

## ภาคผนวก 4ข

---

### ผลการตรวจสอบสภาพพนักงานประจำปี



## รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2567

บริษัท ปูนซีเมนต์เอเชีย จำกัด (มหาชน) (โรงงานพุก่าง)

ตรวจเมื่อวันที่ 15 และ 20 สิงหาคม 2567

(เล่มที่ 1)



## โรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล ออมบอย บริษัท ศรีวิชัยเวชวิทย์ จำกัด (มหาชน) ทะเบียนเลขที่ 0107554000062

คำนำ

ในสภาพการณ์ปัจจุบันประชาชนทั่วไปโดยเฉพาะอย่างยิ่งชุมชนเมืองต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆมากมาย  
รวมๆ เช่น การประกอบกิจการที่ต้องแข่งขันกันเวลา ภาวะเศรษฐกิจของครอบครัว และมลภาวะจากสิ่งต่างๆ  
เป็นต้น ก่อให้เกิดการบั่นทอนสุขภาพตนเองอยู่ตลอดเวลาโดยไม่รู้ตัว เพราะไม่มีโอกาสแสดงออก หรืออาจมี  
การเปลี่ยนแปลงที่ละน้อยแบบค่อยเป็นค่อยไป ทำให้คิดไม่ถึงว่ามีความผิดปกติ หรือโรคเกิดขึ้นกับตนเองแล้ว  
ดังนั้นจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ทุกคนควรมีการตื่นตัวให้มากขึ้นในการรู้จักดูแลสุขภาพของตนเองให้แข็งแรง ปราศจาก  
โรคภัยไข้เจ็บเข้ามาแทรก จะได้ดำเนินชีวิตอยู่ในครอบครัวและสังคมได้อย่างปกติสุข

หลายคนอาจสงสัยว่าทำไมถึงหาแพทย์ได้ยาก การหาแพทย์มีหลายวิธี เช่น การตรวจสุขภาพโดยแพทย์  
(Physical Examination) การเจาะเลือด การตรวจปัสสาวะ การตรวจอุจจาระ การตรวจเอกซเรย์ เป็นต้น การรู้จัก  
ดูแลสุขภาพของตนเองให้แข็งแรง การออกกำลังกาย การเลือกรับประทานอาหาร และการจิตใจให้ผ่อนคลายเป็นสิ่งที่  
ที่ควรปฏิบัติ แต่ในความเป็นจริงนั้นปฏิบัติได้ยากและมักจะละเลยกัน ดังนั้นการตรวจสุขภาพประจำปีจึงเป็นสิ่ง  
สำคัญที่สุดอย่างหนึ่งที่ทุกคนควรตระหนัก เพราะอาจจะทำให้ตรวจพบความผิดปกติบางอย่างที่แอบแฝงอยู่ใน  
ร่างกาย เพื่อจะได้กระตุ้นเตือนให้ดูแลรักษาและป้องกันตนเองเสียก่อนที่จะเกิดโรคเพื่อลดปัญหาที่อาจจะ  
นำไปสู่การสูญเสียทางเศรษฐกิจของครอบครัวและประเทศชาติ

กลุ่มโรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล  
ออมบอย : 7415 พ. 4 ถนนศรีนครินทร์ ซอยสุขุมวิท 74130  
โทร. 1782-02-441 7899 โทร. 02-431 0940-02-431 0943 E-mail: amba@vichaivej.com  
คลองเตย : 468-4568 ถนนสุขุมวิท แขวงคลองเตย เขตคลองเตย กรุงเทพฯ 10160  
โทร. 02-410 7205-02-410 7206 โทร. 02-410 7205-02-410 7206 E-mail: klongtoey@vichaivej.com  
สมุทรปราการ : 82265 พ. 1 ถนนสุขุมวิท แขวงสุขุมวิท เขตคลองเตย กรุงเทพฯ 10160  
โทร. 02-410 7205-02-410 7206 โทร. 02-410 7205-02-410 7206 E-mail: samutprakan@vichaivej.com  
นนทบุรี : 2402-4 ถนนสุขุมวิท แขวงสุขุมวิท เขตคลองเตย กรุงเทพฯ 10160  
โทร. 02-412 0555-02-412 7581-82 E-mail: nonthaburi@vichaivej.com

กลุ่มโรงพยาบาล  
**วิชัยเวช**  
อินเตอร์เนชั่นแนล  
www.vichaivej.com



# โรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล อ้อมน้อย

บริษัท ศรีวิชัยเวชวิวัฒน์ จำกัด (มหาชน) ทะเบียนเลขที่ 0107554000062

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสุขภาพพนักงานเปรียบเทียบกับในแต่ละปี
2. เพื่อเป็นสวัสดิการที่ดีแก่พนักงาน เป็นการบำรุงขวัญและกำลังใจในการทำงาน
3. เพื่อเป็นการเฝ้าระวังอันตรายที่อาจจะเกิดจากการทำงานและอาจเป็นสาเหตุของโรคต่างๆ ในโรงงานได้
4. เพื่อช่วยลดการสูญเสียจากการเจ็บป่วยของพนักงาน เช่น การขาดกำลังการผลิต การเสียค่ารักษาพยาบาล การจ่ายค่าทดแทน ฯลฯ
5. เพื่อกระตุ้นให้พนักงานเห็นความสำคัญของสุขภาพตนเอง
6. เพื่อเป็นข้อมูลรายงาน ในกรณีที่มีการตรวจสอบจากภาครัฐ ควบคุมงาน ใบบายการรัฐ เรื่องความปลอดภัยในการทำงานเป็นประโยชน์เป็นแง่บวก ในการควบคุมผู้สมัครงานที่สามารถอ้างอิงได้
7. เพื่อเป็นแนวทางในการลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล การจ่ายสินทดแทนต่างๆ ในกรณีที่พนักงานเกิด การเจ็บป่วย

## การตรวจสุขภาพประจำปี

หลายคนอาจสงสัยว่าทำไมต้องตรวจสุขภาพประจำปี การหาคำตอบมีหลายวิธี เช่น การตรวจสุขภาพ โดยแพทย์ (Physical Examination) การเจาะเลือด การตรวจปัสสาวะ การตรวจอุจจาระ การตรวจเอ็กซเรย์ เป็นต้น การรู้จุดเด่นสุขภาพของตนเองให้แข็งแรง การออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพทางอาหาร และการจิตใจให้ผ่อนคลายเป็นสิ่ง ที่ควรปฏิบัติ ดังนั้นการตรวจสุขภาพประจำปีจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุดอย่างหนึ่งซึ่งทุกคนควรตระหนัก เพราะอาจจะ ทำให้เราพบความผิดปกติบางอย่างที่แอบแฝงอยู่ในร่างกาย เพื่อจะได้รู้เตือนให้ดูแลรักษา และเพื่อป้องกันตนเองเสียก่อนที่จะเกิดโรค

## ทำไมต้องตรวจสุขภาพประจำปี

หลายครั้งที่สุขภาพดีถามว่าทำไมต้องไปตรวจสุขภาพทุกปี ทั้งที่ร่างกายในปัจจุบันก็แข็งแรงดี ภายในร่างกายเรายังแข็งแรงอยู่หรือไม่ หรือมีความเสี่ยงในการเกิดโรคในอนาคตหรือไม่ และหากตรวจพบว่ามีอาการบางอย่างที่ส่อเค้าว่าอาจพบโรคใน ระยะเริ่มต้น เราจะได้เตรียมรักษาคุณหมอมือเพื่อดูแลรักษาสุขภาพให้ห่างไกลโรคแต่เนิ่นๆ ส่วนข้อจำกัดในการเลือกที่จะตรวจสุขภาพร่างกายลักษณะใดนั้น สามารถแบ่งองค์ประกอบโดยขึ้นอยู่กับอายุ เพศ และความเสี่ยงเป็นหลัก แต่สิ่งที่ควรคำนึงถึงการตรวจร่างกายมีหลายวิธี หากไม่มีข้อบ่งชี้ หรืออาการที่แสดงออกมาก็สมควรที่จะต้องเลือกการตรวจวิเคราะห์สภาพร่างกายทั้งนี้ขึ้นอยู่กับก่อนที่จะเลือกการตรวจ เราต้องพิจารณาความเสี่ยง อายุ และเพศเป็นสำคัญ

## ประโยชน์ที่ได้รับจากการตรวจสุขภาพประจำปี

1. สามารถทราบการก่อให้เกิดโรคทั้งชนิดธรรมดา และโรคร้ายแรง ได้เกือบทั้งหมด หากตรวจพบใน ช่วงแรกก็สามารรักษาให้หายได้
2. สำหรับผู้ที่ผ่านการตรวจสุขภาพประจำปีแล้วไม่พบโรคใดๆ มิได้หมายความว่ามีความผิดปกติ หรือสมบูรณ์ แต่อย่างใด
3. การตรวจสุขภาพประจำปีเป็นการค้นหาข้อบกพร่องของร่างกายอย่างท่วงวิชาศาสตร์เฉพาะ ในช่วงเวลานั้นเท่านั้น หากได้นำไปเปรียบเทียบกับสภาพความเป็นไปที่ดีที่สุด เพื่อนำไปสู่การปรับปรุงและพัฒนาสุขภาพต่อให้พร้อมเสมอที่จะต่อสู้กับโรคภัยได้ทุกโอกาส นับว่าเป็นการสร้างโอกาสที่ดีอย่างยิ่งให้กับผู้รับการตรวจ
4. ผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัวอยู่แล้ว จะสามารถติดตามความเปลี่ยนแปลงของสุขภาพ ได้ว่าการรักษาโรครที่เป็นอยู่นั้น ได้ผลดีขึ้นหรือไม่ เพื่อปรับปรุงการรักษาต่อไป

โรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล อ้อมน้อย  
บริษัท ศรีวิชัยเวชวิวัฒน์ จำกัด (มหาชน) ทะเบียนเลขที่ 0107554000062

หนังสือรับรอง

วันที่ 18 กันยายน 2567

หนังสือฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อรับรองว่า บริษัท ศรีวิชัยเวชวิวัฒน์ จำกัด ไปอนุญาตสถานพยาบาลประเภทที่รับผู้ป่วยไว้ทั้งคืน จำนวนเตียง 200 เตียง เลขที่ : 10201001557 (ใบอนุญาตเดิมเลขที่ 10201001052) ตั้งอยู่ที่ เลขที่ 74/5 หมู่ที่ 4 ตำบล อ้อมน้อย อำเภอ กระทุ่มแบน จังหวัด สมุทรสาคร 74130 ได้ดำเนินการตรวจสอบสุขภาพประจำปีพนักงานบริษัท ปูนซิเมนต์เอเชีย จำกัด (มหาชน) (โรงงานพุทราโรง) ตรวจเมื่อวันที่ 15 และ 20 สิงหาคม 2567 และจัดทำรายงานผลการตรวจสุขภาพไว้เรียบร้อยแล้ว

ขอรับรองว่าการตรวจสุขภาพครั้งนี้ทำโดยถูกต้องตามหลักวิชาการทางการแพทย์และมาตรฐานของโรงพยาบาลจริงทุกประการ

ให้ ณ 18 กันยายน 2567

ขอแสดงความนับถือ



เลขที่ใบอนุญาต 19541  
ผู้อำนวยการ โรงพยาบาล



กลุ่มโรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล  
อ้อมน้อย : 7415 หมู่ 4 ถนนกระทุ่มแบน อ่างทองโทรเลข 74130  
โทร. 1792 02 441 7899 โทร. 02 431 0940 02 431 0943 E-mail: vichaiwet@vichaiwet.com  
ศูนย์บริการ : 456-4568 ถนนสมรสาคร แขวงหนองค้างพลู เขตหนองจอก กรุงเทพฯ 10160  
โทร. 02 441 8999 (100 คู่สาย) โทร. 02 421 1784 E-mail: vichaiwet@vichaiwet.com  
ศูนย์บริการ : 456-4568 หมู่ 7 ถนนสมรสาคร 1 ตำบลกระทุ่มแบน อำเภอกะทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร 74000  
โทร. 034 410 700-6 โทร. 034 410 710 E-mail: vichaiwet@vichaiwet.com  
ศูนย์บริการ : 2002-4 ถนนวิชัยเวชวิวัฒน์ แขวงบ้านลาด เขตภาษีเจริญ กรุงเทพฯ 10700  
โทร. 02 412 0055-60 โทร. 02 412 7581-82 E-mail: vichaiwet@vichaiwet.com

โรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล อ้อมน้อย  
บริษัท ศรีวิชัยเวชวิวัฒน์ จำกัด (มหาชน) ทะเบียนเลขที่ 0107554000062

หนังสือรับรองการตรวจสุขภาพ

วันที่ 18 กันยายน 2567

รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปีพนักงาน บริษัท ปูนซิเมนต์เอเชีย จำกัด (มหาชน) (โรงงานพุทราโรง) ตรวจเมื่อวันที่ 15 และ 20 สิงหาคม 2567 โดยบริษัท ศรีวิชัยเวชวิวัฒน์ จำกัด ไปอนุญาตสถานพยาบาลประเภทที่รับผู้ป่วยไว้ทั้งคืน จำนวนเตียง 200 เตียง เลขที่ 10201001557 (ใบอนุญาตเดิมเลขที่ 10201001052) ตั้งอยู่ที่ เลขที่ 74/5 หมู่ที่ 4 ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกะทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร 74130

ขอรับรองว่าการตรวจสุขภาพครั้งนี้ทำโดยถูกต้องตามหลักวิชาการทางการแพทย์และมาตรฐานของโรงพยาบาลจริงทุกประการ

ขอแสดงความนับถือ



เลขที่ใบอนุญาต 19541  
ผู้อำนวยการ โรงพยาบาล



กลุ่มโรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล  
อ้อมน้อย : 7415 หมู่ 4 ถนนกระทุ่มแบน อ่างทองโทรเลข 74130  
โทร. 1792 02 441 7899 โทร. 02 431 0940 02 431 0943 E-mail: vichaiwet@vichaiwet.com  
ศูนย์บริการ : 456-4568 ถนนสมรสาคร แขวงหนองค้างพลู เขตหนองจอก กรุงเทพฯ 10160  
โทร. 02 441 8999 (100 คู่สาย) โทร. 02 421 1784 E-mail: vichaiwet@vichaiwet.com  
ศูนย์บริการ : 456-4568 หมู่ 7 ถนนสมรสาคร 1 ตำบลกระทุ่มแบน อำเภอกะทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร 74000  
โทร. 034 410 700-6 โทร. 034 410 710 E-mail: vichaiwet@vichaiwet.com  
ศูนย์บริการ : 2002-4 ถนนวิชัยเวชวิวัฒน์ แขวงบ้านลาด เขตภาษีเจริญ กรุงเทพฯ 10700  
โทร. 02 412 0055-60 โทร. 02 412 7581-82 E-mail: vichaiwet@vichaiwet.com



โรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล อ้อมน้อย  
บริษัท ศรีวิชัยเวชวิวัฒน์ จำกัด (มหาชน) ทะเบียนเลขที่ 0107554000062

ที่ วออ. 1219/2567

วันที่ 18 กันยายน 2567

เรื่อง รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2567  
เรียน ผู้จัดการฝ่ายบริหารงานบุคคล บริษัท ปูนซิเมนต์ไทย จำกัด (มหาชน) (โรงงานฟูกว่าง)

- สิ่งที่แนบมาด้วย
- รายงานผลการตรวจสุขภาพรายบุคคล
  - คำแนะนำสำหรับผลการตรวจที่ผิดปกติ
  - ประกาศนียบัตรแพทย์ต่อวิชาเวชศาสตร์

โรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล อ้อมน้อย ขอรายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2567 ของพนักงาน บริษัท ปูนซิเมนต์ไทย จำกัด (มหาชน) (โรงงานฟูกว่าง) ตรวจเมื่อวันที่ 15 และ 20 สิงหาคม 2567 ที่ผ่านมามีผู้ได้รับการตรวจสุขภาพทั้งหมด 354 คน ตามรายละเอียดดังนี้

รายละเอียดการตรวจ (Description)				ปกติ		ผิดปกติ	
ประเภทการตรวจ	จำนวน	ไม่พบปัญหา	พบปัญหา	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ตรวจวัดความดันโลหิต : Blood Pressure	354	24	330	226	68.48	104	31.52
2. ตรวจวัดดัชนีมวลกาย : Body Mass Index	354	24	330	136	41.21	194	58.79
3. ตรวจเอกซเรย์รังสีของกระดูกสันหลัง : Digital X-Ray	354	3	351	317	90.31	34	9.69
4. ตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด : Complete Blood Count	354	1	353	214	60.62	139	39.38
5. ตรวจปัสสาวะทั่วไป : Urine analysis	354	2	352	266	75.57	86	24.43
6. ตรวจระดับการทำงานของตับ : SGOT	354	1	353	338	95.75	15	4.25
7. ตรวจระดับการทำงานของไต : SGPT	354	1	353	312	88.39	41	11.61
8. ตรวจระดับการทำงานของไต : BUN	354	1	353	334	94.62	19	5.38
9. ตรวจระดับการทำงานของไต : Creatinine	354	1	353	314	88.95	39	11.05
10. ตรวจระดับไขมันในเลือด : Cholesterol	354	1	353	124	35.13	229	64.87
11. ตรวจระดับไขมันในเลือด : Triglyceride	354	1	353	179	50.71	174	49.29
12. ตรวจระดับไขมันชนิดดี : HDL	354	1	353	325	92.07	28	7.93
13. ตรวจระดับไขมันชนิดไม่ดี : LDL	354	1	353	166	47.03	187	52.97
14. ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด : Fasting Blood Sugar	354	1	353	267	75.64	86	24.36
15. ตรวจระดับกรดยูริก : Uric acid	354	1	353	217	61.47	136	38.53
16. ตรวจสายตาทั่วไปด้วยระบบคอมพิวเตอร์ : Vision Test	354	81	273	50	18.32	223	81.68

กลุ่มโรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล  
อ้อมน้อย : 74/5 หมู่ 4 ถนนพหลโยธิน ตำบลอ้อมน้อย อำเภออ้อมน้อย จังหวัดสมุทรสาคร 74130  
โทร. 1992-02-441-7899 แฟกซ์ 02-431-0940-02-431-0943 E-mail: omnoi@vichaiwee.com  
อ้อมใหญ่ : 456-4568 ถนนอ้อมใหญ่ แขวงอ้อมใหญ่ เขตอ้อมใหญ่ กรุงเทพมหานคร 10150  
โทร. 02-441-6999 (100 สาย) แฟกซ์ 02-421-1784 E-mail: oomhuay@vichaiwee.com  
สมุทรสาคร : 93256 หมู่ 7 ถนนสุขุมวิท 1 กิโลเมตรจาก อู่รถไฟ สถานีรถไฟสมุทรสาคร 74000  
โทร. 034-410-700-6 แฟกซ์ 034-410-710 E-mail: samut@vichaiwee.com  
อู่รถไฟ : 93256 หมู่ 7 ถนนสุขุมวิท 1 กิโลเมตรจาก อู่รถไฟ สถานีรถไฟสมุทรสาคร 74000  
โทร. 034-410-700-6 แฟกซ์ 034-410-710 E-mail: samut@vichaiwee.com  
โทร. 02-412-0955-60 แฟกซ์ 02-412-7581-82 E-mail: yam@vichaiwee.com

กลุ่มโรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล  
อ้อมน้อย : 74/5 หมู่ 4 ถนนพหลโยธิน ตำบลอ้อมน้อย อำเภออ้อมน้อย จังหวัดสมุทรสาคร 74130  
โทร. 1992-02-441-7899 แฟกซ์ 02-431-0940-02-431-0943 E-mail: omnoi@vichaiwee.com  
อ้อมใหญ่ : 456-4568 ถนนอ้อมใหญ่ แขวงอ้อมใหญ่ เขตอ้อมใหญ่ กรุงเทพมหานคร 10150  
โทร. 02-441-6999 (100 สาย) แฟกซ์ 02-421-1784 E-mail: oomhuay@vichaiwee.com  
สมุทรสาคร : 93256 หมู่ 7 ถนนสุขุมวิท 1 กิโลเมตรจาก อู่รถไฟ สถานีรถไฟสมุทรสาคร 74000  
โทร. 034-410-700-6 แฟกซ์ 034-410-710 E-mail: samut@vichaiwee.com  
อู่รถไฟ : 93256 หมู่ 7 ถนนสุขุมวิท 1 กิโลเมตรจาก อู่รถไฟ สถานีรถไฟสมุทรสาคร 74000  
โทร. 034-410-700-6 แฟกซ์ 034-410-710 E-mail: samut@vichaiwee.com  
โทร. 02-412-0955-60 แฟกซ์ 02-412-7581-82 E-mail: yam@vichaiwee.com

โรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล อ้อมน้อย  
บริษัท ศรีวิชัยเวชวิวัฒน์ จำกัด (มหาชน) ทะเบียนเลขที่ 0107554000062

เอกสารต่อ

ที่ วออ. 1219/2567

เรื่อง รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2567

ฉบับลงวันที่ 18 กันยายน 2567

รายละเอียดการตรวจ (Description)							ร้อยละ	
ประเภทการตรวจ	จำนวน	ไม่พบปัญหา	พบปัญหา	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	ร้อยละ
17. ดื่มน้ำ : Drinking	354	24	330	210	63.64	120	36.36	ร้อยละ
รายละเอียดการตรวจ (Description)								ร้อยละ
รายละเอียดการตรวจ (Description)								ร้อยละ
18. สูบบุหรี่ : Smoking	354	24	330	83	25.15	247	74.85	ร้อยละ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและขอพระคุณเป็นอย่างสูง ที่ท่านได้มอบความไว้วางใจให้โรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล อ้อมน้อย ตรวจสุขภาพพนักงานของท่าน และหวังเป็นอย่างยิ่งจะได้ให้บริการท่านในโอกาสต่อไป

ขอแสดงความนับถือ



แพทย์สาขาเวชศาสตร์และสิ่งแวดล้อม

กลุ่มโรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล  
อ้อมน้อย : 74/5 หมู่ 4 ถนนพหลโยธิน ตำบลอ้อมน้อย อำเภออ้อมน้อย จังหวัดสมุทรสาคร 74130  
โทร. 1992-02-441-7899 แฟกซ์ 02-431-0940-02-431-0943 E-mail: omnoi@vichaiwee.com  
อ้อมใหญ่ : 456-4568 ถนนอ้อมใหญ่ แขวงอ้อมใหญ่ เขตอ้อมใหญ่ กรุงเทพมหานคร 10150  
โทร. 02-441-6999 (100 สาย) แฟกซ์ 02-421-1784 E-mail: oomhuay@vichaiwee.com  
สมุทรสาคร : 93256 หมู่ 7 ถนนสุขุมวิท 1 กิโลเมตรจาก อู่รถไฟ สถานีรถไฟสมุทรสาคร 74000  
โทร. 034-410-700-6 แฟกซ์ 034-410-710 E-mail: samut@vichaiwee.com  
อู่รถไฟ : 93256 หมู่ 7 ถนนสุขุมวิท 1 กิโลเมตรจาก อู่รถไฟ สถานีรถไฟสมุทรสาคร 74000  
โทร. 034-410-700-6 แฟกซ์ 034-410-710 E-mail: samut@vichaiwee.com  
โทร. 02-412-0955-60 แฟกซ์ 02-412-7581-82 E-mail: yam@vichaiwee.com

กลุ่มโรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล  
อ้อมน้อย : 74/5 หมู่ 4 ถนนพหลโยธิน ตำบลอ้อมน้อย อำเภออ้อมน้อย จังหวัดสมุทรสาคร 74130  
โทร. 1992-02-441-7899 แฟกซ์ 02-431-0940-02-431-0943 E-mail: omnoi@vichaiwee.com  
อ้อมใหญ่ : 456-4568 ถนนอ้อมใหญ่ แขวงอ้อมใหญ่ เขตอ้อมใหญ่ กรุงเทพมหานคร 10150  
โทร. 02-441-6999 (100 สาย) แฟกซ์ 02-421-1784 E-mail: oomhuay@vichaiwee.com  
สมุทรสาคร : 93256 หมู่ 7 ถนนสุขุมวิท 1 กิโลเมตรจาก อู่รถไฟ สถานีรถไฟสมุทรสาคร 74000  
โทร. 034-410-700-6 แฟกซ์ 034-410-710 E-mail: samut@vichaiwee.com  
อู่รถไฟ : 93256 หมู่ 7 ถนนสุขุมวิท 1 กิโลเมตรจาก อู่รถไฟ สถานีรถไฟสมุทรสาคร 74000  
โทร. 034-410-700-6 แฟกซ์ 034-410-710 E-mail: samut@vichaiwee.com  
โทร. 02-412-0955-60 แฟกซ์ 02-412-7581-82 E-mail: yam@vichaiwee.com



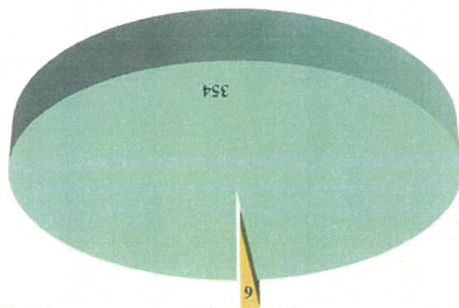
สรุปการรายงานผลตรวจสุขภาพประจำปี 2567

สรุปผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2567 บริษัท ปูนซิเมนต์ไทย จำกัด (มหาชน) (โรงงานหนูกวาง)

จำนวนการตรวจสุขภาพ

ไม่เข้ารับการตรวจ	เข้ารับการตรวจ	รวม
6 คน	354 คน	360 คน
1.67 %	98.33 %	

การสรุปผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2567



ไม่เข้ารับการตรวจ

เข้ารับการตรวจ



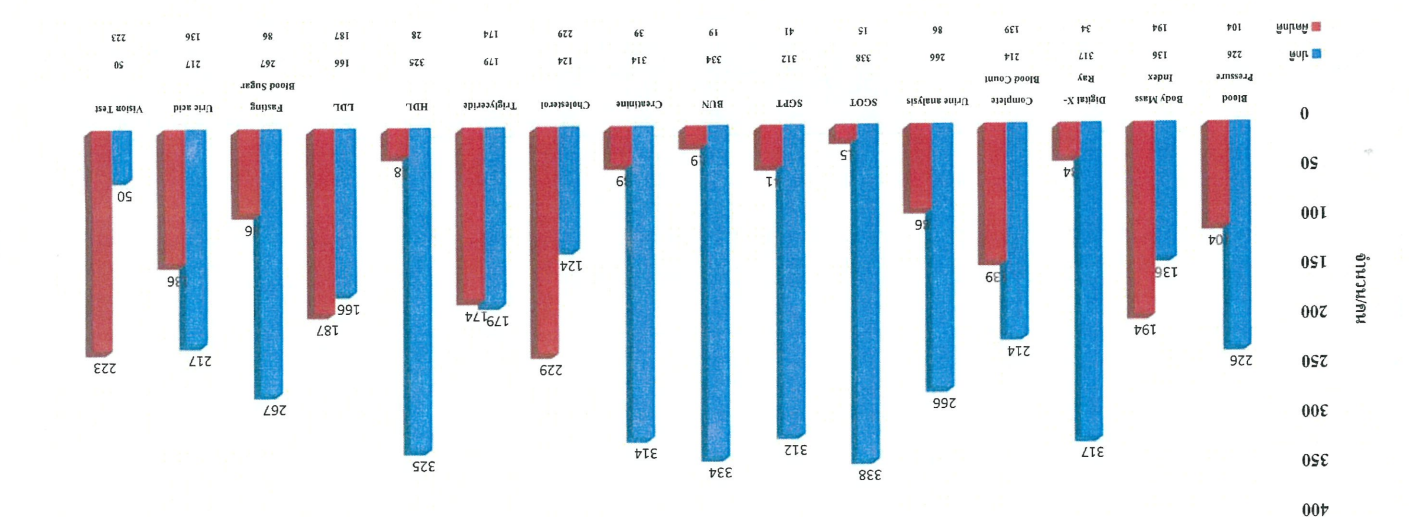
ตารางการรวมผลการตรวจสุขภาพประจำปีงบประมาณ 2567

