

ที่ ลย ๐๐๓๓.๒๐๑.๔.๐๕ / ๐๕๕



โรงพยาบาลเลย

ถนนมลิวรรณ ลย ๔๒๐๐๐

๖๒

มกราคม ๒๕๖๘

เรื่อง รายงานผลการตรวจสอบสุขภาพประจำปี ๒๕๖๘

เรียน กรรมการผู้จัดการ

อ้างถึง หนังสือบริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด ลงวันที่ ๑๐ ตุลาคม ๒๕๖๘

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.รายงานผลการตรวจสอบสุขภาพ บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด

จำนวน ๑ ฉบับ

๒. รายงานผลการตรวจสอบสุขภาพรายบุคคล

จำนวน ๓๙ เล่ม

ตามที่ โรงพยาบาลเลย ได้ให้บริการตรวจสอบสุขภาพพนักงาน บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด
จำนวน ๓๙ คน ในวันที่ ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๘ นั้น

บัดนี้ โรงพยาบาลเลยได้ดำเนินการเสร็จเรียบร้อยแล้ว จึงขอรายงานผลการตรวจสอบสุขภาพ
ประจำปี ๒๕๖๘ รายละเอียดต่าง ๆ ดังเอกสารที่แนบมาเรียนพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายพนพล พิชญวงษ์)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเลย

กลุ่มงานอาชีพเวชกรรม

นางสาวรัตนิศา คณะแพง ๐๘๒๔๔๕๗๓๘๑

โทร. ๐ ๔๒๘๖ ๒๑๒๓ ต่อ ๒๗๑๖

โทรสาร. ๐ ๔๒๘๖ ๒๑๔๗



บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด
132 หมู่ที่ 7 ตำบลทรัพย์โพธิ์
อำเภอเอราวัณ จังหวัดเลย 42220 ประเทศไทย
โทร. +6642 039648 โทรสาร +6642 039649

BUMRUNGTHEP KARSILA CO., LTD.
132 Village No.7, Subpaiwan Sub-District,
Erawan District, Loei Province 42220, Thailand
Tel. +6642 039648 Fax. +6642 039649

10 ตุลาคม 2568

โรงพยาบาลเลข
10389
17/10/2568
15.17 น.

เรื่อง ขอความร่วมมือออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ตรวจสุขภาพให้กับผู้ประกันตน เอกชเรย์ปอด

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเลข

ด้วย บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด ผู้ประกอบกิจการโรงโม่ บดและย่อยหิน เหมืองแร่ หินอุตสาหกรรม ชนิดหินปูน (เพื่ออุตสาหกรรมก่อสร้าง) ที่ตำบลทรัพย์โพธิ์ อำเภอเอราวัณ จังหวัดเลย บริษัทฯ มีความประสงค์ขอความร่วมมือให้โรงพยาบาลเลข ซึ่งเป็นโรงพยาบาลคู่สัญญาหลัก ของผู้ประกันตนและพนักงาน บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด โดยมีผู้ประกันตน จำนวน 87 ราย

บริษัทฯ ได้ให้ความสำคัญต่อสุขภาพพนักงาน เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพของผู้ประกันตน และทำการคัดกรองความเสี่ยงเบื้องต้น จึงขอความร่วมมือมายังท่านขอความอนุเคราะห์ดำเนินการออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ เพื่อทำการตรวจสุขภาพประจำปี 2568 ให้กับผู้ประกันตนตรวจเอกซเรย์ปอด ให้แก่พนักงาน โดยได้ประสานงานกับเจ้าพนักงานที่รับผิดชอบงานอาชีวอนามัย ของโรงพยาบาลเลข ซึ่งได้กำหนดตรวจสุขภาพให้แก่พนักงานในวันที่ 27 พฤศจิกายน 2568 ในการออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ขอได้ประสานงานกับผู้ประสานงานของบริษัทฯ เพื่อทำการจัดเตรียมสถานที่และแจ้งผู้ประกันตนให้เตรียมความพร้อมและเข้ารับการตรวจสุขภาพตามวันและเวลาที่กำหนดต่อไป บริษัทฯ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดีเช่นเคย และขอขอบพระคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

BUMRUNGTHEP KARSILA CO., LTD.



