

จดหมายข่าว  
สถาบันโรคทรวงอก กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข  
ปีที่ 16 ฉบับที่ 31 ประจำวันที่ 2 พฤษภาคม 2559

ขอเชิญร่วมกิจกรรม “วันถุงลมโป่งพอง  
และวันงดสูบบุหรี่โลก”

คลินิกอดบุหรี่และคลินิกถุงลมโป่งพอง ร่วมกับ  
กลุ่มงานอายุรศาสตร์ปอดสถาบันโรคทรวงอก จัดกิจกรรม  
“วันถุงลมโป่งพองและวันงดสูบบุหรี่โลกประจำปี 2559”  
ในวันพฤหัสบดีที่ 12 พฤษภาคม 2559 เวลา 08.00 น.  
- 12.00 น. ณ ลานชั้น 1 อาคาร 8 ภายในงานประกอบด้วย  
กิจกรรม บริการตรวจสุขภาพ การ X-Ray แก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม  
70 ท่าน โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ผู้ที่สนใจ สามารถเข้าร่วม  
กิจกรรมและลงทะเบียน การตรวจสุขภาพได้ ณ จุดลงทะเบียน  
ภายในงาน

ขอเชิญร่วมทำบุญ



คณะกรรมการความเสี่ยงทางจริยธรรม และ ชมรม  
แสงธรรม ขอเชิญเจ้าหน้าที่สถาบันโรคทรวงอกทุกท่าน  
ร่วมทำบุญประจำเดือนพฤษภาคม ในวันพฤหัสบดี  
ที่ 17 พฤษภาคม เวลา 10.30 น. - 13.00 น. ณ หอผู้ป่วย  
อาคาร 2 ชั้น 5

วันความดันโลหิตสูงโลก

สมาพันธ์ความดันโลหิตสูงโลก และ สมาคมโรคความ  
ความดันโลหิตสูงนานาชาติ ได้กำหนดให้ในวันที่ 17  
พฤษภาคม ของทุกปี เป็น “วันความดันโลหิตสูงโลก”  
โดยมีจุดประสงค์ เพื่อให้ประชากรทั่วโลกเกิดความ  
ตระหนักและเห็นความสำคัญของโรคความดันโลหิตสูง  
โดยคำขวัญที่ใช้เพื่อการรณรงค์ ในระยะ 5 ปี นับตั้งแต่ปี  
พ.ศ. 2556-2561 คือ

“Know Your Numbers”

“ท่านทราบระดับความดันโลหิตของท่านหรือไม่”

สำหรับวันนี้เรามีเกร็ดความรู้การป้องกันและควบคุม  
โรคความดันโลหิตสูง เพื่อให้ทุกท่านมีสุขภาพดีมาฝากกันค่ะ

- การรับประทานอาหารที่ไม่ผ่านกระบวนการปรุงแต่ง
- การเลือกกินอาหารลดเค็มและไม่เติมเครื่องปรุงที่มีรสเค็มเพิ่ม
- การควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม
- การงด/ลดการดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์
- การวัดความดันโลหิตเป็นประจำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง และทราบความหมายค่าความดันโลหิตของตนเอง

ข้อมูลโดย : สำนักโรคไม่ติดต่อกรมควบคุมโรค

สถาบันโรคทรวงอก เป็นสถาบันชั้นนำด้านโรคหัวใจและปอดระดับนานาชาติ

ค่านิยมร่วม (Core Value) บริการปลอดภัยได้มาตรฐาน วิชาการเป็นเลิศ เชิดชูจริยธรรม ทำงานเป็นทีมอย่างมีความสุข  
มาตรฐานทางจริยธรรม ซื่อสัตย์ โปร่งใส ใส่ใจทุกบริการ

งานประชาสัมพันธ์ สถาบันโรคทรวงอก