

ลานนาสาร



โรงพยาบาลลานนา

ฉบับที่ 1/2556

1 ถนนสุขเกษม แขวงนครพิงค์ ตำบลป่าตัน อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50300

โทรศัพท์ 053-999-777 , โทรสาร 053-999-798

ปวดหลัง

ไม่อยากผ่าตัด ใช้เทคโนโลยี
ฉีดยารอบรากประสาทสันหลัง

มะเร็งตับอ่อน

ภัยเงียบที่คร่าชีวิตคน...

ยิ่งแก็ยิ่งเตี้ยลง... ?
จริงหรือ

วัคซีนฮิสทอรี

ต้องฉีด 2 เข็มคุ้มกันตลอดไป

คลินิกเบาหวาน

เปิดทุกวันพฤหัสบดี

เคผ่าตัดแล้ว แต่ไม่หาย
ฉีดยารอบรากประสาทสันหลัง
ครั้งเดียวดีขึ้นทันตา



www.lanna-hospital.com

www.lanna-hospital.com



ศูนย์โรคปวดหลัง

ผ่าตัดหลัง ด้วย... MIS

เทคโนโลยีแบบแผลเล็ก



Contents

สารบัญ ลานนาศาสตร์

1 - 2

คลินิกเบาหวาน

3 - 4

ยิ่งแก่งยิ่งเตี้ยลง...จริงหรือ?

5 - 6

เคยผ่าตัดแล้ว แต่ไม่หาย
ฉีดยารอบรากประสาทสันหลังครั้งเดียวดีขึ้นทันตา

7 - 8

มะเร็งตับอ่อน...ภัยเงียบที่คร่าชีวิตคน

9 - 10

ปวดหลัง...ไม่อยากผ่าตัด
ใช้การฉีดยารอบรากประสาทสันหลังเพื่อรักษาอาการปวดหลังรุนแรง

11 - 12

วัคซีนอีสุกอีใส ต้องฉีด 2 เข็ม คุ่มกันตลอดไป

13 - 14

โครงการลานนารวมใจ ด้านภัยหนาว
กิจกรรมวันเด็ก





คลินิกเบาหวาน

โรงพยาบาลลานนา เปิดให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ทุกวันพฤหัสบดี ...

ช่วงเช้า : ให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานให้กับผู้ป่วยและญาติที่เข้ามาใช้บริการภายในโรงพยาบาล เพื่อเพิ่มเติมความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเบาหวานจนสามารถช่วยลดอาการกำเริบของโรคเบาหวานได้

ช่วงบ่าย : ให้ความรู้กับผู้ป่วยเบาหวานในห้องพักผู้ป่วย ทำให้ผู้ป่วยเห็นความสำคัญในการดูแลสุขภาพให้มากขึ้น และรู้จักป้องกันตนเองจากการกำเริบของโรคเบาหวานมากขึ้น

New!

สมุดประจำตัวผู้ป่วยเบาหวาน แจกสำหรับผู้ป่วยใหม่และผู้ป่วยเก่าที่เข้ามารักษาโรคเบาหวานในโรงพยาบาลลานนา ผู้ป่วยจะต้องนำมาทุกครั้งเมื่อแพทย์นัดหรือรับยา



สมุดประจำตัวผู้ป่วยเบาหวาน
โรงพยาบาลลานนา

หากมีปรึกษาเรื่องโรคเบาหวาน
สามารถแวะเวียนเข้ามาที่คลินิกเบาหวานได้ครับ
ติดต่อสอบถามโทร. 053-999-777

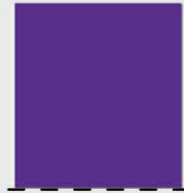
ยิ่งแก่



ยิ่งเตี้ยลง



จริงหรือ



ก่อนอื่นต้องกล่าวก่อนครับว่า ความสูงของคนเรานั้น ส่วนสำคัญอยู่ที่โครงสร้างของกระดูกแต่ละคน ว่ามีความแข็งแรงมากน้อยเพียงไร ทั้งนี้ทั้งนั้นกระดูกของเราจะแข็งแรงได้ อยู่ที่ว่าได้อาหารที่พอเพียงกับความต้องการของร่างกาย รวมทั้งได้รับแคลเซียมและเกลือแร่อื่น ๆ เช่น โพสฟอรัส แมกนีเซียม แต่ที่สำคัญที่สุดคือ แคลเซียม และร่างกายต้องได้รับอาหารโปรตีนในปริมาณที่พอเหมาะ รวมถึงการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รวมถึงการได้รับวิตามิน D จากแสงแดดอ่อนๆวันละประมาณ 15 นาที ซึ่งเป็นการเสริมสร้างกระดูกให้แข็งแรงด้วยวิธีที่ธรรมชาติที่สุด คนเราจะมีกระดูกที่แข็งแรง ต้องได้อาหารในอัตราส่วนที่เหมาะสม คือ ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป ซึ่งก็จะส่งผลดีกับร่างกายเราในอนาคตได้อย่างมากครับ

