

ลานนาสาร



โรงพยาบาลลานนา

ฉบับที่ 3/2565



ฟื้นฟูสองกล้องผ่าตัดแผลเล็ก



มดลูก-รังไข่

2023

HAPPY NEW YEAR



www.lanna-hospital.com

Facebook : lannahospital

Contents

สารบัญ ลานนาสาร

2

โรงพยาบาลลานนา เปิดตัว
ศูนย์ส่องกล้องผ่าตัดแผลเล็ก มดลูก-รังไข่

3 - 4

ปวดท้องเมนส์ จนต้องหยุดงาน ... เรื่องจริงหรือการแสดง ?

5 - 6

5 พฤติกรรม..ที่ส่งผลต่อการปวดหัวไมเกรน

7 - 8

วิ่งยังไงให้ไม่เหนื่อย ..เทคนิคเล็กๆที่ช่วยให้คุณได้

9 - 10

สตรีปวดท้องรุนแรงไม่รู้ว่าต้นตอคือ...เนื้องอกที่รังไข่ปิดขั้ว !!

11 - 12

ถ้าลูกไอ หายใจมีเสียงวี๊ด... ระวังไวรัสร้าย RSV

13 - 14

ปกป้องตัวเอง และคนที่คุณรักจาก
“โรคปอดอักเสบ” ด้วยวัคซีน

15 - 16

ฟันผุ ฟันเป็นรู ทำไมเราต้องอุดฟัน ?

17 - 18

ข่าวสารและกิจกรรม





พญ.สุพัชรี พัวพันธ์
สูติรีแพทย์

พญ.รวิวรรณ คำโพธิ์
สูติรีแพทย์

พญ.ภัทรามาส เลิศช้วนานต์
สูติรีแพทย์

ศูนย์ส่องกล้องผ่าตัดแผลเล็ก



มดลูก-รังไข่



หลายครั้งที่คุณผู้หญิงมีอาการผิดปกติ
ทั้งอาการของประจำเดือนผิดปกติ ปวดท้องเรื้อรัง
หรือปัญหาเลือดออกทางช่องคลอด
แล้วมาพบคุณหมอเพื่อตรวจหาสาเหตุ
จนอาจพบว่ามีความผิดปกติในโรคของสตรี

● ซีกโกแลต ซีสต์

● เนื้องอก

● ถุงน้ำในรังไข่

● เยื่อบุโพรงมดลูกเจริญผิดปกติ

● พังพืดในอุ้งเชิงกราน



ศูนย์ส่องกล้องผ่าตัดแผลเล็ก



มดลูก-รังไข่

ติดต่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม ☎ โทร.052-134-777

“ หากการรักษาเบื้องต้นต่างๆ ไม่ได้ผล
หนทางสุดท้ายของการรักษาคือ การผ่าตัด
พังดูแล้วเป็นเรื่องใหญ่ แต่ด้วยเทคโนโลยี
การผ่าตัดทางนรีเวชด้วยการส่องกล้อง
จะทำให้การผ่าตัดในปัจจุบันไม่ใช่เรื่องใหญ่
อีกต่อไป...”

● บลัดกัย ● เจ็บน้อย ● กลับบ้านไว



ปวดท้องเมนส์ จนต้องหยุดงาน เรื่องจริงหรือการแสดง ?



ปวดประจำเดือน หรือปวดท้องเมนส์

ใครเคยเป็นน่าจะเข้าใจดี กับการปวดท้องเมนส์อย่างหนักหน่วงจนแทบลุกไม่ไหว ต้องขาดเรียนหรือลางาน แต่ใครที่ไม่เคย ต่อให้เป็นผู้หญิงด้วยกันก็ตาม อาจจะยังแอบสงสัยอยู่นิดๆ ว่าการปวดมัน “ขนาดนั้นเลยหรือ” หรือมันเป็นแค่ข้ออ้างของผู้หญิงบางคนหรือเปล่าล่ะ? เราลองมาดูกัน

ปวดท้องเมนส์ เกิดจากอะไรบ้าง ?

การปวดท้องเวลามีประจำเดือนเกิดขึ้นจากหลายสาเหตุ แต่ทางการแพทย์แบ่งออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ คือ

1. แบบปฐมภูมิ (ปวดแบบทั่วไป)
2. แบบทุติยภูมิ (ปวดเพราะปัญหาสุขภาพ)

ซึ่งข้อหลังนี้แหละที่เราควรต้องพูดถึง เพราะมันเป็นสัญญาณของโรคและอันตรายกว่าที่คิด



1 การปวดแบบไม่มีโรค หรือปวดตามธรรมชาติ เกิดจากการที่ร่างกายผลิตสารโพรสตาแกลนดิน (Prostaglandin) มากเกินไป ซึ่งปกติแล้วเวลาที่มีเมนส์ สารนี้จะหลั่งออกมาเพื่อกระตุ้นให้มดลูกบีบตัว เลือดจะได้ไหลออกมาได้สะดวกขึ้น แต่พอมีสารนี้มากเกินไป มดลูกก็บีบตัวมากจนเกิดอาการปวดตามมา

