

THAINAKARIN HOSPITAL
NEWSLETTER

HEALTHY *Society*

วารสารส่งเสริมสุขภาพ
และแนวคิดเชิงบวกเพื่อคนไทย



เรื่องวัคซีน **VACCINE** เรื่องจำเป็น

อบอุ่น มั่นใจ ที่ไทยนครินทร์

www.thainakarin.co.th



Thainakarin Hospital
FACEBOOK Official



Thainakarin Hospital
Official Account



25 ปี
โรงพยาบาลไทยนครินทร์
จากวันแรก
ถึงวันนี้
คุณภาพดี
ไม่มีสิ้นสุด

ตลอดเส้นทาง เรามุ่งมั่นและตั้งใจในการพัฒนาอย่างต่อเนื่องไม่เคยหยุดนิ่ง ทั้งด้านการบริการ ความเชี่ยวชาญของแพทย์ การเปิดศูนย์และคลินิกต่างๆ เพราะเราดูแลและใส่ใจในทุกๆ รายละเอียด นั่นคือ การเห็นทุกชีวิตและทุกคนมีสุขภาพดี “แบบไม่มีสิ้นสุด”

อบอุ่น มั่นใจ ที่ไทยนครินทร์

LINE@
@Thainakarin





+ CONTENTS

THAINAKARIN HOSPITAL
NEWSLETTER

HEALTHY *Society*

วารสารส่งเสริมสุขภาพ
และแนวคิดเชิงบวกเพื่อคนไทย

- 02 Contents
- 03 News & Activities
- 04 CSR
- 05 Cover Story: เรื่องวัคซีน เรื่องจำเป็น
- 12 Your Health: ระบบภูมิคุ้มกัน
- 13 Healthy Tips: สร้างนิสัยแห่งสุขภาพ รักษาภูมิคุ้มกันให้แข็งแรง
- 14 Doctor's Profile
- 16 Success Story: ความประทับใจของครอบครัว
- 17 Healthy Society Privilege

เจ้าของ

บริษัท โรงพยาบาลไทยนครินทร์ จำกัด (มหาชน)
ที่ปรึกษา

จตุพร สีนากกฤดา

นพ. เจริญ มั่นสุข

ศ. ศลิณีกียรติคุณ นพ. ชัยพร ภัทราคม

สิริศิลป์ เจียสุวรรณ

ประภัทร สุทธาวศ

ประสานงานและจัดทำ

ฝ่ายการตลาดและสื่อสารการตลาด

ที่อยู่

โรงพยาบาลไทยนครินทร์

เลขที่ 345 ถ.เทพรัตน (บางนา - ตราด) กม. 3.5

แขวงบางนาเหนือ เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260

โทร. : 0 2361 2727 หรือ 0 2361 2828

โทรสาร : 0 2361 2777 หรือ 0 2361 8888

E-mail : info@thainakarin.co.th

www.thainakarin.co.th

NEWS & ACTIVITIES



“จากวันแรกถึงวันนี้ สุขภาพดีไม่มีสิ้นสุด”



ฉลองครบรอบ 25 ปี โรงพยาบาลไทยนครินทร์ ตอกย้ำการเติบโตอย่างมั่นคง
สู่การเป็นผู้นำทางธุรกิจโรงพยาบาลเอกชน ในแถบกรุงเทพฯ ผังตะวันออก
ณ บริเวณชั้น G โรงพยาบาลไทยนครินทร์ เมื่อวันที่ 21 มิถุนายน 2561



โรงพยาบาลไทยนครินทร์ ได้รับโล่และใบรับรอง

โรงพยาบาลที่ผ่านการรับรองคุณภาพด้านการจัดตั้งหอพักผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
(Stroke unit) จากกรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข เมื่อวันที่ 26 กรกฎาคม 2561
ตอกย้ำศักยภาพด้านคุณภาพและมาตรฐานในการดูแลรักษาโรคหลอดเลือดสมองตีบอุดตัน





ไว้อาลัย จากใจไทยนครินทร์

คุณจตุพร สีนากทกกุล ประธานกรรมการ และนายแพทย์เจริญ มีนสูง ประธานฝ่ายแพทย์ ได้นำคณะผู้บริหาร แพทย์ พยาบาล และพนักงานของโรงพยาบาลไทยนครินทร์ไปคารวะศพและร่วมทำบุญอุทิศส่วนกุศลแก่คุณโกเมน ต้นติววัฒนพันธ์ ณ วัดเทพศิรินทราวาส เมื่อวันที่ 5 กันยายน 2561 คุณโกเมนเป็นคนไข้ประจำโรงพยาบาลไทยนครินทร์มาเป็นเวลานานสิบปีและได้เสียชีวิตด้วยโรคมะเร็ง สิริรวมอายุได้ 102 ปี

คุณโกเมน ต้นติววัฒนพันธ์ เป็นผู้ร่วมก่อตั้ง บริษัท ไทยเบฟเวอเรจ จำกัด (มหาชน) (Thai Beverage Public Company Limited) และได้ดำรงตำแหน่งเป็นกรรมการและรองประธานกรรมการบริษัทฯ ตั้งแต่ปี 2519

ตลอดชีวิตของคุณโกเมนได้ทำบุญกุศลและทำความดีไว้มากมาย อาทิ กำนได้บริจาคปัจจัยส่วนตัวสร้างโรงเรียนและโรงพยาบาลหลายแห่ง ช่วยเหลือผู้ประสบภัย ผู้ยากไร้ และผู้ด้อยโอกาสมากมาย อีกทั้งยังเป็นที่เคารพรักของชาวจังหวัดอุดรธานี ว่าเป็น “เศรษฐีใจดี”

ขอให้บุญกุศลและความดีที่คุณโกเมนได้ทำไว้ รวมทั้งบุญกุศลที่โรงพยาบาลไทยนครินทร์ ได้ร่วมบำเพ็ญมาช่วยนำพาจิตวิญญาณอันบริสุทธิ์ของคุณโกเมน ต้นติววัฒนพันธ์ สู่สุคติภพชั้นนิรันดร

COVER STORY

เรื่องวัคซีน เรื่องจำเป็น

ทำไม..ถึงจำเป็น?

