



# ลานนาสาร โรงพยาบาลลานนา

ฉบับที่ 4/2554

1 ถนนสุขุมชน แขวงนครพิงค์ ตำบลป่าตัน อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50300  
โทรศัพท์ 053-999-777 , โทรสาร 053-999-798

## “โรงพยาบาลของเราครบครัน...”

ประจ Security Doors Controls

เทคโนโลยีรักษาโรคปวดหลัง...  
จากหมอนรองกระดูกเคลื่อน

บันทึกของพ่อ...

โรคช้ำหนู...โรคที่ต้องพักรักษาตัวที่บ้าน

ทันตคลินิก...รักษาเบาหวานขึ้นตา  
ด้วยเครื่องเลเซอร์

ถนนโรคใช้หัวดีไทย

กิจกรรมเพื่อสังคม sw.ลานนา เชียงใหม่

น้อง彬彬นุญ พู๊ดที่ได้รับคะแนนโหวตสูงสุด  
จากกิจกรรมบนเฟซบุ๊ก sw.ลานนา



ศูนย์โรคปวดหลัง  
โรงพยาบาลลานนา

ปรึกษา โทร.053-999-777  
www.lanna-hospital.com



## สาเหตุ...จากกรรมการบริษัท

**หลายปีมาแล้วนะครับ** ที่เชียงใหม่บ้านเราไม่เกิดน้ำท่วมในตัวเมืองล่าสุดเท่าที่จำได้ก็น่าจะประมาณปี 2548 มาแล้ว แต่สำหรับปีนี้ถือว่าเป็นปีที่ปัญหาเรื่องน้ำท่วมรุนแรงมากที่สุด เพราะท่วมบ้านเรือนเสียหายกันเกือบครึ่งประเทศ ต้องขอแสดงความเสียใจด้วยนะครับ สำหรับท่านที่ประสบปัญหาจากภัยน้ำท่วมในครั้งนี้ และในฉบับนี้เราก็มีเรื่องของโรคนี้มา มาฝากเพื่อเป็นความรู้ให้สังเกตอาการเจ็บป่วยไว้ด้วย เพราะถึงแม้ว่าปัญหาเรื่องน้ำจะลดลงไปหมดแล้ว แต่เชื้อโรคนี้จะยังอยู่ต่อไปอีกได้ถึง 6 เดือน

**และช่วงเข้าอากาศหนาว** ร่างกายต้องมีการปรับตัว หากปรับตัวไม่ทันอาจทำให้เป็นโรคหน้าหนาว ที่พบบ่อย ได้แก่ ไข้หวัด และไข้หวัดใหญ่ โดยเฉพาะเด็กและผู้สูงอายุให้การดูแลเป็นพิเศษ เนื่องจากมีภูมิคุ้มกันโรคน้อยเมื่อป่วยเป็นไข้จึงมีอาการรุนแรงมากกว่าคนทั่วไป และอาจมีโรคแทรกซ้อน เช่น โรคปอดบวมได้ ซึ่งโรคปอดบวมเป็นสาเหตุการตายอันดับหนึ่งในกลุ่มโรคติดต่อในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี และผู้สูงอายุ ทุกหน้าหนาวจะมีเด็กและผู้ใหญ่ป่วยจากโรคไข้หวัดใหญ่กันเยอะ จึงต้องมาทบทวนความรู้เพื่อการป้องกันกันหน่อยครับ

**ในฉบับนี้เรามีความภูมิใจ** นำเสนอเรื่องราวของผู้ใช้บริการครอบครัวลานนา คือ **"ครอบครัวแก้ววิจิตร"** ที่ผูกพัน ใช้บริการโรงพยาบาลลานนามาอย่างยาวนาน ทางคณะผู้บริหาร ในนามของเจ้าหน้าที่แพทย์ พยาบาล และเจ้าหน้าที่ทุกแผนกขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ ที่นี้ด้วยครับ

ท้ายสุดพร้อมกับ **"ตามหาสาร"** ฉบับนี้...ขอกล่าวสวัสดิ์ ส่งท้ายปีแก่ครอบครัวลานนาทุกท่าน... พบกันใหม่ปีหน้าครับ

อรรถกมล วิจิตร

# Contents

ประตู <b>Security Doors Controls</b>	2
เทคโนโลยีรักษาโรคปวดหลัง... จากท่อนองกระดูกเคลื่อน	3
บันทึกของพ่อ...	5
โรคนี้ขุ่น...โรคที่ต้องเฝ้าระวังกันกับน้ำ	7
จักยุคศึค..รักษาเบาหวานขึ้นตา ด้วยเครื่องเลเซอร์	9
กบฏไวรัสไข้หวัดใหญ่	11
กิจกรรมเพื่อสังคม sw.ลานนา เชียงใหม่	13

