



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานเลขาธิการกรม ฝ่ายประชาสัมพันธ์และสวัสดิการ โทรศัพท์ ๑๘๐๑, ๑๘๐๒, ๑๘๐๓
ที่ นร ๐๒๐๑.๐๓/ ๖๔๐ วันที่ ๓ มกราคม ๒๕๕๙

เรื่อง ขอความร่วมมือการออกแบบตรวจสอบสุขภาพประจำปีกับคณะเวชศาสตร์เขตร้อน มหาวิทยาลัยมหิดล

เรียน ผอ.สำนัก/กอง, ผชช. และหัวหน้าหน่วยงานส่วนกลาง

ด้วยโครงการบริการตรวจสอบสุขภาพเคลื่อนที่ คณะเวชศาสตร์เขตร้อน มหาวิทยาลัยมหิดล จะมาดำเนินการตรวจสอบสุขภาพประจำปีให้แก่บุคลากร กปส. ในวันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๙ เวลา ๐๗.๐๐ - ๑๐.๐๐ น. ณ ชั้น ๑ อาคารกรมประชาสัมพันธ์ ดังนี้

๑. ตรวจสอบเลือดรายการที่ ๑ - ๖ ค่าตรวจ ๔๗๐ บาท เพิ่มให้ข้าราชการที่มีอายุน้อยกว่า ๓๕ ปี ทุกคนโดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

๒. ตรวจสอบคอเลสเตอรอลดี/คอเลสเตอรอลเลว (HDL& LDL) ค่าตรวจ ๑๐๐ บาท เพิ่มให้ข้าราชการที่มีอายุมากกว่า ๓๕ ปี ทุกคนโดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

สำหรับการตรวจร่างกายโดยแพทย์ จะต้องมีจำนวนผู้เข้ารับการตรวจอย่างน้อย ๖๐ คน โดยจะมาตรวจให้หลังจากได้รับผลการตรวจทั้งหมดแล้ว ดังรายละเอียดที่แนบ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และกรุณาประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรในหน่วยงานของท่านทราบต่อไป ทั้งนี้ ขอให้ผู้สนใจรับการตรวจกรอกแบบฟอร์มที่แนบมาพร้อมนี้ และส่งให้ฝ่ายประชาสัมพันธ์และสวัสดิการ ชั้น ๘ ภายในวันที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๕๙ จักขอบคุณยิ่ง

(นายเสมอ นิ่มเงิน)

ลก.



โครงการบริการตรวจสุขภาพเคลื่อนที่
คณะเวชศาสตร์เขตร้อน มหาวิทยาลัยมหิดล
เลขที่ 420/6 ถนนราชวิถี ราชเทวี กรุงเทพฯ 10400
โทรศัพท์สายตรงและโทรสาร 0-2643-5588

วันที่ ๕ มกราคม ๒๕๕๙

เรื่อง ขออนุญาตตรวจสุขภาพประจำปี

เรียน หัวหน้าฝ่ายประชาสัมพันธ์ และสวัสดิการ กรมประชาสัมพันธ์

กรมประชาสัมพันธ์
รับที่ 1425
วันที่ 6/1/59
เวลา 14.41 น.

โครงการบริการตรวจสุขภาพเคลื่อนที่ คณะเวชศาสตร์เขตร้อน ขออนุญาตตรวจสุขภาพประจำปี ให้แก่ ข้าราชการ และลูกจ้างประจำในหน่วยงานของท่าน โดยหน่วยชีวเคมี จะมาทำการตรวจให้ถึงสถานที่ทำงานของท่าน ในวันที่ 21 มกราคม 2559 ตั้งแต่เวลา 7.00 - 10.00 น. และมีรายการตรวจดังนี้

รายการตรวจ	ราคา (บาท/คน)	เบิกได้
1. ตรวจน้ำตาลในเลือด (Sugar)	40	40
2. ตรวจไขมันโคเลสเตอรอล (Cholesterol)	60	60
3. ตรวจไขมันไตรกลีเซอไรด์ (Triglycerides)	60	60
4. ตรวจโรคเก๊าท์ (Uric acid)	60	60
5. ตรวจโรคไต (BUN & Creatinine)	100	100
6. ตรวจโรคตับ (SGOT & SGPT & Alkaline phosphatase)	150	150
7. ตรวจนับและแยกลักษณะเม็ดเลือด (CBC)	90	90
8. ตรวจปัสสาวะทั่วไป (Urine analysis)	50	50
9. ตรวจเอกซเรย์ฟิล์มใหญ่ (Chest X-ray)	170	170
10. ตรวจอุจจาระ (Stool examination & occult blood)	70	70
รวมค่าตรวจ	850	850

