

ภาคผนวกที่ 8

ข้อมูลด้านการตรวจสอบคุณภาพของโครงการ

Health Check up Program 2022 for PTTAC employees

Health Check up type		Pre-employment	Annual Health Check up																																	Remark													
Unit			PU	AN Unit						MM Unit					TA & TM Unit			EM/ EN/ PM/ MT Unit														LT Unit					QA Unit				Other Unit (RY)	Other Unit (BK)							
No.	Health Check Up Parameter			Division Manager	Senior Engineer	Day Supervisor & Shift Supervisor	Boardman	Field Operator	Contractor	Division Manager	Day Supervisor & Shift Supervisor	Boardman	Field Operator	Contractor (Share of Sum & Long term)	Division Manager	Process Engineer (TA)	Process Engineer (TM)	Department & Division Manager	Electrical Engineer	Instrumental Engineer	Planner	Mechanical Engineer	Project Engineer	QA/QC Supervisor	Instrumental Supervisor	Instrumental Technician	Mechanical Supervisor	Mechanical Technician	Electrical Supervisor	Electrical Technician	Contractor	Division Manager	Supervisor	Officer	Senior Operator		Operator	Contractor (Alpha marine)	Division Manager	Officer			Section Manager	Lab Technician	House Keeper				
รายการตรวจสุขภาพตามกฎหมาย																																																	
1	ซักประวัติ ตรวจร่างกาย (Physical Examination)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓				
2	ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง เส้นรอบเอว และดัชนีมวลกาย	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			
3	สัญญาณชีพ (Vital Signs)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
4	ตรวจวัดสายตาโดย Snellen's Chart	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
5	คลื่นไฟฟ้าหัวใจ (EKG)	Follow as Matrix	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	≥ 35 หมายถึง ตรวจจากกรณีนี้กับพนักงานที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป	
6	ภาพถ่ายรังสีทรวงอก (Chest X-Ray)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
7	หมู่เลือด (Blood Group)	✓																																															
8	วิเคราะห์ปัสสาวะ (Urine Analysis)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			
9	ระดับน้ำตาลในเลือด (FBS)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
	ระดับไขมันในเลือด (Lipid Profile)																																																
10	Total Cholesterol	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
11	Triglyceride	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
12	HDL	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
13	LDL	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
14	ระดับยูริกในเลือด (Serum Uric acid)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
	คัดกรองไวรัสตับอักเสบ บี (Hepatitis Serologic Profile)																																																
15	HBsAg	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
16	Anti-HBs	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
17	Anti-HBc	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
18	ซักประวัติ และ ตรวจร่างกาย โดยอาชีวแพทย์	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓																		

Health Check up Program 2022 for PTTAC employees

Health Check up type		Pre-employment	Annual Health Check up																																Remark													
Unit			PU	AN Unit					MM Unit				TA & TM Unit			EM/ EN/ PM/ MT Unit												LT Unit					QA Unit			Other Unit (RY)	Other Unit (BK)											
No.	Health Check Up Parameter			Department Manager	Division Manager	Senior Engineer	Day Supervisor & Shift Supervisor	Boardman	Field Operator	Contractor	Division Manager	Day Supervisor & Shift Supervisor	Boardman	Field Operator	Contractor	Division Manager	Process Engineer (TA)	Process Engineer (TM)	Department & Division Manager	Electrical Engineer	Instrumental Engineer	Planner	Mechanical Engineer	Project Engineer	QA/QC Supervisor	Instrumental Supervisor	Instrumental Technician	Mechanical Supervisor	Mechanical Technician	Electrical Supervisor	Electrical Technician	Contractor	Division Manager	Supervisor		Officer	Senior Operator	Operator	Contractor (Alpha marine)	Division Manager	Officer	Section Manager	Lab Technician	House Keeper	All Position	All Position		
30	สมรรถภาพการได้ยิน (Occupational Audiogram)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					
31	สมรรถภาพปอด (Lung Function Test)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓				
32	Thyroid Function Test in Blood (Free T4, Free T3, TSH)	Follow as Matrix	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			
33	Thiocyanate in Urine	Follow as Matrix	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
34	Acetone in Urine	Follow as Matrix						✓	✓		✓	✓																											✓	✓	✓							
35	2,5 - Hexanedion in Urine	Follow as Matrix																																						✓	✓							
36	Methanol in Urine	Follow as Matrix								✓		✓	✓																						✓	✓			✓	✓								
37	ตรวจช่องท้องด้วยคลื่นความถี่สูง (U/S Whole Abdomen)		>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	ตรวจให้พนักงานชายและหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 45 ปีขึ้นไป	
38	คัดกรองมะเร็งต่อมลูกหมาก (Serum PSA)		>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45		>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	>= 45	ตรวจให้พนักงานชายที่มีอายุตั้งแต่ 45 ปีขึ้นไป
39	คัดกรองภาวะเลือดออกในทางเดินอาหาร (FOBT)		>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40		>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	>= 40	ตรวจให้พนักงานชายและหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป
40	คัดกรองมะเร็งปากมดลูก (VIA, Pap Smear)		>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35		>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	ตรวจเฉพาะพนักงานหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป
41	<div>คัดกรองมะเร็งเต้านม (Breast Cancer Screening)</div> <div>- ตรวจเต้านมโดยแพทย์ (Clinical Breast)</div> <div>- ตรวจเต้านมโดยคลื่นความถี่สูง (U/S Breast)</div> <div>- ตรวจเต้านมโดยรังสีเอ็กซ์ (Mammogram)</div>		>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35		>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	>= 35	ตรวจเฉพาะพนักงานหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป

เกณฑ์การพิจารณากำหนดรายการตรวจสุขภาพ

1. กำหนดจากมาตรการ EIA ซึ่งเป็นรายการที่ภาครัฐกำหนด
2. กำหนดจากการจัดทำประเมินความเสี่ยงด้านสุขภาพ (Health Risk Assessment :HRA)
3. เป็นรายการตรวจตามสวัสดิการของบริษัทฯ ซึ่งจัดให้มีการตรวจสุขภาพตั้งแต่ปี 2553 สำหรับรายการ Audiogram, Lung function test

และ Thiocyanate และ กำหนดเป็นรายการตรวจตั้งแต่ปี 2555 สำหรับรายการ Thyroid function test และเพื่อเป็นการติดตามเฝ้าระวังด้านสุขภาพเป็นระยะๆ สำหรับพนักงาน

