะจมูก และสัมผัสปาก เพื่อลดโอกาสการนำเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย เพราะเชื้อไวรัสโควิด-19 สามารถแพร่กระจายได้ผ่านทางละอองฝอยของผู้ป่วยหรือจากพื้นที่ที่เป็นแหล่งระบาด ทุกคนควรระมัดระวังการติดต่อ การสัมผัสด้วยการดูแลสุขอนามัยของตนเองอย่างเคร่งครัด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้สูงอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไปและมีโรคประจำตัว นอกจากนี้หากมีประวัติสัมผัสหรือใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่ต้องสงสัยภายใน 14 วัน แล้วมีอาการไข้ ไอ หายใจเหนื่อย ควรพบแพทย์เพื่อคัดกรองและหาสาเหตุแต่เนิ่น ๆ จะช่วยป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้ ที่สำคัญหากมีโรคหลอดเลือดหัวใจตีบเดิมหรือมีโรคประจำตัวที่เสี่ยงต่อหลอดเลือดหัวใจตีบควรรับประทานยาตามที่แพทย์สั่ง รวมถึงการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ประจำปี และวัคซีนป้องกันปอดบวม Pneumococcal vaccine หากมีข้อบ่งชี้ในผู้สูงอายุที่มีโรคปอดหรือโรคหัวใจควรอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์อย่างเคร่งครัด

วัคซีนโควิด-19 พร้อม...



หมอพร้อม ไม่ใช่ Application ดังนั้น จึงไม่จำเป็นที่เราต้องโหลดมาติดตั้งบนโทรศัพท์มือถือเหมือนกับแอปฯ ตัวอื่น ๆ เพราะว่าหมอพร้อมคือ **Line Official Account** ที่อยู่ในแอปฯ Line ที่เราใช้กันทุกวันนั่นเองค่ะ สำหรับวิธีการเข้าถึงง่าย ๆ เพียงแค่พิมพ์ “หมอพร้อม” หรือผ่าน QR Code หรือลิงค์ line://ti/p/@475ptmfj ก็สามารถใช้งานได้แล้วนะคะ โดยสามารถใช้ได้ทั้ง iOS และ Android

วัตถุประสงค์ของหมอพร้อมกับการฉีดวัคซีนโควิด-19

- หมอพร้อมไม่ใช่ระบบจองวัคซีน อย่าเข้าใจผิด ไม่ใช่การลงชื่อเพื่อหวังจะได้จองคิวฉีดวัคซีนนะคะ
- หมอพร้อมใช้เป็นระบบรองรับการฉีดวัคซีนโควิด-19 ของแต่ละกลุ่มที่มีความเสี่ยงแตกต่างกันไป
- หมอพร้อมจะถูกใช้เป็นช่องทางสื่อสารระหว่างหน่วยงานที่จัดการเรื่องการฉีดวัคซีน การติดตามผลการฉีดกับผู้ที่ได้รับการฉีดวัคซีนโควิด-19 ไปแล้ว
- ใช้เป็นระบบรายงานติดตามอาการที่ไม่พึงประสงค์ที่อาจเกิดกับผู้ที่ได้รับวัคซีนไปแล้ว
- ใช้เป็นระบบนัดหมายในการรับวัคซีนเข็มที่ 2



การทำงานของ “หมอพร้อม” มีฟังก์ชันต่าง ๆ ดังนี้

- วัคซีนโควิด-19 ตรวจสอบกลุ่มเป้าหมายการได้รับวัคซีน แสดงข้อมูลวัคซีนที่ได้รับ เช่น บริษัทผู้ผลิตวัคซีน แสดง Lot Release และ Serial Number นอกจากนี้ระบบ “หมอพร้อม” ยังเป็นระบบประเมินความเสี่ยง การเลือกโรงพยาบาล เลือกเวลาที่จะไปรับวัคซีน ช่วยติดตามการรายงานผลข้างเคียงจากการรับวัคซีน และแสดงใบยืนยันการได้รับวัคซีน แจ้งวันนัดมาฉีดวัคซีนเข็มที่ 2
- สถานการณ์โควิด-19 วันนี้ โดยจะมีการแจ้งรายละเอียด ยอดผู้ติดเชื้อในไทยและต่างประเทศ รวมทั้ง ข่าวสารสถานการณ์โควิด-19 ต่าง ๆ ความรู้เกี่ยวกับโรค เป็นต้น
- ค้นหาหน่วยบริการตรวจโควิด-19 โดยประชาชนที่มีความเสี่ยงสามารถค้นหาหน่วยบริการตรวจโควิด-19 ที่ได้รับการรับรองจากกระทรวงสาธารณสุขทั้งภาครัฐและเอกชน ด้วยการค้นหา 2 รูปแบบ ดังนี้ ค้นหาจากพิกัดใกล้ตัว และค้นหาจากชื่อหน่วยบริการ
- บริการพิเศษอื่น ๆ เช่น ค้นหาหน่วยบริการ ตรวจสอบสิทธิรักษาพยาบาล บริการจองคิว ความรู้สุขภาพ และยา เป็นต้น

วิธีการใช้งาน

1. หลังจากหาแอปฯ เจอและกดเพิ่มเพื่อนไปแล้ว ก็มีขั้นตอนคือ 1. ต้องลงทะเบียน 2. ตรวจสอบข้อมูล และยืนยัน นอกจากตัวเองแล้วยังสามารถลงทะเบียนแทนคนในครอบครัวได้ โดยไปที่หน้าต่างยืนยัน ข้อมูลอีกครั้ง กด “เพิ่มบุคคลอื่น” และ “ระบุความสัมพันธ์” แล้ว “ลงทะเบียนและยืนยัน” รอยืนยันจากระบบหากลงทะเบียนสำเร็จ



2. ตรวจสอบและยืนยันสิทธิการรับวัคซีนโควิด-19 โดยไปที่หน้าหลัก กดเมนู “วัคซีน” ตรวจสอบข้อมูล แล้วกดปุ่มรับสิทธิ สามารถค้นหาหน่วยงานที่ให้บริการวัคซีนได้



3. ประเมินอาการไม่พึงประสงค์หลังได้รับวัคซีนเข็มที่ 1 (ประชาชน)
- 3.1 หลังฉีดวัคซีนเข็มที่ 1 แล้วจะได้รับข้อความยืนยัน
 - 3.2 ทำแบบประเมินหลังจากได้รับวัคซีนในวันที่ 1 (วันแรก)
 - 3.3 จะได้รับการแจ้งเตือนให้ทำแบบประเมินครั้งที่ 2 ในอีก 7 วันหลังจากฉีดวัคซีน
 - 3.4 จะได้รับการแจ้งเตือนให้ทำแบบประเมินครั้งที่ 3 ในวันที่ 30 หลังจากฉีดวัคซีน
 - 3.5 จากนั้นจะได้รับการแจ้งเตือนฉีดวัคซีนเข็มที่ 2



4. ประเมินอาการไม่พึงประสงค์หลังได้รับวัคซีนเข็มที่ 2 (ประชาชน)
 - 4.1 หลังฉีดวัคซีนเข็มที่ 2 แล้วจะได้รับข้อความยืนยัน
 - 4.2 ทำแบบประเมินหลังจากได้รับวัคซีนเข็มที่ 2 ในวันที่ 1 (วันแรก)
 - 4.3 จะได้รับการแจ้งเตือนให้ทำแบบประเมินอีก 3 ครั้ง คือในวันที่ 7, 30 และ 60
 - 4.4 หลังจากนั้นจะได้รับการยืนยันว่าได้รับวัคซีนครบทั้ง 2 เข็ม ถือเป็นอันได้รับวัคซีนโดยครบถ้วนสมบูรณ์



หมอพร้อมแล้ว พวกเราพร้อมกันหรือยังคะ ???

ข้อมูลอ้างอิง

- โรงพยาบาลราชวิถี Rajavithi Hospital Channel: <https://www.youtube.com/watch?v=2jV7EU6lr7M>

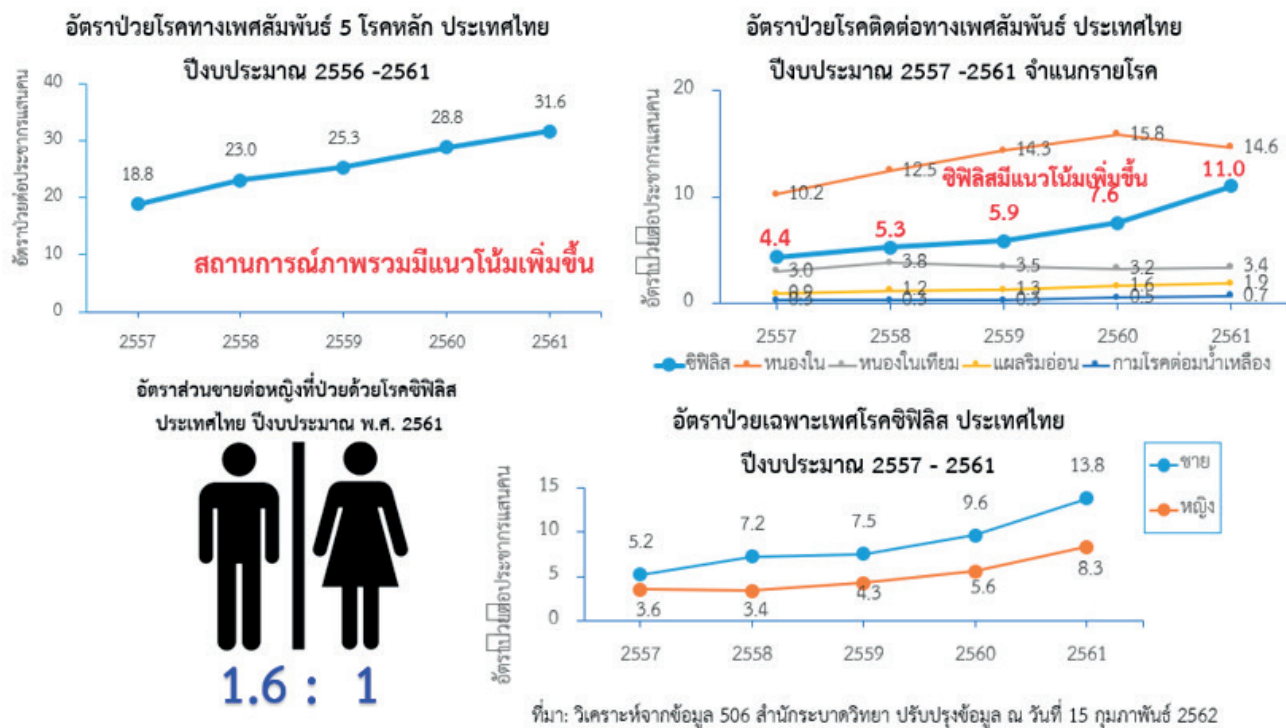
เฝ้าระวังโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์... กลับมาใหม่