\* โรงพยาบาลลานนา

...ณี่น้โรงพยาบาลที่มีความใส่ใจที่สุด \*

# Security Doors Controls

## เครื่องควบคุมประตู และ บันทึกลงเวลาด้วยลายนิ้วมือ

**เพื่อ** ความปลอดภัยของผู้มาใช้บริการสูงสุด โรงพยาบาลลานนา จึงติดตั้งเครื่องควบคุมการเปิด-ปิดประตู ด้วยลายนิ้วมือ ในทุกชั้นทุกหอผู้ป่วย และในแผนกสำคัญๆ เช่น แผนก ICU, แผนกห้องผ่าตัด แผนกห้องคลอด และ ห้องเด็กแรกเกิด เป็นต้น

**ระบบ** ประตูนี้จะปิดไว้ตลอดเวลา 24 ชั่วโมง โดยหากเจ้าหน้าที่ จะเข้า-ออก จะต้องสแกนนิ้วให้ตรงกับที่ถูกบันทึกจัดเก็บไว้ก่อน จึงจะสามารถ เปิดประตูผ่านเข้าไปได้

**นอกจากนี้** เพื่อเพิ่มความปลอดภัยในการตรวจสอบบุคคล ยังมี ความสามารถในการดึงข้อมูลการใช้งานผู้ผ่านเข้า-ออกประตูได้ และมีสัญญาณ ไซเรนร้องแจ้งเตือน เมื่อมีผู้ไม่หวังดีมาทำลาย หรือขโมยเครื่อง พร้อมปุ่มกด เรียกบุคคลข้างใน ด้านหน้าเครื่องอย่างชัดเจน

**ทั้งนี้** หากผู้มารับบริการประสงค์จะเข้าไปเยี่ยมผู้ป่วย กรุณาติดต่อ เจ้าหน้าที่ก่อนทุกครั้ง เพื่อช่วยเปิดประตูให้ผ่านเข้าไป...



# เทคโนโลยีรักษาโรคปวดหลัง...



## จากหมอนรองกระดูกเคลื่อน

**โรคปวดหลัง**อันเนื่องจากหมอนรองกระดูกสันหลังเคลื่อน (**Herniated Nucleus Pulposus หรือ HNP**) เป็นโรคที่พบได้บ่อยในคนวัยทำงาน พบในผู้ชายมากกว่าผู้หญิง เป็นสาเหตุของการหยุดงาน รบกวนการใช้ชีวิตประจำวัน และก่อให้เกิดอาการปวดหลังเรื้อรังในที่สุด

### หมอนรองกระดูกสันหลัง (Intervertebral disc)

เป็นอวัยวะที่ทำหน้าที่เสมือนข้อต่อระหว่างปล้องกระดูกสันหลัง ทำหน้าที่หลักในการแบกรับน้ำหนักและให้การเคลื่อนไหว เมื่อมนุษย์เราอายุมากขึ้น ร่วมกับปัจจัยต่างๆ (เช่น น้ำหนักตัวมาก สูบบุหรี่ ยกของหนักเป็นประจำ ฯลฯ) จะทำให้ส่วนนอกของหมอนรองกระดูกสันหลังฉีกแยกออก ทำให้ส่วนตรงกลางที่มีลักษณะคล้ายเจลเคลื่อนออกมากดทับเส้นประสาท ผู้ป่วยจึงมีอาการปวดหลัง ปวดร้าวลงขา ชาขา และกล้ามเนื้ออ่อนแรง บางรายเป็นหนักถึงขั้นกล้ามเนื้อจางและปัสสาวะไม่อยู่

### โดยทั่วไป

โรคนี้สามารถรักษาได้โดยวิธีไม่ผ่าตัด ส่วนน้อยเท่านั้นที่ต้องการการรักษาโดยการผ่าตัด ขึ้นอยู่กับอาการของผู้ป่วยและดุลยพินิจของแพทย์ การผ่าตัดมุ่งที่จะรักษาการกดทับเส้นประสาทโดยการตัดหมอนรองกระดูกสันหลังที่เคลื่อนออกไป ซึ่งผลการรักษาโดยการผ่าตัดมักได้ผลดีต่ออาการปวดร้าวลงขา เทคนิคที่ใช้เป็นมาตรฐานยังเป็นวิธีดั้งเดิมที่ตัดเลาะกล้ามเนื้อและส่วนของกระดูกสันหลังเพื่อเข้าไปตัดหมอนรองกระดูกสันหลัง (**conventional open discectomy**) หลังการผ่าตัดผู้ป่วยมักมีอาการปวดลำ ติงบริเวณแผ่นหลัง