เพราะ...ร่างกายอาจไม่แข็งแรงพอ

ถ้าระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายต่ำ จะไม่สามารถต่อสู้กับเชื้อโรคได้
สุดท้ายก็จะทำให้ร่างกายติดเชื้อและเจ็บป่วยได้

เพราะ...ป้องกันไม่ให้อาการของโรครุนแรง

ฉีดวัคซีนไม่ได้การันตีว่าเราจะไม่เจ็บป่วย 100% แต่ถ้าบังเอิญเราเจ็บป่วย
ภูมิคุ้มกันที่รากระตุ้นด้วยวัคซีนชั้นมาาระดับหนึ่ง ก็จะช่วยให้ไม่ป่วย
รุนแรงจนมากเกินไป

เพราะ...ช่วยลดอัตราการกลายเป็นโรคเรื้อรัง

ไม่ฉีดวัคซีน ร่างกายอ่อนแอ ต่อสู้กับเชื้อโรคไม่ไหว
สุดท้ายอาจกลายเป็นโรคเรื้อรัง ต้องรักษากันไปตลอด

เพราะ...ช่วยลดการแพร่กระจายของเชื้อโรค

"Community Protection" สังคมของคนที่มีสุขภาพแข็งแรง
สร้างได้ถ้าทุกคนได้รับการฉีดวัคซีน

เพราะ...ช่วยกวาดล้างเชื้อโรคให้หายไป

โรคฝีดาษ (Smallpox) เคยทำให้ชาวยุโรปติดเชื้อและล้มตาย
ส่วนคนที่รอดจากโรคนี้ก็มีรอยแผลเป็นหรือตาบอดทิ้งไว้
ในปี ค.ศ.1980 เชื้อโรคฝีดาษได้ถูกกวาดล้างให้หมดไปด้วย “วัคซีน”



แค่นั้นคือ “กลุ่มเสี่ยง” ควรฉีดวัคซีน

คนที่ร่างกายไม่แข็งแรงและภูมิคุ้มกันต่ำก็ถือว่าเป็นกลุ่มเสี่ยง เชื้อโรคพร้อมที่จะเข้าโจมตีได้ตลอดเวลา เวลาที่เราอ่อนแอ จากที่เป็นเล็กน้อยก็อาจลุกลามกลายเป็นโรคแทรกซ้อนและมีอาการหนักกว่าคนทั่วไปได้ง่าย คุณหมอแนะนำว่า เด็ก ผู้สูงอายุ สตรีมีครรภ์ ผู้ป่วยโรคเรื้อรังไม่ติดต่อเป็นกลุ่มแรก ๆ ที่ควรฉีดวัคซีนป้องกันโรค แทนให้อีกกลุ่มคือ คนที่กำลังจะเดินทางไปเที่ยวต่างประเทศ ให้ตรวจสอบให้คิดว่าประเทศที่ไปมีเชื้อโรคอะไรที่ควรระวังและฉีดวัคซีนป้องกันหรือไม่

ภูมิคุ้มกันกำลังเติบโตไปพร้อมกับเด็กๆ

ร่างกายของเด็ก ๆ จะเริ่มสร้างภูมิคุ้มกันไปพร้อมกับวัยที่กำลังเติบโตขึ้น หากเชื้อโรคเข้าสู่โจมตีในช่วงที่ภูมิคุ้มกันยังไม่แข็งแรงพอ แคมไม่เคยได้รับวัคซีนมาก่อนเลย อาการของโรคอาจรุนแรงและลุกลาม จนกลายเป็นปัญหาเรื้อรังด้านสุขภาพ คงไม่ใช่สิ่งที่คุณพ่อคุณแม่ต้องการอย่างแน่นอน

วัคซีนจำเป็นสำหรับเด็ก

วัคซีนพื้นฐาน คือ วัคซีนที่เด็กทุกคนต้องได้รับตามโปรแกรม และอาจมีวัคซีนเสริมที่คุณหมอแนะนำ ให้ฉีดเพิ่มเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรคในช่วงที่ระบาดด้วย

แรกเกิด	วัคซีน บีซีจี ป้องกันวัณโรค, วัคซีนตับอักเสบบี#1
1 เดือน	วัคซีนตับอักเสบบี#2 (หรืออาจรอฉีดพร้อมกับวัคซีนรวม 5 โรค ที่จะฉีดเมื่ออายุ 2 เดือนก็ได้)
2 เดือน	วัคซีนรวม 5 โรค (ไอกรน คอตีบ บาดทะยัก โปลิโอ เยื่อหุ้มสมองอักเสบ#1); วัคซีนโรคไอพีดี#1; วัคซีนไรต้า#1
4 เดือน	วัคซีนรวม 5 โรค (ไอกรน คอตีบ บาดทะยัก โปลิโอ เยื่อหุ้มสมองอักเสบ#2); วัคซีนโรคไอพีดี#2; วัคซีนไรต้า#2
6 เดือน	วัคซีนรวม 6 โรค (ไอกรน คอตีบ บาดทะยัก โปลิโอ เยื่อหุ้มสมองอักเสบ#3 ตับอักเสบบี#3); วัคซีนโรคไอพีดี#3; วัคซีนไรต้า#3 (กรณีเลือกหยอดแบบ 3 ครั้ง)
10-11 เดือน	วัคซีนไข้วสมองอักเสบเจอี#1 (แบบเชื้อเป็น)
12 เดือน	วัคซีนป้องกันโรคหัด คางทูม หัดเยอรมัน#1; วัคซีนป้องกันอีสุกอีใส#1
12-15 เดือน	วัคซีนโรคไอพีดี#4
1-16 ปี	วัคซีนตับอักเสเบ ฉีด 2 เข็ม (โดยเข็มที่ 1 กับเข็มที่ 2 ฉีดห่างกัน 6 เดือนถึง 1 ปี)
18 เดือน	วัคซีนคอตีบ บาดทะยัก ไอกรน โปลิโอ#4 (หรือกระตุ้นครั้งที่ 1)
2 ปี	กระตุ้นวัคซีนไข้วสมองอักเสบเจอี#2 (แบบเชื้อเป็น) (หรือห่างจากเข็มแรก 3-12 เดือน)
2½ - 4 ปี	วัคซีนโรคหัด คางทูม หัดเยอรมัน#2
4-6 ปี	วัคซีนอีสุกอีใส#2; วัคซีนไอกรน คอตีบ บาดทะยัก โปลิโอ#5 (หรือกระตุ้นครั้งที่ 2)
9-14 ปี	วัคซีนเอชพีวี#1 (ป้องกันมะเร็งปากมดลูก) *กรณีฉีดวัคซีนเมื่ออายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป ต้องฉีด 3 เข็ม (ระยะห่างคือ 0, 1-2 เดือน และ 6 เดือน)
11-12 ปี	วัคซีนคอตีบ บาดทะยัก ไอกรน (Tdap) หรือ บาดทะยักและคอตีบ (Td) และต่อไปกระตุ้นทุก 10 ปีด้วย วัคซีน Td

