

ลานนาสาร

โรงพยาบาลลานนา

ฉบับที่ 1/2563

ศูนย์ไตเทียม
Hemodialysis Center 
เปิดให้บริการแล้ววันนี้



เหนื่อยง่าย หายใจเร็ว
อาจกลายเป็น
“โรคหัวใจตีบตัน”

หกล้มในผู้สูงวัย ..
เรื่องใหญ่ ต้องระวัง !!!

เบาหวาน อันตราย..
ควบคุมน้ำตาลไม่ได้
หลายโรคร้ายรุมเร้า

อุจจาระสีซีดในการก
ระวัง !! โรคทางเดินน้ำดีอุดตัน

ฝ้าใต้อ่อนด้วยการส่องกล้อง
“คุณจารึก รุ่งใสว”



www.lanna-hospital.com

Line ID : @lannahospital

Contents

สารบัญ สารานุกรม

2

ศูนย์ไตเทียม โรงพยาบาลลานนา เปิดให้บริการแล้ว

3 - 4

หกล้มในผู้สูงอายุ ... เรื่องใหญ่ ต้องระวัง !!!

5 - 6

เหนื่อยง่าย หายใจเร็ว อาจกลายเป็น “โรคหัวใจตีบตัน”

7 - 8

รักกันแค่วัน..ก็ให้ห่าง 2 เมตร
ระยะปลอดภัย จาก COVID -19

9 - 10

ระวังอันตราย...ถ้าควบคุมน้ำตาลไม่ได้

11 - 12

สัมภาษณ์ผู้ป่วยผ่าตัดใส่ลิ้นแผลเล็ก

13 - 14

วัคซีนป้องกันปอดอักเสบ จำเป็นในผู้ใหญ่

15 - 16

อุจจาระสีซีดในทารก..เสี่ยงต่อโรคทางเดินน้ำดีตีบตัน

17 - 18

ข่าวสารและกิจกรรม



หกล้มในผู้สูงอายุ ... เรื่องใหญ่ ต้องระวัง !!!



เบาหวานอันตราย.. ควบคุมน้ำตาลไม่ได้ หลายโรคภัยรุมเร้า



อุจจาระสีซีดในทารก เพื่อต่อโรคทางเดินน้ำดีตีบตัน



เหนื่อยง่าย หายใจเร็ว อาจกลายเป็น “โรคหัวใจตีบตัน”

1

Lanna hospital
โรงพยาบาล ลานนา

What's New



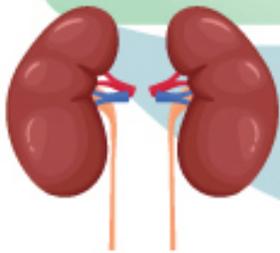
ศูนย์ไตเทียม
Hemodialysis Center



ศูนย์ไตเทียม โรงพยาบาลลานนา

ให้บริการอย่างครบวงจรเกี่ยวกับไตเทียม

- ✓ สิทธิ์ทั่วไป
- ✓ สิทธิ์ประกันสังคม
- ✓ สิทธิ์สวัสดิการข้าราชการ



ศูนย์ไตเทียม โรงพยาบาลลานนา เปิดให้บริการแล้ว..

เปิดแล้ววันนี้ ให้บริการอย่างครบวงจรเกี่ยวกับไตเทียม เพื่อให้การดูแลสำหรับผู้ป่วยโรคไตวาย ทั้งแบบเรื้อรัง และเฉียบพลันที่ต้องได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ที่มีระบบความปลอดภัยสูง และสามารถวัดประสิทธิภาพ การฟอกเลือดได้ใช้ระบบน้ำ RO ใช้ฟอกเลือด สะอาดมีมาตรฐานระดับสูง และทีมงานมืออาชีพ มั่นใจในความปลอดภัย ตรวจรักษาโดย แพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางด้านอายุรศาสตร์โรคไต และพยาบาลวิชาชีพ ที่ผ่านการอบรมการดูแลผู้ป่วยโรคไตแล้วภายใต้สภาพแวดล้อมที่สะดวกสบาย สะอาด สำหรับผู้ป่วย และครอบครัว

วันเวลาทำการ : จันทร์ – เสาร์ เวลา 08.00 - 18.00 น.

ศูนย์ไตเทียม โรงพยาบาลลานนา ชั้น 3 อาคาร C ติดต่อสอบถาม : โทร.052-134-777

Know How

หกล้ม...ในผู้สูงอายุ



เรื่องใหญ่ **ต้องระวัง**



3

Lanna hospital
โรงพยาบาล ลานนา



ศูนย์โรคข้อเข่า
โรงพยาบาลลานนา



อีกหนึ่งที่มาของปัญหาสุขภาพในผู้สูงอายุ คือ การพลัดตกหกล้ม ที่เป็นสาเหตุของการบาดเจ็บในยามแก่ตัว

อาจรุนแรงถึงขั้นกระดูกสะโพกหัก หรือศีรษะได้รับความกระทบกระเทือน จนเป็นสาเหตุทำให้พิการ และมีอัตราการเสียชีวิตค่อนข้างสูง... ฉะนั้นเราควรหาวิธีป้องกันกันก่อนแต่เนิ่นๆ รวมทั้งการเสริมสร้างสมรรถนะของร่างกายให้กับญาติผู้ใหญ่ของเรา เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพที่มาจาก การหกล้มได้



อันตรายของการหกล้มในผู้สูงอายุ ...

หากไม่รุนแรงมาก สิ้นล้มธรรมดา อาจจะเริ่มตั้งแต่การฟกช้ำ ปวดเมื่อย เคล็ดขัดยอกได้บ้าง แต่บางรายอาจถึงขั้นกระดูกหักเลยก็ว่าได้ เนื่องจากอายุยิ่งมาก กระดูกก็เปราะบางเป็นพิเศษ ซึ่งผู้ป่วยสูงอายุที่กระดูกหัก 1 ใน 5 เติบได้อีกครั้ง และบางส่วนก็ต้องนั่งรถเข็นไปตลอดชีวิต หรือบางรายสิ้นลม แล้วศีรษะกระทบ หรือได้รับความกระทบกระเทือน ก็อาจจะศีรษะแตกได้ ช้ำร้ายอาจเกิดเลือดออกในสมอง ทำให้บางรายถึงขั้นช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ เป็นเจ้าชายนิรหา หรือนอนติดเตียงไปเลยก็ได้ หากโชคร้ายไปกว่านั้น อันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้เลยทีเดียว

แล้วอะไรบ้างที่มักเป็นสาเหตุของการหกล้มในผู้สูงอายุ ? ...