## โดยการส่องกล้อง MIS

**ด้วยเทคโนโลยีล้ำสมัย** การส่องกล้องเพื่อตัดหมอนรองกระดูกสันหลัง หรือที่เรียกว่า **Minimally Invasive Surgery (MIS)** ที่ศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา นำมาใช้เพื่อให้บริการแก่ผู้มีปัญหาเรื่องปวดหลัง ในภาคเหนือ จึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งเพื่อลดปัญหาการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ และเนื้อเยื่ออ่อนหลังการผ่าตัด ช่วยลดอาการเจ็บปวดหลังผ่าตัด ลดการใช้ยาแก้ปวด ลดการเสียเลือดและการติดเชื้อ ระยะเวลานอนโรงพยาบาล กลับไปทำงานและใช้ชีวิตประจำวันได้รวดเร็ว และที่สำคัญ สามารถตัดหมอนรองกระดูกสันหลังได้ เหมือนกับการผ่าตัดเปิดแผลขนาดใหญ่

**การผ่าตัดส่องกล้องเพื่อตัดหมอนรองกระดูกสันหลัง (MIS) แบ่งออกเป็น 2 หลักการใหญ่ๆ**

**วิธีแรก** คือ ใช้กล้องที่มีลักษณะคล้ายกับกล้องส่องข้อ (**endoscopic discectomy**) แต่มีขนาดเล็กกว่า ข้อดีของวิธีนี้คือขนาดของแผลผ่าตัดเล็กมาก (ประมาณ 1-2 ซม.) สามารถมองเห็นหมอนรองกระดูกสันหลังที่เคลื่อนออกมาอย่างชัดเจน แต่มีข้อเสียคือ มีรายงานพบว่าไม่สามารถตัดหมอนรองกระดูกสันหลังที่เคลื่อนออกมาได้ทั้งหมดจึงเกิดการเคลื่อนซ้ำ และตัดกระดูกงอก (**osteophytes**) ได้ยาก

**ส่วนวิธีที่สองคือ** การใช้กล้องจุลทรรศน์เข้ามาช่วยขยายภาพขณะผ่าตัด (**microscopic discectomy**) ซึ่งแพทย์ก็สามารถมองเห็นหมอนรองกระดูกสันหลังได้ชัดเจนเช่นกัน แต่สามารถตัดกระดูกงอกได้ง่ายกว่า ทำการผ่าตัดได้ง่ายกว่า และสามารถทำการเชื่อมข้อต่อได้ ส่วนข้อเสียคือ ขนาดของแผลใหญ่กว่าวิธีแรก (**3-4 ซม.**) ผลการรักษาของวิธีทั้งสองไม่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมและประสบการณ์ของแพทย์

ศ. นพ. ต๋อพงษ์ นฤพนธ์-ประวีรัฐ  
อาจารย์แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านศัลยกรรมกระดูก (MIS)  
ศูนย์โรคปวดหลัง โรงพยาบาลลานนา



**ศูนย์โรคปวดหลัง**  
โรงพยาบาลลานนา

ที่นารักษาโรคตามข้อมูลเป็นต้นฉบับที่ 053-999-777

# บันทึกของพ่อ...



เรื่องราวจากชีวิตจริงของ...

**ครอบครัวคุณนิรันดร์ แก้ววิจิตร**

## ครอบครัวแก้ววิจิตร

โดยมี นายนิรันดร์ แก้ววิจิตร หัวหน้าครอบครัว  
อาชีพ นักธุรกิจ นักเขียนอิสระ และการเมือง

สมาชิกประกอบด้วยบุคคลดังนี้

- นางสาวเนียง แก้ววิจิตร ภรรยา อาชีพค้าขาย
- นางสาวปลายทิพย์ แก้ววิจิตร หรือน้องซิม ปัจจุบัน  
ศึกษาอยู่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ คณะนิติศาสตร์
- นายชินนทร์ แก้ววิจิตร หรือน้องดวงแก้ว หรือน้องขวัญ  
อยู่ระหว่างเตรียมตัวไปศึกษาต่อที่ประเทศสหรัฐอเมริกา

โดยที่ทุกคนในครอบครัวมอบความไว้วางใจ  
โรงพยาบาลลานนา... ให้เป็นโรงพยาบาลของครอบครัว  
เสมอมา...



**เมื่อวันที่ 7 กรกฎาคม 2554** “คุณสำเนียงและ  
น้องขวัญ หรือน้องดวงแก้ว ประสบอุบัติเหตุรถชนที่ถนนโดยรถชนกัน  
ทั้งคู่ได้รับบาดเจ็บสาหัส คุณแม่สำเนียงทรงดูแลคุณขวัญและน้อง  
(โพลาร์ว่า) และบริเวณที่ชนหัก ส่วนน้องขวัญ มีอาการทางสมอง  
บวมซ้ำ และไม่รู้สึกตัว...”