หมายเหตุ

- * 6 เดือนขึ้นไป ฉีดวัคซีนไข้วหวัดใหญ่ (ฉีด 2 เข็มห่างกัน 1 เดือนในปีแรก ถ้าอายุน้อยกว่า 9 ปี หลังจากนั้นฉีดปีละ 1 ครั้ง)
- * 9-45 ปี วัคซีนไข้วเลือดออก (ฉีด 3 ครั้ง ระยะ 0, 6, และ 12 เดือน) แนะนำสำหรับผู้ที่เคยมีการติดเชื้อมาก่อน
- * วัคซีนโรคไอพีดี คือ วัคซีนป้องกันเชื้อแบคทีเรียนิวโมคอคคัส ชนิดคอนจูเกต ที่ทำให้เกิดปอดบวม เยื่อหุ้มสมองอักเสบ หูชั้นกลางอักเสบ อาการติดเชื้อในกระแสเลือด ฯลฯ



วัยสูงขึ้น... แต่ภูมิคุ้มกัน มักไม่สูงตาม

ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายมักจะอ่อนแอลงเมื่ออายุมากขึ้น เชื้อโรคต่าง ๆ จากภายนอกสามารถเข้าสู่ร่างกายได้ง่าย จากอาการเพียงเล็กน้อยก็อาจจะลุกลามและรุนแรงขึ้น เรื่องที่ต้องระวังอย่างมากคือโรคแทรกซ้อนหรือโรคเรื้อรัง ที่อาจเกิดขึ้นตามมา

วัคซีนแนะนำสำหรับผู้สูงอายุ

วัคซีนป้องกันโรคไขหวัดใหญ่ (Influenza Vaccine)

โรคปอดบวมคือภาวะแทรกซ้อนจากไขหวัดใหญ่ ซึ่งอันตรายต่อผู้สูงอายุ อาการอาจเป็นมากขึ้นจนหายใจลำบาก เหนื่อยหอบ เจ็บหน้าอก ถ้ารุนแรงก็จะมีอาการน้ำท่วมปอดหรือติดเชื้อในกระแสเลือดได้ หากปล่อยไว้จนลุกลาม อาจถึงขั้นเสียชีวิตได้

วัคซีนป้องกันโรคปอดอักเสบ (Pneumococcal Vaccine)

โรคปอดอักเสบเป็นสาเหตุสำคัญให้เกิดการติดเชื้อในกระแสเลือด เกิดการอักเสบทั่วร่างกาย การสำเสียงออกซิเจนมีปัญหา อวัยวะสำคัญ จึงเกิดภาวะล้มเหลว หรือเกิดการติดเชื้อที่เยื่อหุ้มสมอง

วัคซีนป้องกันโรคงูสวัด (Zoster Vaccine)

เชื้อไวรัสของคนที่เคยเป็นโรคอีสุกอีใสจะฝังอยู่ตามปมประสาท เมื่อร่างกายอ่อนแอ ก็จะไปแบ่งตัวเพิ่มจำนวนขึ้น ทำให้เส้นประสาทเกิดการอักเสบ บวม และเป็นตุ่มใส ผู้ป่วยจะรู้สึกเจ็บปวดมาก อาการแทรกซ้อนที่ต้องระวังคือติดเชื้อที่เนื้อเยื่อในตา ทำให้อักเสบและมีแผลที่กระจกตา อาจลุกลามให้ตาบอดได้





ส่งต่อภูมิคุ้มกันที่แข็งแรง... สู่ลูกน้อย

สุขภาพที่แข็งแรงของแม่คือภูมิคุ้มกันที่ดีที่สุดสำหรับลูกน้อย
ถ้าคุณแม่แข็งแรง โอกาสที่เชื้อโรคจะถูกถ่ายทอดไปสู่ทารกก็น้อยลง
พัฒนาการของลูกน้อยขณะอยู่ในครรภ์ก็จะเป็นไปตามวัยอย่างเหมาะสม

ตรวจภูมิให้พร้อมก่อนตั้งครรภ์

ภูมิคุ้มกันหัดเยอรมัน ถ้าคุณแม่ตั้งครรภ์ระยะ 1-3 เดือนแรกเป็นหัดเยอรมัน โดยไม่เคยฉีดวัคซีนป้องกันไว้ก่อน การกในครรภ์จะมีความเสี่ยงพิการที่อวัยวะต่าง ๆ เช่น หู ตา หัวใจ แขน ขา และสมอง

ภูมิต้านทานไวรัสตับอักเสบบี คุณแม่ตั้งครรภ์ที่มีเชื้อไวรัสตับอักเสบบี อาจติดต่อไปยังลูกขณะคลอดได้ คุณแม่จึงควรตรวจหาว่าตนเองมีภูมิต้านทานโรครอยู่หรือไม่ คุณหมอจะแนะนำให้ฉีดวัคซีนก่อนตั้งครรภ์เป็นเวลา 6 เดือน

วัคซีนแนะนำขณะตั้งครรภ์

วัคซีนไขหวัดใหญ่ คุณหมอแนะนำให้ฉีดเมื่ออายุครรภ์ 4-5 เดือนไปแล้ว เพราะว่าถ้าเป็นตอนท้องก็อาจจะเกิดภาวะแทรกซ้อนได้สูงกว่าปกติ โดยอาจกลายเป็นปอดบวม ไขสูง และคลอดก่อนกำหนดได้

วัคซีนโรคบาดทะยัก คอตีบ ไอกรณ คุณหมอแนะนำให้ฉีดตอนประมาณสัปดาห์ที่ 27-28 ของการตั้งครรภ์ วัคซีนนี้จะช่วยป้องกันบาดทะยักในเด็กแรกเกิด และช่วยให้คุณแม่มีภูมิต่อโรคคอตีบและไอกรณ ภูมิคุ้มกันดังกล่าว ช่วยให้คุณแม่ไม่เกิดโรค และที่สำคัญอย่างมากคือ ลูกน้อยเองก็จะได้รับภูมิคุ้มกันไว้ในร่างกายด้วย

