

กลุ่มงานทรัพยากรบุคคล  
รับเลขที่..... Ab3  
วันที่..... ๑๕ มิ.ค. ๒๕๕๙  
16-12  
ที่ ศธ ๖๓๙๓(๕) ๖๓๐๐



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุทัยธานี  
รับเลขที่..... ๑๒๘๑  
วันที่ 15 มี.ค. 2559  
เวลา..... 14:34

คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
๑๑๐ ถ.อินทวิโรส ต.ศรีภูมิ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙

เรื่อง ขอเชิญเข้าร่วมโครงการอบรมฯ

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาล / สถาบัน / ศูนย์ / คณบดี / หัวหน้าภาควิชา / หัวหน้าส่วนงาน

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงการ และกำหนดการ จำนวน ๔ โครงการ  
๒. ใบลงทะเบียน จำนวน ๔ โครงการ

ด้วย ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำหนดจัดโครงการอบรมประจำปี ๒๕๕๙ จำนวน ๔ โครงการ ดังนี้

๑. การอบรมเชิงวิชาการ เรื่อง “การจัดการและฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยโรคหัวใจ สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ และเวชกรรมฟื้นฟูในทศวรรษหน้า” จำนวน ๒ รุ่น ได้แก่ รุ่นที่ ๑ วันที่ ๖-๙ มิถุนายน ๒๕๕๙, รุ่นที่ ๒ วันที่ ๑๓-๑๖ มิถุนายน ๒๕๕๙ ณ โรงแรมดวงตะวันเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ผู้เข้าอบรมประกอบด้วย นักกายภาพบำบัด นักกิจกรรมบำบัด เจ้าพนักงานเวชกรรมฟื้นฟู หรือเจ้าหน้าที่เวชศาสตร์ฟื้นฟู จำนวน ๑๐๐ คนต่อรุ่น โรงพยาบาลวิชาชีพหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข จำนวน ๑๐๐ คนต่อรุ่น โดยมีค่าลงทะเบียนคนละ ๕,๕๐๐ บาท ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.ams.cmu.ac.th/main/web/index.php/site/article?id=๓๕๑> (รหัสกิจกรรม ๑๐๓๕๒๘ และ ๑๐๓๕๒๙ หน่วยคะแนนการศึกษาต่อเนื่อง ๒๒ PTCEU และอยู่ระหว่างการขอค่าคะแนน CNEU)

๒. การอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) “Primary Body Center Stabilizers (lumbo-pelvic) pain to pedis” วันที่ ๒๘ มิถุนายน - ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙ ณ คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (อยู่ระหว่างการขอค่าคะแนน PTCEU) ผู้เข้าอบรมประกอบด้วย คณาจารย์จากมหาวิทยาลัยต่างๆ และนักกายภาพบำบัด จำนวน ๗๐ คน (รับจำนวนจำกัด) โดยมีค่าลงทะเบียน ดังนี้  
- สมัครก่อนวันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๙ = ๔,๕๐๐ บาท  
- สมัครหลังวันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๙ = ๕,๐๐๐ บาท  
ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.ams.cmu.ac.th/conferences/index.php?projectId=๓๕>

๓. การอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง Management of cervical disorders: Assessment to recovery วันที่ ๑๓ - ๑๖ ธันวาคม ๒๕๕๙ ณ คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (อยู่ระหว่างการขอค่าคะแนน PTCEU) ผู้เข้าอบรมประกอบด้วย อาจารย์จากมหาวิทยาลัยต่าง ๆ และนักกายภาพบำบัด จำนวน ๖๐ คน (รับจำนวนจำกัด) โดยมีค่าลงทะเบียน ดังนี้  
-สมัครก่อนวันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙ = ๖,๕๐๐ บาท  
-สมัครหลังวันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙ = ๗,๒๐๐ บาท  
ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.ams.cmu.ac.th/conferences/index.php?projectId=๓๕>

๔. การอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง กายภาพบำบัดกับการส่งเสริมสุขภาพสตรีในภาวะปัสสาวะเล็ด ระหว่างวันที่ ๑๓ - ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๙ ณ สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (อยู่ระหว่างการขอค่าคะแนน PTCEU) ผู้เข้าอบรมประกอบด้วย อาจารย์จากมหาวิทยาลัยต่าง ๆ และนักกายภาพบำบัด จำนวน ๓๐ คน (รับจำนวนจำกัด) ค่าลงทะเบียนและรายละเอียดเพิ่มเติมจะแจ้งให้ทราบทางเว็บไซต์ <http://www.ams.cmu.ac.th/conferences/index.php?projectId=๓๕>

กพรพ

ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ จิงขอเชิญบุคลากรในสังกัดหน่วยงานของท่านเข้าร่วม  
อบรมดังกล่าวข้างต้น โดยผู้เข้าร่วมอบรมสามารถเข้าร่วมอบรมได้โดยไม่ถือเป็นวันลา และมีสิทธิ์เบิกค่าลงทะเบียนและ  
ค่าใช้จ่ายอื่นๆจากต้นสังกัดได้ตามระเบียบของทางราชการเมื่อได้รับอนุมัติจากผู้บังคับบัญชาแล้ว ทั้งนี้โปรดส่งรายชื่อ  
ตามแบบลงทะเบียนเข้าร่วมอบรม โดยวิธี

๑. ลงทะเบียนผ่านเว็บไซต์ คณะเทคนิคการแพทย์ <http://www.ams.cmu.ac.th/main/web>

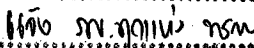
๒. ส่งรายชื่อ/แบบลงทะเบียนเข้าอบรม ไปยัง นางสาวอรพิน จอมปิ่นทอง

E-mail: orapin.j@cmu.ac.th โทรศัพท์มือถือ ๐๘๑-๗๖๔๓๕๘๒ โทร. ๐๕๓-๙๓๕๐๗๒ / ๐๕๓-๙๓๕๐๖๔  
โทรสาร. ๐๕๓-๙๓๖๐๔๒ / ๐๕๓-๒๒๑๘๒๙ งานบริหารทั่วไป คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และเชิญชวนให้บุคลากรในหน่วยงานของท่าน เข้าร่วมโครงการอบรมฯ  
ครั้งนี้ด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดอุทัยธานี

- เพื่อโปรดทราบ.....