สาเหตุหลักๆ ของผู้สูงอายุที่มีความสูงลดลงนั้นเกิดจาก



1. ฮอร์โมนกระดูกสันหลังยุบลง

เนื่องจากฮอร์โมนกระดูกสันหลัง มีลักษณะคล้ายเจล ซึ่งหากมีอายุมากขึ้น เจลเหล่านี้ก็เกิดภาวะแห้งเหี่ยว ซึ่งก็มีความเสื่อมตามอายุเช่นกัน ทำให้เกิดการยุบตัว และเป็นผลทำให้ความสูงลดลง



เคยสังเกตมั๊ยครับว่า กำไมปุ ยา ตา ยาย หรือปู่เฒ่าปู่แก่ทั่วไปยังมีอายุมากก็มักจะถูกดูเตี้ยลง หรือบางคนก็อาจเคยเจอเหตุการณ์ที่ว่านี้กับตัวเอง ลองนึกดูว่า 10-20 ปีก่อน ถ่ายบัตรประชาชน ส่วนสูงที่วัดได้ก็ตามนั้น แต่พอมาถ่ายบัตรอีกก็กำไมส่วนสูงถึงไม่เท่ากัน กลับเตี้ยลงกว่าเมื่อครั้งก่อน ซึ่งก็อาจเป็นคำถามคาใจสำหรับหลายๆท่าน วันนี้เราจะมาหาคำตอบที่ว่า **“กำไมยิ่งแก่ยิ่งเตี้ยลง”** กันครับ



2. ภาวะกระดูกพรุน

กระดูกสันหลังงอ โค้ง หรือคด ที่มักเป็นเรื่องปกติของผู้สูงอายุ ซึ่งลักษณะเหล่านี้ที่สังเกตได้ ก็จะมีเห็นจากผู้เฒ่าผู้แก่ที่เดินหลังค่อม สาเหตุเหล่านี้มีเองที่ทำให้ผู้สูงอายุหลายท่าน **“ยิ่งแก่ ยิ่งเตี้ยลง”**

“หากเรารู้ถึงปัญหาและสาเหตุแล้ว เราควรดูแลร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ ทั้งการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และมีแคลเซียมสูง อันได้แก่ นม นมพว่องมันเนย ผักใบเขียว ปลาและกระดูก ถั่ว น้ำส้ม เป็นต้น รวมถึงควรหมั่นออกกำลังกาย เพื่อความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและกระดูกต่อไปในอนาคต หากมีปัญหาเกี่ยวกับโรคกระดูก แนะนำให้มาพบแพทย์ เพื่อวินิจฉัยและรักษาอย่างทันท่วงที”

ติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ ศูนย์โรคปวดหลัง
โรงพยาบาลลานนา โทรศัพท์ 053-999-777



ศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา เปิดให้บริการให้คำปรึกษาเบื้องต้น
โดยแพทย์เฉพาะทางแล้ว ที่ห้องสนทนาหน้าเว็บไซต์หลักของโรงพยาบาล
www.lanna-hospital.com โทร.053-999-777



เคยผ่าตัดแล้ว

แต่ไม่หาย...

ฉีดยารอบรากประสาทสันหลัง ครั้งเดียวดีขึ้นทันตา

ดิฉันอายุ 55 ปี เป็นคนจังหวัดลำปางค่ะ ปกติก็ช่วยดูแลร้านให้น้องสาว จัดร้าน ทำบัญชี ทำหลายอย่างอยู่เหมือนกันค่ะ ร่างกายดิฉันแข็งแรงดีค่ะ ไม่ค่อยมีโรคภัยมาถามหาซักเท่าไร เพราะดิฉันดูแลตัวเองด้วยดีค่ะ แต่อาการปวดหลังที่เกิดกับดิฉันนี้สิ มันช่างเป็นปัญหากวนใจดิฉันเหลือเกิน อาจเนื่องมาจากที่ดิฉันเคยประสบอุบัติเหตุรถล้มมาก่อนสมัยดิฉันยังสาว ๆ ประกอบกับทำงานหนักด้วยในช่วงนั้น จนทำให้เกิดอาการปวดหลังอย่างรุนแรง ปวดร้าวลงขา จึงตัดสินใจเข้ารับการรักษาผ่าตัดหลังเมื่อประมาณ 3 ปีก่อน อันเนื่องมาจากสาเหตุหมอนรองกระดูกแตก