2 ส่วนการปวดแบบมีโรค เกิดจากการมีพยาธิสภาพในอุ้งเชิงกราน มีสาเหตุตั้งแต่

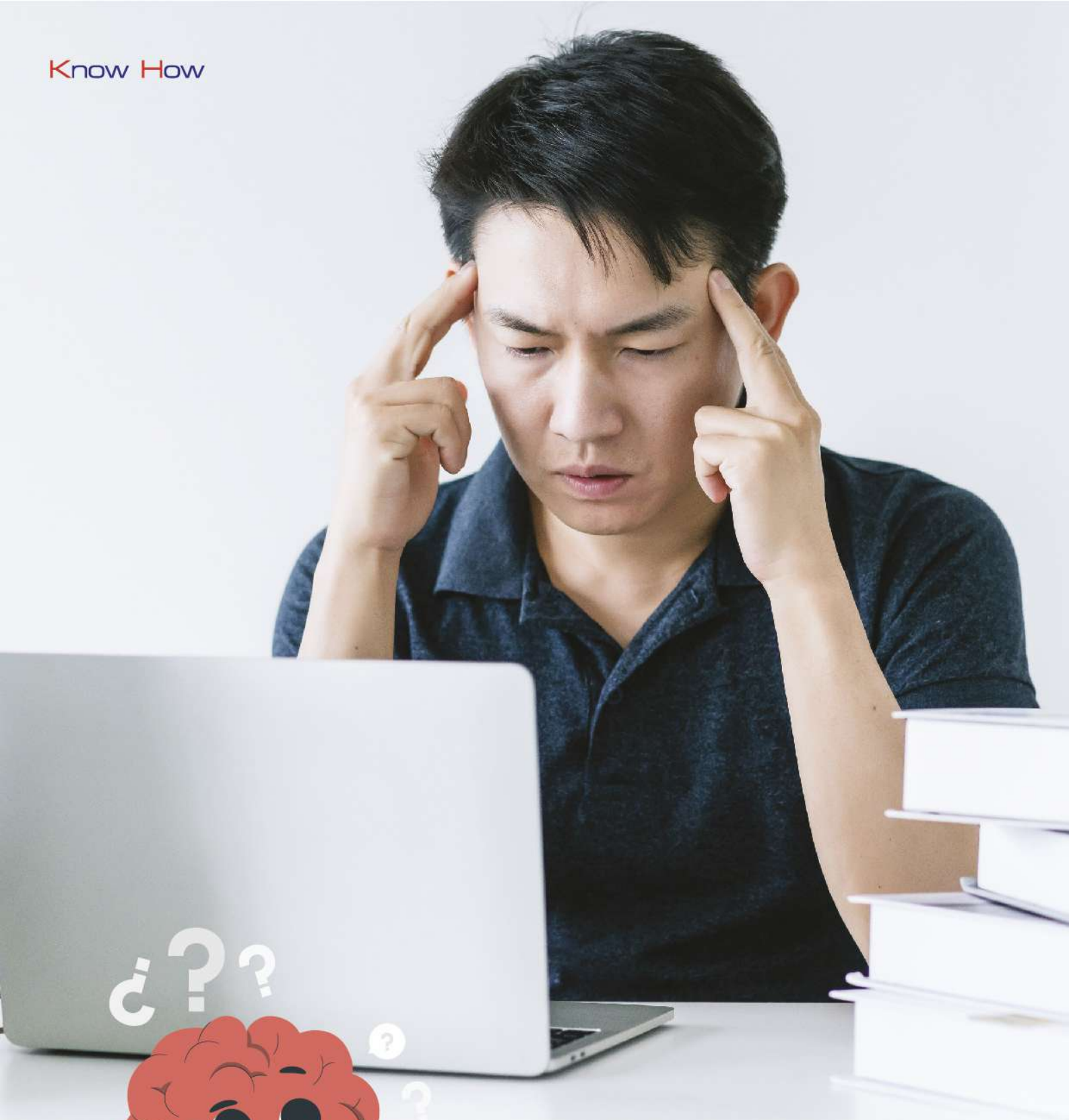
- 2.1 ภาวะอุ้งเชิงกรานอักเสบ ที่เกิดจากการติดเชื้อในระบบสืบพันธุ์
- 2.2 เยื่อบุโพรงมดลูกเจริญผิดที่ ซึ่งจะทำให้ปวดท้องน้อย อย่างรุนแรง และส่งผลให้มีลูกยาก
- 2.3 ปากมดลูกตีบส่งผลให้เลือดไหลลำบากและเกิดแรงกดในมดลูก
- 2.4 เนื้องอกนอกมดลูก ซึ่งถึงจะไม่ใช่นิอรร้าย แต่ก็ส่งผลต่ออาการปวดแบบรุนแรงและเรื้อรัง นอกจากปัจจัย เรื่องสุขภาพกายแล้ว ความเครียดก็ส่งผลกับการปวดท้องเมนส์ด้วยเหมือนกัน ดังนั้นแล้ว ถ้าใครปวดประจำเดือนแบบผิดปกติอาจต้องสังเกตตัวเองเพิ่ม เช่น ถ้ากินยาแล้วไม่หาย หรือเพิ่งมาปวดมากๆ หลังอายุ 25 หรือบางครั้งมีไข้ร่วมด้วย อาจต้องปรึกษาแพทย์ดูแล้วละ

อย่างนี้เราก็น่าจะสรุปได้แล้วว่า แต่ละคนมีโอกาสนที่จะปวดท้องเมนส์ มาก-น้อย ต่างกันออกไปด้วยปัจจัยต่างๆ คนที่ปวดจนทนไม่ไหวก็เชื่อว่า จะเป็นการแสดงเสมอไป ที่นี้สำหรับใครที่ปวดท้องเมนส์มากๆ เราก็มีวิธีบรรเทาอาการมาแนะนำกันในเบื้องต้น เช่น นอกจากกินยาแล้วยังสามารถใช้วิธีอื่นๆ อย่างวางถุงน้ำร้อนบนหน้าท้อง หรือนวดเบาๆ เป็นวงกลมบริเวณท้องน้อยเพื่อช่วยลดอาการปวด นอกจากนี้อาจจะต้องฝึกการหายใจ เพราะการหายใจที่ถูกวิธีมีส่วนช่วยลดอาการปวดได้บ้างเล็กน้อย รวมถึงการดูแลตัวเองให้ดีขึ้นด้วยการนอนหลับให้เพียงพอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และการออกกำลังกายก็มีส่วนช่วยเช่นกัน แต่อย่างไรก็ตาม หากท่านใดที่มีอาการปวดท้องประจำเดือนผิดปกติอยู่บ่อยๆ ไม่ควรปล่อยไว้นาน ควรปรึกษาแพทย์ เพื่อหาสาเหตุ และรักษาให้ทันทั่วทั้ง



พญ.ภัทรามาส เลิศชีวกานต์

สูตินรีแพทย์ ประจำศูนย์สูตินรีเวชกรรม
โรงพยาบาลลานนา



5 พฤติกรรม

ที่ส่งผลต่อการปวดหัวไมเกรน

5 พฤติกรรม ที่ส่งผลต่อการปวดหัวไมเกรน

ไมเกรน (Migraine) เกิดจากการบีบและคลายตัวของหลอดเลือดแดงในสมองที่มากกว่าปกติ ทำให้เกิดการปวดหัวอย่างรุนแรงและเฉียบพลัน มักจะปวดข้างเดียวบริเวณขมับหรือท้ายทอย ส่วนมากจะปวดแบบตุ๊บๆ บีบๆ นานๆ ครั้ง ในบางรายอาจมีอาการรุนแรงถึงขั้นมีอาการคลื่นไส้ อาเจียนร่วมด้วย

พฤติกรรมเหล่านี้อาจส่งผลให้ไมเกรนถามหาได้

- 1 การนอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ การที่เรานอนหลับ ไม่เป็นเวลา การนอนน้อยเป็นอีกหนึ่งสาเหตุหลักที่ก่อให้เกิดไมเกรนได้ ดังนั้น เราควรพักผ่อนวันละ 6-8 ชั่วโมงต่อวัน
- 2 ความเครียด และความวิตกกังวล เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดโรคไมเกรน ความเครียดสะสมทั้งจากการทำงาน การเรียน และการใช้ชีวิต
- 3 การอดอาหาร การทานอาหารไม่ตรงเวลา รับประทานอาหารไม่ตรงเวลา หากว่าเราทานอาหารไม่ครบมื้อ เราอาจกำลังมีความเสี่ยงที่จะเป็นไมเกรนระยะแรกได้ง่ายๆ เพราะการที่ร่างกายของเรามีระดับน้ำตาลในเลือดที่ต่ำเกินไป จะส่งผลให้รู้สึกปวดหัวได้
- 4 การดื่มเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีนมากเกินไป หากว่าเราดื่มกาแฟมากเกินไป ก็อาจทำให้อาการไมเกรนนั่นแย่ลง แต่ในทางกลับกัน หากเราเลิกดื่มขึ้นมากกลางคัน ก็อาจส่งผลให้รู้สึกปวดหัวไมเกรนขึ้นมาได้ ดังนั้นควรจำกัดการดื่มในแต่ละวัน ในปริมาณที่พอเหมาะจะดีที่สุด
- 5 การอยู่ในที่มีแสงจ้า การที่สายตาของเราโดนแสงแดด หรือหลอดไฟฟลูออเรสเซนต์ในที่ที่หรืออยู่ในที่มีแสงสว่างเป็นเวลานานๆ ก็สามารถทำให้อาการไมเกรนกำเริบได้เช่นกัน