ความรักเป็นสิ่งที่สวยงามและเป็นสิ่งที่ดี แต่เราก็ควรต้องป้องกัน เพื่อไม่ให้เกิดเหตุที่ไม่คาดฝัน สำหรับหนุ่ม ๆ สาว ๆ นักรักทั้งหลาย โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือเรียกกันแบบน่ารัก ๆ ว่า “โรคที่มากับความรัก” ที่หลายท่านสงสัยแต่ไม่กล้าพูดถึง สมาคมแพทย์ผิวหนังแห่งประเทศไทยจึงนำมาไขข้อข้องใจและทำความรู้จักกันในแต่ละโรค ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกันและเป็นเรื่องที่น่าแปลกว่าในช่วงรอบปีที่ผ่านมา ทำไมโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หลาย ๆ โรค กลับมาระบาดอีกครั้ง และโรคเหล่านี้สามารถที่จะติดต่อจากคนหนึ่งสู่อีกคนหนึ่ง โดยการมีเพศสัมพันธ์ บางโรคอาจติดต่อกันโดยการสัมผัสหรือถ่ายทอดสู่ลูกขณะอยู่ในครรภ์ ได้แก่ ซิฟิลิส หนองใน แผลริมอ่อน เริมอวัยวะเพศ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีบางโรคที่สามารถติดต่อทางการสัมผัสได้ เช่น หูดหงอนไก่ หูดข้าวสุก เริม หิด โลม ซึ่งในบางโรคอาจแสดงอาการหรือไม่แสดงอาการก็ได้ เรามารู้จักโรคเหล่านี้กันดีกว่า

ในปัจจุบันสถานการณ์โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในประเทศไทยมีแนวโน้มสูงขึ้น จากข้อมูลของกองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค พบว่ามีผู้ป่วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ประกอบไปด้วย 5 โรคหลัก (ซิฟิลิส หนองใน หนองในเทียม แผลริมอ่อน และฝีมะม่วง/กามโรคต่อมน้ำเหลือง) มีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในช่วง 5 ปีที่ผ่านมา โดยมีอัตราป่วยเพิ่มขึ้นจาก 23.0 ต่อประชากรแสนคน ในปีงบประมาณ 2558 เป็น 33.8 ต่อประชากรแสนคน ในปีงบประมาณ 2562 โดยพบว่าโรคหนองในมีอัตราป่วยสูงสุด รองลงมาคือ ซิฟิลิส หนองในเทียม แผลริมอ่อน และฝีมะม่วง/กามโรคต่อมน้ำเหลือง ตามลำดับ ซึ่งพบอัตราป่วยมากที่สุดในกลุ่มอายุ 15-24 ปี



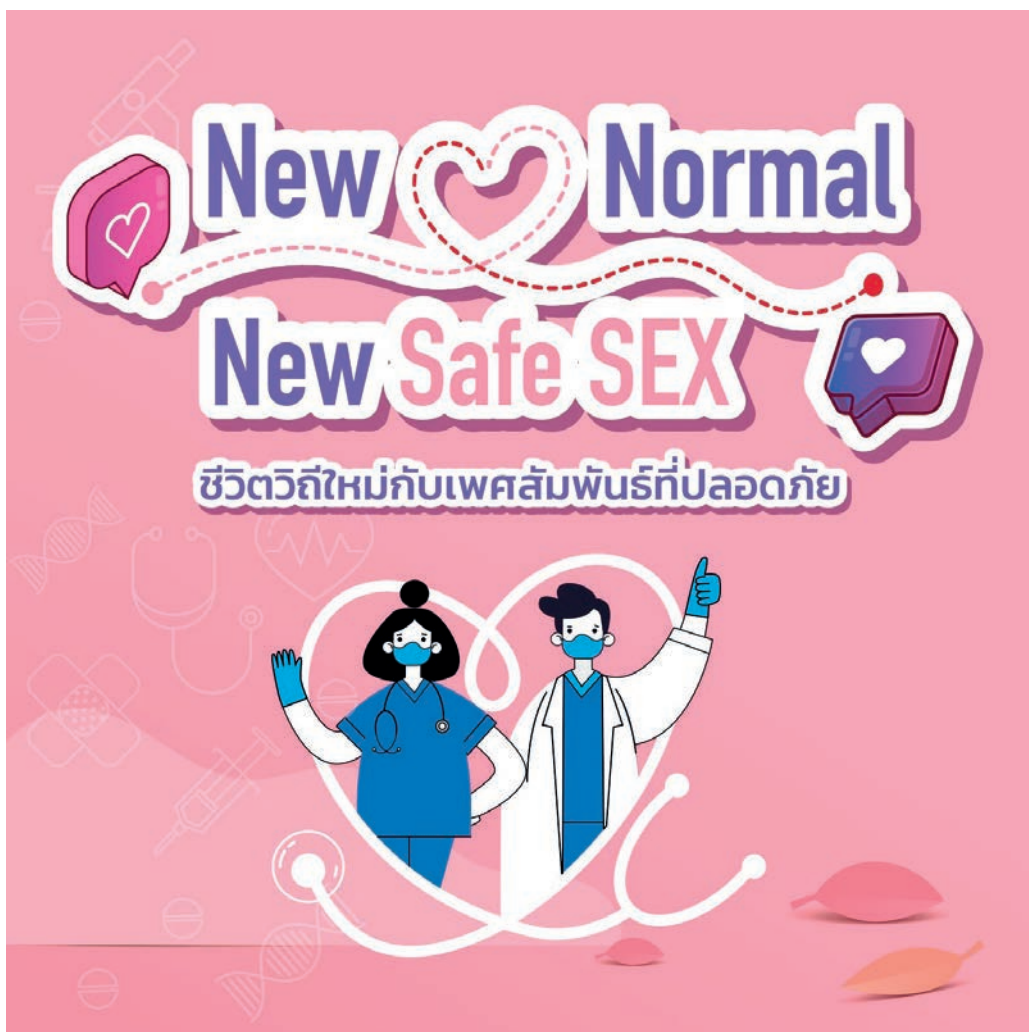
พญ.รศพร กิตติยาภิบาลย์



โรคหนองในเกิดจากเชื้อแบคทีเรียชื่อ *Neisseria gonorrhoeae* มีระยะฟักตัว 1-14 วัน และมักทำให้เกิดอาการในช่วง 2-5 วัน ในผู้ป่วยชายจะมีอาการปัสสาวะแสบขัด และมีหนองไหลจากท่อปัสสาวะ และอาจเกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น อักเสบอักเสบ และทำให้เป็นหมันได้ ผู้ชายอาจไม่แสดงอาการได้ร้อยละ 10 ส่วนในผู้หญิงอาจมีตกขาวมีกลิ่นเหม็น ปัสสาวะแสบขัด ปวดท้องน้อย และอาจเกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น อู้งเชิงกรานอักเสบจนอาจทำให้เกิดการตั้งครรภ์นอกมดลูกหรืออาจเป็นหมันได้ ผู้หญิงประมาณร้อยละ 70 อาจไม่มีอาการผิดปกติ ทั้งชายและหญิงอาจติดเชื้อที่ลำคอได้หากมีการร่วมเพศทางปาก (oral sex) และการติดเชื้อทางทวารหนักมักไม่มีอาการ ส่วนโรคหนองในเทียมเกิดจากเชื้อได้หลายชนิด แต่ส่วนใหญ่เกิดจากเชื้อแบคทีเรียซึ่งอาการจะน้อยกว่าโรคหนองใน และทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้เช่นเดียวกับโรคหนองใน

โรคซิฟิลิสเกิดจากเชื้อแบคทีเรียชื่อ *Treponema pallidum* มีระยะฟักตัวประมาณ 10-90 วัน ผู้ป่วยอาจมีอาการได้หลายอย่างตามระยะของโรค เช่น แผลริมแข็งที่อวัยวะเพศหรือทวารหนัก มีผื่นตามลำตัว ฝ่ามือ ฝ่าเท้า ผอมร่วง คิ้วร่วง แต่ในผู้ป่วยที่เป็นโรคซิฟิลิสระยะแฝงจะไม่แสดงอาการ ซึ่งหากไม่ได้รับการรักษา โรคอาจลุกลามทำลายอวัยวะสำคัญ เช่น หัวใจ สมอง กระดูก ทำให้พิการและเสียชีวิตได้

ปัจจัยเสี่ยงสำคัญของการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์คือ การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย หรือถุงยางอนามัยแตก รั่ว หลุด ไม่ว่าช่องทางใดช่องทางหนึ่งที่ใช้ในการมีเพศสัมพันธ์ก็ตาม (ทางอวัยวะเพศ ทางทวารหนัก ทางช่องปากและคอ) คู่เพศสัมพันธ์เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือการที่มีคู่เพศสัมพันธ์มากกว่า 1 คน ก็ทำให้ความเสี่ยงเพิ่มมากขึ้นเช่นเดียวกัน



ดังนั้น ในการป้องกันไม่ให้โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สามารถทำได้ง่าย ๆ โดยการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกต้องทุกช่องทางที่ใช้ในการมีเพศสัมพันธ์ (ทางอวัยวะเพศ ทางทวารหนัก ทางช่องปาก และคอ) เนื่องจากสามารถติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ทุกช่องทาง และหากมีการใช้สารหล่อลื่น ควรใช้สารหล่อลื่นชนิดที่มีน้ำหรือซิลิโคนเป็นส่วนผสม เนื่องจากการใช้สารหล่อลื่นที่มีส่วนผสมอื่น ๆ อาจทำให้ถุงยางอนามัยฉีกขาดได้ง่าย