ลำดับ	รายการ	พนักงานทั้งหมด	ไม่เข้าตรวจ	เข้าตรวจ	ปกติ	ผิดปกติเล็กน้อย	ผิดปกติ	ผิดปกติเยอะ
1	ตรวจความดันโลหิต : Blood Pressure	354	24	226	68.48	104	31.52	
2	ตรวจดัชนีมวลกาย : Body Mass Index	354	24	136	41.21	194	58.79	
3	ตรวจเอกซเรย์ทรวงอกด้วยวิธีดิจิทัล : Digital X-Ray	354	3	317	90.31	34	9.69	
4	ตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด : Complete Blood Count	354	1	214	60.62	139	39.38	
5	ตรวจน้ำตาลกลูโคสในเลือด : Uthnc analysis	354	2	266	75.57	86	24.43	
6	ตรวจระดับการทำงานของตับ : SGOT	354	1	338	95.75	15	4.25	
7	ตรวจระดับการทำงานของตับ : SGPT	354	1	312	88.39	41	11.61	
8	ตรวจระดับการทำงานของไต : BUN	354	1	334	94.62	19	5.38	
9	ตรวจระดับการทำงานของไต : Creatinine	354	1	314	88.95	39	11.05	
10	ตรวจระดับไขมันในเลือด : Cholesterol	354	1	124	35.13	229	64.87	
11	ตรวจระดับไขมันในเลือด : Triglyceride	354	1	179	50.71	174	49.29	
12	ตรวจระดับไขมันในเลือดชนิดไลโปโปรตีนชนิดความหนาแน่นสูง : HDL	354	1	325	92.07	28	7.93	
13	ตรวจระดับไขมันในเลือดชนิดไลโปโปรตีนชนิดความหนาแน่นต่ำ : LDL	354	1	166	47.03	187	52.97	
14	ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดขณะอดอาหาร : Fasting Blood Sugar	354	1	267	75.64	86	24.36	
15	ตรวจระดับกรดยูริก : Uric acid	354	1	217	61.47	136	38.53	
16	ตรวจสายตาด้วยวิธี : Vision Test	354	81	273	18.32	223	81.68	



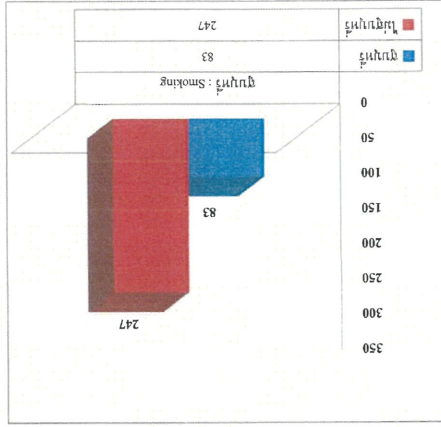
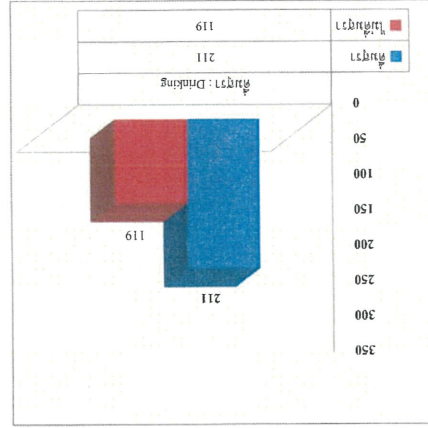
ลำดับ	รายการ	พนักงานทั้งหมด	ไม่เข้าตรวจ	เข้าตรวจ	ปกติ	ผิดปกติร้อยละ	ผิดปกติ	ผิดปกติร้อยละ
1	ตรวจระดับไขมันในเลือด : Cholesterol	354	1	353	124	35.13	229	64.87
2	ตรวจสายตาด้วยเครื่องมือวัดสายตา : Vision Test	354	81	273	50	18.32	223	81.68
3	ตรวจดัชนีมวลกาย : Body Mass Index	354	24	330	136	41.21	194	58.79
4	ตรวจระดับไขมันชนิดไม่ดีในเลือด : LDL	354	1	353	166	47.03	187	52.97
5	ตรวจระดับไขมันในเลือด : Triglyceride	354	1	353	179	50.71	174	49.29
6	ตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด : Complete Blood Count	354	1	353	214	60.62	139	39.38
7	ตรวจระดับกรดยูริก : Uric acid	354	1	353	217	61.47	136	38.53
8	ตรวจความดันโลหิต : Blood Pressure	354	24	330	226	68.48	104	31.52
9	ตรวจปัสสาวะทั่วไป : Urine analysis	354	2	352	266	75.57	86	24.43
10	ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด : Fasting Blood Sugar	354	1	353	267	75.64	86	24.36
11	ตรวจระดับการทำงานของตับ : SGPT	354	1	353	312	88.39	41	11.61
12	ตรวจระดับการทำงานของตับ : Creatinine	354	1	353	314	88.95	39	11.05
13	ตรวจเอกซเรย์ทรวงอกด้วยเครื่องมือวัด : Digital X-Ray	354	3	351	317	90.31	34	9.69
14	ตรวจระดับไขมันชนิดดีในเลือด : HDL	354	1	353	325	92.07	28	7.93
15	ตรวจระดับการทำงานของไต : BUN	354	1	353	334	94.62	19	5.38
16	ตรวจระดับการทำงานของไต : SGOT	354	1	353	338	95.75	15	4.25

ตารางการตรวจสุขภาพประจำปีของพนักงาน - น้อยที่สุด - น้อยที่สุด ประจำปีงบประมาณ 2567



การดูแลสุขภาพประจำปีของพนักงาน - น้อยที่สุด - น้อยที่สุด ประจำปีงบประมาณ 2567

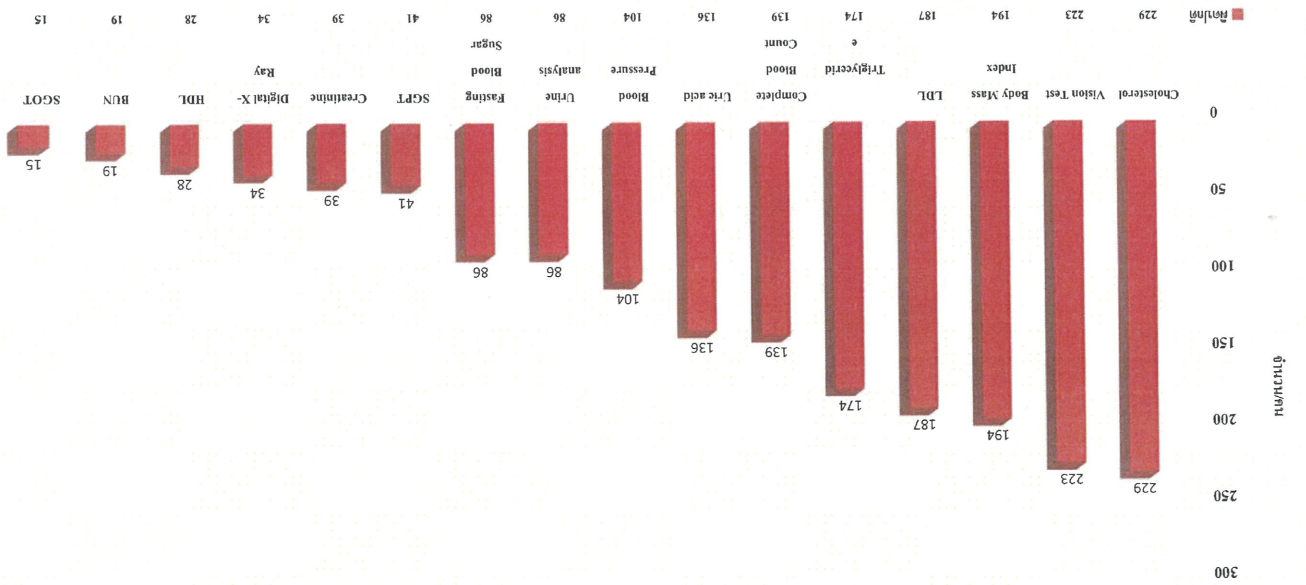




การสำรวจความคิดเห็นของบุคลากรปีงบประมาณ 2567

ลำดับ	ดื่มสุรา : Drinking	ไม่ดื่มสุรา : Not Drinking	สูบบุหรี่ : Smoking	ไม่สูบบุหรี่ : Not Smoking	ร้อยละ	ร้อยละ
1	354	24	330	211	63.94	36.06
2	354	24	330	83	25.15	74.85

การสำรวจความคิดเห็นของบุคลากรปีงบประมาณ 2567

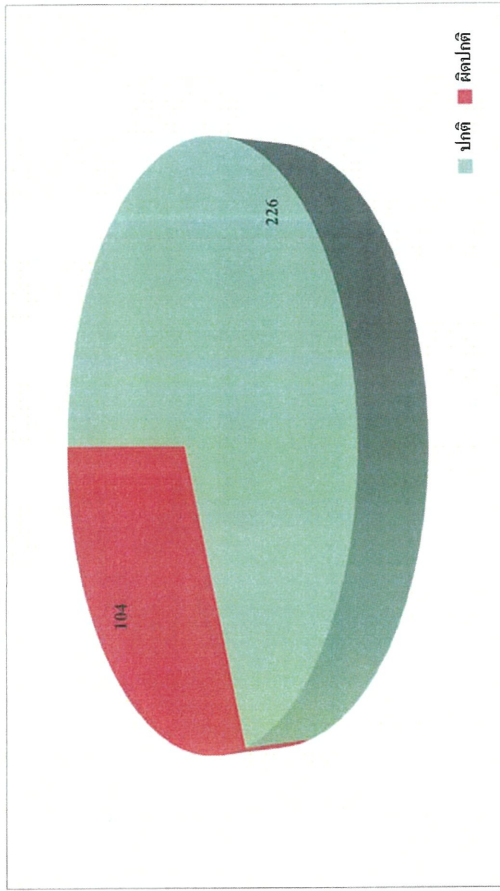


การสำรวจความคิดเห็นบุคลากรปีงบประมาณ 2567 - หอพักหญิง - หอพักชาย

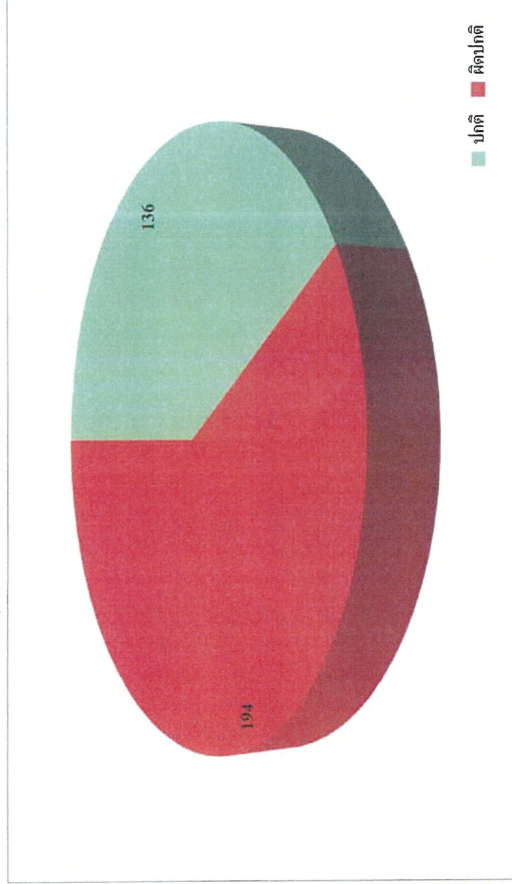




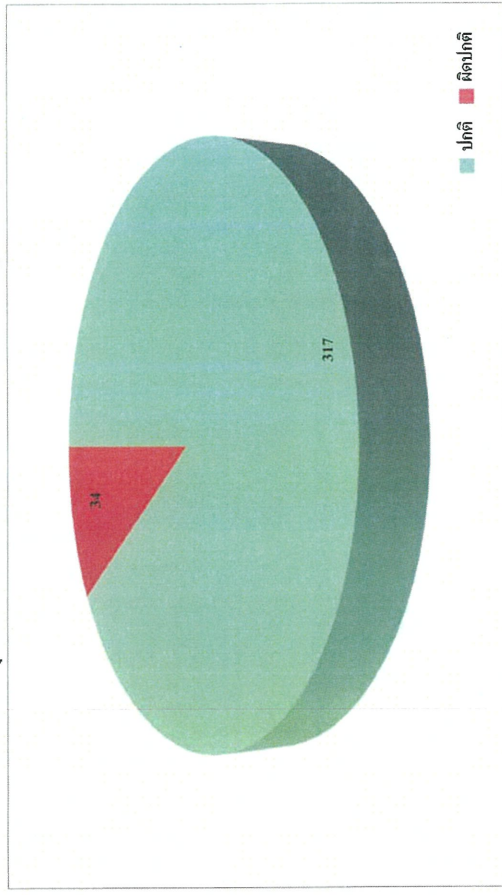
กราฟสรุปผลการตรวจวัดความดันโลหิต : Blood Pressure



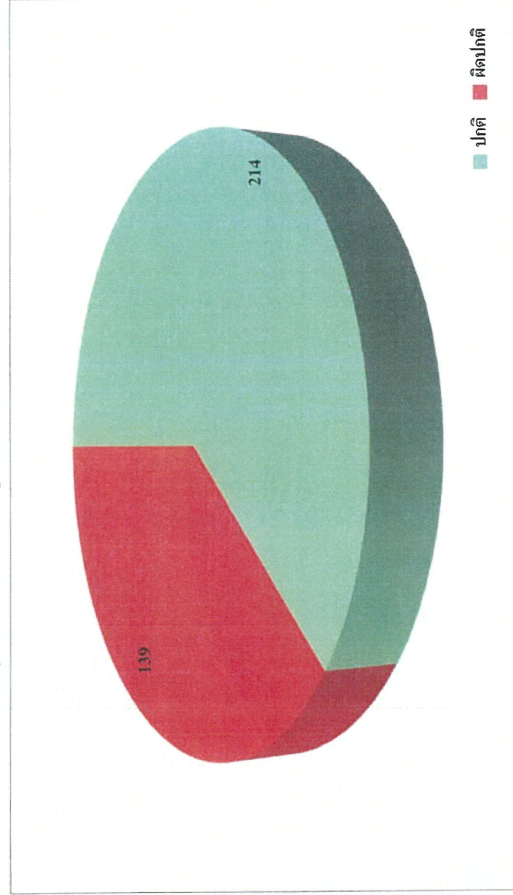
กราฟสรุปผลการตรวจดัชนีมวลร่างกาย : Body Mass Index



