

จดหมายคุณแพทย์ข่าว สำนักวิชาการแพทยบูรณาการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง



SIM & ทยบูร

School of Integrative Medicine - MFU

July - September 2021 ● ISSUE 5 ● <https://im.mfu.ac.th/im-index.html>



ก้าวเข้าสู่ปีที่ 23 ไปด้วยกัน
กับวิถีชีวิตใหม่
" New Normal "
#ไม่ประมาทการ์ดอย่าตก



ส่งกำลังใจ เตรียมสอบใบประกอบโรคศิลปะ

“ฝนตก อากาศหนาวๆ นักศึกษาที่กำลังเตรียมสอบใบประกอบโรคศิลปะ สาขาการแพทย์แผนจีนอาจมีอาการเหนื่อยล้าจากการเตรียมสอบในครั้งนี้ ทางสำนักวิชาฯขอเป็นกำลังใจให้นักศึกษาทุกคนให้มีกำลังใจแรงกายแรงใจฝ่าฟันอุปสรรคครั้งสุดท้าย ก่อนจะเข้าสู่ชีวิตของการเป็นแพทย์จีนวิชาชีพ เมื่อไหร่ที่รู้สึกอ่อนล้า บ้านหลังนี้ยังเป็นกำลังใจให้ทุกคนอยู่เสมอค่ะ”

อ.ดร.พญ.สุลัดดา น้อยประเสริฐ
คณบดีสำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง



More Info Please Scan ME

อยากรู้เรื่องหลักสูตร Scan เลี้ยง



ครอบครัว SIM ยินดีต้อนรับ !!!

MFU-TCAS65 มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
กำหนดการรับสมัครนักศึกษา ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2565

รอบที่ 1	รอบที่ 2	รอบที่ 3	รอบที่ 4
Portfolio	Quota	Admission	Direct Admission
9 ธ.ค. 64 - 3 ม.ค. 65 admission.mfu.ac.th	15 ก.พ. - 17 มี.ค. 65 admission.mfu.ac.th	2 - 10 พ.ค. 65 student.mfucas.com	25 พ.ค. - 5 มิ.ย. 65 admission.mfu.ac.th

689/๑๑ วันที่ 17 กันยายน 2564

Welcome New Lecturer

อาจารย์ นนทนต์ สถาพร (อ.ปาล์ม)
สาขาวิชากายภาพบำบัด
แขนงวิชากายภาพบำบัดระบบหายใจ
และไหลเวียนโลหิต



ความเชี่ยวชาญ :

กายภาพบำบัดทางระบบหายใจและไหลเวียนเลือด

ภาระงานสอนหลัก :

วิชากายภาพบำบัดทางระบบหายใจและไหลเวียนโลหิต

“รู้สึกยินดีมากครับที่ได้มาทำงานที่สำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ที่นี้มีภูมิทัศน์ที่ดีและมีบุคลากรที่มีศักยภาพสูง ส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศที่ดีในการทำงาน ดีใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของที่นี่ครับ”

มุม QA กับ พี่ดัมพ์

คุณ สุวิวัฒน์ จันทร์ทิมา



“สวัสดีครับ น้องๆ นักศึกษา เจ้าหน้าที่และอาจารย์ สำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ พี่ชื่อ ดัมพ์ ครับ ดูแลงานสารบรรณของสำนักวิชา อุปกรณ์ไฮสโตนของสำนัก งานประกันคุณภาพการศึกษา EdPEX ยินดีที่ได้รู้จักทุกคน นะครับ สำหรับบุคลากรที่มีคำถามหรือข้อสงสัย เกี่ยวกับงานสารบรรณ สามารถเข้ามาปรึกษา ดัมพ์ ได้เลยนะครับ โดยสามารถเข้ามาติดต่อได้ที่ อาคาร E3A ชั้น 4 สำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ โทรศัพท์ 0-5391-7229 หรือ Email : supiwat.cha@mfu.ac.th ครับ”

NEW RESEARCH

ความชุกและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดอาการปวดกล้ามเนื้อและกระดูกบริเวณแกนกระดูกสันหลังในเกษตรกรชาวชนชาติพันธุ์ในไร่กาแฟ

เอกสิทธิ์ สิทธิพรารกุล บุรณีย์อัศวจุฬามณี มินตรา โฉงงาม สอนิทร์ แลงนัสกิติติ.