ขอขอบคุณ : คุณปิยะพร บุญนาค



นพ.กิตติ คีลปวิศวนนท์
แพทย์ศัลยกรรมกระดูกและข้อ ประจำศูนย์โรคปวดหลัง
โรงพยาบาลลานนา



ศูนย์โรคปวดหลัง

โรงพยาบาลลานนา จ.เชียงใหม่



จากนั้นไม่นานก็เกิดอาการปวดหลังกำเริบขึ้นอีกครั้ง แม้จะพยายามรับประทานยาแก้ปวด ทำกายภาพบำบัด ก็ยังไม่หายจากอาการปวดหลัง ซึ่งอาการเหล่านี้จะเห็นได้ชัดหลังจากทำงานมาทั้งวัน พอกลับบ้านมาพักก็รู้สึกปวดหลังอีกเช่นเคย จนเมื่อต้นปี 2555 นี้ ดิฉันตัดสินใจเข้ามาเชียงใหม่ เพื่อรักษาอาการปวดหลังที่ศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา ด้วยมีคนรู้จักแนะนำว่าศูนย์โรคปวดหลังโรงพยาบาลลานนา จังหวัดเชียงใหม่ มีแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ และเทคโนโลยีการรักษาที่ทันสมัย ด้านโรคปวดหลังโดยเฉพาะ อีกทั้งดิฉันได้อ่านนิตยสารและหนังสือพิมพ์ ที่มีการลงบทความเกี่ยวกับผู้ป่วยที่เข้ามาได้รับการรักษาโรคปวดหลัง ที่มีอาการใกล้เคียงกับของดิฉัน มาทำการรักษาแล้วผลการรักษาก็ดีขึ้น หายจากอาการปวดหลัง ทำให้ดิฉันรู้สึกมั่นใจที่จะเข้ามาได้รับการรักษาที่ศูนย์โรคปวดหลัง รพ.ลานนา ค่ะ

ดิฉันได้พบกับนายแพทย์กิตติ คีลปวิศวนนท์ แพทย์ศัลยกรรมกระดูกและข้อ ประจำศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา คุณหมอ กิตติ เป็นคนที่อัธยาศัยดีมากค่ะ ดิฉันรู้สึกมั่นใจในตัวคุณหมอมาก หลังจากที่คุณหมอวินิจฉัยอาการดิฉันแล้ว ก็แนะนำให้ใช้วิธีการ ฉีดยา ครอบรากประสาทสันหลัง เนื่องจากดิฉันเคยผ่าตัดใหญ่มาแล้วหนึ่งครั้ง

หลังจากที่ดิฉันเข้ารับการรักษาโดยการฉีดยาครอบรากประสาทสันหลังแล้ว นอนพักฟื้นดูอาการไม่กี่ชั่วโมง ก็สามารถกลับบ้านได้ แล้วคุณหมอกิตติยังแนะนำต่อว่าไม่ควรยกของหนักเหมือนเช่นเคย และควรหมั่นทำกายภาพเป็นประจำเพื่อลดอาการปวดหลัง รวมทั้งหากมีอาการปวดหลังหลังจากการรักษา ให้บรรเทาอาการด้วยการประคบร้อนประคบเย็น ซึ่งเป็นการดูแลตัวเองเบื้องต้น แต่ผลการรักษาครั้งนี้ ดิฉันรู้สึกพอใจเป็นอย่างมากค่ะ อาการปวดหลังของดิฉันค่อยๆลดน้อยถอยลงจนกลับมาเป็นปกติสามารถใช้ชีวิตได้อย่างเหมือนเดิมค่ะ

มะเร็งตับอ่อน...