เห็นควร:  ทน

ขอแสดงความนับถือ




(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วาสนา ศิริรังษี)

คณบดีคณะเทคนิคการแพทย์

  
สุภารัตน์ วงษ์ยศ

นักวิชาการสาธารณสุข

๑๖ มิ.ค. ๒๕๕๙



ดำเนินการ



(นายสุชิน คันสร)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลทัพทัน รักษาการในตำแหน่ง

นายแพทย์เชี่ยวชาญ(ด้านเวชกรรมป้องกัน) ปฏิบัติราชการแทน

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดอุทัยธานี

๑๖ มิ.ค. ๒๕๕๙

งานบริหารทั่วไป สำนักงานคณะเทคนิคการแพทย์

โทร.๐๕๓-๙๓๕๐๗๒/๐๕๓-๙๓๕๐๖๔

โทรสาร.๐๕๓-๙๓๖๐๔๒/๐๕๓-๒๒๑๘๒๙





กำหนดการประชุมเชิงวิชาการ (รุ่นที่ ๑)

เรื่อง “การจัดการและฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยโรคหัวใจ สำหรับบุคลากรทางการแพทย์และเวชกรรมฟื้นฟูในทศวรรษหน้า ”

วันที่ ๒ มิ.ย ๕๙	กำหนดการ	ผู้ดำเนินการ
๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน	
๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	คณบดีกล่าวเปิดงาน	
๐๙.๐๐-๑๐.๓๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	บรรยาย โรค พยาธิวิทยา อาการและอาการแสดง แนวทางการวินิจฉัยโรคหัวใจทางการแพทย์ที่พบได้บ่อย	รศ.พญ.วรรณวรงค์
๑๐.๓๐-๑๒.๐๐ น.	บรรยายแนวทางการผ่าตัดหัวใจด้วยเทคนิคใหม่ในปัจจุบัน	รศ.นพ.วีระชัย
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	บรรยายแนวทางการวินิจฉัยโรคหัวใจด้วยคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (electrocardiogram) และการคลื่นสะท้อนหัวใจ (echocardiogram)	นพ.รังสฤษดิ์
วันที่ ๗ มิ.ย ๕๙		
๘.๓๐-๑๐.๐๐ น.	บรรยายทางด้านหัวใจ ชนิดของยา กลไกการออกฤทธิ์ แนวทางการให้การออกฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา ผลข้างเคียงและข้อควรระวัง	ภก.ธวัชชัย
๑๐.๐๐-๑๒.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	บรรยายแนวทางการทดสอบสมรรถภาพหัวใจ (cardiopulmonary exercise stress test)	รศ.พญ.อรินทยา
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	การบรรยายการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจ (cardiac Rehabilitation)	นพ.ธนยศ
วันที่ ๘ มิ.ย ๕๙		
๙.๐๐-๑๒.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	ฝึกปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพหัวใจด้วย ๖-minute walking test และการประเมินคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (ScanHeart ECG) แบบง่าย	รศ.ดร.จิรกฤต และทีมภาคสนาม
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	บรรยายการจัดทำโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคหัวใจ	รศ.ดร.จิรกฤตและทีมวิทยากร
๑๕.๐๐-๑๖.๐๐ น.	บรรยายรูปแบบการบริหารกายสำหรับผู้ป่วยหลังผ่าตัดหัวใจในน้ำ	ผศ.ดร.ประภาส
วันที่ ๙ มิ.ย ๕๙		
๘.๓๐ - ๙.๓๐ น.	บรรยายแนวทางการจัดการผู้ป่วยโรคหัวใจในขณะที่รักษาตัวในโรงพยาบาล ด้วยกระบวนการทางการแพทย์	อ.วราวัลย์
๙.๓๐-๑๑.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	ฝึกปฏิบัติการประเมินการตอบสนองของหัวใจในขณะที่ทำกิจกรรมหรือออกกำลังกาย	รศ.ดร.จิรกฤตและทีมวิทยากร
๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	บรรยายแนวทางการส่งเสริมการจัดการตนเองของผู้ป่วยโรคหัวใจในชุมชน ด้วยกระบวนการทางการแพทย์	ผศ.ดร.นิตยา
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	บรรยายแนวทางการส่งเสริมการจัดการตนเองของผู้ป่วยโรคหัวใจหลังผ่าตัดในชุมชนด้วยกระบวนการทางการแพทย์	ผศ.ดร.อัจฉรา
๑๕.๐๐ น.	สรุปและปิดการประชุม	รศ.จิรกฤต

กำหนดการประชุมเชิงวิชาการ (รุ่นที่ ๒)

เรื่อง “การจัดการและฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยโรคหัวใจ สำหรับบุคลากรทางการแพทย์และเวชกรรมฟื้นฟูในทศวรรษหน้า ”

วันที่ ๑๓ มิ.ย ๕๙	กำหนดการ	ผู้ดำเนินการ
๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน	
๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	คณบดีกล่าวเปิดงาน	
๐๙.๐๐-๑๐.๓๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	บรรยาย โรค พยาธิวิทยา อาการและอาการแสดง แนวทางการวินิจฉัยโรคหัวใจทางการแพทย์ที่พบได้บ่อย	รศ.พญ.วรรณวรงค์
๑๐.๓๐-๑๒.๐๐ น.	บรรยายแนวทางการผ่าตัดหัวใจด้วยเทคนิคใหม่ในปัจจุบัน	รศ.นพ.วีระชัย
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	บรรยายแนวทางการวินิจฉัยโรคหัวใจด้วยคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (electrocardiogram) และการคลื่นสะท้อนหัวใจ (echocardiogram)	นพ.รังสฤษฏ์
วันที่ ๑๔ มิ.ย ๕๙		
๘.๓๐-๑๐.๐๐ น.	บรรยายยาทางด้านหัวใจ ชนิดของยา กลไกการออกฤทธิ์ แนวทางการให้ยา การออกฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา ผลข้างเคียงและข้อควรระวัง	ภก.ธวัชชัย
๑๐.๐๐-๑๒.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	บรรยายแนวทางการทดสอบสมรรถภาพหัวใจ (cardiopulmonary exercise stress test)	รศ.พญ.อรินทยา
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	การบรรยายการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจ (cardiac Rehabilitation)	นพ.ธนยศ
วันที่ ๑๕ มิ.ย ๕๙		
๙.๐๐-๑๒.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	ฝึกปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพหัวใจด้วย ๖-minute walking test และการประเมินคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (ScanHeart ECG) แบบง่าย	รศ.ดร.จิรกฤต และทีมภาคสนาม
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	บรรยายการจัดทำโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคหัวใจ	รศ.ดร.จิรกฤต
๑๕.๐๐-๑๖.๐๐ น.	บรรยายรูปแบบการบริหารกายสำหรับผู้ป่วยหลังผ่าตัดหัวใจในน้ำ	ผศ.ดร.ประภาส
วันที่ ๑๖ มิ.ย ๕๙		
๘.๓๐ - ๙.๓๐ น.	บรรยายแนวทางการจัดการผู้ป่วยโรคหัวใจในขณะที่รักษาตัวในโรงพยาบาล ด้วยกระบวนการทางการแพทย์	อ.วรวิทย์
๙.๓๐-๑๑.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	ฝึกปฏิบัติการประเมินการตอบสนองของหัวใจในขณะที่ทำกิจกรรมหรือออกกำลังกาย	รศ.ดร.จิรกฤต และทีมวิทยากร
๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	บรรยายแนวทางการส่งเสริมการจัดการตนเองของผู้ป่วยโรคหัวใจในชุมชน ด้วยกระบวนการทางการแพทย์	ผศ.ดร.นิตยา
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. (อาหารว่างในเวลา)	บรรยายแนวทางการส่งเสริมการจัดการตนเองของผู้ป่วยโรคหัวใจหลังผ่าตัดในชุมชนด้วยกระบวนการทางการแพทย์	ผศ.ดร.อัจฉรา
๑๕.๐๐ น.	สรุปและปิดการประชุม	รศ.จิรกฤต

ใบลงทะเบียน

โครงการอบรมเชิงวิชาการ

เรื่อง “การจัดการและฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยโรคหัวใจ สำหรับบุคลากรทางการแพทย์และ  
เวชกรรมฟื้นฟูในทศวรรษหน้า ”

ณ โรงแรมดวงตะวันเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่

\*\*\*\*\*

ชื่อ - สกุล (นาย/นาง/นางสาว) .....ตำแหน่ง.....

