

อัปเดตสุขภาพ

เมืองเลย งาม

ปีที่ 4 ฉบับที่ 17 เดือน มกราคม - มิถุนายน 2562



ถ่ายเป็นเลือด
บอกโรคอะไรเราได้บ้าง?
ทำไม?
ต้องตรวจมะเร็งปากมดลูก
วิ่ง เพื่อสุขภาพ

ขอบคุณนางแบบ

ม.ล.ศรัลชนา สิมสวัสดิ์ - นักกายภาพบำบัด
ประจำโรงพยาบาลเมืองเลย งาม

สวัสดี
ท่านผู้อ่านทุกท่าน
:)

วารสารที่อยู่ในมือของท่านขณะนี้ เป็นฉบับแรกของปี 2562 และเป็นปีที่ 4 จากโรงพยาบาลเมืองเลย งาม ซึ่งปี 2562 นี้ เป็นปีมหามงคลในประวัติศาสตร์ของชาติไทย และสำคัญอย่างยิ่งสำหรับปวงชนชาวไทยทุกคนที่จะได้มีโอกาสชื่นชมพระราชพิธีที่ยิ่งใหญ่และสำคัญ คือ พระราชพิธีบรมราชาภิเษก ระหว่างวันที่ 4-6 พฤษภาคม 2562 ซึ่งนับว่าเป็นบุญของเราชาวไทยทุกคนที่ครั้งหนึ่งในชีวิต จะได้มีโอกาสชมพระบารมีและถวายพระพร ในโอกาสนี้ อยากให้ทุกท่านได้ตระหนักว่าเราทุกคนนับได้ว่ามีบุญวาสนาเป็นอย่างยิ่งที่ได้เกิดมาในแผ่นดินไทย แผ่นดินที่อุดมสมบูรณ์ ภายใต้การปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขของชาติ ขอให้ทุกคนภูมิใจในความเป็นไทยเกิดขุนสถาบัน ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ตลอดกาลนาน

บรรณาธิการ



สารบัญ

บรรณาธิการ/สารบัญ.....	1
จ.เลย เมืองต้องห้ามพลาด.....	2
รู้ว่าเป็นไข้เลือดออกได้อย่างไร.....	3
ตัวกรอง IV Filter สำคัญอย่างไร?.....	5
ถ่ายเป็นเลือด บอกโรคอะไรเราได้บ้าง.....	7
เช็ดตัวน คุณเป็นมะเร็งหรือไม่?.....	9
แนะนำแพทย์ใหม่.....	11
โปรแกรมตรวจสุขภาพประจำปี '62.....	12
ทำไมต้องตรวจมะเร็งปากมดลูก.....	13
วิ่ง..เพื่อสุขภาพ.....	15
แพทย์ประจำโรงพยาบาลเมืองเลย งาม.....	17
แพทย์นอกเวลาโรงพยาบาลเมืองเลย งาม.....	18



หาดนางคอย

Nangkoi Beach

หาดนางคอย สถานที่ท่องเที่ยวแห่งใหม่ของอำเภอเชียงคาน อีกหนึ่งสถานที่ทานข้าวและชมวิวแม่น้ำโขง ล้อมรอบด้วยทัศนียภาพอันสวยงาม อยู่ที่บ้านหาดแห่ ตำบลปากตม อำเภอเชียงคาน จังหวัดเลย

หาดนางคอยมีลักษณะหาดทรายกว้าง ช่วงหน้าร้อนจะมีประชาชนเข้ามาเที่ยวเป็นจำนวนมาก เนื่องจากระดับน้ำโขงจะลดลงมาก น้ำโขงใสเห็นถ้ำ มองเห็นเกาะ แก่ง โขดหินและหาดทรายขาวทอดยาวเหยียดเรียบริมโขง ทัศนียภาพล้อมรอบด้วยภูเขา สองฝั่งแม่น้ำโขงเชื่อมไทยและลาว สามารถมองเห็นฝั่งลาวได้อย่างชัดเจน เพื่อนบ้านทั้ง 2 ฝั่งต่างอาศัยเรือหางยาวข้ามไปมาทั้งวัน

สำหรับการเดินทางไปยังหาดนางคอย เมื่อถึงอำเภอเชียงคานให้เลี้ยวซ้ายไปทางภูพระใหญ่ ซึ่งห่างจากอำเภอเชียงคานประมาณ 15 กิโลเมตร ใช้ทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 2195

ร้อนนี้มาพักผ่อนเล่นน้ำโขงเย็นๆ และสัมผัสกับทัศนียภาพอันสวยงามที่หาดนางคอยกันนะคะ



ไข้เลือดออก เป็นอีกโรคหนึ่งที่น่ากลัว ในช่วงฤดูฝน
เมื่อเข้าสู่ฤดูฝนของทุกปี สถานการณ์โรคไข้เลือดออก ค่อนข้าง
น่าเป็นห่วง จากสถิติในทุกปี จะพบผู้ป่วย และผู้ที่เสียชีวิต จากโรค
ไข้เลือดออกมากขึ้นเรื่อยๆ **สาเหตุหลักของการเสียชีวิต เพราะมา
พบแพทย์ช้าหรือได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นไข้เลือดออกช้า**