**16 กรกฎาคม 2554** ผมແສນທີ່ຈະທຸກໂຈດກັບເຈົ້າ  
กรรมอันยิ่งใหญ่... จากเมื่อวันที่ 7 ที่ผ่านมา สมาชิกในครอบครัวร่วม  
ประสบอุบัติเหตุรถชน คุณสำเนียง แก้ววิจิตร คู่ชีวิต และน้อง  
ขวัญ (ชินนทร์ แก้ววิจิตร) ลูกชายหัวแก้วหัวแหวนบาดเจ็บสาหัส  
ต้องเข้ารักษาตัวที่ห้อง ICU โรงพยาบาลลานนาเชียงใหม่

**17 กรกฎาคม 2554** นายแพทย์ศักดิ์ชัย ผลประเสริฐ  
และนายแพทย์อาทิตย์ เถลิ้มพันธ์พิพัฒน์ เข้ามาตรวจเยี่ยมอาการ  
เจ็บป่วยของน้องขวัญ หรือน้องดวงแก้ว (ชินนทร์ แก้ววิจิตร) ภายหลัง  
จากการรักษาอาการบวมมีเลือดไหลทางสมอง เนื่องจากการประ  
สบอุบัติเหตุ บอกว่า “สภาพโดยทั่วไปฟื้นคืนสติได้แล้วผู้ป่วยสามารถ  
ทำความเข้าใจหมอและพยาบาล เริ่มรู้สึกตัวลิ้มรสได้นาน ทุกๆอย่าง  
แล้ว แต่ต้องใช้เวลารักษาอีกระยะหนึ่ง” หัวอกพ่ออย่างผมดีใจออก  
หน้าออกตาครับ



กราบขอพระคุณคณะแพทย์และพยาบาลตลอดจนเจ้าหน้าที่  
โรงพยาบาลนี้ทุกๆ ท่าน ที่ร่วมกันเฝ้าดูแลและรักษาผู้ป่วยจนสุดความ  
สามารถ และที่สำคัญกำลังใจจากเพื่อนๆ และมวลญาติมิตรที่หลังไหลมา  
เยี่ยม และให้การช่วยเหลือทุกๆ ด้านขาดนี้จะไม่วันลืมได้...



จนถึงวันนี้ ทั้งคู่ปลอดภัยแล้ว แพทย์อนุญาตให้ผู้เป็นแม่กลับไป  
พักที่บ้าน ส่วนน้องขวัญแพทย์ให้ปลดเครื่องช่วยหายใจออกแล้ว  
อาการโดยทั่วไปดีขึ้นตามลำดับสามารถลืมตา หาคำหมอลั้ง และกำลัง  
พยายามจะพูดคุย

**19 กรกฎาคม 2554** ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย  
ครับ... สำหรับทีมงานลูกค้าสัมพันธ์ รพ.ลานนาเชียงใหม่ ที่ขึ้นไปเยี่ยมให้  
กำลังใจผู้ป่วย บนห้องพัก 250 อาคาร B หกน้องขวัญ หรือน้องดวงแก้ว  
(ชนิษฐ์ แก้ววิจิตร) คนที่กำลังนอนหลับไหลพักฟื้นบนเตียงนั้นได้เห็นได้  
ทราบ หัวใจดวงนั้นคงจะพองโตเพราะความดีใจมากครับ

**26 กรกฎาคม 2554** แพทย์ให้กลับบ้านเดินคล่องยิ่งขึ้น  
พูดจาสนทนาสุภาพเรียบร้อย ทานอาหารได้มาก น้ำหนักเริ่มเพิ่มขึ้นอีก  
แล้วครับ ขอพระคุณโรงพยาบาลลานนาที่ให้ชีวิตใหม่กับน้องครับ...

**31 ตุลาคม 2554** "ในโอกาสนี้ใคร่ขอขอบพระคุณ  
โรงพยาบาลลานนาเป็นอย่างสูง ที่ให้การดูแลเอาใจใส่ต่อครอบครัว  
**แก้ววิจิตร และครอบครัวศักดิ์เทพพงษ์** ตลอดจนเครือญาติทุกคน ที่เข้ามา  
รับการให้บริการ รับประทานจากคณะแพทย์ พยาบาลและเจ้าหน้าที่  
ทุกท่าน ด้วยความประทับใจและอบอุ่นยิ่ง โดยเฉพาะ คุณแม่บัวลอย  
แก้ววิจิตร ได้เข้ารับการรักษาคิดด้วยโรคชราอย่างต่อเนื่อง" ขอกราบ  
ขอพระคุณอีกครั้งครับ