สำหรับการป้องกันโรคเอดส์ (เอชไอวี) มีการรับประทานยาต้านไวรัสเอชไอวี (ยาเพร็พ) เพื่อเป็นการป้องกันการติดเชื้อก่อนการสัมผัสเชื้อเอชไอวี (Pre-Exposure Prophylaxis หรือ PrEP) การใช้ยาเพร็พ (PrEP) ยังคงต้องร่วมกับการใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งเมื่อมีเพศสัมพันธ์ เนื่องจากยาเพร็พ (PrEP) ไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ ได้ ประโยชน์ของการใช้ถุงยางอนามัยนอกจากจะป้องกันโรคได้แล้ว ยังสามารถป้องกันการท้องไม่พร้อมได้อีกด้วย



หมอวยง ตอบข้อสงสัยวัคซีนโควิด-19 ที่คนไทยควรรู้



ศ.นพ.ยง แพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางด้านไวรัสวิทยาคลินิก เผยวัคซีนโควิด-19 ของบริษัท ซิโนแวคมีประสิทธิภาพลดความรุนแรงของโรคได้ดี มีความปลอดภัย เชื่อชนกลุ่มเป้าหมาย รับการฉีดวัคซีนเพื่อชาติ พร้อมตอบข้อสงสัยวัคซีนโควิด-19 ที่คนไทยควรรู้

ศ.นพ.ยง ภู่วรวรรณ หัวหน้าศูนย์เชี่ยวชาญเฉพาะทางด้านไวรัสวิทยาคลินิก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย แถลงข่าวประเด็น “วัคซีนโควิด-19: ที่คนไทยควรรู้” ว่า การระบาดของโควิด-19 ครั้งนี้ถือเป็นการระบาดใหญ่ในรอบ 100 ปี หลังจากที่เคยมีการระบาดของไข้หวัดใหญ่สเปนในปี พ.ศ. 2461 หากไม่มีการดำเนินการใดในประเทศไทย มีผู้เสียชีวิต 1% หรือประมาณ 7 แสนคน และใช้เวลา 2 ปีโรคจึงจะสงบ ซึ่งที่ผ่านมามาตรการต่าง ๆ และการใช้ชีวิตแบบวิถีชีวิตใหม่สามารถลดการระบาด ลดการสูญเสียได้อย่างมาก ทำให้ไทยมีผู้เสียชีวิตประมาณ 80 คน สำหรับวัคซีนโควิด-19 จะมาทดแทนการป่วย สร้างภูมิคุ้มกันให้เกิดขึ้น

สำหรับวัคซีนโควิด-19 ของบริษัทซิโนแวคที่จะฉีดให้ผู้ที่อยู่ในประเทศไทยมีประสิทธิภาพลดความรุนแรงของโรคได้ดี โดยป้องกันการป่วยที่มีอาการน้อย ต้องพบแพทย์แบบผู้ป่วยนอกได้ถึง 70% ป้องกันการป่วยที่ต้องเข้าโรงพยาบาลได้ 100% และป้องกันการเจ็บป่วยเล็กน้อยที่ไม่ต้องพบแพทย์ 50 กว่า% สาเหตุที่ยังไม่ฉีดในคนที่อายุ 60 ปีนั้น เนื่องจากเป็นวัคซีนใหม่ มีการศึกษาในผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปประมาณ 3% จึงยังไม่ทราบผลในการป้องกันโรคและอาการแทรกซ้อน คาดว่ารอผลการศึกษาประมาณ 2 เดือน เมื่อมีข้อมูลมากขึ้นอาจปรับเปลี่ยนได้

ศ.นพ.ยง กล่าวต่ออีกว่า สำหรับจะฉีดเมื่อไหร่ นั้น กระทรวงสาธารณสุขมีกฎเกณฑ์ จัดลำดับการฉีดตามความเสี่ยง ขณะนี้ทั่วโลกฉีดวัคซีนไปแล้วมากกว่า 220 ล้านโดส บางประเทศ เช่น อิสราเอล ฉีดเข็มแรกครอบคลุมประชากรถึง 80% พบว่าจำนวนผู้ติดเชื้อลดลงกว่าครึ่ง อัตราตายต่อวันลดลง ชี้ให้เห็นว่าการฉีดวัคซีนหมู่สามารถป้องกันโรคได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนอาการ

แทรกซ้อนนั้น ข้อมูลของสหรัฐอเมริกาจัด 13 ล้านคน มีอาการแพ้รุนแรง 5 คนในล้านคน เกิดอาการขณะอยู่ในโรงพยาบาล ไม่มีผู้เสียชีวิต ส่วนภาพรวมหลังการฉีด 220 ล้านโดส มีผู้เสียชีวิต 113 ราย เมื่อสอบสวนแล้วพบว่าไม่มีรายใดที่เกี่ยวกับการฉีดวัคซีนโดยตรง ส่วนใหญ่เกิดจากอุบัติเหตุและโรคประจำตัว อาการที่พบส่วนใหญ่เป็นอาการหลังการฉีดวัคซีนทั่วไป เช่น เจ็บปวดเล็กน้อย บริเวณที่ฉีด มีไข้ จึงขอให้มั่นใจในเรื่องความปลอดภัยของวัคซีน

“ส่วนจะฉีดวัคซีนโควิด-19 ชนิดใดดีนั้น วัคซีนซิโนแวคและแอสตราเซนเนก้าที่นำมาฉีดในประเทศไทยมีประสิทธิภาพไม่แตกต่างกัน สามารถลดความรุนแรงของโรคได้ดี ไม่ให้มีอาการป่วยรุนแรงและเสียชีวิต เมื่อมีวัคซีนเราก็จะมีการผ่อนคลายเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ การฉีดวัคซีนเป็นการป้องกันเรา ป้องกันเขา และยังเป็น การป้องกันคนรอบข้าง จึงขอเชิญชวนให้มารับการฉีดวัคซีนเป็นการฉีดเพื่อชาติ เพราะเมื่อมีการฉีดจำนวนมาก โรคนี้ก็จะสงบลง ชีวิตความเป็นอยู่ของเราจะกลับคืน ฟื้นฟูเศรษฐกิจต่อไป ซึ่งผลสำรวจประชาชนกว่า 30,000 คน พบว่า 80% ต้องการฉีดวัคซีน” ศ.นพ.ยง กล่าว

สำหรับข้อสงสัยว่ามีความจำเป็นที่ต้องตรวจภูมิคุ้มกันทานก่อนและหลังฉีดวัคซีนหรือไม่ นั้น ไม่มีความจำเป็นต้องตรวจจะตรวจเฉพาะเมื่อนำข้อมูลไปใช้สำหรับการศึกษาวิจัยเท่านั้น



ผู้ที่มีอายุ 90 ปี ฉีดวัคซีนได้หรือไม่ คำตอบคือ อายุไม่ได้เป็นปัจจัยที่เป็นข้อห้ามไม่ให้ฉีดวัคซีน โดยวัคซีนของบริษัทแอสตราเซนเนก้าฉีดได้ตั้งแต่อายุ 18 ปีขึ้นไป ส่วนซิโนแวคต้องรอข้อมูลอีกระยะหนึ่ง

ฉีดวัคซีนโควิด-19 พร้อมกับวัคซีนไขหวัดใหญ่ได้หรือไม่ เนื่องจากวัคซีนโควิด-19 เป็นวัคซีนใหม่ จึงยังไม่อยากให้ฉีดพร้อมกับวัคซีนอื่น เพราะหากมีอาการข้างเคียงจะไม่ทราบว่าเป็นจากวัคซีนใด จึงให้ฉีดห่างกัน 2 สัปดาห์ ยกเว้นในกรณีป้องกันโรครุนแรงถึงชีวิต สามารถฉีดได้ เช่น ถูกสุนัขกัด จำเป็นต้องฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้า วัคซีนป้องกันบาดทะยัก

การฉีดวัคซีนเข็มที่ 1 และเข็มที่ 2 คนละชนิดได้หรือไม่ ปัจจุบันยังไม่มีข้อมูลการศึกษาในวัคซีนโควิด-19 อยู่ระหว่างทำการศึกษา คาดว่าในอีก 3-4 เดือนจะทราบผล จึงขอให้ฉีดชนิดเดียวกันก่อน สำหรับเด็กควรจะได้รับวัคซีนหรือไม่ เด็กควรจะเป็นกลุ่มสุดท้ายที่จะต้องได้รับวัคซีน เพราะส่วนใหญ่เด็กติดเชื้อโควิด-19 มีอาการป่วยไม่รุนแรง

เมื่อฉีดวัคซีนแล้วจะเป็นโรคโควิด-19 ได้หรือไม่ มีโอกาสป่วยได้ เนื่องจากวัคซีนป้องกันไม่ได้ 100% แต่หลังฉีดวัคซีนถ้าเป็นโรคส่วนใหญ่อาการน้อยลง ลดอัตราการเสียชีวิต ลดความรุนแรงที่จะเข้าโรงพยาบาล

ประเด็นสุดท้ายคนท้องหรือให้นมบุตรฉีดได้หรือไม่ โดยปกติคนท้องสามารถฉีดวัคซีนได้ ถ้าเป็นวัคซีนชนิดเชื้อตาย แต่เนื่องจากวัคซีนนี้เป็นวัคซีนใหม่ ยังไม่เคยมีการศึกษาในคนท้อง จึงยังไม่ฉีดให้คนท้อง ยกเว้นกรณีมีความเสี่ยงเป็นบุคลากรด่านหน้าจะต้องพิจารณาเป็นกรณีไป เปรียบเทียบระหว่างความเสี่ยงกับประโยชน์ที่จะได้รับ ส่วนการฉีดวัคซีนในสตรีไม่มีความจำเป็นต้องตรวจว่าตั้งครรภ์หรือไม่ แต่หากรู้ที่ตั้งครรภ์จะไม่ฉีดเข็มที่ 2





โครงการอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพเภสัชกร และพยาบาลวิชาชีพเครือข่ายจิตเวช ร.พ.สวนปรุง พร้อมติดตามการดูแลจิตใจประชาชนในสถานการณ์โควิด-19 ใน 8 จังหวัดภาคเหนือ

พญ.พรรณพิมล วิปุลากร อธิบดีกรมสุขภาพจิต เป็นประธานเปิดโครงการอบรม 2 หลักสูตร ได้แก่ หลักสูตรการฝึกอบรมระยะสั้นการบริหารเภสัชกรรมเฉพาะทางสาขาจิตเวช รุ่นที่ 12 และหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางสาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช รุ่นที่ 22 ณ โรงพยาบาลสวนปรุง โดยมี นพ.สมัย ศิริทองถาวร, นพ.ชินรอส ลีสวัสดิ์ รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต, นพ.จตุชัย มณีรัตน์ นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่, นพ.กิตติกวี โพธิ์โน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสวนปรุง กล่าวรายงาน, พญ.หทัยชนนี บุญเจริญ ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาการเด็กราชชนกนครินทร์, ว่าที่ร้อยโทไผะชิด กัลยา ผู้อำนวยการศูนย์สุขภาพจิตที่ 1, คณาจารย์จากคณะเภสัชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ร่วมในงาน

พญ.พรรณพิมล วิปุลากร อธิบดีกรมสุขภาพจิต กล่าวว่า กรมสุขภาพจิตได้มุ่งเน้นการพัฒนาศักยภาพเครือข่ายบริการด้านสุขภาพจิตมาอย่างต่อเนื่อง โดยหลักสูตรการอบรมดังกล่าวสามารถเชื่อมโยงได้กับนโยบาย 3 หมอที่มีแนวคิดคือ ต้องการให้คนไทยทุกคนทุกคนรอบตัวมีหมอดูแลในทุกระดับของการเจ็บป่วย ตั้งแต่การเจ็บป่วยเล็กน้อยดูแลได้ภายในครอบครัวและชุมชน การเจ็บป่วยที่เพิ่มระดับการบริการสุขภาพและการแพทย์ขั้นมา ต้องการการดูแลในสถานบริการปฐมภูมิใกล้บ้านในระดับตำบล และการเจ็บป่วยที่ต้องการการรักษาพยาบาลในโรงพยาบาลหรือ



การดูแลในระดับอำเภอต่อไปถึงระดับจังหวัด โดย 3 หมอที่ว่านี้คือ 1. หมอประจำบ้าน ได้แก่ อสม. 2. หมอสาธารณสุข ได้แก่ เจ้าหน้าที่ทุกคนที่ปฏิบัติหน้าที่ในสถานบริการปฐมภูมิ ทั้ง รพ.สต., คลินิกชุมชนอบอุ่น ครอบคลุมบุคลากรทุกสาขาวิชาชีพทั้งพยาบาลเภสัชกร และวิชาชีพอื่น ๆ และ 3. หมอเวชปฏิบัติครอบครัว โดยเป้าหมายคือ ประชาชนเป็นเจ้าของระบบสุขภาพที่แท้จริง มีสุขภาพที่ดี ลดความแออัดในโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ

พญ.พรรณพิมล ยังได้กล่าวเพิ่มเติมสำหรับความห่วงใยในกลุ่มเสี่ยงภาวะสุขภาพจิตในสถานการณ์โควิด-19 ในเขตภาคเหนือ จากการที่ได้ส่งทีม MCATT เขตสุขภาพที่ 1 (ทีมเชี่ยวชาญจิตใจในภาวะวิกฤตสุขภาพจิต) โรงพยาบาลสวนปรุง, ศูนย์สุขภาพจิตที่ 1 และสถาบันพัฒนาการเด็กราชชนกนครินทร์ ประกอบด้วย นักจิตวิทยา



นักสังคมสงเคราะห์ นักกิจกรรมบำบัด นักวิชาการสาธารณสุข และพยาบาลวิชาชีพ ลงพื้นที่ดำเนินงานเชิงรุกโดยเสริมให้มีบริการรถโมบายคลายเครียดเพื่อประเมินภาวะสุขภาพจิตเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและประชาชน ซึ่งมีการคัดกรองสุขภาพจิตผ่านระบบ Mental Health Check in ให้บริการตรวจวัดความเครียดและการไหลเวียนของเลือดด้วยเครื่อง Biofeedback (HRV) พร้อมแปลและรายงานผลโดยนักจิตวิทยาและการให้คำปรึกษาเบื้องต้นในพื้นที่ 8 จังหวัดภาคเหนือ ระหว่างวันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2563 ถึงวันที่ 28 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564 นั้น จากการรายงานมีผู้ตอบแบบประเมิน 8,775 ราย พบผู้มีความเครียดสูงร้อยละ 8.9 เสี่ยงซึมเศร้าร้อยละ 12.09 เสี่ยงฆ่าตัวตายร้อยละ 6.55 และมีภาวะหมดไฟร้อยละ 5.09 โดยอยากจะขอเน้นย้ำในหลัก 3 ส. คือ สอดส่องมองหา โดยค้นหาผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือเร่งด่วน, ใส่ใจรับฟัง อย่างตั้งใจ เพื่อช่วยให้ผู้ที่มีความเครียดจากสถานการณ์คลายความทุกข์ในใจ และส่งต่อเชื่อมโยง โดยให้ความช่วยเหลือตามความจำเป็น ส่งต่อเข้าสู่กระบวนการรักษาที่เหมาะสม สำหรับในกลุ่มผู้มีความเครียดสูง ผู้มีภาวะหมดไฟ ท่านสามารถรับรู้ได้จากแอปพลิเคชัน Mental Health Check in ภายหลังการทำแบบประเมินโดยองค์ความรู้ที่ได้รับนำไปดูแลสุขภาพจิตตนเองได้ ทั้งนี้ท่านสามารถตรวจสอบสภาพจิตใจของตนเองได้ทางแอปพลิเคชัน Mental Health Check In และหากมีข้อสงสัยโทรศัพท์ปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต 1323 ได้ตลอด 24 ชั่วโมง

ทางด้าน **นพ.กิตติภูมิ โพธิ์โน** ผู้อำนวยการโรงพยาบาล **สวนปรุง** กล่าวว่า โรงพยาบาลสวนปรุงเป็นหน่วยงานนำร่องในการจัดทำหลักสูตรการพัฒนาศักยภาพทั้งพยาบาลวิชาชีพและเภสัชกรเฉพาะทางสาขาจิตเวช และเป็นที่ปรึกษาหน่วยงานในสังกัดกรมสุขภาพจิตมาอย่างต่อเนื่อง โดยได้รับการรับรองจากสภาการพยาบาล และสภาเภสัชกรรม ซึ่งในปัจจุบันได้อบรมพยาบาลวิชาชีพเฉพาะทางสาขาจิตเวชทั่วประเทศไปแล้วกว่า 830 คน และเภสัชกรเฉพาะทางจิตเวช 189 คน สำหรับโครงการ



อบรมแบ่งเป็น 2 หลักสูตร คือ หลักสูตรการฝึกอบรมระยะสั้นการบริหารทางเภสัชกรรมเฉพาะทางสาขาจิตเวช รุ่นที่ 12 ระยะเวลาอบรมวันที่ 1 มีนาคม-13 สิงหาคม พ.ศ. 2564 รวม 24 สัปดาห์ ผู้เข้าอบรมประกอบด้วยเภสัชกรจากโรงพยาบาลชุมชนในจังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย พะเยา ลำปาง ตาก อุตรดิตถ์ สระบุรี และนครราชสีมา และโรงพยาบาลในสังกัดกรมสุขภาพจิต รวมจำนวน 13 คน และหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางสาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช รุ่นที่ 22 ระยะเวลาอบรมวันที่ 3 มีนาคม-30 มิถุนายน พ.ศ. 2564 รวม 16 สัปดาห์ ผู้เข้าอบรมประกอบด้วยพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลศูนย์ และ รพ.สต.ในจังหวัดเชียงใหม่ เชียงรายแพร่ อุตรดิตถ์ ตาก พิษณุโลก เพชรบูรณ์ และโรงพยาบาลสวนปรุง จำนวน 27 คน และได้รับความอนุเคราะห์จากโรงพยาบาลหาดง โรงพยาบาลดอยสะเก็ด โรงพยาบาลสันทราย และโรงพยาบาลสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นสถานที่ฝึกปฏิบัติงานในชุมชน ซึ่งการพัฒนาศักยภาพเครือข่ายก็เพื่อการเข้าถึงบริการจิตเวชที่ทั่วถึงและต่อเนื่องเพื่อประชาชนมีสุขภาพจิตที่ดี



อาการคันจุดซ่อนเร้น ภัยเงียบที่ผู้หญิงต้องไม่ชะล่าใจ #น้องไม่คันถ้าพี่แคร้



สูตินรีแพทย์เผยอาการ “คัน” ที่จุดซ่อนเร้นไม่ใช่เรื่องไกลตัวสำหรับผู้หญิง มักพบบ่อย เกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุ โดยสาเหตุที่พบบ่อยที่สุดคือจากเชื้อรา และผู้หญิงไม่ควรละเลย เพราะเริ่มต้นจุดเล็ก ๆ เพียงแค่เกิดอาการคันที่รอบ ๆ หรือภายในช่องคลอดอาจนำไปสู่ปัญหามากมาย ทั้งตกขาว มีกลิ่นระคายเคือง อักเสบ ไปจนถึงโรคร้ายแรง เช่น โรคมะเร็ง ควรพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัย และใช้ยาที่มีคุณภาพเพื่อการรักษาตรงจุดและมีประสิทธิภาพ