ดังนั้น เราจึงควรติดตามสถานการณ์ของโรคอย่างใกล้ชิด
และป้องกันตัวเองไม่ให้ถูกยุงลายกัด โดยยึดหลัก 3 เก็บ ป้องกัน
3 โรค คือ

1. เก็บบ้านให้สะอาด ไม่ให้มีมุมอับทึบเป็นที่เกาะพักของยุง
2. เก็บขยะ เศษภาชนะไม่ให้เป็นที่ล่อเพาะพันธุ์ยุงลาย
3. เก็บน้ำ ภาชนะใส่น้ำต้องปิดฝาให้มิดชิด ป้องกันไม่ให้ยุงลาย
วางไข่

ซึ่งสามารถป้องกัน 3 โรคที่เกิดจากยุงในคราวเดียว ได้แก่ โรค
ไข้เลือดออก โรคติดเชื้อไวรัสซิกา และโรคไข้ปวดข้อยุงลาย



รู้ว่าเป็น ไข้เลือดออก ได้อย่างไร?



การตรวจหาเชื้อไวรัสเดงกีหรือเชื้อไข้เลือดออกโดยวิธี **Dengue NS1Ag, IgG, IgM** เป็นการตรวจวินิจฉัยการติดเชื้อไวรัสเดงกีได้ทั้งส่วนประกอบของเชื้อและภูมิคุ้มกันต่อเชื้อ ซึ่งมีข้อดี ดังนี้

1. ตรวจง่าย รวดเร็วภายใน 1 ชั่วโมง
2. ตรวจได้ในระยะแรกที่ติดเชื้อ ตั้งแต่มีไข้สูงวันแรก
3. การตรวจมีความไวและแม่นยำสูง มากกว่า 90%

Dengue NS1Ag, IgG, IgM คืออะไร?

1. **Dengue NS1Ag** คือ โปรตีนที่ไม่เป็นส่วนประกอบของตัวไวรัสเดงกี แต่เมื่อไวรัสเข้าสู่เซลล์จะมีการสร้างโปรตีนชนิดนี้ขึ้นภายในเซลล์ตั้งแต่วันแรก หลังจากมีอาการไข้ และจะไข้สูงนานประมาณ 9 วัน โดยจะพบได้ทั้งการติดเชื้อครั้งแรกและการติดเชื้อซ้ำ ปัจจุบันเป็นที่นิยมใช้ตรวจหาเชื้อไวรัสเดงกี ในวันแรกๆ
2. **Dengue IgM** เป็นภูมิคุ้มกัน (Antibody) ที่พบได้เนื่องจากร่างกายสร้างขึ้นในวันที่ 3-4 นับตั้งแต่มีอาการไข้สูง ในการติดเชื้อครั้งแรก ซึ่งโอกาสพบสูงในวันที่ 3-4 แต่โอกาสพบได้น้อยในวันแรกๆ
3. **Dengue IgG** เป็นภูมิคุ้มกัน (Antibody) ที่พบได้เนื่องจากร่างกายสร้างขึ้นจากการติดเชื้อไวรัสเดงกี ซึ่งภูมิคุ้มกันต่อไวรัสเดงกีชนิดนี้จะเกิดไปจนตลอดชีวิต ซึ่งโอกาสพบได้ประมาณ 2 สัปดาห์ นับตั้งแต่มีอาการไข้สูง ในการติดเชื้อครั้งแรก หรือพบได้ในวันที่ 1-2 นับตั้งแต่มีอาการไข้สูง ถ้าเป็นการติดเชื้อซ้ำ และพบได้น้อยลงในวันหลังๆ

โรงพยาบาลเมืองเลย สามารถตรวจหาเชื้อไวรัสเดงกี หรือเชื้อไวรัสไข้เลือดออก ได้ตั้งแต่วันแรกที่มีไข้ รายงานผลได้ภายใน 1 ชั่วโมง หลังเจาะเลือดส่งตรวจ



ในระหว่างการให้ยาทางหลอดเลือดดำ อาจมีอนุภาคไหลเข้าสู่กระแสเลือดของผู้ป่วยมากกว่า 10 ล้านหน่วย ผ่านทางสารละลายที่ให้ทางหลอดเลือดดำในแต่ละวัน หากไม่ดำเนินมาตรการป้องกันอนุภาคดังกล่าว อาจส่งผลให้อวัยวะที่สำคัญต่างๆ ของร่างกายทำงานบกพร่องได้ อนุภาคเล็กๆ เหล่านี้อาจทำให้เกิดเลือดจับตัวเป็นก้อน จนเกิดการอุดตันในหลอดเลือดขนาดเล็กที่หล่อเลี้ยงอวัยวะสำคัญ



นอกจากนี้ฟองอากาศอาจเข้าสู่ระบบไหลเวียนเลือดของผู้ป่วยระหว่างการให้ยาทางหลอดเลือดดำ ส่งผลให้เกิดอาการที่เรียกว่า ภาวะฟองอากาศอุดหลอดเลือดดำ ฟองอากาศที่เกิดขึ้นนี้อาจมีสาเหตุมาจากการแยกตัวของสารละลายเมื่ออยู่ที่อุณหภูมิห้อง การรั่วไหลของระบบหรือจากข้อต่อระหว่างชุดอุปกรณ์ ที่ให้สารน้ำหรือสารละลายนั้นๆ ภาวะฟองอากาศอุดหลอดเลือดดำอาจทำให้เกิดการอักเสบเฉพาะที่ซึ่งส่งผลร้ายต่อเนื้อเยื่อและอวัยวะนั้นๆ ได้



