



จุลสารออนไลน์ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข
ปีที่ 7 ฉบับที่ 81 ประจำเดือนสิงหาคม 2567

ฉบับที่ 81

ชอย

ผู้สูงอายุ
ห่างไกลโรค

อศส. สกัถักัย
สุขภาพเชิงรุก



HSS Give
& Share

Iodine
เพื่อลูกในท้อง

LOVE MUM บอกรักแม่

happy mother's day



เมื่อเข้าสู่ในเดือนสิงหาคมหลายคนจะนึกถึงคุณแม่ที่ท่านมีพระคุณที่เลี้ยงดูเรามาตั้งแต่เล็กจนเติบโต และสั่งสอนพร้อมเป็นที่ปรึกษาในทุกเรื่องในยามเราท้อแท้ และสิ้นหวัง ขอบพระคุณแม่ที่ได้เลี้ยงดูและสนับสนุนทุกเรื่องกับการทำสิ่งดีๆ และขออวยพรให้คุณแม่ทุกคนมีสุขภาพแข็งแรง มีความสดใส ยิ้มรับสิ่งดีๆ ในทุกๆ วันครับ

จุลสารออนไลน์ สบส. ซอย 8 ฉบับนี้ ทีมงานเลยชวนบุคลากรกรม สบส. ที่พร้อมจะเป็นคุณแม่ มาบอกเล่าเรื่องราวภารกิจของ อสม. ในการสำรวจคุณแม่หญิงตั้งครรภ์ในพื้นที่ให้ได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน ที่มีผลต่อการพัฒนาสมองของทารกตั้งแต่ในครรภ์ เรื่องราวนี้ น่าสนใจมากติดตามได้ในคอลัมน์บอกข่าวเล่าเรื่อง และคอลัมน์อื่นๆ ที่มีแต่ข่าวสารดีๆ ในเดือนนี้ครับ

ทีมงานขอแชร์กิจกรรมเรื่องราวดีๆ สำหรับผู้อ่านที่เป็น อสม. เข้ามาร่วมกิจกรรมผ่านทาง TIKTOK ของกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กดติดตามช่องทางดังกล่าวไว้ได้เลย เพราะเรามีกิจกรรมแจกของรางวัลสุดฮิตในช่วงหน้าฝน ทำตามกติกาที่แจ้งในช่องทาง TIKTOK นี้ได้เลยครับ ของรางวัลมีจำนวนจำกัด ส่งตรงถึงบ้านคุณ ก่อนที่จะลากันไปฉบับนี้ หากมีโอกาสสามารถบอกรักคุณแม่หรือทำกิจกรรมดีๆ กับคุณแม่ไม่ใช่แค่เฉพาะเดือนสิงหาคม แต่สามารถทำได้ทุกวันครับ ขอลาทุกท่านไปก่อน แล้วพบกันใหม่

ในเดือนแห่งวันวานเกษียณสำราญในเดือนกันยายน สิ้นปีงบประมาณ สวัสดิ์ครับ สบส



ติดตามอ่านจุลสารออนไลน์ สบส.ซอย 8 ได้ที่เฟซบุ๊ก www.facebook.com/hss8book และเว็บไซต์สำนักสื่อสารและประชาสัมพันธ์ <https://prgroup.hss.moph.go.th>

ที่ปรึกษา

นายแพทย์สุระ วิเศษศักดิ์
ดร.ทันตแพทย์อาคม ประดิษฐสุวรรณ
นายแพทย์สามารถ ถิระศักดิ์
นายแพทย์กรฤกษ์ ลิ้มสมมติ
นางสาวมะลิ ไพฑูรย์เนรมิต

บรรณาธิการ

นายทวิช เทียนคำ

กองบรรณาธิการ

นางสาวเพ็ญพิชชา รุ่งเรือง
นายสราวุธ จบศรี
นางสาวกิริมา สมวาทสรรค์
นางสาวจารุวรรณ บุญยะมนี
นางสาวนิรวรรณ จุฬาทิพย์