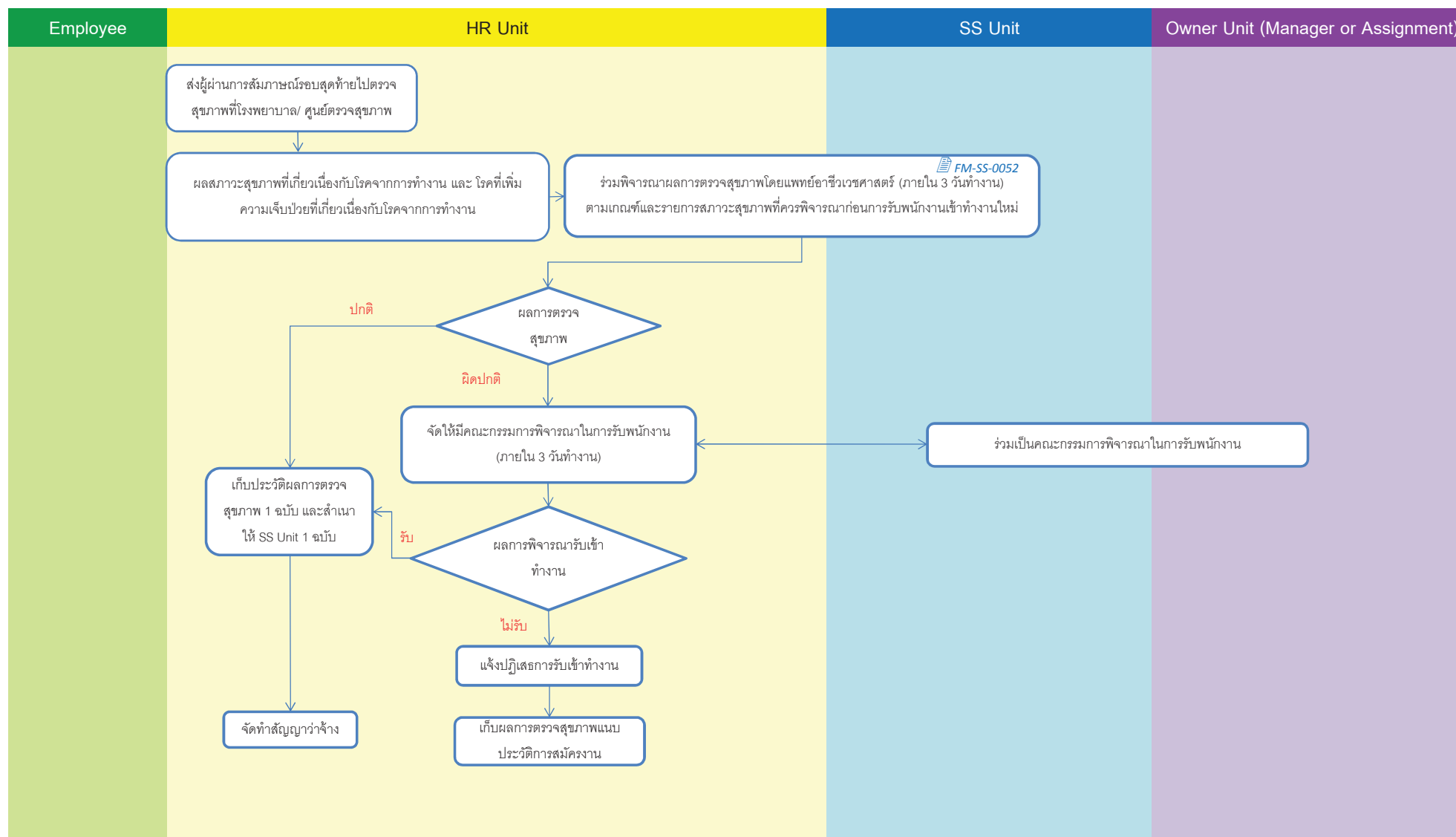
คำชี้แจงเพิ่มเติมโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ

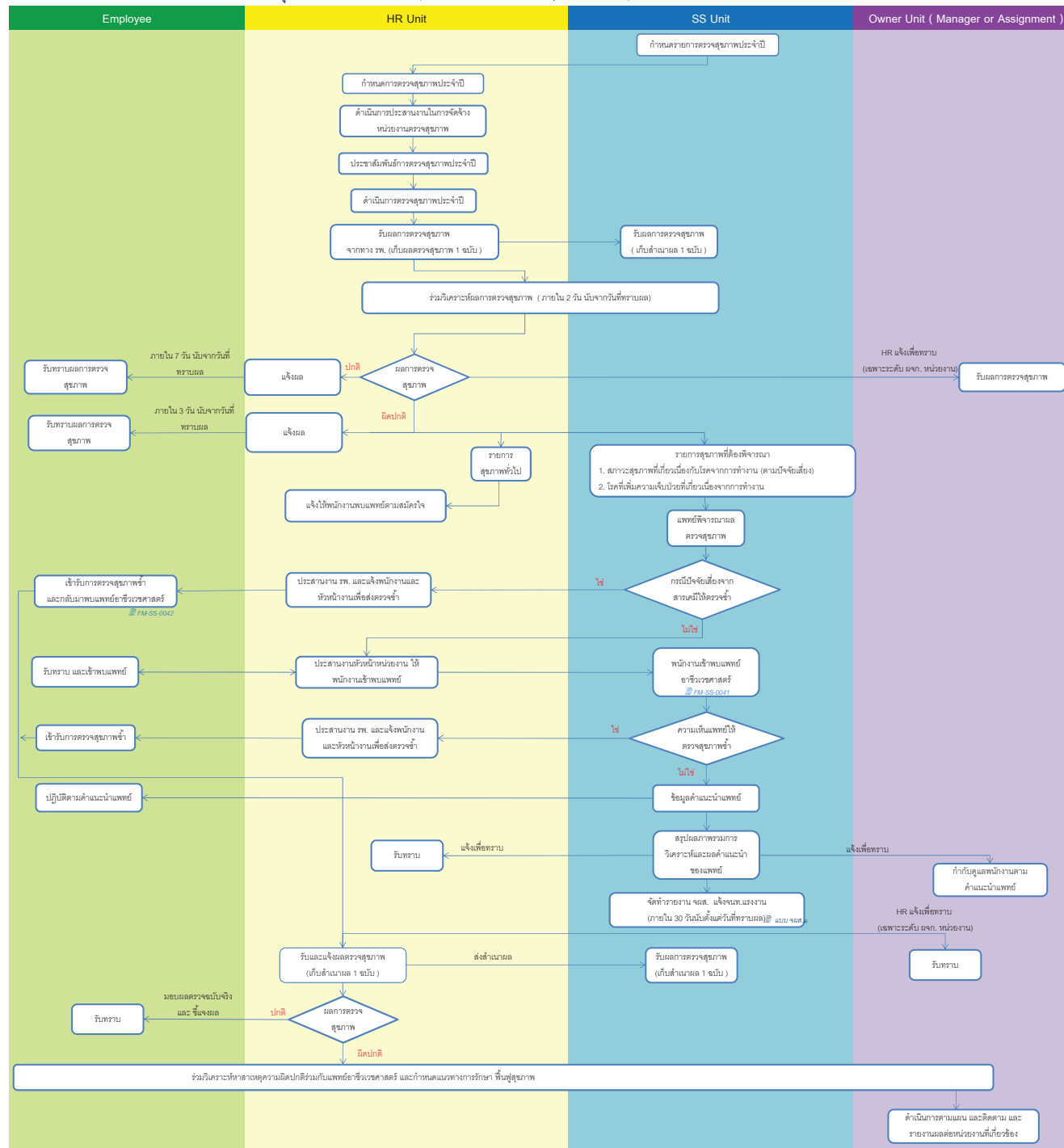
*** รายการตรวจสุขภาพฉบับปรับปรุง ปี 2565 นี้ ไม่สามารถใช้อ้างอิงเป็นแนวทางปฏิบัติส่วนบุคคลสำหรับพนักงานที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจเรื้อรัง เบาหวานชนิดที่หนึ่ง ภูมิคุ้มกันทำลายตนเอง ฯลฯ ได้

*** รายการตรวจสุขภาพฉบับปรับปรุง ปี 2565 นี้ จัดทำขึ้นโดยพิจารณาตามบริบทด้านสวัสดิการของบริษัท PTTAC เป็นหลัก (ไม่ใช่รายการตรวจตามเกณฑ์ขั้นต่ำทางกฎหมาย) และประยุกต์จากหลักเกณฑ์ทางวิชาการ ดังนี้:

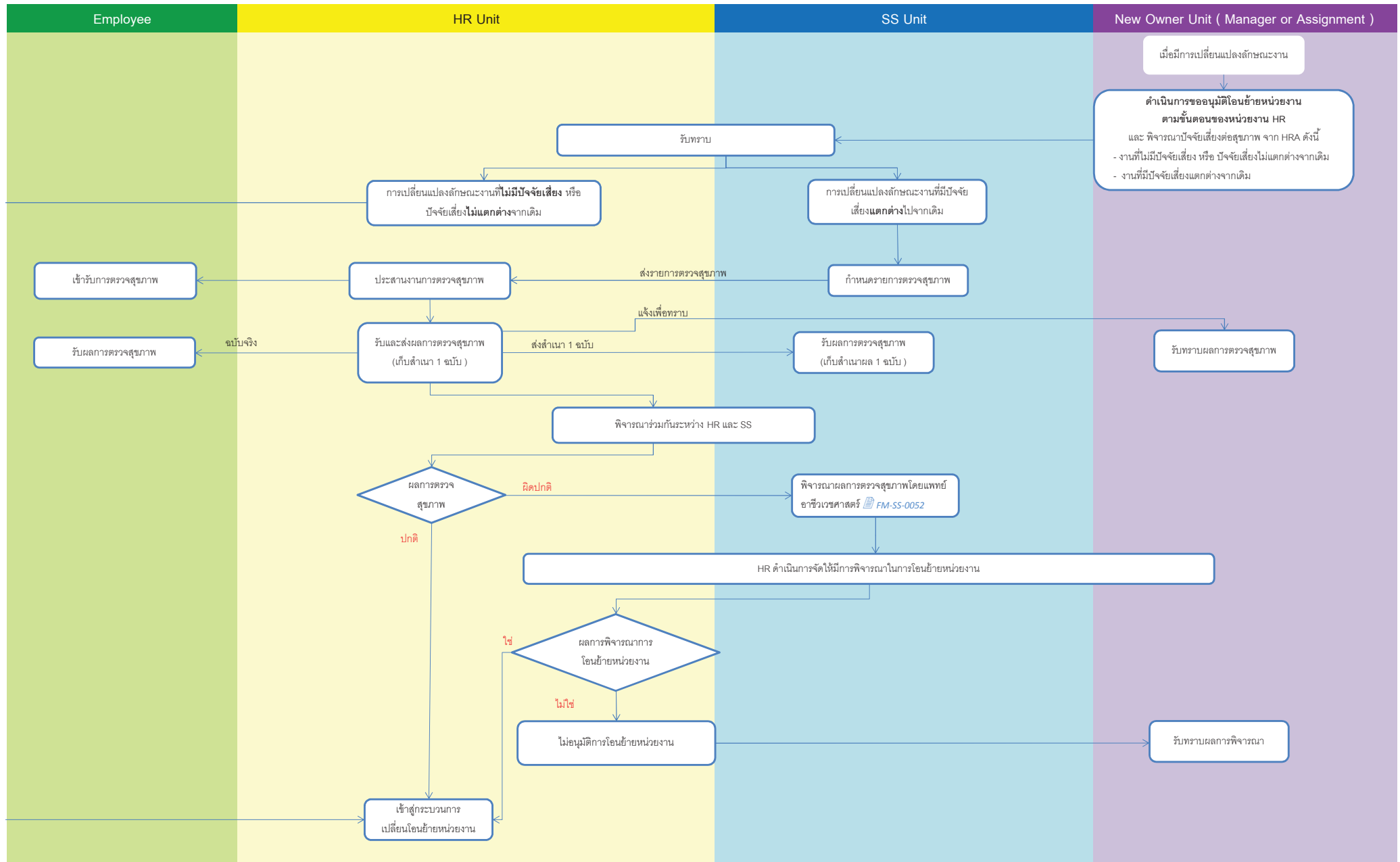
- 1) คู่มือการตรวจสุขภาพพนักงาน ปตท. สมาคมโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมแห่งประเทศไทย. 2551
- 2) แนวทางการตรวจสุขภาพที่จำเป็นและเหมาะสมสำหรับผู้ประกอบการ, กระทรวงสาธารณสุข. 2559.
- 3) 2022 TLVs and BEIs. ACGIH.

ภาคผนวก A แผนผังแสดงความสัมพันธ์การตรวจสอบสุขภาพพนักงานก่อนบรรจุเป็นพนักงาน (Pre-employment Health Check up Flow Chart)



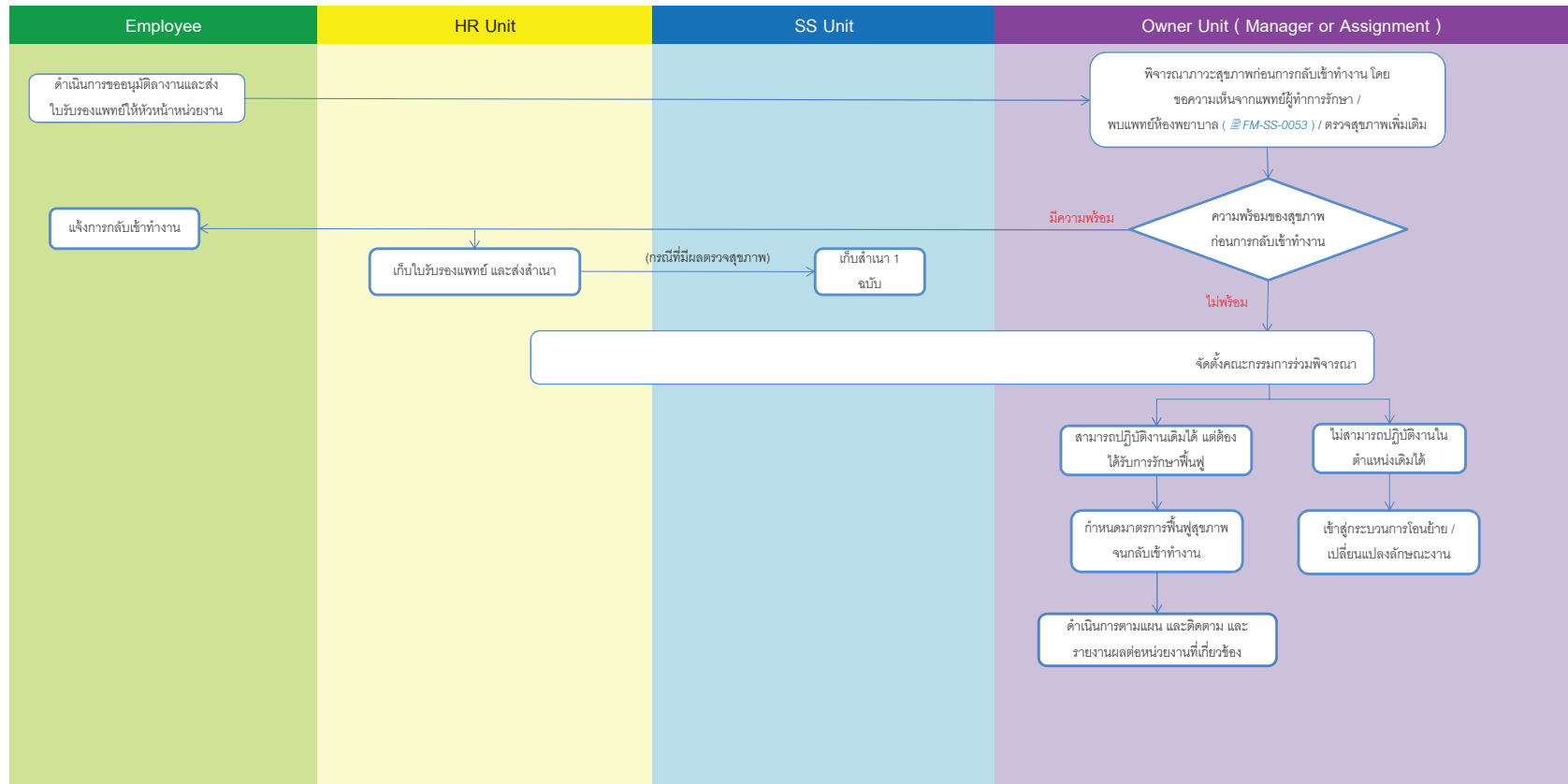


ภาคผนวก C แผนผังแสดงความสัมพันธ์การตรวจสอบสุขภาพก่อนการเปลี่ยนงาน (Pre-Placement Health Check up Flow Chart)

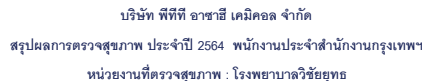


ภาคผนวก D แผนผังแสดงความสัมพันธ์การตรวจสอบสุขภาพกรณีพนักงานหยุดงาน 3 วันทำงานต่อเนื่องจากการประสบอันตราย หรือ เจ็บป่วย

Chart



		ผลตรวจสมรรถภาพการได้ยินของหูขวา						NIOSH Standard [Right]								ผลตรวจสมรรถภาพการได้ยินหูซ้าย						NIOSH Standard [left]							
Code	Year	R500	R1000	R2000	R3000	R4000	R6000	DfR500	DfR1000	DfR2000	DfR3000	DfR4000	DfR6000	STS-R	Baseline revised-L	L500	L1000	L2000	L3000	L4000	L6000	DfL 500	DfL 1000	DfL 2000	DfL 3000	DfL 4000	DfL 6000	STS-L	Baseline revised