อายุมากกว่า 35 ปี เบิกได้ตามสิทธิที่กระทรวงการคลังกำหนด รายการที่ 1-10

อายุน้อยกว่า 35 ปี เบิกได้ตามสิทธิที่กระทรวงการคลังกำหนด เบิกได้เฉพาะ รายการ 7,8,9,10

เพื่อประโยชน์ของข้าราชการของท่าน โครงการฯ ขออนุญาตเงื่อนไขพิเศษ โดยจะ

1. ตรวจวัดความดันโลหิตและการเต้นของชีพจรให้กับผู้ที่เข้ารับการตรวจทุกคน (สำหรับการตรวจร่างกายโดยแพทย์ จะต้องมีจำนวนผู้เข้ารับการตรวจเลือดอย่างน้อย 60 คน โดยจะมาตรการให้หลังจากได้รับผลการตรวจทั้งหมดแล้ว)
2. ตรวจเลือด รายการที่ 1-6 ค่าตรวจ 470 บาท เพิ่มให้ข้าราชการที่มีอายุน้อยกว่า 35 ปี ทุกคน โดยไม่คิดค่าใช้จ่าย
3. ตรวจเลือดไขมันดีไขมันเลว (HDL&LDL) ค่าตรวจ 100 บาท เพิ่มให้ข้าราชการที่มีอายุมากกว่า 35 ปี ทุกคน โดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณา

ฝ่ายประชาสัมพันธ์
รับที่ ๑๕
วันที่ ๕ ม.ค. ๒๕๕๙

ขอแสดงความนับถือ

Dr. Anur

ทพ.ตรีสาร ผลเจริญ

เทคนิคการแพทย์ ท.น 2580

② โยง น.ง.ร.
เพื่อโปรดพิจารณา
ด้านแผนงานไม่ติด
ขอขอบคุณ
Dr. Anur
๕ ม.ค. ๕๙



โครงการตรวจสุขภาพเคลื่อนที่ หน่วยชีวเคมี
คณะเวชศาสตร์เขตร้อน มหาวิทยาลัยมหิดล
420/6 ถนน ราชวิถี ราชเทวี กรุงเทพฯ 10400
โทรศัพท์ 0-2354-9100 - 13 ต่อ 1434, 1669

รายงานผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ

หน่วยงาน

วันที่

ชื่อ

หมู่เลือด (Blood group) _____

เลขที่ตรวจ

รายการตรวจ	ผลการตรวจ	ค่าปกติ
เบาหวาน	Glucose	65-110 mg/dL
ไขมัน	Cholesterol	150-200 mg/dL
ไขมัน	Triglycerides	30-150 mg/dL
ไขมันดี	HDL	ชาย > 35 mg/dL ; หญิง > 45 mg/dL
ไขมันไม่ดี	LDL	< 150 mg/dL
ไซซ้อ	Uric acid	ชาย 3.4-7.0 mg/dL ; หญิง 2.5-6.0 mg/dL
ไต	BUN	5-25 mg/dL
	Creatinine	0.6-1.8 mg/dL
ตับ	SGOT	5-45 unit/mL
	SGPT	5-45 unit/mL
ตับและกระดูก	ALP	40-150 IU/L
แคลเซียม	Calcium	8.5-11.0 mg/dL