สถานที่ทำงาน.....

ที่อยู่ (ที่ทำงาน) ..... รหัสไปรษณีย์.....

โทรศัพท์ (ที่ทำงาน) ..... โทรศัพท์มือถือ.....

โทรสาร..... E - mail : .....

**\*\* สมัครโครงการอบรมเชิงวิชาการ ดังนี้**

- รุ่นที่ ๑ วันที่ ๖-๙ มิถุนายน ๒๕๕๙ (รับสมัครภายในวันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๙)
- รุ่นที่ ๒ วันที่ ๑๓-๑๖ มิถุนายน ๒๕๕๙ (รับสมัครภายในวันที่ ๖ มิถุนายน ๒๕๕๙)

**วิธีการชำระค่าลงทะเบียน คนละ ๕,๕๐๐ บาท**

- โอนเงินเข้าบัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน)  
สาขาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
ชื่อบัญชี คณะเทคนิคการแพทย์ - ประชุมวิชาการ เลขที่บัญชี ๕๖๖-๔-๔๑๖๕๓/-๐
- ไปรษณีย์ธนาคาร สังกัดในนาม (ปณ.มหาวิทยาลัยเชียงใหม่)  
นางจรรยา กาทอง งานบริหารทั่วไป คณะเทคนิคการแพทย์  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ๑๑๐ ถ.อินทวโรรส ต.ศรีภูมิ อ.เมือง จ. เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

**กรุณาส่งใบสมัครเข้าร่วมโครงการพร้อมหลักฐานการชำระเงิน**

**ให้ออกใบเสร็จในนาม .....**

**ประเภทอาหารกลางวัน**                       อาหารทุกประเภท       อาหารมังสวิรัต       อาหารมุสลิม

**กรุณาส่งใบสมัครได้ที่**

นางสาวอรพิน จอมปิ่นทอง งานบริหารทั่วไป คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
เลขที่ ๑๑๐ ถ.อินทวโรรส อ. เมือง จ. เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

E-mail : orapin.j@cmu.ac.th

หรือหมายเลขโทรสาร ๐๕๓-๙๓๖๐๔๒ / ๐๕๓-๒๒๑๘๒๙

**สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๐๕๓-๙๓๖๐๓/๒ หรือ ๐๘๑-๓๖๔๓๕๘๒**

เอกสารการจองที่พัก

จัดโดย คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

- รุ่นที่ 1 ระหว่างวันที่ 6-9 มิถุนายน 2559  
 รุ่นที่ 2 ระหว่างวันที่ 13-16 มิถุนายน 2559

โรงแรม ดวงตะวัน เชียงใหม่

ย่านไนท์บาซาร์ ถนนลอยเคราะห์ ตำบลช้างกลาง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

โทรศัพท์ 0-5390-5000 โทรสาร 0-5327-5429

อัตราค่าห้องพัก STANDARD FLOOR (รวมอาหารเช้า)

ห้องพักแบบ Superior (เดี่ยว)	1,300.-	บาทสุทธิ/ห้อง/คืน
ห้องพักแบบ Superior (คู่)	1,500.-	บาทสุทธิ/ห้อง/คืน
ห้องพักแบบ Deluxe (เดี่ยว)	1,400.-	บาทสุทธิ/ห้อง/คืน
ห้องพักแบบ Deluxe (คู่)	1,600.-	บาทสุทธิ/ห้อง/คืน
เตียงเสริม Extra Bed	800.-	บาทสุทธิ/ห้อง/คืน

ชื่อ (นาย/นาง/นางสาว).....นามสกุล.....

ที่อยู่.....

โทรศัพท์มือถือ.....โทรศัพท์.....โทรสาร.....

[ ] พักเดี่ยว [ ] พักคู่ คู่กับ นาย/นาง/นางสาว.....

[ ] ต้องการให้โรงแรมจัดคู่พักให้

เข้าพักวันที่..... มิถุนายน 2559 ตั้งแต่เวลา.....

ออกวันที่..... มิถุนายน 2559 ตั้งแต่เวลา.....

(โปรดชำระเงินมัดจำค่าห้องพัก 1 คืนแรกล่วงหน้า) โรงแรมจะสำรองห้องสำหรับผู้ที่ย้ายค่ามัดจำเท่านั้น

โดยชำระเงินผ่าน บัญชีออมทรัพย์ ธนาคารกรุงไทย จำกัด (มหาชน) สาขาช้างกลาง

เลขที่บัญชี 533-0-00573-6

ชื่อบัญชี บริษัท ดวงตะวัน โฮเทล จำกัด

โปรดส่งใบจองที่พักและสำเนาการโอนเงินมาที่

คุณปารวี คัมภีรานนท์ ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายขาย

โทรศัพท์ 0-5390-5000 ต่อ 3206 โทรสาร 0-5327-5429

หมายเหตุ : โปรดส่งใบจองที่พักไปยังโรงแรมดวงตะวัน เชียงใหม่ โดยตรง

ภายในวันที่ 10 พฤษภาคม 2559



การอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.)  
“Primary Body Center Stabilizers (lumbo-pelvic) pain to pedis”

วันที่ ๒๘ มิถุนายน - ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙

ณ ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

๑. หลักการและเหตุผล

อาการปวดหลังที่จำเพาะกับโรค เช่น กระดูกสันหลังเสื่อม หมอนรองกระดูกทับเส้น และที่ไม่จำเพาะกับโรค (non-specific low back pain) เป็นปัญหาที่ส่งผลให้ประชาชนไทยจำกัดการทำหน้าที่ทางกาย (functional limitation) ทั้งนี้เพราะปัญหาของหลังและรยางค์ขาที่มีความเชื่อมโยง (linkage) โดยที่หลังถือเป็นแกนกลาง (core) ทำงานเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับสะโพก เข่า ขา จนถึงเท้า (pedis) ป่อยครั้งเราจึงพบปัญหาของหลังไปพร้อมกับปัญหาของรยางค์ขา การพบข้อเข่าเสื่อมร่วมกับการตีบของช่องไขสันหลัง (spinal canal stenosis) การจำกัดความสามารถในการควบคุมข้อเข่าให้มั่นคงในขณะที่ทำกิจกรรมประจำวันในผู้ป่วยภายหลังผ่าตัดเข่า เช่น ผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม ที่สัมพันธ์กับความไม่สมดุลแกนกลางส่วนล่าง (lower core imbalance) เป็นต้น แนวคิดเกี่ยวกับการแก้ไขการจำกัดการทำหน้าที่ที่มีหลายแนวทาง แนวทาง Kinetic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) ของ ผศ.ปรีชา ธีรवारชกร เป็นแนวทางหนึ่งที่สามารถช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีปัญหาดังกล่าวข้างต้น เนื่องจากเป็นเทคนิคที่เน้นการรักษาด้วยมือ (manual therapy) และการออกกำลังกาย (exercise) จึงสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วยทั้งในโรงพยาบาล คลินิก และชุมชน ได้เป็นอย่างดีตลอดจนให้คำแนะนำแก่ผู้ป่วยและญาติไปแก้ไขปัญหาด้วยตนเองหรือด้วยตนเอง การพยายามทำความเข้าใจแนวทาง K.L.I.M.B. ด้วยความรู้ทางโครงสร้าง กล้ามเนื้อ และระบบประสาท จะช่วยให้นักกายภาพบำบัดที่สนใจศึกษาแนวทางดังกล่าวมีหลักคิดและสามารถนำไปใช้ให้เกิดความเหมาะสม