บริษัท พีทีที อาซาฮี เคมิคอล จำกัด
สรุปผลการตรวจสุขภาพ ประจำปี 2564 พนักงานประจำสำนักงานระยอง
หน่วยงานที่ตรวจสุขภาพ : โรงพยาบาลกรุงเทพระยอง

ลำดับ	ชนิดการตรวจ	สิ่งที่ตรวจ (เลือด / ปัสสาวะ / น้ปัสสาวะ)	จำนวนลูกจ้าง		ผลการตรวจ		การดำเนินการกรณีผิดปกติ	ชี้แจงรายละเอียดความผิดปกติ
			ทั้งหมด	รับการตรวจ	ปกติ (ราย)	ผิดปกติ (ราย)		
ตรวจร่างกายทั่วไปโดยแพทย์ : Physical Examination (PE)								
1	ตรวจดัชนีมวลกาย : Body Mass Index	-					ให้พนักงานพบแพทย์ เพื่อรับคำปรึกษาและคำแนะนำด้านสุขภาพ ตามความสมัครใจ ในวันและเวลาที่บริษัทฯ จัดให้มี Doctor Consultant ณ บริษัทฯ	
2	ตรวจความดันโลหิต : Blood Pressure (BP)	-						
3	ตรวจหาระดับน้ำตาลในเลือด : Fasting Blood Sugar (FBS)	เลือด						
4	ตรวจปัสสาวะสมบูรณ์แบบ : Urine Analysis (UA)	ปัสสาวะ						
5	ตรวจส่วนประกอบเม็ดเลือดแดงในปัสสาวะ : Erythrocytes	ปัสสาวะ						
6	ตรวจส่วนประกอบของเม็ดเลือดขาวในปัสสาวะ : Leukocytes	ปัสสาวะ						
7	ตรวจกรดบูริก : Uric Acid	เลือด						
ตรวจปริมาณไขมันในเลือด : Blood Chemistry								
8	ตรวจระดับไขมันคอเลสเตอรอลในเลือด : Total Cholesterol (CHO)	เลือด					ให้พนักงานพบแพทย์ เพื่อรับคำปรึกษาและคำแนะนำด้านสุขภาพ ตามความสมัครใจ ในวันและเวลาที่บริษัทฯ จัดให้มี Doctor Consultant ณ บริษัทฯ	
9	ตรวจระดับไขมันไตรกลีเซอไรด์ในเลือด : Triglyceride (TG)	เลือด						
10	ตรวจระดับไขมันดีในเลือด : HDL - C	เลือด						
11	ตรวจระดับไขมันชนิดไม่ดีในเลือด : LDL - Direct	เลือด						
ตรวจการทำงานของไต : (Kidney Function Test)								
12	ตรวจเพื่อดูการทำงานของไต : Creatinine	เลือด					พนักงานที่อยู่ในกลุ่มที่มีปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้อง จะถูกนำผลการตรวจไปวิเคราะห์โดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเวชศาสตร์	
13	ตรวจเพื่อดูการทำงานของไต : BUN	เลือด						
ตรวจการทำงานของตับ : (Liver Function Test)								
14	ตรวจเพื่อดูการทำงานของตับ : SGPT	เลือด					พนักงานที่อยู่ในกลุ่มที่มีปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้อง จะถูกนำผลการตรวจไปวิเคราะห์โดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเวชศาสตร์	ความผิดปกติของพนักงานที่มีปัจจัยเสี่ยงพิจารณาผลการตรวจโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญว่าความผิดปกติดังกล่าวไม่เกี่ยวข้องจากการทำงาน
15	ตรวจเพื่อดูการทำงานของตับ : SGOT	เลือด						
16	ตรวจเพื่อดูการทำงานของตับ : Alk.phosphatase	เลือด						
17	ตรวจเพื่อดูการทำงานของตับ : Gamma GT (GGT)	เลือด						
18	ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด : Total Bilirubin	เลือด					ให้พนักงานพบแพทย์ เพื่อรับคำปรึกษาและคำแนะนำด้านสุขภาพ ตามความสมัครใจ ในวันและเวลาที่บริษัทฯ จัดให้มี Doctor Consultant ณ บริษัทฯ	
19	ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดหลังผ่านตับ : Direct Bilirubin	เลือด						
20	ตรวจระดับ Albumin	เลือด						
21	ตรวจระดับ Globulin	เลือด						
ตรวจหาสารมะเร็ง								
22	ตรวจหาสารมะเร็งเชิงต่อมลูกหมาก (ผู้ชาย) : PSA	-					ให้พนักงานพบแพทย์ เพื่อรับคำปรึกษาและคำแนะนำด้านสุขภาพ ตามความสมัครใจ ในวันและเวลาที่บริษัทฯ จัดให้มี Doctor Consultant ณ บริษัทฯ	
23	ตรวจมะเร็งปากมดลูก (ผู้หญิง) : Thin Prep & PV	-						
24	ตรวจมะเร็งเต้านมด้วยวิธีเอกซเรย์ดิจิตอล (ผู้หญิง) : Mammogram Digital	-						
การตรวจหาภูมิคุ้มกัน หาเชื้อ และการสัมผัสเชื้อโรค								
25	ตรวจหาภูมิคุ้มกันในไวรัสตับอักเสบบี : Anti HBs	เลือด					ให้พนักงานพบแพทย์ เพื่อรับคำปรึกษาและคำแนะนำด้านสุขภาพ ตามความสมัครใจ ในวันและเวลาที่บริษัทฯ จัดให้มี Doctor Consultant ณ บริษัทฯ	
26	ตรวจหาเชื้อไวรัสตับอักเสบบี : HBs Ag	เลือด						
27	ตรวจหาประวัติการรับเชื้อไวรัสตับอักเสบบี : Anti HBc (HBc Ab)	เลือด						
ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ								
28	ตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด Complete Blood Count (CBC)	เลือด					ให้พนักงานพบแพทย์ เพื่อรับคำปรึกษาและคำแนะนำด้านสุขภาพ ตามความสมัครใจ ในวันและเวลาที่บริษัทฯ จัดให้มี Doctor Consultant ณ บริษัทฯ	
29	ตรวจการทำงานของไทรอยด์ในเลือด (Thyroid Function Test)	เลือด						
30	ตรวจอุจจาระ (Stool Occult Blood)	อุจจาระ						
ผลการตรวจวัดทางชีวภาพ								
31	ตรวจสาร Acetone ในปัสสาวะ	ปัสสาวะ						
32	ตรวจสาร Methanol ในปัสสาวะ	ปัสสาวะ						
33	ตรวจสาร Thiocyanate ในปัสสาวะ	ปัสสาวะ						
34	ตรวจสาร 2,5 Hexanedione ในปัสสาวะ	ปัสสาวะ						
ผลการตรวจด้วยเครื่องมือพิเศษ								
35	ตรวจเอกซเรย์ปอดและทรวงอก (Chest X-Ray)	-					ให้พนักงานพบแพทย์ เพื่อรับคำปรึกษาและคำแนะนำด้านสุขภาพ ตามความสมัครใจ ในวันและเวลาที่บริษัทฯ จัดให้มี Doctor Consultant ณ บริษัทฯ	
36	ตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (EKG)	-						
37	ตรวจอัลตราซาวด์ช่องท้องส่วนบนและส่วนล่าง (U/S Whole Abdomen)	-						
38	ตรวจสมรรถภาพปอด (Pulmonary Function Test)	-						
39	ตรวจสมรรถภาพการได้ยิน (Audiogram)	-					ทางบริษัทฯ ได้ดำเนินการวิเคราะห์สมรรถภาพการได้ยินของพนักงานตามปัจจัยเสี่ยงของตำแหน่งงานเทียบกับ Baseline ตามมาตรฐาน OSHA & NIOSH ไม่พบผู้ที่มีความผิดปกติอย่างมีนัยสำคัญ	ได้แปลผลตรวจสมรรถภาพการได้ยินตามมาตรฐานสากล OSHA NIOSHพนักงานที่มีผลตรวจการได้ยินเปลี่ยนแปลงเมื่อเปรียบเทียบกับผลตรวจการได้ยินพื้นฐาน(Baseline Audiogram)อย่างมีนัยสำคัญจำนวน 20 คนซึ่งโครงการจัดให้มีการตรวจซ้ำเพื่อยืนยันความผิดปกติ 1.ผลตรวจสมรรถภาพการได้ยินปกติ 11 ท่าน 2.ผลตรวจสมรรถภาพการได้ยินผิดปกติจำนวน 9 ท่านได้ดำเนินการสอบสวนหาสาเหตุโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเวชศาสตร์ซึ่งได้ขอสรุปว่าไม่ได้เกิดจากการทำงาน
40	ตรวจสายตาขาวซีวอนามัย (Tiltmus)	-						



