



เอกสารแนบ 4

รายงานผลการตรวจสอบสภาพพนักงาน ประจำปี 2565



ที่ ลย ๐๐๓๒.๒๐๑.๔.๐๕/๒๕๕๓

โรงพยาบาลเลย

ถนนมลิวรรณ ลย ๔๒๐๐๐

๖๕ มิถุนายน ๒๕๖๕

เรื่อง รายงานผลการตรวจสอบภาพประจำปี ๒๕๖๕

เรียน ผู้จัดการบริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด

อ้างถึง หนังสือบริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด ลงวันที่ ๒๓ มีนาคม ๒๕๖๕

สิ่งที่ส่งมาด้วย	๑. รายงานผลการตรวจสอบภาพประจำปี ๒๕๖๕	จำนวน ๑ ฉบับ
	๒. รายงานผลตรวจสอบภาพรายบุคคล	จำนวน ๓๖ เล่ม

ตามที่โรงพยาบาลเลย ได้ให้บริการตรวจสอบภาพตามความเสี่ยงประจำปี ๒๕๖๔ ให้กับพนักงานบริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด ในวันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๕ ณ บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด จำนวน ๓๖ คนนั้น

บัดนี้ โรงพยาบาลเลยได้ดำเนินการเสร็จเรียบร้อยแล้ว จึงขอรายงานผลการตรวจสอบภาพตามความเสี่ยงประจำปี ๒๕๖๕ รายละเอียดแนบเรียนตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสรารุณ ใฝ่ชำนาญ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายปฐมภูมิ ปฏิบัติราชการแทน
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเลย

โรงพยาบาลเลย

กลุ่มงานอาชีพเวชกรรม

โทร. ๐ ๔๒๘๖ ๒๑๒๓ ต่อ ๒๗๑๖

โทรสาร. ๐ ๔๒๘๖ ๒๑๔๗



รายงานผลการตรวจสุขภาพ
ประจำปี 2565

บริษัท บำรุงเทพการศัลยกรรม จำกัด

กลุ่มงานอาชีวเวชกรรม
โรงพยาบาลเลย

โรงพยาบาลเลย
รายงานสรุปผลการตรวจสุขภาพตามความเสี่ยง ประจำปี 2565

บริษัท บำรุงเทพการศัลยา จำกัด

วันที่ 31 พฤษภาคม 2565



ตารางที่ 1 การตรวจสุขภาพ

พนักงานเข้ารับการตรวจทั้งหมด

36 ราย

ผลการตรวจ	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
ชาย	19	52.78
หญิง	17	47.22
ความดันโลหิตสูง(เกิน 140 /90 มิลลิเมตรปรอท)	8	22.22
ดัชนีมวลกาย		
ผอม (ค่าดัชนีมวลกายต่ำกว่า 18.5)	0	0.00
อ้วนปานกลาง(ค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 - 29.9)	10	27.78
อ้วนมาก (ค่าดัชนีมวลกายสูงกว่า 30)	7	19.44
รอบเอวเกินมาตรฐาน		
ชาย (มากกว่า 90 เซนติเมตร)	3	8.33
หญิง (มากกว่า 80 เซนติเมตร)	13	36.11

ตารางที่ 2 การตรวจสมรรถภาพการได้ยิน

พนักงานเข้ารับการตรวจสมรรถภาพการได้ยิน จำนวน

36 ราย

ผลการตรวจ	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
ปกติ	7	19.44
ผิดปกติ (ฝ้าระว่าง สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล)	18	50.00
ผิดปกติ (พบแพทย์หู คอ จมูก เพื่อตรวจรักษาเพิ่มเติม)	11	30.56
รวม	36	100.00

โรงพยาบาลเลย
รายงานสรุปผลการตรวจสอบสภาพตามความเสี่ยง ประจำปี 2565
บริษัท บำรุงเทพการศัลยา จำกัด
วันที่ 31 พฤษภาคม 2565



ตารางที่ 3 ผลการตรวจสอบสมรรถภาพการได้ยินเปรียบเทียบปี 2565 กับ ปี 2564
พนักงานเข้ารับการตรวจสอบสมรรถภาพการได้ยิน จำนวน

36 ราย

ผลการตรวจ	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
พนักงานตรวจครั้งแรก		
ปกติ	9	2.5
ผิดปกติ (เผื่อระวัง)	7	19.44
- เท่าเดิม		
- เพิ่มขึ้น	4	11.11
ผิดปกติ (พบแพทย์หู คอ จมูก เพื่อตรวจรักษาเพิ่มเติม)	7	19.44
- เท่าเดิม		
- เพิ่มขึ้น	2	5.56
	7	19.44
รวม	36	100.00

ลงชื่อ... ทรรณ ปัทมาพงษ์... ผู้สรุปรายงาน

(นางทรรณ ปัทมาพงษ์)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

หมายเหตุ งดตรวจสอบสมรรถภาพปอดเนื่องจากสถานการณ์การระบาดไวรัสโควิด 19

โรงพยาบาลเลย

รายงานผลการตรวจสุขภาพตามความเสี่ยงประจำปี 2565
บริษัท บำรุงเหตุการณ์สา จักัด



บริษัท บ้านการสุขภาพ จ้ากัค

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	อายุ (ปี)	HN	น้ำหนัก	ส่วนสูง	BMI	ความดันโลหิต		การตรวจสมรรถภาพการได้ยิน ปี 2565				ผลการตรวจ และคำแนะนำ	เปรียบเทียบ ผลปี 2564	
							รวมเฉลี่ย	ค่าปกติ	ปกติ	RT			ผิดปกติ และคำแนะนำ		
							≤ 90	≤ 80	ปกติ	ผิดปกติ (หูตึง)	ผิดปกติ (หูหนวก)	ผิดปกติ (หูหนวก)			
1	นางกุลหลา ศรีบัวรินทร์	54	0091777	60	155	24.97	88	113	63		/		เข้าระวัง	-	
2	นางรัชดา ศรีหาบุญมา	47	0361943	60	150	26.67	90	128	85		/		พบแพทย์	เพิ่มขึ้น	
3	นางแสงจันทร์ มนัสสา	44	0474701	74	150	32.89	92	162	97		/		เข้าระวัง	เท่าเดิม	
4	น.ส.สุนทร บัซุม	39	0207194	85	160	33.20	104	149	90		/		เข้าระวัง	เพิ่มขึ้น	
5	นางสายทิพย์ รัตนวัน	39	0258304	60	155	24.97	95	138	88	/			ปกติ	ปกติ	
6	นางจันทนา ศรีลาถิ่น	37	0570988	68	160	26.56	87	114	72		/		เข้าระวัง	เพิ่มขึ้น	
7	น.ส.ศรินทร์ยา โสมาศรี	36	0391139	75	170	25.95	87	148	72		/		พบแพทย์	เพิ่มขึ้น	
8	น.ส.สุกัญญา สิงห์ทา	35	0497652	89	168	31.53	104	131	89		/		เข้าระวัง	เพิ่มขึ้น	
9	น.ส.พิมพ์ภา ศรีบุระ	31	0138902	65	170	22.49	80	111	59		/		เข้าระวัง	เพิ่มขึ้น	
10	น.ส.บุษจรี โมลี	31	0155232	62	160	24.22	82	108	66		/		เข้าระวัง	-	
11	น.ส.จิตารัตน์ แปลงศรี	31	0327451	75	167	26.89	87	105	72	/			เข้าระวัง	เพิ่มขึ้น	
12	น.ส.นารี สายขาว	29	0447411	90	170	31.14	101	128	79	/			ปกติ	ปกติ	
13	น.ส.สุปิสา สิทธิพรหมมา	29	0570995	70	170	24.22	82	107	63		/		ปกติ	ปกติ	
14	นางวิไลลักษณ์ กองสิงห์	29	0599876	59	155	24.56	78	109	68	/			เข้าระวัง	เพิ่มขึ้น	
15	น.ส.วิภาลัย หนื่นศรีพรม	29	0515432	60	141	30.18	87	131	83		/		ปกติ	ปกติ	
													เข้าระวัง	เท่าเดิม	

ลงชื่อ

ลงชื่อ.....