เริ่มจากสถานที่เกิดเหตุ เกินครึ่งหนึ่งเกิดเหตุที่นอกบ้าน เพราะอาจจะไม่ชินกับสถานที่ แต่อีกกว่าครึ่งมักเกิดเหตุจากที่บ้านของตัวเอง ที่พบได้บ่อยๆ เช่น พื้นลื่นสะดุด เตะสิ่งของ พื้นต่างระดับ ถูกชนล้ม หรือตกบันได เป็นต้น ซึ่งแท้จริงแล้ว ส่วนใหญ่ที่ทำให้ผู้สูงอายุ ล้มได้ง่ายๆ มาจากปัจจัยภายในร่างกายเอง เช่น อาการหน้ามืด เวียนหัว เป็นลม ที่มาจากความดันโลหิตต่ำ ทำให้บางทีกล้ามเนื้อต่างๆ อ่อนแรง แบบเฉียบพลันได้จนเป็นเหตุให้หกล้มได้ในที่สุด

การดูแลและการป้องกันไม่ให้ผู้สูงอายุหกล้ม ...

สำหรับปัจจัยภายนอก เรื่องของสถานที่ เราสามารถช่วยป้องกันการหกล้ม ด้วยการจัดพื้นที่อยู่อาศัยให้มีระเบียบเรียบร้อย จัดแสงไฟให้เพียงพอ มีอุปกรณ์ช่วยเหลือต่างๆ ไว้ในบ้าน รวมทั้งเวลาไปข้างนอก ควรจะมีลูกหลาน หรือมีคนไปด้วย ก็จะเป็นการช่วยเหลือกันได้ในยามประสบเหตุไม่คาดคิด และสำหรับปัจจัยภายใน อาจเกิดได้จากอาการหน้ามืด เวียนหัว ความดันต่ำ และกล้ามเนื้ออ่อนแรง เราสามารถป้องกันการหกล้มจากปัจจัยภายใน ได้ด้วยการพาผู้สูงอายุไปตรวจสุขภาพเป็นประจำ ทานอาหารที่มีประโยชน์ รวมถึงการออกกำลังกายเพื่อฟื้นฟูร่างกายให้แข็งแรง

อย่างไรก็ตาม...

การออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดเพื่อฟื้นฟูกล้ามเนื้อ สำหรับผู้สูงวัยควรได้รับการดูแลโดยผู้ชำนาญการอย่างใกล้ชิด เพื่อป้องกันการเกิดอุบัติเหตุและเพื่อให้ได้รับการฟื้นฟูร่างกายที่เหมาะสมกับแต่ละบุคคล โรงพยาบาลลานนา มีนักกายภาพบำบัด พร้อมเทคโนโลยีการฟื้นฟู ที่จะช่วยดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อให้กลับใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างรวดเร็ว

นพ.ภาสกร อุบโยคิน
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านกระดูกและข้อ
ประจำศูนย์โรคปวดเข่า รพ.ลานนา



Know How



ศูนย์บอลลูนขยายหลอดเลือดหัวใจ
โรงพยาบาลลานนา

เหนื่อยง่าย หายใจเร็ว
อาจกลายเป็น “โรคหัวใจตีบตัน”

5

Lanna hospital
โรงพยาบาล ลานนา

**พูดถึงอาการเด่นของโรคหัวใจ ใครๆ ก็รู้ว่าต้องเป็นอาการเจ็บแน่นที่กลางอก
หรือตรงหัวใจ แต่ก่อนหน้านี้ ใครก็ตามที่มีอาการ
เหนื่อยง่าย หายใจเร็ว แขนงอก ใจสั่น หน้ามืด คุณอาจเป็น “หลอดเลือดหัวใจตีบ” ก็เป็นไปได้**

**นพ.อดิศัย รัตนพล อายุรแพทย์โรคหัวใจ ประจำศูนย์ออกศูนย์ขยายหลอดเลือดหัวใจ
รพ.ลานนา แนะนำว่า อาการแสดงโรคหลอดเลือดหัวใจตีบแบ่งออกเป็น 3 ระดับใหญ่ๆ คือ**

1. ไม่แสดงอาการ
2. แสดงอาการเล็กน้อย เช่น เหนื่อยง่าย หายใจไม่อึด
3. แสดงอาการมาก คืออยู่เฉยๆ ก็แน่นหน้าอกหรือเหนื่อย ใจสั่น วูบ หน้ามืด หมดสติ โดยมักพบโรคนี้ในผู้ที่ เป็น โรคอ้วน ความดัน เบาหวาน ไขมันสูง ไตวาย หรือผู้ที่มีประวัติครอบครัวป่วยเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ โดยเฉพาะในกลุ่มคนที่มีอายุมากขึ้น ไม่ออกกำลังกาย และสูบบุหรี่ด้วย มีโอกาสเสี่ยงมากกว่าผู้อื่น

แนวทางการรักษา หากในกลุ่มที่มีอาการแบบเป็นๆ หายๆ ควรต้องมาพบแพทย์โรคหัวใจ เพื่อตรวจวินิจฉัย ไม่ว่าจะเป็นการอัลตราซาวด์หัวใจ (Echocardiogram : ECHO) , เอกซเรย์หัวใจ (Chest X-ray) ,เดินสายพาน (EST - Exercise stress test) หากพบว่าป่วยเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ แพทย์อาจพิจารณารักษาด้วยการให้ยาหรือสวนหัวใจ แต่หากผู้ป่วยมาด้วยอาการหลอดเลือดหัวใจตีบระดับพ่น หลังพิจารณาตรวจเบื้องต้นแล้ว แพทย์อาจพิจารณารักษาด้วยการสวนหัวใจทันที