ภัยเงียบที่คร่าชีวิตคน

“มะเร็ง” เป็นโรคร้ายอันดับต้นที่เป็นสาเหตุของการเสียชีวิตเมื่อไม่นานมานี้พวกเราคงเคยได้ยินข่าวการเสียชีวิตบุคคลระดับโลกอย่าง “สตีฟ จ๊อบส์” ผู้ก่อตั้งบริษัท Apple ซึ่งถือเป็นผู้ทรงอิทธิพลระดับโลก แต่ก็ต้องพ่ายแพ้กับสุขภาพตัวเอง และเสียชีวิตไปอย่างน่าเสียดายในวัย 56 ปีด้วย **“โรคมะเร็งตับอ่อน”** ที่เขาพยายามสู้ทนรักษาตัวมานานกว่า 8 ปี จนในที่สุด สุขภาพร่างกาย หดแ่นลงเรื่อยๆ จนไม่สามารถรักษาได้ จึงจบชีวิตไปด้วยความโศกเศร้า วันนี้เราจะมารู้จักกับ **“โรคมะเร็งตับอ่อน”** ภัยเงียบที่คร่าชีวิตคนกันครับ

หน้าที่และการทำงานของตับอ่อน

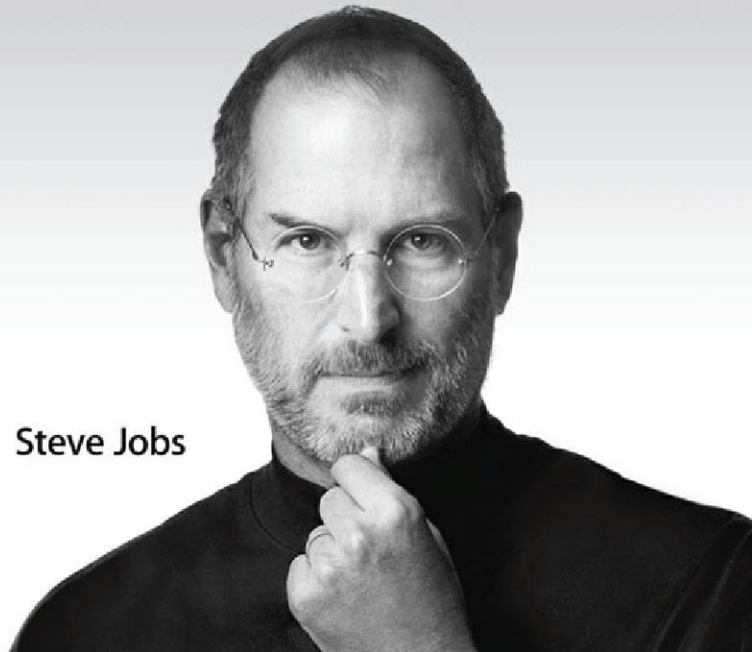
“ตับอ่อน” เป็นต่อมขนาดใหญ่ อยู่ในส่วนกลางของช่องท้องตอนบน มีหน้าที่เป็นทั้งต่อมไร้ท่อ และต่อมขับออก เป็นตัวผลิตฮอร์โมนหลายชนิดเข้าสู่กระแสเลือด ที่รู้จักกันดี คือ อินซูลิน ซึ่งมีหน้าที่เกี่ยวกับการทำงานของคาร์โบไฮเดรต (แป้ง และน้ำตาล) ควบคุมโรคเบาหวาน และผลิตเอนไซม์หลายชนิดเพื่อช่วยการย่อยอาหาร จะเห็นได้ว่าตับอ่อนมีความสำคัญกับร่างกายอย่างมากนะครับ

สาเหตุของการเกิดโรคมะเร็งตับอ่อน

มาจากหลายปัจจัยเสี่ยง เช่น การกินอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต และไขมันสูง ตับอ่อนต้องทำงานหนักหลังน้ำย่อยและฮอร์โมนออกมามาก, ผู้ป่วยโรคเบาหวาน และอีกสาเหตุหนึ่งก็คือการสูบบุหรี่ กรณีของสตีฟ จ๊อบ ก็น่าจะเกิดจากสาเหตุนี้

อาการและลักษณะของโรคมะเร็งตับอ่อน

อาการในระยะแรกของโรค มักจะไม่ค่อยแสดงอาการ โดยทั่วไปในผู้ป่วยระยะแรกก็อาจคล้ายกับอาการของโรคทางกระเพาะอาหารและลำไส้ เช่น อาการปวดท้อง อาการปวดหลัง ผอมลงโดยไม่ทราบสาเหตุ บางคนอาจจะมีลักษณะชันมูก - มึนลอย และที่สำคัญคือ ผู้ป่วยจะมีอาการตัวและตาเหลืองอย่างเห็นได้ชัด ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะมีอาการแสดงก็ต่อเมื่อโรคมะเร็งได้ลุกลามมากแล้ว