กราฟสรุปผลการตรวจเอกซเรย์ทรวงอกด้วยระบบดิจิทัล : Digital X-Ray

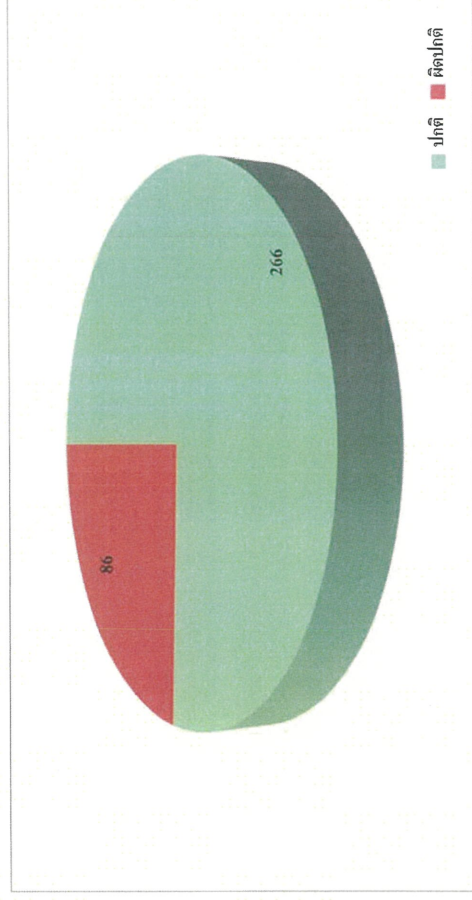


กราฟสรุปผลการตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด : Complete Blood Count

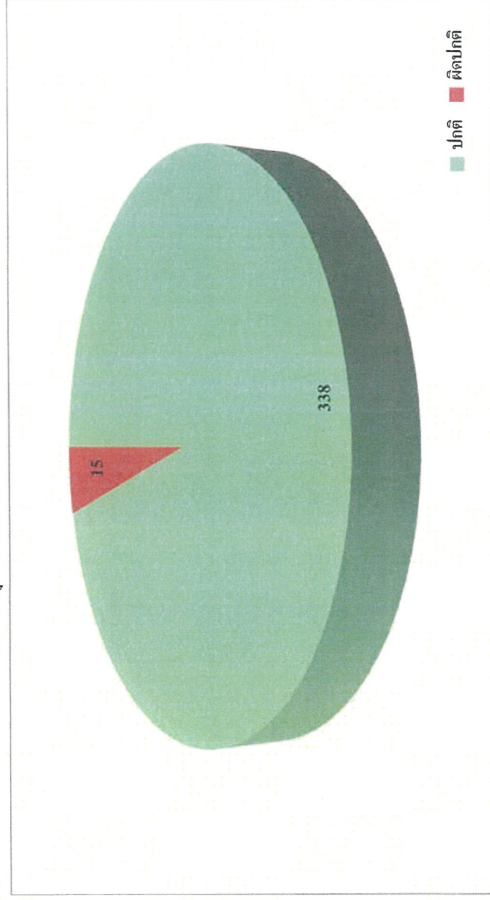




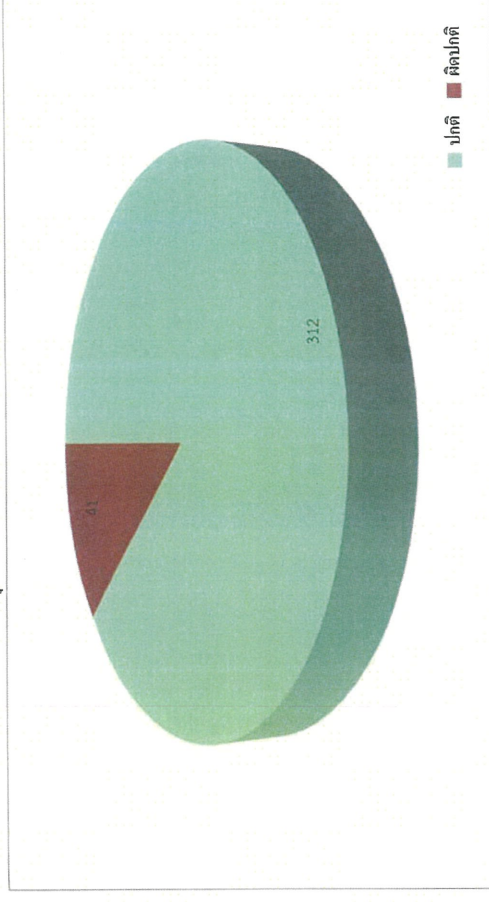
กราฟสรุปผลการตรวจวิเคราะห์ปัสสาวะทั่วไป : Urine analysis



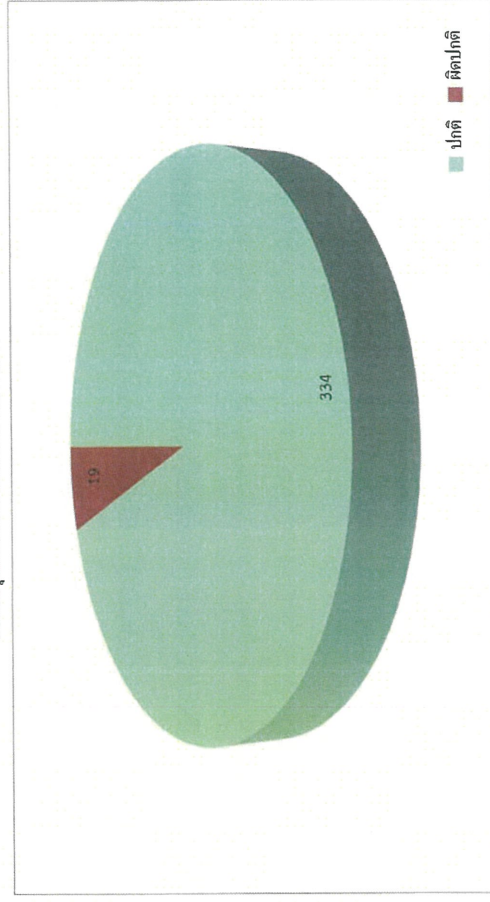
กราฟสรุปผลการตรวจระดับการทำงานของตับ : SGOT



กราฟสรุปผลการตรวจระดับการทำงานของตับ : SGP

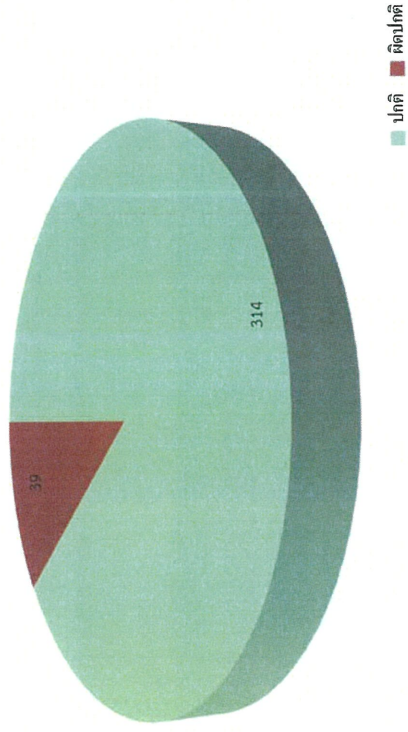


กราฟสรุปผลการตรวจระดับการทำงานของไต : BUN

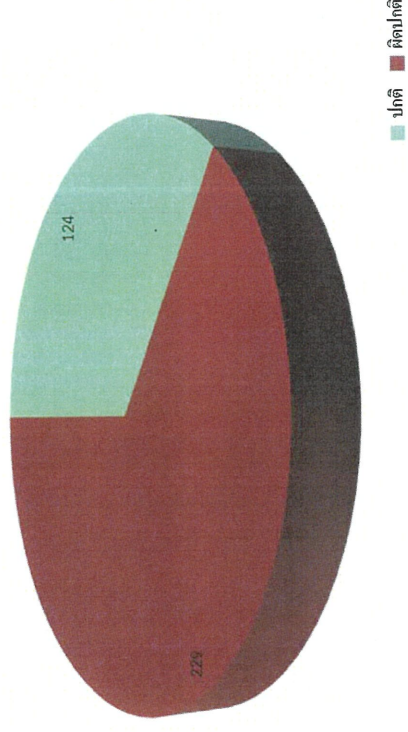




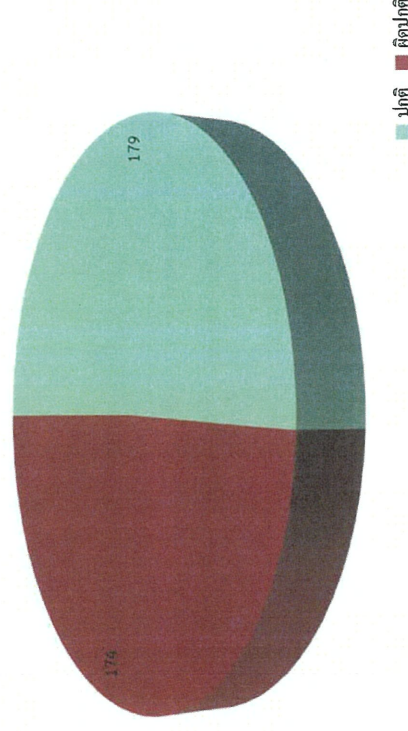
กราฟสรุปผลการตรวจระดับการทำงานของไต : Creatinine



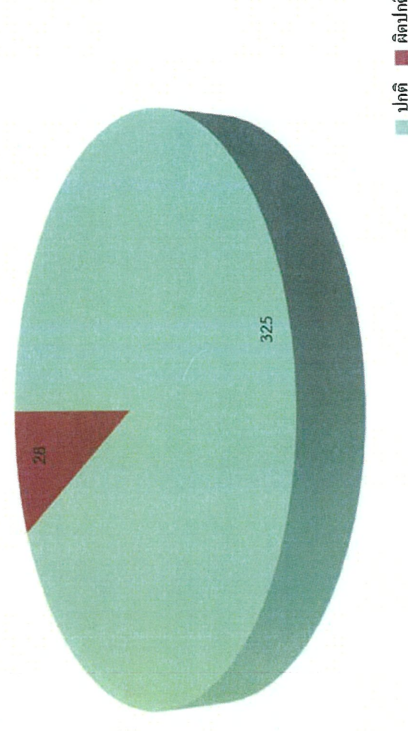
กราฟสรุปผลการตรวจระดับไขมันในเลือด : Cholesterol



กราฟสรุปผลการตรวจระดับไขมันในเลือด : Triglyceride

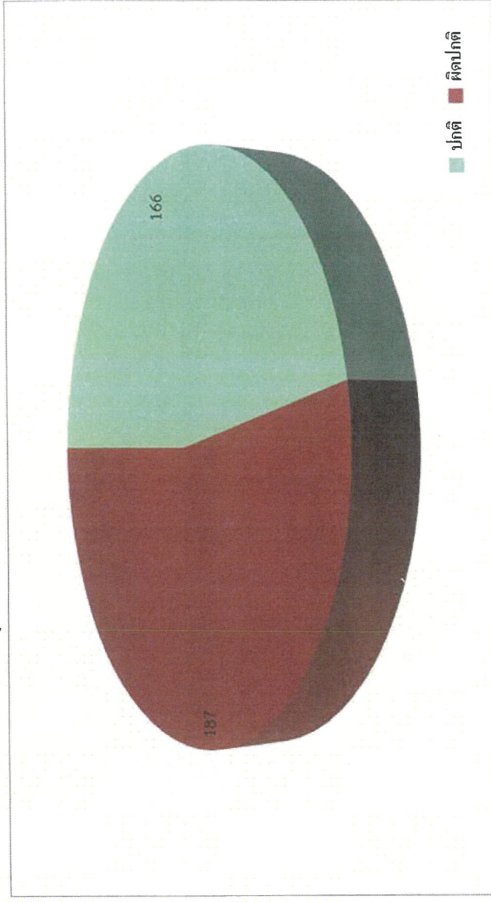


กราฟสรุปผลการตรวจระดับไขมันชนิดดีที่มีประโยชน์ : HDL

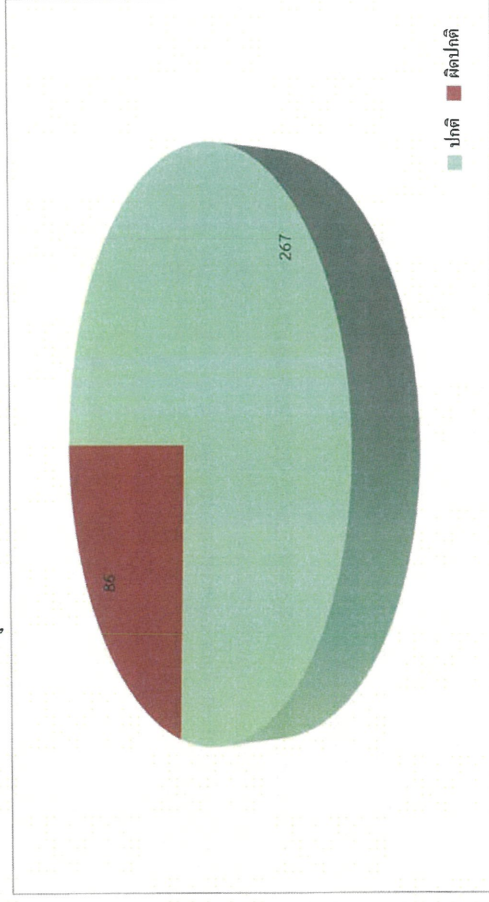




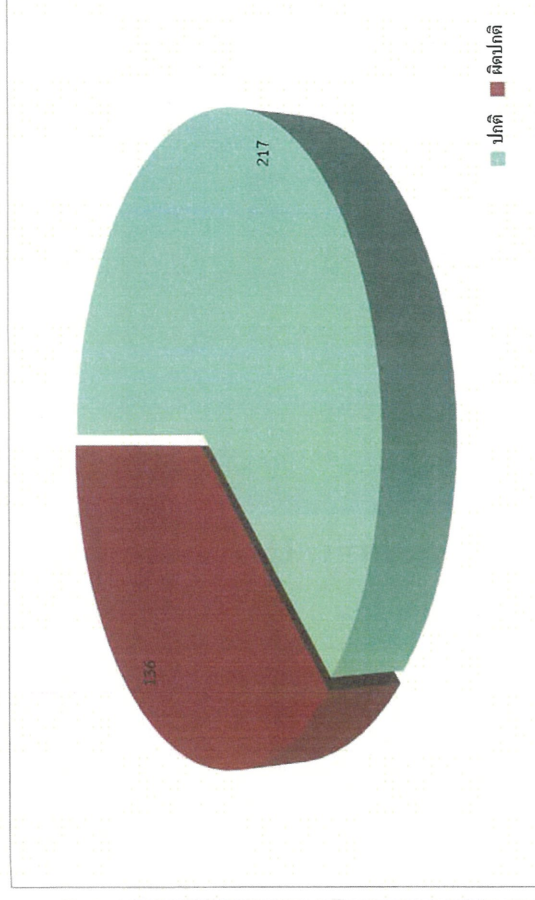
กราฟสรุปผลการตรวจระดับไขมันชนิดไม่ดีไม่มีปะโยชน์ : LDL