ในผู้ป่วยที่มีอาการหลอดเลือดหัวใจตีบระดับพ่น บางรายอาจรุนแรงถึงขั้นหมดสติหรือหัวใจหยุดเต้น ซึ่งหากได้รับการช่วยเหลือไม่ทันอาจทำให้เสียชีวิตได้ ดังนั้น เราควรสังเกตตัวเองหรือคนในครอบครัวว่ามีอาการเข้าข่ายโรคหลอดเลือดหัวใจตีบหรือไม่ หากสงสัยควรรีบมาพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยอย่างละเอียด หรืออย่างน้อยควรตรวจร่างกายเป็นประจำทุกปี และที่สำคัญควรลดหรือหยุดพฤติกรรมเสี่ยงที่จะทำให้เกิดโรคดังกล่าว ด้วยการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และงดสูบบุหรี่

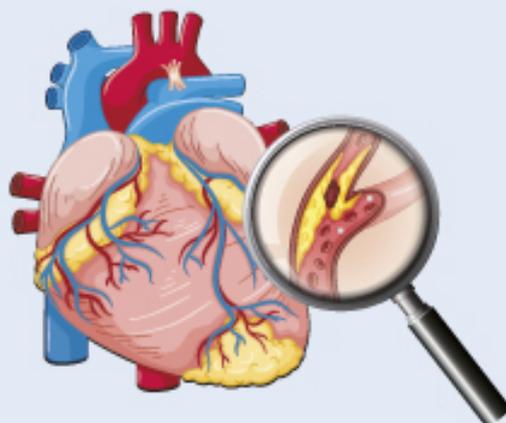


นพ.อดิศัย รัตนพล

อายุรแพทย์โรคหัวใจ ศูนย์ออกศูนย์ขยายหลอดเลือดหัวใจ

โรงพยาบาลลานนา

อย่างไรก็ตาม อาการเหนื่อยง่าย หอบที่เกิดจากการเดิน วิ่ง หรือทำงาน อาจเกิดจากปัญหาสุขภาพอื่นๆ เช่น ภาวะโลหิตจาง โรคอ้วน ความดันโลหิตสูง โรคปอด ต่อมไทรอยด์เป็นพิษ แม้แต่ความวิตกกังวล ก็ทำให้เหนื่อยได้เช่นกัน หากไม่แน่ใจ หรือมีอาการผิดปกติ ควรไปปรึกษาแพทย์ เพื่อตรวจวินิจฉัย และหาทาง รักษา กับแพทย์ผู้เชี่ยวชาญต่อไป

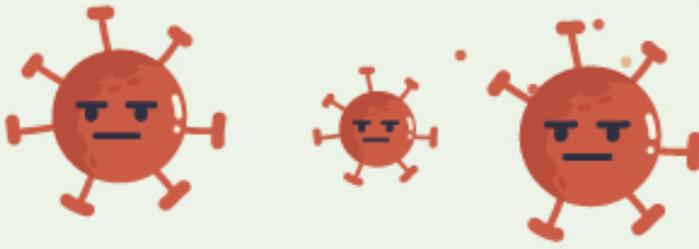



รักกันแค่ไหน..ก็ให้ห่าง **2 เมตร**

ระยะปลอดภัย จาก **COVID -19**

Social Distancing





ในช่วงที่มีการระบาดของ **โรคโควิด-19** นี้ หลายคนไม่อยากออกไปไหนกันแล้ว
เพราะกลัวตัวเองจะติดเชื้อ **โควิด-19** โดยไม่รู้ตัวเข้าสักวัน...

ถึงแม้ว่าคำแนะนำจะให้เก็บตัวอยู่แต่ ในบ้านจะปลอดภัยที่สุด แต่ความเป็นจริงแล้ว
การใช้ชีวิตประจำวันของเรายังมีความจำเป็นต้องออกมาพบปะผู้คน ไปจ่ายตลาด ไปซื้อของ ฯลฯ และติดต่อกันอยู่

การรักษาระยะห่างระหว่างบุคคล และ สังคม (Social Distance) เทำไหร่?
ถึงจะปลอดภัยจากโรคโควิด-19 นี้ มีความจำเป็นมากที่ทุกคนควรรู้ไว้ ถือเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องปฏิบัติ
อย่างเคร่งครัด เพื่อช่วยลดการแพร่ระบาดของโรค

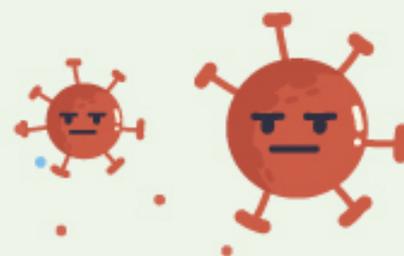
ระยะห่างสำหรับคนปกติ ขณะพูดคุยเจรจา รับประทานอาหาร อยู่ที่ประมาณ
1-2 เมตร แต่สำหรับการป้องกันการติดต่อของโรคโควิด-19 แพทย์สมาคมแนะนำว่าการลดโอกาสแพร่
กระจาย โควิด-19 ควรรักษาระยะห่างกันให้ห่างถึง 2 เมตรเลยทีเดียว

แต่ถ้าหากเราไม่สามารถหลีกเลี่ยง จัดระยะห่าง **Social Distance** กว้างขนาด 1-2 เมตร
ไม่ได้ การออกมานอกบ้านพบปะผู้คน ควรสวมใส่หน้ากากอนามัยอยู่เสมอ และอย่าสัมผัสกอสแอลกอฮอล์เจล
ไว้ล้างมือบ่อยๆ กันด้วยนะ เพราะการสัมผัสสิ่งต่างๆ รอบตัวผ่านมือ เป็นตัวที่นำพาเชื้อโรคมาริดในคนได้
สูงสุดเป็นอันดับหนึ่ง การล้างมือบ่อยๆ จึงถือว่ามีผลสำคัญในการ ป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19
มากกว่าการสวมใส่หน้ากากอนามัยเสียอีก..

ร่วมมือร่วมใจ **Social Distance**

ป้องกันโคโรนาไวรัส **COVID-19** ด้วยความห่วงใยจาก

ศูนย์อายุรกรรม โรงพยาบาลลานนา โทร.052-134-777



ระวัง!! อันตราย...

ถ้าคุณเบาหวานไม่ได้...