พิสูจน์อักษร

นางสาวกฤติยา อินดา

ศิลปกรรม

นางสาวจารุวรรณ บุญยะมนี

ช่างภาพ

นายธัญพิสิษฐ์ วัชรเสวี

ผู้ช่วยช่างภาพ

นางสาวบาจริย์ อินทรโอสถ

คนบนปก

นางสาวแพรวณา พรมมาวัน
สำนักงานเลขานุการกรม

ผลิตโดย

สำนักสื่อสารและประชาสัมพันธ์
กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
กระทรวงสาธารณสุข ช.สาธารณสุข 8
ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000
โทรศัพท์ 0 2193 7000

Follow Us on TikTok

@theprhss
สแกน TikCode





สร้าง เครือข่าย สภากายสุขภาพเชิงรุก

อสส.



กรม สบส. จัดอบรมอาสาสมัครสาธารณสุข (อสส.) รุ่น 2 ทั้ง 50 เขตของ กทม. ต่อยอดอาวุธทางปัญญา สร้างเครือข่ายเฝ้าระวังเชิงรุก ร่วมเป็นหูเป็นตากับภาครัฐ ซึ่งที่ผ่านมาแม้กรม สบส. จะดำเนินงานเฝ้าระวังตรวจสอบปัญหาการกระทำผิดกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับสถานพยาบาล เช่น คลินิกเถื่อน หมอเถื่อน หมอกระเป๋าละ และให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ได้รับผลกระทบมาโดยตลอด แต่ด้วยกำลังของภาครัฐเพียงฝ่ายเดียวอาจจะไม่สามารถป้องปรามการกระทำผิดกฎหมายได้ทุกกรณี จึงต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน โดยเฉพาะ อสม. และ อสส. ซึ่งเป็นผู้ที่มีความใกล้ชิด คั่นเคยกับประชาชน และพื้นที่เป็นอย่างดี ร่วมส่งต่ออาวุธทางปัญญาที่ได้รับจากการอบรมฯ ไปสู่ประชาชนให้เข้าถึง เข้าใจต่อภัยอันตรายของคลินิกเถื่อน หมอเถื่อน หรือการโฆษณาโอ้อวดเกินจริง จนเป็นภูมิคุ้มกันติดตัวประชาชนไปในระยะยาว **สปส**



เผยภาพรวมเห็นด้วย ร่าง พ.ร.บ. อสม.

กรม สบส. เปิดรับฟังความคิดเห็นต่อร่างพระราชบัญญัติ อสม. พ.ศ. ... ทางช่องทางออนไลน์ ที่หน้าเว็บไซต์กรม สบส. และ www.law.go.th เมื่อวันที่ 27 มิ.ย. - 11 ก.ค. 2567 และได้จัดเวทีประชาพิจารณ์ 4 ภาค เชิญผู้รับผิดชอบงานระดับจังหวัด ผู้แทน สสอ. และประธานชมรม อสม. ระดับจังหวัด มาเป็นตัวแทนแสดงความคิดเห็น จากการทำประชาพิจารณ์พบว่า ภาพรวมเห็นด้วย เป็นที่น่าพอใจเพราะได้สร้างหลักประกันให้กับ อสม. มีชีวิตและการทำงานที่ก้าวหน้า มั่นคง ในการดูแลพี่น้องประชาชนในชุมชน มีข้อเสนอเรื่องคุณสมบัติพื้นฐาน คือ ต้องอ่านออกเขียนได้ และให้ตัดเรื่องกำหนดอายุ 70 ปี สิ้นสุดสภาพการเป็น อสม. ออก ขั้นตอนจากนี้ คือการเสนอคณะกรรมการกลางพิจารณาและวิเคราะห์ผลกระทบต่างๆ ก่อนเสนอคณะรัฐมนตรี ดำเนินการตามกระบวนการออกกฎหมายต่อไป **สปส**



แม่ท้องต้องกิน “ไอโอดีน”