การฝึกฝนแนวทาง K.L.I.M.B. จะต้องเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติ เพื่อที่บุคคลนั้นจะผสมผสานความรู้เข้ากับประสบการณ์ส่วนตัวของนักกายภาพบำบัด เกิดเป็นความรู้เชิงปฏิบัติ (practice knowledge) ด้วยเหตุนี้การจัดอบรมในครั้งนี้จึงเน้นให้ผู้เข้าร่วมอบรมได้ฝึกปฏิบัติทั้งในห้องเรียนและในชุมชน ฝึกปฏิบัติกับคนปกติและผู้ป่วย เพื่อให้เกิดกระบวนการแลกเปลี่ยนความรู้และการดูแลช่วยเหลือ (support, mentorship) ระหว่างครูผู้สอนและนักกายภาพบำบัดที่มีประสบการณ์แตกต่างกัน ซึ่งนับเป็นกระบวนการทางสังคมในการขัดเกลา (socialization), เป็นจุดกำเนิดความใฝ่รู้ (self-direction or mastery), การเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ (adult learning) และการเป็นนักกายภาพบำบัดที่ไตร่ตรองย้อนคิด (reflective therapist) สามารถประเมินความรู้ความสามารถตนเองอย่างต่อเนื่อง (on-going self evaluation) มีส่วนผลักดันกระบวนการพัฒนาวิชาชีพต่อเนื่อง (continuing professional development)

ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เล็งเห็นความสำคัญในการสร้างนักวิชาชีพให้เรียนรู้ตลอดชีวิต (lifelong learning) เพื่อพัฒนาความเป็นนักวิชาชีพ (professionalization and autonomy) ให้สามารถแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง กำหนดทิศทางการพัฒนาตนเอง และมีสำนึกในการแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกันเพื่อเป้าหมายสู่การเป็นนักวิชาชีพที่ไตร่ตรองย้อนคิด เพื่อให้เกิดชุมชนเชิงปฏิบัติที่แท้จริง (community of practice) เพื่อให้ นักกายภาพบำบัด ได้มีโอกาสในการพัฒนาความรู้และทักษะเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ต่อผู้ป่วยและประชาชนที่มารับบริการกายภาพบำบัดในสถานพยาบาล หรือชุมชน ได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

๒. วัตถุประสงค์ : เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

- ๒.๑ มีความรู้ และทักษะการตรวจประเมินและรักษาทางกายภาพบำบัด ในการผู้ป่วยปวดหลังที่เชื่อมโยงกับรยางค์ขา ตามแนวทาง Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.)
- ๒.๒ ประยุกต์ความรู้และทักษะตามแนวทาง Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) ในผู้ป่วยจริงภายใต้การดูแลและให้คำแนะนำของวิทยากร
- ๒.๓ แลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ในการรักษาผู้ป่วยปวดหลังที่เชื่อมโยงกับรยางค์ขา

๓. คุณสมบัติและจำนวนผู้เข้าร่วมอบรม (จำนวน ๑๐๐ คน)

- อาจารย์จากมหาวิทยาลัยต่างๆ และนักกายภาพบำบัด จำนวน ๗๐ คน
- คณาจารย์และนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา ภาควิชากายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และอาจารย์ผู้ควบคุมการฝึกปฏิบัติงานทางคลินิก คณะแพทยศาสตร์ และคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน ๓๐ คน

๔. ลักษณะการอบรม การบรรยาย ฝึกปฏิบัติการ และฝึกปฏิบัติภาคสนาม

๕. วิทยากร

- |                             |   |
|-----------------------------|---|
| ๕.๑ ผศ.ปรีชา ชันวารชร       | นักกายภาพบำบัด คลินิกกายภาพบำบัด ๓๓ กรุงเทพฯ              |
| ๕.๒ ผศ.สุวิทย์ อริยชัยกุล   | ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |
| ๕.๓ นส.กรรณิการ์ ธีรวิวัฒน์ | นักกายภาพบำบัดชำนาญการ รพ.สระบุรี จ.สระบุรี               |
| ๕.๔ นางบุญรุ่ง อริยชัยกุล   | นักกายภาพบำบัดชำนาญการ รพ.นครพิงค์ จ.เชียงใหม่            |
| ๕.๕ นส.นันทวรรณ ไชยคำวัง    | นักกายภาพบำบัดปฏิบัติการ รพ.สารภี จ.เชียงใหม่             |
| ๕.๖ นายธเนศ ชัชวาลชัยทรัพย์ | นักกายภาพบำบัดปฏิบัติการ รพ.สันทราย จ.เชียงใหม่           |

๖. วันเวลา วันที่ ๒๘ มิถุนายน - ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙

๗. สถานที่อบรม

- ๗.๑ การบรรยายและฝึกปฏิบัติการ ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ๗.๒ การฝึกปฏิบัติภาคสนาม พื้นที่ชุมชนในเขต จ.เชียงใหม่

๘. ค่าลงทะเบียน

- สมัครก่อนวันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๙ = ๔,๕๐๐ บาท
- สมัครหลังวันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๙ = ๕,๐๐๐ บาท

๙. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้และ ทักษะการตรวจประเมินและรักษาทางกายภาพบำบัด ในการผู้ป่วยปวดหลังที่เชื่อมโยงกับรยางค์ขา ตามแนวทาง Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.)
- ๙.๒ ผู้เข้าอบรมสามารถประยุกต์ความรู้และทักษะตามแนวทาง Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) ไปใช้ในการดูแลผู้ป่วยในหน่วยงานของตน และประชาชนในชุมชนที่รับผิดชอบได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น
- ๙.๓ ผู้เข้าอบรมนำประสบการณ์ที่ได้จากการแลกเปลี่ยนไปปรับใช้ให้เหมาะกับบริบทของงานบริการของตนเองได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิผล

กำหนดการอบรมเชิงปฏิบัติการ  
เรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.): Primary Body Center Stabilizers (lumbo-  
pelvic) pain to pedis”

วันที่ ๒๘ มิถุนายน – ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙  
ณ ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และพื้นที่ในชุมชน จ.เชียงใหม่