แพทย์อาชีวเวชศาสตร์

นายกรัณย์ บุญเจียร

ว.32522

รายงานผลการตรวจสุขภาพตามความเสี่ยงประจำปี 2565

บริษัท บำรุงสหการสิลา จำกัด



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	อายุ (ปี)	HN	น้ำหนัก ส่วนสูง	BMI	รอบเอว		ความดันโลหิต		การตรวจสมรรถภาพการได้ยิน ปี 2565						เปรียบเทียบ ผลปี 2564
						ชาย < 90	หญิง < 80	บน	ล่าง	RT			LT			
										ผิดปกติ (ฝ่ายขวา)	ปกติ	ผิดปกติ (ฝ่ายซ้าย)	ผิดปกติ (ฝ่ายขวา)	ปกติ	ผิดปกติ (ฝ่ายซ้าย)	
16	น.ส.กมลชนก เขยชัยภูมิ	28	0515427	56	23.01	74	111	72	/	/					ปกติ	ปกติ
17	น.ส.ศดาวลัย ลุนต๊ะ	25	0433080	55.5	21.68	73	121	73		/			/		เฝ้าระวัง	-
18	นายคำไพ ราชสุขแสน	52	0515875	56	21.88	77	123	83			/			/	พบแพทย์	เพิ่มขึ้น
19	นายพิลา ป้องคำสิงห์	51	0316205	55	19.03	79	105	60			/			/	พบแพทย์	-
20	นายบุญมี มิ่งมูล	50	0399733	78	25.47	82	133	78		/			/		พบแพทย์	เท่าเดิม
21	นายวอong ศรีหาบุญมา	49	0423862	73	23.84	87	119	67			/		/		พบแพทย์	เพิ่มขึ้น
22	นายสมโชค น้าชม	46	0413763	91	31.49	108	134	88			/		/		พบแพทย์	เพิ่มขึ้น
23	นายสัมพันธ์ วอศิริ	46	0474695	80	29.39	98	139	83	/						ปกติ	ปกติ
24	นายอาน เป็นสุข	46	0149817	62	22.77	76	136	86			/				พบแพทย์	-
25	นายสาชนัน บัวผัน	45	0570986	60	21.51	82	121	80		/			/		เฝ้าระวัง	เพิ่มขึ้น
26	นายรินทร์ วงษ์ชมภู	44	0361941	65	22.49	82	127	84		/			/		เฝ้าระวัง	เพิ่มขึ้น
27	นายศักดิ์ชัย บงแก้ว	43	0429067	75	24.49	87	140	100	/				/		ปกติ	ปกติ
28	นายสมปอง โคตะมี	42	0610521	78	26.68	87	156	100	/				/		เฝ้าระวัง	-
29	นายสยาม กองสิงห์	40	0399973	61	23.83	81	122	76	/				/		เฝ้าระวัง	เท่าเดิม
30	นายอนุสรณ์ แสนพรมมา	38	0570983	83	27.10	87	138	91		/			/		พบแพทย์	เพิ่มขึ้น

ลงชื่อ.....นายแพทย์วิชาญศาสตร์
นายกรัณย์ บุญเจียร ว.32522

รายงานผลการตรวจสุขภาพตามความเรียงประจำปี 2565

บริษัท บำรุงเทพการสีลา จำกัด



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	อายุ (ปี)	HN	น้ำหนัก ส่วนสูง	BMI	รอบเอว		ความดันโลหิต		การตรวจสมรรถภาพการได้ยิน ปี 2565						เปรียบเทียบ ผลปี 2564
						ชาย < 90 หญิง < 80	mmHg	mmHg	mmHg	RT		LT		ผลการตรวจ และคำแนะนำ		
										ปกติ	ผิดปกติ (ฝ่ายขวา)	ผิดปกติ (ฝ่ายซ้าย)	ผิดปกติ (ทั้งสองข้าง)			
31	นายปริญ นระเพชร	36	0088672	70	165	25.71	80	131	75	/	/	/	/	ผ่าน	-	
32	นายอาวุธ สายแนว	35	0537957	67	166	24.31	82	124	62	/	/	/	/	พบแพทย์	เพิ่มขึ้น	
33	นายอภิชาติ สอนไถ่	33	0387522	86	170	29.76	93	130	90	/	/	/	/	พบแพทย์	เท่าเดิม	
34	นายรุ่งฤทธิ์ พรหมคำบุตร	33	0361946	80	162	30.48	89	138	79	/	/	/	/	ผ่าน	-	
35	นายศรุตฯ สุดาจันทร์	29	0532382	65	165	23.88	82	134	100	/	/	/	/	ผ่าน	เท่าเดิม	
36	นายอริวัฒน์ เป็นสุข	22	0610543	65	176	20.98	74	132	69	/	/	/	/	ผ่าน	-	