Steve Jobs

การตรวจเพื่อวินิจฉัยโรคมะเร็งตับอ่อน

แพทย์จะตรวจจากการซักถามประวัติ อาการ อาการที่แสดง และจากการตรวจร่างกาย รวมถึงใช้วิธีการตรวจเลือดร่วมด้วย คือ **การตรวจเลือดหาสารมะเร็งตับอ่อน (CA-19-9)** และหากแพทย์สงสัยว่าเป็น **โรคมะเร็งตับอ่อน** มักจะทำการตรวจเพิ่มเติม โดยการทำอัลตราซาวด์ หรือเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ ดูพยาธิสภาพของตับอ่อน ถ้าพบว่ามีก้อนเนื้อของตับอ่อน แพทย์มักทำการผ่าตัดเพื่อเอาก้อนเนื้อออก เพื่อการรักษาและนำก้อนเนื้อไปตรวจพิสูจน์ทางพยาธิวิทยาต่อไป ว่าใช่มะเร็งตับอ่อนหรือไม่ ส่วนการตรวจด้วยวิธี MRI นั้นมักไม่ค่อยแนะนำเพราะหาที่หายาก ใช้เวลานาน ราคาก็ค่อนข้างสูง

จะเห็นได้ว่าโรคมะเร็งตับอ่อน เป็นโรคที่อันตรายต่อสุขภาพมาก และที่สำคัญ โรคมะเร็งตับอ่อนเป็นโรคที่ไม่ทราบสาเหตุแน่ชัด ดังนั้นการดูแลและป้องกัน จึงค่อนข้างยากลำบาก หากท่านเป็นหนึ่งในกลุ่มเสี่ยง และเริ่มมีอาการดังที่กล่าวมาต้องการทราบว่าเป็นมะเร็งตับอ่อนหรือไม่ ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัย และหากท่านมีการตรวจสุขภาพประจำปีอยู่แล้ว อย่าละเลยเลือก**ตรวจหาสารมะเร็งตับอ่อน (CA-19-9) และตรวจอัลตราซาวด์ช่องท้อง**ร่วมด้วยนะครับ เพื่อจะได้ป้องกันเสียแต่เนิ่นๆ

โรงพยาบาลลานนา มีศูนย์โรคปวดท้อง
โดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านทางเดินอาหารและตับ
ไว้คอยให้คำปรึกษาและรักษากันแต่เนิ่นๆ
ติดต่อสอบถามและนัดหมายเวลาพบแพทย์ได้ที่
โทร. 053-999-777

ปวดหลัง... ไม่อยากพ่า

ใช้การฉีดยารอบรากประสาทสันหลัง
เพื่อรักษาอาการปวดหลังรุนแรง



“ เทคโนโลยีการฉีดยารอบรากประสาทสันหลัง (EDSI) เพื่อรักษาอาการปวดหลัง เป็นวิธีที่สามารถทำให้ผู้ป่วยลดความทุกข์ทรมาน จากอาการเจ็บปวดได้ถึงร้อยละ 70-80 ซึ่งถือว่าเป็นทางเลือกหนึ่งก่อนที่จะเลือกเข้ารับการรักษาด้วยวิธีผ่าตัด ผู้ป่วยส่วนใหญ่มักได้ผลการรักษาดี และพึงพอใจ ... ”





นพ.กิตติ คิลปวิศวนนท์
แพทย์ศัลยกรรมกระดูกและข้อ
ประจำศูนย์โรคปวดหลัง
โรงพยาบาลลานนา

นพ.กิตติ คิลปวิศวนนท์ แพทย์ศัลยกรรมกระดูกและข้อ ประจำศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา เชียงใหม่ ให้สัมภาษณ์ถึง เทคโนโลยีการฉีดยารอบรากประสาทสันหลังนี้ว่า เป็นทางเลือกในการรักษาอาการปวดหลังหรือปวดขา โดยแพทย์จะฉีดยาเข้าไปบริเวณเส้นประสาท ที่มีการอักเสบหรือบวม ที่มีสาเหตุจากกระดูกสันหลังเสื่อม และมีการกดทับเส้นประสาท หรือเนื่องจากการแตกของหมอนรองกระดูก ทำให้มีการอักเสบของเส้นประสาทในบริเวณดังกล่าว

การฉีดยารอบรากประสาทสันหลังนี้ จะช่วยลดอาการบวมและอาการอักเสบได้นานเป็นสัปดาห์ถึงหลายเดือน อย่างไรก็ตาม อาการปวดสามารถกลับมาเป็นซ้ำได้อีก เนื่องจากเกิดการอักเสบซ้ำ แต่สามารถรับการฉีดยาซ้ำได้ เมื่อมีอาการมากขึ้น การรักษาโดยการฉีดยารอบรากประสาทสันหลังนี้ จึงเป็นเพียงการรักษาบรรเทาอาการปวดชั่วคราวเท่านั้น เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถทำกิจกรรม และใช้ชีวิตประจำต่อเนื่องต่อไปอีกได้โดยไม่ทุกข์ทรมาน