พญ.กรพินธุ์ รัตนสุวรรณ สูตินรีแพทย์ โรงพยาบาลสมิติเวช ชลบุรี เปิดเผยว่า อาการคันบริเวณจุดซ่อนเร้นของผู้หญิงนั้นเกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุ เพราะผิวหนังส่วนนี้บอบบาง อ่อนโยน และแพ้ง่ายระคายเคืองได้ง่าย จึงควรหมั่นสังเกตและดูแลสุขภาพของจุดซ่อนเร้นให้ดี โดยสาเหตุการคันที่พบบ่อยที่สุดก็คือ “เชื้อรา” ทำให้คันได้ทั้งด้านนอกและในช่องคลอด นอกจากนี้อาจเกิดจากความอับชื้นในการใช้ผ้าอนามัยเป็นเวลานาน แพ้น้ำยาซักผ้า หรือแพ้น้ำยาล้างทำความสะอาดจุดซ่อนเร้น นอกจากนั้นอาการคันยังอาจเกิดจากสาเหตุอื่นรวมถึงโรคผิวหนังที่จุดซ่อนเร้น หรือแม้กระทั่งโรคมะเร็ง

“อาการคันจากเชื้อราบริเวณอวัยวะเพศหญิงไม่ใช่เรื่องไกลตัว เพราะพบว่าผู้หญิงจำนวนครึ่งหนึ่งเคยเป็นเชื้อราอย่างน้อย 1 ครั้งในชีวิต และมีถึง 10% ที่เป็นเชื้อราบ่อยมากกว่า 4 ครั้งต่อปี หากลูกหลานจนมีการตกขาวไหลออกมามากขึ้น เป็นน้ำหรือเป็นก้อนขาว ๆ และมักมีอาการคันแสบ ระคาย เจ็บในช่องคลอด

หรือปากช่องคลอดด้วย แนะนำให้รับมาตรวจภายในกับแพทย์ทันที” **พญ.กรพินธุ์** กล่าว

ปัจจุบันผู้หญิงหลายคนยังมีความรู้ที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการดูแล-เทคแคร์จุดซ่อนเร้น เช่น เมื่อมีอาการคันยุบยิบหรือมีกลิ่นจะใช้น้ำสบู่สวนล้างเข้าไปในช่องคลอด การทาแป้ง หรือบางคนมีความเชื่อที่ผิดว่า การทาสครับขัดผิวหรือ whitening จะทำให้ไม่หมองคล้ำ ซึ่ง **พญ.กรพินธุ์** ระบุว่าวิธีการเหล่านี้ อาจทำให้เกิดอาการแพ้และระคายเคืองมากขึ้น ที่สำคัญเมื่อคันแล้วห้ามเกาบ่อย ๆ เพราะผิวหนังจะอักเสบเรื้อรังก่อให้เกิดมะเร็งได้ต่อไป ส่วนเรื่องกลิ่นที่หลายคนกังวลนั้น ปกติบริเวณจุดซ่อนเร้นจะมีกลิ่นเปรี้ยวจาง ๆ จากเชื้อแบคทีเรียป้องกันโรคซึ่งมีอยู่ปกติในช่องคลอด ดังนั้น การใช้สบู่ที่มีกลิ่นหอมทำความสะอาดต้องระมัดระวังเรื่องการแพ้เป็นพิเศษใช้ได้เฉพาะภายนอกเท่านั้น ห้ามสวนล้างเข้าไปภายในช่องคลอดจะทำให้เสียภาวะสมดุล เสี่ยงต่อการอักเสบและมีกลิ่นมากขึ้น ที่สำคัญไม่ควรทาแป้งบริเวณนั้นเด็ดขาด เนื่องจากมีงานวิจัยว่าจะเพิ่มโอกาสเป็นมะเร็งรังไข่ได้

พญ.กรพินธุ์ แนะนำว่า สำหรับการดูแลสุขภาพบริเวณจุดซ่อนเร้นที่ถูกวิธีนั้น อันดับแรกต้องลดความเสี่ยงก่อน เชื้อราจะเติบโตได้บ่อยถ้าจุดซ่อนเร้นมีภาวะอับชื้น และ อาทิ การใส่แผ่นอนามัยทุกวัน หรือไม่ค่อยเปลี่ยนผ้าอนามัยในช่วงมีประจำเดือน การออกกำลังกายจนเหงื่อท่วมและปล่อยทิ้งไว้ไม่ทำความสะอาด การใส่กางเกงฟิตเกินพอดี ใส่ส้นเตี้ยใส่กางเกงยีนส์รัด ๆ หรือการรับประทานยาฆ่าเชื้อแบคทีเรียบ่อย ๆ รวมถึงผู้ที่อยู่ในช่วงตั้งครรภ์ หรือผู้ป่วยที่ควบคุมเบาหวานไม่ดี ผู้ที่มีอาการผิดปกติ อย่างเช่น มีตกขาวมากขึ้น หรือคันแสบ เจ็บระคายเคือง ควรรีบมาพบแพทย์เพื่อตรวจหาสาเหตุและวินิจฉัยอย่างถูกต้อง

สำหรับการใช้ยารักษาเชื้อราที่จุดซ่อนเร้นทั้งภายนอกและภายในช่องคลอด ปัจจุบันมีการใช้การรักษาในรูปแบบของยารับประทาน ยาทา และยาสอด โดยตัวยาที่ใช้กันแพร่หลายและมีผลศึกษาทางการแพทย์รับรอง เช่น ตัวยาโคลโทราโซลที่มีทั้งแบบทาและแบบสอด โดยแนะนำให้ใช้ยาทาภายนอกคู่กับยาสอดในกรณีที่มีการติดเชื้อราทั้งภายในและบริเวณรอบอวัยวะเพศ เพราะจะสามารถทำให้ลดอัตราการกลับมาเป็นซ้ำได้ ที่สำคัญการเลือกซื้อยาจากไซเคียลมีเดียควรตรวจสอบคุณสมบัติให้ชัดเจนด้วย และในปัจจุบันยังไม่มีงานวิจัยที่เชื่อถือได้น้ำยาล้างหรือครีมแช่แช่ใด ๆ สามารถฆ่าเชื้อราได้อย่างที่โฆษณาเกิน ผู้มีอาการควรเลือกยาที่มีคุณภาพมาตรฐาน เป็นผลิตภัณฑ์ที่น่าเชื่อถือ มีการรับรองจาก ออย. และแนะนำโดยผู้เชี่ยวชาญ แพทย์ หรือเภสัชกร

“สิ่งสำคัญที่สุดในการดูแลบริเวณช่องคลอดของผู้หญิงคือ ใช้ยารักษาอย่างถูกต้อง เหมาะสม ที่สำคัญคือ ต้องลดความเสี่ยง ควรดูแลให้น้องสาวแห้ง อย่าปล่อยไว้แฉะและอับชื้น สามารถล้างด้วยผลิตภัณฑ์ที่ไม่แพ้ได้เฉพาะภายนอกเท่านั้น และเมื่อมีอาการผิดปกติ เช่น ตกขาวหรือคันระคายเคือง ควรรีบมาตรวจรักษาโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ เพื่อใช้ยาให้ถูกกับเชื้อจะได้ผลดี มีประสิทธิภาพ ป้องกันโรคแทรกซ้อนหรือนำไปสู่การป่วยเป็นโรคที่ร้ายแรงในอนาคต” **พญ.กรพินธุ์** กล่าวทิ้งท้าย



สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี โชว์ความสำเร็จ การดูแลทารกแรกเกิดอายุ 5 วันที่ติดเชื้อ COVID-19



กรมการแพทย์ โดยสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี รักษาผู้ป่วยเด็ก COVID-19 จนอาการดีขึ้นและส่งกลับคืนสู่อ้อมอกพ่อแม่อย่างปลอดภัย ดังปณิธานของกรมการแพทย์ “ทุกลมหายใจที่ได้คืนมา มีค่ามากเกินกว่าคำชื่นชม”



นพ.สมศักดิ์ อรรฆศิลป์ อธิบดีกรมการแพทย์ เปิดเผยว่า จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อ COVID-19 ระลอกใหม่ที่ผ่านมา กรมการแพทย์ร่วมกับภาคีเครือข่ายร่วมจัดระบบการตรวจรักษาในพื้นที่ด้วยการส่งผู้ป่วยหนักหรือกรณีผู้ป่วยจำนวนมากเข้าทำการรักษาในสถานพยาบาลที่มีประสิทธิภาพสูง โดยเฉพาะผู้ป่วยเด็ก ซึ่งที่ผ่านมาสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินีได้ทำการรักษาผู้ป่วยเด็กเป็นจำนวนมากพอสมควร กรณีเด็กทารกแรกเกิดอายุ 5 วัน สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินีได้ทำการรักษาจนหายขาดและส่งกลับคืนสู่อ้อมอกพ่อแม่อย่างปลอดภัย



นพ.อดิศักดิ์ ภัตตาตั้ง ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี กล่าวเพิ่มเติมว่า สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินีได้รับเด็กทารกแรกเกิดอายุ 5 วันที่ติดเชื้อ COVID-19 และปลอดภัยจากโรงพยาบาลสมุทรสาคร มีปัญหาไม่สามารถหายใจเองได้ ต้องใส่ท่อออกซิเจนพร้อมเครื่องช่วยหายใจ ต้องดูแลอย่างใกล้ชิดตลอดเวลา ที่สำคัญติดเชื้อในกระแสเลือดทำให้ต้องฉีดยาทุก 6 ชั่วโมง และทำการรักษาตามอาการที่เกิดขึ้นจนสามารถหายใจเองได้และกลับคืนสู่อ้อมอกพ่อแม่อย่างปลอดภัย สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินีพร้อมดูแลและรักษาผู้ป่วยเด็กที่อาการยุ่งยากซับซ้อน มีทีมแพทย์และพยาบาลที่เชี่ยวชาญดูแลด้วยความใส่ใจ มีสถานที่และเครื่องมือที่ทันสมัยให้สมกับเป็นสถาบันเฉพาะทาง