วารสารการแพทย์และสาธารณสุข มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ปีที่ 4 ฉบับที่ 3 เดือน กันยายน-ธันวาคม 2564



การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวางเพื่อหาความชุกและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดอาการปวดบริเวณแกนกระดูกสันหลังของเกษตรกรชนชาติพันธุ์ที่ทำงานในไร่กาแฟ ผลการศึกษาพบความชุกของอาการปวดคอ ความชุกของอาการปวดหลังส่วนบน และความชุกของอาการปวดหลังส่วนล่าง จึงควรมีการส่งเสริมการประกอบอาชีพเสริมเพื่อให้มีรายได้เพียงพอ และอาจจะช่วยลดปัญหาความเครียดของเกษตรกรและช่วยลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดอาการปวดทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อได้



Welcome Back !!!

อาจารย์ กภ. จรรยา ชวดทอง (อ.หนู่ย)

สาขาวิชา**กายภาพบำบัด**

แขนงวิชา**กายภาพบำบัดระบบหายใจและไหลเวียนโลหิต**

ความเชี่ยวชาญ :

- กายภาพบำบัดในเด็ก ได้แก่ เด็กสมองพิการ เด็กที่มีความต้องการพิเศษ เด็กที่มีภาวะข้อเท้าไม่มั่นคงเรื้อรัง
- กายภาพบำบัดในผู้ป่วยทางระบบประสาท กลุ่มผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- กายภาพบำบัดทางการกีฬา และ การออกกำลังกาย

ภาระงานสอนหลัก : วิชา**กายภาพบำบัดในเด็ก**



“ขอบคุณ SIM ที่ให้โอกาสในการทำงานและการต้อนรับที่น่ารักและอบอุ่นจากพี่น้องชาว SIM ไม่ว่าจะหนีเขาไปไกลแค่ไหน สุดท้ายก็ยังรักเขา (โดยแง้ม) อยู่ดี สุดท้ายฝากไว้ให้คิดงานบางอย่างอาจจะยาก แต่คิดว่ายากไม่ได้หมายความว่าไปไม่ได้ค่ะ”

อ.ดร.พจน.นครทรัพย์ เหล่าเจริญ (อ.ตั้ว)

สาขาวิชา**การแพทย์แผนจีน**

ความเชี่ยวชาญ :

- การฝังเข็ม และการนวดทุยหนา รักษาโรคเกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อและกระดูก
- การฝังเข็มฟื้นฟูผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

ภาระงานสอนหลัก : การนวดทุยหนา

“รู้สึกดีใจมากครับที่ได้กลับเข้ามาเริ่มงานกับสำนักวิชาการแพทย์บูรณาการอีกครั้ง จึงอยากนำความรู้ที่ได้ศึกษามาถ่ายทอดให้แก่นักศึกษา และเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาสำนักวิชาต่อไปครับ”

อาจารย์ พท.ป. พรนเรศ ทวีโคตร (อ.ดริ่ม)

สาขาวิชา**การแพทย์แผนไทยประยุกต์**

แขนงวิชา**หัตถเวชกรรมแผนไทย**

ความเชี่ยวชาญ :

- การประยุกต์กายวิภาคศาสตร์ กับ หัตถเวชกรรมแผนไทย (การนวดไทยแบบราชสำนัก)

ภาระงานสอนหลัก : หัตถเวชกรรมแผนไทย

"ครูเป็นศิษย์เก่า ซึ่งส่วนตัวมีอุดมการณ์เรื่องพัฒนาการแพทย์แผนไทยตั้งแต่สมัยเรียนกระทั่งได้คำชี้แนะจากครูที่ ม.แม่ฟ้าหลวง จึงได้กลับมาที่นี่ เพื่อเป็นกำลังให้สาขาและสำนักวิชา ในตอนแรกก็ไม่ได้คิดว่าอยากเป็นครู พอสอนไปได้ไม่นานเริ่มมีความคิดว่า เมื่อไหร่จะถึงสัปดาห์หน้า เหมือนเฝ้ารอวันเวลาที่จะได้ไปสอนน้องๆ (ฆ่าตัวเอง) บทเรียนที่ได้รับจากการเป็นครูคือ เราไม่ได้เป็นครูที่สมบูรณ์แบบ และอาจเคยตัดสินใจผิดพลาดในบางครั้ง แต่เราอยากจะเป็นครูที่ดีขึ้น เพื่อคอยช่วยพอดและชี้แนะแนวทางให้กับน้องๆ "