เพราะเบาหวานเป็นแล้วไม่หาย ทางรักษาที่ดีที่สุดคือ การควบคุมระดับน้ำตาล

ถ้าไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ ผลร้ายที่อาจจะเกิดขึ้นตามมา มีโอกาสเกิดโรคได้อย่างมากมายกับร่างกายผู้ป่วยเอง ฉะนั้น การเข้ารับการตรวจวินิจฉัยตั้งแต่นั้น ร่วมกับการดูแลและจัดการตนเองเพื่อควบคุมระดับน้ำตาล จึงเป็น 2 โจทย์สำคัญที่ต้องช่วยกันขบคิด เพื่อตัดวงจรของเบาหวานก่อนที่จะลุกลามไปสู่โรคอื่น

คุมน้ำตาลในเลือดไม่ได้ ผู้ป่วยเบาหวาน ระวังเป็นโรคเหล่านี้

“ดีดเท้า” จากแผลเบาหวานที่เก่า ... การมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นเวลานานทำให้เกิดภาวะปลายประสาทเสื่อมและหรือหลอดเลือดส่วนปลายขาดออกซิเจน ส่งผลให้สูญเสียการรับความรู้สึกที่เท้า เท้าชา เกิดการบาดเจ็บเป็นแผลได้ง่ายโดยไม่รู้สึกตัว และมักจะหายช้า เกิดการติดเชื้อเรื้อรัง และอาจลุกลามจนกระทั่งต้องตัดเท้า หรือตัดขา ผู้ป่วยเบาหวานจึงควรควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้ปกติและหมั่นดูแลเท้าให้ดี เพื่อป้องกันการเกิดแผลที่เท้า

“หัวใจวาย” อัมพฤกษ์ อัมพาต... เนื่องจากโรคเบาหวาน จะทำให้เกิดภาวะหลอดเลือดแดงแข็งมีการตีบหรืออุดตัน ส่งผลให้มีโอกาสเกิดโรคหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน รวมทั้งโรคหลอดเลือดสมองตีบตัน ได้ง่าย โดยเฉพาะผู้ที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานในระยะเวลาานๆ มักมีโอกาสเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือดสมองสูงกว่าปกติ หากยังควบคุมเบาหวานได้ไม่ดี

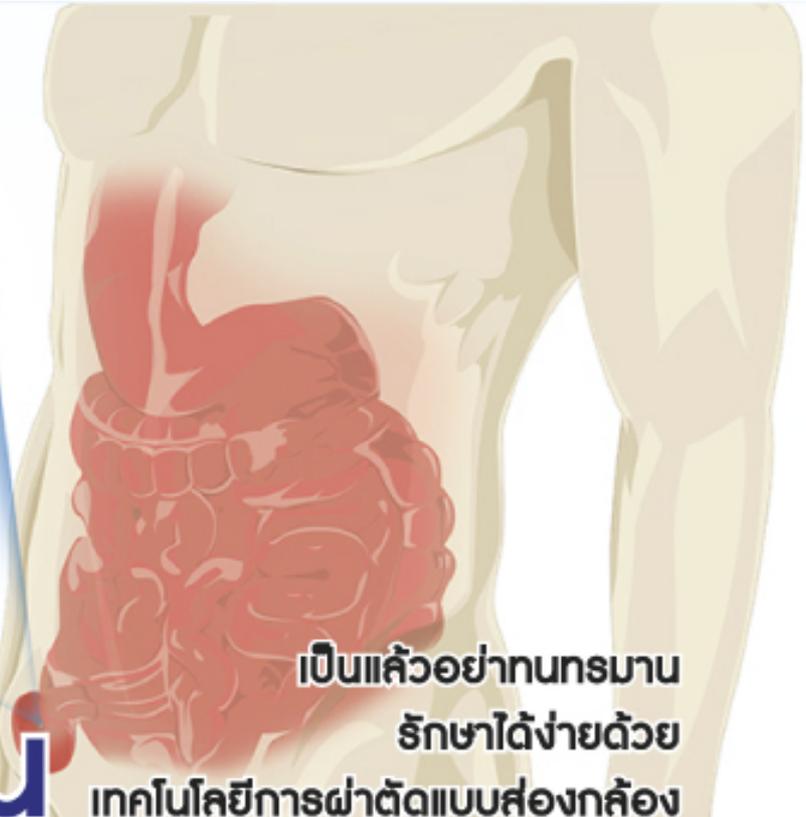
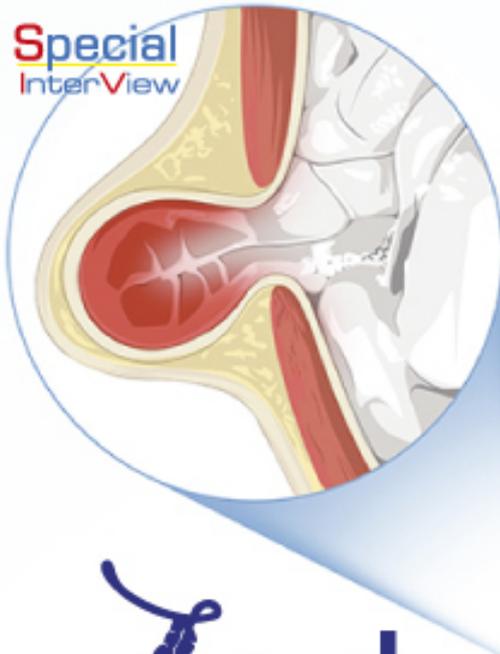
“ตาบอด” ...โรคเบาหวานเป็นสาเหตุอันดับ 1 ของโรคตาบอดจากจอประสาทตา โดยมักจะมีอาการตาบวม ตาเห็นเป็นจุดดำ อาจมีหลอดเลือดในตาแตก ถ้าไม่รักษาอาจทำให้ตาบอดได้ ผู้ป่วยเบาหวานจึงควรตรวจดวงตาเป็นประจำทุกปี อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เพื่อป้องกันโรคแทรกซ้อนทางตาจากเบาหวาน

“ไตวาย” ...ถ้าไม่ควบคุมเบาหวานให้ดีอาจกลายเป็นไตวายเรื้อรังได้ เพราะเมื่อผนังหลอดเลือดที่ไตถูกทำลายโดยน้ำตาลในเลือดที่สูงอยู่เป็นเวลานาน จะส่งผลให้การทำงานของไตเสื่อม ผู้ป่วยเบาหวานจึงควรเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ลดหวาน มัน เค็ม เลิกสูบบุหรี่ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และควรตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปีเพื่อลดความเสี่ยงการเกิดโรคไต

ความรุนแรงของโรคแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นจะแตกต่างกันไปในผู้ป่วยแต่ละราย ขึ้นอยู่กับระยะเวลาที่เป็นเบาหวานและระดับน้ำตาลในเลือด ถ้าควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้ใกล้เคียงระดับปกติมาก ก็จะช่วยยับยั้งหรือชะลอการเกิดโรคแทรกซ้อนเรื้อรังได้มากเท่านั้น ซึ่งนอกจากจะลดความรุนแรงของโรค ช่วยให้มีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นแล้วยังช่วยลดค่าใช้จ่ายที่ต้องเสียไปกับการรักษาโรคแทรกซ้อนต่างๆ ด้วย



พญ.ไปรพิดา รามัญ
แพทย์ผู้ชำนาญการด้านระบบต่อมไร้ท่อ
โรงพยาบาลลานนา



ไส้เลื่อน

เป็นแล้วยากนทรมา
รักษาได้ง่ายด้วย
เทคโนโลยีการผ่าตัดแบบส่องกล้อง

แผลเล็ก เจ็บน้อย ฟื้นตัวไว



คุณจาริก รุ่งไสว อดีตผู้ป่วยไส้เลื่อน

พูดถึง "โรคไส้เลื่อน" คุณผู้ชายทั้งหลายฟังแล้วคงจะดูรบกวนจิตใจไม่น้อย เพราะอยู่ได้รันท้า เมื่อเป็นแล้ววิธีการรักษาที่แน่นอนที่สุดก็คือ การผ่าตัด แต่พอคิดถึงเรื่องการผ่าตัดไส้เลื่อน หลายๆ คน ก็คงจะเป็นกังวลขึ้นมาเกี่ยวกับเรื่องของความ เจ็บปวด แผลเป็น และการต้องลางานหลายวันเพื่อพักฟื้นหลังผ่าตัด คงจะทำให้เป็นเหตุผลที่ต้องปฏิเสธการรักษาไปเลย แต่ในปัจจุบันการผ่าตัดไส้เลื่อน ที่ศูนย์ส่องกล้องผ่าตัดแผลเล็กไส้เลื่อน โรงพยาบาลลานนา จ.เชียงใหม่

วันนี้เราได้หยิบยกเรื่องราว ประสบการณ์การป่วยเป็นไส้เลื่อนของคุณจาริก รุ่งไสว ที่ได้มารักษาตัวที่ศูนย์ส่องกล้องผ่าตัดแผลเล็กไส้เลื่อน โรงพยาบาลลานนาจ.เชียงใหม่จะมาเปิดเผยเรื่องราวของการรักษาในครั้งนี้ "ด้วยธุรกิจที่เราดำเนินการอยู่นี้เป็นร้านอาหารที่ต้องเปิดตั้งแต่ช่วงกลางวันจนถึงดึก แน่ใจว่ารูปแบบการใช้ชีวิตประจำวันก็จะคล้ายกันในทุกวัน ที่ต้องเดินไป

เดินมา ซื้อของ เข้าตลาด ใช้กำลังในการยกของ แบกของบ้างตามลักษณะของงาน จนเมื่อไม่นานมานี้ รู้สึกว่าวันมีความผิดปกติบางอย่าง โดยเริ่มจากมีอาการหน่วงๆบริเวณหัวหน้า ในช่วงแรกจากนั้นก็เริ่มสังเกตเห็นก้อนนูนบริเวณขาหนีบของตัวเอง โดยเฉพาะเวลายืนหรือยกของ แต่ก่อนนี้ก็ยุบเข้า ยุบออกได้เอง นะครับ ซึ่งไม่คิดว่ามีอะไร แต่เวลาผ่านไปได้ประมาณเดือนนึง เจ้าก้อนที่เห็นนี้ก็เริ่มใหญ่ขึ้นๆ

ตามลำดับเวลา แอมยังมีอาการปวดหน่วงร่วมด้วยความหนาของมันที่ใหญ่ขึ้นนั่นเอง ซึ่งมันทำให้การใช้ชีวิตประจำวันของผมลำบาก และไม่คล่องแคล่วเหมือนเดิม เพราะกลัวกับอาการของโรคไส้เลื่อนที่เป็นอยู่นี้ ด้วยเหตุผลนี้เอง ทำให้ผมไม่รีรอที่จะไปโรงพยาบาล เพื่อตรวจวินิจฉัยและหาทางรักษากับอาการที่เกิดขึ้นนี้”

โรงพยาบาลลานนา รักษาไส้เลื่อน ด้วยการผ่าตัด โดยส่องกล้อง

การผ่าตัดรักษาโรคไส้เลื่อนที่ รพ.ลานนาได้นำมาใช้ จะเป็นการผ่าตัดไส้เลื่อนแบบใช้กล้องส่อง ซึ่งเป็นการเจาะรูขนาดเล็กบริเวณผนังหน้าท้อง ประมาณ 3 รู โดยจะใส่กล้องขนาดเล็ก และเครื่องมือผ่าตัดพิเศษเพื่อเข้าไปซ่อมผนังหน้าท้องด้านในให้แข็งแรงรวมทั้งการใช้ แผ่นใยสังเคราะห์ปิดคลุมผนังหน้าท้องส่วนที่มีปัญหา เพื่อป้องกันการกลับมาเป็นซ้ำได้อีก ซึ่งวิธีการผ่าตัดแบบส่องกล้องนี้ จะทำให้ลดโอกาสการเป็นซ้ำและมีอาการเจ็บน้อย ผู้ป่วยสามารถกลับมาทำกิจวัตรประจำวันได้เร็วกว่าการผ่าตัดแบบเดิม

“ ผ่าตัดไส้เลื่อน หายได้ดี เจ็บน้อย ฟื้นตัวไว ”