เพลอแป๊ปปๆ ก็เข้าสู่เดือน
ที่ 8 ของปีแล้วนะคะ สำหรับ
เดือนสิงหาคม เดือนแห่งการ
แสดงความรักกับแม่ จุลสาร
ออนไลน์ สบส.ชอย 8 จะมา
บอกเล่าเรื่องยาเม็ดเสริม
ไอโอดีนสำหรับหญิงตั้งครรภ์
สำคัญอย่างไร? ทำไมถึงได้
กลายเป็นนโยบายที่กรม สบส.
มุ่งเน้น และขอความร่วมมือ
ให้พี่ ๆ อสม.ได้ทำการสำรวจ
ติดตามหญิงตั้งครรภ์ใน
หมู่บ้าน ชุมชน ให้ได้รับยาเม็ด
เสริมไอโอดีนกันอย่างทั่วถึง

โรคขาดสารไอโอดีน
เป็นโรคที่ส่งผลกระทบต่อ
ประชาชนทุกกลุ่มวัย โดย
เฉพาะในกลุ่มหญิงตั้ง
ครรภ์ที่อาจจะส่งผลต่อการ
พัฒนาทางเซลล์สมองและ
ร่างกายของทารกในครรภ์
อาจทำให้ทารกเสียชีวิต
พิการแต่กำเนิด ปัญญาอ่อน
เรียนรู้ช้า หรือร่างกายเล็ก
แคระแกรน แขนขาลีบ โดย
หญิงตั้งครรภ์และหญิงให้
นมบุตร จะต้องได้รับสาร
ไอโอดีนประมาณ 250



บันทึกข้อมูล และรายงานผลการดำเนินงานผ่านแอปพลิเคชัน “สมาร์ท อสม.” เพื่อส่งเสริม สนับสนุนให้ทีม 3 หมอ วางแผนการดูแลหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด ให้เข้าถึงยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก ตามแผนที่กำหนด สบส



ไมโครกรัม/วัน จึงจะเพียงพอ จากความสำคัญนี้ กรม สบส. จึงส่งเสริมให้ อสม.ซึ่งเป็นเครือข่ายสุขภาพ เป็นหมอคนที่ 1 ที่มีความใกล้ชิดกับประชาชน เป็นผู้คุ้นเคยกับคนในหมู่บ้าน ชุมชน เป็นอย่างดี ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในหญิง

ตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอดอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์ จนกระทั่งหลังคลอด และขณะให้นมบุตร 6 เดือน โดย อสม.จะออกติดตามหญิงตั้งครรภ์ให้ได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก อย่างน้อย 3 ครั้ง และหญิงหลังคลอดอย่างน้อย 2 ครั้ง พร้อม



ถูกน้อยกับ...ไอโอดีน

ไอโอดีน คือ สารที่ช่วยในการสร้างฮอร์โมนไทรอยด์ ควบคุมการเผาผลาญสารอาหารในร่างกาย และช่วยในการเจริญเติบโตของระบบประสาทและสมอง

ผลกระทบหากถูก...ขาดไอโอดีน

ตัวอ่อนในครรภ์ - อายุ 3 ปี

- แท้งหรือตายตั้งแต่ในครรภ์
- ปัญญาอ่อน (โรคเอ๋)
- เขาวงปัญญาลดลง
- สูญเสียการได้ยินและผิดปกติทางระบบประสาทและการเคลื่อนไหว

เด็กอายุ 3 ปีขึ้นไป

- โรคคอพอก
- ไทรอยด์
- ตัวเตี้ย แคระแกร็น
- สติปัญญาพัฒนาช้า

แหล่งของไอโอดีน

เกลือ อาหารทะเล เครื่องปรุงรสเสริมไอโอดีน

ปฏิบัติสุจริต ใฝ่เป็นสุขน้อย สุขภาพกาย ใจ แดงเสมอ

สำนักสื่อสารและประชาสัมพันธ์ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ แหล่งที่มา : กรมอนามัย