มีโรคประจำตัว... อย่าปล่อยให้เชื้อโรคซ้ำเติม

โรครรรมดา ๆ สำหรับคนทั่วไป อาจกลายเป็นโรคอันตรายสำหรับคนที่มีโรคประจำตัวอยู่แล้ว เช่น อาการหัวใจวายเฉียบพลันจากไข้หวัดใหญ่ในผู้ป่วยโรคหัวใจ อาการตับอักเสบรุนแรงและเรื้อรังจากไวรัสตับอักเสบบีในผู้ป่วยโรคไต อาการปอดบวมจากไข้หวัดใหญ่ในผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย แนะนำให้ผู้ที่มโรคประจำตัว เรื้อรังฉีดวัคซีนป้องกันโรค เนื่องจากมีโอกาสเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคติดเชื้อได้ง่าย ช่วยป้องกันการติดเชื้อ ลดโอกาสการเข้ารักษาตัวในโรงพยาบาล จะได้ไม่ต้องเสียค่ารักษาพยาบาลเป็นจำนวนมาก ที่สำคัญยังช่วยลดอัตราการเสียชีวิตที่เกิดจากการติดเชื้อได้อีกด้วย วัคซีนที่แนะนำ คือ

วัคซีนป้องกันโรคบาดทะยักและคอตีบ

ควรได้รับการฉีดกระตุ้นตั้งแต่วัยร่นทุก 10 ปี เพื่อช่วยสร้างให้มีภูมิคุ้มกันโรคนี้

วัคซีนไข้หวัดใหญ่

ควรฉีดทุกปีตามการเปลี่ยนแปลงของชนิดไวรัสไข้หวัดใหญ่ที่คาดว่าจะระบาดในปีนั้น ๆ

วัคซีนไวรัสตับอักเสบบี วัคซีนไวรัสตับอักเสบบีต้องฉีดทั้งหมด 3 ครั้ง ครั้งที่ 2 ห่างจากครั้งแรก 1 เดือน ครั้งที่ 3 ห่างจากครั้งแรก 6 เดือน และเมื่อครบแล้วภูมิคุ้มกันที่เกิดขึ้นจากการฉีดทั้ง 3 เข็มอยู่ได้นานมากกว่า 10 ปี

วัคซีนปอดอักเสบ IPD แนะนำให้ฉีด 1 เข็ม สำหรับผู้ที่อายุ 50 ปีขึ้นไปและมีโรคประจำตัว

เดินทางท่องเที่ยว.. ระวังเชื้อเจ้าถิ่น

เชื้อโรคบางชนิดไม่เคยพบในประเทศที่เราอาศัยอยู่ ภูมิคุ้มกันต่อโรคนั้นก็จะไม่มีในร่างกาย เช่น โรคไข้เหลือง (Yellow Fever) เป็นโรคติดต่อไวรัสชนิดหนึ่ง มีเยุงเป็นพาหะพบมากในทวีปแอฟริกาและทวีปอเมริกาใต้ ส่วนในประเทศไทยยังไม่เคยมีรายงานว่าพบโรคไข้เหลืองนี้ คนไทยจึงยังไม่มีภูมิคุ้มกันโรคนี้อยู่ในตัว

อยากเดินทางท่องเที่ยวให้สนุกและปลอดภัยต่อสุขภาพ คุณหมอแนะนำให้ถามคำถามเหล่านี้เสียก่อน

เราจะเดินทางไปไหน

บางประเทศมีข้อกำหนดให้ผู้เดินทางเข้าประเทศต้องฉีดวัคซีนป้องกันโรคที่ยังระบาดหรือควบคุมไม่ได้ในประเทศนั้น เช่น ประเทศแถบแอฟริกาใต้และแถบอเมริกาใต้ กำหนดให้ต้องฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้เหลืองล่วงหน้าอย่างน้อย 10 วัน และต้องถือเอกสารรับรองการฉีดวัคซีนไปด้วย

สุขภาพของคุณเป็นอย่างไร

ถ้าคุณตั้งครรภ์หรือมีโรคประจำตัวเรื้อรัง ก็ควรได้รับวัคซีนป้องกันโรคต่างๆ ที่อาจสัมผัสเชื้อโรคได้ระหว่างการเดินทาง

คุณเคยฉีดวัคซีนชนิดไหนไว้แล้วบ้าง

อย่าลืมตรวจสอบว่าตัวเองเคยฉีดวัคซีนชนิดใดไว้แล้ว ฉีดนานแค่ไหน ยังมีภูมิอยู่หรือไม่ ควรฉีดกระตุ้นอีกครั้งก่อนเดินทางหรือไม่ เชื้อโรคบางชนิดอาจไม่มีแล้วในประเทศเรา แต่เป็นไปได้ว่ายังมีอยู่ในประเทศที่เรากำลังจะเดินทางไปก็ได้



โปรแกรมวัคซีน

สำหรับเด็ก ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ 8 โปรแกรม

สำหรับท่านที่ต้องการป้องกันตัวเองจากโรคภัยไข้เจ็บที่อาจเกิดขึ้นได้

	โปรแกรมวัคซีน	Code	สถานที่ให้บริการ	ราคา(บาท)
1.	วัคซีนไขหวัดใหญ่เด็กเล็ก 6 เดือน – 3 ปี Kids Flu Vaccination Program	PKG0096	แผนกเด็ก ชั้น L	990
2.	วัคซีนไขหวัดใหญ่ทั่วไป Flu Vaccination Program	PKG0097	แผนกเด็ก ชั้น L แผนกอายุรกรรม ชั้น G ศูนย์ตรวจสุขภาพ ชั้น 3	990
3.	วัคซีนปอดอักเสบ 23 สายพันธุ์ Pneumococcal (23) Vaccination Program	PKG0098	แผนกอายุรกรรม ชั้น G / ศูนย์ตรวจสุขภาพ ชั้น 3	1,900
4.	วัคซีนปอดอักเสบ 13 สายพันธุ์ Pneumococcal (13) Vaccination Program	PKG0099	แผนกอายุรกรรม ชั้น G / ศูนย์ตรวจสุขภาพ ชั้น 3	3,125
5.	วัคซีนป้องกันโรคงูสวัด Zoster Vaccination Program	PKG0100	แผนกอายุรกรรม ชั้น G / ศูนย์ตรวจสุขภาพ ชั้น 3	5,900
6.	วัคซีนปอดอักเสบ 23 สายพันธุ์ + วัคซีนไขหวัดใหญ่ Pneumococcal(23) + Flu Vaccination Program	PKG0101	แผนกอายุรกรรม ชั้น G / ศูนย์ตรวจสุขภาพ ชั้น 3	2,625
7.	วัคซีนปอดอักเสบ 13 สายพันธุ์ + วัคซีนไขหวัดใหญ่ Pneumococcal(13) + Flu Vaccination Program	PKG0102	แผนกอายุรกรรม ชั้น G / ศูนย์ตรวจสุขภาพ ชั้น 3	3,800
8.	วัคซีนงูสวัด+วัคซีนไขหวัดใหญ่ Zoster + Flu Vaccination Program	PKG0103	แผนกอายุรกรรม ชั้น G / ศูนย์ตรวจสุขภาพ ชั้น 3	6,525