ม.มหิดล ร่วมพัฒนาแอปพลิเคชัน “กินยาแล้ว” เชื่อมโยงนวัตกรรมจัดยาด้วยระบบ AI

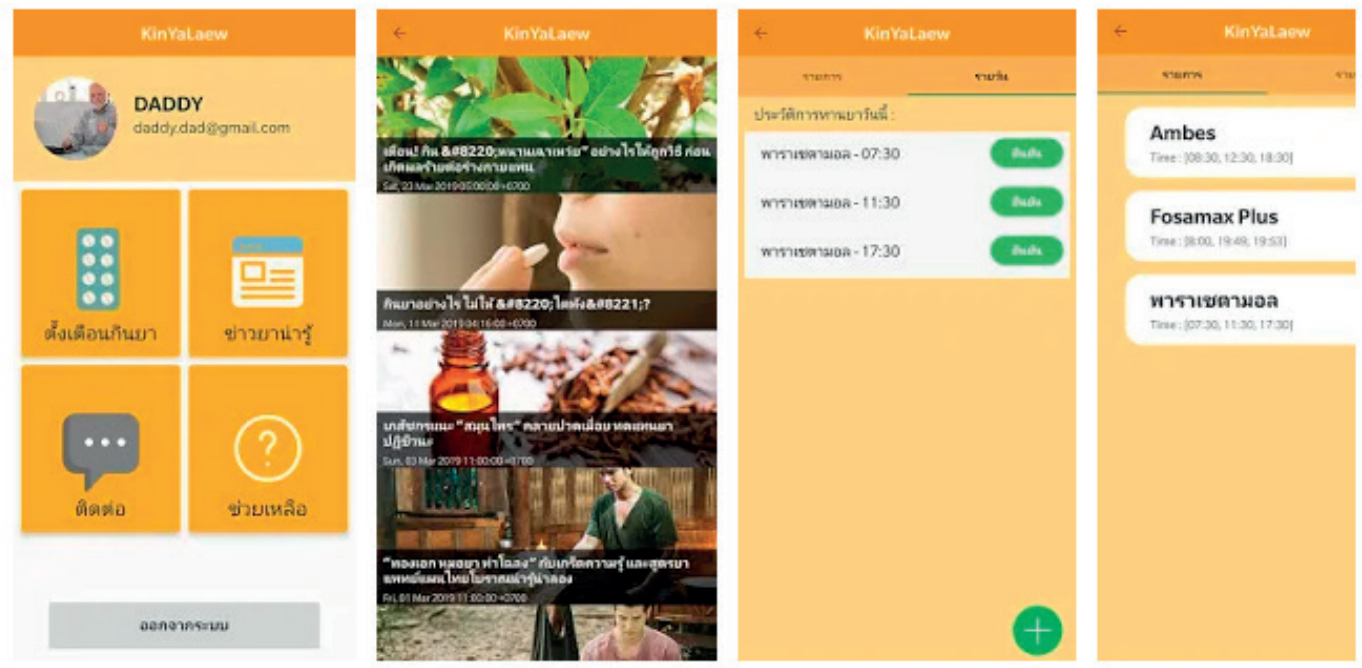


นับวันเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ หรือ AI ยิ่งเข้ามามีบทบาทเกี่ยวข้องต่อการดำเนินชีวิตในโลกยุคปัจจุบันเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ แม้แต่ปัญหาการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 ซึ่งมีผลกระทบโดยตรงต่อสุขภาพของประชาชน



ผศ.ดร.นริศ หนูหอม รองหัวหน้าภาควิชาวิศวกรรมคอมพิวเตอร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ผู้ร่วมวิจัยในคลัสเตอร์ดิจิทัลของเครือข่ายพันธมิตรมหาวิทยาลัยเพื่อการวิจัย (Research University Network Thailand หรือ RUN) กล่าวว่า มหาวิทยาลัยมหิดลได้มีความพยายามอย่างยิ่งที่จะเร่งพัฒนางานวิจัยและนวัตกรรมต่าง ๆ โดยอาศัยความร่วมมือจากหลากหลายหน่วยงาน ทั้งภายในและภายนอก เพื่อแก้ไขปัญหาและบรรเทาวิกฤติต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 โดยได้ร่วมสร้างนวัตกรรมระบบข้อมูลยาจำนวน 2 โครงการ ได้แก่ โครงการพัฒนาแอปพลิเคชัน “กินยาแล้ว” เพื่อตรวจสอบชนิดยา และแจ้งเตือนการรับประทานยา ซึ่งจัดทำเสร็จสิ้นและอยู่ในระหว่างการทดลองใช้ และโครงการพัฒนาระบบอัตโนมัติ AI สำหรับตรวจสอบความถูกต้องของการจัดยา เพื่อลดความแออัดของโรงพยาบาล และลดการติดเชื้อของเจ้าหน้าที่จัดยา ซึ่งเป็นโครงการที่กำลังอยู่ในระหว่างการดำเนินการพัฒนา

ซึ่งจุดเด่นของแอปพลิเคชัน “กินยาแล้ว” คือการสามารถอ่านข้อมูลจาก QR Code เพื่อดึงข้อมูลรายการยาเข้าสู่ระบบการแจ้งเตือนเพื่อไม่ให้ผู้ป่วยลืมรับประทานยา อีกทั้งช่วยให้ผู้ดูแลสามารถทราบเวลาที่จะต้องจัดเตรียมยาให้ผู้ป่วย หรือย้ำเตือนผู้ป่วย



ไม่ให้ลืมรับประทานยา สำหรับอีกโครงการเป็นการพัฒนาต่อยอดจากโครงการแรก โดยเชื่อมโยงระบบยาจากโรงพยาบาลสู่ผู้ป่วยผ่านแอปพลิเคชันบนมือถือ ซึ่งผู้ป่วยสามารถนำ QR Code ที่สร้างจาก Platform ไปรับยาจากร้านขายยาใกล้บ้านได้ โดยไม่ต้องรอคิวรับยาที่โรงพยาบาล ซึ่งมีกลไกตรวจสอบความถูกต้องของการจัดยา ด้วยระบบอัตโนมัติ AI โดยทีมผู้วิจัยจะดำเนินการยื่นจดสิทธิบัตรทางนวัตกรรมต่อไป

ผู้ป่วยมีความคาดหวังต่อการบริการดูแลรักษาสุขภาพที่มีความสะดวกสบาย และการเข้าถึงบริการที่ง่ายและรวดเร็ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงวิกฤติ COVID-19 ที่โรงพยาบาลมีความแออัด ซึ่งระบบ AI จะเข้ามาช่วยลดความคลาดเคลื่อนในการจัดยา ตลอดจนช่วยแบ่งเบาภาระของบุคลากรทางการแพทย์เพื่อให้มีเวลามากขึ้นสำหรับการวางแผนเตรียมพร้อมเพื่อรับมือกับสถานการณ์ COVID-19 ที่เกิดขึ้นได้ต่อไป

“คนที่อยู่รอดไม่ใช่คนที่ฉลาดที่สุด แต่เป็นคนที่ปรับตัวได้ดีที่สุด อนาคตจะเป็นอย่างไรอยู่ที่เราปรับตัว วิกฤติ COVID-19 ที่ผ่านมามีทำให้เราได้เรียนรู้และปรับเปลี่ยนสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ไม่ว่าจะเป็นอะไรจะเกิดขึ้น หากพวกเราคนไทยพร้อมร่วมแรงร่วมใจ สร้างความแข็งแกร่งให้แก่ประเทศไทย สุดท้ายเชื่อว่าเราก็จะสามารถผ่านวิกฤติต่าง ๆ ไปได้ในที่สุด” ผศ.ดร.นริศ กล่าวทิ้งท้าย

ติดตามข่าวสารที่น่าสนใจจากมหาวิทยาลัยมหิดลได้ที่ www.mahidol.ac.th





สมุนไพรรักษาโรคไต สิ่งที่คุณควรรู้และข้อควรระวัง

ในปัจจุบันได้มีการโฆษณาถึงสรรพคุณของยาสมุนไพรหลายชนิดว่าสามารถรักษาโรคไตเรื้อรังให้ดีขึ้นหรือกลับมาเป็นปกติได้ ซึ่งสมุนไพรดังกล่าวประชาชนสามารถซื้อหาได้โดยง่าย ทั้งในรูปแบบดั้งเดิมและนำมาแปรรูปเป็นแคปซูล หรือในรูปแบบต่าง ๆ ทำให้ผู้ป่วยอาจจะมีความสงสัยอยู่ว่าเขาสามารถจะลองใช้ผลิตภัณฑ์อาหารเสริมสมุนไพรต่าง ๆ เพื่อช่วยรักษาโรคไตของเขาได้หรือไม่ จะมีข้อเสียอะไรหรือไม่

ในประเด็นนี้ สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย ร่วมกับเครือข่ายองค์กรทางการแพทย์ที่เกี่ยวข้อง ได้ยืนยันว่า ในปัจจุบันยังไม่มีสมุนไพรตัวไหนที่มีข้อมูลหลักฐานทางงานวิจัยหรือการบันทึกมากเพียงพอที่แสดงถึงประโยชน์ในการรักษาโรคไตได้อย่างมั่นใจ การนำมาใช้จึงอาจทำให้เกิดโทษต่อผู้ป่วยโรคไตได้ เนื่องจาก

1. ไตเป็นอวัยวะที่สามารถเกิดอันตรายจากการใช้ยาและสารต่าง ๆ ได้ง่าย ซึ่งยาสมุนไพรส่วนใหญ่ยังไม่มีข้อมูลเกี่ยวกับขนาดยาที่เหมาะสมในผู้ป่วยโรคไต
2. สมุนไพรที่ไม่ได้มาตรฐานอาจมีสารปนเปื้อน เช่น โลหะหนัก
3. สมุนไพรอาจมีสารปลอมปน เช่น ยาแก้ปวด สเตียรอยด์
4. สมุนไพรและพืชบางชนิดมีพิษต่อไตโดยตรง หรือทำให้เกิดผลเสียในผู้ป่วยโรคไตได้ เช่น ไคร์เครือ (Aristolochia) ทำให้เกิดไตวายเรื้อรังและมะเร็งทางเดินปัสสาวะ, มะเฟือง (Star fruit) ทำให้เกิดไตวายเฉียบพลัน, ปอกะบิด (East Indian screw tree) ทำให้การทำงานของไตผิดปกติ, ชะเอมเทศ (Licorice) ทำให้เกิดความดันโลหิตสูง, น้ำลูกยอ (Morinda citrifolia L) ทำให้โพแทสเซียมในเลือดสูง เป็นต้น
5. สมุนไพรอาจมีปฏิกิริยาระหว่างยา (drug interaction) กับยาประจำที่แพทย์สั่ง ซึ่งอาจลดประสิทธิภาพหรือเกิดพิษของยาขึ้นได้