บริการวิชาการ



**โครงการอบรมพัฒนาเสริมสร้างศักยภาพ
ทางการประกอบวิชาชีพ แพทย์แผนจีน รูปแบบ online**
ณ ห้องเรียน MFU Virtual Classroom
โดยทีมวิทยากรจาก
สาขาการแพทย์แผนจีนและการแพทย์แผนไทยประยุกต์

ภายในกิจกรรมผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เรียนรู้เกี่ยวกับอาการภูมิแพ้และกลุ่มยาที่ใช้บ่อยในแพทย์ปัจจุบัน รวมไปถึงงานวิจัยการใช้ยาสมุนไพรจีนร่วมกับยาแพทย์แผนปัจจุบัน นอกจากนี้ผู้เข้าอบรมได้ร่วมแปรรูปยาสมุนไพรจีน



อ.ดร.พทป.ณวัชพงศ์ ไชยรัตน์ ได้รับเชิญเป็นวิทยากรให้คำแนะนำ "วิธีการบรรเทาอาการปวดศีรษะไมเกรน" โดยศาสตราจารย์แพทย์แผนไทย ในรายการให้ความรู้ด้านสุขภาพของ MFU Wellness Center ดูเพิ่มเติมได้ที่ <https://youtu.be/9Nfei1ALU4M>

อาจารย์ ดร.ภก.ชาครีย์ วัฒนศิริ ได้รับเชิญให้เป็นวิทยากรให้คำแนะนำ "การรับประทานกระชายขาวอย่างถูกวิธี" ในรายการให้ความรู้ด้านสุขภาพของ MFU Wellness Center ดูเพิ่มเติมได้ที่ <https://youtu.be/BhKx7DbPy4k>



**โครงการออก
หน่วยการแพทย์
บูรณาการเพื่อ
ส่งเสริมสุขภาพ**



ณ.ศูนย์ฉีดวัคซีน เทศบาลนครเชียงราย



ณ.ส่วนพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

เพื่อส่งเสริมการใช้สมุนไพรฟ้าทะลายโจร ชาตรีพลา และขงอ้อ้าวฟาง ให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยงและผู้ที่มีอาการไข้หวัด



ในวันที่ 19 สิงหาคม พ.ศ.2564 สำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ ได้รับเชิญเพื่อบรรยาย ในหัวข้อ "การใช้ฟ้าทะลายโจรอย่างถูกวิธี" แก่ประชาชนในพื้นที่ ณ เทศบาลตำบลเวียงเทิง อ.เทิง จ.เชียงราย โดย อาจารย์ฤทธิชัย พิมปา อาจารย์ประจำสำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ ได้ให้ความรู้เกี่ยวกับ การใช้ฟ้าทะลายโจรอย่างถูกต้องในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโควิด 19 เพื่อเป็นประโยชน์ต่อประชาชน ในพื้นที่อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย

เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน และ ป้องกันไข้หวัด ตามศาสตร์การแพทย์แผนไทยและแผนจีน



ณ.สาธารณสุขอำเภอแม่จัน



กิจกรรมทำบุญบำรุงศิลปวัฒนธรรม



เอนกายลูกประคบ

ลูกประคบที่ห่อด้วยใยกล้วยขง และรวมสมุนไพรพื้นบ้าน โดยเฉพาะมะแขว่น และพริกหอม ที่ช่วยบรรเทาอาการเมื่อยล้า กล้ามเนื้อ



ครอบแก้ว (Cupping Therapy)

เป็นวิธีการรักษาบำบัดโรคต่างๆ ตามศาสตร์การแพทย์แผนจีนเป็นการรักษาโดยใช้กระปุกมาลนไฟให้ร้อน เพื่อไล่อากาศออก จากนั้นจึงครอบกระปุกลงบนผิวหนัง ซึ่งจะมีแรงดูดจากสุญญากาศทำให้เกิดเลือดคั่งขึ้นในบริเวณนั้น ทำให้เกิดการกระตุ้นระบบประสาท ฮอร์โมน และทำให้ระบบหมุนเวียนเลือดสมดุล