เงื่อนไข

- คลินิก และ วัน เวลาที่ให้บริการวัคซีน
 - แผนกอายุรกรรม ชั้น G ทุกวัน 08.30-19.30 น.
 - ศูนย์ตรวจสุขภาพชั้น 3 ทุกวัน 08.30-15.00 น.
 - แผนกเด็ก ชั้น L ทุกวัน 08.30-19.30 น.
- สำหรับโปรแกรมวัคซีนที่ 6, 7 และ 8 ไม่สามารถโอนสิทธิ์การฉีดวัคซีนรายการหนึ่งรายการใดให้ผู้อื่นได้และต้องฉีดวัคซีนในวันเดียวกันเท่านั้น
- ราคานี้เฉพาะค่าตรวจตามโปรแกรม ไม่รวมค่าแพทย์ ค่ายา และค่าตรวจอื่นๆ กรณีมีการรักษาเพิ่มเติม
- โปรแกรมตรวจสุขภาพนี้เป็นราคาเหมาจ่ายไม่สามารถใช้ร่วมกับสิทธิ์ส่วนลดอื่นๆ และขอสงวนสิทธิ์ในการเรียกเก็บตามราคาโปรแกรม หากท่านตรวจไม่ครบตามโปรแกรมหรือปฏิเสธการตรวจรายการใดรายการหนึ่ง และไม่สามารถแลกเปลี่ยนหรือทอนเป็นเงินสดหรือตรวจรายการอื่นทดแทนได้
- การเลือกใช้โปรแกรมอยู่ในดุลยพินิจของแพทย์ร่วมกับลูกค้า
- โรงพยาบาลฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงโปรแกรมและของสมนาคุณโดยมีต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า

วันนี้ - 31 ตุลาคม 2561

ของสมนาคุณ สำหรับรายการตรวจวัคซีน

รายการ
ตรวจที่ 1,2



รายการ
ตรวจที่ 3,6



รายการ
ตรวจที่ 4,7



รายการ
ตรวจที่ 5,8



ผิวหนังและเยื่อเมือก (Skin and Mucous Membranes)

ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายที่มีพื้นที่ใหญ่ที่สุด เป็นด่านแรกที่รับมือเชื้อโรคและสิ่งแปลกปลอมต่าง ๆ เชื้อโรคจะผ่านเข้าร่างกายได้ถ้าผิวหนังมีบาดแผล แต่ถ้าผ่านผิวหนังไปได้ร่างกายก็จะมีระบบภูมิคุ้มกันอื่น ที่กำจัดเชื้อโรคต่อไป

ต่อมทอนซิลและอดีนอยด์ (Tonsils and Adenoids)

หน้าที่สำคัญคือดักจับและทำลายเชื้อโรคก่อนเข้าสู่ร่างกาย ต่อมอดีนอยด์จะทำหน้าที่มากในช่วงวัยเด็ก (1-10 ปี) และจะทำหน้าที่น้อยลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น หลังจากนั้น จะลดขนาดและบวมทอนซิลในวัยผู้ใหญ่

ต่อมไทมัส (Thymus)

ต่อมไทมัสชนิดหนึ่งในระบบน้ำเหลือง ตั้งอยู่บริเวณ หลังกระดูกหน้าอก เซลล์เม็ดเลือดขาว ที่เรียกว่า T cells จะเจริญเติบโตที่ต่อมไทมัสนี้

ม้าม (Spleen)

ตำแหน่งจะอยู่ในส่วนบนของช่องท้องด้านซ้ายสุดได้ต่อมกะบังลม ทำหน้าที่กรองเม็ดเลือดแดงที่เสียหายออกจากหลอดเลือด ร่วมกับการสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานโรคให้กับร่างกาย ช่วยกำจัดเชื้อโรคที่เข้ามาในกระแสเลือด

ต่อมน้ำเหลือง (Lymph nodes)

ในภาวะปกติต่อมน้ำเหลืองจะมีขนาดเล็กมาก ไม่สามารถคลำเจอได้ กระจายอยู่ทั่วร่างกาย พบบ่อยที่ลำคอ รักแร้ และขาหนีบ ทำหน้าที่กรองน้ำเหลือง สร้างเม็ดเลือดขาว และแอนติบอดีซึ่งเป็นสารที่ร่างกายใช้ต่อต้านเชื้อโรค

ไขกระดูก (Bone Marrow)

เนื้อเยื่อยืดหยุ่นที่พบได้ในกระดูกชั้นใน แหล่งผลิต เซลล์เม็ดเลือดขาวทุกชนิด รวมถึง T Cells และ B Cells ซึ่งเป็นเซลล์สำคัญต่อภูมิคุ้มกันของร่างกาย

+
**YOUR
HEALTH**

ระบบภูมิคุ้มกัน The Immune System

ระบบมหัศจรรย์ที่คอยปกป้องร่างกายให้ปลอดภัย
จากเชื้อโรคและสิ่งแปลกปลอมจากภายนอก

+ HEALTHY TIPS

สร้าง “นิสัยแห่งสุขภาพ” รักษาภูมิคุ้มกันให้แข็งแรง

ร่างกายสร้างกลไกระบบภูมิคุ้มกันที่มีประสิทธิภาพขึ้นมา เพื่อช่วยให้สามารถต่อสู้กับเชื้อโรคจากภายนอกได้ บางครั้งระบบภูมิคุ้มกันอาจอ่อนแอได้ตามธรรมชาติ เช่น ตามอายุที่เปลี่ยนไป หรือตามความเสื่อมของร่างกาย แต่ส่วนใหญ่แล้วความอ่อนแอ นั้น มักมีสาเหตุจาก “พฤติกรรม” ของเราเองที่ทำร้ายระบบภูมิคุ้มกันอย่างน่าเสียดาย อยากให้ภูมิคุ้มกันทำงานได้อย่างดี มีร่างกายที่แข็งแรง มาสร้างนิสัยแห่งสุขภาพแบบง่าย ๆ กันค่ะ