Annual health examination result 2021 (Risk-factor Items) of PTTAC

Safety and Occupational Health Senior Officer
Date 09/05/2022

Nurse
Date 09/05/2022

Occupational Physician
Date 04/07/2022



ผลการดำเนินงานผลการตรวจสอบสภาพการได้อินมิติปกติ ประจำปี 2564 (เฉพาะพนักงานที่สัมผัสปัจจัยเสี่ยง)

(Senior Safety and Occupational Health Officer)
Date : 09/05/2022

(Nurse of PTTAC)
Date : 09/05/2022

(Occupational Physician)
Date: 04, 07, 2022



ผลการดำเนินงานผลการตรวจสอบรรถภาพดับ ประจำปี 2564



รายงานการประชุม

การประชุมเรื่องการสอบสวนพนักงานที่พบผลตรวจสมรรถภาพการได้ยินผิดปกติ

รายการผลตรวจสอบภาพประจำปี 2562-2564 (รายการตรวจสอบภาพตามปัจจัยเสี่ยง)

ผลการตรวจสุขภาพพนักงานใหม่ บริษัท พีทีที อาซาฮี เคมิคอล จำกัด ประจำปี 2565

รายการตรวจสุขภาพ		เดือน มกราคม - มิถุนายน 2565			
		ปกติ	ผิดปกติ	รวม	% ผิดปกติ
1	ตรวจร่างกายโดยแพทย์				
2	ซั่งน้ำหนัก,วัดส่วนสูง(ค่าดัชนีมวลกาย)				
3	ความดันโลหิต				
4	ตรวจวัดชีพจร				
5	ตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (EKG)				
6	ตรวจเอ็กซเรย์ปอด (X-ray Digital)				
7	ตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (Complete blood count)				
8	ตรวจน้ำตาลในเลือด (Fasting blood sugar)				
9	Total cholesterol				
10	Triglyceride				
11	LDL ไชมันชนิดไม่ดี				
12	HDL ไชมันชนิดดี				
13	BUN / Creatinine				
14	ตรวจระดับกรดยูริกในเลือด (Uric acid)				
15	การทำงานของตับ - SGOT				
16	การทำงานของตับ - SGPT				
17	การทำงานของตับ - ALP				
18	การทำงานของตับ - Gramma GT				
19	การทำงานของตับ - Albumin				
20	การทำงานของตับ - Globulin				
21	ตรวจปัสสาวะสมบูรณ์แบบ (Urie examination)				
22	ตรวจหาเชื้อไวรัส (HBs Ag)				
23	ตรวจสมรรถภาพการได้ยิน (Audio gram)				
24	ตรวจสมรรถภาพปอด (Lung function test)				
25	ตรวจสมรรถภาพการมองเห็นและตาบอดสี (Vision Test)				
26	Acetone ตรวจ Acetone ในปัสสาวะ				
27	Hydrogencyanide / Acrylonitrileตรวจ Thiocyanate ในปัสสาวะ				
28	Methanol ตรวจ Methanol ในปัสสาวะ				
29	ตรวจ Thyroid Function Test ในเลือด				
30	ตรวจน้ำตาลสะสมในเลือด (HbA1C) - เฉพาะพนักงานที่เป็นเบาหวาน				
31	กรู๊ปเลือด				
32	ตรวจหาภูมิต้านทาน (Anti-HBs และ Anti-HBc)	ภา'			ปกติได้
	รวม				

สถานที่ตรวจสุขภาพก่อนเข้างาน: รพ.เปาโล สะพานควาย 2 คน

วิเคราะห์ข้อมูลการเจ็บป่วยประจำเดือนในโรงพยาบาลบริษัท ปี2565

เดือนมกราคม 2565

ลำดับ	กลุ่มโรค	จำนวน
1	ตา (EYE)	1
2	ผิวหนัง (DERMATOLOGICAL)	6
3	ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (MUSCULOSKELETAL SYSTEM)	21
4	ระบบทางเดินหายใจ (RESPIRATORY SYSTEM)	15
5	ระบบทางเดินอาหาร (GASTRO INTESTINAL SYSTEM)	27
6	ระบบประสาทและสมอง (NEUROLOGICAL SYSTEM)	9
7	อื่น ๆ . เช่น ทำความสะอาดแผล / ตัดไหม / ล้างตา	25
	รวม	104

จากสถิติผู้รับบริการ ประจำเดือน มกราคม 2565 พบว่ามีผู้รับบริการ 104 คน

อันดับ 1 ระบบทางเดินอาหารจำนวนผู้รับบริการ 27 คน คิดเป็นร้อยละ 25.96 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 24.76 %

อันดับ 2 ทำแผลและบริการอื่นๆจำนวนผู้รับบริการ 25 คน คิดเป็นร้อยละ 24.03 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม

8.57 %

อันดับ 3 โรคระบบกระดูกและกล้ามเนื้อมีจำนวนผู้รับบริการ 21 คน คิดเป็นร้อยละ 20.19 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 12.38 %

อันดับ 4 ระบบทางเดินหายใจโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 15 คน คิดเป็นร้อยละ 14.42 % **ลดลง**จากเดิม 22.85 %

Health News เดือนนี้ขอแนะนำ การดูแลตัวเองเมื่อหายจากการติดเชื้อ COVID-19

เดือนกุมภาพันธ์ 2565

ลำดับ	กลุ่มโรค	จำนวน
1	ตา (EYE)	5
2	ผิวหนัง (DERMATOLOGICAL)	12
3	ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (MUSCULOSKELETAL SYSTEM)	25
4	ระบบทางเดินหายใจ (RESPIRATORY SYSTEM)	24
5	ระบบทางเดินอาหาร (GASTRO INTESTINAL SYSTEM)	16
6	ระบบประสาทและสมอง (NEUROLOGICAL SYSTEM)	13
7	ระบบสูติรีเวช (OBSTRECH GUNEA)	1
8	อื่น ๆ . เช่น ทำความสะอาดแผล / ตัดไหม / ล้างตา	8
	รวม	104

จากสถิติผู้รับบริการ ประจำเดือน กุมภาพันธ์ 2565 พบว่ามีผู้รับบริการ 104 คน

อันดับ 1 ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 25 คน คิดเป็นร้อยละ 24.03 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 20.19 %

อันดับ 2 ระบบทางเดินหายใจโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 24 คน คิดเป็นร้อยละ 23.07 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 14.42%

อันดับ 3 ระบบทางเดินอาหารจำนวนผู้รับบริการ 16 คน คิดเป็นร้อยละ 15.38 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 14.45 %

อันดับ 4 โรคระบบประสาทและสมองโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 13 คนคิดเป็นร้อยละ 12.5 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 8.65 %

Health News เดือนนี้ ขอเสนอความรู้เรื่องโอไมครอนในประเทศไทยและการดูแลเด็กเล็กจากCOVID-10

วิเคราะห์ข้อมูลการเจ็บป่วยประจำเดือนในโรงพยาบาลบริษัท ปี2565

เดือนมีนาคม 2565

ลำดับ	กลุ่มโรค	จำนวน
1	ตา (EYE)	2
2	ผิวหนัง (DERMATOLOGICAL)	10
3	ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (MUSCULOSKELETAL SYSTEM)	21
4	ระบบทางเดินหายใจ (RESPIRATORY SYSTEM)	16
5	ระบบทางเดินอาหาร (GASTRO INTESTINAL SYSTEM)	19
6	ระบบประสาทและสมอง (NEUROLOGICAL SYSTEM)	13
7	ระบบสูติรีเวช (OBSTRECH GUNEA)	2
8	อื่น ๆ . เช่น ทำความสะอาดแผล / ตัดไหม / ล้างตา	14
	รวม	97

