

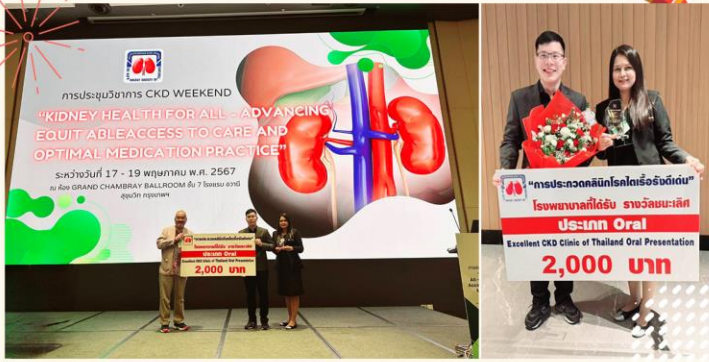
จดหมายข่าวรายสัปดาห์

สถาบันโรคทรวงอก กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

ปีที่ 24 ฉบับที่ 34 ประจำวันที่ 27 พฤษภาคม 2567



ขอแสดงความยินดี



เมื่อวันที่ 18 พฤษภาคม 2567

นายแพทย์เอกพงศ์ สุรินทร์รัฐ นายแพทย์ปฏิบัตินาร และ
นางกัญญาธรัตน์ แก้วน่าน พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

เป็นพิธีเปิดสถาบันโรคทรวงอก **นำเสนอผลงานคลินิกโรคไตเรื้อรังและ
เข้ารับโล่เกียรติคุณรางวัลชนะเลิศการประกวดคลินิกโรคไตเรื้อรังดีเด่น**

(Excellent CKD Clinic) ประจำปี 2567

ในการประชุมวิชาการ CKD Weekend 2024 ของสมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย
ณ โรงแรมอวานี สุขุมวิท จังหวัดกรุงเทพมหานคร

โครงการปรับปรุงพื้นที่ แผนกผู้ป่วยนอก(OPD)

สถาบันโรคทรวงอก ขอแจ้งย้ายหน่วยให้บริการ (ชั่วคราว) ตั้งแต่วันที่
เดือนสิงหาคม 2567 เป็นต้นไป คาดว่าเสร็จภายในเดือนพฤษภาคม 2568



- หน่วยงานผู้ป่วยนอกโรคหัวใจ และหน่วยงานตรวจพิเศษหัวใจ ➡ ย้ายไปที่อาคารวิภาวดีรังสิต
- คลินิกพิเศษเฉพาะทางนอกเวลาราชการ ➡ ย้ายไปที่อาคาร 8 ชั้น 2

โครงการพัฒนาเครือข่ายผ่าตัดหัวใจ หลอดเลือด และทรวงอก ประเทศในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้

กลุ่มงานศัลยศาสตร์ สถาบันโรคทรวงอก ขอเชิญผู้ที่สนใจเข้าร่วมอบรม
โครงการพัฒนาเครือข่ายผ่าตัดหัวใจ หลอดเลือดและทรวงอก ประเทศในเอเชีย
ตะวันออกเฉียงใต้ (Cardiovascular - thoracic Surgery Networking of
South East Nations) ในวันที่ 30-31 พฤษภาคม 2567 เวลา 8.00 - 16.00 น.
ณ ห้องประชุมศัลยกรรม ชั้น 4 อาคาร 7 สถาบันโรคทรวงอก

โดยผู้ที่สนใจสามารถลงทะเบียน
ผ่าน QR CODE



ลงทะเบียน



JOIN ZOOM



จดหมายข่าวรายสัปดาห์

งานประชาสัมพันธ์ สถาบันโรคทรวงอกจัดทำจดหมายข่าว
ฉบับรายสัปดาห์ เพื่อเผยแพร่ความรู้ข้อมูลข่าวสาร และกิจกรรม
ความเคลื่อนไหวต่างๆ ภายในสถาบันฯ

ขอเชิญผู้สนใจสามารถขอเผยแพร่ข้อมูลความรู้ ข้อมูลข่าวสาร
หรือกิจกรรมในหน่วยงานของตนได้ที่ งานประชาสัมพันธ์ ชั้น 3 อาคาร 8
โทร.30156

ข่าวสารสุขภาพ
ฉบับ ลอ.

ผู้ป่วยเบาหวาน

ควรกิน - ไม่ควรกิน อะไรบ้าง

ประเภทอาหารที่รับประทานได้



ข้าว/แป้ง ที่ไม่ขัดสี เช่น ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ
ขนมปังโฮลวีต ปริมาณ 1 กำมือต่อมื้อ
ผลไม้หวานน้อย โยเกิร์ตไขมันต่ำ นมรสจืด ไข่ต้ม
แกงจืด แกงส้ม ไข่ต้ม ปริมาณ 2-3 กำมือต่อวัน
ผักใบ ปริมาณ 2 ทัพพี หรือครึ่งจานต่อมื้อ

ผลิตภัณฑ์จากนมไขมันต่ำ เช่น นมจืดพร่องมันเนย
หรือไขมันน้อย โยเกิร์ตรสธรรมชาติปราศจากไขมัน
ปริมาณ 1 ทัพพีต่อวัน
เนื้อสัตว์ไขมันต่ำ ไขมันดี ไข่ต้ม นมเปรี้ยว
เลือกรับประทานอาหาร ประเภท นึ่ง ย่าง อบ
ลวก ต้ม ตุ่น แทนน้ำใส

อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง



หลีกเลี่ยงผักที่มีแป้งสูง เช่น เผือก มัน ฟักทอง ข้าวโพด หากบริโภคปริมาณสูง
หลีกเลี่ยงเบเกอรี่ แกละเกี๊ยว ผัดน้ำมันหอย เนื้อสัตว์ติดมัน เนื้อสัตว์แปรรูป น้ำมันปาล์ม และน้ำมันมะพร้าว
หลีกเลี่ยงขนมหวานทุกชนิด ขนมอบ เบเกอรี่
หลีกเลี่ยง น้ำหวาน น้ำอัดลม น้ำผลไม้ เครื่องดื่มเกลือแร่
หลีกเลี่ยงอาหารหมักดอง อาหารกระป๋อง เหม็น/จืดทั้งสำเร็จรูป