**"และแล้วชีวิตครอบครัวของณ...ก็กลับมามีความสุขอีกครั้ง"**

พอนิรันดร์ แก้ววิจิตร

# โรคฉี่หนู...

## โรคที่ต้องเฝ้าระวังที่มากับน้ำ

### โรคฉี่หนู..โรคที่ต้องเฝ้าระวังที่มากับน้ำ

ปีนี้นับว่าเป็นปีที่ฝนตกหนัก น้ำป่าไหลหลาก และมีน้ำท่วมใหญ่ หลายจังหวัดเลยทีเดียวทั่วประเทศ โรคที่ไม่ควรมองข้าม ติดตามมาอีกโรคหนึ่งนั่นก็คือ “**โรคฉี่หนู**” หรือ โรคเล็ปโตสไปโรซิส เป็นโรคที่ต้องเฝ้าระวังโรคหนึ่งที่มาพร้อมกับน้ำ ปกติก็มักจะพบการระบาดในเดือนตุลาคมและพฤศจิกายน เนื่องจากเป็นฤดูฝนต่อหนาว มีน้ำขัง ลักษณะของตัวเชื้อเป็นเชื้อแบคทีเรียเป็นเส้นเกลียว *spirochete* เคลื่อนที่โดยการหมุน สามารถไขผ่านผิวหนังเข้าไปในร่างกายได้ เชื้อนี้อยู่ตามดินโคลน แหล่งน้ำ น้ำตก แม่น้ำลำคลองได้นานเป็นเดือน เคยมีรายงานว่าอยู่ได้นาน 6 เดือนในที่น้ำท่วมขังโดยมีปัจจัยแวดล้อมเหมาะสม เช่น มีความชื้นแสงส่องไม่ถึง มีความเป็นกรดปานกลาง

### กลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรค

- เกษตรกร ชาวไร่ชาวนา ชาวสวน
- คนงานฟาร์มเลี้ยงสัตว์ โค สุกร ปลา
- กรรมกรชุดท่อระบายน้ำ เหมืองแร่ โรงฆ่าสัตว์
- กลุ่มอื่นๆ เช่น แพทย์ เจ้าหน้าที่ห้องทดลอง ทหารตำรวจที่ปฏิบัติงานตามป่าเขา
- กลุ่มประชากรทั่วไป มักเกิดในที่มีน้ำท่วม ผู้ที่บ้านมีหนูมาก
- ผู้ที่ปรุงอาหาร หรือรับประทานอาหารที่ไม่สุก หรือปล่อยให้บูดเน่าไว้โดยไม่ปิดฝา



“โรงพยาบาลลานนา ตรวจหาโรค



## อาการแสดงที่สำคัญ ได้แก่

- มีไข้
- ภาวะเยื่อตาขาวแดงเกิดขึ้นในตาทั้งสองข้างภายใน 3 วันแรกของโรค และอยู่ได้นานตั้งแต่ 1-7 วัน อาจจะพบร่วมกับเลือดออกที่ตาขาวข้างเดียว หรือสองข้างก็ได้
- กดเจ็บกล้ามเนื้ออย่างรุนแรง โดยเฉพาะที่น่อง
- มีเลือดออกแบบต่างๆ โดยเฉพาะในรายที่มีอาการรุนแรง เช่น จุดเลือดออกตามผิวหนัง (*petichae*) ผื่นเลือดออก (*purpuric spot*) เลือดออกใต้เยื่อぶตา (*conjunctival haemorrhage*) หรือเสมหะเป็นเลือด
- ผื่น อาจจะได้หลายแบบ ผื่นแดงราบ ผื่นแดง ผื่นลมพิษ
- อาการเหลือง อาการเหลืองมักเกิดวันที่ 4-6 ของโรค

## การติดต่อของโรค

สัตว์ที่นำเชื้อได้แก่ พวกสัตว์แทะ เช่น หนู โดยเฉพาะ หนูนา หนูทุก รองลงมาได้แก่ สุนัข วัว ควาย สัตว์พวกนี้เก็บเชื้อไว้ในโตเมื่อหนูปัสสาวะเชื้อจะอยู่ในน้ำหรือดิน เมื่อคนสัมผัสเชื้อซึ่งอาจจะเข้าทางแผล เยื่อในปากหรือตา หรือแผล ผิวหนังปกติที่เปื่อยขึ้นเชื้อก็สามารถไต่ผ่านไปได้เช่นกัน เชื้ออาจจะเข้าร่างกายโดยการดื่ม หรือกินอาหารที่มีเชื้อ