จากสถิติผู้รับบริการ ประจำเดือน มีนาคม 2565 พบว่ามีผู้ใช้บริการ 97 คน

อันดับ 1 โรคระบบกระดูกและกล้ามเนื้อมีจำนวนผู้รับบริการ 21 คน คิดเป็นร้อยละ 21.64 % ลดลงจากเดิม 24.03 %

อันดับ 2 ระบบทางเดินอาหารโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 19 คน คิดเป็นร้อยละ 19.58 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 15.38 %

อันดับ 3 โรคระบบทางเดินหายใจโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 16 คนคิดเป็นร้อยละ 16.49 % ลดลงจากเดิม 23.07 %

อันดับ 4 ทำแผลและบริการอื่นๆจำนวนผู้รับบริการ 14 คน คิดเป็นร้อยละ 14.43 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 7.96 %

Health News เดือนนี้ขอแนะนำเสนอเรื่องการสังเกตอาการผู้ป่วยโควิดและการกักตัวให้ปลอดภัยกับคนในบ้าน

เดือนเมษายน 2565

ลำดับ	กลุ่มโรค	จำนวน
1	ตา (EYE)	2
2	ผิวหนัง (DERMATOLOGICAL)	10
3	ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (MUSCULOSKELETAL SYSTEM)	16
4	ระบบทางเดินหายใจ (RESPIRATORY SYSTEM)	22
5	ระบบทางเดินอาหาร (GASTRO INTESTINAL SYSTEM)	17
6	ระบบประสาทและสมอง (NEUROLOGICAL SYSTEM)	18
7	ระบบสูติรีเวช (OBSTRECH GUNEA)	1
8	ระบบไหลเวียนโลหิต (CIRCULATORY SYSTEM)	1
9	อื่น ๆ . เช่น ทำความสะอาดแผล / ตัดไหม / ล้างตา	16
10	อุบัติเหตุในการทำงาน	1
	รวม	104

จากสถิติผู้รับบริการ ประจำเดือน เมษายน 2565 พบว่ามีผู้ใช้บริการ 104 คน

อันดับ 1 โรคระบบทางเดินหายใจโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 22 คนคิดเป็นร้อยละ 21.15 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 16.49 %

อันดับ 4 โรคระบบประสาทและสมองโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 18 คนคิดเป็นร้อยละ 17.30 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 13.40 %

อันดับ 3 ระบบทางเดินอาหารจำนวนผู้รับบริการ 17 คน คิดเป็นร้อยละ 16.34 % ลดลงจากเดิม 19.58 %

อันดับ 1 ใช้บริการทำแผลและบริการอื่นๆมีจำนวนผู้รับบริการ 16 คน คิดเป็นร้อยละ 15.38 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 14.43 %

อันดับ 1 ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 16 คน คิดเป็นร้อยละ 15.38 % ลดลงจากเดิม 21.64 %

Health News เดือนนี้ขอแนะนำเสนอเรื่องโรคปอดจากการทำงานและอุปกรณ์ป้องกันทางเดินหายใจ

เดือนพฤษภาคม 2565

ลำดับ	กลุ่มโรค	จำนวน
1	ตา (EYE)	1
2	ผิวหนัง (DERMATOLOGICAL)	9
3	ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (MUSCULOSKELETAL SYSTEM)	27
4	ระบบทางเดินหายใจ (RESPIRATORY SYSTEM)	34
5	ระบบทางเดินอาหาร (GASTRO INTESTINAL SYSTEM)	20
6	ระบบประสาทและสมอง (NEUROLOGICAL SYSTEM)	27
7	ระบบสูติรีเวช (OBSTRECH GUNEA)	1
8	ระบบไหลเวียนโลหิต (CIRCULATORY SYSTEM)	1
9	อื่น ๆ . เช่น ทำความสะอาดแผล / ตัดไหม / ถ่างตา	21
รวม		141

จากสถิติผู้รับบริการ ประจำเดือน พฤษภาคม 2565 พบว่ามีผู้ใช้บริการ 141 คน

อันดับ 2 โรคระบบทางเดินหายใจโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 34 คนคิดเป็นร้อยละ 24.11 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 21.15 %

อันดับ 3 ระบบประสาทและสมองโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 27 คน คิดเป็นร้อยละ 19.14 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 17.30 %

อันดับ 4 โรคระบบกระดูกและกล้ามเนื้อมีจำนวนผู้รับบริการ 27 คน คิดเป็นร้อยละ 19.14 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 15.38 %

อันดับ 5 ทำความสะอาดแผลโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 21 คนคิดเป็นร้อยละ 14.89 % ลดลงจากเดิม 15.38 %

Health News เดือนนี้ขอนำเสนอ เรื่องรอบรู้เรื่องตับและการดูแลสุขภาพ

เดือนมิถุนายน 2565

ลำดับ	กลุ่มโรค	จำนวน
1	ตา (EYE)	3
2	ผิวหนัง (DERMATOLOGICAL)	12
3	ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (MUSCULOSKELETAL SYSTEM)	24
4	ระบบทางเดินหายใจ (RESPIRATORY SYSTEM)	26
5	ระบบทางเดินอาหาร (GASTRO INTESTINAL SYSTEM)	24
6	ระบบประสาทและสมอง (NEUROLOGICAL SYSTEM)	17
7	ระบบสูติรีเวช (OBSTRECH GUNEA)	2
8	อื่น ๆ . เช่น ทำความสะอาดแผล / ตัดไหม / ถ่างตา	8
รวม		116

จากสถิติผู้รับบริการ ประจำเดือน มิถุนายน 2565 พบว่ามีผู้ใช้บริการ 116 คน

อันดับ 1 โรคระบบทางเดินหายใจโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 26 คนคิดเป็นร้อยละ 22.41% ลดลงจากเดิม 24.11 %

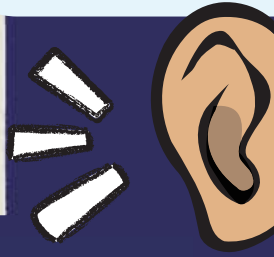
อันดับ 2 ระบบทางเดินอาหารจำนวนผู้รับบริการ 24 คน คิดเป็นร้อยละ 20.68 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 14.18 %

อันดับ 3 โรคระบบกระดูกและกล้ามเนื้อมีจำนวนผู้รับบริการ 24 คน คิดเป็นร้อยละ 20.68 % **เพิ่มขึ้น**จากเดิม 19.14 %

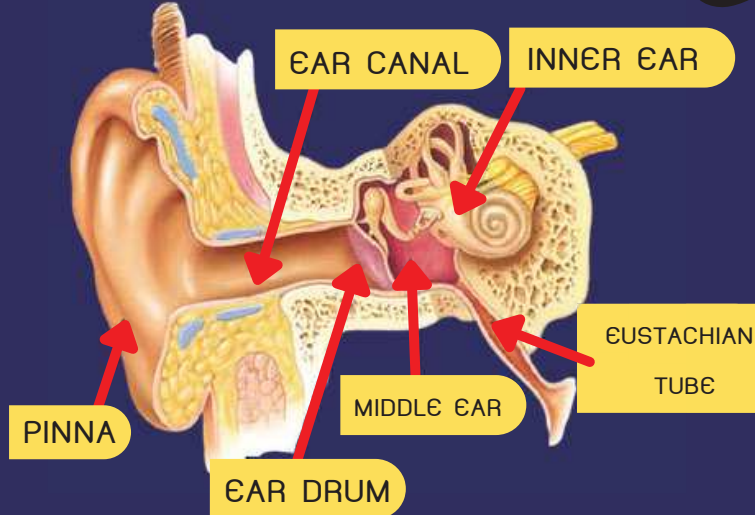
อันดับ 4 ระบบประสาทและสมองโดยมีจำนวนผู้รับบริการ 17 คน คิดเป็นร้อยละ 14.65 % ลดลงจากเดิม 19.14 %