น.อ.พ.พ.พรศร คชเสนี

"Natural does not mean safe"



สำหรับสมุนไพรอีกชนิดคือ ถั่งเช่า ซึ่งมีแพร่หลายอย่างมากในประเทศไทย มีทั้งศิลปิน ดารา นักแสดง พิธีกรต่าง ๆ เป็นผู้แนะนำสินค้าบนโลกออนไลน์และโซเชียลมีเดีย นั้น สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทยขอยืนยันว่าจากองค์ความรู้ที่มีข้อพิสูจน์ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ในปัจจุบันยังไม่มีข้อมูลที่สามารถสรุปได้อย่างชัดเจนว่าถั่งเช่ามีประโยชน์จริงในผู้ป่วยโรคไต เนื่องจากมีเพียงข้อมูลการศึกษาในสัตว์ทดลอง แต่ไม่มีหลักฐานการศึกษาที่ดีเพียงพอที่จะพิสูจน์ได้ว่าถั่งเช่ามีประโยชน์ต่อไตในมนุษย์ และการศึกษาส่วนใหญ่ไม่ได้รายงานอาการที่ไม่พึงประสงค์ของถั่งเช่าอีกด้วย ส่วนถั่งเช่าที่มีการศึกษาในมนุษย์นั้น ส่วนใหญ่เป็นถั่งเช่าจากทิเบต (*Cordyceps sinensis*) ที่เกิดในธรรมชาติซึ่งมีราคาสูงมาก การศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาเพียง 1-6 เดือนเท่านั้น จึงไม่สามารถทราบถึงผลดีและผลเสียในระยะยาวได้ และยังพบว่าผลิตภัณฑ์ถั่งเช่าทิเบตบางส่วนมีโลหะหนักในปริมาณสูง ซึ่งจะมีผลเสียต่อไตในระยะยาว

ในปัจจุบันถั่งเช่าที่ขายอยู่ส่วนใหญ่เป็นถั่งเช่าสีทอง (*Cordyceps militaris*) ที่ถูกเพาะเลี้ยงขึ้นในฟาร์ม โดยใช้อาหารเลี้ยงแบบต่าง ๆ ทำให้ถั่งเช่าแต่ละชนิดที่ถูกเพาะเลี้ยงในแต่ละวิธีผลิตสารออกฤทธิ์ที่แตกต่างกันมาก และส่วนใหญ่ยังไม่มีการศึกษาทดลองในมนุษย์ การนำมาใช้จึงอาจทำให้เกิดโทษต่อผู้ป่วยโรคไตได้ง่าย และแพทย์โรคไตยังพบอุบัติการณ์การเสื่อมของไตภายหลังจากการรับประทานถั่งเช่าในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังอยู่เสมอ

โดยสรุป การที่ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังลองรับประทานยาสมุนไพรรักษาโรคไตนั้นน่าจะมีโทษมากกว่าประโยชน์ โดยเราต้องอย่าลืมว่าผู้ป่วยเหล่านี้มีค่าการทำงานของไตลดลงอยู่แล้ว ซึ่งการรักษาที่ดีที่สุดคือการดูแลปฏิบัติตัวอย่างเหมาะสมเพื่อชะลอการเสื่อมของไตให้ช้าที่สุด รวมทั้งหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เกิดความเสี่ยงต่อไตทั้งหมด



มะเฟือง → ไตวายเฉียบพลัน



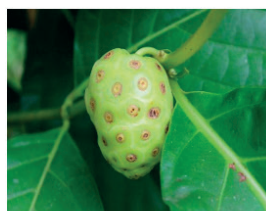
ปอกะบิด → การทำงานของไตลดลง



ไคร้เครือ → ไตวายเรื้อรัง



ชะเอมเทศ → ความดันโลหิตสูง



น้ำลูกยอ → โพแทสเซียมในเลือดสูง

ไทย-เยอรมัน ลงนามความร่วมมือในโครงการ “เพิ่มการผลิตผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อโรค และส่งเสริมการทำความสะอาดมือ” ลดเสี่ยงโควิด-19



นพ.กิตตินันท์ อนรรฆมณี ผู้อำนวยการสถาบันรับรองคุณภาพสถานพยาบาล (สรพ.), มร.โรนัลด์ เฮลเกส ผู้อำนวยการองค์การความร่วมมือระหว่างประเทศของเยอรมัน (GIZ) ประเทศไทย และ มร.สายันท์ รอย กรรมการผู้จัดการ บริษัท บี.บราวน์ (ประเทศไทย) จำกัด ร่วมลงนามความร่วมมือเพื่อเริ่มดำเนินโครงการ “เพิ่มการผลิตผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อโรคและส่งเสริมการทำความสะอาดมือ” เพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ระบาดของโควิด-19 ในประเทศไทยผ่านโครงการ DeveloPPP.de COVID-19 Response โดยภายในงานได้รับเกียรติจาก มร.ยาน แทร์ อัครราชทูต รองหัวหน้าสำนักงานและหัวหน้าฝ่ายเศรษฐกิจ สถานทูตเยอรมัน เป็นสักขีพยานในพิธีลงนามความร่วมมือในครั้งนี้

โดยความร่วมมือของหน่วยงานทั้ง 3 มุ่งหวังให้เกิดการพัฒนาขีดความสามารถในการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโควิด-19 ในประเทศไทย ด้วยการใช้งบประมาณที่ได้รับ การสนับสนุนจากเยอรมันในการลงทุนเพิ่มกำลังการผลิตเจลล้างมือแอลกอฮอล์ SOFTA-GEL เพื่อใช้ในโครงการนี้ โดยเจลล้างมือนี้นี้เป็นเจลล้างมือที่มีคุณภาพและผ่านการทดสอบตามมาตรฐาน EN 14476 ซึ่งเป็นมาตรฐานการทดสอบประสิทธิภาพในการต่อต้านไวรัสชนิดมีเปลือกหุ้ม ซึ่งรวมถึงไวรัสโคโรนา

มาตรฐาน EN 1500 ขององค์การอนามัยโลก และมาตรฐาน EN 1276 จากกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข นำไปมอบให้แก่กลุ่มบุคลากรทางการแพทย์ในสถานพยาบาล 55 แห่งในพื้นที่เสี่ยง และกลุ่มเกษตรกรผู้มียาได้น้อยในพื้นที่ชนบทในประเทศไทย

นอกจากนี้โครงการดังกล่าวยังได้พัฒนาสื่อการเรียนรู้อิเล็กทรอนิกส์สำหรับชุมชนและบุคลากรทางการแพทย์ร่วมกับสรพ. เพื่อส่งเสริมการล้างมือและการป้องกันตนเองที่ถูกต้องตอกย้ำถึงความมุ่งมั่นตามวิสัยทัศน์ของ บี.บราวน์ “เพื่อปกป้องและพัฒนาสุขภาพของผู้คนทั่วโลก” ให้สามารถผ่านพ้นสถานการณ์การแพร่ระบาดนี้ไปด้วยกัน





บทความวิชาการเพื่อการศึกษาต่อเนื่องทางเภสัชศาสตร์: การใช้ประโยชน์จากน้ำมันหอมระเหยในการยับยั้งมะเร็ง เขียนบทความโดย ดร.ภญ.สุกฤษฎิ์ ทับทิมศรี และ ผศ.ดร.ภก.ยศนันท์ วีระพล คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา รหัสกิจกรรม 1015-1-000-002-01-2564 จำนวน 2.5 หน่วยกิต วันหมดอายุ 7 มกราคม พ.ศ. 2565



บทความวิชาการเพื่อการศึกษาต่อเนื่องทางเภสัชศาสตร์: ยาน้ำแขวนตะกอน (Suspensions) เขียนบทความโดย ผศ.ดร.ภญ.น้ำฟ้า เสริมแก้ว สำนักวิชาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ รหัสกิจกรรม 1016-1-000-001-01-2564 จำนวน 3 หน่วยกิต วันหมดอายุ 10 มกราคม พ.ศ. 2565



บทความวิชาการเพื่อการศึกษาต่อเนื่องทางเภสัชศาสตร์: ประเภทยา และข้อกำหนดของกฎหมายยา และวิชาชีพเภสัชกรรมที่เกี่ยวข้อง เขียนบทความโดย รศ.ดร.ภญ.วรรณ ศรีวิวิยานุภาพ คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รหัสกิจกรรม 1001-1-000-001-02-2564 จำนวน 2.5 หน่วยกิต วันหมดอายุ 24 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2565



บทความวิชาการเพื่อการศึกษาต่อเนื่องทางเภสัชศาสตร์: อาการไม่พึงประสงค์ที่สัมพันธ์กับการรับประทานอาหารคีโต เขียนบทความโดย ผศ.ดร.ภญ.ทิพวรรณ ศรีเกียรติทอง คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รหัสกิจกรรม 1001-1-000-002-03-2564 จำนวน 2 หน่วยกิต วันหมดอายุ 2 มีนาคม พ.ศ. 2565



บทความวิชาการเพื่อการศึกษาต่อเนื่องทางเภสัชศาสตร์: ไมโครอิมัลชันบรรจุสารไวท์เทนนิ่ง (Microemulsions containing whitening agents) เขียนบทความโดย รศ.ดร.ภญ.ประภาพร บุญมี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ รหัสกิจกรรม 1004-1-000-002-2564 จำนวน 2 หน่วยกิต วันหมดอายุ 16 มีนาคม พ.ศ. 2565





วงการแพทย์ THE MEDICAL NEWS

นิตยสารที่น่าเสนอเนื้อหาสาระ
ความรู้ในเรื่องของแพทย์
ข่าวสารความคืบหน้า
วิทยาการเทคโนโลยีต่าง ๆ บทความ
ผลงานวิจัย ตารางงานสัมมนา
และบทความทางวิชาการ
symposium
สำหรับผู้ประกอบวิชาชีพ
ทางด้านเวชกรรม



วงการยา THE MEDICINE JOURNAL

นิตยสารที่น่าเสนอเนื้อหาสาระ
ข้อมูลที่เกี่ยวข้องยาในทุกด้าน
บทความ รายงาน ผลงานการวิจัย
การแนะนำยา เวชภัณฑ์ ฯลฯ
สำหรับผู้ประกอบวิชาชีพ
ทางด้านเภสัชกรรม



ชื่อผู้สมัคร.....นามสกุล.....อายุ.....ปี

อาชีพ ☐ แพทย์ สาขา
☐ เภสัชกร กลุ่ม
☐ อื่น ๆ

สถานที่ทำงาน ตำแหน่ง.....