ลงชื่อ.....แพทย์อาชีวเวชศาสตร์
นายกรณย์ บุญเจียร ว.32522

รายงานผลการตรวจการได้ยิน

ข้อมูลช่วงวันที่ 31 พฤษภาคม 2565 ถึง 2 มิถุนายน 2565

หน่วยงาน : บริษัท บำรุงหภาพการติลา จำกัด

ลำดับ	ชื่อ - สกุล	อายุ	HN	ผลการตรวจการได้ยิน หูขวา								ผลการตรวจการได้ยิน หูซ้าย								ค่าเฉลี่ย		แปลผล	
				500	1K	2K	3K	4K	6K	8K	ค่า	สูง	500	1K	2K	3K	4K	6K	8K	ค่า	สูง	หูขวา	หูซ้าย
1	น.ส.พิมภา ศรีบุระ	31 ปี.	0138902	30	25	20	15	15	15	0	25.00	15.00	25	25	15	15	10	15	5	21.67	13.33	ผิดปกติ	ปกติ
2	น.ส.ดิศรินทร์ แปลงศรี	31 ปี.	0327451	15	10	10	10	5	20	15	11.67	11.67	15	5	10	5	10	20	20	10.00	11.67	ปกติ	ปกติ
3	น.ส.สุณิสา สิทธิพรมา	29 ปี.	0570995	25	15	15	15	10	10	15	18.33	11.67	15	10	15	20	25	15	30	13.33	20.00	ปกติ	ผิดปกติ
4	น.ส.นุชจิ ไม้สี	31 ปี.	0155232	25	25	15	15	15	20	35	21.67	16.67	25	20	15	15	10	40	15	20.00	21.67	ผิดปกติ	ผิดปกติ
5	นางแสงจันทร์ มนต์สา	44 ปี.	0474701	10	15	20	20	25	30	40	15.00	25.00	10	10	5	5	10	35	40	8.33	16.67	ผิดปกติ	ผิดปกติ
6	นางสาทิพย์ รัตนวัน	39 ปี.	0258304	25	25	10	15	10	5	15	20.00	10.00	15	20	15	10	10	5	15	16.67	8.33	ปกติ	ปกติ
7	นายสัมฤทธิ์ วอศิริ	46 ปี.	0474695	15	10	15	10	15	20	20	13.33	15.00	15	10	15	20	20	5	20	13.33	15.00	ปกติ	ปกติ
8	นางทอง ศรีหาญอุมา	50 ปี.	0423862	25	25	25	25	45	40	15	25.00	36.67	35	25	30	25	30	15	30	30.00	28.33	ผิดปกติ	ผิดปกติ
9	นายอภิชาติ สอนโกย	33 ปี.	0387522	15	10	10	15	55	50	40	11.67	40.00	10	10	10	20	15	75	55	10.00	36.67	ผิดปกติ	ผิดปกติ
10	นางคำไพ ราชชูแสน	52 ปี.	0515875	45	50	25	45	45	95	60	40.00	61.67	45	40	20	25	30	100	85	35.00	51.67	ผิดปกติ	ผิดปกติ
11	นายอนุสรณ์ แสนพรมา	38 ปี.	0570983	25	40	40	40	35	55	60	35.00	43.33	15	15	30	35	30	45	30	20.00	36.67	ผิดปกติ	ผิดปกติ
12	นายสมปอง โคตะมี	42 ปี.	0610521	20	15	15	20	25	20	25	16.67	21.67	25	20	15	35	45	25	25	20.00	35.00	ปกติ	ผิดปกติ
13	นายกรินทร์ วงษ์ชนุก	44 ปี.	0361941	15	15	20	20	35	45	45	16.67	33.33	20	15	10	15	15	35	35	15.00	15.00	ผิดปกติ	ผิดปกติ
14	นายสมโชค น้าชม	46 ปี.	0413763	20	15	20	25	60	50	60	18.33	45.00	20	15	20	25	30	35	20	18.33	30.00	ผิดปกติ	ผิดปกติ
15	นายสยาม กองสิงห์	40 ปี.	0399973	20	15	10	15	15	15	20	15.00	15.00	20	15	20	30	30	30	30	18.33	31.67	ปกติ	ผิดปกติ
16	นายสาธิต บัวคัน	45 ปี.	0570986	30	20	15	15	20	20	15	21.67	18.33	30	15	20	20	15	25	25	21.67	18.33	ผิดปกติ	ผิดปกติ

ลงชื่อ

แพทย์อาชีวเวชศาสตร์

(นายแพทย์กรณีย์ บุญเจียร)

CUSTOM-รายงานผลการตรวจการได้ยิน

พิมพ์โดย คมสมร วงศ์ดีดดา

รายงานผลการตรวจการได้ยิน

ข้อมูลช่วงวันที่ 31 พฤษภาคม 2565 ถึง 2 มิถุนายน 2565

หน่วยงาน : บริษัท บำรุงสหการศิลา จำกัด

ลำดับ	ชื่อ - สกุล	อายุ	HN	ผลการตรวจการได้ยิน หูขวา								ค่าเฉลี่ย				ผลการตรวจการได้ยิน หูซ้าย								ค่าเฉลี่ย		สรุป		แปลผล	
				500	1K	2K	3K	4K	6K	8K	ค่า	สูง	500	1K	2K	3K	4K	6K	8K	ค่า	สูง	หูขวา	หูซ้าย	ค่า	สูง	หูขวา	หูซ้าย	แปลผล	แปลผล
17	นายอวรุณ สายแวว	35 ปี	0537957	20	20	10	20	55	70	60	16.67	48.33	20	15	15	25	65	80	60	16.67	56.67	ผลปกติ	ผลปกติ	16.67	56.67	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ
18	น.ส.สุกัญญา สิงสีทา	35 ปี	0497652	25	25	15	25	25	10	45	21.67	20.00	35	25	20	25	30	40	35	26.67	31.67	ผลปกติ	ผลปกติ	26.67	31.67	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ
19	น.ส.สุนทร บัวชุม	39 ปี	0207194	30	15	10	25	20	20	15	18.33	21.67	20	15	15	5	0	10	10	16.67	5.00	ผลปกติ	ผลปกติ	16.67	5.00	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ
20	นางรัชดา ศรีหาญมา	47 ปี	0361943	40	30	45	40	55	55	60	38.33	50.00	40	40	40	55	65	65	80	40.00	61.67	ผลปกติ	ผลปกติ	40.00	61.67	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ
21	นายศักดิ์ชัย บงแก้ว	43 ปี	0429067	15	10	10	15	15	25	10	11.67	18.33	25	10	20	25	20	25	15	18.33	23.33	ปกติ	ปกติ	18.33	23.33	ปกติ	ปกติ	ปกติ	ปกติ
22	น.ส.นริ สายแวว	29 ปี	0447411	25	5	0	10	5	0	0	10.00	5.00	25	5	5	10	10	0	0	11.67	6.67	ปกติ	ปกติ	11.67	6.67	ปกติ	ปกติ	ปกติ	ปกติ
23	น.ส.ศิรินทิพย์ โสมศรี	36 ปี	0391139	30	20	10	5	15	45	25	20.00	21.67	25	40	55	45	45	45	45	40.00	45.00	ผลปกติ	ผลปกติ	40.00	45.00	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ
24	น.ส.กมลชนก เขษชัยภูมิ	28 ปี	0515427	25	15	20	10	20	15	10	20.00	15.00	15	15	15	15	15	15	10	15.00	15.00	ปกติ	ปกติ	15.00	15.00	ปกติ	ปกติ	ปกติ	ปกติ
25	นางวิไลลักษณ์ กองสิงห์	29 ปี	0599876	15	10	5	15	15	25	20	10.00	18.33	20	10	10	20	20	20	30	13.33	20.00	ปกติ	ปกติ	13.33	20.00	ปกติ	ปกติ	ปกติ	ปกติ
26	นางจันทนา ศรีลาภัก	37 ปี	0570988	25	15	10	15	5	30	30	16.67	16.67	20	15	15	30	25	25	50	16.67	16.67	ผลปกติ	ผลปกติ	16.67	16.67	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ
27	นางกุลยา ศรีบัวรินทร์	54 ปี	0091777	30	30	35	30	25	30	60	31.67	28.33	35	35	30	30	25	25	60	33.33	26.67	ผลปกติ	ผลปกติ	33.33	26.67	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ
28	นายนิรุจ นระเพชร	36 ปี	0088672	35	25	15	20	30	35	50	25.00	28.33	35	20	15	20	30	35	50	23.33	28.33	ผลปกติ	ผลปกติ	23.33	28.33	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ
29	น.ส.วิภาลัย หมื่นศรีพรหม	29 ปี	0515432	20	20	20	15	15	25	25	20.00	18.33	15	15	10	20	15	25	30	13.33	20.00	ปกติ	ปกติ	13.33	20.00	ปกติ	ปกติ	ปกติ	ปกติ
30	นายพิลา ป้องคำสิงห์	51 ปี	0316205	25	15	15	75	75	65	50	18.33	71.67	25	15	15	40	80	80	60	18.33	66.67	ผลปกติ	ผลปกติ	18.33	66.67	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ
31	นายอธิวัฒน์ เป็นสุข	22 ปี	0610543	30	20	20	15	15	15	5	23.33	15.00	25	20	20	25	25	5	10	21.67	18.33	ผลปกติ	ผลปกติ	21.67	18.33	ผลปกติ	ผลปกติ	ปกติ	ปกติ
32	นายรุ่งฤทธิ์ พรหมคำบุตร	33 ปี	0361946	25	15	15	15	15	5	0	18.33	11.67	30	20	15	15	15	0	0	21.67	10.00	ปกติ	ปกติ	21.67	10.00	ปกติ	ปกติ	ผลปกติ	ผลปกติ