อย่างไรก็ตามสาเหตุที่ทำให้เกิดไมเกรนของแต่ละคนนั้นก็แตกต่างกันไป แต่ก็สามารถหาวิธีป้องกันได้ ด้วยการหมั่นเช็กและดูแลตัวเอง การพักผ่อนให้เพียงพอ การออกกำลังกาย และลดอาหารที่อาจจะมีสารกระตุ้น เช่น คาเฟอีน, ชีส, ผงชูรส ที่สำคัญต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิต ความเครียดให้น้อยลง



ไม่ว่าจะปวดหัวแบบไหนก็ตาม หากพบความผิดปกติ ควรปรึกษาแพทย์เพื่อเข้ารับคำแนะนำและตรวจรักษา เพราะอาการปวดหัวที่คุณเป็น อาจเป็นสัญญาณของโรคทางสมองได้หลากหลาย โรงพยาบาลลานนา ตรวจวินิจฉัยโรคปวดหัว ด้วยเครื่อง MRI และสามารถให้การรักษาโรคทางสมอง ด้วยเทคโนโลยีสายสวนหลอดเลือดสมอง โดยไม่ต้องผ่าตัด



นพ. อาทิตย์ เฉลิมพันธ์พิพัฒน์
ศัลยแพทย์ระบบประสาทและสมอง
ประจำศูนย์สวนหลอดเลือดสมอง
โรงพยาบาลลานนา



วิ่งยังไงให้ไม่เหนื่อย

เทคนิคเล็กๆ ที่ช่วยให้คุณได้

วิ่งยังไงให้ไม่เหนื่อย...

เทคนิคเล็กๆ ที่ช่วยคุณได้

การวิ่งเป็นการออกกำลังกายอย่างหนึ่งสำหรับคนที่อยากหุ่นดี การวิ่งนั้นช่วยเผาผลาญแคลอรีได้ดีและทำให้สุขภาพแข็งแรงอีกด้วย แต่สำหรับมือใหม่บางคนที่เริ่มวิ่งแรกๆ ก็จะเหนื่อย หอบกันใช้มั้ยครับ วันนี้เรามีเทคนิคเล็กๆ ในการลดอาการเหนื่อยพวกนั้นมาฝากครับ

1. การหายใจ

เราควรหายใจให้เป็นธรรมชาติ ถ้าเราหายใจไม่ทันแสดงว่าเราวิ่งเร็วเกินไป ให้เราลดความเร็วในการวิ่งลง การหายใจด้วยกลัมนี้อะบ่งลม (Abdominal Breathing) คือ เวลาหายใจเข้า กลัมนี้อะบ่งลมจะเคลื่อนตัวลง ทำให้ลมเข้าไปในปอด หน้าท้องจะพองหรือขยายตัว (พุงป่อง) และเวลาหายใจออก กลัมนี้อะบ่งลมจะเคลื่อนตัวขึ้น พุงจะยุบ วิธีการหายใจแบบนี้ จะทำให้ไม่จุลเสียด ขาดใจ วิ่งนาน ๆ

2. สมรรถภาพการก้าวเท้า

ไม่จำเป็นต้องก้าวเท้าให้ยาวนัก ลงน้ำหนักเท้าเบาๆ ไม่นับตัวไปด้านใดด้านหนึ่งมากเกินไป และพยายามวิ่งให้ผ่อนคลายเป็นที่ 15-20 นาทีแรก วิ่งช้าๆ เบาๆ วอร์มร่างกายเพื่อปรับให้สภาพร่างกาย และการเดินของหัวใจให้ค่อยๆ แรงขึ้น รวมไปถึงแขนขาด้วย

ศูนย์บาดเจ็บการกีฬา โรงพยาบาลลานนา

นพ. ศศิรินทร์ ศรีสกุล

แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านเวชศาสตร์การกีฬา
ศูนย์บาดเจ็บการกีฬา โรงพยาบาลลานนา

3. รองเท้า

ต้องเป็นรองเท้าสำหรับวิ่งเท่านั้น เพราะออกแบบสำหรับวิ่ง เพื่อรับแรงกระแทกและน้ำหนักของร่างกายได้ดี ควรเลือกรองเท้าให้หลวมเล็กน้อยไม่พอดีจนเกินไป พอที่จะเอานิ้วคันระหว่างส้นเท้ากับส่วนหลังของรองเท้าได้ เพราะหากรองเท้าคับเกินไป เท้าอาจพองหรือเจ็บได้

4. ท่าวิ่งที่ผิดทำให้เกิดอันตรายได้

การวิ่งด้วยเทคนิคที่ผิดแค่หนึ่งหรือสองครั้งอาจไม่ทำให้ร่างกายคุณเสียหายในทันทีทันใด แต่ตรงนั้นแหละที่ทำให้เกิดอันตรายขึ้นได้ เนื่องจากคุณจะไม่รู้สึกถึงความเสียหายจากการวิ่งแบบผิด ๆ ในทันที และอาจไม่รู้เลยว่ามืออะไรผิดปกติ จนกระทั่งสายไปเสียแล้ว



การวิ่งแบบผิดๆ ทำให้เกิดแรงกดดันต่อหลอดเลือด และข้อต่อของคุณเป็นอย่างมาก จนอาจนำไปสู่อาการบาดเจ็บรุนแรงได้ นักวิ่งส่วนใหญ่มักพบกับอาการเจ็บเข่า ซึ่งเกิดขึ้นเนื่องจากการสึกหรอของกระดูกอ่อน และทำให้ข้อต่ออ่อนแอลง ผลก็คือ เกิดการเจ็บปวดเรื้อรัง และความเสียหายในระยะยาว ในกรณีที่คุณเกิดอาการเจ็บปวดแบบไม่ปกติขึ้นมา คุณควรไปปรึกษาแพทย์หรือเข้ารับการรักษาให้เร็วที่สุดเท่าที่เป็นไปได้ เพื่อรับการรักษาอย่างตรงจุด และป้องกันอาการบาดเจ็บที่อาจลุกลามได้ ศูนย์บาดเจ็บการกีฬา โรงพยาบาลลานนามีแพทย์เวชศาสตร์การกีฬา พร้อมรักษาอาการบาดเจ็บและให้คำปรึกษาด้านกีฬา



สตรีปวดท้องรุนแรง ไม่รู้ว่าต้นตอคือ ? เนื้องอกที่รังไข่บิดขั้ว !!!

