

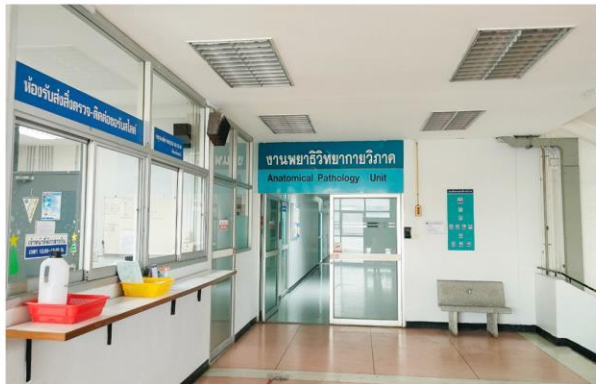
จดหมายข่าวรายสัปดาห์

สถาบันโรคทรวงอก กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

ปีที่ 23 ฉบับที่ 27 ประจำวันที่ 10 เมษายน 2566



แจ้งย้ายห้องปฏิบัติการ กลุ่มงานพยาธิวิทยาภาควิชา



เนื่องจากได้ดำเนินการปรับปรุงพื้นที่ห้องปฏิบัติการเสร็จสิ้นเป็นที่เรียบร้อยแล้ว
กลุ่มงานพยาธิวิทยาภาควิชา สถาบันโรคทรวงอก
ขอแจ้งย้ายห้องปฏิบัติการ มาที่ชั้น 5 อาคาร 9 ตามเดิม
สามารถติดต่อกลุ่มงานพยาธิวิทยาภาควิชา ได้ที่หมายเลข โทร. 30300 , 30302

“ตรวจสุขภาพ สำหรับบุคลากร ปี 2566”

กำหนดการวันตรวจสุขภาพวันที่ 10 - 12 เมษายน 2566

วันที่ตรวจ	เวลา	หน่วยงานเข้าตรวจรับ
10 เม.ย. 66	08.30 - 12.00 น.	- งานการพยาบาลตรวจรักษาพิเศษ (ECHO,EKG,EST,MRI, PCI Clinic,Pacemaker Clinic) - หน่วยงานจ่ายยา
11-12 เม.ย. 66		- หน่วยงานผู้ป่วยนอกเสกสุมิตาพิเศษโรคหัวใจ - กลุ่มงานรังสีวิทยา

**** ติดต่อขอ x-ray ปอดประจำปี ได้ที่ห้องเบอร์ 100 ช่วงเวลา 10.00 - 15.30 น. โดยแจ้งชื่อ - นามสกุล, HN.**

ร่วมรับฟังความรู้สุขภาพ

สถานีวิทยุกระจายเสียง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 4 คู่มือภาค
คลื่น AM 1107 KHz. โทร: <http://radio.ku.ac.th>
รายการห้องสนทนา ม.ก. เวลา 13.10 - 13.25 น.

วันที่ 14 เมษายน 2566

- เรื่อง : **วัตรอบเอวและสะโพก ช่วยประเมินโรคไต**
- วิทยากร : **นางสาวอิสรา หมีพลัด พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ**

ขอเชิญชวน ร่วมบริจาคโลหิต

ณ งานธนาคารเลือด สถาบันโรคทรวงอก

วันจันทร์- วันศุกร์
เวลา 08.30-15.30 น.

นอกจากนี้งานธนาคารเลือด สถาบันโรคทรวงอก
ได้มีการออกหน่วย ในการรับบริจาคโลหิตนอกสถานที่ ดังนี้

วันที่ 11-12 เมษายน 2566
บริษัท โรบินสัน จำกัด (มหาชน) สาขาศรีสมาน

ข่าวสารสุขภาพ ฉบับลจร. วิธีการป้องกันตนเอง

จากมลพิษทางอากาศ PM 2.5

จากสถานการณ์ฝุ่น PM 2.5 ที่มีค่าเกินมาตรฐาน ล่องลอยอยู่ในอากาศได้เป็นวันหรือเป็นอาทิตย์ สามารถเข้าสู่ร่างกายได้ง่ายผ่านระบบทางเดินหายใจ หากได้รับอย่างต่อเนื่องหรือในปริมาณที่มาก ทำให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพ

คำแนะนำ

- งดออกกำลังกายหนักๆกลางแจ้ง
- สวมหน้ากาก N95 ป้องกันฝุ่น หากไม่มีให้สวมหน้ากากอนามัย ต้องใส่ให้ถูกวิธี คือ คลุมจมูกและปากให้มิดชิด และต้องแนบสนิทกับใบหน้า
- หากมีอาการแพ้ปกติ เช่น ไอ เหนื่อย แน่นหน้าอก ควรปรึกษาแพทย์ทันที

หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ก่อให้เกิดฝุ่น PM2.5 เช่น เพาะยา: เพาะหน้า การจอดรถติดเครื่องยนต์ไว้เป็นเวลานาน และหมั่นตรวจเช็คสภาพรถยนต์ให้อยู่ในสภาพปกติไม่ก่อควันดำ

หลีกเลี่ยงกิจกรรมนอกบ้าน บริเวณที่มีค่ามลพิษทางอากาศสูง โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงเช่น เด็ก หญิงตั้งครรภ์ ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคปอดเรื้อรัง ผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด

ข้อมูล ณ วันที่ 26 มกราคม 2566