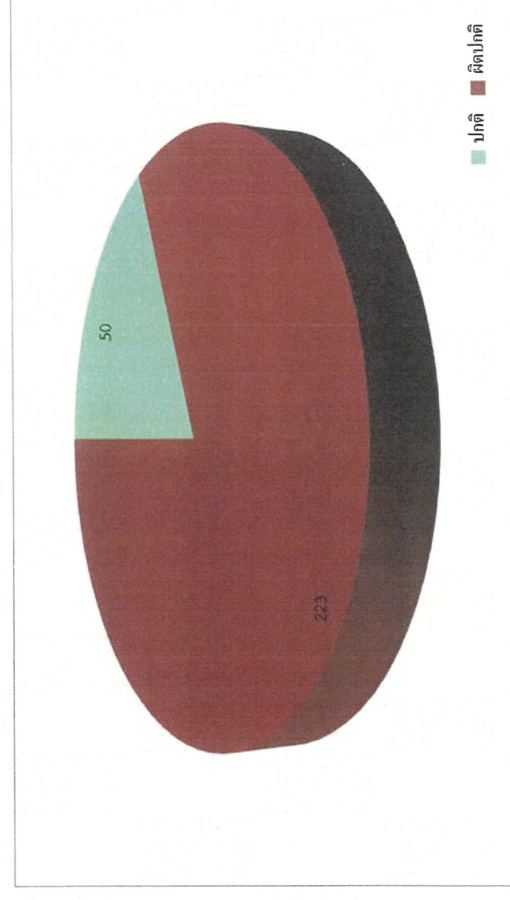
กราฟสรุปผลการตรวจระดับน้ำตาลในเลือด : Fasting Blood Sugar



กราฟสรุปผลการตรวจระดับกรดยูริก : Uric acid



กราฟสรุปผลการตรวจสายตาทั่วไปด้วยระบบคอมพิวเตอร์ : Vision Test





## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

### การดูแลตัวเองหลังการตรวจวัดความดันโลหิต

หลักสำคัญที่ทำให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ควบคุมและอยู่กับโรคได้อย่างมีความสุข ได้แก่ การควบคุมเรื่อง การรับประทานอาหาร และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมซึ่งมีคำแนะนำ ดังต่อไปนี้

1. เลือกรับประทานอาหารพวกแป้ง ธัญพืชที่ไม่ขัดสี ในปริมาณที่พอเหมาะ
  2. พยายามงดอาหารรสจัด ไม่ว่าจะเป็นหวาน มัน หรือเค็ม
  3. รับประทานอาหาร และผลไม้ที่ไม่หวานจัดเพื่อเพิ่มกากใยอาหาร
  4. ควบคุมน้ำหนัก
  5. งดสูบบุหรี่ และงดดื่มสุรา
  6. ออกกำลังกายเป็นประจำในแบบแอโรบิควันละ 30 นาที 3 ครั้งต่อสัปดาห์ ตามคำแนะนำของแพทย์
  7. รับประทานยาเพื่อควบคุมความดันโลหิต หรือยาควบคุมความดันตามคำแนะนำของแพทย์อย่างสม่ำเสมอ
  8. ระวังอย่ารับประทานยาใด ๆ เองโดยไม่ได้รับปรึกษาแพทย์ โดยเฉพาะยากลุ่มที่เป็นสเตียรอยด์ ยาฮอร์โมน
- หมั่นศึกษาหาความรู้ในการดูแลตนเอง
9. ทำจิตใจให้สงบ และผ่อนคลายความเครียด ไม่โกรธ หรือไม่พอใจ



## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

### การประเมินค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index หรือ BMI)

ค่าดัชนีมวลกาย เป็นอัตราส่วนของส่วนสูงและน้ำหนักซึ่งมีช่วงของน้ำหนักและเกี่ยวข้องกับการมีสุขภาพดี แทนที่จะคิดจากน้ำหนักเพียงค่าเดียวควรใช้ร่วมกับประวัติครอบครัวและประวัติการใช้ค่านี้โดยลำพัง

ข้อควรระวังของการประเมินนี้ ไม่ควรใช้สำหรับผู้ป่วยน้อยกว่า 20 ปี หญิงตั้งครรภ์หรือให้นมบุตรและผู้หญิงที่มีอายุมากกว่า 65 ปีและกระดูกโอบย่นกว่า 160 ซม. ผู้ที่เป็นนักกีฬาหนักน้ำหนักเมื่อไปวัดค่าดัชนีมวลกายจะมีความถูกต้องน้อยลงในการอ่านค่าดัชนีมวลกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ

ดัชนีมวลกาย =  $\frac{\text{น้ำหนัก (กิโลกรัม)}}{\text{ส่วนสูง (เมตร)}^2}$

ส่วนสูง (เมตร) x ส่วนสูง (เมตร)

หน่วยเป็น กิโลกรัมต่อตารางเมตร หรือ ก.ก/ ม<sup>2</sup>

ตัวอย่างการคำนวณ

$$\begin{aligned} \text{คุณสมหญิงมีน้ำหนักตัว 55 กิโลกรัมและส่วนสูง 1.6 เมตร ( 160 เซนติเมตร)} \\ \text{ดัชนีมวลกาย (คุณสมหญิง)} &= \frac{55}{1.6 \times 1.6} \\ &= 21.48 \text{ กิโลกรัมต่อตารางเมตร} \end{aligned}$$

แสดงว่าคุณสมหญิงมีน้ำหนักตัวปกติ ตามเกณฑ์ข้างล่างนี้  
การอ่านค่าโดยประมาณสำหรับค่าดัชนีมวลกาย

ค่าดัชนีมวลกาย  
(กิโลกรัมต่อตารางเมตร)

ผลทางสุขภาพ

น้อยกว่าหรือเท่ากับ 18.5 ผอมไป  
18.5 – 24.9 น้ำหนักตัวเหมาะสมหรือปกติ  
\* ถ้ามากกว่า 23 ขึ้นไป เริ่มมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดแล้ว / ภาวะเบาหวาน  
25 – 29.9 น้ำหนักเกิน  
มากกว่า 30 ขึ้นไป

อาจจะเกี่ยวกับการมีโรคสุขภาพ  
น้ำหนักตัวที่เหมาะสมสำหรับคนส่วนใหญ่  
มีโอกาสเสี่ยงสูงมากขึ้นต่อการเกิดปัญหาโรคหัวใจและหลอดเลือด และโรคอื่น  
เพิ่มความเสี่ยงต่อการมีโรคสุขภาพรุนแรงขึ้น



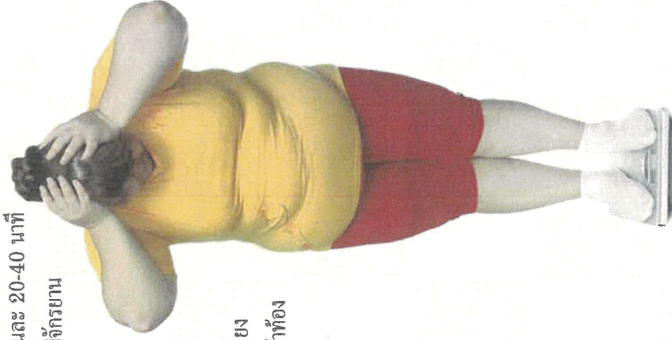
## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

### การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด

การควบคุมน้ำตาลจากการรับประทานอาหาร น้ำตาลในน้ำลายอาจเกิดจากการรับประทานอาหารที่มีส่วนเพิ่มระดับน้ำตาลในเลือด ด้วยเหตุนี้เราสามารถควบคุมระดับน้ำตาล ได้โดยการควบคุมอาหารที่รับประทานในแต่ละมื้อให้เหมาะสม เช่น อาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตที่รับประทานเป็นประจำวันหรือ คาร์โบไฮเดรตชนิดที่ขึ้นต้องได้จากธรรมชาติ ได้แก่ ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ ขนมปังโฮลวีท ธัญพืชต่าง ๆ ส่วน คาร์โบไฮเดรตชนิดที่ไม่ดี ที่ควรเลี่ยง ได้แก่ น้ำตาลทรายขาว น้ำผึ้ง น้ำหวาน น้ำตาลในนม และผลไม้รสหวานจัด ควรเลือกรับประทานอาหารที่มีใยอาหารสูงๆ อย่างผัก เพราะใยอาหารจะชะลอการย่อยและการดูดซึมคาร์โบไฮเดรต เป็นการควบคุมระดับน้ำตาลได้มากขึ้น

### การออกกำลังกาย สำหรับแนวทางในการออกกำลังกายเพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด มีดังต่อไปนี้

1. จะต้อง warm up cool down อย่างละ 5 นาทีโดยต้องออกกำลังวันละ 20-40 นาที
2. วิธีการออกกำลังกายที่ได้โดย การวิ่งอยู่กับที่ วิ่งเหยาะๆ เดินเร็วๆ จักรยาน ว่ายน้ำ ยกน้ำหนัก เป็นต้น
3. แนะนำให้ออกช่วงเย็น ควรออกกำลังกายอย่างน้อย 3 วัน และหยุดการออกกำลังกายไม่เกิน 2 วัน
4. เริ่มต้นออกกำลังกายแบบเบาๆก่อน และเพิ่มขึ้นเมื่อท่านแข็งแรงขึ้น
5. พยายามออกกำลังกายเวลาเดียวกัน สำหรับผู้ที่ลืมน้ำตาลหรือลืมออกกำลังกาย ควรพกเครื่องวัดน้ำตาลติดตัว (สำหรับคนที่ป่วยเบาหวาน)
6. ไม่ควรออกกำลังกายหลังอาหารมื้อหนักโดยทันที
7. จดออกกำลังกายเมื่อรู้สึกไม่สบาย หรือ ครมมีผู้ควบคุมดูแล



## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

### โรคไขมันในเลือดสูง

โรคไขมันในเลือดสูงคือภาวะที่ร่างกายมีระดับไขมันในเลือดสูงกว่าเกณฑ์ที่เหมาะสมทำให้เสี่ยงต่อการเกิดภาวะหลอดเลือดแดงแข็ง และส่งผลต่อระบบหัวใจและหลอดเลือดได้

### โคเลสเตอรอล (CHOLESTEROL)

เป็นไขมันชนิดหนึ่งที่พบในเลือด แม้ไม่สามารให้พลังงานแก่ร่างกายได้ แต่ก็มีความจำเป็นในการสร้างกรดน้ำดีซึ่งช่วยในการย่อยอาหาร สร้างฮอร์โมนบางชนิด และวิตามินดี รวมทั้งเป็นองค์ประกอบของผนังเซลล์ ตับสร้างไขมันโคเลสเตอรอลได้ แต่เมื่อใดที่โคเลสเตอรอลในเลือดมีมากเกินไปก็เกิดความเสี่ยงต่อการของร่างกาย คือ มากกว่า 200 mg/dl โคเลสเตอรอลเหล่านี้มีโอกาสมิได้มันหลอดเลือดอุดตันมากขึ้นทำให้หลอดเลือดตีบและอุดตันในที่สุด

### ไตรกลีเซอไรด์ (Triglyceride: TG)

เป็นไขมันอีกประเภทหนึ่งในกระแสเลือด ใกล้เคียงกับ “ผู้ช่วยผู้ร้าย” คนที่มีระดับไตรกลีเซอไรด์สูงพร้อมกับระดับ เอช ดี แอล โคเลสเตอรอลต่ำ หรือ เอช ดี แอล โคเลสเตอรอลสูง ยังเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจมากขึ้น

### โคเลสเตอรอล ชนิดให้โทษ เรียกว่า เอช ดี แอล LDL

ถ้ามีระดับสูงมากในเลือด จะนำโคเลสเตอรอลไปจับสะสมอยู่ตามผนังหลอดเลือดแดงทั่วร่างกาย ทำให้หลอดเลือดแดงแข็งและตีบแคบ ภาวะนี้จะไม่มีอาการรบกวนใด ๆ ทั้งสิ้น จะดำเนินอยู่นานเป็นสิบปีจนกระทั่งหลอดเลือดแดงตีบและอุดตัน จึงจะเกิดอาการต่าง ๆ ดังกล่าว

### โคเลสเตอรอล ชนิดให้คุณประโยชน์ เรียกว่า เอช ดี แอล HDL

ทำหน้าที่จับสารโคเลสเตอรอลตามผนังหลอดเลือดเอาไปทำลายทิ้ง ถ้าการศึกษาวิจัยพบว่าบุคคลที่มีระดับเอช ดี แอลในเลือดสูงจะมีอายุยืนยาวกว่าผู้ที่ระดับ เอช ดี แอลในเลือดต่ำ ปัจจุบันเชื่อว่า “เอช ดี แอล” ยังป้องกัน การเกิดหลอดเลือดแดงแข็งและตีบแคบ