ผู้หญิงต้องระวัง !!! ปวดท้องน้อยฉุกเฉิน นี่กว่าเป็น “ไส้ติ่ง” แพทย์ รพ.ลานนา วินิจฉัย ละเอียดทันที่ สาเหตุจาก “เนื้องอกที่รังไข่บิดขั้ว” ... ศูนย์ผ่าตัดส่องกล้องมดลูก-รังไข่ รักษาด้วยเทคโนโลยีการส่องกล้อง แผลเล็ก เจ็บน้อย ฟื้นตัวไว (Laparoscopic Surgery)

“...ข้อดีของการผ่าตัดเนื้องอกที่รังไข่ด้วยการส่องกล้องคือ แผลผ่าตัดมีขนาดเล็ก จึงกระทบต่ออวัยวะภายในน้อยลงมาก เสียเลือดน้อยเมื่อเทียบกับ การผ่าตัดแบบเดิม ลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนและลดการติดเชื้อหลังการผ่าตัด โอกาสเกิดพังผืดหลังการผ่าตัดก็น้อย ช่วยให้ผู้ป่วย หายได้ไว ฟื้นตัวเร็วใช้เวลาพักฟื้นไม่นานก็สามารถออกไปใช้ชีวิตประจำวันได้ อีกประการที่สำคัญคือ ในด้านความสวยงาม ผู้ป่วยจะมีเพียง แผลขนาดเล็กที่หน้าท้องน้อยเพียง 1-3 แผล ไม่เหมือนการผ่าตัดแบบเปิดที่จะต้องมียาวแผลเป็นแนวยาวตรงหน้าท้องน้อยอาจนำมาซึ่งความไม่มั่นใจให้กับคุณผู้หญิง หลังจากที่ผ่านมาการผ่าตัดไปแล้วด้วยค่ะ...”

พญ.ภัทรามาส เลิศชีวภานต์
สูติรีแพทย์ ศูนย์ผ่าตัดส่องกล้องมดลูก-รังไข่
โรงพยาบาลลานนา

ศูนย์ส่องกล้องผ่าตัดแผลเล็ก
 มดลูก-รังไข่

อาการปวดท้องที่ผู้หญิงหลายคนอาจมองข้าม

“คุณพนารัตน์ เขตต์ทองคำ” เป็นอีกท่านหนึ่ง ที่อยากออกมาเตือนคุณผู้หญิงทั้งหลาย ที่มองข้ามอาการปวดท้อง หรือความผิดปกติจากประจำเดือน โดยเจ้าตัวได้เล่าว่า “ก่อนหน้านี้ก็ไม่ได้มีความผิดปกติใดๆ มากนัก มีแค่ช่วงประมาณ 1 เดือนที่ผ่านมา ดิฉันมีอาการปวดท้อง ซึ่งคิดว่าเป็นอาการของการปวดท้องประจำเดือนทั่วไปที่ผู้หญิงเป็นกัน แต่ครั้งนี้มีอาการรุนแรงมากกว่าครั้งก่อนๆ รวมทั้งมีภาวะตกขาว และมักกลิ่นร่วมด้วย ซึ่งทำให้เริ่มรู้สึกว่าเป็นอาการที่ไม่ปกติ เนื่องจากประจำเดือนหมดไปก่อนหน้านี้แล้ว รวมทั้งเป็นคนชอบออกกำลังกายโดยปกติจะออกกำลังกายเช้า เย็น อยู่เสมอ พอเริ่มขยับร่างกาย ก็จะมีอาการปวดท้องขึ้นมาทันทีแบบไม่ทราบสาเหตุ จนล่าสุดเริ่มรู้สึกมีอาการผิดปกติ ประมาณตอน ที่ 4 คือ ปวดท้องมากขึ้น มาทันทีอาการแสบท้องกลายเป็นโรคกระเพาะ มีอาเจียนร่วมด้วย ซึ่งปวดท้องบริเวณด้านขวาล่าง ทำให้คิดว่าเป็นอาการของ “ไส้ติ่งอักเสบ” จึงรีบให้สามีนำตัวส่งที่ โรงพยาบาลลานนา ในเช้าวันนั้นทันที

“ปวดท้องอย่าละเลย” คิดว่าเป็นเรื่องปกติ

เพราะอาจเจอปัญหา “เนื้องอกในรังไข่” เหมือนที่ดิฉันเคยเป็นมา”

พญ.ภัทรามาส เลิศชีวกานต์ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านสูติรีเวช โรงพยาบาลลานนา ให้ข้อมูลเกี่ยวกับการตรวจวินิจฉัยว่า “ผู้ป่วยรายนี้ มาด้วยอาการปวดท้อง ซึ่งหลังจากที่ได้มีการตรวจวินิจฉัยด้วยเครื่อง CT-scan แล้ว ก็พบว่า มีเนื้องอกอยู่ตรงบริเวณรังไข่ข้างขวาของผู้ป่วย จึงได้ทำการตรวจอัลตราซาวด์เพิ่มเติมในบริเวณของเนื้องอกที่รังไข่ ก็ทำให้รู้ถึงขนาดของเนื้องอกว่า มีเนื้องอกที่รังไข่ ข้างขวา 6 ซม.

“เนื้องอกรังไข่” อาจไม่แสดงอาการอะไรเลย จนกว่าระยะลุกลาม หรือภาวะแทรกซ้อน



โดยที่ผู้ป่วยมีอาการปวดท้องอย่างหนัก พบว่ามาจาก “ภาวะเนื้องอกในรังไข่บิดขั้ว” ซึ่งการบิดตัวจะทำให้เส้นเลือดบิดไปด้วย เลือดจึงไปเลี้ยงส่วนนั้นไม่ได้ และเมื่อขาดเลือดไปเลี้ยงนาน ๆ จะส่งผลให้เนื้อรังไข่

บริเวณนั้นตาย หากไม่ได้รับการรักษา อาจเกิดอันตรายได้มากขึ้น จึงแนะนำให้ผู้ป่วยรับการผ่าตัดเอารังไข่ด้านขวาออกในที่สุด



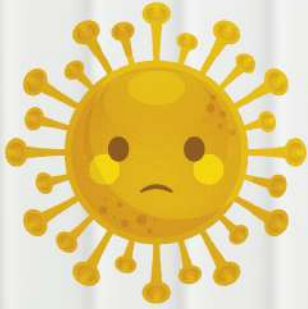
ขอขอบคุณ
คุณพนารัตน์ เขตต์ทองคำ

ศูนย์ผ่าตัดส่องกล้องมดลูก-รังไข่ โรงพยาบาลลานนา ใช้เทคโนโลยีการผ่าตัดแบบส่องกล้อง รักษาเนื้องอกในรังไข่

จากนั้น “คุณหมอภัทรามาส” ได้สรุปถึงความก้าวหน้าในการแพทย์ ปัจจุบันได้ช่วยให้เกิดการพัฒนาด้านเทคโนโลยีทางการแพทย์และเครื่องมือการรักษาที่ทันสมัยรวมถึงการผ่าตัดโดยใช้กล้องเข้ามาช่วยในการรักษา โดยการรักษาแบบส่องกล้องนี้ แพทย์จะเจาะรูขนาดเล็กประมาณ 0.5-1 ซม. ผ่านทางช่องท้องหรือผิวหนังใกล้อวัยวะที่ต้องการผ่าตัดจำนวน 1-3 รู เพื่อสอดเครื่องมือและกล้องขนาดเล็กเข้าไป เพื่อให้แพทย์เห็นบริเวณที่ต้องการผ่าตัดได้จากสัญญาณภาพที่ปรากฏบนหน้าจอรับภาพได้อย่างชัดเจน ส่งผลให้การผ่าตัดมีความเที่ยงตรงและแม่นยำโดยไม่กระทบต่ออวัยวะอื่นในส่วนที่ไม่เกี่ยวข้องเหมือนดังเช่นการผ่าตัดแบบเปิดหน้าท้อง โดยคุณหมอได้ให้รายละเอียดเพิ่มเติมว่า

สุดท้ายนี้ “คุณพนารัตน์ เขตต์ทองคำ” กล่าวชื่นชม ทีมแพทย์ พยาบาล และเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลลานนาทุกท่าน ที่ให้การดูแล และเอาใจใส่ตั้งแต่เข้าโรงพยาบาล จนถึงออกโรงพยาบาล ทำให้ดิฉันได้รับการรักษาอย่างรวดเร็ว และผลการรักษาเป็นที่พึงพอใจเป็นอย่างมาก ขอขอบคุณค่ะ

ถ้าลูกไอ หายใจมีเสียงวี๊ด...