- รับประทานผักและผลไม้
- ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- ดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพอ
- รักษาน้ำหนักตัวให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม

- ลดการบริโภคน้ำตาลลงบ้าง
- เลิกสูบบุหรี่ และหลีกเลี่ยงควันบุหรี่
- อย่าดื่มหนัก

- อย่าเครียด ทำจิตใจให้สดใสเบิกบาน
- หัวเราะบ่อย ๆ
- พบปะพูดคุยกับเพื่อนฝูงบ้าง

- พักผ่อนนอนหลับให้เพียงพออย่างน้อย 6-8 ชั่วโมง
- ล้างมือบ่อย ๆ ลดความเสี่ยงนำเชื้อโรคเข้าร่างกาย
- รับประทานอาหารอ่อน ๆ ยามเช้า



“เตรียมพร้อมร่างกายของคุณแม่ให้แข็งแรง คือของขวัญล้ำค่า
ที่ส่งต่อให้ลูกน้อยได้อย่างง่าย ๆ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
ออกกำลังกาย พักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ
ตรวจหาภูมิคุ้มกันโรคและฉีดวัคซีนตั้งแต่ก่อนตั้งครรภ์
ไม่ปล่อยให้ความอ่อนแอหรือเชื้อโรคต่าง ๆ ไปทำให้พัฒนาการ
ทางร่างกายสะดุด ลูกน้อยก็จะเติบโตมาเป็นเด็กที่มีสุขภาพดี
ซึ่งก็จะมีผลต่อพัฒนาการทางอารมณ์ที่ดีด้วย ”

พญ.สุภา โพธิ์วรภัต

แพทย์ประจำสาขาสูติ - นรีเวช โรงพยาบาลไทยนครินทร์

ประวัติการศึกษา

แพทยศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

วุฒิบัตร

สูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล



DOCTOR'S PROFILE



“คนที่ฉีดวัคซีนแล้ว ไม่ได้หมายความว่าไม่เป็นโรคนั้นแน่ ๆ
ร้อยละเซ็นต์ ฉีดวัคซีนแล้ว ก็อาจยังป่วยก็เป็นไปได้
แต่วัคซีนจะช่วยให้ความรุนแรงของโรคจะน้อยลง
ลดอัตราการเข้าโรงพยาบาลได้ ลดค่าใช้จ่ายในการรักษา
ลดอัตราการเสียชีวิตของผู้ป่วยได้ ”

พญ.อรวิ ดิษยะกมล

แพทย์ประจำสาขาอายุรกรรมโรคติดเชื้อ โรงพยาบาลไทยนครินทร์

ประวัติการศึกษา

แพทยศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วุฒิบัตร

อายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
อายุรศาสตร์โรคติดเชื้อ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

25th

Anniversary

THAINAKARIN HOSPITAL

“

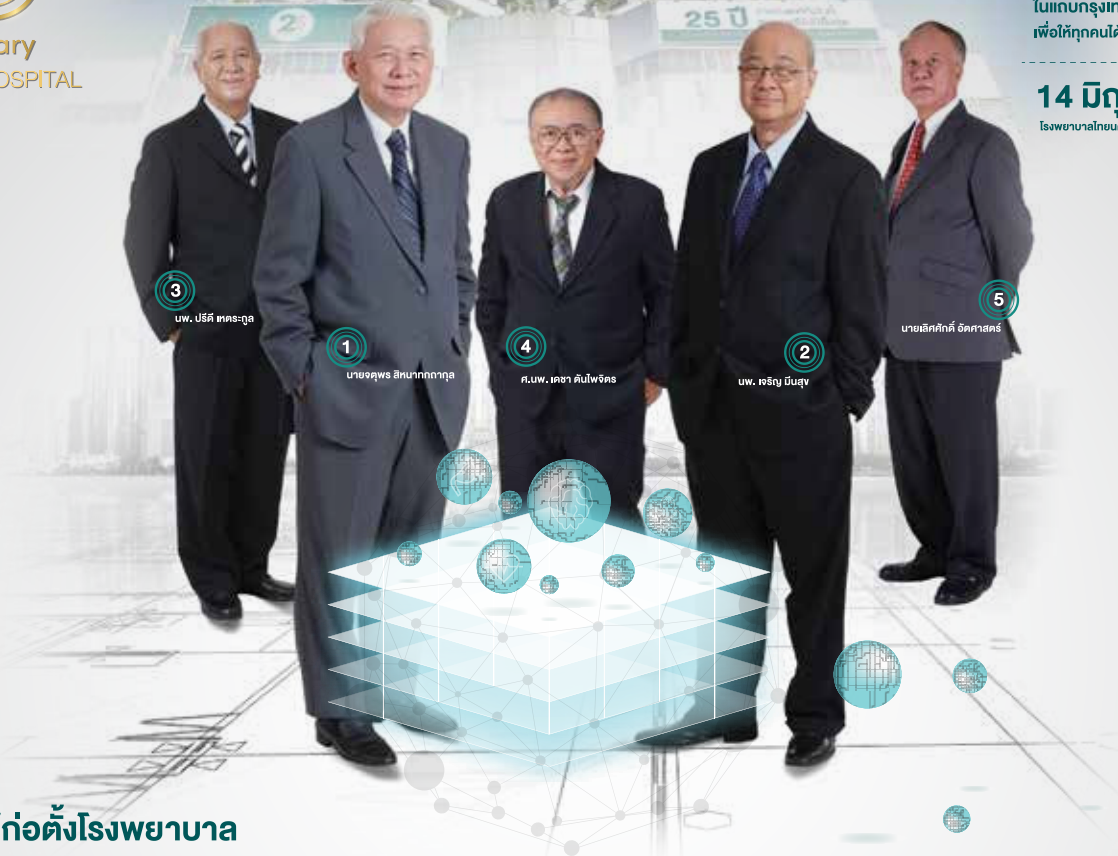
ก่อสร้างสร้างจากแรงบันดาลใจ
2532-2535

ต้องการสร้างโรงพยาบาลดี ๆ สักแห่ง
ในแถบกรุงเทพมหานครฝั่งตะวันออก
เพื่อให้ทุกคนได้รับการรักษาที่ได้มาตรฐาน