องค์กรวิชาชีพทางการแพทย์ และสมาคมพยาบาล ผู้ให้สารละลายทางหลอดเลือดแห่งประเทศไทย ต่างแนะนำให้ใช้ **IV Filter** ที่เหมาะสมระหว่างการให้สารน้ำ สารอาหารหรือยาทางหลอดเลือดดำ จะช่วยปกป้องผู้ป่วย โดยการลดความเสี่ยงในการเกิดภาวะแทรกซ้อนขณะรักษา ด้วยคุณสมบัติในการทำงาน 3 ประการดังนี้

- ป้องกันสิ่งแปลกปลอม (โดยเฉพาะสิ่งแปลกปลอมที่ไม่สามารถมองเห็นได้)
- ป้องกันฟองอากาศ
- ป้องกันแบคทีเรียและเชื้อรา



ปัจจุบัน **IV Filter** ซึ่งเป็นตัวกรองที่มีประสิทธิภาพ และได้รับการยอมรับ ถูกนำไปใช้ร่วมกับการรักษาของโรงพยาบาลหลายแห่งในประเทศไทย เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการรักษา รวมถึงลดความเสี่ยงต่อภาวะแทรกซ้อนจากสิ่งแปลกปลอมที่จะเข้าสู่ร่างกายของคนไข้ รวมทั้งเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตของคนไข้ให้ดียิ่งขึ้น

โรงพยาบาลเมืองเสย-ราม ได้สังเกตเห็นความสำคัญในเรื่องดังกล่าว ได้นำตัวกรอง IV Filter เข้ามาใช้ร่วมกับการรักษาผู้ป่วยเพื่อประสิทธิภาพในการรักษาพยาบาลที่ดีที่สุด



ถ่ายเป็นเลือด

บอกโรคอะไรเราได้บ้าง?

การขับถ่าย การขับถ่าย เป็นอีกหนึ่งกิจวัตรสำคัญในการกำจัดของเสียออกจากร่างกาย และไม่ใช่เรื่องน่าอาย หากเราจะสังเกตเห็นอุจจาระดูบ้าง เพราะลักษณะและสีของอุจจาระสามารถบ่งบอกปัญหาสุขภาพได้

ถ่ายเป็นเลือด (Rectal Bleeding หรือ Hematochezia) เป็นลักษณะอาการที่ผู้ป่วยมีเลือดสีแดงสดไหลออกมาจากทวารหนัก ถ่ายอุจจาระแล้วมีเลือดหรือลิ่มเลือดปนอยู่ หรือถ่ายอุจจาระเป็นสีแดงเข้ม สาเหตุหลักที่มักทำให้ถ่ายเป็นเลือดคือการบาดเจ็บที่อวัยวะในระบบย่อยอาหาร อย่างลำไส้ใหญ่ไส้ตรง และทวารหนัก โดยการถ่ายเป็นเลือด อาจเป็นการเจ็บป่วยเพียงเล็กน้อยไปจนถึงสัญญาณอันตรายของปัญหาสุขภาพที่สำคัญ ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับความรุนแรงของอาการ ปริมาณของเลือดที่ถ่ายออกมา และระยะเวลาที่มีอาการถ่ายเป็นเลือด

เมื่อเราสังเกตเห็นความผิดปกติของร่างกาย ควรรีบพบแพทย์เพื่อวินิจฉัยโรคต่างๆ ที่แสดงอาการผ่านการถ่ายเป็นเลือด เช่น

1. ก้อนพูก

อุจจาระเป็นเลือดแดงสดบ่งบอกได้ถึงภาวะท้องผูก นอกจากนี้ก้อนอุจจาระจะมีขนาดใหญ่และแข็ง ทำให้ต้องไปแรงเบ่งมาก และอุจจาระที่ใหญ่และแข็งจะครูดกับผิวของทวารหนักเกิดแผลถลอก ก่อให้เกิดอาการเจ็บแสบขณะถ่าย และมีเลือดสีแดงสดปนออกมาได้



2. ริดสีดวงทวาร

คนที่ท้องผูกบ่อยๆ นอกจากจะมีอาการปวดแสบบริเวณรูทวารหนักแล้วยังอาจมีเส้นเลือดดำโป่งพองบริเวณรูทวารหรือเรียกว่าริดสีดวงทวารปลิ้นออกมาจนมีอาการอักเสบ ปวดแสบหนักมากขึ้น หากมีอาการควรรีบพบแพทย์ศัลยกรรมเพื่อการรักษาอย่างถูกวิธี

3. เลือดออกในลำไส้

หากมีเลือดสดๆ หรือลิ่มเลือดไหลออกมาพร้อมกับอุจจาระด้วย แต่ไม่ได้มีอาการปวดแสบที่ทวารหนัก อาจเป็นเพราะมีเลือดออกในลำไส้ใหญ่ หากมีเลือดไหลออกมากควรนอนพัก งดน้ำงดอาหาร และพบแพทย์ที่โรงพยาบาล และควรได้รับการตรวจคัดกรองมะเร็งลำไส้ระยะแรกโดยการตรวจอุจจาระ