ระวังไวรัสร้าย **RSV** !!!



ในช่วงหน้าฝนนี้ โรคที่พบมากในเด็กเล็กได้แก่ ไข้หวัดใหญ่ มือเท้าปาก ไข้มือเท้าปาก อีสุกอีใส และอีกหนึ่งโรคที่ต้องระวังเป็นอย่างยิ่งคือ โรคติดเชื้อทางเดินหายใจจากไวรัส **RSV** โดยเฉพาะในทารกแรกเกิด หรือเด็กเล็ก อายุไม่เกิน 5 ขวบ ที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่ายๆ โดยการสัมผัสของผู้อื่น ซึ่งเราก็มักจะคิดว่าจะมีเชื้อโรคติดมาหรือไม่ ฉะนั้นแล้ว พ่อแม่ ผู้ปกครอง ควรหมั่นเฝ้าระวัง และสังเกตอาการความผิดปกติของลูกน้อย ก่อนที่เรื่องราวอาจเกิดขึ้นกับลูกหลานของท่าน

อาการจะเป็นอย่างไร เมื่อได้รับเชื้อไวรัส RSV !!!

ผู้ป่วยที่ติดเชื้อไวรัส **RSV** อาการเบื้องต้นคล้ายไข้หวัดธรรมดา มีไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก ปวดศีรษะ ไวรัส **RSV** พัฒนาไปสู่โรคขั้นรุนแรงได้หากเชื้อลงไปสู่ระบบหายใจส่วนล่าง มันจะทำลายเยื่อทางเดินหายใจ ทำให้เกิดภาวะปอดอักเสบ อาจมีการติดเชื้อแบคทีเรียเพิ่ม จากนั้นจะมีอาการหอบ ไอรุนแรง และมีอาการตัวเขียวอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตแต่พบไม่มาก การเสียชีวิตเป็นเพราะระบบทางเดินหายใจล้มเหลว โดยเฉพาะเด็กทารกอายุน้อยๆ จะยิ่งเสี่ยง หรือเป็นเพราะการส่งผู้ป่วยมารักษาช้าเกินไป

สัญญาณอันตรายจากเชื้อไวรัส RSV

รับพาลูกส่งโรงพยาบาลโดยด่วน !!!

- ภาวะขาดน้ำ สังเกตเวลาลูกร้องไห้ แต่ไม่มีน้ำตาไหลออกมา
- อาการไข้สูงขึ้นๆ ลงๆ และมีน้ำมูกใสๆ ไหลตลอดเวลา
- เบื่ออาหาร งอแง และอาการซึม
- ไอมากจนเหนื่อย โอกาสเสี่ยงหามาเท่า จามบ่อย
- มีเสมหะสีค้ำเขียว หรือสีเหลือง
- หายใจเป็นเสียงหวีด หายใจตื่นเร็ว ลั่น ดูเหนื่อย หายใจลำบาก ปีกจมูกบานเวลาหายใจ
- ปัสสาวะน้อย เล็บ เริ่มเปลี่ยนสีเป็นเขียวคล้ำ ตัวลายเขียวจากการขาดออกซิเจน



ไวรัส RSV อาการต่างจากโควิด 19 อย่างไร ?

เมื่อเรารู้อาการของการติดเชื้อเชื้อไวรัส **RSV** แล้ว จะเห็นได้ว่าอาการคล้ายกับการป่วยเป็นไข้หวัดทั่วไปรวมถึงโรคโควิด-19 แต่การติดเชื้อไวรัส **RSV** จะมีอาการบางอย่างที่ต่างจากโควิด-19 เช่น จะมีไข้สูงเช่นกัน แต่อาการไอจะพบว่าไม่มีเสมหะมาก ในบางรายอาจไอมากจนอาเจียน เหนื่อยหอบหายใจแรงจนมีเสียงหวีด และมีอาการตัวเขียว ไม่พบอาการจุกไม่ไ้กลืน ลิ้นไม่รับรส

ฉะนั้นแล้ว ดูแลลูกหลานของท่าน ไม่ให้เกิดเป็นไข้ ไม่สบาย หากไม่แน่ใจให้มาหาหมอดีกว่าครับ อย่าลืมนะว่า !! ไวรัส **RSV** ยังไม่มีวัคซีนป้องกัน ไม่มียารักษา จะต้องรักษาตามอาการ และอยู่ในการดูแลอย่างใกล้ชิด และไม่ควรปล่อยไว้นาน เพราะอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้



พญ.อาทิตยา นวัตกรรมกุล

กุมารแพทย์ ประจำศูนย์กุมารเวชกรรม
โรงพยาบาลลานนา



ปกป้องตัวเอง และคนที่คุณรักจาก

“โรคปอดอักเสบ” ด้วยวัคซีน



โรคภัยไข้เจ็บทุกวันนี้ ไม่เข้าใครออกใคร แม้บางที่เราอาจจะดูแลร่างกายให้แข็งแรงแล้ว แต่เราก็อาจจะป่วยได้จากการได้รับเชื้อโดยไม่ตั้งใจ ทั้งจากการเดินทาง การทำงาน การท่องเที่ยว หรือไปเจอผู้คนจากข้างนอกมา ยิ่งอยู่ในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 ด้วยแล้ว ดังนั้นการป้องกันโรคอีกวิธีหนึ่งที่ได้ผลดี ก็คือการฉีดวัคซีนป้องกันโรค ซึ่งในวันนี้เราจะมาพูดถึงอีกหนึ่งโรคฮิตในช่วงฤดูฝน นั่นคือ โรคปอดอักเสบ หรือ ปอดบวม นั่นเอง



โรคปอดอักเสบ หรือที่เราคุ้นเคยกันในชื่อ ปอดบวม เป็นหนึ่งในโรคระบบทางเดินหายใจ ซึ่งเกิดจากการติดเชื้อทางเดินหายใจส่วนล่าง โดยเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย เชื้อไวรัส หรือเชื้อรา แต่ที่พบโดยส่วนใหญ่จะเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย Streptococcus pneumonia หรือเชื้อนิวโมคอคคัส มักก่อให้เกิดอาการในระบบทางเดินหายใจ เช่น ไอ หายใจลำบาก มีไข้ หรือรู้สึกไม่สบาย หว้า หากผู้ป่วยมีโรคประจำตัว หรืออยู่ในกลุ่มเสี่ยงก็มีโอกาสเกิดอาการรุนแรงหรือภาวะแทรกซ้อนอันนำไปสู่การเสียชีวิตได้ เช่น ปอดบวม การติดเชื้อในกระแสเลือด หรือเยื่อหุ้มสมองอักเสบ จึงจำเป็นต้องดูแลอย่างใกล้ชิด และป้องกันความรุนแรงของโรคด้วยวัคซีน