“อาการปวดหลัง” เป็นอาการธรรมดาที่พบบ่อยที่สุดอาการหนึ่งในผู้ป่วย ที่เข้ามารับการรักษา **ในศูนย์โรคปวดหลัง** มีทั้งการปวดหลังแบบเฉียบพลัน หรือปวดหลังเรื้อรัง ทั้งนี้สาเหตุอาจเกิดได้จากโรคต่างๆ เช่น หมอนรองกระดูกสันหลังกับเส้นประสาทขา, กระดูกสันหลังเสื่อมทับแถมกับเส้นประสาทขาในผู้สูงอายุ ฯลฯ

ในโรคเหล่านี้ผู้ป่วยมักมีอาการปวดหลัง ขาชา ขาอ่อนแรง เดินลำบาก ในบริเวณขาข้างใดข้างหนึ่ง หรือทั้งสองข้าง หรืออาจเป็นแค่กล้ามเนื้ออักเสบ จากการใช้ท่าทางที่ไม่ถูกต้องในการยกของ ลุกนั่งหรือ ยืน เดิน เท่านั้นเองก็เป็นไปได้ทั้งนั้น

ผู้ป่วยส่วนใหญ่ร้อยละ 95 สามารถรักษาได้ โดยวิธีที่ไม่ต้องผ่าตัด เช่น การใช้ยาลดการอักเสบ, การทำกายภาพบำบัด ร่วมกับการเปลี่ยนแปลงท่าทางในชีวิตประจำวัน ซึ่งการรักษาเหล่านี้ได้ผลในผู้ป่วยส่วนมาก แต่อย่างไรก็ตามจะมีผู้ป่วยกลุ่มหนึ่งมีอาการปวดหลังไม่ดีขึ้นจากการรักษาดังกล่าวข้างต้น ทำให้แพทย์ต้องพิจารณาผ่าตัด แต่ผู้ป่วยบางรายอาจอยู่ในภาวะไม่พร้อมทางร่างกาย หรือไม่ยินดีเข้ารับการผ่าตัด ทำให้ไม่สามารถรักษาอาการปวดหลังได้ เป็นเหตุให้ผู้ป่วยต้องทนต่ออาการเจ็บปวดและทรมานจากอาการปวดหลัง

ศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา เชียงใหม่ นำเทคโนโลยีการฉีดยารอบรากประสาทสันหลัง เพื่อรักษาอาการปวดหลัง แก่ผู้ป่วยชาวเชียงใหม่ และใกล้เคียง ที่มีปัญหาเรื่องโรคปวดหลังจากโรคหมอนรองกระดูกทับเส้นอย่างรุนแรงในผู้ป่วย ที่ไม่สามารถผ่าตัดหลังได้อีก เช่น เคยผ่านการผ่าตัดใหญ่มาแล้วหลายครั้ง หรือในรายที่กลัวการผ่าตัด หลังฉีดยาแล้วนอนพักฟื้นเพื่อดูอาการต่อในโรงพยาบาลเพียงแค่ 1 คืนเท่านั้น ก็สามารถกลับบ้านได้

“หากมีอาการปวดหลังและมีความสนใจที่จะเข้ารับการรักษาด้วยเทคโนโลยีการฉีดยารอบรากประสาทสันหลังก็สามารถเข้ามาปรึกษาแพทย์ประจำศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา หรือติดต่อสอบถามได้ที่ โทร. 053-999-777”



วัคซีนฮิสทอกฮิส !

ต้องฉีด 2 เข็ม คุณ



ฮิสทอกฮิสเป็นอย่างไร ?

หากจะพูดถึงโรคฮิสทอกฮิส หลายๆ ท่านคงรู้จักและเข้าใจมันดี เพราะอาจจะเคยเป็นมาก่อน หรืออาจจะเคยเห็นบุคคลใกล้ชิดเป็นมาแล้ว ซึ่งโรคฮิสทอกฮิสเป็นโรคที่ติดต่อได้ง่าย ส่วนใหญ่พบบ่อยในเด็ก ซึ่งเป็นโรคที่ไม่รุนแรงมากนัก นอกจากสร้างความรำคาญแล้ว อาจมีผลเสียเมื่อมีผลเป็นไปตลอดชีวิต

รอยแผลเป็นเมื่อเกิดในผู้ใหญ่ ก็เป็นได้เช่นกัน ในผู้ที่มีสภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่องและมีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรงขึ้นได้หากไม่มีการป้องกันที่ดี

ป้องกันอย่างไร ?