คุณจาริก รุ่งไสว อดีตผู้ป่วยไส้เลื่อน เปิดเผยความรู้สึกหลังการผ่าตัดไส้เลื่อนว่า “ผมตั้งใจจะมารักษาโรคไส้เลื่อน ตั้งแต่แรกแล้วครับ ซึ่งหลังจากที่ได้รับคำแนะนำจากคุณหมอ ก็ทำให้เราตัดสินใจไม่ผิดจริงๆ ที่มารักษาตัวที่นี่เพราะหากปล่อยอาการไว้แบบนี้ ผมอาจจะเสี่ยงต่อโรคแทรกซ้อนอื่นๆ ที่อาจเป็นได้และการรักษาก็คงไม่ง่ายเหมือนแบบนี้ ทำให้รู้ได้เลยว่าเทคโนโลยีการรักษาโรคไส้เลื่อนด้วยการส่องกล้องแผลเล็กนี้ไม่ได้มาถั่วเหมือนแต่ก่อนเลย ผลการรักษารั้งนี้ดีมาก รู้สึกประทับใจมากกับเจ้าหน้าที่ พยาบาล และขอขอบคุณคุณหมอมกๆ ครับ ที่ได้แนะนำถึงการรักษาไส้เลื่อนด้วยเทคโนโลยีการส่องกล้องทำให้ผมไม่ต้องเจ็บตัวเยอะ และนอนโรงพยาบาลนานๆ ที่สำคัญก็ไม่มีแผลใหญ่ เหมือนอย่างที่คิดไว้เลยครับ”

เมื่อมีเทคโนโลยีทางการแพทย์ที่ดีๆ แบบนี้ เรื่องของการผ่าตัดไส้เลื่อนจึงเป็นเรื่องที่ชาวเชียงใหม่ ไม่ต้องกังวลอีกต่อไป เพราะวิธีการผ่าตัดไส้เลื่อนแบบส่องกล้องนี้ง่ายและปลอดภัยกว่าวิธีการผ่าตัดแบบเดิมมาก หากคุณต้องประสบกับโรคที่ทำให้ชีวิตคุณมีปัญหาอย่างไส้เลื่อนนี้ ขอให้คุณไม่ต้องอาย เดินหน้าเข้ารับการรักษาจะดีที่สุด ที่สำคัญผู้มีสิทธิ์เบิกตรงข้าราชการ และผู้ใช้สิทธิ์ประกันสังคม สามารถใช้สิทธิ์การรักษาไส้เลื่อนด้วยการส่องกล้องได้แล้วที่ศูนย์ส่องกล้องผ่าตัดแผลเล็กไส้เลื่อน



นพ. ชนวงค์ จิรพรเจริญ
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านศัลยกรรมส่องกล้อง
ประจำศูนย์ ศูนย์ศัลยกรรมส่องกล้อง รพ.ลานนา

วัคซีนป้องกัน **ปอดอักเสบ** จำเป็นในผู้ใหญ่



โรคร้ายไข้เจ็บทุกวันนี้ ไม่ช้าใครออกใคร แม้เราจะดูแลร่างกายให้แข็งแรงแล้ว แต่เราก็อาจจะป่วยได้จากการได้รับเชื้อโดยไม่ได้ตั้งใจ ทั้งจากการเดินทาง การทำงาน หรือไปเจอผู้คนจากข้างนอกมา ดังนั้นการป้องกันโรคอหิวาต์หนึ่งที่ได้ผลดี ก็คือ การฉีดวัคซีนป้องกันโรค โดยเฉพาะโรคฮิตในวัยผู้ใหญ่ คือ โรคปอดอักเสบ หรือ ปอดบวม

พญ.อนุมต นันทิยา
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคติดเชื้อ
ประจำศูนย์อายุรกรรม โรงพยาบาลลานนา





โรคปอดอักเสบจากเชื้อแบคทีเรีย ป้องกันได้ด้วยการฉีดวัคซีน

เชื้อแบคทีเรียนิวโมคอคคัส เป็นหนึ่งในสาเหตุหลักของเชื้อปอดอักเสบ ซึ่งมีมากกว่า 90 สายพันธุ์ นอกจากจะทำให้เกิดโรคปอดอักเสบแล้ว ก็ยังสามารถก่อโรคที่สำคัญ คือการติดเชื้อที่เยื่อหุ้มสมอง และการติดเชื้อในกระแสเลือด โดยพบว่าการฉีดวัคซีนป้องกัน จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการป้องกันโรค และลดอัตราจากการเสียชีวิตในโรคนี้ได้

คำแนะนำการฉีดวัคซีนปอดอักเสบในผู้ใหญ่

- ผู้ป่วยภูมิคุ้มกันบกพร่อง , ติดเชื้อ HIV, ไม่มีม้าม, มะเร็ง, ไตวายเรื้อรัง ควรได้รับวัคซีนป้องกันปอดอักเสบ ชนิด 13 สายพันธุ์ ตามด้วย 23 สายพันธุ์ ห่างกัน 2 เดือนขึ้นไป และกระตุ้นที่ 5 ปี และอายุ 65 ปี
- ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง โรคหัวใจ ตับแข็ง โรคปอด เบาหวาน สูบบุหรี่ หรือดื่มแอลกอฮอล์ ควรได้รับวัคซีนชนิด 23 สายพันธุ์ และกระตุ้นด้วยชนิด 13 และ 23 สายพันธุ์ เมื่ออายุ 65 ปี โดยห่างกัน 1 ปีขึ้นไป
- ผู้ใหญ่อายุ 65 ปีขึ้นไป ที่ไม่มีโรคข้างต้น ควรได้รับวัคซีนชนิด 13 สายพันธุ์ ตามด้วย 23 สายพันธุ์ โดยห่างกัน 1 ปีขึ้นไป ก็จะ สามารถลดความเสี่ยงการติดเชื้อ และความรุนแรงของโรคปอดอักเสบได้ แต่อย่างไรก็ตาม แนะนำให้มาปรึกษาแพทย์ก่อนที่จะได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรค

โรคปอดอักเสบ หรือที่เราคุ้นเคยกันในชื่อ ปอดบวม

เป็นหนึ่งในโรคระบบทางเดินหายใจ ซึ่งเกิดจากการติดเชื้อทางเดินหายใจส่วนล่าง โดยเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย, เชื้อไวรัส หรือเชื้อรา แต่ที่พบโดยส่วนใหญ่จะเกิดจากเชื้อแบคทีเรียนิวโมคอคคัส แพร่กระจายจากผู้ที่มีเชื้อโรคผ่านละอองจากทางเดินหายใจ ติดต่อกันได้ง่ายโดยการไอ จาม ซึ่งผู้ที่ต้องระวังให้มาก ก็คือผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคมะเร็ง โรคไตเรื้อรัง ผู้ป่วย HIV และผู้ป่วยภูมิคุ้มกันบกพร่อง / โรคเอดส์ รวมไปถึงผู้ป่วยที่ใช้ยาเคมีบำบัด มีความเสี่ยงในการติดเชื้อ และมีโอกาสเสียชีวิตได้มากกว่าคนปกติ