ลงชื่อ..... แพทย์อาชีวเวชศาสตร์

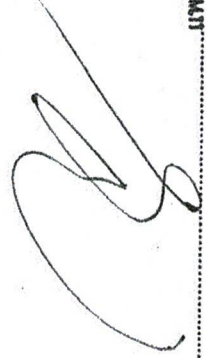
(นายแพทย์กฤษณ์ บุญเขียว)

รายงานผลการตรวจการได้ยื่น

ข้อมูลช่วงวันที่ 31 พฤษภาคม 2565 ถึง 2 มิถุนายน 2565

หน่วยงาน : บริษัท บำรุงเทพการติลา จำกัด

ลำดับ	ชื่อ - สกุล	อายุ	HN	ผลการตรวจการได้ยื่น ข้าราชการ								ค่าเฉลี่ย		ผลการตรวจการได้ยื่น ข้าราชการ								ค่าเฉลี่ย		แปรผล	
				500	1K	2K	3K	4K	6K	8K	ค่า	สูง	500	1K	2K	3K	4K	6K	8K	ค่า	สูง	บุชชา	บุชชา		
33	นายสวน เป็นสุข	46 ปี	0149817	40	20	30	60	65	50	55	30.00	58.33	25	20	30	65	55	60	50	25.00	60.00	ผลปกติ	ผลปกติ		
34	นายบุญมี มิ่งมูล	50 ปี	0399733	35	25	15	25	20	25	10	25.00	23.33	45	55	45	50	75	70	70	48.33	65.00	ผลปกติ	ผลปกติ		
35	นายศรดา สุดาจันทร์	29 ปี	0532382	15	15	15	20	15	15	5	15.00	16.67	15	15	15	40	30	20	15	23.33	26.67	ปกติ	ผลปกติ		
36	น.ส.ลดาวัลย์ ฤกษ์สืบ	25 ปี	0433080	30	25	20	25	15	15	20	25.00	18.33	30	20	15	5	5	15	5	21.67	8.33	ผลปกติ	ผลปกติ		



ลงชื่อ.....นายแพทย์กริชย์ บุญเจียร (นายแพทย์กริชย์ บุญเจียร) แพทย์อาวุโส

สรุปผลการตรวจสอบภาพ

จากการตรวจสอบภาพตามความเสี่ยงประจำปี 2565 ผลการตรวจสอบสมรรถภาพการได้ยิน พบว่า พนักงานมีผลการตรวจสอบสมรรถภาพการได้ยินผิดปกติคิดเป็นร้อยละ 80.56 ผลการตรวจผิดปกติที่เพิ่มขึ้นจากปี 2564 คิดเป็นร้อยละ 38.88 ซึ่งมีจำนวนที่มาก ดังนั้นการให้ความรู้ความเข้าใจในการทำงานและโรคที่อาจเกิดจากการทำงาน เพื่อสร้างความตระหนักในการทำงานที่มีความเสี่ยง และอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลที่ถูกต้อง และเหมาะสมตามความเสี่ยงที่สัมผัสในการทำงาน สามารถป้องกันและลดโรคที่เกิดจากการทำงานได้ บริษัทควรสนับสนุนอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลและส่งเสริมการใช้อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลตามความเสี่ยงที่สัมผัส สร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยนำไปสู่สุขภาพดีและการทำงานที่ปลอดภัย มีประสิทธิภาพเพิ่มผลผลิต และลดค่าใช้จ่ายในโรคที่สามารถป้องกันได้

คำแนะนำ

➤ BMI (ดัชนีมวลกาย)

ดัชนีมวลกายน้อยกว่า 18.5 (ผอม)

การที่มีน้ำหนักเกินไป ซึ่งอาจเกิดจากการที่ออกกำลังกายมาก และได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ วิธีแก้ไขต้องรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ มีปริมาณพลังงานที่เพียงพอ และออกกำลังกายอย่างเหมาะสม

ดัชนีมวลกายระหว่าง 18.5 – 22.99 (ปกติ)

น้ำหนักปกติ

ดัชนีมวลกายระหว่าง 23 – 24.99 (ท้วม)

เริ่มจะมีน้ำหนักเกิน หากมีกรรมพันธุ์เป็นโรคเบาหวานหรือไขมันในเลือดสูงต้องพยายามลดน้ำหนักให้ดัชนีมวลกายต่ำกว่า 23

ดัชนีมวลกายระหว่าง 25 – 29.99 (อ้วนปานกลาง)

อ้วนปานกลาง และหากมีเส้นรอบเอวเกินมากกว่า 90 เซนติเมตร (ชาย) 80 เซนติเมตร (หญิง) มีโอกาสเกิดโรคความดันโลหิตและเบาหวาน จำเป็นต้องควบคุมอาหารและออกกำลังกาย

ดัชนีมวลกายมากกว่า 30 ขึ้นไป (อ้วนมาก)

อ้วนมาก หากมีเส้นรอบเอวมากกว่าเกณฑ์ปกติเสี่ยงต่อการเกิดโรคสูง ต้องควบคุมอาหาร และออกกำลังกายอย่างจริงจัง

➤ เส้นรอบเอว

เส้นรอบเอวตามเกณฑ์มาตรฐาน

ผู้ชายเส้นรอบเอว 90 เซนติเมตร

ผู้หญิงเส้นรอบเอว 80 เซนติเมตร

คนที่มียูเอวที่เกินค่ามาตรฐานมีความเสี่ยงในการเกิดโรคเบาหวาน ไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมองอุดตันหรือแตก และโรคหัวใจ การที่จะรู้ว่า เรามีไขมันสะสมในอวัยวะช่องท้องมากแค่ไหน รู้ได้จากการวัดเส้นรอบเอว

➤ **ควบคุมน้ำหนัก ควบคุมรอบเอว**

1. กินอาหารสมดุล ควบคุมสัดส่วนปริมาณอาหาร กลุ่มข้าวแป้ง ผัก ผลไม้ เนื้อสัตว์ ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง นม ผลิตภัณฑ์นม และไขมัน ให้พอเหมาะในแต่ละวัน โดยผู้หญิง ควรได้รับพลังงานวันละ 1,600 แคลอรี ส่วนผู้ชาย วันละ 2,000 แคลอรี
 2. กินอาหารเช้าทุกวัน เพราะมื้อเช้าเป็นมื้อหลัก เพื่อกระจายปริมาณพลังงานอาหารให้พอเหมาะกับความต้องการของร่างกาย นอกจากนั้น จะช่วยให้ร่างกายไม่หิวมากในช่วงบ่าย และควบคุมอาหารมื้อเย็นให้กินได้น้อยลงได้
 3. กินอาหารแต่พออิ่มในแต่ละมื้อ ไม่ควรบริโภคจนอึดมากเกินไป
 4. กินอาหารธรรมชาติ ไม่แปรรูป เช่น เมล็ดธัญพืช กลุ่มข้าวแป้ง ได้แก่ ข้าวกล้อง เผือก มัน ข้าวโพด กลุ่มน้ำมัน ได้แก่ เมล็ดทานตะวัน เมล็ดฟักทอง ถั่ว งา เป็นต้น เพราะมีวิตามิน เกือบแร่ และใยอาหาร สูง
 5. กินผักและผลไม้ไม่หวานให้มากพอ และครบ 5 สี คือ สีน้ำเงิน ม่วง แดง เขียว ขาว เหลืองส้ม และแดง เพื่อเพิ่มวิตามิน เกือบแร่ และเพิ่มระบบภูมิคุ้มกันโรคจากสารเมตลีโนลในผัก ผลไม้
 6. กินอาหารมื้อเย็นแต่วัน เวลา สำหรับอาหารมื้อเย็นควรห่างจากเวลานอนไม่น้อยกว่า 4 ชั่วโมง เพราะในช่วงเวลานอนหลับ ระบบประสาทสั่งงานให้ร่างกายพักผ่อน เกิดการสะสมไขมันในอวัยวะช่องปากมากขึ้น
 7. กินเป็น คือ รู้จักหลีกเลี่ยงอาหารมันจัด หวานจัด และเค็มจัด อาหารในรูปไขมัน น้ำมัน มาการิน น้ำตาล แป้ง และเกลือ เช่น เค้ก คุกกี้ มันฝรั่งทอด โรตีสี และของทอด เป็นต้น
- นอกจากควบคุมการกินอาหารแล้ว การออกกำลังกายยังเป็นการลดไขมันหน้าท้องได้เป็นอย่างดี โดยควรออกกำลังกายที่ขึ้นขอบ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละไม่น้อยกว่า 30 นาที

