



**MAT** 2024  
ISSUE 1-2 Jan.-Feb.

# Newsletter

แพทยสมาคมแห่งประเทศไทยฯ  
The Medical Association of Thailand

## “นายกฯ แกลง”

ศ.ดร.นพ.ประกิตพันธุ์ ทมทิตชงค์  
Email : ptomtitchong@gmail.com



สวัสดีครับท่านสมาชิกแพทยสมาคมฯที่รักทุกท่าน ขอต้อนรับสู่สารจากแพทยสมาคมฯฉบับ เดือนมกราคม-กุมภาพันธ์ 2567 ครับ ก่อนอื่นต้องขออวยพรปีใหม่กับท่านสมาชิกทุกท่านให้สุขภาพสบายใจ สมประสงค์ในทุกสิ่งทั้งปวงทุกประการกันทุกท่านนะครับ

ผมเข้ารับตำแหน่งนายก พสท. เมื่อ 27 มกราคม พ.ศ.2567 ฉบับนี้จึงเป็นฉบับแรกสุดของ column นี้ครับ โดยที่มกราคม 2567-2568 จะมุ่งเน้นการดูแลคุณภาพชีวิตแพทย์ตั้งแต่ยังอยู่ในรั้วโรงเรียนแพทย์ ต่อเนื่องไปจนวัยเกษียณ และจนหมดอายุขัยกันเลยทีเดียวครับ ผมได้เปรียบไว้ในสื่อต่างๆว่า “แพทยสมาคมฯ จะเปรียบเสมือนครอบครัว ที่ดูแลกันตั้งแต่เกิด จนตายจากกัน ส่วนแพทย์สถานนั้น ก็เปรียบเสมือนสถานศึกษา สถานที่ทำงานและฝ่ายบ้านเมือง ที่ต้องมีกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ หรือข้อกฎหมายรองรับ เพื่อให้อยู่ด้วยกันอย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข” ดังนั้น พสท. ยังคงยืนหยัดในปณิธานตั้งแต่วันก่อตั้ง โดยจะมุ่งดูแลแพทย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งแพทย์ที่เป็นสมาชิกจะยิ่งได้รับสิทธิประโยชน์เพิ่มเติมมากมาย ที่ผมกล้ายืนยันก็เพราะว่า ผมเติบโตมาในสายของ Junior Doctor ที่ทำงานกับแพทยสมาคมฯมาตั้งแต่ยังเป็นนักศึกษาแพทย์ จากนั้นก็ได้รับทุนทาเคดา (Takeda Science Foundation: TSF) ที่มอบโดยแพทยสมาคมฯ ในปี 2539 จนเติบโตในสายงาน ได้เป็น ศ. 10 และ 11 (ข้าราชการเปลี่ยนสถานภาพ) ก็ด้วยอานิสร์ของทุนทาเคดานั่นเอง และในระยะ 10 ปีที่ผ่านมาผมได้โอกาสให้มาช่วยทำงานที่ พสท. จนได้รับตำแหน่งบริหารใน MASEAN, CMAAO จนขึ้นรับตำแหน่งนายกฯ ก็ด้วยการสนับสนุนของ พสท. ที่มุ่งเน้นในเรื่อง Career path development ให้แก่สมาชิคนั่นเองครับ

ผมชวนคุยเรื่อง One Health ต่อเนื่องมาถึง 2 ปี จากนั้นจะพยายามประสานงานให้เกิดงานประชุมวิชาการด้านนี้ในระดับนานาชาติ ทั้งนี้ผมหวังว่าจะมี Junior Doctor มาร่วมงานกัน เพราะเรามุ่งเน้นความสุขในการเรียนและการทำงาน ของแพทย์รุ่นใหม่ หวังอย่างยิ่งว่าจะมีน้องๆ ทั้งก่อนและหลังจบการศึกษา มาร่วมงานกัน ไม่ว่าจะเป็นในด้านวิชาการหรือในด้านการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพ ซึ่งเราหวังว่าถ้า พสท. จะเติบโตอย่างยั่งยืนสู่ศตวรรษที่สอง เราก็ต้องเดินไปด้วยกันกับคนรุ่นใหม่

ทั้งนี้ ผมพยายามชี้ให้ท่านสมาชิกเห็นความสำคัญของสิทธิประโยชน์ที่เน้น Career path development ในทุกช่วงวัยครับ เช่น การให้ทุนทาเคดา ทุนวิจัย อีกทั้งในวัยเกษียณ เรายังมีโครงการ Senior Doctor Complex คือ บ้านพักสมาชิกแพทย์สูงอายุ ดังนั้นท่านสมาชิกจะเริ่มเห็นภาพว่า พสท. ตั้งใจในการดูแลสมาชิกอย่างจริงจังครอบคลุมทุกช่วงเวลาของชีวิต เดี่ยวเรามาคูยกกันต่อฉบับหน้าครับ ☺

## “ส.ค.ส. เลขาธิการฯ”

พ.ต.นพ.ชาญฤทธิ์ ล้อทวีสวัสดิ์  
โทร. 083-9669-969  
Email : dr.chanrit969@gmail.com