4. โรคบิด

หากมีอาการท้องเสียท้องร่วง แล้วอุจจาระมีมูกเลือดปน กลิ่นเหม็นรุนแรง อาจเสี่ยงเป็นโรคบิดที่เกิดจากการติดเชื้อในลำไส้ใหญ่ จนทำให้ลำไส้ใหญ่อักเสบ เป็นแผลควรพบแพทย์ตรวจอุจจาระเพื่อหาสาเหตุที่ชัดเจน

5. เลือดออกในกระเพาะอาหาร หรือลำไส้เล็ก

อาการอาจเริ่มจากอาเจียนออกมาเป็นเลือดก่อน หรือไม่มีอาการอาเจียนก็ได้ ตามด้วยการอุจจาระเป็นเลือด โดยเลือดจะเป็นสีเข้มจนเกือบดำ หากถ่ายเป็นเลือดจำนวนมาก ควรงดน้ำ งดอาหาร แล้วรีบพบแพทย์โดยด่วน เพื่อส่องกล้องดูกระเพาะอาหารและลำไส้ (Gastroscope) โรงพยาบาลเมืองเลย รม มีบริการ วันเสาร์-อาทิตย์ เวลา 08.00 - 16.00 น.

6. โรคมะเร็งลำไส้ใหญ่

มะเร็งจะทำให้เกิดแผล จึงทำให้มีความเสี่ยงที่จะถ่ายแล้วมีเลือดปน โรคมะเร็งลำไส้ใหญ่มักเกิดขึ้นกับผู้ใหญ่ อายุมากกว่า 40-50 ปี แต่ก็มีโอกาสที่จะเกิดขึ้นกับวัยรุ่น หากครอบครัวมีประวัติเป็นโรคนี้นมาก่อน ก็จะมีความเสี่ยงมากขึ้น ควรลดการทานเนื้อแดง อาหารปิ้งย่างไหม้เกรียม หยุดสูบบุหรี่ ดื่มน้ำแอลกอฮอล์ และออกกำลังกายเป็นประจำ โรงพยาบาลเมืองเลย รม สามารถตรวจคัดกรองมะเร็งลำไส้จากเลือดได้ (CEA)

7. โรคลำไส้ขาดเลือด

อาการคือเลือดไม่สามารถเข้าไปไหลเวียนในลำไส้ได้ ทำให้เซลล์ลำไส้ตาย และเริ่มเน่าจนมีแบคทีเรีย อาการที่พบคือปวดท้องเกร็ง อาจปวดมากจนหมดสติ และอาจมีอาการติดเชื้อในกระแสเลือดจนเสียชีวิตได้ หากระหว่างปวดท้องมีอาการถ่ายเป็นเลือดด้วย แสดงว่าอาการเริ่มหนัก ควรรีบพบแพทย์เพื่อทำการตรวจวินิจฉัย



โรงพยาบาลเมืองเลย รม

มีบริการตรวจรักษาโรคทางศัลยกรรม โดยศัลยแพทย์

ให้บริการทุกวัน โทร. 042-870000



ส เช็คด่วน

คุณเป็นมะเร็งหรือไม่?

องค์การอนามัยโลก รายงานว่าทั่วโลกมีผู้ป่วยเสียชีวิต 9.6 ล้านราย ซึ่งในจำนวนนี้กว่า 70% พบในประเทศที่มีรายได้ต่ำถึงปานกลาง สำหรับสถานการณ์โรคมะเร็งในประเทศไทย จากสถิติพบว่าโรคมะเร็งเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับ 1 มีผู้ป่วยรายใหม่วันละ 336 คน หรือ 122, 757 คนต่อปี และพบว่ามีผู้ป่วยเสียชีวิตจากโรคมะเร็งวันละ 215 คน หรือ 78,540 คนต่อปี



โรคมะเร็ง เป็นโรคที่มีเซลล์ผิดปกติเกิดขึ้นในร่างกาย และเซลล์เหล่านี้เจริญเติบโตรวดเร็วเกินปกติ ร่างกายไม่สามารถควบคุมได้ ลูกกลมและแพร่กระจายได้ทั่วร่างกาย ทำให้เซลล์ปกติของเนื้อเยื่อและอวัยวะต่างๆ ทำงานไม่ได้ จึงเกิดเป็นโรค และเกิดอาการต่างๆ ขึ้น และเมื่อเป็นมะเร็งที่อวัยวะสำคัญ หรือมะเร็งแพร่กระจายไปยังอวัยวะสำคัญ อวัยวะเหล่านั้นจึงไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ ล้มเหลว จนเป็นสาเหตุให้เสียชีวิตในที่สุด

5 อันดับแรกของมะเร็งที่พบบ่อยในเพศหญิง



- มะเร็งเต้านม
- มะเร็งปากมดลูก
- มะเร็งตับ
- มะเร็งปอด
- มะเร็งลำไส้ใหญ่

5 อันดับแรกของมะเร็งที่พบบ่อยในเพศชาย

- มะเร็งตับและท่อน้ำดี
- มะเร็งปอด
- มะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก
- มะเร็งต่อมลูกหมาก
- มะเร็งต่อมน้ำเหลือง