ครอบแก้วรูปหัวใจ เป็นมิติใหม่ของการครอบแก้ว ที่มีแนวคิดมาจากสัญลักษณ์รูปหัวใจ เป็นสัญลักษณ์แสดงถึงความรัก ที่เติมไปด้วยความสุขที่เพิ่มขึ้น แสดงถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน



สำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ได้จัด พิธีทำบุญสำนักวิชา และ พิธีไหว้ครูแพทย์แผนไทย ประจำปีการศึกษา 2564 เมื่อวันที่พฤหัสบดีที่ 9 กันยายน 2564 ณ ห้อง E3B-101 อาคารสำนักวิชา 3 (E3) โดยพิธีทำบุญสำนักวิชา โดยมี อาจารย์ ดร.แพทย์หญิงสุลัดดา น้อยประเสริฐ คณบดีสำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ เป็นประธานในพิธี พร้อมคณาจารย์ เจ้าหน้าที่ฯ นักศึกษา และบุคลากรเข้าร่วมในพิธี นอกจากนี้ยังมีการถ่ายทอดการประกอบพิธีผ่านระบบออนไลน์ Zoom Meeting เมื่อเสร็จสิ้นพิธีทางศาสนาเป็นการประกอบพิธีประพรมน้ำพระพุทธมนต์ ณ ป้ายสำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ



สาระน่ารู้

ชาวภาคเหนือเวลาทำบุญบ้าน หรือ ทำบุญขึ้นบ้านใหม่ ส่วนใหญ่จะทำการพิธีกรรมแบบล้านนาเป็นพิธีกรรมตามความเชื่อของคนโบราณว่าศักดิ์สิทธิ์ และเป็นสิริมงคลอย่างมาก การทำบุญบ้านแบบล้านนาจะเน้นมาก เรื่องฤกษ์ ถือเป็นเรื่องสำคัญที่สุด



กิจกรรมทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม



สำนักงานสีเขียว

การที่สำนักวิชามีการจัดกิจกรรมภายในสำนักงานที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม โดยส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมน้อยที่สุด การเลือกใช้วัสดุ อุปกรณ์ เครื่องใช้สำนักงานที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม มีการใช้ทรัพยากรและพลังงานอย่างรู้คุณค่า รวมถึงจัดการของเสียอย่างมีประสิทธิภาพเช่น การคัดแยกขยะ

กิจกรรมสบายใจ สบายตา หน้าบ้านน่ามอง

IM Alumni



พท.ป. มณริกา ฤชา
รหัสนักศึกษา 5031801067
เจ้าของผลิตภัณฑ์ น้ำตรีผลา
พร้อมดื่ม, น้ำมัลเบอร์รี่ 98%
แบรนด์ NOAHVY (โนอาห์วี)



หลังจบการศึกษา ก็ได้มีโอกาสไปทำงานที่ รพ.และมีการจ่ายยาตำรับ “ตรีผลา” ให้กับคนไข้ ได้รับ feedback กลับมาว่า “ยาดีมาก แต่ทานยาก” คำนี้แหละที่มันกลายมาเป็นแรงบันดาลใจให้เรา



อยากที่จะนำตำรับยาสมุนไพรของไทยมาพัฒนาสูตรให้เป็นเครื่องดื่ม ที่ดื่มง่าย และสามารถดื่มได้ทุกเพศทุกวัย บวกกับทางบ้านของแฟนเป็นแพทย์แผนจีน เราจึงตัดสินใจสร้างโรงงานผลิตเครื่องดื่ม ที่จะผลิตเครื่องดื่มจากตำรับยา สู่เครื่องดื่มที่ดี อร่อย และมีประโยชน์กับผู้บริโภคทุกคน และตัวแรกที่เราผลิตออกมาคือ “น้ำตรีผลาพร้อมดื่ม”

ในปีงบประมาณ 2563 สำนักวิชาการแพทย์ บุรณาการได้จัดโครงการสร้างเสริมสุนทริยภาพ และรักษ์สิ่งแวดล้อม โดยมีช่วงระยะเวลาในการจัดโครงการตั้งแต่วันที่ 1 ตุลาคม 2563 – 30 กันยายน 2564 โดยในโครงการประกอบไปด้วย 2 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมออฟฟิศเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม โดยมีการจัดอบรมให้ความรู้ในหัวข้อ “นับหนึ่งถึง Green Office” ให้กับบุคลากร