➤ **การดูแลและป้องกันสำหรับผู้ที่มีความดันโลหิตสูง**

1. การลดปริมาณเกลือที่รับประทานจะลดความดันโลหิตทั้งผู้ที่มีความดันปกติและผู้ที่มีความดันโลหิตสูง
2. หลีกเลี่ยงของหมักดอง เช่น ผักดอง ผลไม้ดอง อาหารกระป๋อง เป็นต้น
3. รับประทานผักและผลไม้ให้มาก เนื่องจากผักและผลไม้มีโปแตสเซียมมากซึ่งจะช่วยลดความดันโลหิต
4. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากจะทำให้ความดันเพิ่ม ควรลด งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
5. การรับประทานผักมากจะช่วยลดระดับความดันโลหิต
6. ออกกำลังกายที่ขึ้นขอบสัปดาห์ละ 3 วัน วันละไม่น้อยกว่า 30 นาที

การตรวจวัดสมรรถภาพการไต่ขึ้น

1. ผลการตรวจสมรรถภาพการไต่ขึ้น ผลปกติ ควรมีการสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลอย่างเหมาะสมทุกครั้งที่ปฏิบัติงานในสถานที่ที่มีเสียงดัง
2. ผลการตรวจสมรรถภาพการไต่ขึ้น ผลผิดปกติ (เผื่อระวัง) ควรมีการสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลอย่างเหมาะสมทุกครั้งที่ปฏิบัติงานในสถานที่ที่มีเสียงดัง และควรรับการตรวจสมรรถภาพการไต่ขึ้นทุกปีอย่างน้อยปีละครั้ง

3. ผลการตรวจสมรรถภาพการได้ยิน ผลผิดปกติ(พบแพทย์เพื่อตรวจเพิ่มเติม) ควรพบแพทย์หู คอ จมูกเพื่อรับการรักษา ควรมีการสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลอย่างเหมาะสมทุกครั้งปฏิบัติงานในสถานที่ที่มีเสียงดัง และควรรับการตรวจสมรรถภาพการได้ยินทุกปีอย่างน้อยปีละครั้ง

การตรวจวัดสมรรถภาพปอด

1. ผลการตรวจปกติ ควรมีการสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลอย่างเหมาะสมทุกครั้ง
2. ผลการตรวจผิดปกติ พักผ่อนให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงการสัมผัสฝุ่น ควันบุหรี่ สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลอย่างเหมาะสมทุกครั้ง และพบแพทย์เพื่อตรวจเพิ่มเติม

คำแนะนำและข้อเสนอแนะ

1. บริษัทจำเป็นต้องมีการจัดทำโครงการอนุรักษ์การได้ยิน ตามกฎกระทรวงแรงงานฯ กำหนด โดยมีหลักเกณฑ์และวิธีการตามประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง หลักเกณฑ์และวิธีการจัดทำโครงการอนุรักษ์การได้ยินในสถานประกอบการ พ.ศ.2553 โดยผู้ปฏิบัติงานที่ต้องทำงานในที่ที่มีระดับเสียงตั้งแต่ 85 dB(A) ขึ้นไป ต้องได้รับการตรวจการได้ยินเป็นประจำทุกปี หากพบว่ามีแนวโน้มการสูญเสียการได้ยิน ต้องมีการตรวจและติดตามผล เพื่อเป็นการเฝ้าระวังผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ปฏิบัติงาน
2. ผู้ที่ปฏิบัติงานที่ต้องทำงานในพื้นที่ที่มีระดับเสียงดังตั้งแต่ 85 dB(A) ขึ้นไป ควรจัดหาอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลสำหรับป้องกันการได้ยิน ได้แก่ ปลั๊กอุดเสียง (Ear Plug) หรือหูลดเสียง (Ear Muffs) ที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ และสะดวกในการใช้งานให้ผู้ปฏิบัติงานสวมใส่ตลอดเวลาที่ทำงานสัมผัสเสียงดัง เพื่อป้องกันผลกระทบต่อสุขภาพอนามัยของผู้ปฏิบัติงานและพิจารณามาตรการควบคุมป้องกันการสัมผัสเสียงที่เหมาะสมต่อไป
3. ให้ความรู้เบื้องต้นเรื่องอันตรายจากสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับเสียงดังและวิธีการควบคุม เพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานป้องกันอันตรายจากการสัมผัสเสียงดัง ตระหนักถึงอันตรายและให้ความร่วมมือในการควบคุมป้องกัน
4. กำหนดให้มีการเฝ้าระวังสภาพแวดล้อมในการทำงานที่เกี่ยวข้องกับเสียงดัง โดยดำเนินการการตรวจวัดระดับเสียงในสภาพแวดล้อมการทำงานเป็นประจำทุกปี และพิจารณาผลการตรวจวัด เพื่อดำเนินการควบคุมป้องกันที่เหมาะสมต่อไป
5. ควรมีการบำรุงรักษาเครื่องจักร อุปกรณ์ที่เป็นแหล่งกำเนิดเสียง โดยเปลี่ยนอุปกรณ์ในส่วนต่างๆ ตามระยะเวลาที่กำหนด หรือก่อนจะเกิดการชำรุด เติมน้ำมันหล่อลื่น ตรวจสอบชิ้นส่วนต่างๆ ให้แน่นสนิท เพื่อลดความสั่นสะเทือนที่เป็นแหล่งกำเนิดเสียง
6. ควรมีกิจกรรมการออกกำลังกาย พนักงานในหน่วยงานของท่านมีการทำงานที่ต้องทำในท่าทางเดิมๆ ซ้ำ เช่น การยืนนานๆ นั่งทำงานนานๆ เป็นต้น ควรมีการออกกำลังกายยืดเหยียดกล้ามเนื้อเพื่อให้กล้ามเนื้อได้ผ่อนคลาย การออกกำลังกายช่วยลดการบาดเจ็บจากการทำงานและเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อได้



ที่ ลย ๐๐๓๓.๒๐๑.๔.๐๕/๐๓

โรงพยาบาลเลย
ถนนมลิวรรณ ลย ๔๒๐๐๐

มกราคม ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานผลการตรวจสอบสุขภาพประจำปี ๒๕๖๕/๒

เรียน ผู้จัดการบริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด

อ้างถึง หนังสือบริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด ลงวันที่ ๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๕