\*\*\*\*\*

**วันอังคารที่ ๒๘ มิถุนายน ๒๕๕๙**

- ๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น. ลงทะเบียน
- ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. พิธีเปิดการอบรมเชิงปฏิบัติการฯ โดย คณบดี คณะเทคนิคการแพทย์
- ๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. ปฏิบัติการ “Case Study I: Basic Solution with Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.)” โดย ผศ.ปรีชา อันวารชร และคณะวิทยากร
- ๑๐.๓๐ - ๑๑.๐๐ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. บรรยายเรื่อง “Biomechanical and neuromuscular concepts of core and linkage”  
โดย ผศ.สุวิทย์ อริยชัยกุล
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น. บรรยายเรื่อง “Basic Concept of Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.)”  
โดย ผศ.ปรีชา อันวารชร
- ๑๕.๐๐ - ๑๕.๓๐ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- ๑๕.๓๐ - ๑๗.๐๐ น. บรรยายเรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.): Primary body Centers Part I” โดย ผศ.ปรีชา อันวารชร

**วันพุธที่ ๒๙ มิถุนายน ๒๕๕๙**

- ๐๘.๓๐ - ๑๐.๓๐ น. บรรยายเรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.): Primary body Centers Part II” โดย ผศ.ปรีชา อันวารชร
- ๑๐.๓๐ - ๑๑.๐๐ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ปฏิบัติการเรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) Assessment Part I”  
โดย ผศ.ปรีชา อันวารชร และคณะวิทยากร
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. ปฏิบัติการเรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) Assessment Part I”  
โดย ผศ.ปรีชา อันวารชร และคณะวิทยากร
- ๑๔.๓๐ - ๑๕.๐๐ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- ๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น. ปฏิบัติการเรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) Treatment Part I”  
โดย ผศ.ปรีชา อันวารชร และคณะวิทยากร

### วันพฤหัสบดีที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๙

- ๐๘.๓๐ - ๑๐.๓๐ น. ปฏิบัติการเรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) Treatment Part II โดย ผศ.ปรีชา อินวารชร และคณะวิทยากร
- ๑๐.๓๐ - ๑๑.๐๐ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ปฏิบัติการเรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) Treatment Part III โดย ผศ.ปรีชา อินวารชร และคณะวิทยากร
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. ปฏิบัติการเรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) Treatment Part IV โดย ผศ.ปรีชา อินวารชร และคณะวิทยากร
- ๑๔.๓๐ - ๑๕.๐๐ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- ๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น. ปฏิบัติการเรื่อง “Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.) Treatment Part V โดย ผศ.ปรีชา อินวารชร และคณะวิทยากร
- ๑๖.๓๐ - ๑๗.๓๐ น. บรรยายเรื่อง “การจัดกระบวนการเรียนรู้โดยอาศัยการปฏิบัติจริงในชุมชน (community oriented practice learning)” โดย ผศ.สุวิทย์ อริยชัยกุล

### วันศุกร์ที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙

- ๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น. ผู้เข้าอบรมเดินทางไปยังพื้นที่นัดหมาย
- ๐๘.๓๐ - ๑๒.๐๐ น. ฝึกปฏิบัติภาคสนามร่วมกับให้บริการทางกายภาพบำบัดในพื้นที่ (จับคู่ผู้เข้าอบรมดูแลผู้ป่วย ๑ ราย) โดยนำความรู้จากการอบรมไปปฏิบัติจริง ผ่านการเรียนรู้รายบุคคล (individualized practice learning) ให้ข้อมูลป้อนกลับและสอนรายบุคคล โดย ผศ.ปรีชา อินวารชร และคณะวิทยากร  
อาหารว่างตามอัธยาศัย
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. อภิปรายกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “แนวทางการรักษาด้วย K.L.I.M.B. กับการประยุกต์ในการบริการกายภาพบำบัดในชุมชน” โดย ผศ.ปรีชา อินวารชร และคณะวิทยากร
- ๑๔.๓๐ - ๑๕.๐๐ น. พักรับประทานอาหารว่าง
- ๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. อภิปรายกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “แนวทางการรักษาด้วย K.L.I.M.B. กับการประยุกต์ในการบริการกายภาพบำบัดในชุมชน” โดย ผศ.ปรีชา อินวารชร และคณะวิทยากร
- ๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น. พิธีมอบประกาศนียบัตร และปิดการอบรมฯ

## ใบลงทะเบียน

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง Kinematic Linkage Imbalance (K.L.I.M.B.)

“Primary Body Center Stabilizers (lumbo-pelvic) pain to pedis”

วันที่ ๒๘ มิถุนายน – ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙

ณ ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

\*\*\*\*\*

ชื่อ - สกุล (นาย/นาง/นางสาว) ..... ตำแหน่ง.....  
เลขที่ใบประกอบวิชาชีพ.....สถานที่ทำงาน.....  
ที่อยู่ (ที่ทำงาน) ..... รหัสไปรษณีย์.....  
โทรศัพท์ (ที่ทำงาน) ..... โทรศัพท์มือถือ.....  
โทรสาร..... E - mail : .....

### \*\* สมัครโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ ดังนี้

สมัครก่อนวันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๙ ค่าลงทะเบียน ๔,๕๐๐ บาท

สมัครหลังวันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๙ ค่าลงทะเบียน ๕,๐๐๐ บาท

- โอนเงินเข้าบัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน)  
สาขาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
ชื่อบัญชี คณะเทคนิคการแพทย์ -ประชุมวิชาการ เลขที่บัญชี ๕๖๖-๔-๔๑๖๕๗-๐
- ไปรษณีย์ธนาณัติ สั่งจ่ายในนาม (ปณ.มหาวิทยาลัยเชียงใหม่)  
นางจรรยา กาทอง งานบริหารทั่วไป คณะเทคนิคการแพทย์  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ๑๑๐ ถ.อินทวโรรส ต.ศรีภูมิ อ.เมือง จ. เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

กรุณาส่งใบสมัครเข้าร่วมโครงการพร้อมหลักฐานการชำระเงิน

ให้ออกใบเสร็จในนาม .....

ประเภทอาหารกลางวัน

อาหารทุกประเภท

อาหารมังสวิรัต

อาหารมุสลิม

กรุณาส่งใบสมัครได้ที่

นางสาวอรพิน จอมปิ่นทอง งานบริหารทั่วไป คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เลขที่ ๑๑๐ ถ.อินทวโรรส อ. เมือง จ. เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

E-mail : orapin.j@cmu.ac.th

หรือหมายเลขโทรสาร ๐๕๓-๙๓๖๐๕๒ / ๐๕๓-๒๒๑๘๒๙

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๐๕๓-๙๓๖๐๗๒ หรือ ๐๘๑-๗๖๔๓๕๘๒

การอบรมเชิงปฏิบัติการ  
เรื่อง Management of cervical disorders: Assessment to recovery