การป้องกันโรคฮิสทอกฮิสคือ หลีกเลี่ยงการสัมผัสผู้ป่วย อยู่ห่างในที่มีคนแออัด หากมีคนในครอบครัวป่วยเป็นโรคนี้ ก็ควรทำความสะอาด ภาชนะหรือสิ่งของที่ผู้ป่วยจับต้องอย่างสม่ำเสมอ ควรหมั่นล้างมืออย่างเป็นประจำ กินร้อน ช้อนกลาง หรืออีกวิธีหนึ่งก็คือการเริ่มต้นที่ตนเอง โดยการรักษาสุขอนามัยพื้นฐาน ล้างมือเป็นประจำ หลีกเลี่ยงการสัมผัสผู้ป่วย หรือการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ร่างกายแข็งแรง เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ป้องกันโรคร้ายต่างๆ รวมทั้งการนอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ

ป้องกันอย่างไรให้มีประสิทธิภาพสูงสุด ?

การฉีดวัคซีนป้องกันโรคฮิสทอกฮิส คือการป้องกันที่มีประสิทธิภาพที่สุด ซึ่งแพทย์จะแนะนำให้เริ่มฉีดตั้งแต่อายุ 1 ปีขึ้นไป โดยให้วัคซีน 2 เข็ม โดยเข็มที่ 1 ให้ตอนอายุ 12 - 18 เดือน และเข็มที่ 2 ให้ตอนอายุ 4 - 6 ปี (ห่างกันจากเข็มแรก 4-6 ปี) โดยการฉีดเข้าใต้ผิวหนัง แต่หากอายุ 13 ปีขึ้นไป ให้ฉีดวัคซีน 2 เข็ม โดยจากเข็มแรกและเข็มที่สอง ห่างกันอย่างน้อย 1 เดือน แล้วไม่ต้องกระตุ้นอีก



?

ป้องกันตลอดไป



ทำไมต้องฉีดวัคซีนถึง 2 เข็มด้วยล่ะ?

เราจะให้ดูถึงประสิทธิภาพของวัคซีนกันนะครับ วัคซีน 1 เข็ม ป้องกันโรคอีสุกอีใสได้ร้อยละ 70-90 และป้องกันโรคที่รุนแรงได้ร้อยละ 95 วัคซีนเข็มที่ 2 เป็นการเพิ่มประสิทธิภาพการป้องกันโรคเป็นร้อยละ 98 และป้องกันโรครุนแรงได้ทั้งหมด ซึ่งผลการติดตามผู้ที่ได้รับวัคซีนไป 10 ปี พบว่า ผู้ที่ได้รับวัคซีน 2 เข็ม ลดความเสี่ยงของการเกิดโรคหลังได้รับวัคซีนลงถึง 3.3 เท่า เมื่อเทียบกับผู้ที่ได้รับวัคซีนเข็มเดียว

“เพิ่มประสิทธิภาพ การป้องกันอย่างมั่นใจ ด้วยวัคซีน
ป้องกันอีสุกอีใส 2 เข็มได้แล้วที่ โรงพยาบาลลานนา
เชียงใหม่ ติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่
โทรศัพท์ 053-999-777”

โรงพยาบาลลานนา มีกุมารแพทย์ประจำตลอด 24 ชั่วโมง

แม้ว่าโรคอีสุกอีใส จะไม่เป็นอันตรายร้ายแรงมากนัก หากไม่มีอาการแทรกซ้อนใดๆ แต่การป้องกันลูกหลาน หรือคนที่คุณรัก ไม่ให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บ ไม่ให้เกิดแผลเป็นที่ จะติดตัวไปตลอดชีวิต ก็จะเป็นการดีกว่าไม่ใช่หรือ?



ภาพกิจกรรม... ลานนารวมใจ ต้านภัยหนาว



โรงพยาบาลลานนา เชียงใหม่ พร้อมทีมแพทย์ พยาบาล และเจ้าหน้าที่ ร่วมออกหน่วยตรวจสุขภาพ ณ บ้านขุนช่างเคียน เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพให้กับประชาชนในพื้นที่ พร้อมทั้งบริจาคเสื้อผ้ากันหนาว ผ้าห่ม และอุปกรณ์กีฬา มอบให้โรงเรียนศรีเนห์รู จังหวัดเชียงใหม่ ในโครงการ “ลานนารวมใจต้านภัยหนาว” ประจำปี 2556 เมื่อวันที่ 13 มกราคม 2556 ที่ผ่านมา