สถานที่ส่งนิตยสาร ☐ บ้าน ☐ ที่ทำงาน ที่อยู่.....
.....รหัส.....โทรศัพท์บ้าน.....
โทรศัพท์ที่ทำงาน.....FAX.....
มือถือ.....

☐ มีความประสงค์จะสมัครสมาชิก นิตยสารวงการแพทย์
☐ 1 ปี (12 ฉบับ) 720 บาท

☐ มีความประสงค์จะสมัครสมาชิก นิตยสารวงการยา
☐ 1 ปี (12 ฉบับ) + CPE PLUS ในเล่ม 620 บาท
☐ 1 ปี (CPE online) 350 บาท

ประเภทสมาชิก ☐ ใหม่ ☐ ต่ออายุ หมายเลขสมาชิก (ถ้ามี).....

WEB SITE สำหรับ
ผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรม
ที่รวบรวมข้อมูลข่าวสาร
ทางการแพทย์ที่ทันสมัย
ข้อมูลถึงมือท่านทันใจ
ไม่ต้องเสียเวลาค้นหา
เพียงคลิกเข้ามาที่
www.wongkarnpat.com
ได้ข้อมูลถูกใจทันควัน

Website Adviser
Medical
Magazine Online



www.wongkarnpat.com
แหล่งรวมข้อมูลข่าวสารทางการแพทย์ โดยทีมงานคุณภาพ

☐ ธนาคาร สังกัด ปณ.ดลิ่งชั้น 10170 ☐ ตัวแลกเงิน

☐ เช็คบัตรเครดิต A/C PAYEE ONLY ส่งจ่ายในนาม บริษัท วงการแพทย์ พลัส มีเดีย จำกัด
.....ธนาคารสาขา.....เลขที่เช็ค.....

☐ โอนเงินเข้าบัญชีชื่อบริษัทในนาม บจก. วงการแพทย์ พลัส มีเดีย

☐ ธนาคารทหารไทย สาขาเซ็นทรัล ปิ่นเกล้า เลขที่บัญชี 209-2-47722-9

สนใจติดต่อ บริษัท วงการแพทย์ พลัส มีเดีย จำกัด
71/16 ถ.บรมราชชนนี แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กทม. 10700
โทร. 0-2435-8111, 0-2435-8444 ต่อ 101 แฟกซ์ 0-2423-2286

หมายเหตุ

1. ถ้าชำระเงินด้วยวิธีโอนเงินเข้าธนาคาร กรุณาแนบสำเนาใบฝากเงิน (PAY-IN) มาพร้อมกับใบสมัคร ที่หมายเลขแฟกซ์ 0-2423-2286
2. บริษัทจะจัดส่งนิตยสารและใบเสร็จรับเงิน พร้อมระบุหมายเลขรหัสสมาชิกให้ท่าน หลังจากที่ได้รับใบสมัครและได้รับชำระค่าสมาชิกจากท่านเรียบร้อยแล้ว

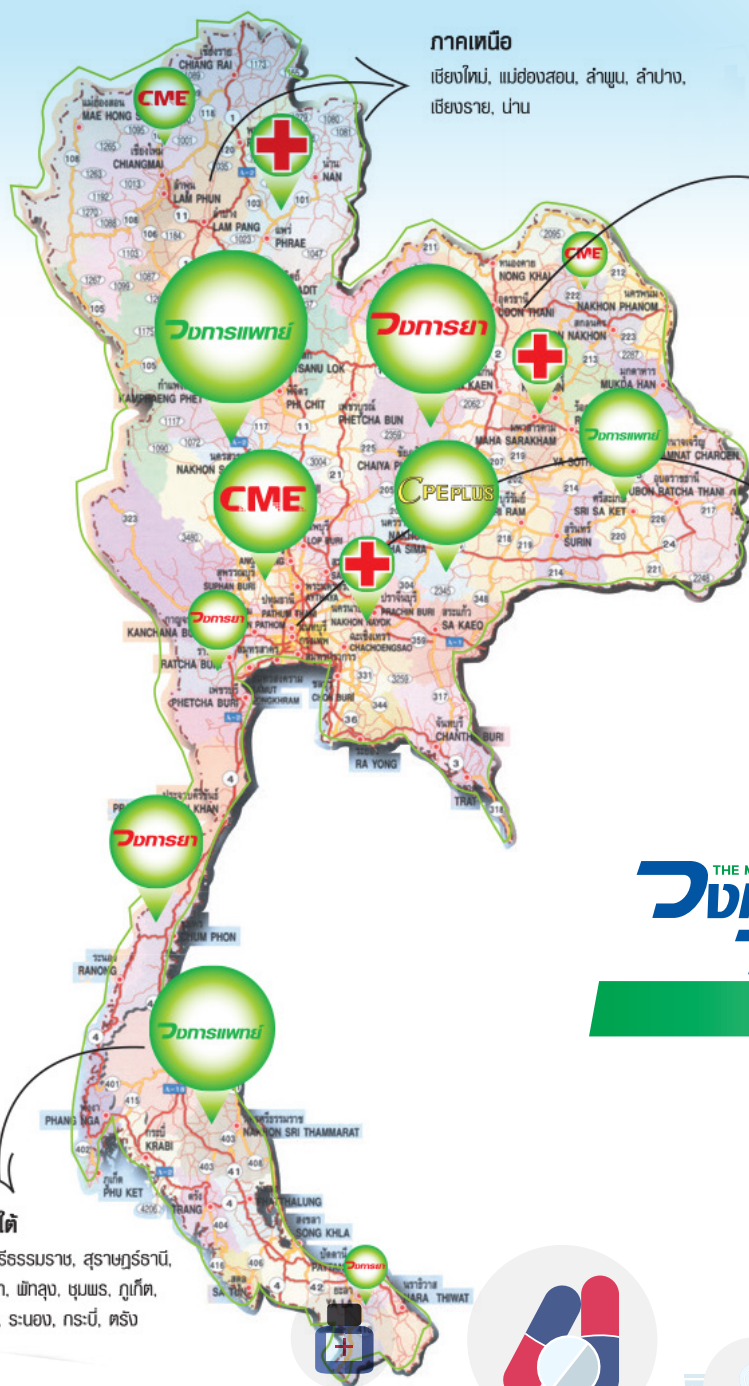
ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

แผนกสมาชิกสัมพันธ์

โทร. 0-2435-8111, 0-2435-8444

ต่อ 101

แฟกซ์ 0-2423-2286



ภาคเหนือ

เชียงใหม่, แม่ฮ่องสอน, ลำพูน, ลำปาง,
เชียงราย, ป่าน

ภาคอีสาน

อุบลราชธานี, ศรีสะเกษ, อุตรดิตถ์, มหาสารคาม,
ร้อยเอ็ด, นครราชสีมา, บุรีรัมย์, สุรินทร์,
สกลนคร, ขอนแก่น

ภาคกลาง

ประจวบคีรีขันธ์, ฉะเชิงเทรา, สิงห์บุรี, พิจิตร,
นครสวรรค์, อุทัยธานี, อ่างทอง, ชัยนาท,
กาญจนบุรี, นครปฐม, สมุทรปราการ, สมุทรสาคร,
สมุทรสงคราม, ปทุมธานี, นนทบุรี, ราชบุรี, เพชรบุรี

ภาคใต้

นครศรีธรรมราช, สุราษฎร์ธานี,
สงขลา, พัทลุง, ชุมพร, ภูเก็ต,
พังงา, ระนอง, กระบี่, ตรัง

THE MEDICAL NEWS พลัส มีเดีย วงการแพทย์ 2564 THE MEDICINE JOURNAL ทางการแพทย์ สัญจรทั่วไทย



EXHIBITION PRODUCT

อุปกรณ์ออกบูธงาน งานพิมพ์ Indoor,
Outdoor, Pull Frame /Backdrop,
Roll up, X-Frame, Exhibition desk
Information desk, Flag pole/
J-Flag/ Poster stand, Light box/
Slim box, Brochure Holder,
Screen, Standy

บริการถ่าย Video

ทุกประเภท งานประชุมวิชาการ
งานสัมมนา แกล้งข่าว Event
บริการถ่ายทอดสดผ่านอินเทอร์เน็ต

Live Streaming

ผ่านทาง YouTube, Facebook
และ Serverstream



PUBLISHING สิ่งพิมพ์ / อื่นๆ

หนังสือ / Books นิตยสาร / Magazines

แคตตาล็อก / Catalogs สมุดโน้ต / Note Books / Diaries

ใบปลิว, แผ่นพับ / Flyers การ์ดเชิญ / Greeting Cards

ซองจดหมาย / Envelope กล่องสินค้ารูปแบบต่างๆ / Packaging

เมนูอาหาร / Menus นามบัตร / Name Cards

ป้ายห้อยสินค้า / Hang tags ปฏิทิน / Calendars

สมุดบิล / Official Receipts ถุงกระดาษ / Paper Bags

แฟ้ม / Folders สติกเกอร์ / Stickers การปั๊มไดคัท / Die Cutting

การปั๊มนูน / Embossing การปั๊มทอง ปั๊มเงิน / Foil Stamping

การปะกล่อง / Box Folding การเข้าเล่มไสสันกาว / Perfect Binding

การเข้าเล่มเย็บมุงหลังคา / Stitching Binding

การเข้าห้วงพลาสติก, ห่วงเหล็ก / Wire-O Binding



บริษัท วงการแพทย์ พลัส มีเดีย จำกัด

71/16 ถนนบรมราชชนนี แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ 10700

ติดต่อ มณัญญา นาควิลัย (ไนท์) 088-952-4516 (Hotline 24 ชม.) 02-435-8111, 02-435-8444 ต่อ 101

Email: Knight.26@live.com www.wongkarnpat.com  Like www.facebook.com/Wongkarnpat