**ระยะฟักตัว** - ของโรคโดยเฉลี่ยประมาณ 10 วันหรืออยู่ระหว่าง 4-19 วัน

**ระยะติดต่อ** - การติดต่อจากคนสู่คนเกิดขึ้นน้อยมาก



**สำหรับผู้ที่ประสบภัยน้ำท่วม** หากเจ็บป่วยมีอาการใกล้เคียงดังกล่าว มาก็น่าจะนึกถึงโรคนี้ไว้ด้วยนะครับ ในสมัยก่อนการจะตรวจหาโรคนี้หนู (**เล็บโตสไปโรซิส**) ยุ่งยาก ต้องรอคอยผลนาน ซึ่งกว่าจะวินิจฉัยโรคได้ผู้ป่วยก็มีอาการทรุดหนักไปหลายวันแล้ว แต่ในปัจจุบันนี้ การตรวจหาร่องรอยการติดเชื้อเล็บโตสไปโรซิส ที่โรงพยาบาลลานนา เชียงใหม่ สามารถทำได้เอง และรู้ผลเร็วได้ภายใน 1 ชั่วโมง โดยวิธีการตรวจหา เล็บโตสไปโรซิส แอนติบอดี (สารในระบบภูมิคุ้มกันที่ร่างกายคนและสัตว์ต่างๆ สร้างขึ้น เมื่อมีสารแปลกปลอมต่างๆ จากภายนอก ซึ่งรวมทั้งเชื้อโรค หลุดรอดเข้าไปสู่กระแสเลือด)

ฉีหนู...รู้ผลเร็วภายใน 1 ชั่วโมง”



จักษุคลินิก...รักษาโรคเบาหวานขึ้นตา  
ด้วยเครื่องเลเซอร์

# Diabetes Mellitus

**เลเซอร์** เป็นลำแสงชนิดหนึ่งที่มีคุณสมบัติพิเศษ แตกต่างจากลำแสงทั่วไป คือ มีพลังงานสูงสามารถใช้ในการผ่าตัด โดยสามารถเลือกชั้นที่จะเกิดปฏิกิริยาต่อแสงเลเซอร์ได้ จึงสามารถนำมาใช้ในทางการแพทย์ เช่น นำมาใช้ในการรักษาดวงตา

## โรคที่เพิ่งค้นพบดวงตาที่สามารถใช้แสงเลเซอร์รักษาได้

- ★ โรคเบาหวานขึ้นตา
- ★ โรคต้อหิน
- ★ โรคเส้นเลือดอุดตันที่จอประสาทตา
- ★ โรคจอประสาทตามีกขาดที่ยังไม่มีจอประสาทตาลอกตัว

ซึ่งการตัดสินใจรักษาด้วยเครื่องเลเซอร์ชนิดใดนั้น ผู้ป่วยต้องได้รับการตรวจอย่างละเอียดจากจักษุแพทย์ เพื่อได้รับการวินิจฉัยอย่างถูกต้องและการรักษาที่เหมาะสมต่อไป

### สำหรับผู้ป่วยเบาหวานทุกท่าน

ควรจะได้รับการตรวจจอประสาทตา จากจักษุแพทย์อย่างน้อยปีละครั้ง เพื่อเฝ้าระวัง "โรคเบาหวานขึ้นตา...ภัยร้ายที่ต้องระวัง" หากเป็นมานานและไม่ได้รักษาให้ถูกต้อง จะก่อให้เกิดพยาธิสภาพในลูกตาได้มากมาย และเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ตาบอดได้ เบาหวานขึ้นจอประสาทตานั้นพบบ่อยในผู้ป่วยเบาหวานที่เป็นมานานเกิน 5 ปีขึ้นไป และไม่ได้รับการรักษาอย่างถูกต้อง จะทำให้มีการเปลี่ยนแปลงของผนังหลอดเลือดฝอย เพราะบริเวณนั้นขาดออกซิเจน และทำให้เส้นเลือดขึ้นใหม่ ซึ่งมีลักษณะเปราะ แตกง่าย ทำให้มีเลือดออกในจอประสาทตา และตาบอดได้ การรักษาด้วยเลเซอร์ จะเป็นการฉีดยาเลือดที่เปราะแตกง่ายให้ฝ่อตัว ป้องกันเลือดออกในจอประสาทตา จะช่วยถนอมสายตาที่ยังมองไม่เห็น ไม่ให้เป็นไปมากกว่าเดิม



ท่านสามารถมาใช้บริการตรวจรักษา และขอคำปรึกษา  
ได้ที่คลินิกในเวลาดาราราชการ และ คณโศภิต  
ตั้งแต่ 09.00 - 12.00 น