HSS Give & Share

สราพาทัวร์มาแล้ว มาพร้อมสิ่งดีๆ กับการให้ และแบ่งปันในวันแม่ เราเลยไม่พลาดตระเวน ชอกแซกกับกิจกรรมสาธารณะประโยชน์ และการมีส่วนร่วมสู่สุขภาพดีกันครับ มีกิจกรรมอะไรบ้าง และมีที่ไหนบ้าง สราขออาสาพาทุกท่านไปชม กิจกรรมดีๆ ในช่วงใกล้สิ้นปีงปีนี้กัน



สสส. ร่วมใจทางสี่ประตูกระทรวง สธ. เฉลิมพระเกียรติฯ

ทีม สสส. ร่วมพลังร่วมกิจกรรมจิตอาสาปรับปรุงภูมิทัศน์ โดยร่วมใจกัน ทาสีประตูกระทรวงสาธารณสุข เพื่อ เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราช พิธีมหามงคลเฉลิมพระชนม พรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567 ณ บริเวณ ประตู 4 กระทรวงสาธารณสุข



สสส. พี่ปิ่นให้น้อง ส่งต่อเพิ่มบุญ

ทีม สสส. มอบสิ่งของอุปโภคบริโภค เครื่องใช้จำเป็น เพื่อส่งต่อโอกาสและความเมตตาแก่เด็กในสถานสงเคราะห์ เด็กอ่อนปากกัด จ.นนทบุรี ให้มีสุขภาพ ดีและจิตใจที่แจ่มใส



สองกองร่วมใจ

กองกฎหมายและกองสถานประกอบ การเพื่อสุขภาพ ร่วมกันบริจาคข้าวสาร อาหารแห้งและสิ่งของเครื่องใช้ที่ จำเป็นสำหรับผู้สูงอายุ ณ มูลนิธิมิตรภาพ สงเคราะห์ฯ จ.ปทุมธานี



ศบส. 1 ร่วมบริจาคโลหิตวันบริจาคโลหิตโลก

ศบส. 1 ร่วมใจร่วมบริจาคโลหิต ในวันบริจาคโลหิตโลก (14 มิถุนายนของทุกปี) ณ ภาควิชาการโลหิตแห่งชาติที่ 10 จ.เชียงใหม่



ศบส. 5 แบ่งปันรอยยิ้มให้สถานสงเคราะห์เด็กพิเศษ

ศบส. 5 จัดกิจกรรมส่งมอบของบริจาคแบ่งปันรอยยิ้มให้น้องๆ สถานสงเคราะห์เด็กพิเศษ ร่วมกับหน่วยงานเครือข่าย ณ สถานสงเคราะห์เด็กพิเศษ วัดห้วยหมู จ.ราชบุรี



ศบส.12 ปั่นเพื่อสุขภาพเฉลิมพระเกียรติฯ

ศบส. 12 ร่วมกิจกรรมปั่นจักรยานเฉลิมพระเกียรติฯ เกิดไ้ทองคำรัช ในหลวงรัชกาลที่ 10 เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567 และ ส่งเสริมสนับสนุนให้ประชาชนออกกำลังกายส่งเสริมสุขภาพสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ

กิจกรรมดีๆ แบบนี้ยังมีอีกเยอะมากกก ไว้คราวหน้าสราวุฒิไม่พลาดกิจกรรมดีๆ แบบนี้มาให้กับทุกท่านได้รับชมอย่างแน่นอน แล้วพบกันใหม่ฉบับต่อไป บายค่าบ **ศบส**

กรณีที่ขึ้นทะเบียนเป็นผู้ให้บริการ และได้ใบ สพส.14 มาแล้ว หากเรียนจบหลักสูตรใหม่เพิ่มเติม จะต้องนำไปประกาศไปขึ้นทะเบียนใหม่หรือไม่

ไม่ต้องนำไปประกาศมาขึ้นทะเบียนใหม่ โดยสถาบันจะต้องเป็นผู้ส่งรายชื่อผู้เรียนจบหลักสูตรเข้ามาในระบบของกรม ศบส. เมื่อสแกน QR Code ในใบ สพส.14 จะพบว่าหลักสูตรที่เรียนจบทั้งหมดปรากฏให้เห็น หากสแกนแล้วไม่พบให้ผู้เรียนติดต่อกับทางสถาบันที่เรียน ให้ดำเนินการคืนข้อมูล **ศบส**