Health News เดือนนี้ขอนำเสนอเรื่องฝีดาษวานร

การได้ยินผิดปกติ ภัยเงียบที่มองไม่เห็น



หู เป็นอวัยวะรับฟังเสียงเพื่อสื่อความหมายให้เข้าใจภาษา และเรื่องราวต่างๆ เสียงที่เกิดจากการสั่นสะเทือนจะผ่านตัวกลาง คือ อากาศ เข้าสู่ช่องหูกระทบกับเยื่อแก้วหู แรงสั่นสะเทือนจะส่งไปยังหูชั้นกลาง เข้าสู่หูชั้นในซึ่งมีของเหลวอยู่ เกิดเป็นคลื่นกระตุ้นให้เซลล์ขนโบกพัดเกิดเป็นคลื่นกระแสประสาท ส่งไปตามเส้นประสาท ไปยังสมองเพื่อแปลผล ทำให้ทราบว่าเสียงอะไร



การเลือกอุปกรณ์ป้องกันเสียง



คำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้

1. ไม่เป็นอุปสรรคต่อกิจกรรมที่กระทำ
2. ไม่เป็นอุปสรรคต่อการสนทนาหรือสื่อสาร
3. ระดับเสียงที่ต้องการลด และความสามารถลดระดับเสียงของอุปกรณ์

ประเภทของอุปกรณ์ป้องกันเสียง

แบ่งออกเป็น 2 ประเภทได้แก่

1. ที่ครอบหู (EAR MUFF)

ลดเสียงได้ตั้งแต่ 30-40dB ลดเสียงที่มีความถี่สูงกว่า 400 Hz ได้ดี มี 2 ชนิด คือ แบบที่เป็นโลหะ และที่เป็นพลาสติก



2. ที่อุดหู (EAR PLUGS)

ลดเสียงได้ตั้งแต่ 15-25dB ลดเสียงที่มีความถี่ต่ำกว่า 400 Hz ได้ดี ทำจากวัสดุหลายชนิด เช่น โฟม โยหิน โยแก้ว ฯลฯ



หลีกเลี่ยง

การทำกิจกรรมที่มีเสียงดังเกิน

85 เดซิเบลเอ

ห้าม

ทำงานบริเวณที่มีเสียงดังเกินกว่า

140 เดซิเบลเอ

อันตรายจากเสียงดัง

1. การสูญเสียการได้ยิน มี 2 ลักษณะ คือ

แบบชั่วคราว เกิดขึ้นเนื่องจากรับฟังเสียงดังมากๆ ในเวลาไม่นาน ทำให้หูอื้อ ถ้าหากหยุดรับฟังเสียงดัง การได้ยินจะคืนสู่สภาพปกติ

แบบถาวร เกิดขึ้นเนื่องจากรับฟังเสียงดังเป็นเวลานาน เซลล์ขนในหูชั้นในถูกทำลาย ทำให้รับฟังเสียงไม่ได้ เกิดหูตึง หูพิการ

2. ผลเสียต่อร่างกายและจิตใจ

เกิดรำคาญ หงุดหงิด เครียด กระทบการนอนหลับ ขาดสมาธิ ประสิทธิภาพการทำงานลดลง เกิดอุบัติเหตุได้

การป้องกัน

การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการสูญเสียการได้ยินในเบื้องต้น

1. **หลีกเลี่ยง** การทำกิจกรรม หรืออยู่บริเวณที่มีเสียงดัง หรือลดระยะเวลาที่ต้องสัมผัสเสียงดังต่างๆ

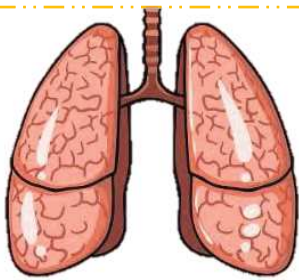
2. หากไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ให้ใส่ที่อุดหู **ที่ครอบหูที่ได้มาตรฐาน** อย่าฟังยานอนหลับ ยาแก้ปวดประสาธ โดยไม่ได้รับคำแนะนำจากแพทย์



โรคปอด จากการทำงาน

OCCUPATIONAL LUNG DISEASES

เกิดจากการสูดหายใจเอาฝุ่นละออง เส้นใย คิว้น หรือสารพิษ จากสภาพแวดล้อมในการทำงานเข้าสู่ปอด สารเหล่านี้ อาจทำให้เกิดการระคายเคืองหรือเป็นพิษในทางเดินหายใจ บางรายอาจมีอาการปอดอักเสบหรือพังผืดเกิดขึ้นในปอด หรือบางรายอาจมีอาการตอบสนอง ทางระบบภูมิคุ้มกัน ข้างต้น รวมเรียกว่า “โรคปอดจากการทำงาน”



เมื่อความสามารถในการจุอากาศของปอดลดลง อาจเนื่องมาจากการติดเชื้อโรคระบบทางเดินหายใจ เกิดการระคายเคืองหรือแพ้สารเคมี การสะสมของ ฝุ่นละออง โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่เป็นผลมาจาก สภาพแวดล้อมในการทำงาน

การป้องกัน

โรคปอดที่เกิดเนื่องจากการทำงาน ทำได้โดยการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงาน ให้มีปริมาณฝุ่นละอองสารในบรรยากาศ ให้มีค่าไม่เกินมาตรฐานความปลอดภัย และใน ขณะเดียวกันผู้ปฏิบัติงานก็ต้องใช้อุปกรณ์ป้องกัน อันตรายต่อระบบหายใจให้ถูกต้องกับฝุ่นละออง สารที่ทำงานเกี่ยวข้อง นอกจากนี้ จะต้องมีการ ตรวจสุขภาพโดยมีการทดสอบสมรรถภาพ การทำงานของปอดอย่างน้อยปีละครั้ง

HEALTH NEW

นิวโมโคนิโอสิส (PNEUMOCONIOSES)

เป็นชื่อรวมของโรคปอดจากการทำงานที่เกิดจาก การสูดหายใจเอาฝุ่นละอองของสารอนินทรีย์ หรือฝุ่นแร่ที่ทำให้ปอดอักเสบและมีพังผืดเกิดขึ้น นิวโมโคนิโอสิสที่เกิดจากถ่านหิน มีชื่อ เรียกว่า COAL WORKER'S PNEUMOCONIOSES นิวโมโคนิโอสิสที่เกิดจากการหายใจเอาฝุ่นทราย (SILICA) เรียกว่า ซิลิโคสิส (SILICOSIS) และถ้าเกิด จากการหายใจเอาเส้นใยหิน หรือแอสเบสตอส จะเรียกว่า แอสเบสตอสิส (ASBESTOSIS)

จำแนกออกจากรูปแบบสาเหตุได้ดังนี้

1. เกิดจากฝุ่นละอองสารอนินทรีย์หรือฝุ่นแร่ พยาธิสภาพ ในปอดอาจเกิดขึ้นน้อย เช่น ฝุ่นละอองที่เฉื่อย หรือไม่ ก่อปฏิกิริยาได้แก่ เหล็ก แบเรียม พลวง และดีบุก ส่วนที่ทำให้ เกิดผลกระทบในขนาดปานกลางได้แก่ ถ่านหิน KAOLIN ดิน DIATOMACEOUS ที่ใช้ทำเซรามิค สำหรับฝุ่นที่ทำให้ เกิดพยาธิสภาพหรืออันตรายอย่างรุนแรงได้แก่ ฝุ่นซิลิกา และแอสเบสตอส
2. เกิดจากฝุ่นละอองสารอินทรีย์ เช่น โรคปอดชาวนา (FARMER'S LUNG) ที่เกิดจากการหายใจเอาฝุ่นละอองฟาง ข้าวที่ขึ้นรา (MOULDY HAY) และบิสสิโนสิส เป็นต้น
3. โรคหอบหืดจากการทำงาน (OCCUPATIONAL ASTHMA)
4. เกิดจากก๊าซและควันพิษบางชนิด
5. มะเร็งปอด (LUNG CANCER) และมะเร็งเยื่อหุ้มปอด (MESOTHELIOMA)