ติดตามสถานการณ์คุมเข้มป้องกันปอดอักเสบ จากจีนสู่ไทย

ตามข่าวสถานการณ์ที่เชียงใหม่ มีการเฝ้าระวังโรค กรณีมีโรคทางเดินหายใจระบาด ในลักษณะปอดบวม ที่เมืองอู่ฮั่น ประเทศจีน เนื่องจากมีไฟล์ทบินจากจีนมาเชียงใหม่ และนักท่องเที่ยวชาวจีน โดยทางการให้ด่านควบคุมโรคติดต่อระหว่างประเทศ ทำการเฝ้าระวังอย่างเข้มข้น โดยการคัดกรองอาการไอ และอาการที่เกี่ยวข้องกับทางเดินหายใจ สำหรับคนที่เดินทางมาจากพื้นที่เสี่ยง หากมีอาการป่วย เช่น มีไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หายใจเหนื่อย หลังเดินทางไปพื้นที่เสี่ยงใน 14 วัน ขอให้รีบไปพบแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขทันที เนื่องจากมีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนปอดบวม และอาจแพร่กระจายโรคได้

อย่างไรก็ตาม การป้องกันโรคก่อนที่จะเป็นโรค ย่อมดีกว่าการปล่อยให้เป็นแล้วรักษา โดยเฉพาะในผู้สูงอายุที่ หากเกิดโรคติดเชื้อมักจะมีอาการรุนแรง และอันตรายถึงชีวิต การฉีดวัคซีนป้องกันโรคติดเชื้อในผู้สูงอายุอาจมีผลข้างเคียง และมีข้อยกเว้นในผู้ป่วยบางราย ดังนั้นควรปรึกษาแพทย์ก่อนเข้ารับวัคซีนทุกครั้ง

อุจจาระสีซีดในการก เสี่ยงต่อโรคทางเดินน้ำดีตีบตัน



“ โรคทางเดินน้ำดีตีบตันในการก เป็นอันตรายมากต่อการก เพราะเป็นภาวะ เร่งด่วน เนื่องจากผู้ป่วยต้องได้รับการ ผ่าตัดภายใน 2 เดือน หากเกินกว่านี้ เด็กมีสิทธิ์ตับแข็ง และไม่สามารถแก้ไข ให้กลับคืนมาเหมือนปกติได้ ”



โรคทางเดินน้ำดีตับตัน
เป็นโรคที่พบได้ในเด็กทารก
ประมาณ 1 ต่อ 10,000
ของการก่อกำเนิด
การได้รับการวินิจฉัยที่ถูกต้อง
และรวดเร็ว มีความสำคัญ
อย่างมากในการรักษา

ทางที่ดีพ่อแม่ผู้ปกครอง ควรรู้จักโรคนี และ
สังเกตอาการของลูกน้อย หากพบความผิดปกติจะ
รักษาได้ทันทั้งนี้

อาการที่จะสงสัยโรคทางเดินน้ำดีตับตัน

- ภาวะตัวเหลืองที่นานเกิน 2 สัปดาห์ โดยเฉพาะลักษณะ
ตัวเหลืองเขียว ซึ่งต่างจากภาวะตัวเหลืองทองที่เป็นภาวะ
ปกติได้ในทารกแรกคลอด
- สีของอุจจาระที่มีลักษณะซีดขาว บ่งบอกว่าไม่มีน้ำดีไหล
ลงสู่ระบบทางเดินอาหาร

การวินิจฉัยโรคทางเดินน้ำดีตับตัน

ต้องอาศัยผลเลือดการตรวจหน้าที่ตับ (Liver
function test), อัลตราซาวด์ช่องท้อง, การฉีดสาร เพื่อ
ดูการทำงานของตับ และทางเดินน้ำดี รวมถึงการผ่าตัด
เพื่อฉีดสารที่บ่งชี้ดูการทำงานของทางเดินน้ำดี



พญ.ชนมนันท์ กาวศุทธิ
กุมารแพทย์ ประจำศูนย์กุมารเวชกรรม โรงพยาบาลลานนา



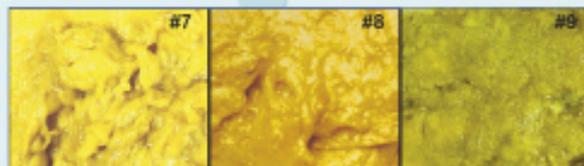
*** พบว่าการก่อกำเนิดโรคนี ที่อายุมากกว่า
60 วัน อาจจะมีลักษณะตับแข็ง และไม่สามารถ
แก้ไขให้กลับคืนมาเหมือนปกติได้

ดังนั้น หากพบทารกที่มีตัวเหลืองนานมากกว่า 2 สัปดาห์
หรืออุจจาระสีซีด ควรคิดถึงโรคนี และรีบปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ

สีอุจจาระผิดปกติ



สีอุจจาระปกติ



*** การรักษาโรคทางเดินน้ำดีตับตัน ถือเป็น
ภาวะเร่งด่วน เนื่องจากผู้ป่วยต้องได้รับการ
ผ่าตัดแก้ไข ภายในอายุ 60 วัน

เด็กทุกคนที่คลอดในโรงพยาบาลลานนา เราจะมีพยาบาลวิชาชีพ
และคุณหมอให้คำปรึกษาอยู่เสมอ และจะได้รับใบคำแนะนำ
ในเรื่องของการสังเกตสีอุจจาระของลูกน้อย เกี่ยวกับภาวะของโรค
ทางเดินน้ำดีตับตัน เพื่อนำไปสังเกตดูความผิดปกติของลูกน้อย
ระหว่างอยู่ที่บ้าน ซึ่งหากพบความผิดปกติ ก็สามารถเข้ามาพบ
คุณหมอได้ตลอดเวลา 24 ชั่วโมง เพื่อตรวจวินิจฉัย และสามารถรักษา
ได้ทันทั้งนี้