วันที่ ๑๓ - ๑๖ ธันวาคม ๒๕๕๙

ณ ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

๑. หลักการและเหตุผล

ผู้ป่วยที่มีปัญหาปวดคอ นับเป็นกลุ่มผู้ป่วยที่มีจำนวนมากที่มารับบริการทางกายภาพบำบัด อาการปวดคออาจเกิดจากสาเหตุต่างๆ ได้หลายประการ เช่น เกิดจากภาวะการเคลื่อนไหวของกระดูกข้อต่อคอที่ผิดปกติ อุบัติเหตุ ความผิดปกติของกล้ามเนื้อคอ การทรงท่า หรือเกิดจากปัญหาการกดทับของเส้นประสาท นอกจากนี้ อาการปวดคอยังเป็นสาเหตุของปัญหาปวดศีรษะได้ ในปัจจุบันองค์ความรู้เกี่ยวกับวิธีการตรวจประเมินและการรักษาได้ปรับเปลี่ยนไปตามความก้าวหน้าของเทคโนโลยีความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวของมนุษย์ และผลของการศึกษาวิจัยทางคลินิก ดังนั้นภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับการตรวจประเมิน การให้การรักษ ตลอดจนการส่งเสริม ป้องกัน และฟื้นฟูสมรรถภาพสำหรับผู้ป่วยที่มีปัญหาความผิดปกติดังกล่าวข้างต้นให้แก่ นักกายภาพบำบัด จึงเห็นควรให้จัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง Management of cervical disorders: Assessment to recovery นี้ ทั้งนี้เพื่อให้นักกายภาพบำบัดได้พัฒนาความรู้ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการให้บริการการรักษาในวิชาชีพของตน อันจะเป็นประโยชน์ต่อการบริการทางกายภาพบำบัดแก่ผู้ป่วยและประชาชนต่อไป

๒. วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

- ๑) ได้รับองค์ความรู้ที่ใหม่และทันสมัยในการให้การรักษาทันทีทางกายภาพบำบัดแก่ผู้ป่วยที่มีปัญหาปวดคอ
- ๒) ทราบถึงแนวทางการตรวจประเมินและการรักษาผู้ป่วยที่มีอาการปวดคอที่ถูกต้องและเหมาะสม
- ๓) สามารถตรวจประเมินและรักษาผู้ป่วยที่มีอาการปวดคอด้วยเทคนิคใหม่ได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม
- ๔) ได้มีโอกาสพบปะ แลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ในการรักษาผู้ป่วยที่มีปัญหาปวดคอ

๓. คุณสมบัติและจำนวนผู้เข้าร่วมอบรม

อาจารย์จากมหาวิทยาลัยต่าง ๆ และนักกายภาพบำบัด จำนวน ๖๐ คน (รับจำนวนจำกัด)  
คณาจารย์และนักศึกษบัณฑิตภาควิชากายภาพบำบัด มช. จำนวน ๒๐ คน

๓. ลักษณะการอบรม

การบรรยาย และฝึกปฏิบัติการ

๔. วิทยากร

๑. Professor Gwendolen Jull  
Division of Physiotherapy, School of Health and Rehabilitation Science, Queensland University,  
Australia
๒. ผศ. ดร. สุวีพร อุทัยคุปต์  
ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๓. ผศ.ดร. ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล  
ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

๕. วันเวลา วันที่ ๑๓ - ๑๖ ธันวาคม ๒๕๕๙ (รวม ๔ วัน)

๖. สถานที่อบรม ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

๗. ค่าลงทะเบียน

ก่อนวันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙ = ๖,๕๐๐ บาท

หลังวันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙ = ๗,๒๐๐ บาท

๘. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๘.๑ ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้และทักษะเพิ่มขึ้นในการตรวจประเมินและรักษาผู้ป่วยที่มีปัญหาปวดคอ

๘.๒ ผู้เข้าร่วมอบรมมีการนำความรู้และทักษะที่ได้จากการอบรมไปประยุกต์ใช้ในผู้ป่วยที่มีปัญหาปวดคอที่มารับการรักษาทางกายภาพบำบัดได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๘.๓ ผู้เข้าร่วมอบรมได้ความรู้และประสบการณ์จากการแลกเปลี่ยนกับวิทยากรและผู้ร่วมประชุมที่มาจากโรงพยาบาลต่าง ๆ เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์กับงานทางกายภาพบำบัด

\*\*\*\*\*

กำหนดการโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ  
เรื่อง Management of cervical disorders: Assessment to recovery  
ระหว่างวันที่ ๑๓ - ๑๖ ธันวาคม ๒๕๕๙

วันที่/เวลา	กำหนดการ
๑๓ ธันวาคม ๒๕๕๙	
๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.	Cervical musculoskeletal disorders Prevalence, Aetiology and Clinical Presentation process วิทยากร: Professor Gwendolen Jull แปลโดย: ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์
๑๐.๓๐-๑๑.๐๐ น.	อาหารว่าง
๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	Clinical reasoning in the examination of the patients with a cervical disorders - patient interview and clinical reasoning วิทยากร: Professor Gwendolen Jull แปลโดย: ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	อาหารกลางวัน
๑๓.๐๐-๑๔.๔๕ น.	The examination and treatment of the patient with cervical disorders - posture and active movement วิทยากร: Professor Gwendolen Jull ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์ ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล
๑๔.๔๕-๑๕.๑๕ น.	อาหารว่าง
๑๕.๑๕-๑๖.๓๐ น.	The examination and treatment of the patient with cervical disorders - neural system วิทยากร: Professor Gwendolen Jull ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์ ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล
๑๔ ธันวาคม ๒๕๕๙	
๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.	Articular system - manual examination - PPIVMs and PAIVMs วิทยากร: Professor Gwendolen Jull แปลโดย: ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์
๑๐.๓๐ - ๑๑.๐๐ น.	อาหารว่าง
๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	Articular system - Manual examination - PPIVMs and PAIVMs Selection and progression of manipulative therapy techniques วิทยากร: Professor Gwendolen Jull ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์ ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	อาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.	Articular system - Manual examination - PPIVMs and PAIVMs Selection and progression of manipulative therapy techniques วิทยากร: Professor Gwendolen Jull ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์ ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล
๑๔.๓๐ - ๑๕.๐๐ น.	อาหารว่าง
๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	Neuromuscular dysfunction in cervical disorders วิทยากร: Professor Gwendolen Jull ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์ ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล



วันที่/เวลา	วิทยากร
<b>๑๕ ธันวาคม ๒๕๖๕</b>	
๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.	The examination and treatment of the patient with cervical disorders - muscle system วิทยากร: Professor Gwendolen Jull แปลโดย: ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์
๑๐.๓๐- ๑๑.๐๐ น.	อาหารว่าง
๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	The examination and treatment of the patient with cervical disorders - muscle system (continued) วิทยากร: Professor Gwendolen Jull ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์ ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	อาหารกลางวัน
๑๓.๐๐-๑๔.๓๐ น.	The examination and treatment of the patient with cervical disorders - muscle system (continued) วิทยากร: Professor Gwendolen Jull ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์ ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล
๑๔.๓๐-๑๕.๐๐ น.	อาหารว่าง
๑๕.๐๐-๑๖.๓๐ น.	The examination and treatment of the patient with cervical disorders - muscle system (continued) วิทยากร: Professor Gwendolen Jull ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์ ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล
<b>๑๖ ธันวาคม ๒๕๖๕</b>	
๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.	The examination and treatment of the patient with cervical disorders - sensorimotor system วิทยากร: Professor Gwendolen Jull แปลโดย: ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์
๑๐.๓๐-๑๑.๐๐ น.	อาหารว่าง
๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	The examination and treatment of the patient with cervical disorders - sensorimotor system (continued) วิทยากร: Professor Gwendolen Jull ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์ ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	อาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น.	Cervicogenic headache – differential diagnosis วิทยากร: Professor Gwendolen Jull แปลโดย: ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์
๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น. (อาหารว่างเสริมในห้องประชุม)	The management of the patient with cervical disorders – an integrated multimodal approach – mechanical neck pain and specific syndromes วิทยากร: Professor Gwendolen Jull แปลโดย: ผศ.ดร.สุรียพร อุทัยคุปต์

## ใบลงทะเบียน

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง Management of cervical disorders: Assessment to recovery  
ระหว่างวันที่ ๑๓ - ๑๖ ธันวาคม ๒๕๕๙  
ณ ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

\*\*\*\*\*

ชื่อ - สกุล (นาย/นาง/นางสาว) .....ตำแหน่ง.....  
เลขที่ใบประกอบวิชาชีพ.....สถานที่ทำงาน.....  
ที่อยู่ (ที่ทำงาน) .....รหัสไปรษณีย์.....  
โทรศัพท์ (ที่ทำงาน) .....โทรศัพท์มือถือ.....  
โทรสาร.....E - mail : .....