HEALTH NEW

อุปกรณ์ป้องกัน การหายใจ

อุปกรณ์ช่วยป้องกันอันตรายจากมลพิษต่างๆ
เข้าสู่ร่างกายโดยผ่านทางปอด ซึ่งเกิดจากการหายใจ
เอามลพิษ เช่น อนุภาค แก๊สและไอระเหย
ที่ปนเปื้อนอยู่ในอากาศหรือเกิดจากปริมาณออกซิเจน
ในอากาศไม่เพียงพอ
อุปกรณ์ป้องกันทางหายใจสามารถ
แบ่งออกได้ 2 ประเภทใหญ่ๆ

2. หน้ากากกรองแก๊สไอระเหย

ทำหน้าที่กรองแก๊ส และไอระเหยต่างๆ
ส่วนประกอบที่สำคัญของหน้ากากกรองแก๊ส
และไอระเหย คือ

1. ส่วนหน้ากาก 2. ส่วนกรองอากาศ 3. หน้ากากกรองแก๊ส
และไอระเหยชนิดตลับกรอง
- หน้ากากกรองแก๊ส (GAS MASK) ตลับกรอง
จะมีลักษณะคล้ายกัน แต่จะต่างกันตรงส่วน
ที่บรรจุสารเคมี เพื่อทำให้อากาศที่ปนเปื้อนสะอาด
ก่อนที่จะถูกหายใจเข้าสู่ทางเดินหายใจทำนั้น
- หน้ากากที่ทำให้อากาศสะอาดชนิดที่มี
ระบบช่วยเป่าอากาศเข้าไปในหน้ากาก

ข้อปฏิบัติในการใช้อุปกรณ์

1. ตรวจสอบอุปกรณ์ทุกส่วนก่อนใช้งาน
2. ปรับอัตราการไหลของออกซิเจนให้เหมาะสม
และหน้าปิดบอกปริมาณออกซิเจนควรอยู่ในสภาพ
ที่ผู้สวมใส่สามารถเห็นได้ชัดเจน
3. ขณะสวมหน้ากากอยู่ หากได้กลิ่นสารเคมี
ควรรีบออกจากบริเวณนั้นทันที
4. ควรมีท่อสำรองและสารช่วยชีวิตในกรณีฉุกเฉิน
หรือเกิดอุบัติเหตุขึ้น เช่น ท่อนำส่งอากาศชำรุด
5. ผู้สวมใส่ต้องได้รับการฝึกอบรมวิธีการใช้งาน
6. ต้องมีการบำรุงรักษาที่ดี เช่น ตรวจสอบถึงอากาศ
เครื่องควบคุมความดันและการไหลเวียนของอากาศ
ตามคำแนะนำของผู้ผลิต



1. หน้ากากกรองอนุภาค

เป็นหน้ากากที่ทำหน้าที่กรองอนุภาค
ที่ลอยในอากาศ ซึ่งได้แก่ ฝุ่น พุ่ม ควิน โดยส่วนประกอบ
ที่สำคัญของหน้ากากกรองอนุภาค มีดังนี้

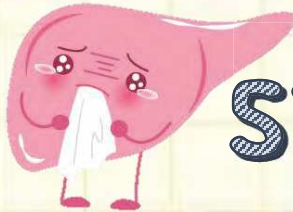
- ส่วนหน้ากาก มี 2 ขนาด โดยมีขนาดครึ่งหน้า
หรือขนาดเต็มหน้า
- ส่วนกรองอากาศ ประกอบด้วยวัสดุกรองอากาศ
(FILTER) โดยที่นิยมใช้จะมี 3 ลักษณะ
คือ * ชนิดแผ่น * ชนิดที่วัสดุกรองอากาศ * ชนิดที่มี
ประสิทธิภาพสูง

- สายรัดศีรษะ สามารถปรับได้ตามต้องการ
เพื่อให้กระชับกับผู้สวมใส่อยู่เสมอ
ทั้งนี้ ยังมีหน้ากากกรองอนุภาคชนิดที่ใช้แล้วทิ้งอีกด้วย

การทำความสะอาดหน้ากาก

1. ถอดตลับหรือกระป๋องบรรจุสารเคมีออก
จากตัวหน้ากาก แล้วนำหน้ากากไปล้างด้วยน้ำอุ่น
และสบู่ โดยใช้แปรงนุ่มๆ ขัดเบาๆ
2. นำไปฆ่าเชื้อโรคโดยจุ่มลงในสารละลายโซเดียม
ไฮโปคลอไรต์ 2 นาที แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด
ปล่อยให้แห้ง
3. ประกอบชิ้นส่วนต่างๆ เข้าที่ ตรวจสอบ
ให้เรียบร้อยและควรเก็บในที่สะอาดไม่ปนเปื้อน
ฝุ่น สารเคมีหรือถูกแสงแดด





รอบรู้เรื่อง ตับ

ตับ

เป็นอวัยวะที่สำคัญของร่างกายและเป็นอวัยวะที่ใหญ่ที่สุด มีหน้าที่หลายอย่าง แต่หน้าที่ ที่สำคัญคือการขับของเสีย แร่ธาตุ สารพิษออกจากร่างกาย และยังเป็นแหล่งผลิตน้ำดีที่ช่วยย่อยไขมันในร่างกาย

สาเหตุการเกิดโรคตับ



กรรมพันธุ์



ไขมันพอกตับ



ไวรัสตับอักเสบ



วิตามินและยา
นอกเหนือ
คำสั่งแพทย์



การดื่มแอลกอฮอล์



ดื่มแอลกอฮอล์ที่พอดีที่ไม่เป็นอันตรายต่อตับ?

(แอลกอฮอล์หนึ่งหน่วยบริโภคเท่ากับแอลกอฮอล์ปริมาณ 12 กรัม)

- เบียร์กระป๋องเล็ก 325 ซีซี
- เหล้าวิสกี้ 40 ดีกรี แก้วเล็ก 1 แก้ว
- ไวน์ช่วงก้นแก้ว 100 ซีซี

ชาย : ไม่ควรเกิน 2 หน่วย

หญิง : ไม่ควรดื่มเกิน 1 หน่วย

ร่างกายมนุษย์มีความสามารถในการกำจัดพิษของแอลกอฮอล์ในปริมาณที่จำกัด หากดื่มมากกว่านี้ แอลกอฮอล์ที่ดื่มเข้าไปจะเป็นพิษต่อตับได้





ตรวจสุขภาพทุกปี

ตรวจเช็คตัวให้ดี เพื่อความมั่นใจ

ควรตรวจตัวเป็นประจำทุกปี

วิธีการที่จะช่วยให้สามารถหารอยโรคตัวได้ดี คือ การตรวจสุขภาพประจำปี สามารถบอกการทำงานของตัวได้ในทุกๆปี หากมีความผิดปกติเกิดขึ้น จะได้คอยดูแลเป็นพิเศษเพื่อไม่ให้รอยโรคลามกลายเป็นตัวแข็งหรือมะเร็งตัว



ตรวจเลือด

เพื่อเช็ครอยโรคของตัวแข็งและมะเร็งตัว



ตรวจอัลตราซาวด์

เพื่อเช็คก้อนภายในตัว เส้นเลือดที่ผิดปกติ หรืออาการตัวแข็ง

วิธีฟื้นฟูตัว

1. เลิกดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ทุกชนิด ช่วยให้ตัวไม่ทำงานหนัก
2. ไม่ไ้ช้ยา หากไม่จำเป็น เพราะยาทำลายตัวโดยตรง
3. ไม่รับประทานอาหารปรุงแต่ง หรือวัตถุกันเสีย
4. ขับถ่ายให้เป็นเวลา หากท้องผูก ตัวทำงานหนักมากขึ้น
5. อย่าปล่อยให้เกิดโรคอ้วน เพราะเสี่ยงไขมันแทรกในตัว



อ้างอิงจาก : PAGE HEALTH ADDICT

ผลตรวจ
สุขภาพตัว