สิ่งที่ส่งมาด้วย	๑. รายงานผลการตรวจสอบสุขภาพประจำปี ๒๕๖๕/๒	จำนวน	๑	ฉบับ
	๒. รายงานผลตรวจสุขภาพรายบุคคล	จำนวน	๘๒	เล่ม

ตามที่โรงพยาบาลเลย ได้ให้บริการตรวจสุขภาพตามความเสี่ยงประจำปี ๒๕๖๔ ให้กับพนักงานบริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด ในวันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๖๕ ณ บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด จำนวน ๘๒ คนนั้น

บัดนี้ โรงพยาบาลเลยได้ดำเนินการเสร็จเรียบร้อยแล้ว จึงขอรายงานผลการตรวจสุขภาพตามความเสี่ยงประจำปี ๒๕๖๕/๒ รายละเอียดแนบเรียนตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสรวุฒิ ฝ้ายขำนาญ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายปฐมภูมิ ปฏิบัติราชการแทน
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเลย

โรงพยาบาลเลย

กลุ่มงานอาชีพเวชกรรม

โทร. ๐ ๔๒๘๖ ๒๑๒๓ ต่อ ๒๗๑๖

โทรสาร. ๐ ๔๒๘๖ ๒๑๔๗



รายงานผลการตรวจสุขภาพ
ประจำปี 2565/2

บริษัท บำรุงเทพการศัลยา จำกัด

กลุ่มงานอาชีวเวชกรรม
โรงพยาบาลเลย

โรงพยาบาลเลย
รายงานสรุปผลการตรวจสุขภาพ ประจำปี 2565/2
บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด
วันที่ 9 ธันวาคม 2565



ตารางที่ 1 การตรวจสุขภาพ
พนักงานเข้ารับการตรวจทั้งหมด

82 ราย

ผลการตรวจ	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
ชาย	54	65.85
หญิง	28	34.15
ความดันโลหิตสูง(เกิน 140 /90 มิลลิเมตรปรอท)	13	15.85
ดัชนีมวลกาย		
ผอม (ค่าดัชนีมวลกายต่ำกว่า 18.5)	4	4.88
อ้วนปานกลาง(ค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 - 29.9)	19	23.17
อ้วนมาก (ค่าดัชนีมวลกายสูงกว่า 30)	14	17.07
รอบเอวเกินมาตรฐาน		
ชาย (มากกว่า 90 เซนติเมตร)	18	21.95
หญิง (มากกว่า 80 เซนติเมตร)	14	17.07
ผลการเอกซเรย์		
ผลปกติ	81	98.78
ความผิดปกติที่ปอด	0	0.00
ความผิดปกติของอวัยวะอื่นๆ (นอกปอด)	1	1.22

ลงชื่อ.....กรรณิชา ปัทมาพงษ์.....ผู้สรุปรายงาน
(นางทรรริน ปัทมาพงษ์)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

หมายเหตุ งดตรวจสมรรถภาพปอดเนื่องจากสถานการณ์การระบาดของไวรัสโควิด 19

โรงพยาบาลเลย
รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2565
บริษัท บำรุงเทพการศัลยา จำกัด



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	อายุ (ปี)	HN	น้ำหนัก (กก)	ส่วนสูง (ซม.)	BMI ค่าปกติ	รอบเอว	ความดันโลหิต		เอกซเรย์ทรวงอก
							ช < 90	บน	ล่าง	
							ญ < 80	140	90	
1	นายรัฐธรรมบุญ หมื่นศรีพรหม	18	0280157	53	167	19.00	69	125	71	ปกติ
2	นายอนุรักษ์ ชูวัด	19	0636238	97	178	30.62	103	130	78	ปกติ
3	นายวีระยุทธ ดอกพุดธา	19	0605824	58.2	168	20.62	74	126	78	ปกติ
4	นายวชิระ ไร่บุตดา	19	0636231	52	165	19.10	68	124	71	ปกติ
5	นายธีรศาสน์ บัวสาลี	20	0407826	63	172	21.30	72	121	67	ปกติ
6	น.ส.อรสา ศิริบุรณ์	20	0556380	47	165	17.26	61	104	53	ปกติ
7	น.ส.สิริยาธร คำนัด	20	0636233	54	157	21.91	75	103	66	ปกติ
8	นายอภิศร ศรีคณนาม	22	0610531	125.8	180	38.83	121	148	86	ปกติ
9	นายอริวัฒน์ เป็นสุข	22	0610543	69	176	22.28	79	134	70	ปกติ
10	นายอนุพงษ์ ทองอ่อน	22	0636221	84	182	25.36	88	135	68	ปกติ
11	นายอิทธิพงษ์ สมบุตรดี	23	0232297	56	171	19.15	67	104	72	ปกติ
12	น.ส.เรณูรณต์ วอศิริ	23	0610552	63	160	24.61	79	134	65	ปกติ
13	น.ส.กมลชนก แก้วสาลี	24	0040311	55	155	22.89	77	95	61	ปกติ
14	นายอินทวัฒน์ ศรีบุรินทร์	24	0354710	55	168	19.49	75	136	67	ปกติ
15	นายรัฐเกียรติ ทองพูล	24	0610526	65.5	170	22.66	82	113	70	ปกติ
16	นายวายุ มุงกุล	24	0636222	65	166	23.59	84	118	71	ปกติ
17	น.ส.ดาวัลย์ ลุนตีบ	25	0433080	54	160	21.09	71	115	81	ปกติ
18	นายวุฒิพงษ์ บงแก้ว	25	0636212	84.4	175	27.56	105	130	78	ปกติ
19	นายณนุเบศร์ พะลาหลง	26	0570994	48	165	17.63	65	134	82	ปกติ
20	นายชานนท์ พิมพ์เขตร์	26	0636213	49	170	16.96	80	125	67	ปกติ
21	นายอนุชิต ทอนบุญ	27	0636224	74	175	24.16	80	114	74	ปกติ
22	น.ส.พิมพ์ผกา ไม้สนธิ์	28	0133833	56	156	23.01	79	126	77	ปกติ
23	น.ส.วิไลญา บุตรเต	28	0371713	52	155	21.64	76	109	69	ปกติ
24	น.ส.กมลชนก เขยชัยภูมิ	28	0515427	55	156	22.60	78	126	76	ปกติ