ผู้สูงอายุ ห่างไกลโรคเรื้อรัง

วิ่งช้าๆ กายบริหาร ว่ายน้ำหรือเดิน
ในน้ำ เป็นต้น

ควบคุมอารมณ์ความเครียด
ทำให้เราแข็งแรงมีสติ ไม่สับสนหรือ
ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ นอน
หลับพักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อย



เพื่อนๆ แฟนคอลัมน์ท่านไหนมีผู้สูงอายุอยู่ที่บ้าน
บ้างมั๊ยคะ รู้มั๊ยว่าผู้สูงอายุเสียชีวิตด้วยโรคไม่
ติดต่อ ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคหลอด
เลือดสมอง โรคปอดอุดกั้น โรคเบาหวาน โรค
ความดันโลหิตสูง ส่วนหนึ่งมาจากพฤติกรรมใน
ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ แต่ไม่ต้องกังวลไปค่ะ
เราสามารถดูแลป้องกันโรคเรื้อรังได้ ตามนี้เลยคะ

กินอาหารที่ดีต่อสุขภาพ มีประโยชน์ เน้นผัก
ผลไม้ที่ไม่หวาน กากใยสูง เช่น ฝรั่ง ชมพู แอปเปิ้ล
แก้วมังกร

**เลี่ยงการอยู่ในที่อากาศไม่บริสุทธิ์หรือเป็น
มลพิษ** หมั่นออกกำลังกายสม่ำเสมอ เช่น เดิน หรือ

7-9 ชั่วโมงต่อวัน

โรคไม่ติดต่อเราสามารถดูแล
ตนเองได้ โดยเฉพาะผู้สูงอายุ
สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของ
ตนเอง เลือกกิน ออกกำลังกาย
บริหารใจให้แจ่มใส นอนพักผ่อนให้
เพียงพอ เท่านี้ก็ห่างไกลโรคไม่
ติดต่อแล้วนะคะ เป็นไงบ้างคะ
สำหรับสาระน่ารู้ดีๆ เช่นนี้ หวังว่า
เพื่อนๆจะนำไปปรับใช้กันนะคะ
ฉบับนี้ขอตัวไปก่อน แล้วพบกันใหม่
ฉบับหน้าค่ะ **สสส**



อสม. ทั่วไทย ร่วมใจปักหมุดผ่านแอป “พ่นภัย”

นายสมศักดิ์ เทพสุทิน รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธานเปิด “โครงการ อสม. ทั่วไทย ร่วมใจปักหมุดผ่านแอป “พ่นภัย” เพื่อกลุ่มเปราะบาง เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ” โดยมี นพ.ภาณุมาศ ญาณเวทย์สกุล รองปลัดกระทรวงสาธารณสุข นพ.สามารถ ถิระศักดิ์ รองอธิบดีกรม สบส. ผู้บริหารกระทรวงสาธารณสุข และ อสม. ร่วมงาน จัดโดย กองสนับสนุนสุขภาพภาคประชาชน ณ รร.แกรนด์ ริชมอนด์ฯ จ.นนทบุรี สบส.



Medical Hub

นพ.สุระ วิเศษศักดิ์ อธิบดี กรม สบส. ร่วมการประชุม คกก.อำนวยการเพื่อพัฒนา ประเทศไทยให้เป็นศูนย์กลาง สุขภาพนานาชาติ ครั้งที่ 1/2567 ณ ห้องประชุมชัชวาทนเรนทร อาคาร 1 ชั้น 2 สำนักงานปลัด กระทรวงสาธารณสุข สบส.



แถลงข่าว

ดร.ทพ.อาคม ประดิษฐสุวรรณ รองอธิบดี กรม สบส.ร่วมแถลง ข่าวผลการจับกุมหมอเถื่อน ย่านปริมณฑล โดยความร่วมมือของ กรม สบส. กองกำกับ การ 4 บก.ปคบ. สสจ.ปทุมธานี และ สสจ.นนทบุรี ระดมตรวจ

ค้นสถานพยาบาล และร้าน นวด รวม 5 จุด ตรวจยึด ของกลาง พร้อมแจ้งข้อ กล่าวหาผู้ต้องหาที่ทำการ รักษา และเจ้าของสถานที่ ทั้งหมด 6 ราย ณ กอง บังคับการปราบปราม กทม. สบส.