สัญญาณเตือน! โรคมะเร็ง ที่คุณควรรู้

1. ระบบขับถ่ายมีการเปลี่ยนแปลง ทั้งทางอุจจาระและปัสสาวะ เช่น ท้องผูกสลับท้องเสียเรื้อรัง ถ่ายดำ หรือมีเลือดออกในปัสสาวะ
2. ร่างกายมีก้อนเนื้อตามส่วนๆของร่างกาย เช่น มีก้อนที่รักแร้ ขาหนีบ คอ เต้านม
3. อาการไอ ไอแบบเรื้อรังและเสียงแหบแห้ง
4. มีเลือดออกผิดปกติ จากทวารต่างๆ เช่น ทู จมูก ปาก ทวารหนักและทวารเบา มีเลือดออกทางช่องคลอดผิดปกติ
5. มีการเปลี่ยนแปลงของหูตหรือโพตามร่างกาย เช่น มีขนาดใหญ่ขึ้น สีเปลี่ยนไป มีอาการคัน หรือมีเลือดไหลซึมออกมา
6. เป็นแผลไม่หาย ภายใน 1-2 สัปดาห์ หลังการดูแลตนเองเป็นอย่างดี เช่น มีแผลเรื้อรังในช่องปากนานเกิน 2 สัปดาห์ มีแผลเรื้อรังบริเวณผิวหนัง หรือมีแผลเรื้อรังในกระเพาะอาหาร
7. อาการปวดแบบไร้สาเหตุ
8. เจ็บคอเรื้อรัง
9. บ้าหนักลดโดยไม่ทราบสาเหตุ
10. กลืนอาหารลำบากหรือมีอาการจุกเสียดแน่นท้องอยู่เป็นเวลานาน

อย่างไรก็ตาม การมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งดังกล่าว

ไม่สามารถระบุได้ว่าเป็นโรคมะเร็งแน่นอน แต่เป็นเพียงสัญญาณเตือนให้เข้าพบแพทย์

เพื่อค้นหาสาเหตุของโรค และทำการรักษาต่อไป



แนะนำแพทย์ใหม่

พ.ว.กิตติศักดิ์ ไกรเกียรติ์

ศัลยแพทย์ทั่วไป

บริการตรวจรักษา โรคทางศัลยกรรม เช่น

- โรคนิ้วในถุงน้ำดี โรคไส้เลื่อน เนื้ออกในลำไส้ ลำไส้อุดตัน โรคไส้ติ่งอักเสบ
- รักษาบาดแผลต่างๆ แผลแยก แผลถลอก บาดแผลไฟไหม้-น้ำร้อนลวก แผลฝีหนองต่างๆ หรือผิวหนังที่มีลักษณะอักเสบเป็นหนองที่ต้องทำหัตถการ
- ผ่าตัดเล็กต่างๆ เช่น ไฟ หูด ปาน เล็บขบ เนื้ออกของผิวหนัง
- ผ่าตัดและดูแลผู้ป่วยจากอุบัติเหตุทุกชนิด
- รีดสีดวงทวารหนัก ผิดันทาสูตร
- โรคฉุกเฉินทางศัลยกรรม

วันและเวลาออกตรวจ

วันจันทร์, พุธ, ศุกร์ 07.30 - 17.00 น.

วันอังคาร, พฤหัสบดี 07.30 - 20.00 น.

บริการตรวจรักษา ทางสูติ-นรีเวชกรรม เช่น

- วางแผนการตั้งครรภ์ ตรวจสุขภาพก่อนการตั้งครรภ์ วัคซีนและเตรียมความพร้อมก่อนแต่งงาน
- ตรวจโรคทางสูตินรีเวช เช่น ประจำเดือนผิดปกติ โรคสตรีปวดท้องน้อย ตกขาว
- ตรวจมดลูก รังไข่ ตรวจมะเร็งปากมดลูก
- ตรวจภายใน วางแผนคุมกำเนิด ปรึกษาวัยทอง
- ผ่ากครรภ์ ทำคลอด ผ่าตัดคลอด อัลตราซาวด์
- ผ่าตัดเล็ก เช่น ก้อนเนื้อบริเวณช่องคลอดและปากมดลูก ต่อมน้ำนมเป็นหนอง ผ่าตัดระบายหนอง
- ผ่าตัดทางสูตินรีเวช เช่น ถุงน้ำรังไข่โตผิดปกติ เนื้ออกในมดลูก ปีกมดลูกและรังไข่
- ผ่าตัดภาวะฉุกเฉินทางสูตินรีเวช เช่น ท้องนอกมดลูก รังไข่โตบิดขั้วหรือแตก



แนะนำแพทย์ใหม่

พญ.ปิยธิดา จันทรดา

สูติ-นรีแพทย์

วันและเวลาออกตรวจ

วันจันทร์, พุธ, ศุกร์ 07.00 - 17.00 น.

วันอังคาร, พฤหัสบดี 08.00 - 20.00 น.