ลงชื่อ.....แพทย์อาชีวเวชศาสตร์

นายกรัณย์ บุญเจียร ว.32522

โรงพยาบาลเลย
รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2565
บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	อายุ (ปี)	HN	น้ำหนัก (กก)	ส่วนสูง (ซม.)	BMI ค่าปกติ	รอบเอว	ความดันโลหิต		เอกซเรย์ทรวงอก
								บน	ล่าง	
							ช < 90 ญ < 80	140	90	
25	น.ส.นารี สายแวว	29	0447411	90	170	31.14	95	118	67	ปกติ
26	นายศรุตฯ สุตาจันทร์	29	0532382	66.9	165	24.57	82	119	72	ปกติ
27	น.ส.สุวิมล หลาบหนองแสง	30	0142432	70	165	25.71	72	118	67	ปกติ
28	นายอภิเชษฐ กองพรหมฤทธิ์	30	0412466	85.8	172	29.00	93	137	74	ปกติ
29	น.ส.สุนิสา สิทธิพรหมมา	30	0570995	75	170	25.95	92	97	61	ปกติ
30	นางวิไลลักษณ์ กองสิงห์	30	0599876	48	155	19.98	73	110	58	ปกติ
31	น.ส.ธิดารัตน์ แผลงศรี	31	0327451	76	167	27.25	90	104	60	ปกติ
32	นายบุญหลาย ขาสีวัน	31	0361938	57	175	18.61	80	115	69	ปกติ
33	น.ส.พิมพ์ภา ศรีประ	32	0138902	65	170	22.49	86	97	56	ปกติ
34	น.ส.นุชจรี ไหมสี	32	0155232	63	160	24.61	89	104	71	ปกติ
35	นายสายพิน นระเพชร	33	0207827	67.5	176	21.79	82	114	73	ปกติ
36	นายอภิชาติ สอนไก่อ	33	0387522	85	170	29.41	92	133	80	ปกติ
37	นายวัชรินทร์ เหมือนแสง	33	0599873	95	175	31.02	100	127	76	ปกติ
38	น.ส.สาธิตา คินดี	34	0270655	53	150	23.56	74	97	76	ปกติ
39	นายรุ่งฤทธิ์ พรหมคำบุตร	34	0361946	74.8	165	27.48	94	119	80	ปกติ
40	นายชัยพิชิต นามแสง	34	0573499	91	175	29.71	92	136	85	ปกติ
41	น.ส.ศิริทิพย์ โสมาศรี	36	0391139	74	170	25.61	87	129	71	ปกติ
42	น.ส.สุกัญญา สิงสีทา	36	0497652	89	165	32.69	118	126	92	ปกติ
43	นายอาวุธ สายแวว	36	0537957	64.8	166	23.52	84	125	70	ปกติ
44	นางอินทิรา ดอกพุดธา	37	0425529	51	150	22.67	77	134	94	ปกติ
45	นายถัฏกร ขุนสอน	37	0610528	86	160	33.59	104	157	100	ปกติ
46	นางจันทนา ศรีลากัน	38	0570988	69	160	26.95	90	125	87	ปกติ
47	นายทองพูน คุณวงศ์	38	0571479	53.8	165	19.76	84	107	74	ปกติ
48	นายคำบ่อ โคตะมี	39	0506326	72	162	27.44	97	121	64	ปกติ

ลงชื่อ.....แพทย์อาชีวเวชศาสตร์

นายกรัณย์ บุญเจียร ว.32522

โรงพยาบาลเลย
รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2565
บริษัท บำรุงเทพการศัลยา จำกัด



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	อายุ (ปี)	HN	น้ำหนัก (กก)	ส่วนสูง (ซม.)	BMI ค่าปกติ	รอบเอว	ความดันโลหิต		เอกซเรย์ทรวงอก
							ช < 90 ญ < 80	บน	ล่าง	
								140	90	
49	นายอนุสรณ์ แสนพรมมา	39	0570983	84	170	29.07	96	148	90	ปกติ
50	น.ส.สุนทรี บัวชุม	40	0207194	83	160	32.42	103	129	72	ปกติ
51	นางสายทิพย์ รัตนวัน	40	0258304	61	155	25.39	82	142	75	ปกติ
52	น.ส.รัตนดา นามสมดี	40	0371080	52	150	23.11	78	130	99	ปกติ
53	นายสยาม กองสิงห์	40	0399973	61	160	23.83	85	122	67	ปกติ
54	นายสวรรค์ ดาวเหนือ	40	0610550	76	175	24.82	85	122	69	ปกติ
55	น.ส.กัลยา นาคพุก	41	0610551	84.3	165	30.96	97	112	62	ปกติ
56	นายพระเยาว์ ชุมพล	43	0636227	50.6	170	17.51	77	127	73	ปกติ
57	นายศักดิ์ชัย บงแก้ว	43	0429067	74.5	175	24.33	86	140	99	ปกติ
58	นายพิชิต พาณิช	43	0588885	53	165	19.47	79	126	60	ปกติ
59	นายสมปอง โคตะมี	43	0610521	76	171	25.99	88	143	86	ปกติ
60	นายนิรินทร์ วงษ์ชมพู	44	0361941	66	170	22.84	81	120	76	ปกติ
61	นางแสงจันทร์ มนัสสา	45	0474701	75	150	33.33	99	151	96	ปกติ
62	นายสายัน บัวผัน	45	0570986	57	167	20.44	76	125	71	ปกติ
63	นายอารี เนียมกลาง	45	0636211	59	165	21.67	85	127	67	ปกติ
64	นายฮวน เป็นสุข	47	0149817	61	165	22.41	79	113	76	ปกติ
65	นางรัชดา ศรีหาบุญมา	47	0361943	56.4	150	25.07	84	117	64	ปกติ
66	นายเสน่ห์ กองสิงห์	47	0384717	52	158	20.83	72	109	56	ปกติ
67	นายสมโชค น้าชม	47	0413763	86	170	29.76	106	134	75	ปกติ
68	นายสัมฤทธิ์ วอศิริ	47	0474695	75	165	27.55	96	146	79	ปกติ
69	นายละมุด อุปกา	47	0636225	77	158	30.84	98	115	74	ปกติ
70	นายวาน บงแก้ว	48	0399738	68	165	24.98	92	149	82	ปกติ
71	นายสมชัย ประชุมทอง	48	0570992	84	165	30.85	102	136	88	ปกติ
72	นายณรงค์ สารวงศ์	49	0403384	65	168	23.03	85	104	68	ปกติ

ลงชื่อ.....แพทย์อาชีวเวชศาสตร์

นายกรณ์ บัญเจียร ว.32522

โรงพยาบาลเลย
รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2565
บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	อายุ (ปี)	HN	น้ำหนัก (กก)	ส่วนสูง (ซม.)	BMI ค่าปกติ	รอบเอว	ความดันโลหิต		เอกซเรย์ทรวงอก
							ช < 90	บน	ล่าง	
							ญ < 80	140	90	
73	นายว่อง ศรีหาบุญมา	50	0423862	72	175	23.51	83	109	63	ปกติ
74	นายบุญมี มีงมูล	51	0399733	83	170	28.72	89	130	73	ปกติ
75	นายพิลา ป้องคำสิงห์	52	0316205	57	165	20.94	76	114	69	ปกติ
76	นางบังอร ปัตตา	52	0610515	75	155	31.22	94	111	79	ปกติ
77	นายกิ่ง ปัตตา	52	0610516	96	175	31.35	102	114	58	ปกติ
78	นายสุริยา มูลเพ็ญ	52	0636215	61	165	22.41	81	115	75	ปกติ
79	นายสุภาพ ญาติประชุม	53	0356211	60.9	160	23.79	79	135	73	ปกติ
80	นายคำไพ ราชชูแสน	53	0515875	58	160	22.66	81	129	79	ปกติ
81	นางกุลลาบ ศรีบัวรินทร์	55	0091777	59.9	155	24.93	78	108	62	ปกติ
82	นายชัยชนะ พิมศิริ	57	0420816	90	160	35.16	111	151	92	ผิดปกติ

หมายเหตุ

82 นายชัยชนะ พิมศิริ = Mild cardiomegaly
หัวใจโตเล็กน้อย

ลงชื่อ.....แพทย์อาชีวเวชศาสตร์

นายกรัณย์ บุญเจียร ว.32522

คำแนะนำ

➤ BMI (ดัชนีมวลกาย)

ดัชนีมวลกายน้อยกว่า 18.5 (ผอม)

การที่มีน้ำหนักเกินไป ซึ่งอาจเกิดจากการที่ออกกำลังกายมาก และได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ วิธีแก้ไขต้องรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ มีปริมาณพลังงานที่เพียงพอ และออกกำลังกายอย่างเหมาะสม

ดัชนีมวลกายระหว่าง 18.5 – 22.99 (ปกติ)