พัฒนาศักยภาพบุคลากร

นพ.สามารถ ถิระศักดิ์ รองอธิบดีกรม สบส. เป็น ประธานเปิดการอบรม พัฒนาศักยภาพบุคลากร กรม สบส.ด้านประชาสัมพันธ์ ในการสื่อสารยุคดิจิทัล จัด โดย สำนักสื่อสารและ ประชาสัมพันธ์ ณ ห้อง ประชุม ชั้น 9 กรม สบส. สบส.



เพิ่มประสิทธิภาพ

นพ.กรกฤษ ลิ้มสมมุติ รองอธิบดีกรม สบส. เป็น ประธานเปิดการประชุมเชิง ปฏิบัติการเพิ่มประสิทธิภาพ

การปฏิบัติงานด้านบัญชี กรม สบส. ประจำปีงบประมาณ 2567 จัดโดยสำนักงานเลขานุการกรม ณ โรงแรมเบสท์ เวสเทิร์น พลัส แวนด้า แกรนด์ จ.นนทบุรี สบส



ตรวจสอบ

สบส.1 เข้าดำเนินการส่งเสริม ตรวจสอบวิศวกรรมความปลอดภัยในโรงพยาบาล ณ รพ.แม่ทา จ.ลำพูน สบส



มาตรฐานคลินิก

สบส.2 ร่วมกับ สสจ.พิษณุโลก ลงพื้นที่ตรวจมาตรฐานคลินิก เฉพาะทางเวชกรรม (มีบริการ ห้องผ่าตัดเล็ก) ประเภทที่ไม่ รับผู้ป่วยไว้ค้างคืน จ.พิษณุโลก จำนวน 3 แห่ง ได้แก่ 1. ยาวา มัณฑราคลินิกเวชกรรม 2. ยูติ คลินิกเวชกรรม 3. อลิณคลินิก เวชกรรม สบส



เร่งรัดการดำเนินงาน

สบส.3 เข้าดำเนินการตรวจสอบวิศวกรรมความปลอดภัยในโรงพยาบาล เพื่อป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นจากการปฏิบัติงาน ตลอดจนจนสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ ณ ศูนย์อนามัยที่ 3 จ.นครสวรรค์ สบส



ถอดบทเรียน

สบส.8 เข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการถอดบทเรียนการดำเนินงานระบบสุขภาพปฐมภูมิและสุขภาพอำเภอ เขตสุขภาพที่ 8 ปีงบประมาณ 2567 ณ รร.เวลาดี อ.เมือง จ.อุดรธานี สบส

แลกเปลี่ยนเรียนรู้

สบส.9 เข้าร่วมประชุมติดตาม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ประเมินผลและเยี่ยมเสริม



พลังการดำเนินงานสุขภาพภาคประชาชน ประจำปี งบประมาณ พ.ศ. 2567 เพื่อประเมินความสำเร็จและนำผลการดำเนินงานไปใช้วางแผนงานสุขภาพภาคประชาชน ณ ห้องประชุม วิชาญ ชั้น 4 สบส.9 สบส



ตรวจสอบความปลอดภัย

สบส.10 ลงพื้นที่ตรวจสอบวิศวกรรมความปลอดภัยและสิ่งแวดลอมใน รพ. เพื่อค้นหาความเสี่ยง จุดบกพร่องด้านวิศวกรรมความเสี่ยงสูงในระบบสนับสนุนต่าง ๆ ของ รพ. พร้อมหาแนวทางแก้ไขป้องกัน ให้เกิดความปลอดภัย และเป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนด ณ รพ.สมเด็จพระยุพราชเดชอุดม อ.เดชอุดม จ.อุบลราชธานี สบส