โปรแกรมตรวจสุขภาพ '62

โรงพยาบาลเมืองเลย งาม

รายการ	โปรแกรม 1 สำหรับผู้ที่มีอายุ น้อยกว่า 30 ปี	โปรแกรม 2 สำหรับผู้ที่มีอายุ 30-45 ปี	โปรแกรม 3 สำหรับผู้ที่มีอายุ 45 ปีขึ้นไป	โปรแกรม 4 สำหรับผู้ที่มีอายุ 45 ปีขึ้นไป
ตรวจร่างกายโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ (Physical Exam)	●	●	●	●
ตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	●	●	●	●
ตรวจโรคเบาหวาน (FBS)	●	●	●	●
ตรวจการทำงานของไต (BUN)	●	●	●	●
ตรวจการทำงานของไต (Creatinine)	●	●	●	●
ตรวจระดับไขมันในหลอดเลือด (Cholesterol)	●	●	●	●
ตรวจระดับไขมันในหลอดเลือด (Triglyceride)	●	●	●	●
ตรวจระดับไขมันในหลอดเลือด (HDL)	●	●	●	●
ตรวจระดับไขมันในหลอดเลือด (LDL)	●	●	●	●
ตรวจการทำงานของตับ (SGOT)	●	●	●	●
ตรวจการทำงานของตับ (SGPT)	●	●	●	●
ตรวจการทำงานของตับ (ALK)	●	●	●	●
ตรวจปัสสาวะ (UA)	●	●	●	●
เอกซเรย์ดูสภาพปอดและหัวใจ (Chest X-Ray)	●	●	●	●
ตรวจหาโรคเก๊าท์ (Uric Acid)	●	●	●	●
ตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (EKG)	●	●	●	●
ตรวจหาไวรัสตับอักเสบบี (HBsAg)	●	●	●	●
ตรวจหาภูมิคุ้มกันไวรัสตับอักเสบบี (Anti-HBs)	●	●	●	●
ตรวจหาสารบ่งชี้มะเร็งต่อมลูกหมาก (PSA)	●	●	●	●
ตรวจหาสารบ่งชี้มะเร็งเรื้อรัง (AFP)	●	●	●	●
ตรวจหาสารบ่งชี้มะเร็งลำไส้ (CEA)	●	●	●	●
ตรวจหาสารบ่งชี้มะเร็งรังไข่ (CA125)	●	●	●	●
ราคาเหมาจ่าย	1,700.-	2,800.-	4,400.-	4,600.-

**โปรแกรมขึ้นตั้งแต่วันที่ 31 ธันวาคม 2562

คำแนะนำในการตรวจสุขภาพ

1. ควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ งดการดื่มแอลกอฮอล์ก่อนเข้ารับการตรวจสุขภาพอย่างน้อย 24 ชั่วโมง
2. งดอาหารและเครื่องดื่มทุกชนิด ยกเว้นน้ำดื่ม ก่อนเข้ารับการตรวจสุขภาพอย่างน้อย 12 ชั่วโมง
3. สตรีที่มีประจำเดือนควรให้ประจำเดือนหมดแล้วอย่างน้อย 3 วัน จึงตรวจปัสสาวะ
4. หากสงสัยว่าตั้งครรภ์ กรุณาแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบก่อนเข้ารับการตรวจ
5. ผู้ที่เข้ารับการตรวจสุขภาพจะได้รับคูปองอาหารว่างของโรงพยาบาลหลังเข้ารับการตรวจสุขภาพ



ทำไม? ต้องตรวจ มะเร็งปากมดลูก

มะเร็งปากมดลูก (Cervical cancer) เป็นโรคมะเร็งที่พบได้บ่อยที่สุดเป็นอันดับ 3 ของมะเร็งในผู้หญิงไทย มักพบในช่วงอายุ 30-70 ปี (พบได้สูงในช่วงอายุ 45-55 ปี) แต่ก็อาจพบได้ในคนที่มีอายุน้อยๆ เช่น 20 ปี และในผู้สูงอายุตั้งแต่ 70 ปีขึ้นไปก็ได้ โดยผู้ป่วยส่วนใหญ่มักจะมีประวัติการมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุยังน้อย (น้อยกว่า 17 ปี) มีคู่นอนหลายคน ซึ่งเชื่อว่าจะทำให้เกิดความเสี่ยงต่อการติดเชื้อไวรัสเอชพีวี (HPV) ที่เป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญต่อการเกิดมะเร็งปากมดลูกได้

ดังนั้นการตรวจมะเร็งปากมดลูกอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยลดการลุกลามของมะเร็งที่ปากมดลูกได้ เพราะเซลล์ปากมดลูกสามารถกลายเป็นเซลล์มะเร็ง โดยที่คุณไม่ทราบหรือไม่มีอาการเจ็บป่วยแต่อย่างใด หากไม่รับการตรวจและทำการรักษาแต่เนิ่นๆ เซลล์นั้นก็จะกลายเป็นเซลล์มะเร็งที่รุนแรงและลุกลามไปที่อื่น ทำให้ยากต่อการรักษามากขึ้น



วิธีป้องกัน มะเร็งปากมดลูก

- หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง เช่น การมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุยังน้อย การเปลี่ยนคู่นอนหลายคน การสูบบุหรี่
- ฉีดวัคซีนป้องกัน การติดเชื้อไวรัสเอชพีวี (เพื่อให้ได้ประสิทธิภาพควรฉีดในช่วงอายุก่อนการมีเพศสัมพันธ์ เพื่อป้องกันการติดเชื้อ)
- ควรตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูก เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ



ผู้ที่ควรตรวจภายใน

- สตรีที่ภายหลังการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก 3 ปี
- สตรีที่ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์ แต่มีอายุตั้งแต่ 21 ปีขึ้นไป
- สตรีที่มีอายุ 30 ปีขึ้นไป ควรตรวจแบบหาเชื้อเอชพีวี ร่วมกับ การตรวจค้นหาเซลล์มะเร็ง (Co - Testing)
- สตรีที่ฉีดวัคซีนแล้ว ควรตรวจคัดกรองเช่นเดียวกับสตรีที่ไม่ได้ฉีดวัคซีน
- สตรีที่อายุมากกว่า 60 ปี ที่ไม่เคยตรวจภายในมาก่อน

การตรวจคัดกรอง มะเร็งปากมดลูก

วิธีที่ 1 การตรวจ Pap smear แบบดั้งเดิม มีความแม่นยำเพียง 50% ควรตรวจเป็นประจำทุกปี

วิธีที่ 2 การตรวจ Thinprep ให้ความละเอียดมากกว่าแบบเดิม มีความแม่นยำ 80% ควรตรวจเป็นประจำทุก 2 ปี

วิธีที่ 3 การตรวจ Co-Testing (Thinprep plus Aptima HPV) การตรวจทางเซลล์วิทยาาร่วมกับการตรวจหาเชื้อไวรัสเอชพีวี พบว่ามีความแม่นยำเกือบ 100% ควรตรวจเป็นประจำทุก 3 ปี

การเตรียมตัวการตรวจภายใน

- ก่อนตรวจควรทำความสะอาดภายนอกโดยใช้สบู่ธรรมดา
- ไม่ควรใส่ผ้าหอม
- ควรสวมกระโปรงหรือกางเกงที่สามารถถอดได้ง่าย
- ไม่ควรเล่นกีฬา ก่อนมาตรวจภายใน
- งดมีเพศสัมพันธ์ก่อนการตรวจ
- ไม่ควรสวน หรือล้างภายในช่องคลอด
- ไม่ควรเหน็บยา
- ไม่ควรตรวจภายในช่วงที่มีประจำเดือน

"อย่าอายหมอเรื่องตรวจภายใน"

สนใจตรวจภายใน โทร. 042-870 000 ทุกวัน

วิ่งเพื่อสุขภาพ

ในปัจจุบันนี้ การวิ่งถือວ່າได้รับความนิยมกันมากกับประชาชนทุกช่วงวัย เนื่องจากเป็นการออกกำลังกายที่ง่าย ไม่จำเป็นต้องใช้อุปกรณ์ใดๆ การวิ่งนอกจากจะช่วยให้กล้ามเนื้อหัวใจทำงานได้ดี รูปร่างนำอริจมาแล้วยังได้สังคมและเพื่อนใหม่อีกด้วย

การวิ่งช่วยให้ระบบไหลเวียนเลือด ปอด หัวใจ ทำงานดีมากขึ้น ช่วยลดระดับไขมันในเลือด เพื่อป้องกันการเกิดโรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง และยังช่วยให้ไม่เป็นลมหน้ามืดง่าย ช่วยเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและระบบทางเดินหายใจ เพิ่มความแข็งแรงของมวลกระดูก ทำให้กระดูกแข็งแรงขึ้น ลดภาวะกระดูกพรุน ช่วยปรับภูมิคุ้มกันของร่างกายให้ทำงานดีมากขึ้น ช่วยควบคุมน้ำหนักและระบบเผาผลาญพลังงานให้สมดุลของร่างกาย กระตุ้นให้สมองเกิดการหลั่งสารเอ็นโดรฟินขึ้น ซึ่งเป็นสารเคมีธรรมชาติที่มีฤทธิ์บรรเทาอาการปวด และทำให้รู้สึกสบายมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้แล้วนั้นยังช่วยให้ผู้วิ่งคลายความตึงเครียดทางด้านจิตใจและมีอารมณ์แจ่มใสมากขึ้นอีกด้วย

ทั้งนี้ผู้บริหารโรงพยาบาลเมืองเลย รวมถึงสนับสนุนและให้ความสำคัญกับการออกกำลังกายแก่แพทย์ เจ้าหน้าที่ และผู้ใช้บริการทุกคน เพื่อให้มีสุขภาพดี มีร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตแจ่มใส มีความสุข

ได้ทราบประโยชน์ของการวิ่งแล้ว

เรามาเริ่มวิ่งเพื่อสุขภาพที่ดีกับนะคะ



Super Half Marathon Dok Fai Ban 2019



เมื่อวันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2562 โรงพยาบาลเมืองเลย ราม โรงพยาบาลเขลางค์นคร-ราม โรงพยาบาลแพร่-ราม และ โรงพยาบาลเพชรรัตน์ ได้เข้าร่วมกิจกรรม Super Half Marathon Dok Fai Ban 2019 ระยะทางวิ่ง 10 กิโลเมตร บริเวณสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย จ.เลย โดยผู้บริหารทั้ง 4 โรงพยาบาลสนับสนุนให้พนักงานทุกคน มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง โดยการออกกำลังกายและเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์



แพทย์ประจำ

แพทย์

โรงพยาบาลเมืองเลย งาม

สอบถามรายละเอียดและนัดพบแพทย์ได้ที่
โทร. 042-870000 ต่อ 1300,1301



บพ.อนุพงษ์ จงเจริญยานนท์

กุมารแพทย์
วันเวลาออกตรวจ
วันจันทร์-ศุกร์ 08.00-17.00 น.
(หลังเวลา 17.00 น. และวันเสาร์-อาทิตย์
กรุณาโทรนัดหมาย)



บพ.นุชเรัย จิตตนาสวัสดิ์

กุมารแพทย์
วันเวลาออกตรวจ
วันจันทร์-ศุกร์ 08.00-17.00 น.