โรคปอดอักเสบจากเชื้อแบคทีเรีย ป้องกันได้ด้วยการฉีดวัคซีน

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



นพ.จรรุวิทย์ ทิพย์มณฑา
อายุรแพทย์ โรงพยาบาลลานนา 3

คำแนะนำการฉีดวัคซีนป้องกันปอดอักเสบในผู้ใหญ่

- 1 ผู้ป่วยภูมิคุ้มกันบกพร่อง ติดเชื้อ HIV, ไม่มีม้าม, มะเร็ง, ไตวายเรื้อรัง ควรได้รับวัคซีนป้องกันปอดอักเสบ ชนิด 13 สายพันธุ์ตามด้วย 23 สายพันธุ์ ห่างกัน 2 เดือนขึ้นไป และกระตุ้นที่ 5 ปี และอายุ 65 ปี
- 2 ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง โรคหัวใจ ตับแข็ง โรคปอด เบาหวาน สูบบุหรี่ หรือดื่มแอลกอฮอล์ ควรได้รับวัคซีนชนิด 23 สายพันธุ์ และกระตุ้นด้วยชนิด 13 และ 23 สายพันธุ์เมื่ออายุ 65 ปี โดยห่างกัน 1 ปีขึ้นไป
- 3 ผู้ใหญ่อายุ 65 ปีขึ้นไป ที่ไม่มีโรคข้างต้น ควรได้รับวัคซีนชนิด 13 สายพันธุ์ ตามด้วย 23 สายพันธุ์ โดยห่างกัน 1 ปีขึ้นไป ก็จะสามารถลดความรุนแรงของโรคปอดอักเสบได้อีกทางหนึ่ง แต่อย่างไรก็ตาม แนะนำให้มาปรึกษาแพทย์ก่อนที่จะได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคปอดอักเสบ

วัคซีนป้องกันปอดอักเสบฉีดร่วมกับวัคซีนอื่นได้หรือไม่

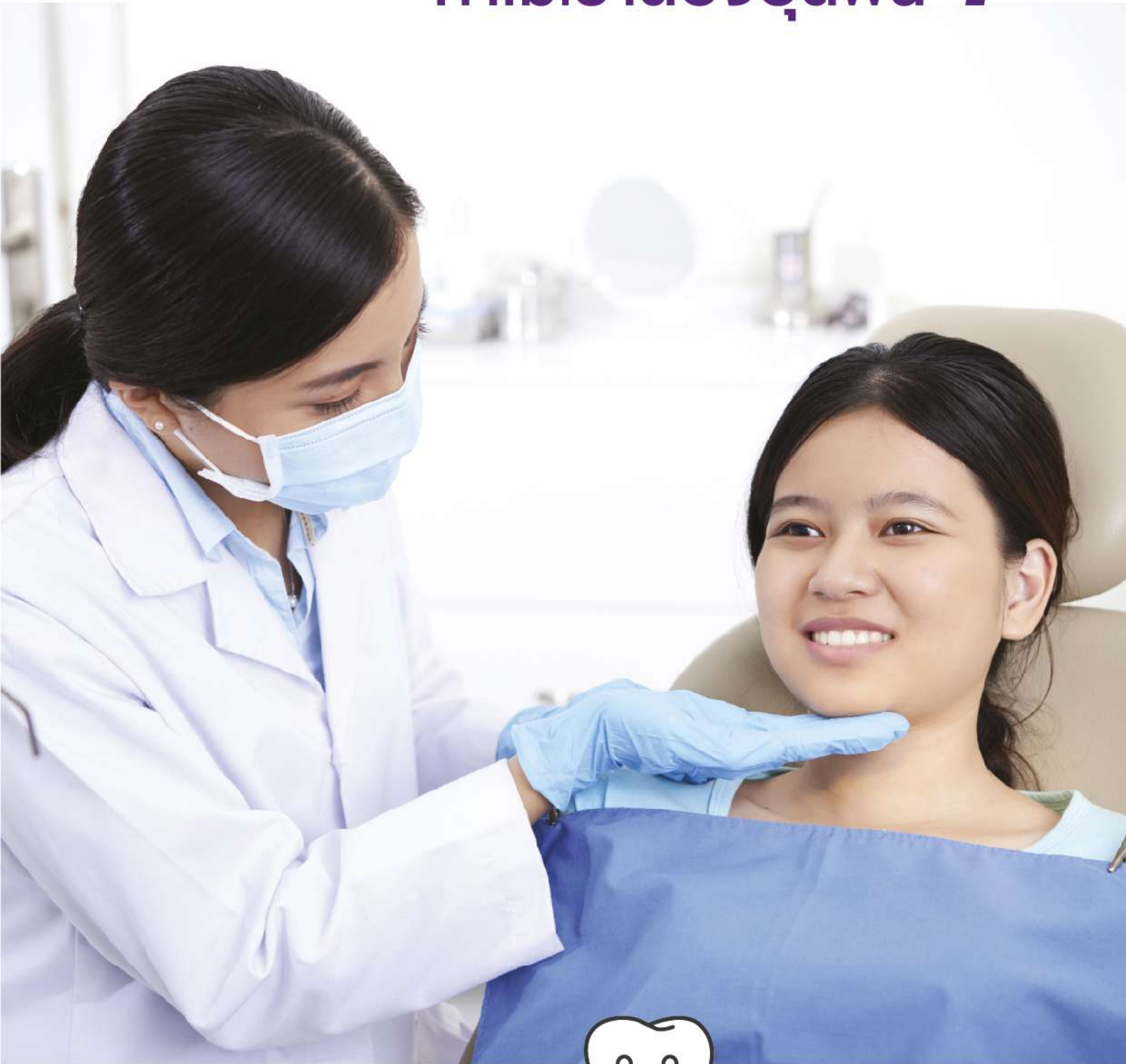
หลายคนอาจเป็นกังวลเกี่ยวกับฉีดวัคซีนปอดอักเสบหรือใช้หวัดใหญ่ร่วมกับวัคซีนโรคโควิด-19 แต่จริง ๆ แล้วสามารถฉีดวัคซีนปอดอักเสบและใช้หวัดใหญ่ในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 เนื่องจากมีประโยชน์ต่อร่างกายมากกว่าผลเสีย เพราะสามารถป้องกันความรุนแรง และอันตรายไม่ให้เกิดขึ้นได้

อย่างไรก็ตาม การป้องกันโรคก่อนที่จะเป็นโรคนั้นดีกว่าการปล่อยให้ป่วยแล้วรักษา โดยเฉพาะในผู้สูงอายุหากเกิดโรคติดเชื้อมักจะมีอาการรุนแรง และอันตรายถึงชีวิต อย่างไรก็ตาม การฉีดวัคซีนป้องกันโรคติดเชื้อในผู้สูงอายุอาจมีผลข้างเคียง และมีข้อยกเว้นในผู้ป่วยบางราย ดังนั้น ควรปรึกษาแพทย์ก่อนเข้ารับวัคซีนทุกครั้ง

ฟันผุ ฟันเป็นรู



ทำไมเราต้องอุดฟัน ?