1 พาแม่
ไปตรวจสุขภาพ



2 ร้อยพวงมาลัย
ให้แม่



3 กราบเท้า
ล้างเท้า
ให้แม่



4 ทำอาหารโปรด
หรือพาไปกินร้านอร่อยๆ

10 วิธี



5 พาแม่ไป
ออกกำลังกาย

6 ไปทำบุญด้วยกัน

7 พาไปเที่ยว
ต่างจังหวัด



8 ให้เงินสด
แม่สักก้อน

9 ให้ของขวัญแทนใจ

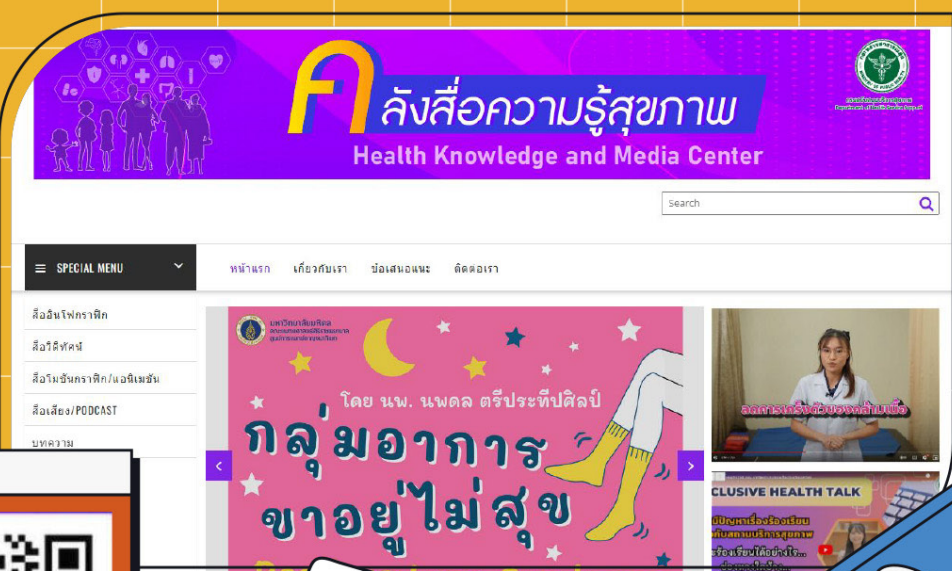
10 บอกรักไปตรงๆ
ไม่ต้องเงินว่า
“รักแม่”



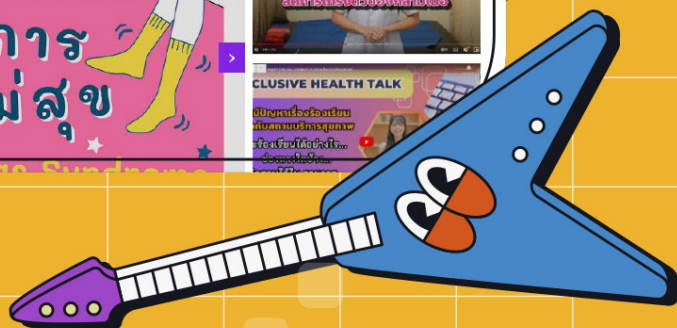
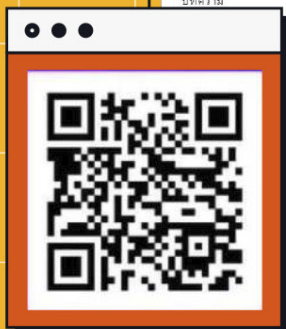
แสดงความรักกับ

“แม่”

คลังสื่อ ความรู้สุขภาพ



สแกน
เลย



**ข้อมูลความรู้สุขภาพ
เข้าถึงง่าย ถูกต้อง ฉบับ ก้นสแกนการณ**

- สื่ออินโฟกราฟิก
- สื่อวีดิทัศน์
- สื่อโมชันกราฟิก/แอนิเมชัน
- สื่อเสียง/PODCAST
- บทความ
- E-book

<https://healthmedia.hss.moph.go.th/>