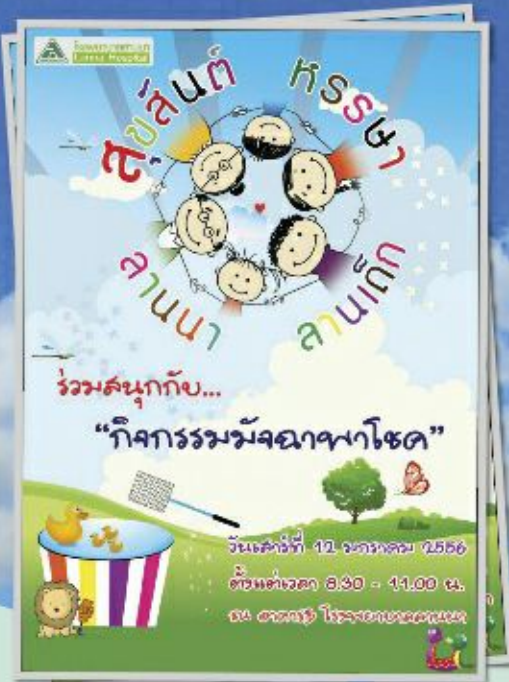


ขอขอบคุณ คุณแม่วัลย์ริญา รอดเรียน (แม่น้องมานใหม่) อ.สันป่าตอง ที่ได้เดินทางมาร่วมบริจาคตุ๊กตาให้น้อง ๆ โรงเรียนศรีเนห์รู (ขุนช่างเคียน) ตามโครงการ “ลานนารวมใจต้านภัยหนาว” ครับ

ขอขอบคุณ คุณทวี อุปรา จากร้านเชียงใหม่ใจกว้าง และคณะเพื่อน ๆ จากกรุงเทพฯ ที่ได้บริจาคผ้าห่มจำนวน 2 คับรถ ให้เด็ก ๆ โรงเรียนศรีเนห์รู ในโครงการ ลานนารวมใจต้านภัยหนาว



สุขสันต์ ทรุษ ลานนา ลานเด็ก



“ลานนา ลานเด็ก” ปี 2556

โรงพยาบาลลานนา ได้จัดกิจกรรมในวันเด็กทรุษ ประจำปี 2556 โดยภายในงานมีการแจกของขวัญ ขนมและจัดเกมมัจฉาพาโชคให้กับเด็กๆ ที่เข้ามาใช้บริการที่โรงพยาบาล ได้ร่วมสนุกภายในงานอีกทั้งยังได้นำของขวัญไปมอบให้กับผู้ป่วยเด็กที่อยู่ในโรงพยาบาลลานนาอีกด้วย ทั้งนี้เพื่อเป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างลูกค้ากับโรงพยาบาล และยังเล็งเห็นถึงความสำคัญของเด็กๆ ที่จะก้าวเป็นกำลังสำคัญของชาติต่อไป ณ แผนกกุมารเวชกรรม โรงพยาบาลลานนา เมื่อวันที่ 12 มกราคม 2556 ที่ผ่านมา



สามารถติดตามข่าวสารและกิจกรรมจากโรงพยาบาลลานนาเพิ่มเติมได้ที่...

facebook โรงพยาบาลลานนานครับ www.facebook.com/lannahospital

โรงพยาบาลลานนา

www.lanna-hospital.com

E-mail : lanna@lanna-hospital.com

Facebook : www.facebook.com/lannahospital

LANNA HOSPITAL

อันตราย...

โรคหลอดเลือดสมองตีบตันหรืออุดตัน

Ischemic stroke

“ลดอัมพาตเฉียบพลัน
หากแก้ทันเวลา...
มีเวลา **3 ชั่วโมง**
เพื่อช่วยชีวิตตาคลั่งสมอง”

นัดเวลาเพื่อปรึกษาแพทย์ได้ที่ ...

คลินิกอายุรกรรมประสาทและสมอง

จันทร์	09.00 น. - 12.00 น.
อังคาร - พุธ	17.00 น. - 20.00 น.
เสาร์	09.00 น. - 12.00 น.

" เราจะเปิดโรงพยาบาลเอกชนชั้นนำในจังหวัดเชียงใหม่ ที่มีคุณภาพมาตรฐาน บริการประทับใจ "



โรงพยาบาลลานนา
Lanna Hospital

1 Sukkasem Rd., Kwang Nakornping, Muang Chiangmai, Thailand 50300

Tel. 053-999-777 Fax. 053-999-798