สรุปผลการตรวจเลือดเคมี

- () ผลการตรวจเลือดเคมีอยู่ในเกณฑ์ปกติ
- () มีน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติ อาจเป็นเบาหวาน หรือดื้ออาหาร 8 ชม. และตรวจเลือดใหม่ ถ้าค่าสูงเกินกว่า 140 mg/dL ให้ปรึกษาแพทย์
- () มีไขมันโคเลสเตอรอลในเลือดสูงกว่าปกติ ถ้าสูงอยู่นานๆ จะทำให้เกิดโรคเส้นเลือดที่หัวใจอุดตันได้ จึงควรป้องกันโดยการลดอาหารที่มีโคเลสเตอรอลสูง เช่น ไข่แดง ไข่ปลา มันสัตว์ เครื่องในสัตว์ หนังสัตว์ หลีกเลี่ยงการปรุงอาหารโดยวิธีทอด ผัด ควรใช้วิธีนึ่ง หรือต้มแทน เพิ่มการทานอาหารที่มีใยอาหารมากขึ้น ได้แก่ พวัก ผัก ผลไม้ไม่หวาน ใช้น้ำมันพืชปรุงอาหาร (ยกเว้น น้ำมันมะพร้าว และน้ำมันปาล์ม) งดการสูบบุหรี่ ลดความเครียด และควรออกกำลังกายโดยสม่ำเสมอ
- () มีไขมันไตรกลีเซอไรด์ในเลือดสูงกว่าปกติ ถ้าสูงอยู่นานๆ จะทำให้เกิดโรคเส้นเลือดที่หัวใจ และสมองอุดตันได้ จึงควรป้องกันโดยการลดอาหารประเภทไขมัน แบ่ง น้ำตาล ขนมหวาน งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ สุรา เบียร์ ลดความอ้วน และควรออกกำลังกายโดยสม่ำเสมอ
- () มีไขมันดี (HDL) ในเลือดต่ำกว่าปกติ ไขมันดี (HDL) ช่วยลดการสะสมของไขมันในหลอดเลือด ไขมันชนิดนี้ยิ่งมีค่าสูงยิ่งเป็นผลดี จึงควรเพิ่มค่า HDL โดยการทานอาหารที่มีใยอาหาร เช่น ผัก ผลไม้ ถั่ว ธัญพืช และ ออกกำลังกายโดยสม่ำเสมอ
- () มีไขมันไม่ดี (LDL) ในเลือดสูงกว่าปกติ ไขมันไม่ดี (LDL) เป็นไขมันที่ทำให้มีการปล่อยโคเลสเตอรอลจากตับ ไปยังส่วนต่างๆ ของร่างกาย ทำให้เพิ่มการสะสมของไขมันในหลอดเลือด จึงควรลดค่า LDL โดยการลดอาหารที่มีโคเลสเตอรอลสูง และออกกำลังกายโดยสม่ำเสมอ
- () มีกรดยูริกในเลือดสูงกว่าปกติ ควรลดอาหารที่ทำให้เกิดกรดยูริกสูง ได้แก่ หนังสัตว์ปีก เช่น หนังไก่ ปีกไก่ เครื่องในสัตว์ เช่น หัวใจ ตับ ไต พืชบางชนิด เช่น ถั่วต่างๆ หน่อไม้ กระถิน ชะอม ผักโขม ใบชี่เหล็ก ดื่มน้ำมากๆ เพื่อป้องกันการเกิดโรคไขข้ออักเสบ (โรคเก๊าท์)
- () มีสารยูเรีย, สารครีเอตินีนในเลือดสูงกว่าปกติ อาจเกิดจากไตมีประสิทธิภาพการทำงานลดลง ควรลดอาหารที่มีโปรตีนสูง เช่น เนื้อสัตว์ ไข่ นม เพิ่มอาหารพวักผลไม้ และตรวจเลือดซ้ำอีก 6 เดือน ถ้าค่ายังสูงให้ปรึกษาแพทย์
- () มีเอนไซม์ทรานซามิเนส (SGOT, SGPT) ในเลือดสูงกว่าปกติ อาจเกิดจากมีการอักเสบของตับ อันเนื่องมาจากการใช้ยาบางชนิด การดื่มสุรา หรือติดเชื้อไวรัส ควรบำรุงร่างกายให้แข็งแรง พักผ่อนให้มาก หลีกเลี่ยงการใช้ยาที่เป็นอันตรายต่อดับ งดการดื่มสุรา อาหารหมักดอง อาหารมัน ตรวจเลือดซ้ำอีก 6 เดือน ถ้าค่ายังสูงให้ปรึกษาแพทย์
- () มีเอนไซม์อัลคาไลน์ ฟอสฟาเตส (ALP) ในเลือดสูงกว่าปกติ อาจเกิดจากมีการอักเสบของตับ โรคเกี่ยวกับถุงน้ำดี มีการอุดตันของท่อน้ำดี เป็นนิ่วในถุงน้ำดี หรือมีความผิดปกติเกี่ยวกับกระดูก แนะนำให้ปรึกษาแพทย์
- () มีค่าแคลเซียมในเลือดต่ำกว่าปกติ ควรเพิ่มการทานอาหารที่มีแคลเซียมสูง เช่น นมพร่องมันเนย ปลาตัวเล็ก กุ้งแห้ง ผักใบเขียว และทานอาหารที่มีวิตามินซี วิตามินดี เพื่อป้องกันการเกิดโรคกระดูกพรุน

รายงานผลโดย

รองศาสตราจารย์ลักขณา เลี้ยวศิริ

เทคนิคการแพทย์ ท.น 173



การตรวจสุขภาพประจำปีกรมประชาสัมพันธ์

วันที่ 21 มกราคม 2559

- ☐ ข้าราชการ/ลูกจ้างประจำเงินงบประมาณ ชื่อ-สกุล (นาย/นาง/นส.).....โทร.....
- ☐ ข้าราชการบำนาญ (ตรวจเพิ่มเติมต้องชำระเงินเอง) อายุ.....ปี.....เดือน แผนก/ฝ่าย/กอง.....
- ☐ พนักงานราชการ, ลูกจ้างชั่วคราว, ลูกจ้างสวัสดิการ (ที่ไม่มีสิทธิเบิก) เหมจ่ายคนละ 500 บาท ทุกกลุ่มอายุ (ตรวจเฉพาะรายการตรวจมาตรฐาน)