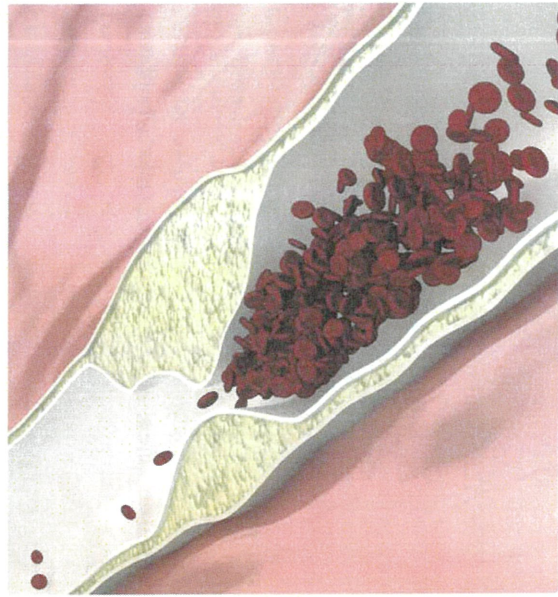
## สิ่งที่ควรรู้

ควบคุมอาหาร และจำกัดการรับประทานอาหารประเภทไขมัน ควรลดความอ้วน ลดปริมาณอาหารที่มีโคเลสเตอรอลสูง หลีกเลี่ยงอาหารพวกเครื่องในสัตว์ สมอสัตว์ ตับวัว ตับหมู หนังเป็ดหนังไก่ ไข่แดง ไขมันกระเทียม หอยแครง หอยแมลงภู หอยนางรม ปลาหมึก ไข่ปลา ฯลฯ

ออกกำลังกายสม่ำเสมอ เป็นการเพิ่มการเผาผลาญอาหาร โดยเฉพาะอย่างยิ่งโคเลสเตอรอลและยังช่วยเพิ่มระดับเซรุ่มคอเลสเตอรอลในเลือด ซึ่งเป็นตัวป้องกันการเกิดหลอดเลือดแดงแข็ง

งดสูบบุหรี่ การสูบบุหรี่จะทำให้เกิดมะเร็งในปอด เกิดการอักเสบของหลอดเลือด หรือหลอดเลือดอุดตันเร็วขึ้นได้ และพบว่าบุหรี่ทำให้เซรุ่มคอเลสเตอรอลในเลือดต่ำลง ซึ่งเป็นผลเสียและบุหรี่ยังเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจขาดเลือดที่สำคัญอีกด้วย

ปรึกษาแพทย์ ติดตามผลการปฏิบัติดังกล่าว เพื่อลดระดับโคเลสเตอรอล บางรายอาจต้องใช้ยาช่วยปรับระดับไขมัน ซึ่งแพทย์จะเป็นผู้แนะนำและติดตามผลการรักษาต่อไป



โรงพยาบาล  
**วิชัยเวช**  
อิมมูโนเซ็นเตอร์  
อินทโย

สอบถามข้อมูลหน่วยตรวจสุขภาพเคลื่อนที่  
**วิชัยเวช**  
02 441 7899 กด 4530, 4533  
1792  
www.vichaiwee.com



V care V cure V can  
ดูแลชีวิต...ด้วยจิตใจ

## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

### วิธีการดูแล

ดื่มน้ำให้เพียงพอต่อร่างกาย

การดื่มน้ำที่เพียงพอนั้นเปรียบเสมือนการช่วยให้ไต ไม่ต้องทำงานหนักเนื่องจากไม่ต้องกรองน้ำเลือดที่เข้มข้นนี้ ค่าแนะนำทั่วไปคือ ควรดื่มน้ำ 8-10 แก้ว (ประมาณ 2 ลิตร) ต่อวัน

รับประทานอาหารและใช้ยาเสริมอย่างเหมาะสม

การรับประทานอาหารที่เหมาะสม เสริมเป็นหลักสำคัญอย่างหนึ่งในการดูแลสุขภาพ ความหิวเล็่งอาหารที่มีรสจัด โดยเฉพาะอย่างยิ่ง รสหวานและเค็มนั้น มักนำมาด้วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงตามลำดับ นอกจากนี้ การรับประทานอาหารเสริมบางชนิดที่มากเกินไปก็จะมีโอกาสที่จะทำให้เกิดความผิดปกติได้

ป้องกันอาการกระดูกพรุนบริเวณสีข้าง

การออกกำลังกายหรือรับแดดบริเวณสีข้าง อาจเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคไตได้เนื่องจากเป็นตำแหน่งของไต ดังนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงอันตรายหรืออุบัติเหตุที่จะเกิดขึ้น เช่น การเหยียบหรือการต่อตัวโดยใช้บริเวณหลังของร่างกายเป็นฐาน เป็นต้น

ตรวจสุขภาพเป็นประจำ

การตรวจร่างกายเป็นประจำเป็นสิ่งที่ดีควรกระทำอยู่แล้วในการดูแลสุขภาพ สำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน หรือโรคความดันโลหิตสูง ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ รับประทานยาอย่างสม่ำเสมอเนื่องจากยาส่วนใหญ่ไม่ได้รับยาที่ต้นเหตุของโรค และการไม่ดูแลรักษาโรคประจำตัวก็อาจนำไปสู่ จะส่งผลให้ไตทำงานได้แยกลง ตบหัวใจ เครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ และเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของคาเฟอีน สารนิโคติน (Nicotine) ในบุหรี่ และคาเฟอีนในชา กาแฟ มีผลทำให้ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น ซึ่งเป็นหนึ่งในอีกหลายๆ กลไกที่ทำให้เกิดพิษต่อไต และเช่นเดียวกับการดื่มน้ำ การดื่มน้ำสะอาดที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ในปริมาณมากๆ ทำให้เกิดการสลายตัวของกล้ามเนื้อและเกิดไตวายเฉียบพลันตามมา

ใช้ยาอย่างระมัดระวัง

ยาทั่วไปที่ประชาชนเข้าถึงได้ง่าย แต่อาจส่งผลกระทบต่อการทำงานของไต ทำให้ไตทำงานได้ลดลง ได้แก่ยาในกลุ่มยาแก้ปวด ที่ไม่ได้มีโครงสร้างเป็นสเตียรอยด์ เช่น Aspirin, Diclofenac, Ibuprofen, Indomethacin, Naproxen และ Piroxicam เป็นต้น รวมไปถึงยากลุ่มอื่นๆ เช่น ยาต้านมะเร็ง ยาคุมกำเนิด ยาลดกรด เป็นต้น นอกจากนี้การใช้ยาในกลุ่มนี้ร่วมกับยาอื่นอาจส่งผลเสริมให้เกิดอาการข้างเคียงของยา (ในที่นี้คือ เป็นพิษต่อไต) ที่รุนแรงเพิ่มขึ้น หรือที่เข้าใจกันมาๆ ว่า “ยาตีกัน”

ดังนั้น นอกจากผู้ป่วยจะต้องใช้ยาอย่างระมัดระวังแล้ว ต้องแจ้งชื่อยาหรือยี่ห้อว่าตนเองใช้ให้กับแพทย์หรือเภสัชกรทุกครั้งที่ได้รับรักษา



## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

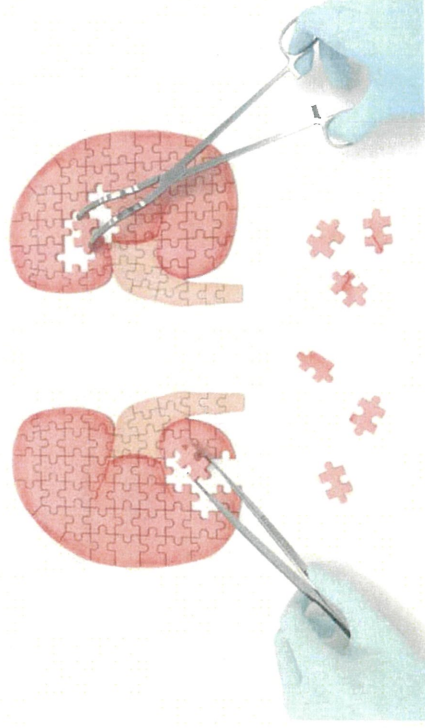
### การตรวจการทำงานของไต

เป็นการตรวจระดับประสิทธิภาพการทำงานของไต ว่ายังคงสามารถทำงานโดยการกรองของเสียออกจากร่างกายได้หรือไม่ โดยตรวจวัดสารบ่งชี้ 2 ชนิด ได้แก่

Blood Urea Nitrogen (BUN; ค่าปกติ 8 – 20 mg%) เป็นของเสียที่เกิดจากการสลายโปรตีน หากมีค่าสูงอาจมีสาเหตุมาจากการรับประทานอาหารที่มีโปรตีนมาก เครียด นั้ว หรืออาจมีภาวะไตเสื่อม Creatinine (Cr; ค่าปกติ 0.5 – 1.5 mg%) เป็นของเสียที่เกิดจากกล้ามเนื้อ และถูกขับออกทางไต เมื่อไตเสื่อม จะเกิดการคั่งของ Creatinine ในเลือด ค่านี้จะแปรผันไปตามเพศ อายุ น้ำหนัก Creatinine เพิ่มขึ้นได้จากหลายสาเหตุ เช่น ไตเสื่อม เลือดไปเลี้ยงไตลดลง หรือมีการอุดตันทางเดินปัสสาวะ

สารทั้ง 2 ชนิดนี้ เป็นสารที่เกิดขึ้นในร่างกายตลอดเวลา จากกระบวนการเผาผลาญทางชีวเคมีในเลือด ซึ่งโดยทั่วไปใช้ในการขับถ่ายและเหล่านี้ออกจากร่างกาย ไม่ให้มีการสะสมอยู่ในกระแสเลือด เพราะฉะนั้น ถ้าตรวจพบระดับของ BUN และ Creatinine สูงขึ้น แสดงว่าไตไม่สามารถกรองของเสียออกจากร่างกายได้ตามปกติ และเป็นตัวบ่งชี้ว่าอาจมีภาวะการทำงานของไตผิดปกติเล็กน้อย ไปจนถึงภาวะไตวายเรื้อรังตามลำดับ

อย่างไรก็ตาม การตรวจพบระดับ BUN, Creatinine สูงกว่าปกติ ควรตรวจซ้ำเพื่อยืนยัน รวมทั้งหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีรสเค็ม อาหารประเภทโปรตีน หลีกเลี่ยงการใช้ยาที่มีผลต่อไต และหากมีการติดเชื้อในระบบทางเดินปัสสาวะ หรือนั้ว ต้องรักษาให้หายขาด



## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

### การตรวจการทำงานของตับ

ตับเป็นอวัยวะที่ใหญ่ และหนักที่สุดในการสร้างสาร ที่มีความสำคัญต่อร่างกาย เช่น สารต้านเลือด น้ำตาล โปรตีน ภูมิคุ้มกัน และยังทำหน้าที่กำจัดสารพิษออกจากร่างกาย การเจาะเลือดโดยทั่วไปเพื่อดูว่าตับมีการอักเสบหรือไม่ โดยแพทย์จะสังเกตร่างกายของตับในกรณีตรวจร่างกายประจำปี หรือในกรณีที่ผู้ป่วยมีอาการตัวเหลืองตาเหลือง หรือ บวมตามร่างกาย

### เอนไซม์ตับที่สำคัญ SGOT & SGPT

SGOT เป็นเอนไซม์ที่พบในตับ ไต กล้ามเนื้อ หัวใจ (ค่าปกติไม่เกิน 40 mg/dl)  
SGPT เป็นเอนไซม์ที่พบมากในตับ พบน้อยในกล้ามเนื้อ หัวใจ ตับอ่อน (ค่าปกติไม่เกิน 40 mg/dl)  
ระดับเอนไซม์ SGPT จะมีความสำคัญ และมีความจำเพาะในการประเมินโรคตับมากกว่าเอนไซม์ SGOT ซึ่งอาจสูงจากสาเหตุอื่น เช่น การออกกำลังกายมากเกินไป

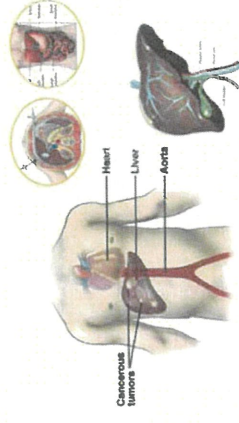
เมื่อตับเกิดการถูกทำลาย หรือมีการอักเสบของเนื้อตับ จะหลั่งเอนไซม์ SGOT, SGPT ออกมาสู่กระแสเลือด ทำให้ตรวจพบว่ามีระดับสูงขึ้นมากกว่าปกติ และสามารถตรวจพบได้ไวมาก โดยระดับ SGPT จะมีความสำคัญ และมีความจำเพาะมากกว่า แต่เนื่องจากเป็นการตรวจที่มีความไวมาก จึงอาจพบผลผิดปกติได้เล็กน้อยในคนทั่วไป จึงควรมีการกรองผล ดังนี้

1. ค่า SGOT, SGPT ที่สูงกว่าปกติ ไม่มากกว่า 1.5 เท่า อาจพบได้ในคนปกติ เพราะฉะนั้น ความผิดปกติเล็กน้อยในผู้ที่ไม่มีอาการ อาจไม่มีความสำคัญ หากตรวจพบค่า SGOT, SGPT ที่สูงกว่าค่าปกติ เกิน 1.5 เท่า ควรพบแพทย์เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม

2. ค่า SGOT, SGPT อาจจะสูงกว่าปกติในคนที่อื่น เนื่องจากคนอ้วนมักจะมีไขมันเกาะที่ตับ ซึ่งพบว่าเมื่อน้ำหนักลดลง ค่า SGOT และ SGPT ก็จะลดลง

### โรคที่ทำให้ค่า SGOT, SGPT สูง ได้แก่

- ตับอักเสบจากไวรัส
- ตับอักเสบจากการดื่มสุรา
- ตับอักเสบจากยา หรือสมุนไพร
- เนื้องอกในตับ
- ไขมันพอกตับ





# คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

## การดูแลตัวเองหลังจากการตรวจตับ

SGOT คือ เอนไซม์ที่พบมากที่หัวใจ ตับ ไต ระดับ SGOT สูงจะพบได้ในภาวะกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ หรือภาวะหัวใจขาดเลือด ภาวะตับอักเสบ การแปลผลควรเปรียบเทียบกับค่า SGPT