สุขสันต์ตรุษชา ลานนาลานเด็ก

งานวันเด็กแห่งชาติ โรงพยาบาลลานนา 2563



วันที่ 11 มกราคม 2563 : ศูนย์กุมารเวชกรรม โรงพยาบาลลานนา จัดให้มีกิจกรรม “สุขสันต์ตรุษชา ลานนาลานเด็ก” สำหรับน้องๆ หนูๆ เนื่องในวันเด็กแห่งชาติ ประจำปี 2563 ในธีมงาน “วันเด็ก ย้อนยุค” ในงานนี้ประกอบไปด้วยกิจกรรมการเล่นเกมส์ และการจับรางวัลมากมาย อาทิเช่น ชุมจับรางวัลร่วมตรุษชาพาโชค , เกมชิงปิ่นล่ำรางวัล และกิจกรรมสนุกสานบนเวทีอีกมากมาย โดยมีผู้ปกครองนำบุตรหลานเข้าร่วมงานอย่างคึกคัก และนอกจากนี้ยังมีทีมงานช่วยเหลือ รพ.ลานนา ขึ้นไปแจกของขวัญให้น้องๆ ที่ป่วยนอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลลานนาอีกด้วย

เมื่อวันที่ 18 - 19 มกราคม 2563 โรงพยาบาลลานนา จัดโครงการ “ลานนารวมใจ ด้านภัยหนาว” ประจำปี 2563 ดำเนินตามนโยบายหลักส่งเสริมช่วยเหลือ แบ่งปัน และแสดงความรับผิดชอบต่อสังคม ณ โรงเรียนบ้านถ้ำดับเตา ต.ศรีตงเย็น อ.ไชยปราการ จ.เชียงใหม่ กิจกรรมในครั้งนี้มีการตรวจสุขภาพ ปรึกษา และให้คำแนะนำด้านสุขภาพแก่ประชาชนในพื้นที่ พร้อมทั้งให้การสนับสนุนทำรั้วโรงเรียนบ้านถ้ำดับเตา จำนวน 60 ลีด จำนวนเงินทั้งสิ้น 90,000 บาท และสนับสนุนในการปรับปรุงซ่อมแซมห้องน้ำนักเรียนจำนวน 4 ห้อง โรงเรียนบ้านถ้ำดับเตา จำนวนเงินทั้งสิ้น 52,371 บาท นอกจากนี้ยังได้มอบเครื่องนุ่งห่มกันหนาว ผ้าห่ม เวชภัณฑ์ยา อุปกรณ์การเรียน อุปกรณ์กีฬา รวมทั้งเงินสนับสนุนเป็นจำนวน 15,000 บาท เพื่อใช้เป็นประโยชน์ต่อเด็กๆ นักเรียน และประชาชนในพื้นที่

กิจกรรมเพื่อสังคม “ลานนารวมใจ ด้านภัยหนาว” ประจำปี 2563 โรงพยาบาลลานนา



ติดตามข่าวสาร และภาพกิจกรรมได้ทาง...

Facebook fan page

โรงพยาบาลลานนา



โรงพยาบาลลานนา ร่วมออกหน่วยแพทย์สนามเคลื่อนที่ ดูแลสุขภาพ และความปลอดภัยของนักปั่น
ในภารกิจพิชิตยอดดอยอินทนนท์ หรือ อินทนนท์คนพันธุ์อี๊ด InthanonChallenge13

เมื่อวันที่ 9 กุมภาพันธ์ 2563
โรงพยาบาลลานนา ร่วมออกหน่วยแพทย์สนามเคลื่อนที่ ดูแลสุขภาพ และความปลอดภัยของนักปั่น ในภารกิจพิชิตยอดดอยอินทนนท์ หรือ อินทนนท์คนพันธุ์อี๊ด InthanonChallenge 13 นำทีมโดย นพ.เก่งกิจ เมธนาวิณ ศัลยแพทย์ ประจำศูนย์อุบัติเหตุฉุกเฉิน และ นพ.ณัฐพล สนธิชัย แพทย์ ศัลยกรรมกระดูก และเวชศาสตร์การกีฬา พร้อมด้วยเจ้าหน้าที่พยาบาลวิชาชีพจาก ศูนย์อุบัติเหตุฉุกเฉิน , นักกายภาพบำบัด และรถพยาบาลฉุกเฉินระดับ ALS และอุปกรณ์ฟื้นคืนชีพ พร้อมช่วยเหลือนักปั่นผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่ได้รับบาดเจ็บ หรือเกิดอุบัติเหตุให้ได้รับการรักษาทันที่ทั้งที่ และนักผจญภัยดอยอินทนนท์



ภาพกิจกรรม...

“คุณแม่ยุคใหม่ใส่ใจสุขภาพ” ครั้งที่ 1 ประจำปี 2563

ศูนย์สูติรีเวชกรรม โรงพยาบาลลานนา จัดบรรยายการอบรมให้ความรู้ในกลุ่มคุณแม่ตั้งครรภ์ ในหัวข้อเรื่อง “คุณแม่ยุคใหม่ใส่ใจสุขภาพ” เพื่อลูกน้อยในครรภ์เจริญเติบโต อย่างสมบูรณ์และแข็งแรง รอบที่ 1 ประจำปี 2563 ในวันที่เสาร์ที่ 7 มีนาคม 2563 วิทยากรโดย พญ.วีรารม คำโพธิ์ สูติรีแพทย์ ประจำศูนย์สูติรีเวชกรรม และทีมวิทยากรจากแผนกห้องคลอด-ทารกแรกเกิด โรงพยาบาลลานนา มาบรรยายให้ความรู้ พร้อมฝึกปฏิบัติ โดยในงานนี้ได้รับการตอบรับเป็นอย่างดีจากคุณพ่อ คุณแม่ที่ตั้งครรภ์ เข้าร่วมงานอย่างคับคั่ง



โรงพยาบาลลานนา

www.lanna-hospital.com

LANNA HOSPITAL

E-mail : lanna@lanna-hospital.com

Facebook : www.facebook.com/lannahospital



ผ่าตัด **ไส้เลื่อน...**
แบบส่องกล้อง

แผลเล็ก
เจ็บน้อย
กลับบ้านไว

ศูนย์ส่องกล้องผ่าตัดแผลเล็กไส้เลื่อน
โรงพยาบาลลานนา จ.เชียงใหม่



" เราจะเป็นโรงพยาบาลเอกชนชั้นนำในจังหวัดเชียงใหม่ ที่มีคุณภาพมาตรฐาน บริการประทับใจ "



โรงพยาบาลลานนา
Lanna Hospital

1 Sukkasem Rd., Kwang Nakorping, Muang Chiangmai, Thailand 50300
Tel. 052-134-777 Fax. 052-134-789