แพนกทันตกรรม
โรงพยาบาลลานนา

เปิดให้บริการทุกวัน ไม่ต้องรอคิวนาน ตั้งแต่เวลา 08.00-20.00 น.

ทำไมเราต้องอุดฟัน ?

ฟันผุ? ฟันเป็นรู? แล้วต้องไปอุดฟัน? ปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ที่เราต่างมองข้าม หากปล่อยไว้ให้เรื้อรังจะกลายเป็นปัญหาใหญ่ จนอาจสูญเสียฟันไปได้! แน่นอนว่าจากแคร์เล็กๆ ก็กลายเป็นอาการที่รุนแรงได้

การอุดฟัน เป็นหนึ่งในขั้นตอนการรักษาฟันชั้นพื้นฐานที่รักษาอาการฟันผุ ฟันแตก ฟันบิ่น หรือวัสดุอุดฟันเก่าชำรุดเสียหาย ด้วยการใช้วัสดุอุดฟันเติมเนื้อฟันส่วนที่ขาดหายไปหรือเสียหาย เพื่อให้ฟันซี่นั้นสามารถกลับมาใช้งานได้ปกติและมีรูปร่างคล้ายเดิมที่สุด

ฟันผุมีอยู่ 3 ระดับ คือ

ฟันผุระดับเริ่มต้น (ฟันเกือบจะผุ) ลักษณะฟันจะเพิ่งเริ่มสูญเสียแร่ธาตุเคลือบผิว เนื่องจากมีคราบจุลินทรีย์เกาะฟันเป็นเวลานาน มักจะพบในหมู่คนจัดฟัน คนที่ใส่ฟันปลอมชนิดถอดได้ การใช้ฟลูออไรด์เฉพาะที่ หรือการแปรงฟันด้วยยาสีฟันที่ผสมฟลูออไรด์ จะช่วยรักษาฟันที่เกือบผุได้ คนที่มีการใส่ฟันปลอมชนิดถอดได้ หรือติดแน่น หรือผู้ที่ใส่เครื่องมือเพื่อการจัดฟัน หากไม่ได้ดูแล ทำความสะอาดฟันอย่างดี จะทำให้เกิดการสะสมของคราบจุลินทรีย์ได้ง่าย เกิดความเสี่ยงต่อการเป็นโรค ฟันผุ เหงือกอักเสบและโรคปริทันต์อักเสบได้เช่นเดียวกัน

ฟันผุแบบเป็นหลุมกินเข้าไปจนถึงชั้นเนื้อฟัน เมื่อฟันผุเป็นรูชัดเจนอยู่ในระยะที่มีการทำลายเฉพาะถึงส่วนเนื้อฟัน การอุดฟันจะเป็นวิธีการที่ดีที่สุด ที่จะรักษาเนื้อฟันเอาไว้ไม่ให้ผุลุกลามไปมากกว่าเดิม

ฟันผุแบบเป็นหลุมกินเข้าไปลึกมาก และอักเสบลุกลามถึงโพรงประสาทฟัน การรักษาฟันผุนี้นี้ จะยุ่งยาก และซับซ้อนพอสมควร อีกทั้งยังราคาสูง เพราะอาจต้องมีการรักษาที่ซับซ้อนขึ้น เช่น การรักษาคลองรากฟันและถ้าเนื้อฟันถูกทำลายไปมาก ไม่เหลือเนื้อฟัน จนไม่สามารถเก็บฟันซี่นั้นได้แล้ว วิธีการรักษาที่ทางทันตแพทย์แนะนำ คือ การถอนฟัน!

สำหรับผู้ที่มีสิทธิประกันสังคม ของทุกแห่ง ไม่จำเป็นต้องเป็นผู้ประกันตนกับโรงพยาบาลลานนา ก็สามารถเข้ามาใช้สิทธิประกันสังคมด้านทันตกรรมได้ บริการตรวจรักษาและให้คำปรึกษาทางด้านทันตกรรม สุขภาพฟันและช่องปาก สิทธิประกันสังคม เบิกตรงได้ ไม่ต้องสำรองจ่าย 900 บาท ต่อคน/ปี





นพ.กิตติคุณ ล้อมวนวงศ์
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านระบบประสาท



พญ.บุญลิตา เกษมพิทักษ์พงศ์
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านหู คอ จมูก

โรงพยาบาลลานนา เพิ่มแพทย์ใหม่ เสริมศักยภาพ โรงพยาบาลลานนา 3 รองรับผู้ป่วยประกันสังคม

นพ.ดุสิต ศรีสกุล ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลลานนา
มอบช่อดอกไม้ เนื่องในโอกาส ต้อนรับแพทย์ใหม่
เพื่อเสริมศักยภาพ การบริการทางการแพทย์
รองรับผู้ใช้บริการ รพ.ลานนา และ รพ.ลานนา 3 ที่เพิ่มมากขึ้น



พญ.สิรินุช หิตตราวัฒน์
แพทย์เวชศาสตร์ทั่วไป
โรงพยาบาลลานนา 3



พญ.ปริยาภรณ์ เสนะวัต
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้าน
ศัลยกรรมมะเร็ง
โรงพยาบาลลานนา 3



พญ.ชนันันท์ ณรงค์ชัย
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านจักษุวิทยา
อนุสาขากจักษุวิทยาจอตาและวุ้นตา
โรงพยาบาลลานนา 3

sw.ลานนา ร่วมออกบูธตรวจสุขภาพ งาน AIA Health Forum

โรงพยาบาลลานนา ร่วมออกบูธตรวจสุขภาพ งาน AIA Health Forum วันที่ 19 พฤศจิกายน 2565 : ศูนย์ตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลลานนา นำโดยนาง จิราลักษณ์ จันทรกระจ่าย หัวหน้าแผนกสื่อสารการตลาด นำเจ้าหน้าที่พยาบาล และทีมงาน ร่วมออกบูธประชาสัมพันธ์ ในงาน AIA Health Forum ประจำปี 2565 จัดโดยบริษัท เอไอเอ ประเทศไทย ฝ่ายบริหารสิทธิพิเศษและกิจกรรมลูกค้า หัวข้องาน "มะเร็ง.. หัวใจ ภัยร้ายใกล้ตัว" ในวันเสาร์ที่ 19 พฤศจิกายน 2565 เวลา 12.00 - 17.00 น.
ณ ห้องแกรนด์ลานนาบอลรูม โรงแรมแชงกรีล่า เชียงใหม่



sw.ลานนา ร่วมออกบูธตรวจสุขภาพมหกรรมดูแลสุขภาพ และวางแผนความมั่งคั่งทางการเงิน บ.เมืองไทยประกันชีวิต