14 มิถุนายน 2536

โรงพยาบาลไทยนครินทร์เปิดให้บริการอย่างเป็นทางการ

”



3

นพ. ปรีดี ทรตะกูล

1

นายจตุพร สิหนาทกาทกุล

4

ศ.นพ. เดชา ดันไพจิตร

2

นพ. เจริญ มินสุข

5

นายเลิศศักดิ์ อัครศาสตร์

รายนามผู้ก่อตั้งโรงพยาบาล

๑ นายจตุพร สิหนาทกาทกุล ๒ นพ. เจริญ มินสุข ๓ นพ. ปรีดี ทรตะกูล ๔ ศ.นพ. เดชา ดันไพจิตร ๕ นายเลิศศักดิ์ อัครศาสตร์ ๖ นายสรดิษ วิทยุญรัตน์ ๗ นพ. มนัส วัฒนฉลา (เสียชีวิต)

2544
- ศูนย์ตรวจสุขภาพ

2546
- แผนกเด็กสุขภาพดี
- แผนกสวนหัวใจ
- แผนกศัลยกรรมอโรบิตาศ์
- การรับรองกระบวนการคุณภาพตามมาตรฐาน HA (Hospital Accreditation)

2548
- ศูนย์หัวใจไทยนครินทร์
- ไข้จตภณเมียนในตลาตหลักกรรพัย mai
วันที่ทำซื้อขายวันแรก 16 ร.ศ. 2548

2549
- ศูนย์กระดูกและข้อ

2553
- หนึ่งในห้าเทียบสุดยอด 200 บริษัท
ขนาดกลางและเล็ก ในภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก
Asia's 200 Best Under A Billion
โดยนิตยสาร Forbes Asia

2554
- คลินิกตบ ทางเดินน้ำดีและตับอ่อน
- การรับรองกระบวนการคุณภาพตามมาตรฐาน HA (Hospital Re-accreditation) ครั้งที่ 1

2557
- ศูนย์ลสิก
- ศูนย์โรคไต
2558
- คลินิกสมองและระบบประสาท

2559
- ศูนย์สมองและระบบประสาท
- การรับรองกระบวนการคุณภาพตามมาตรฐาน HA (Hospital Re-accreditation) ครั้งที่ 3

2545
- คลินิกแพทย์แผนจีน

2547
- ศูนย์ผิวหนังและเลเซอร์
- ศูนย์ไตเทียม

2550
- ศูนย์มะเร็งโวลิสติค

2551
- คุณจตุพร สิหนาทกาทกุล
ได้รับรางวัลผู้บริหารสูงสุดยอดเยี่ยม
ของบริษัทที่จดทะเบียนในตลาดหลักทรัพย์ mai (Best CEO Awards: mai)

2555
- ขยายพื้นที่ศูนย์ตรวจสุขภาพและ
ศูนย์หัวใจครบวงจร

2556
- ศูนย์ทางเดินอาหาร
- คลินิกเบาหวานและต่อมไร้ท่อ
- การรับรองกระบวนการคุณภาพตามมาตรฐาน HA (Hospital Re-accreditation) ครั้งที่ 2

2561
- ครบรอบ 25 ปี โรงพยาบาลไทยนครินทร์
“จากวันแรกถึงวันนี้ สูงภาพดีไม่มีสิ้นสุด”

อบอุ่น มั่นใจ ที่ไทยนครินทร์

LINE@
@Thainakarin



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ CALL CENTER 0 2361 2727, 0 2361 2828

SUCCESS STORY

“เค้าเป็นเด็กไทยนครินทร์เลยคะ
คุณแต่งแต่ก่อนแต่งงาน
จนน้องอายุขวบกว่า ๆ
ที่ผ่านมาก็คือความไว้วางใจ เชื่อใจ
และความศรัทธาคะ”



ความประทับใจ จากครอบครัว



น้องนาวา นรภัทร โกสีย์รักษ์วงศ์
คุณแม่ มัตสรินทร์ ปราโมทมนัส
คุณพ่อ ทวีวัฒน์ โกสีย์รักษ์วงศ์

คุณร่างกายให้พร้อมตั้งแต่ก่อนแต่งงาน

รู้สึกกลัวว่าถ้าเราทั้งคู่มีภาวะธาลัสซีเมีย อาจจะส่งต่อไปยังลูกได้
ก็เลยมาที่โรงพยาบาลไทยนครินทร์ สนใจโปรแกรมตรวจสุขภาพที่เหมาะสมกับคู่ที่กำลังจะแต่งงานคะ

กังวลเพราะตั้งครรภ์ก่อนอายุค่อนข้างเยอะ

ตั้งครรภ์ครั้งแรกตอนอายุ 36 ปี ก็กังวลลึก ๆ มีคำถามมากมายในใจ ลูกจะเป็นดาวน์ซินโดรมไหม จะแท้งไหม
ร่างกายแข็งแรงพอไหม ความน่าเชื่อถือของคุณหมอช่วยคลายกังวลตรงนี้ได้มาก คุณหมอก็แนะนำให้เราดำเนินชีวิตตามปกติ
ถ้าเด็กแข็งแรงตามธรรมชาติ โอกาสแท้งไม่ได้ง่ายขนาดนั้น ความเครียดของแม่อาจจะเป็นผลร้ายต่อตัวเราและลูกได้มากกว่า
คุยกับคุณหมอเหมือนคุยกับผู้ใหญ่ใจดี เราก็เลยสบายใจ

ได้รับคำแนะนำที่ดีและการบริการที่ครบวงจร คุณแม่มือใหม่ก็สบายใจ

เชื่อว่าแม่ที่พาลูกมาโรงพยาบาล สิ่งที่ยากได้ก็คือการบริการที่ครบวงจร ไม่ยุ่งยาก และต้องการคำแนะนำที่ดีที่สุด เช่น ในเรื่องการฉีดวัคซีน
ปกติเรื่องอื่นเราจะเปรียบเทียบเยอะมาก แต่เพราะมีความเชื่อมั่นอยู่แล้ว พอคุณหมอแนะนำให้ฉีดวัคซีนพื้นฐานสำหรับเด็กและอาจต้องม
ีวัคซีนเสริมด้วย เพราะสมัยนี้เชื้อโรคพัฒนาตัวเองไปเยอะ ลูกเรายังมีภูมิคุ้มกันไม่แข็งแรงพอ ก็ให้ลูกฉีดวัคซีนทุกตัวที่คุณหมอแนะนำคะ