ภาพปกติ

ภาพที่ถือจากอาการเบาหวานที่เสียว

### การเตรียมตัวก่อนยิงเลเซอร์

ก็ไม่มีอะไรมาก จักษุแพทย์จะนัดวันกับท่าน ท่านไม่ต้องอดอาหาร ช่วงก่อนยิงเลเซอร์ จะมีการหยอดยาขยายม่านตา และยาชา ประมาณ 3 - 4 ครั้ง เพื่อให้ม่านตาขยายและไม่ปวดมากขณะยิงเลเซอร์ ขณะยิงเลเซอร์ผู้ป่วยต้องให้ความร่วมมือในการนั่งนิ่งๆ ไม่กอดลูกตาไปมา

### หลังจากยิงเลเซอร์แล้ว

แพทย์จะให้ยาหยอดรักษาอาการอักเสบ ยาแก้ปวด และยาขยายม่านตาไปปรับปรุชาน การปฏิบัติตัวที่บ้านก็คือ การหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่อาจเพิ่มความดันในลูกตา เช่น การเบ่ง ใจจามแรงๆ การยกของหนัก การเล่นกีฬาอย่างหนัก หรือการก้มมากๆ เพราะการกระทำเช่นนี้จะเพิ่มความดันในลูกตา และอาจทำให้เลือดออกในตาได้ง่าย



พ.ร.ร.วิสิทธิ์ สัจจานนท์  
จักษุแพทย์ กระจังโรงพยาบาลลานนา

# โรคไข้หวัดใหญ่...

## ป้องกันได้โดยการฉีดวัคซีน

**ช่วงนี้มีฝนตก** นำท่วมหลายจังหวัด ซึ่งทำให้เกิดโรคต่างๆ ในคนได้ เช่น โรคตาแดง น้ำกัดเท้า หรืออุจจาระร่วง และในช่วงนี้สังเกตว่ามีอีกโรคที่ต้องเฝ้าระวังเป็นพิเศษ คือไข้หวัดใหญ่ นั่นเอง ซึ่งโรคไข้หวัดใหญ่ขณะนี้ทำให้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ป่วยกันหลายคน ดังนั้นเราหมอบทวนการเกิดโรคไข้หวัดใหญ่กันเถอะค่ะ เพื่อป้องกันตนเองจากการติดเชื้อและป้องกันไม่ให้แพร่กระจายโรคสู่คนอื่นฯ

### ไข้หวัดใหญ่ Influenza Virus มี 3 type

1. **Type A** : ทำให้เกิดการระบาดอย่างกว้างขวาง/เป็นได้ทั่วโลก
2. **Type B** : มักพบการระบาดเฉพาะถิ่น
3. **Type C** : มักพบการเกิดโรคเป็นขั้บประปรายระยะฟักตัว โดยปกติประมาณ 1-3 วัน



## สุดท้ายการป้องกันไข้หวัดใหญ่

ทุกคนในบ้านทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ควรจะได้รับวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่อย่างสม่ำเสมอ ปีละ 1 ครั้ง และควรฉีดทุกปี เนื่องจากไข้หวัดใหญ่มีหลายร้อย Type และวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่จะมีอายุ action 1 ปี

ดังนั้นการฉีดวัคซีนจะช่วยลดความรุนแรงของการเกิดโรคได้ และนับเป็นข่าวดีที่วัคซีนไข้หวัดใหญ่ ในปัจจุบันนี้ สามารถป้องกันได้ทั้ง ไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล และ ไข้หวัด 2009 (H1N1)

## อาการและอาการแสดง

มีอาการไข้สูง หนาวสั่น ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว อ่อนเพลีย น้ำมูกไหล และอาการเจ็บคอที่ไม่รุนแรง ภาวะแทรกซ้อนที่สำคัญ คือ ปอดอักเสบ

## การป้องกัน

1. ระมัดระวังเวลาไอ หรือจาม ควรมีกระดาษหรือผ้าปิด
2. ใช้หน้ากากอนามัย, ล้างมือบ่อยๆ
3. เวลาไออย่าใช้มืออังปาก เนื่องจากมืออาจไปสัมผัสเชื้อซึ่งเป็นพาหะที่ถูกปิดประตูก่อน
4. ดูแลสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ ด้วยการรับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์ และออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
5. การฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ปีละ 1 ครั้ง

## การดูแลเบื้องต้น

เมื่อป่วยเป็นโรคไข้หวัดใหญ่ กินยาลดไข้ เช็ดตัวด้วยน้ำธรรมดา นอนพักผ่อนๆ ในที่อากาศถ่ายเทสะดวก อบอุ่นไม่ชื้นเกินไป ดื่มน้ำมากๆ หากอาการไม่ดีขึ้นภายใน 2-3 วัน ควรปรึกษาแพทย์