บพ.ริตพงษ์ จอสรินุกดิ์

อายุรแพทย์
วันเวลาออกตรวจ
วันจันทร์-เสาร์ 08.00-17.00 น.
วันอาทิตย์ (กรุณาโทรนัดหมาย)



พจน.นภกสิขณ์ นาคชนันท์

อายุรแพทย์
วันเวลาออกตรวจ
กรุณาโทรนัดหมาย



บพ.กิตติศักดิ์ ไทรเกียรติ

ศัลยแพทย์ทั่วไป
วันเวลาออกตรวจ
วันจันทร์, พุธ, ศุกร์ 07.30-17.00 น.
วันอังคาร, พฤหัสบดี 07.30-20.00 น.



พจน.ปิยริตา จันรดดา

สูติ-นรีแพทย์
วันเวลาออกตรวจ
วันจันทร์, พุธ, ศุกร์ 07.00-17.00 น.
วันอังคาร, พฤหัสบดี 08.00-20.00 น.



บพ.มานะ รสรมณีนินิตต์

วิสัญญีแพทย์
วันเวลาออกตรวจ
วันจันทร์-ศุกร์ 09.00-17.00 น.
วันเสาร์ 12.00-17.00 น.



บพ.กรงพล วงศ์สุวรรณ

แพทย์เวชปฏิบัติทั่วไป/
เวชศาสตร์ครอบครัว
วันเวลาออกตรวจ
ทุกวัน 08.00-17.00 น.
(ยกเว้นวันอาทิตย์)



พจน.กันตกนิษฐ เชาวลสีป็นสุข

แพทย์เวชปฏิบัติทั่วไป/
เวชศาสตร์ครอบครัว
วันเวลาออกตรวจ
ทุกวัน 08.00-17.00 น.
(ยกเว้นวันเสาร์)



บพ.วิศวะ มานศรีพงษ์

แพทย์เวชศาสตร์ฉุกเฉิน
วันเวลาออกตรวจ
กรุณาโทรนัดหมาย



แพทย์นอกเวลา

อายุรแพทย์



แพทย์นภาพรชน ป่าอุรราชศิริวัฒน์

ศิษย์แพทย์หัวใจ



นาย ชัชวาล หนิมแลศรี

แพทย์อุษณี เชนย์มอโนคี

นาย นครินทร์ ฤทธิสิงห์

นาย เทอดไทย ทองยูน

นาย อภิชาติ วิริทพาศานนท์

สูติ-นรีแพทย์



แพทย์นภาดา วาณิชสมบัติ

นาย รุ่งเรือง บุญสูง

ศิษย์แพทย์ตาแดง



นาย บิสิ ศิริสุขขุทัย

แพทย์เวชปฏิบัติทั่วไป



นาย ฐิติศักดิ์ ภัทรกุลวัฒน์

นาย สรรคนเมศ วัฒนสมบัติ

แพทย์หู คอ จมูก



แพทย์ณัฏฐา ทวีประโคน

ศิษย์แพทย์ระบบทางเดินปัสสาวะ



นาย กฤษณ์ สันธนาทิพัฒน์กุล

ศิษย์แพทย์กระดูกและข้อ



แพทย์คนนุกฤทัย อินทรปรีชา

นาย สาทิศ สุนสมบัติกุล

นาย เกรียงศักดิ์ ปาลี

อายุรแพทย์



นาย บุรณัฒน์ เจริญรัตน์

นาย มศวรณัน ชาติเพ้า

รังสีแพทย์



แพทย์นภาพิพย์ หนิมแลศรี

กุมารแพทย์



นายคนนุกุล ม่วงจิก

นาย สมศักดิ์ ภัทรกุลวัฒน์

บริการเช็คสิทธิ์

ประกัน

ON LINE

อีกบริการจากเราที่

เพิ่มความสะดวกรวดเร็วให้คุณ

ในการตรวจสอบความคุ้มครอง...มั่นใจก่อนการรักษา

- ผู้เอาประกันต้องแสดงบัตรประกันหรือบัตรประชาชน หรือแจ้งหมายเลขกรมธรรม์ เพื่อใช้ประกอบการตรวจสอบสิทธิ์
- ผลการตรวจสอบสิทธิ์ผู้เอาประกันขึ้นอยู่กับข้อมูล และเงื่อนไขการให้บริการของบริษัทประกัน
- สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ แผนกประชาสัมพันธ์ โรงพยาบาลเมืองเลย งาม โทร. 042-870000 ต่อ 1000



โรงพยาบาลเมืองเลย งาม

E-mail : loeiram@yahoo.com Website : www.loeiram.co.th
546 หมู่ 1 ถนนสิรินธร ต.มาฮาน อ.เมืองเลย จ.เลย 42000
โทรศัพท์ 042-870000 โทรสาร 042-812400
Facebook : MuangLoei Ram Club

ฉุกเฉิน เรียกรถพยาบาล
042-832 520