ขอแสดงความนับถือ

(นายชัตติยา ไชยเอีย)

กรรมการผู้จัดการ

- ☐ ทราบ
- ☒ เห็นชอบ
- ☐ แจ้งเพื่อทราบ
- ☐ แจ้งดำเนินการ
- ☐ อนุมัติ / อนุญาต
- ☐ ลงนามแล้ว
- ☐ มอบ

โรงพยาบาลเลข
17 ต.ค. 68

นายชัตติยา ไชยเอีย (นายชัตติยา ไชยเอีย)
กรรมการผู้จัดการ
17 ต.ค. 68
20 ต.ค. 2568



รายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลเลย

ผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2568

บริษัท บำรุงเทพการศัลยา จำกัด

วันที่ 27 พฤศจิกายน 2568

โรงพยาบาลเลย
รายงานผลการตรวจสุขภาพ ประจำปี 2569
บริษัท บำรุงเทพการศัลยา จำกัด
วันที่ 27 พฤศจิกายน 2568



ตารางที่ 1 แสดงผลการตรวจสุขภาพ

ผลการตรวจ	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
พนักงานเข้ารับการตรวจทั้งหมด	39	
ชาย	27	69.23
หญิง	12	30.77
ดัชนีมวลกาย		
ผอม (ค่าดัชนีมวลกายต่ำกว่า 18.5)	0	0.00
อ้วนปานกลาง(ค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 - 29.9)	7	17.95
อ้วนมาก (ค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 30)	6	15.38
รอบเอวเกินมาตรฐาน		
ชาย (มากกว่า 90 เซนติเมตร)	7	17.95
หญิง (มากกว่า 80 เซนติเมตร)	9	23.08
ผลการตรวจ		
ความดันโลหิตสูง(เกิน 140 /90 มิลลิเมตรปรอท)	10	25.64
ผลเอกซเรย์		
ผลผิดปกติ	3	7.69

ลงชื่อผู้สรุปรายงาน Sondh m...

(นางสาวรัตนีศา คณະแพง)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ



รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2568
บริษัท บำรุงเทพการศิลา จำกัด

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	อายุ (ปี)	HN	น้ำหนัก	ส่วนสูง	BMI ค่าปกติ	รอบเอว		ความดันโลหิต		เอกซเรย์ ทรวงอก CXR
							ช > 90 ญ > 80	บน	ล่าง		
1		18	0296521	65	160	25.391	87	137	71	ปกติ	
2		19	0418503	62	167	22.231	81	129	63	ปกติ	
3		19	0691908	55	170	19.031	66	110	67	ปกติ	
4		21	0315269	104	180	32.099	106	143	84	ปกติ	
5		22	0700646	68	176	21.952	83	123	65	ปกติ	
6		22	0636231	55	170	19.031	72	126	79	ปกติ	
7		23	0700645	75	187	21.448	87	143	90	ปกติ	
8		25	0610543	70	176	22.598	76	125	77	ปกติ	
9		27	0636222	65	166	23.588	85	128	76	ปกติ	
10		28	0636212	89	175	29.061	97	130	83	ปกติ	
11		31	0255738	106	183	31.652	102	142	88	ปกติ	
12		32	0532382	65	167	23.307	82	130	76	ปกติ	
13		33	0700644	59	175	19.265	88	105	56	ปกติ	
14		40	0610528	92.5	160	36.133	106	145	85	ปกติ	
15		41	0644966	63	165	25.14	77	137	95	ปกติ	

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

(นายกรัณย์ บุญเจียร) ว.32522

แพทย์อาชีวเวชศาสตร์



รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2568
บริษัท บำรุงเทพการศัลยา จำกัด

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	อายุ (ปี)	HN	น้ำหนัก	ส่วนสูง	BMI ค่าปกติ	รอบเอว	ความดันโลหิต		เอกซเรย์ ทรวงอก CXR
								บน	ล่าง	
16	1	42	0570983	97	175	31.673	ช > 90 ญ > 80	140	90	ปกติ
17	1	43	0691890	65	165	23.875				ปกติ
18	1	46	0588885	52	160	20.312				ปกติ
19	1	47	0361941	60	170	20.761				ปกติ
20	1	47	0691952	56	164	20.821				ปกติ
21	1	48	0700647	107	167	38.366				ปกติ
22	1	48	0636211	62.5	165	22.957				ผิดปกติ
23	1	49	0581061	60	170	20.761				ผิดปกติ
24	1	50	0636225	77	158	30.844				ปกติ
25	1	50	0384717	59	158	23.634				ปกติ
26	1	53	0248259	57	170	19.723				ผิดปกติ
27	1	55	0316205	52	160	20.312				ปกติ
28	1	33	0142432	72	165	26.446				ปกติ
29	1	33	0599876	57	155	23.725				ปกติ
30	1	41	0570988	70	158	28.04				ปกติ