วันที่ 26 พฤศจิกายน 2565 ณ ห้อง Convention บริษัท เมืองไทยประกันชีวิต จำกัด (มหาชน) : ศูนย์ตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลลานนา นำโดยนางจิราลักษณ์ จันทรกระจ่าย หัวหน้าแผนกสื่อสารการตลาด นำเจ้าหน้าที่พยาบาล และทีมงาน ร่วมออกบูธประชาสัมพันธ์ พร้อมออกหน่วยตรวจสุขภาพเบื้องต้น พร้อมให้คำแนะนำด้านสุขภาพให้แก่ผู้เข้าร่วมงาน Health For You “มหกรรมดูแลสุขภาพ และวางแผนความมั่งคั่งทางการเงิน” ประจำปี 2565 โดยมีคุณมงคล มีชัย รองกรรมการผู้จัดการอาวุโส บริษัท เมืองไทยประกันชีวิต จำกัด (มหาชน) ให้การต้อนรับ พร้อมพาตัวแทนประกันชีวิต และลูกค้า VIP ที่ร่วมงาน เยี่ยมบูธประชาสัมพันธ์ของโรงพยาบาลลานนา



โรงพยาบาลลานนา จัดอบรม “การคัดกรองผู้ป่วยฉุกเฉิน การช่วยฟื้นคืนชีพเบื้องต้น และการยก/เคลื่อนย้ายผู้ป่วย

เมื่อวันที่ 25 ตุลาคม 2565 ณ ห้องประชุม โรงพยาบาลลานนา 3 จ.เชียงใหม่ :โรงพยาบาลลานนา ได้จัดการฝึกอบรมหลักสูตร การฝึกยกระดับพัฒนาความรู้ ฝ่ายการพยาบาลและฝ่ายสนับสนุนทางการแพทย์ ในหัวข้อเรื่อง การคัดกรองผู้ป่วยฉุกเฉิน การช่วยฟื้นคืนชีพเบื้องต้น และการยก/เคลื่อนย้ายผู้ป่วย ประจำปี 2565 เพื่อเพิ่มศักยภาพ และพัฒนาองค์ความรู้ด้านการช่วยชีวิต ในผู้ป่วยที่เกิดภาวะวิกฤติฉุกเฉินในสถานการณ์เร่งด่วนได้จริง อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมี คุณสุธีรา ตันตีสันถวพงศ์ หัวหน้าแผนกผู้ป่วยหนัก และ คุณชนิชา สุนทรนันท์ หัวหน้าแผนกฉุกเฉิน เป็นวิทยากรอบรมให้ความรู้แก่เจ้าหน้าที่ฝ่ายการพยาบาล เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ ทักษะเกี่ยวกับการกู้ชีพและการยก/เคลื่อนย้ายผู้ป่วย ที่ถูกวิธี



ประชุมผู้บริหาร เครือโรงพยาบาลรามคำแหง 2565

วันที่ 4 พฤศจิกายน 2565 : คณะผู้บริหาร กลุ่มโรงพยาบาลรามคำแหง และ พันธมิตร จากทั่วประเทศ อาทิเช่น กลุ่มโรงพยาบาลเครือโรงพยาบาลรามคำแหง , กลุ่มโรงพยาบาลเครือโรงพยาบาลวิภาวดี ,กลุ่มโรงพยาบาลเครือโรงพยาบาลสินแพทย์, โรงพยาบาลลานนา , โรงพยาบาลเชียงใหม่ราม ,โรงพยาบาลเทพปัญญา1-2, โรงพยาบาลหริภุญไชย และโรงพยาบาลพันธมิตรอื่นๆ ในเครือฯ ทั่วประเทศ นำโดย นพ.เอื้อชาติ กาญจนพิทักษ์ เป็นประธานในการจัดประชุมใหญ่ประจำปี 2565 ภายใต้ธีมงาน "Move Forward Together" เราจะก้าวไปข้างหน้า..ไปด้วยกัน หลังจาก ผ่านพ้นวิกฤติจากการระบาดของเชื้อโควิด-19 กันมาแล้ว เมื่อ 2-3 ปีที่ผ่านมา..

จากนั้นช่วงเย็นได้มีงานเลี้ยงสังสรรค์ เพื่อเชื่อมความสัมพันธ์ในกลุ่มของผู้บริหารฯ บรรยากาศเต็มไปด้วยความอบอุ่น ชื่นบาน ของพี่น้อง และพันธมิตรเครือรามฯ ณ สนามกอล์ฟกษัตริย์ พาโนรามา กอล์ฟ แอนด์ รีสอร์ท จ.ลำพูน

รพ.ลานนา 3 ซ้อมใหญ่ แผนฉุกเฉินแผ่นดินไหว และอพยพหนีไฟ ประจำปี 2565

โรงพยาบาลลานนา 3 โดยคณะกรรมการความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (คปอ.) โรงพยาบาลลานนา ร่วมกับ ศูนย์ฝึกอบรมและเผยแพร่วิชาการ งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย เทศบาลนครเชียงใหม่ ได้จัดให้มีการอบรมให้ความรู้ภาคทฤษฎีและควบคุมการฝึกปฏิบัติ ในการจัดซ้อมแผนรับสถานการณ์ฉุกเฉิน แผ่นดินไหว ดับเพลิง และอพยพหนีไฟ ประจำปี 2565 นี้ เพื่อให้เป็นไปตามนโยบาย และมาตรฐานด้านความปลอดภัย เมื่อเกิดเหตุเพลิงไหม้ โดยมี นพ.ธีระยุทธ นิยมกุล ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลลานนา 3 เป็นผู้อำนวยการดับเพลิง สำหรับแผนซ้อมใหญ่แผนฉุกเฉินแผ่นดินไหว และอพยพหนีไฟในครั้งนี้





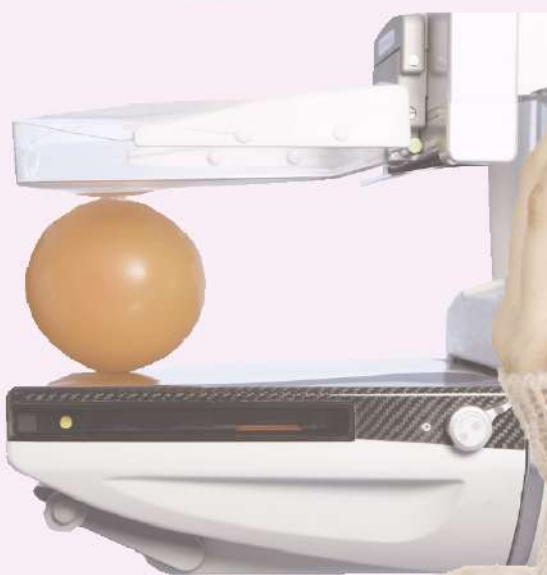
ผู้หญิงยุคใหม่...ใส่ใจสุขภาพ

ตรวจเต้านม ด้วยเครื่อง **แมมโมแกรม**
MAMMOGRAM

“

สตรีอายุเกิน 35 ปี
ควรตรวจหา**มะเร็งเต้านม**
ด้วยเครื่อง**แมมโมแกรม**

”



มะเร็งเต้านมระยะแรก มักไม่มีอาการให้สังเกตเห็น
หากรอให้มีอาการที่สังเกตเห็นอาจช้าเกินไป
ควรตรวจหา**มะเร็งเต้านม**ระยะเริ่มแรก ด้วย**แมมโมแกรม**



ติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่...ศูนย์ตรวจสุขภาพ
โรงพยาบาลลานนา ☎ **โทร.052-134-777**