SGPT คือ เอนไซม์ที่พบมากที่สุดในตับรองลงมาพบในหัวใจ ไต ระดับ SGPT สูง จะพบได้ในการที่มีความผิดปกติของตับ เช่น ตับอักเสบ มะเร็งตับ โรคหัวใจ การแปลผลควรเปรียบเทียบกับค่า SGOT

GGT คือ เอนไซม์ที่สร้างจากเซลล์ตับและทางเดินน้ำดีระดับ GGT ที่สูงซึ่งสามารถพบได้ในผู้ป่วยโรคตับที่เกิดจากการดื่มแอลกอฮอล์ การรับประทานยาบางชนิดที่มีผลทำลายตับ การติดเชื้อไวรัสตับอักเสบและภาวะตับอ่อนอักเสบ

## ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้ที่มีภาวะการอักเสบของตับ

1. หลีกเลี่ยงการดื่มสุรา เบียร์ และเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ทุกชนิด
2. หลีกเลี่ยงการรับประทานยา สารเคมีหรือยาที่ไม่จำเป็น
3. รับประทานอาหารสุกๆดิบๆ ป้องกันการติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ
4. พักผ่อนให้เพียงพอ
5. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
6. ควรพบแพทย์เพื่อรับการรักษาทันทีอย่างต่อเนื่อง



โรงพยาบาล  
**วิชัยเวช**  
อิมเมจเซ็นเตอร์  
อานันท์

สอบถามข้อมูลขอใบตรวจสุขภาพแคะสื่อนท์  
**วิชัยเวช**  
02 441 7899 กด 4530, 4533  
1792  
www.vichaiwei.com

V care V cure V can  
ดูแลชีวิต...ด้วยจิตใจ

นอกจากนี้อาจค่า SGOT และ SGPT ที่สามารถบ่งบอกความผิดปกติที่ตับแล้ว ยังมีการตรวจที่ช่วยบ่งชี้ความผิดปกติของตับเพิ่มเติม ได้แก่

## Alkaline Phosphatase (ALP)

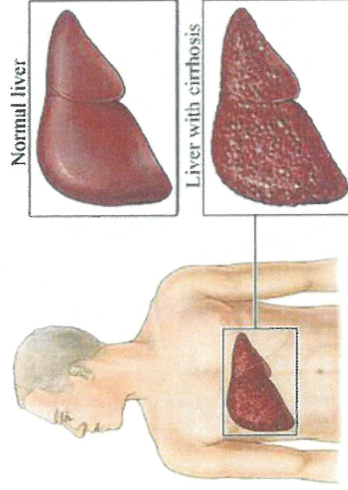
เป็นเอนไซม์ที่พบได้ในหลายอวัยวะ แต่พบมากในตับ ท่อน้ำดี และในกระดูก และเนื่องจากตับเป็นองค์ประกอบสำคัญที่สุด ค่า ALP ที่สูงขึ้น จึงสามารถบ่งชี้ความผิดปกติของตับได้ เช่น โรคตับอักเสบ (Hepatic tumor) ตับอักเสบ (Hepatitis) เป็นต้น

อย่างไรก็ดี ค่า ALP อาจสูงขึ้นได้ในบางกรณีอื่นๆที่ไม่เป็นอันตราย เช่น ในสตรีตั้งครรภ์ หรือผู้ที่รับประทานยารักษา รวมถึงความผิดปกติที่อวัยวะส่วนอื่น เช่น โรคเกี่ยวกับกระดูก ต่อมไทรอยด์ ท่อน้ำดี และภาวะร่างกายขาดวิตามินดี

## Alphafetoprotein (AFP)

ในรายที่มีความเสี่ยงสูง แพทย์จะพิจารณาส่งตรวจหาสารบ่งชี้มะเร็งที่ตับ ได้แก่

1. มีประวัติโรคตับแข็ง
2. โรคตับอักเสบเรื้อรัง
3. กลุ่มที่ตรวจพบ HBsAg
4. กลุ่มที่มีโรคมะเร็งตับในครอบครัว



โรงพยาบาล  
**วิชัยเวช**  
อิมเมจเซ็นเตอร์  
อานันท์

สอบถามข้อมูลขอใบตรวจสุขภาพแคะสื่อนท์  
**วิชัยเวช**  
02 441 7899 กด 4530, 4533  
1792  
www.vichaiwei.com

V care V cure V can  
ดูแลชีวิต...ด้วยจิตใจ



## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

### โรคเก๊าท์ (Gout)

โรคเก๊าท์ เป็นโรคข้ออักเสบเฉียบพลันที่พบได้บ่อย เกิดจากการสะสมกรดยูริก (Uric acid) ในกระแสเลือดมากเกินไปจนเกิดการตกผลึกตามกระดูกและข้อ เมื่อเยื่อข้ออักเสบอักเสบเฉียบพลัน ได้ทำงานบกพร่อง เกิดน้ำกรดยูริกในทางเดินปัสสาวะ และอาจมีภาวะแทรกซ้อนต่อระบบหัวใจและหลอดเลือดได้ตามระดับความรุนแรง

สาเหตุของการเกิดโรคเก๊าท์ยังไม่มีเป็นที่ทราบแน่ชัด เชื่อว่าสาเหตุหนึ่งมาจากการรับประทานอาหารที่มีกรดยูริกในปริมาณมาก ร่วมกับการขับกรดยูริกออกจากร่างกายลดลง โดยอาหารที่มีปริมาณกรดยูริกสูงได้แก่ อาหารจำพวกเครื่องในสัตว์ปีก, ปลาอินทรี, ถั่วแดง, ถั่วดำ, ผักกระถมน, หน่อไม้, ผักปรกยอดของพืชเกือบทุกชนิด เป็นต้น

#### อาการของโรคเก๊าท์

1. ปวด บวม แดง ร้อน โดยเฉพาะบริเวณหัวแม่เท้า เป็นข้อที่พบได้บ่อยที่สุด รองลงมาคือ ข้อเท้า ข้อเข่า ข้อมือ และข้อศอกตามลำดับ โดยมากมักปวดที่ละข้อ หรือในบางรายอาจปวดหลายตำแหน่งพร้อมกัน
2. มักปวดมากขึ้นในเวลากลางคืน หรือเมื่อมีปัจจัยอื่นเป็นตัวกระตุ้น ได้แก่ ความเครียด การดื่มเครื่องดื่มที่มี Alcohol การผ่าตัด การรับประทานที่มีกรดยูริกสูง
3. ส่วนมากพบในเพศชายมากกว่าเพศหญิง อาการมักเป็นๆ หายๆ หรือเป็นเรื้อรัง
4. ในรายที่เป็นรุนแรงอาจตรวจพบก้อนน้ำในทางเดินปัสสาวะ

#### การตรวจวินิจฉัย

โรคเก๊าท์ ยืนยันได้จากอาการแสดง และผลตรวจ Uric acid ในกระแสเลือดแล้วพบว่าสูงกว่าปกติ ซึ่งค่าปกติของกรดยูริกในเลือด อยู่ที่ประมาณ 2.7-8.0 มิลลิกรัม/เดซิลิตร (ในกรณีที่ได้ตรวจเลือดแล้วพบค่า uric acid สูงกว่าปกติ แต่ยังไม่มีอาการของโรคข้ออักเสบ (เก๊าท์) จะเป็นเพียงแค่ภาวะกรดยูริกในเลือดสูงเท่านั้น)

ดังนั้น เมื่อพบว่ามีระดับกรดยูริกในเลือดสูง ร่วมกับอาการปวดตามข้อ ควรปรึกษาแพทย์เพื่อขอคำแนะนำและทำการรักษาต่อไป



## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

### สิ่งที่ต้องทำความเข้าใจกับผลการตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)

ความผิดปกติบางกรณีของเม็ดเลือด เช่น ภาวะโลหิตจางรูปร่างของเม็ดเลือดแดงผิดปกติ สามารถบอกได้แน่นอนว่าเป็นภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็กหรือธาลัสซีเมีย แต่ถ้าผลการตรวจออกมาว่าซีดเล็กน้อย ลักษณะของเม็ดเลือดรูปร่างก็ปกติ ไม่มีการแตกของเม็ดเลือดหรือความผิดปกติอื่นๆ ก็ยากที่จะบอกได้ว่ามีโรคอะไร หรือจริงแล้วก็ไม่เป็นอะไรเลย แพทย์จะต้องใช้ข้อมูลจากประวัติการตรวจร่างกายว่าซีดหรือไม่ มีความผิดปกติอื่นๆของระบบต่างๆหรือไม่ใช่เพียงแต่ผลการตรวจที่พบว่ามีซีดเพียงเล็กน้อยอย่างเดียวก็สรุปไปว่าเป็นโรคที่ร้ายแรงต่างๆได้

ดังนั้น เมื่อท่านเห็นผลการตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือดแล้วมีความผิดปกติใดๆ ก็อย่าเพิ่งตกใจไปเพราะการที่จะวินิจฉัยว่าความผิดปกตินี้มีสาเหตุมาจากอะไร แพทย์ต้องพิจารณาข้อมูลจากประวัติผู้ป่วย ผลการตรวจร่างกายร่วมกับผลการตรวจสืบค้นอื่นๆ ประกอบด้วย ท่านควรพบแพทย์เพื่อการประเมินผลต่อไป





## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

### การตรวจปัสสาวะทั่วไป (Urinalysis)

เพื่อวินิจฉัยโรคทางห้องปฏิบัติการ เริ่มตั้งแต่การเก็บปัสสาวะที่ถูกดองตามคำแนะนำข้างต้นที่ จากนั้นเมื่อส่งถึงห้องปฏิบัติการจะดำเนินการตรวจวิเคราะห์ตามกระบวนการต่อไป การตรวจปัสสาวะโดยทั่วไปประกอบด้วย การตรวจทางกายภาพ เคมี และตรวจด้วยกล้องจุลทรรศน์

**การตรวจคุณสมบัติทางกายภาพ ได้แก่ ตรวจหาปริมาณ สาร สี กลิ่น ความขุ่น และความผิดปกติเฉพาะ**

1. สีปัสสาวะปกติมีสีเหลืองอำพัน แต่จะมีสีเข้มขึ้น-แก่ลงสีแตกต่างกันได้ตามความเข้มข้นของปัสสาวะ หากปัสสาวะที่ถ่ายออกมามีสีอื่น เช่น แดง น้ำตาล ฯลฯ อาจเกิดจากปัจจัยหลายอย่าง ได้แก่ อาหาร ยา สารสีต่างๆ หรือผลผลิตจากระบบเผาผลาญของร่างกาย การดูสีปัสสาวะจึงเป็นเครื่องบ่งชี้เบื้องต้นเกี่ยวกับโรคได้ และการจะผิดปกติของระบบเผาผลาญอาหาร

2. ความขุ่นปัสสาวะที่ถ่ายปัสสาวะ ปกติแล้วมักจะใส อาจขุ่นได้เมื่อตั้งทิ้งไว้หรือเก็บในตู้เย็น การรายงานความขุ่นในรายงานเป็นไลต์ ซุ่นเล็กน้อย หรือขุ่น ซุ่นปานกลาง (4+) ความขุ่นของปัสสาวะที่เกิดจากความผิดปกติ อาจเกิดจากเม็ดเลือดขาว แบคทีเรีย ไขมัน เป็นจำนวนมากได้

3. ความเข้มข้นปัสสาวะค่าปกติ 1.005-1.030 ความเข้มข้นปัสสาวะเป็นการวัดความสามารถของไตในการควบคุมความเข้มข้นและสภาวะของเหลวในร่างกายให้คงที่ อาจเปลี่ยนแปลงได้ขึ้นอยู่กับปริมาณที่ดื่มเข้าไป อุณหภูมิและอากาศในร่างกาย ความเข้มข้นปัสสาวะที่สูงเกินไป อาจเกิดจากร่างกายขาดน้ำ เช่นดื่มน้ำน้อย ท้องว่างรุนแรง หรือในเด็กเป็นไข้เลือดออกที่กลั้งซัด และได้รับบาดเจ็บบ่อยเกินไปทำให้ขาดน้ำในกระแสเลือด จะทำให้ปัสสาวะเข้มข้น ถ้าความเข้มข้นต่ำเกินไป อาจเกิดจาก กินน้ำมากเกินไป ร่างกายจึงกำจัดน้ำออกมามากปัสสาวะเยอะ หรือเป็นโรคที่ทำให้ปัสสาวะมีน้ำออกมามากผิดปกติ เช่น โรคเบาหวาน โรคตรวจทางเคมี

**การตรวจคุณสมบัติทางเคมีเป็นการตรวจความเป็นกรด-ด่าง และสารเคมีต่างๆ เช่น โปรตีน กลูโคส คีโตน และยูริคีนในปัสสาวะ**

1. ความเป็นกรดต่างค่าปกติ 5 - 8 ความเป็นกรดต่าง บ่งบอกความสามารถของไตในการควบคุมดุลกรดต่างของร่างกายเปลี่ยนแปลงไปตามกระบวนการเผาผลาญอาหาร ชนิดของอาหาร โรคและการรักษา
2. โปรตีนในปัสสาวะค่าปกติ ไม่มีหรือมีเล็กน้อย อาจพบโปรตีนมากในบุคคลที่มีไข้สูง โรคหัวใจวาย โรคที่มีพยาธิสภาพภายในไต ไตอักเสบเรื้อรังและเฉียบพลัน กระเพาะปัสสาวะอักเสบ ท่อน้ำปัสสาวะอักเสบ ในบุคคลที่ทำงานในสถานประกอบการที่มีการสัมผัสสารโลหะหนักบางชนิด เช่น ปะปน แคดเมียม มีฤทธิ์ในการทำลายเนื้อไต มีผลทำให้โปรตีนออกมาในปัสสาวะจำนวนมาก ในคนปกติอาจพบว่ามีโปรตีนออกมาในปัสสาวะได้จากการนึ่งหรือยืนนาน ๆ การออกกำลังกายที่หนัก การตั้งครรภ์ระยะท้ายๆ เครียด หรือมีไข้ เป็นต้น การรายงานผลรายงานเป็น trace, 1+, 2+, 3+ และ 4+ หมายถึงพบโปรตีนในปริมาณน้อยๆ ไปจนถึงปริมาณมากตามลำดับ

**วิชัยเวช**  
อิมพอร์ตเชนแนล  
อิมบอย

สอบถาม  
ข้อมูล  
02 441 7899 กด 4530, 4533  
1792  
www.vichaiwee.com

สอบถามข้อมูลแพทย์ตรวจสุขภาพเคลื่อนที่  
f วิชัยเวช vichaiwee @vichaiwee  
V care V cure V can  
ดูแลชีวิต...ด้วยจิตใจ