### ด้วยความปรารถนาดี

จาก..งานควบคุมโรคติดต่อ โรงพยาบาลลานนา



"แท็กเกจวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่โรงพยาบาลลานนา  
ราคา 700 บาท (รวมค่าแพทย์แล้ว)"



# กิจกรรมครบรอบ 35 ปี

“โรงพยาบาลลานนา..โรงพยาบาลของครอบครัวเรา”

## ประกาศผลกิจกรรม “โรงพยาบาลของเราครบคร้อเรา...”



**อันดับที่ 1**  
**น้องปั้นบุญ**  
1895 คะแนน



**อันดับที่ 2**  
**น้องตุ๊กปิต**  
1029 คะแนน



**อันดับที่ 3**  
**น้องตันกล้า-ตันน้ำ**  
956 คะแนน



**อันดับที่ 4**  
**น้องกอบเตอร์**  
569 คะแนน



**อันดับที่ 5**  
**น้องชม**  
498 คะแนน



**อันดับที่ 6**  
**น้องแพนเส็ก**  
383 คะแนน



**อันดับที่ 7**  
**น้องสมารท์**  
358 คะแนน



**อันดับที่ 8**  
**น้องบันเบิ้ล**  
353 คะแนน



**อันดับที่ 9**  
**น้องหุนา**  
312 คะแนน



**อันดับที่ 10**  
**น้องปราง**  
265 คะแนน

จากที่มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมบนเฟซบุ๊ก ของโรงพยาบาลลานนา จากทั้งหมด 1,000 กว่าคน คัดเลือกเหลือเพียง 10 อันดับเท่านั้น จากผลคะแนนทั้งหมด อันดับหนึ่งได้แก่ **น้องปั้นบุญ** ขอแสดงความยินดีกับน้องปั้นบุญด้วยนะ...

และขอขอบคุณผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกท่าน ที่ได้ให้ความสนใจกิจกรรมของโรงพยาบาลลานนามาเป็นอย่างดี แล้วอย่าลืมติดตามกิจกรรมต่อไปของโรงพยาบาลลานนาได้ ในเร็ว ๆ นี้...

**บทสัมภาษณ์...คุณแม่ปลา ของน้องปั้นบุญ** ผู้ที่ได้รับคะแนนสูงสุด

“สวัสดิ์เจ้า เจ้าเป็นคนเจียงใหม่เจ้า แต่ว่าพ่อแต่งงานก่อนเลยย้ายมาอยู่ที่ชลบุรี ได้เกือบ 10 ปีแล้วเจ้า เป็นคนสับทรวงเจ้า” น้องสาวของแม่ปลา คลอดหลานชายที่นี้ค่ะ เมื่อประมาณ 5 ปีที่แล้วมา... และแม่ปลาก็ได้มีโอกาสไปเยี่ยมหลานชาย รู้สึกประทับใจโรงพยาบาลมาก เพราะทั้งคุณหมอที่ค่าคลอด พยาบาล ตลอดจนเจ้าหน้าที่ ดูแลน้องสาว และหลานชายของแม่ปลาเป็นอย่างดี ที่สำคัญพูดเพราะมากๆ ด้วยค่ะ อีกอย่างนะค่ะ หลานชายของแม่ปลา ไม่สบายบ่อยด้วยค่ะ อาจจะเป็นเพราะว่า ไม่ได้ดื่มนมแม่เลย น้องสาวของแม่ปลาไม่มีน้ำนมค่ะ ภูมิด้านทานก็เลยน้อย ต้องแอดมิดที่โรงพยาบาลอยู่เป็นประจำ แม่ปลาก็ไปเยี่ยมหลานชายอยู่บ่อยๆ ก็เลยรู้สึกเหมือนกับว่า มาใช้บริการที่โรงพยาบาลลานนาอยู่บ่อยครั้ง และทุกครั้งที่มาก็จะรู้สึกประทับใจนะ...



โรงพยาบาลลานนา

# LANNA HOSPITAL

ถึงเวลาฉีดวัคซีนป้องกันโควิด นึกถึง...

“ศูนย์กุมารเวชกรรม โรงพยาบาลลานนา”



เด็กทุกคนที่มาฉีดวัคซีนที่ ศูนย์กุมารเวชกรรม โรงพยาบาลลานนา จะถูกบันทึกข้อมูลเก็บไว้โดยระบบคอมพิวเตอร์ (HIS) สามารถประมวลผลสรุปออกจากรายงานที่มีรายงานการได้รับวัคซีน ซึ่งจะมีความถูกต้องและเชื่อถือได้



ศูนย์กุมารเวชกรรม โรงพยาบาลลานนา  
มีกุมารแพทย์ ประจำอยู่ตลอดเวลา 24 ชั่วโมง