ประทับใจในความชำนาญและการดูแลเอาใจใส่ “ลูกค้า”

ครั้งแรกที่นัดเจาะน้ำคร่ำ คุณหมอหัดเข็มเตรียมจะเจาะแล้วนะ แต่ว่าพออัลตราซาวด์น้องเค้าเอามือมาบัง หมอก็ตัดสินใจไม่ทำ
เพราะเสี่ยงที่จะเกิดอันตรายกับน้อง และตอนนั้นโรงพยาบาลก็ไม่ได้คิดค่าใช้จ่ายในส่วนนี้ด้วย ยิ่งทำให้รู้สึกประทับใจมาก
คุณหมอมมีความชำนาญและมั่นใจมาก ส่วนตอนที่คลอดน้องแล้ว คุณพยาบาลที่นี่ก็พยายามจะสอนและช่วยทุกอย่าง
เราเป็นคุณแม่ที่หวั่นมมีปัญหา พี่พยาบาลก็พยายามช่วยให้ลูกเราสามารถดูดนมจากเต้านมได้

จากวันนั้นก็ยิ่งให้คุณแม่กลับมาอย่างต่อเนื่อง

ตอนนี้ลูกโตแล้วก็ย้ายมาให้ดูแลที่แผนกเด็กคะ เน้นในเรื่องพัฒนาการตามวัยของเด็กมากหน่อย และยังมาพบคุณหมอตามนัดอย่างสม่ำเสมอ
จะฉีดวัคซีนหรือไม่สบายก็มาที่นี้ตลอดคะ







ให้กำลังใจถึงคุณหมอ พี่พยาบาล และคุณแม่ทุกคน

ถ้ามาวันเสาร์อาทิตย์จะเห็นเลยว่าคนไข้เยอะมาก ต้องให้กำลังใจกันคะ คุณหมอและพยาบาลเองค่อนข้างเหนื่อยมาก
สำหรับคุณแม่เองแต่ละคนก็มีความเครียดไม่เหมือนกัน มีความกังวลที่หลากหลายต่อลูกของตัวเอง แต่เชื่อว่าคุณหมอและพยาบาล
ก็ตั้งใจทำงานของเขาให้ดีที่สุดอยู่แล้ว

Healthy Society Privilege



สิทธิประโยชน์สำหรับผู้ถือบัตรสมาชิกโรงพยาบาลไทยนครินทร์
เพียงคุณแสดงบัตรสมาชิกโรงพยาบาลไทยนครินทร์ รับสิทธิ์ส่วนลดจากร้านค้า
และร้านอาหารต่าง ๆ มากมาย

<p>ชาบู สแควร์ (Shabu Square) ส่วนลดค่าอาหาร</p> <p>วันนี้ - 31 ส.ค. 62</p>	<p>10% เมื่อชำระด้วย เงินสด</p> <p>5% เมื่อชำระด้วย บัตรเครดิต</p> <p>Ins 065 584 6263 Facebook : Shabusquare</p>	
<p>The Terrace restaurant ส่วนลดค่าอาหาร</p> <p>วันนี้ - 31 ส.ค. 61</p>	<p>10% จากราคาปกติ</p> <p>เมื่อรับประทานอาหารที่ร้านครบ 500 บาทขึ้นไป (เฉพาะที่สาขา Central Plaza Bangna)</p> <p>Ins 0 2361 7857 Facebook: theterracerestaurant</p>	
<p>ร้าน ชิค บรีสไทร (Chick's Bistro) ส่วนลดค่าอาหารและเครื่องดื่ม</p> <p>วันนี้ - 1 ก.ค. 62</p>	<p>10% จากราคาปกติ</p> <p>Ins 0 2052 1255 Facebook: Chick's Bistro</p>	
<p>ร้านแซบซี้ด (Zab Zeed) ส่วนลดค่าอาหาร</p> <p>วันนี้ - 31 ส.ค. 61</p>	<p>5% จากราคาปกติ เมื่อชำระด้วย เงินสด</p> <p>Ins 087 493 9938 Facebook: ZabZeed LittleWalk Bangna</p>	
<p>ร้านแม่ ส่วนลดค่าอาหาร</p> <p>วันนี้ - 31 ก.ค. 62</p>	<p>5% จากราคาปกติ เมื่อชำระด้วย เงินสด</p> <p>Ins 0 2004 6722 หรือ 093 232 2229 Facebook: Mae Dinning - แม่</p>	
<p>Hoshi Japanese Restaurant ส่วนลดค่าอาหาร</p> <p>วันนี้ - 31 ส.ค. 61</p>	<p>15% เมื่อชำระด้วย เงินสด</p> <p>10% เมื่อชำระด้วย บัตรเครดิต</p> <p>Ins 0 2718 2727 Facebook : HOSHI JAPANESE RESTAURANT</p>	



SHOYUU

Premium Japanese Restaurant



ร้านอาหารญี่ปุ่น ระดับพรีเมียม SHOYUU สามารถรองรับลูกค้าจำนวนมาก
ไม่ว่าคุณจะมี Life Style แบบไหน ก็ารู้สึกอบอุ่น อิ่มอร่อยที่ SHOYUU



สอบถามเพิ่มเติม ☎ 089-620-8888

Facebook: Shoyuubangna Instagram: Shoyuubangna Twitter: @Shoyuubangna

SHOYUU Japanese Restaurant (Little Walk)

สิทธิ์ส่วนลด - ส่วนลด 15% สำหรับบัตรสมาชิก Thainakarin Society

ระยะเวลา วันนี้ - 31 ธันวาคม 2561



สแกน QR Code เพื่อตอบแบบสอบถาม ลุ้นรับแก้วน้ำรักษ์โลก ทำจากฟางข้าว จำนวน 5 รางวัล

เพียงร่วมตอบแบบสอบถามเรื่อง “การปรับรูปแบบวารสารอิเล็กทรอนิกส์ (E-Newsletter)”
ประกาศรายชื่อผู้โชคดี วันพฤหัสบดีที่ 1 พฤศจิกายน 2561 ทาง Facebook Thainakarin Hospital
ตั้งแต่วันที่ - 31 ตุลาคม 2561

กรุณาแจ้งชื่อและเบอร์โทรศัพท์แบบสอบถาม เพื่อสะดวกในการติดต่อกลับ