รายการตรวจสุขภาพประจำปี(ตรวจมาตรฐาน)

รายการตรวจ	ค่าตรวจที่เบิกได้
☐ ตรวจเลือด	(อายุมากกว่า 35 ปี) 560 (อายุน้อยกว่า 35 ปี) 90
- น้ำตาลกลูโคส (Sugar)	
- ไขมันโคเลสเตอรอล (Cholesterol)	
- ไขมันไตรกลีเซอไรด์ (Triglycerides)	
- กรดยูริก (Uric acid)	
- สารยูเรีย และสารครีเอตินีน (BUN, Creatinine)	
- เอนไซม์ตับ (SGOT & SGPT, Alkaline phosphatase)	
- ตรวจนับและแยกลักษณะเม็ดเลือด(CBC)	
☐ ตรวจปัสสาวะ(Urine analysis)	50
☐ ตรวจเอกซเรย์ทรวงอกฟิล์มใหญ่ (Chest X-ray)	170
☐ ตรวจอุจจาระ (Stool ,Fecal examination& occult blood)	70

หมายเหตุ

1. ตรวจไขมันดี (HDL) ไขมันไม่ดี (LDL) (รายการตรวจเพิ่ม ข้อ 1) ในเลือดให้กับ ข้าราชการ ที่มีอายุมากกว่า 35 ปีทุกคน ที่เข้ารับการตรวจ เลือคมามาตรฐานโดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

รายการตรวจเพิ่มเติมที่ต้องชำระเงินเอง (เบิกจ่ายไม่ได้)

รายการตรวจเพิ่มเติม	ราคา (บาท)
☐ 1. ตรวจไขมันดี และไขมันไม่ดี (HDL,LDL)	100
☐ 2. ตรวจเชื้อและภูมิคุ้มกันไวรัสตับอักเสบบี (Hepatitis B virus Ag & Ab)	100
☐ 3. ตรวจเชื้อไวรัสตับอักเสบบี ซี (Hepatitis C virus Antibody)	250
☐ 4. ตรวจโรคเอดส์ (Anti HIV)	100
☐ 5. ตรวจหมู่เลือด เอบีโอ (Blood group) ABO group	20
☐ 6. ตรวจหมู่เลือด อาร์เอช (Rh) Rh group	40
☐ 7. ตรวจธาลัสซีเมีย (Hb typing)	300
☐ 8. ตรวจฮอร์โมนไทรอยด์ (T4,T3)	300
☐ 9. ตรวจแคลเซียม (Ca)	40
☐ 10. ตรวจภูมิคุ้มกันหัดเยอรมัน (Rubella IgG)	250
☐ 11. ตรวจภาวะเสี่ยงมะเร็งตับ, AFP (Alpha - Feto protein)	250
☐ 12. ตรวจภาวะเสี่ยงมะเร็งลำไส้ใหญ่, CEA (Carcinoembryonic Antigen)	250
☐ 13. ตรวจภาวะเสี่ยงมะเร็งต่อมลูกหมาก ,PSA (Prostate Specific Antigen)	250
☐ 14. ตรวจภาวะเสี่ยงมะเร็งเต้านม, CA 15-3 (Breast cancer)	600
☐ 15. ตรวจภาวะเสี่ยงมะเร็งรังไข่ ,CA 125 (Ovarian cancer)	600
☐ 16. ตรวจภาวะเสี่ยงมะเร็งกระเพาะอาหาร และท่อน้ำดี ,CA 19-9	600
☐ 17. ตรวจกามโรคชนิดซิฟิลิส (VDRL)	30
☐ 18. ตรวจน้ำตาลสะสมสำหรับคนเป็นเบาหวาน Hb A1C (Glycosylated Hb)	250
☐ 19. ตรวจเกี่ยวกับถุงน้ำดี และตับแข็ง GGT (Gamma glutamyl transferase)	150
☐ 20. ตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (E.K.G.)	200
รวมเป็นเงิน	

ขอเชิญเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีกับ

คณะเวชศาสตร์เขตร้อน ม.มหิดล

ณ กรมประชาสัมพันธ์ ซ.อารีย์สัมพันธ์

วันพฤหัสบดี ที่ 21 มกราคม 2559 เวลา 07.00 - 10.00 น.

หมายเหตุ กรุณางดอาหารและเครื่องดื่ม ก่อนมารับบริการเจาะเลือด อย่างน้อย 10-12 ชั่วโมง