



## จดหมายข่าว

สถาบันโรคทรวงอก กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

ปีที่ 13 ฉบับที่ 37 ประจำวันที่ 10 มิถุนายน 2556

### โครงการ

“๑๐,๐๐๐ ดวงใจ ปลอดภัย ด้วยพระบารมี”



สถาบันโรคทรวงอก จัดประชุมวิชาการและสรุปผลการดำเนินงานโครงการ “๑๐,๐๐๐ ดวงใจ ปลอดภัย ด้วยพระบารมี” ถวายแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ โดยได้รับเกียรติจาก นายแพทย์วิชัย เทียนถาวร ผู้ช่วยรัฐมนตรีประจำกระทรวงสาธารณสุข (ประธานในพิธี) มอบรางวัลให้กับโรงพยาบาลและโรงพยาบาลชุมชนที่มีผลงานดีเด่นด้านการรักษาผู้ป่วย STEMI ด้วยการให้ยาละลายลิ่มเลือด และการทำหัตถการ (PCI) ในวันที่ 13 มิถุนายน 2556 เวลา 8.30 - 16.30 น. ณ ห้องแกรนด์บอลรูม โรงแรมมิราเคิลแกรนด์

### รับบริจาคโลหิตนอกสถานที่

งานธนาคารเลือด กลุ่มงานพยาธิวิทยา จัดให้มีการออกหน่วยรับบริจาคโลหิตนอกสถานที่ เพื่อให้มีเลือดสำรองเพียงพอต่อความต้องการของผู้เข้ารับบริการ ในภาวะฉุกเฉิน โดยออกรับบริจาคดังนี้

วันอังคารที่ 18 มิถุนายน 2556

การประปาส่วนภูมิภาคบางเขน

วันพุธที่ 19 มิถุนายน 2556

บริษัท ปัญญาธรา จำกัด จังหวัดนนทบุรี

### การตรวจสุขภาพ ประจำปี 2556

งานอาชีวอนามัยจัดบริการตรวจสุขภาพประจำปี แก่บุคลากรของสถาบันฯ ตั้งแต่วันที่ 10 มิถุนายน - 20 กันยายน 2556 โดยการตรวจสุขภาพประกอบด้วย

1. ตรวจเอกซเรย์ปอด
2. ตรวจเลือด
3. ตรวจปัสสาวะ/อุจจาระ

สำหรับหน่วยงานสนับสนุน (Back Office) มีบริการเจาะเลือดให้ที่หน่วยงาน

จึงขอความร่วมมือบุคลากรทุกหน่วยงานเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีตามวันและเวลาที่กำหนด หากท่านใดไม่สามารถรับการตรวจได้โปรดติดต่องานอาชีวอนามัย โทร.7125

### ข่าวสารสุขภาพ

เข้าสู่ช่วงฤดูฝน การดูแลสุขภาพจึงเป็นเรื่องที่สำคัญมาก เราจึงมีคำแนะนำในการดูแลร่างกายให้ปลอดภัยจากโรคในช่วงฤดูฝนมาฝากกันค่ะ

- ระวังไม่ให้ถูกฝนหรือสัมผัสอากาศหนาว แต่หากหลีกเลี่ยงไม่ได้ ควรรีบอาบน้ำ เปลี่ยนเสื้อผ้า เพื่อให้ร่างกายเกิดความอบอุ่นโดยเร็ว
- ออกกำลังกายวันละประมาณ 30 นาที โดยเปลี่ยนมาออกกำลังกายในร่มแทน จะทำให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกันเพิ่มขึ้น
- รับประทานอาหารปรุงสุก สะอาดถูกสุขอนามัย รวมถึงรับประทานผักผลไม้ที่อุดมด้วยวิตามิน
- การล้างมือให้สะอาด ก็ช่วยให้ร่างกายปลอดภัยจากเชื้อไข้หวัดได้ดีอีกวิธีหนึ่ง



ที่มา: <http://siam-healthy.blogspot.com/>

## สถาบันโรคทรวงอก เป็นสถาบันชั้นนำด้านโรคหัวใจและปอดระดับนานาชาติ

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

งานประชาสัมพันธ์ สถาบันโรคทรวงอก