น้ำหนักปกติ

ดัชนีมวลกายระหว่าง 23 – 24.99 (อ้วน)

เริ่มจะมีน้ำหนักเกิน หากมีกรรมพันธุ์เป็นโรคเบาหวานหรือไขมันในเลือดสูงต้องพยายามลดน้ำหนัก ให้ดัชนีมวลกายต่ำกว่า 23

ดัชนีมวลกายระหว่าง 25 – 29.99 (อ้วนปานกลาง)

อ้วนปานกลาง และหากมีเส้นรอบเอวเกินมากกว่า 90 เซนติเมตร (ชาย) 80 เซนติเมตร (หญิง) มีโอกาสเกิดโรคความดันโลหิตและเบาหวาน จำเป็นต้องควบคุมอาหารและออกกำลังกาย

ดัชนีมวลกายมากกว่า 30 ขึ้นไป (อ้วนมาก)

อ้วนมาก หากมีเส้นรอบเอวมากกว่าเกณฑ์ปกติเสี่ยงต่อการเกิดโรคสูง ต้องควบคุมอาหาร และออกกำลังกายอย่างจริงจัง

➤ เส้นรอบเอว

เส้นรอบเอวตามเกณฑ์มาตรฐาน

ผู้ชายเส้นรอบเอว 90 เซนติเมตร

ผู้หญิงเส้นรอบเอว 80 เซนติเมตร

คนที่มีรอบเอวที่เกินค่ามาตรฐานมีความเสี่ยงในการเกิดโรคเบาหวาน ไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมองอุดตันหรือแตก และโรคหัวใจ การที่จะรู้ว่า เรามีไขมันสะสมในอวัยวะช่องท้องมากแค่ไหน รู้ได้จากการวัดเส้นรอบเอว

➤ ควบคุมน้ำหนัก ควบคุมรอบเอว

1. กินอาหารสมดุล ควบคุมสัดส่วนปริมาณอาหาร กลุ่มข้าวแป้ง ผัก ผลไม้ เนื้อสัตว์ ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง นม ผลิตภัณฑ์นม และไขมัน ให้พอเหมาะในแต่ละวัน โดยผู้หญิง ควรได้รับพลังงานวันละ 1,600 แคลอรี ส่วนผู้ชาย วันละ 2,000 แคลอรี

2. กินอาหารเข้าทุกวัน เพราะมือเข้าเป็นมือหลัก เพื่อกระจายปริมาณพลังงานอาหารให้พอเหมาะกับความต้องการของร่างกาย นอกจากนั้น จะช่วยให้ร่างกายไม่หิวมากในช่วงบ่าย และควบคุมอาหารมีย่อยให้กินได้น้อยลงได้
 3. กินอาหารแต่พออิ่มในแต่ละมื้อ ไม่ควรบริโภคจนอึดมากเกินไป
 4. กินอาหารธรรมชาติ ไม่แปรรูป เช่น เมล็ดธัญพืช กลุ่มข้าวแบ่ง ได้แก่ ข้าวกล้อง เผือก มัน ข้าวโพด กลุ่มน้ำมัน ได้แก่ เมล็ดทานตะวัน เมล็ดฟักทอง ถั่ว งา เป็นต้น เพราะมีวิตามิน เกลิโอแร และใยอาหารสูง
 5. กินผักและผลไม้ไม่หวานให้มากพอ และครบ 5 สี คือ สีน้ำเงิน ม่วง แดง เขียว ขาว เหลืองส้ม และแดง เพื่อเพิ่มวิตามิน เกลิโอแร และเพิ่มระบบภูมิคุ้มกันโรคจากสารเมตลีในผัก ผลไม้
 6. กินอาหารมีย่อยแต่วัน เวลา สำหรับอาหารมีย่อยควรห่างจากเวลานอนไม่น้อยกว่า 4 ชั่วโมง เพราะในช่วงเวลานอนหลับ ระบบประสาทสั่งงานให้ร่างกายพักผ่อน เกิดการสะสมไขมันในอวัยวะช่องปากมากขึ้น
 7. กินเป็น คือ รู้จักหลีกเลี่ยงอาหารมันจัด หวานจัด และเค็มจัด อาหารในรูปไขมัน น้ำมัน มาการีน น้ำตาล แป้ง และเกลิโอ เช่น เค้ก คุกกี้ มันฝรั่งทอด โรตี และของทอด เป็นต้น
- นอกจากควบคุมการกินอาหารแล้ว การออกกำลังกายยังเป็นการลดไขมันหน้าท้องได้เป็นอย่างดี โดย

ควรออกกำลังกายที่ชื่นชอบ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละไม่น้อยกว่า 30 นาที

➤ การดูแลและป้องกันสำหรับผู้ที่มีความดันโลหิตสูง

1. การลดปริมาณเกลือที่รับประทานจะลดความดันโลหิตทั้งผู้ที่มีความดันปกติและผู้ที่มีความดันโลหิตสูง
2. หลีกเลี่ยงของหมักดอง เช่น ผักดอง ผลไม้ดอง อาหารกระป๋อง เป็นต้น
3. รับประทานผักและผลไม้ให้มาก เนื่องจากผักและผลไม้จะมีโปแตสเซียมมากซึ่งจะช่วยลดความดันโลหิต
4. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากจะทำให้ความดันเพิ่ม ควรลด งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
5. การรับประทานผักมากจะช่วยลดระดับความดันโลหิต
6. ออกกำลังกายที่ชื่นชอบสัปดาห์ละ 3 วัน วันละไม่น้อยกว่า 30 นาที

ข้อเสนอแนะ

1. พนักงานที่ต้องทำงานในพื้นที่เสียงดัง ควรจัดหาอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลสำหรับป้องกันการได้ยิน ได้แก่ ปลั๊กอุดเสียง (Ear Plugs) หรือที่ครอบหูลดเสียง (Ear Muffs) ที่เหมาะสมมีประสิทธิภาพ และสะดวกในการใช้งานให้ผู้ปฏิบัติงานสวมใส่ตลอดเวลาที่ทำงานสัมผัสเสียงดัง เพื่อป้องกันผลกระทบต่อสุขภาพอนามัยของผู้ปฏิบัติ

2. ในการทำงานที่สัมผัสเสียงดังควรมีการเฝ้าระวังตรวจสอบสภาพการได้ยินอย่างน้อยปีละครั้ง

3. พนักงานที่ทำงานในพื้นที่ที่มีฝุ่น ควรมีอุปกรณ์ป้องกันระบบทางเดินหายใจส่วนบุคคล เช่น ผ้าปิดปาก ปิดจมูก และส่งเสริมสนับสนุนการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายจากฝุ่นตลอดการทำงาน

4. ควรมีการให้ความรู้เบื้องต้นเรื่องอันตรายจากสภาพแวดล้อมในการทำงานเพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานมีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลตนเอง เกิดความตระหนักถึงผลกระทบที่ส่งผลต่อสุขภาพ และให้ความร่วมมือในการใช้อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล

5. ควรมีกิจกรรมการออกกำลังกาย พนักงานในหน่วยงานของท่านมีการทำงานที่ต้องทำในท่าทางเดิมๆ ซ้ำ เช่น การยืนนานๆ นั่งทำงานนานๆ เป็นต้น ควรมีการออกกำลังกายยืดเหยียดกล้ามเนื้อเพื่อให้กล้ามเนื้อได้ผ่อนคลาย การออกกำลังกายช่วยลดการบาดเจ็บจากการทำงานและเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อได้