### \*\* สมัครโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ ดังนี้

- สมัครก่อนวันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙ ค่าลงทะเบียน ๖,๕๐๐ บาท
- สมัครหลังวันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙ ค่าลงทะเบียน ๗,๒๐๐ บาท
  
- โอนเงินเข้าบัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน)  
สาขาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
ชื่อบัญชี คณะเทคนิคการแพทย์ -ประชุมวิชาการ เลขที่บัญชี ๕๖๖-๔-๔๑๖๕๗-๐
- ไปรษณีย์ธนาณัติ สั่งจ่ายในนาม (ปณ.มหาวิทยาลัยเชียงใหม่)  
นางจริยา กาทอง งานบริหารทั่วไป คณะเทคนิคการแพทย์  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ๑๑๐ ถ.อินทวโรรส ต.ศรีภูมิ อ.เมือง จ. เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

### กรุณาส่งใบสมัครเข้าร่วมโครงการพร้อมหลักฐานการชำระเงิน

ให้ออกใบเสร็จในนาม .....

ประเภทอาหารกลางวัน       อาหารทุกประเภท       อาหารมังสวิรัต       อาหารมุสลิม

### กรุณาส่งใบสมัครได้ที่

นางสาวอรพิน จอมปันทอง งานบริหารทั่วไป คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
เลขที่ ๑๑๐ ถ.อินทวโรรส อ. เมือง จ. เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

E-mail : orapin.j@cmu.ac.th

หรือหมายเลขโทรสาร ๐๕๓-๙๓๖๐๔๒ / ๐๕๓-๒๒๑๘๒๙

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๐๕๓-๙๓๖๐๗๒ หรือ ๐๘๑-๗๖๔๓๕๘๒

**การอบรมเชิงปฏิบัติการทางกายภาพบำบัด**  
**เรื่อง กายภาพบำบัดกับการส่งเสริมสุขภาพสตรีในภาวะมีครรภ์**  
**ระหว่างวันที่ ๑๓ - ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๙**  
**ณ สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่**

---

**๑. หลักการและเหตุผล**

มีสตรีตั้งครรภ์พบได้ในทุกเพศทุกวัย ทั้งเพศหญิงเพศชาย เป็นปัญหาที่พบบ่อยมากในสตรี แม้จะไม่เป็นอันตรายต่อชีวิต แต่ก็ทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวล ความรำคาญ ปวดครั้งหนึ่งที่สตรีต้องปฏิเสธไม่กล้าร่วมทำกิจกรรมการออกกำลังกาย เช่น การกีฬา การวิ่ง การมีกิจกรรมนอกร้านเป็นระยะเวลาสั้นๆขาดความมั่นใจ ด้วยเกรงว่าอาจเกิดเรื่องน่าอาย กลายเป็นตัวตลก หรือมีกลิ่นไม่พึงประสงค์ กายภาพบำบัดเป็นบุคลากรทางการแพทย์ที่มีบทบาทในการช่วยส่งเสริมสุขภาพ การป้องกัน การรักษาและการเสริมสร้างสมรรถภาพในการควบคุมภาวะมีครรภ์ได้ เพื่อช่วยให้สตรีที่มีปัญหา มีความรู้ความเข้าใจ สามารถดูแลตนเองได้และบริหารกล้ามเนื้อขู่เชิงกรานได้อย่างถูกต้อง ภาควิชากายภาพบำบัดได้ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาข้างต้น คณะอาจารย์ที่มีประสบการณ์ทางด้านสุขภาพสตรีมีความพร้อมที่จะช่วยเสริมความรู้ และทักษะทางด้านการประเมินปัญหาทางกายภาพบำบัดพร้อมทั้งแนวทางในการปฏิบัติทางคลินิก กายภาพบำบัดสำหรับสตรีที่มีภาวะมีครรภ์ให้กับนักกายภาพบำบัด เพื่อช่วยกันดูแลรักษาภาวะมีครรภ์ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม อันจะช่วยทำให้สตรีมีคุณภาพชีวิตที่สมบูรณ์ขึ้นกว่าเดิม

**๒. วัตถุประสงค์**

- ๑) เพื่อเพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับพยาธิสภาพของสตรีที่มีภาวะมีครรภ์
- ๒) เพื่อเพิ่มพูนความรู้และทักษะแก่นักกายภาพบำบัดในการส่งเสริมสุขภาพ ตรวจประเมินและการรักษาทางกายภาพบำบัดในสตรีที่มีภาวะมีครรภ์
- ๓) เพื่อให้ให้นักกายภาพบำบัดได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์การรักษา และความคิดเห็นต่อการรักษาสตรีที่มีภาวะมีครรภ์

**๓. หน่วยงานที่รับผิดชอบภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่**

**๔. คุณสมบัติและจำนวนผู้เข้าร่วมอบรม นักกายภาพบำบัด จำนวนทั้งสิ้น ๖๐ คน แบ่งเป็น**

- ๑) อาจารย์จากมหาวิทยาลัยต่างๆ และนักกายภาพบำบัดทั่วไป จำนวน ๓๐ คน
- ๒) นักกายภาพบำบัดที่ทำหน้าที่เป็นอาจารย์พิเศษควบคุมดูแลการฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษา กายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จากโรงพยาบาลศูนย์ โรงพยาบาลทั่วไป โรงพยาบาลประจำอำเภอในจังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดใกล้เคียง จำนวน ๒๐ คน
- ๓) คณะอาจารย์และนักศึกษาระดับบัณฑิตภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน ๑๐ คน

๕. ลักษณะการอบรม การบรรยาย และฝึกปฏิบัติการ

๖. วิทยากร

- ๑) รศ.ดร.ธัญลักษณ์ ศรีบุญเรือง ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ๒) รศ.กรกฎ เห็นแสงวิไล ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ๓) ผศ.นพ.ชัยเลิศ พงษ์นริศร ภาควิชาสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ๔) วิทยากรพยาบาลวิชาชีพ ภาควิชาสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ๕) อ.อารยา ญาณกาย ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ๖) อ.ดร.อริสา ปาระมียอง ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

๗. วันเวลา วันที่ ๑๓ - ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๙ (รวม ๓ วัน)