3. น้ำตาลในปัสสาวะหรือใช้วิธีใช้กระดาษทดสอบเปรียบเทียบกับการเปลี่ยนแปลงของสี จะพบเป็นผลลบ (สีน้ำตาลหรือเขียว) การตรวจพบว่าน้ำตาลกลูโคสออกมาในปัสสาวะอาจมีสาเหตุมาจากโรคได้ การตั้งครรภ์ ได้รับสารพิษหรือมีระดับน้ำตาลในเลือดสูง การรายงานผลเช่นเดียวกับกรรายงานโปรตีนในปัสสาวะ คือ trace, 1+, 2+, 3+ และ 4+ ตามลำดับ

### การตรวจด้วยกล้องจุลทรรศน์

1. เพื่อช่วยยืนยันหรือคัดกรองการติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะโดยการตรวจทางกายภาพและเคมีอาจไม่พบสิ่งผิดปกติ แต่เมื่อตรวจจะพบเม็ดเลือดขาวเม็ดเลือดแดง แบคทีเรีย เชื้อรา พยาธิ ผลต่างๆ ทางโปรตีน เป็นต้น ในตะกอนปัสสาวะ เช่น เซลล์ต่างๆ เม็ดเลือดขาว เม็ดเลือดแดง เม็ดเลือดขาว พยาธิ ผลต่างๆ ทางโปรตีน เป็นต้น
2. การตรวจด้วยกล้องจุลทรรศน์ เป็นวิธีที่สำคัญมากในการวินิจฉัยโรคโดยการนำตะกอนปัสสาวะ มาตรวจด้วยกล้องจุลทรรศน์ เพื่อหาเซลล์ต่างๆ เช่น เม็ดเลือดแดง เม็ดเลือดขาว เซลล์เยื่อ และตรวจหาเซลล์ เชื้อรา แบคทีเรีย ในการวินิจฉัยโรคได้ การตรวจหาเซลล์ต่างๆ เช่น เซลล์เยื่อออกซาลेट ยูริคแอซิด เป็นต้น

การตรวจปัสสาวะด้วยกล้องจุลทรรศน์นั้นสามารถช่วยในการวินิจฉัยโรค เช่น การพบเม็ดเลือดแดง และเซลล์ออกซาลेट ย่อมบ่งชี้ว่าปัสสาวะเป็นโรคไตเฉียบพลัน และยังบ่งชี้ประโยชน์ในการติดตามการรักษาโรคไตที่ขึ้นหรือลดลง เช่น ก่อนรักษาพบค่าสั 5-10 ค่าสัที่ผิดปกติก็ถือว่าดีแล้ว แต่พบรักษาแล้วเหลือ 0-1 ค่าสัที่ผิดปกติก็ถือว่าดี ย่อมแสดงว่าอาการดีขึ้น

3. ในคนปกติ ไม่ควรมีเม็ดเลือดขาวในปัสสาวะเลย แต่ถ้ามีเม็ดเลือดขาวออกมาในปัสสาวะ แสดงว่ามีการอักเสบติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ เช่น กระเพาะปัสสาวะอักเสบ หรือกรวยไตอักเสบ ปกติจะรายงานเป็นจำนวนเซลล์ที่พบต่อพื้นที่มองเห็นด้วยกล้อง ขนาด x40 หรือ high dry eld (hdf) ถ้าพบที่พบเล็กน้อย เช่น 1-2 cell/ hdf อาจจะ

ไม่สำคัญเท่าไรนัก แต่ถ้าพบมีการติดเชื้ออาจพบหลายสิบตัวหรือเป็นร้อยๆ ซึ่งจะรายงานว่ามีจำนวนมาก เม็ดเลือดแดงเช่นเดียวกับการพบเม็ดเลือดขาว คนปกติไม่ควรพบเม็ดเลือดแดงในปัสสาวะถ้าพบแสดงว่ามีเลือดออกในทางเดินปัสสาวะ อาจจะมีสาเหตุจากสาเหตุต่างๆ ในกรณีที่มีประวัติประจำได้รับการตรวจพบเม็ดเลือดแดงในปัสสาวะ หรือมีเนื้องอกในทางเดินปัสสาวะ หรือนิ่วในทางเดินปัสสาวะ การติดเชื้อบางกรณีกทำให้เม็ดเลือดแดงออกมา ในปัสสาวะได้แม้จะมีเม็ดเลือดขาวมากกว่าสาเหตุที่พบบ่อยที่สุดที่ทำให้พบเม็ดเลือดแดงจำนวนมากในปัสสาวะคือเนื้องอก ความผิดปกติของทางเดินปัสสาวะในส่วนต่างๆ เมื่อมีการอักเสบหรือ

6. อาจพบผลึกของสารต่างๆ ที่ปนมากับปัสสาวะเช่น calcium oxalate หรือ urate crystal ซึ่งพวกนี้อาจจะตกตะกอนเป็นนิ่วต่อไปได้



**วิชัยเวช**  
อิมพอร์ตเชนแนล  
อิมบอย

สอบถาม  
ข้อมูล  
02 441 7899 กด 4530, 4533  
1792  
www.vichaiwee.com

สอบถามข้อมูลแพทย์ตรวจสุขภาพเคลื่อนที่  
f วิชัยเวช vichaiwee @vichaiwee  
V care V cure V can  
ดูแลชีวิต...ด้วยจิตใจ



## คำแนะนำหลังการตรวจสุขภาพ

### การเอกซเรย์ทรวงอก (Chest X-ray)

การเอกซเรย์ปอด เป็นวิธีที่นิยมใช้ในการคัดกรองวัณโรคในระยะแรกๆ ที่อาจยังไม่มีอาการ ทั้งนี้แพทย์ยังต้องวินิจฉัยร่วมกับการซักประวัติ ตรวจร่างกาย และส่งตรวจเสมหะเพิ่มเติม นอกจากนี้ การเอกซเรย์ยังสามารถดูขนาดของหัวใจ และการคงของแนวกระดูกสันหลังได้ด้วย

วัณโรคปอด เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรียชนิดหนึ่งที่มีขนาดเล็กมากชื่อไมโครแบคทีเรียทูปอร์คูโลซิส (Mycobacterium tuberculosis) จริงๆ แล้วเชื้อตัวนี้สามารถก่อให้เกิดโรคได้กับอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย มีไข้เฉพาะที่ปอดอย่างที่บางท่านเข้าใจ

#### การติดต่อ

การติดต่อของโรค มักจะเป็นการรับเชื้อเข้าไปในปอดโดยตรงจากการหายใจ การไอ การจามหรือการพูดคุยกับผู้ที่เป็นโรคนี้ ดังนั้นผู้ที่ยังไม่ได้รับการรักษาอย่างถูกต้อง นอกจากจะเป็นผลเสียต่อสุขภาพร่างกายของตนเองแล้ว ยังอาจแพร่กระจายเชื้อไปสู่ผู้อื่นได้อีกด้วย ที่สำคัญการแพร่กระจายเชื้อมักเป็นไปอย่างรวดเร็ว เนื่องจากติดต่อได้ง่ายโดยระบบทางเดินหายใจ

#### การป้องกัน

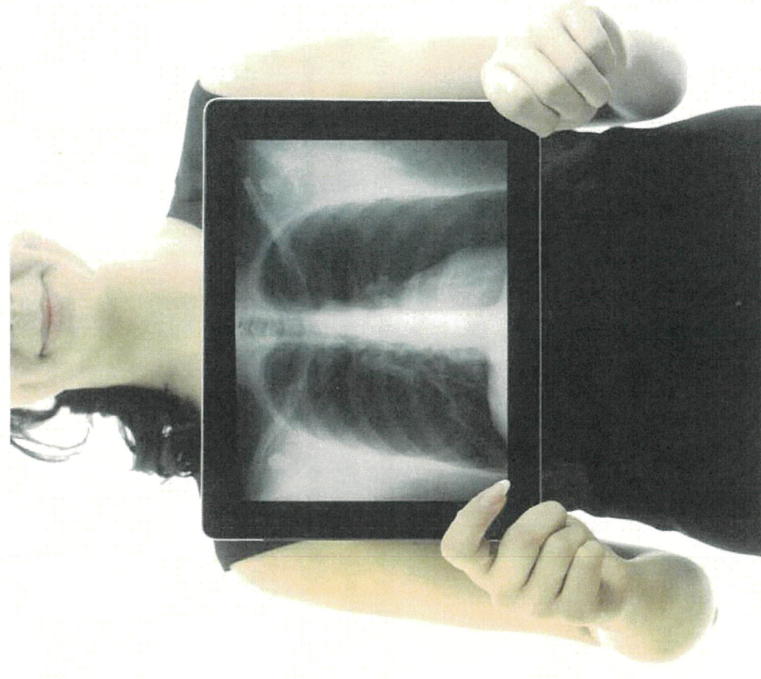
1. รักษาสุขภาพให้แข็งแรง โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ 3-4 ครั้ง รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบ 5 หมู่ และพักผ่อนให้เพียงพอ
2. หลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วยวัณโรค
3. หากจำเป็นต้องอยู่ในสถานที่ที่มีผู้คนแออัด ควรป้องกันด้วยการสวมหน้ากากอนามัย
4. หากคนในครอบครัวป่วยเป็นวัณโรค ควรดูแลให้รับประทานยาตรงเวลาและสม่ำเสมอ ไม่ให้ขาดยา
5. ควรตรวจร่างกาย โดยการเอกซเรย์ปอดอย่างสม่ำเสมอปีละครั้งและ พยาตรา หลาน ไม่รับการฉีดวัคซีน BCG
6. หากมีอาการผิดปกติ น้ำหนักจะผอมลง มีไข้เรื้อรังเป็นเวลานานมากกว่า 3 สัปดาห์ หรือไอมีเสมหะปนเลือด เจ็บหน้าอกเวลาไอ อ่อนเพลีย ผื่นอาหาร น้ำหนักลด มีไข้ต่ำๆ ตอนบ่ายหรือเย็น เหงื่อออกตอนกลางคืน ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อรับการตรวจ โดยการเอกซเรย์ปอด และตรวจเสมหะ

### ภาวะหัวใจโต

1 ในกรณีที่ผลเอกซเรย์พบว่าหัวใจโตเล็กน้อย อาจเนื่องมาจากอายุที่มากขึ้น หากผลการตรวจร่างกายปกติ ความดันโลหิตอยู่ในเกณฑ์ปกติ จึงไม่บ่งชี้ว่าเป็นโรค แต่หากผลการเอกซเรย์พบว่าหัวใจโตมากกว่าปกติ และมีอาการผิดปกติอื่นร่วมด้วย เช่น อาการเจ็บแน่นหน้าอก เหนื่อยง่ายกว่าปกติ นอนราบไม่ได้ ควรพบแพทย์เพื่อหาสาเหตุเพิ่มเติมต่อไป

#### กระดูกสันหลังคดงอ

หากผลเอกซเรย์พบว่ากระดูกสันหลังมีการคดงอ จะช่วยบ่งชี้ถึงสาเหตุของอาการปวดหลัง เอว หรือ คอแบบเรื้อรังได้ หากพบความผิดปกติดังกล่าว ควรพบแพทย์เพื่อหาสาเหตุและแนวทางการรักษาต่อไป







สำนักมาตรฐานห้องปฏิบัติการ  
กระทรวงสาธารณสุข

หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

### ห้องปฏิบัติการ

โรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล อ้อมน้อย  
เลขที่ 74/5 หมู่ 4 ถนนเพชรเกษม ตำบลอ้อมน้อย  
อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร 74130

ได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นห้องปฏิบัติการที่ผ่านการรับรองความสามารถ  
ตามมาตรฐาน ISO 15189: 2012 และข้อกำหนดและเงื่อนไขการรับรองความสามารถ  
ห้องปฏิบัติการทดสอบด้านการแพทย์และสาธารณสุขของสำนักงานมาตรฐานห้องปฏิบัติการ  
ตามรายการและวิธีทดสอบที่กำหนดในเอกสารแนบท้ายในด้าน

### ห้องปฏิบัติการทางการแพทย์

ผู้ดำเนินการสำนักมาตรฐานห้องปฏิบัติการ  
ให้ไว้ ณ วันที่ 24 พฤษภาคม 2565  
ถึงวันที่ 23 พฤษภาคม 2569

หมายเลขทะเบียน 4204/61



สำนักมาตรฐานห้องปฏิบัติการ  
กระทรวงสาธารณสุข

หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

### ห้องปฏิบัติการ

โรงพยาบาลวิชัยเวช อินเตอร์เนชั่นแนล อ้อมน้อย  
เลขที่ 74/5 หมู่ 4 ถนนเพชรเกษม ตำบลอ้อมน้อย  
อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร 74130

ได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นห้องปฏิบัติการที่ผ่านการรับรองความสามารถ  
ตามมาตรฐาน ISO 15190 : 2003 และข้อกำหนดและเงื่อนไขการรับรองความสามารถ  
ห้องปฏิบัติการทดสอบด้านการแพทย์และสาธารณสุขของสำนักงานมาตรฐานห้องปฏิบัติการในด้าน

### ความปลอดภัยของห้องปฏิบัติการทางการแพทย์

ผู้ดำเนินการสำนักมาตรฐานห้องปฏิบัติการ  
ให้ไว้ ณ วันที่ 24 พฤษภาคม 2565  
ถึงวันที่ 23 พฤษภาคม 2569

หมายเลขทะเบียน 4204/61

ที่ ๓๔๔



# กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

ประกาศนียบัตรนี้ให้ไว้เพื่อแสดง

นายแพทย์มงคล วณิชภักดีเดชา

ได้รับการฝึกอบรมแพทย์อาชีวเวชศาสตร์

หลักสูตร ๒ เดือน รุ่นที่ ๑๙

ระหว่างวันที่ ๓๐ มีนาคม ๒๕๕๒ ถึงวันที่ ๒๙ พฤษภาคม ๒๕๕๒

รับรองตามถูกต้อง



(นายแพทย์มงคล วณิชภักดีเดชา)

นางทะเบียน

อธิบดีกรมการแพทย์

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลนครราชสีมา