



บทความเพื่อการประชาสัมพันธ์

สำนักงานเลขาธิการกรม กรมประชาสัมพันธ์

โทรศัพท์ : ๐ - ๒๖๑๘ - ๒๓๒๓ ต่อ ๑๘๐๓, ๑๘๐๖ - ๗ เว็บไซต์ : www.prd.go.th

บทความที่ ๑/๒๕๖๑
วันที่ ๑๙ มกราคม ๒๕๖๑

บทความ เรื่อง : เพราะร่างกายทำงานตลอดเวลา...การตรวจสุขภาพจึงสำคัญและจำเป็น
เรียบเรียงโดย : ณัฐธิดา สงวนถ้อย

เมื่อร่างกายมีการทำงานตลอดเวลา ในขณะที่ท่านนอนหลับ พักผ่อน หรือกำลังทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ล้วนส่งผลให้สภาพร่างกายเสื่อมไปตามกาลเวลา ดังนั้น การดูแลรักษาตนเองและการตรวจสุขภาพจึงเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง เพราะจะทำให้ท่านมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุข ด้วยการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง

กรมประชาสัมพันธ์ มีความห่วงใย และให้ความสำคัญกับการมีสุขภาพที่ดีของบุคลากร จึงจัดให้โรงพยาบาลมาบริการตรวจสุขภาพประจำปี ณ กรมประชาสัมพันธ์ เป็นประจำทุกปี เพื่ออำนวยความสะดวกแก่บุคลากร และสร้างความตื่นตัวให้บุคลากรเห็นความสำคัญของการดูแลและป้องกันตนเองให้ห่างไกลจากโรคภัยต่าง ๆ สำหรับข้าราชการสามารถเบิกค่าตรวจได้ในบางรายการตามที่โรงพยาบาลกำหนดไว้ในแบบฟอร์มการตรวจเท่านั้น ในปีนี้ กรมประชาสัมพันธ์จะจัดบริการตรวจสุขภาพประจำปี บริเวณชั้น ๑ อาคารกรมประชาสัมพันธ์ โดยได้รับความร่วมมือจากโรงพยาบาลบ้านแพ้ว (องค์การมหาชน) และคณะเวชศาสตร์เขตร้อน มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งจะมาทำการตรวจสุขภาพประจำปี พร้อมให้คำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ จึงขอเชิญชวนทุกท่าน เข้ารับบริการตรวจสุขภาพประจำปีกับโรงพยาบาลบ้านแพ้ว ในวันศุกร์ที่ ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑ เวลา ๐๗.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. และรับบริการตรวจสุขภาพกับคณะเวชศาสตร์เขตร้อนฯ ในวันอังคารที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑ เวลา ๐๗.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. และนัดฟังผลการตรวจสุขภาพประจำปีโดยโรงพยาบาลบ้านแพ้ว ได้ในวันจันทร์ที่ ๒๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑ ณ ห้องประชุม ๒๑๑A ชั้น ๒ อาคารกรมประชาสัมพันธ์ ตั้งแต่เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๕.๓๐ น.

นอกจากการตรวจสุขภาพโดยแพทย์แล้ว ทุกท่านควรดูแลรักษาสุขภาพของตนเองด้วยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายให้ครบถ้วน พักผ่อนให้เพียงพอ สังเกตอาการผิดปกติของร่างกาย และปฏิบัติตามแนวทางที่แพทย์แนะนำหลังจากการตรวจสุขภาพอย่างต่อเนื่อง เพื่อสุขภาพที่ดีของตัวท่านเอง และความอุ่นใจของครอบครัว