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

(นายกรัณย์ บุญเจียร) ว.32522

แพทย์อายุรเวชศาสตร์



รายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2568
บริษัท บำรุงเทพการศัลยา จำกัด

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	อายุ (ปี)	HN	น้ำหนัก	ส่วนสูง	BMI ค่าปกติ	รอบเอว	ความดันโลหิต		เอกซเรย์ ทรวงอก CXR
							ชาย > 90 หญิง > 80	บน	ล่าง	
31		48	0679288	60	158	24.035	92	128	96	ปกติ
32		50	0361943	60	150	26.667	93	120	78	ปกติ
33		52	0679290	55	155	22.893	86	134	74	ปกติ
34		22	0679287	56	155	23.309	65	124	73	ปกติ
35		28	0433080	55.6	160	21.719	70	109	64	ปกติ
36		31	0515427	55	156	22.6	74	124	68	ปกติ
37		35	0152030	60	155	24.974	81	110	68	ปกติ
38		35	0155232	65	160	25.391	86	118	74	ปกติ
39		35	0645049	75	167	26.892	92	115	63	ปกติ

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

(นายกรัณย์ บุญเจียร) ว.32522

แพทย์อาชีวเวชศาสตร์

ภาวะสุขภาพเบื้องต้น

ผลการเอกซเรย์ทรวงอก

ผลผิดปกติ ควรพบอายุรแพทย์ เพื่อตรวจเพิ่มเติม และรับการรักษาที่ถูกต้อง

➤ 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. กินอาหารเช้าทุกวัน เพราะมื้อเช้าเป็นมื้อหลัก เพื่อกระจายปริมาณพลังงานอาหารให้พอเหมาะกับความต้องการของร่างกาย นอกจากนั้น จะช่วยให้ร่างกายไม่หิวมากในช่วงบ่าย และควบคุมอาหารมื้อเย็นให้กินได้น้อยลงได้
3. กินอาหารแต่พออิ่มในแต่ละมื้อ ไม่ควรบริโภคจนอ้วนมากเกินไป

4. กินอาหารธรรมชาติ ไม่แปรรูป เช่น เมล็ดธัญพืช กลุ่มข้าวแป้ง ได้แก่ ข้าวกล้อง เผือก มัน ข้าวโพด กลุ่มน้ำมัน ได้แก่ เมล็ดทานตะวัน เมล็ดฟักทอง ถั่ว งา เป็นต้น เพราะมีวิตามิน เกลือแร่ และใยอาหารสูง
5. กินผักและผลไม้ไม่หวานให้มากพอ และครบ 5 สี คือ สีนํ้าเงิน ม่วง แดง เขียว ขาว เหลืองส้ม และแดง เพื่อเพิ่มวิตามิน เกลือแร่ และเพิ่มระบบภูมิคุ้มกันโรคจากสารเคมีในผัก ผลไม้
6. กินอาหารมื้อเย็นแต่วัน เวลา สำหรับอาหารมื้อเย็นควรห่างจากเวลานอนไม่น้อยกว่า 4 ชั่วโมง เพราะในช่วงเวลานอนหลับ ระบบประสาทสั่งงานให้ร่างกายพักผ่อน เกิดการสะสมไขมันในอวัยวะช่องปากมากขึ้น
7. กินเป็น คือ รู้จักหลีกเลี่ยงอาหารมันจัด หวานจัด และเค็มจัด อาหารในรูปไขมัน น้ำมัน มาการีน น้ำตาล แป้ง และเกลือ เช่น เค้ก คุกกี้ มันฝรั่งทอด โรตีสี และของดอง เป็นต้น

นอกจากควบคุมการกินอาหารแล้ว การออกกำลังกายยังเป็นการลดไขมันหน้าท้องได้เป็นอย่างดี โดยควรออกกำลังกายที่ชื่นชอบ 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
7. พักผ่อนให้เพียงพอ