๘. สถานที่อบรม สถานที่บริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

๙. ค่าลงทะเบียน จะประกาศให้ทราบในภายหลัง

ทางเว็บไซต์ <http://www.ams.cmu.ac.th/conferences/index.php?projectId=๓๘>

๑๐. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑) ผู้เข้าอบรมได้มีโอกาสเพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับพยาธิสภาพของสตรีที่มีภาวะปัสสาวะเล็ด
- ๒) ผู้เข้าอบรมได้พัฒนาทักษะในการตรวจประเมินและการรักษาทางกายภาพบำบัดในสตรีที่มีภาวะปัสสาวะเล็ด

กำหนดการ โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ

เรื่อง ภาวะสุขภาพบำบัดกับการส่งเสริมสุขภาพสตรีในภาวะมีบุตรยาก

ระหว่างวันที่ ๑๓ - ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๙ ณ สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วันที่ ๑๓ ธันวาคม ๒๕๕๙	
๘.๓๐-๙.๐๐ น	ลงทะเบียน
๙.๐๐-๑๐.๐๐	บทนำภาวะมีบุตรยาก ประเภท ระบาดวิทยา และผลกระทบ วิทยากร : รศ.ดร.ธัญลักษณ์ ศรีบุญเรือง
๑๐.๐๐-๑๐.๓๐	อาหารว่าง
๑๐.๓๐-๑๒.๐๐	กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาของระบบทางเดินปัสสาวะส่วนล่าง วิทยากร : ผศ.นพ.ชัยเลิศ พงษ์นริศร
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐	รับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐-๑๔.๓๐	ภาวะมีบุตรยาก การตรวจประเมินและการรักษาทางการแพทย์ วิทยากร : ผศ.นพ.ชัยเลิศ พงษ์นริศร
๑๔.๓๐-๑๕.๐๐	อาหารว่าง
๑๕.๐๐-๑๖.๓๐	งานทางการแพทย์พยาบาลในภาวะมีบุตรยาก วิทยากร : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
วันที่ ๑๔ ธันวาคม ๒๕๕๙	
๘.๓๐-๑๐.๐๐	การตรวจประเมินทางกายภาพบำบัดในภาวะมีบุตรยาก วิทยากร : รศ.ดร.ธัญลักษณ์ ศรีบุญเรือง
๑๐.๐๐-๑๐.๓๐	อาหารว่าง
๑๐.๓๐-๑๒.๐๐	กายภาพบำบัดในสตรีที่มีบุตรยาก pelvic floor exercise วิทยากร : รศ.ดร.ธัญลักษณ์ ศรีบุญเรือง
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐	รับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐-๑๔.๓๐	กายภาพบำบัดในสตรีที่มีบุตรยาก(ปฏิบัติการ) (pad test, ES, Vagina cone, peritron, q tip ex วิทยากร : รศ.ดร.ธัญลักษณ์ ศรีบุญเรือง รศ.กรกฎ เห็นแสงวิไล อ.อารยา ญาณกาย อ.ดร.อริสา ปาระมียอง หมายเหตุ: เพื่อความสะดวกในการฝึกปฏิบัติขอให้ผู้เข้ารับการอบรมทุกท่านเตรียมเสื้อที่ มา ผลัดเปลี่ยน
๑๔.๓๐-๑๕.๐๐	อาหารว่าง
๑๕.๐๐-๑๖.๓๐	กายภาพบำบัดในสตรีที่มีบุตรยาก(ปฏิบัติการ pelvic floor exercise) วิทยากร : รศ. ดร. ธัญลักษณ์ ศรีบุญเรือง รศ. กรกฎ เห็นแสงวิไล หมายเหตุ: เพื่อความสะดวกในการฝึกปฏิบัติขอให้ผู้เข้ารับการอบรมทุกท่านเตรียมเสื้อที่ มา ผลัดเปลี่ยน

วันที่ ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๗	
๘.๓๐-๑๐.๐๐	ปัญหาอุ้งเชิงกรานในชุมชน(pelvic floor insufficiency in community) รศ. กรรกฎ เห็นแสงวิไล
๑๐.๐๐-๑๐.๓๐	อาหารว่าง
๑๐.๓๐-๑๒.๐๐	การส่งเสริมสุขภาพสตรีกับปัญหาอุ้งเชิงกราน(women health promotion in pelvic floor insufficiency(PFI)) รศ. กรรกฎ เห็นแสงวิไล
๑๒.๐๐-๑๓.๐๐	รับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐-๑๔.๓๐	คุณภาพชีวิตกับปัญหาอุ้งเชิงกราน(Quality of life in pelvic floor insufficiency) รศ. กรรกฎ เห็นแสงวิไล
๑๔.๓๐-๑๕.๐๐	อาหารว่าง
๑๕.๐๐-๑๖.๐๐	ประเด็นปัญหาPFI ในชุมชนของไทย (แลกเปลี่ยนเรียนรู้) รศ. กรรกฎ เห็นแสงวิไล
๑๖.๐๐	ปิดประชุม

## ใบลงทะเบียน

การอบรมเชิงปฏิบัติการทางกายภาพบำบัด  
เรื่อง กายภาพบำบัดกับการส่งเสริมสุขภาพสตรีในภาวะปัสสาวะเล็ด  
ระหว่างวันที่ ๑๓ - ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๙  
ณ สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

\*\*\*\*\*

ชื่อ - สกุล (นาย/นาง/นางสาว) .....ตำแหน่ง.....  
เลขที่ใบประกอบวิชาชีพ.....สถานที่ทำงาน.....  
ที่อยู่ (ที่ทำงาน) .....รหัสไปรษณีย์.....  
โทรศัพท์ (ที่ทำงาน) .....โทรศัพท์มือถือ.....  
โทรสาร.....E - mail : .....

- โอนเงินเข้าบัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน)  
สาขาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
ชื่อบัญชี คณะเทคนิคการแพทย์ -ประชุมวิชาการ เลขที่บัญชี ๕๖๖-๔-๔๑๖๕๗-๐
- ไปรษณีย์ณาคัด ส่งจ่ายในนาม (ปณ.มหาวิทยาลัยเชียงใหม่)  
นางจริยา กาทอง งานบริหารทั่วไป คณะเทคนิคการแพทย์  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ๑๑๐ ถ.อินทวโรรส ต.ศรีภูมิ อ.เมือง จ. เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

กรุณาส่งใบสมัครเข้าร่วมโครงการพร้อมหลักฐานการชำระเงิน

ให้ออกใบเสร็จในนาม .....

ประเภทอาหารกลางวัน  อาหารทุกประเภท  อาหารมังสวิรัต  อาหารมุสลิม

กรุณาส่งใบสมัครได้ที่

นางสาวอรพิน จอมปิ่นทอง งานบริหารทั่วไป คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เลขที่ ๑๑๐ ถ.อินทวโรรส อ. เมือง จ. เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

E-mail : orapin.j@cmu.ac.th

หรือหมายเลขโทรสาร ๐๕๓-๙๓๖๐๔๒ / ๐๕๓-๒๒๑๘๒๙

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๐๕๓-๙๓๖๐๗๒ หรือ ๐๘๑-๗๖๔๓๕๘๒