สวัสดีครับท่านอาจารย์อาวุโส เพื่อนสมาชิกแพทยสมาคมฯและน้องๆแพทย์รุ่นใหม่ทุกท่าน ขอสวัสดิ์ปีใหม่และส่งความสุขย้อนหลัง รู้สึกดีใจที่ได้กลับมาร่วมเขียนบทความส่งความสุขผ่านสารจากแพทยสมาคมฯ อีกครั้ง หลังจากร่วมเขียนมายาวนานกว่า 10 ปีในหัวข้อ “Hot News กับ รองเลขาธิการ”

ส.ค.ส.ฉบับแรกในการทำหน้าที่ “เลขาธิการแพทยสมาคมแห่งประเทศไทยฯ” จึงขอพวกรณาดัตว์ที่จะรับใช้สมาชิกทุกท่านทุกช่วงวัยอย่างเต็มความสามารถร่วมกับทีมงาน Next-Generation มากมายหลายท่านที่มาร่วมงานกับแพทยสมาคมฯเป็นครั้งแรก

สำหรับเรื่องราวสำคัญที่แพทยสมาคมฯได้ดำเนินงานในช่วงเทศกาลปีใหม่ที่ผ่านมาคือ การประชุมใหญ่สามัญประจำปีในวันที่ 27 มกราคม 2567 ซึ่งได้มีกิจกรรมการมอบทุนการศึกษาวิจัย แก่สมาชิกแพทยสมาคมฯ และมอบรางวัลเชิดชูเกียรติแก่สมาชิกของแพทยสมาคมฯ โดยจัดต่อเนื่องมาทุกปีให้ตรงตามวัตถุประสงค์หลักในการก่อตั้งแพทยสมาคมแห่งประเทศไทยฯ ในการส่งเสริมการศึกษา การวิจัยและการให้ความรู้ทางการแพทย์ และการสาธารณสุขที่ทันสมัยแก่สมาชิก รวมถึงการส่งเสริมความสามัคคีและผดุงเกียรติของสมาชิก นอกเหนือจากกิจกรรมด้านสมาชิกแล้วยังมีกิจกรรมสำคัญคือ พิธีรับ - ส่งตำแหน่งนายกแพทยสมาคมฯ โดยท่านอดีตนายกฯ นพ.สุชุม กาญจนพิมาย และมีท่านอดีตนายกแพทยสมาคมแห่งประเทศไทยฯที่ผ่านมามีขึ้นบนเวทีเพื่อเป็นสักขีพยาน ในโอกาสนี้จึงขอร่วมแสดงความยินดีเป็นทางการแก่ท่าน ศ.ดร.นพ.ประกิตพันธุ์ ทมทิตชงค์ ที่ได้รับตำแหน่งนายกแพทยสมาคมฯ วาระปี พ.ศ. 2567 – 2568 และท่าน ศ.นพ.กิตติ เจริญชลวานิช ที่ได้รับเลือกตั้งเป็นท่านผู้รั้งตำแหน่งนายกฯ ท่านต่อไป

ในฉบับต่อไปผมจะนำเกร็ดรู้ข้อบังคับแพทยสมาคมฯ ฉบับล่าสุดในวาระครบรอบ 100 ปี และกิจกรรมอื่นๆในการส่งเสริมสวัสดิภาพและสวัสดิการของสมาชิกทุกช่วงวัย มาส่งความสุขผ่าน “ส.ค.ส. เลขาธิการฯ” เพื่อให้การเดินทางมากกว่า 100 ปีของแพทยสมาคมฯได้เชื่อมโยงจุดสำคัญของอดีตปัจจุบันและอนาคต อย่างต่อเนื่องตามนโยบายท่านนายกประกิตพันธุ์และท่านอดีตนายกฯ ...แพทยสมาคมฯ เพื่อแพทย์และประชาชน ☺

## “ประธานโครงการสมาชิกสัมพันธ์ และประธานฝ่ายพิจารณาทุนต่างๆ”

ศ.พญ.สมศรี เผ่าสวัสดิ์  
โทร. 081-821-4593



ทุนและรางวัลต่างๆของแพทยสมาคมฯ ยังคงมีมอบให้สมาชิกผู้มีผลงานดีเด่นเช่นทุกปี ทั้งรางวัล “สมเด็จพระวันรัตของแพทยสมาคมฯ” และ “รางวัลแพทย์ดีเด่นของแพทยสมาคมฯ” พร้อมทั้ง “ทุนหาเคตา” ซึ่งเป็นทุนไปปฏิบัติงานที่ประเทศญี่ปุ่น และ “ทุนวิจัยนายแพทย์ปราเสริฐ ปราสาททองโอสถ” ผู้ใดสนใจติดต่อได้ที่สำนักงานแพทยสมาคมฯ ภายในวันที่ 30 กันยายน 2567

สำหรับโครงการแนะแนวนักศึกษาแพทย์ ซึ่งได้ดำเนินการมาตั้งแต่ปี 2547 โดยให้ความรู้แก่นักศึกษาแพทย์ และแพทย์ประจำบ้านของคณะแพทยสถานต่างๆทั่วประเทศได้ดำเนินการอย่างต่อเนื่องทุกปี สำหรับในปี 2567 มีดังนี้

ได้รับการประสานจากคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ขอเชิญบรรยายให้ความรู้แก่นักศึกษาแพทย์ ปีการศึกษา 2566 จำนวน 63 คน ในวันศุกร์ที่ 5 เมษายน 2567 เวลา 10.00-12.00 น. ณ ห้องประชุมศาสตราจารย์นายแพทย์เฉลิมมวราวิทย์ ชั้น 2 อาคารคณะแพทยศาสตร์ หลังที่ 2 คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาสารคาม หัวข้อเรื่อง กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการประกอบวิชาชีพเวชกรรมการบริหารความเสี่ยง และจริยธรรมทางการแพทย์ โดยวิทยากรได้แก่ ศ.เกียรติคุณ พญ.สมศรี เผ่าสวัสดิ์ รศ.นพ.ป่วน สุทธิพินิจธรรม และพล.ต.ผศ.นพ.กัญญาพล วัฒนกุล

ถ้าสมาชิกแพทยสมาคมฯ ท่านใดสนใจติดต่อได้ที่สำนักงานแพทยสมาคมฯ ชั้น 4 อาคารเฉลิมพระบารมี ๕๐ ปี ซอยศูนย์วิจัย ถนนเพชรบุรีตัดใหม่ กรุงเทพฯ 10310 โทร.02-3144333 หรือ 02-3188170 E-mail Address: mat.thailand2464@gmail.com

## “เครือข่ายวิชาชีพแพทย์ ในการควบคุมการบริโภคยาสูบ”



เครือข่ายวิชาชีพสุขภาพเพื่อสังคมไทยปลอดบุหรี่ จัดกิจกรรม ดังนี้

- วันที่ 23 มกราคม เครือข่ายวิชาชีพแพทย์ฯ สมาพันธ์เครือข่ายแห่งชาติ ร่วมกับสถาบันรับรองคุณภาพสถานพยาบาล (องค์การมหาชน) จัดการประชุมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การจัดทำแบบรายงานประเมินตนเองประกอบการประเมินการรับรองการพัฒนาคุณภาพสถานพยาบาลเฉพาะโรค/ระบบ “การบำบัดภาวะติดนิโคติน” ณ ห้องประชุมค็อกพิท ชั้น 1 โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ มีผู้เข้าร่วมประชุม ในรูปแบบ On-site จำนวน 44 คน จากสถานพยาบาล จำนวน 13 แห่ง และเข้าร่วมรูปแบบ Online จำนวน 20 คน จากสถานพยาบาล จำนวน 13 แห่ง

- วันที่ 19-20 กุมภาพันธ์ เครือข่ายวิชาชีพแพทย์ฯ จัดการประชุม “มหกรรมวิชาการฟ้าใส ประจำปี 2567” ณ ห้องประชุมสยามมกุฎราชกุมาร และห้องพักรักติยาภา ชั้น P3 อาคารเฉลิมพระบารมี ๕๐ ปี มีผู้เข้าร่วมประชุม จำนวน 180 คน

- วันที่ 1 กุมภาพันธ์ จัดกิจกรรมตรวจเยี่ยมเสริมพลังใจเครือข่ายช่วยเหลือบุหรี่ จังหวัดศรีสะเกษ

- วันที่ 5 กุมภาพันธ์ จัดกิจกรรมตรวจเยี่ยมเสริมพลังใจเครือข่ายช่วยเหลือบุหรี่ จังหวัดสุโขทัย

- วันที่ 7 กุมภาพันธ์ จัดกิจกรรมตรวจเยี่ยมเสริมพลังใจเครือข่ายช่วยเหลือบุหรี่ จังหวัดเพชรบุรี

- วันที่ 20 กุมภาพันธ์ จัดการนำเสนอ “เครือข่ายเพื่อการช่วย

## “สารจากอดีตนายก”

นพ.สุก กาญจนพิมาย  
sukumkan@yahoo.com



เพื่อนแพทย์คงทราบกันดีว่า ในช่วง 2 เดือนแรกของปี พ.ศ 2567 ประเทศไทยมีปัญหาด้านมลภาวะทางอากาศ โดยเฉพาะในวันวาเลนไทน์ คือ วันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2567 เว็บไซต์ IQAir ได้รายงานว่า กรุงเทพมหานคร อยู่อันดับที่ 7 ของเมืองใหญ่ที่มีมลพิษมากที่สุด วัดได้ 174 AQI US ซึ่งเป็นระดับคุณภาพอากาศที่มีผลกระทบต่อทุกคน นอกจากนี้ยังพบว่า เชียงใหม่ อยู่ในอันดับที่ 20 วัดได้ 116 AQI US มีผลกระทบต่อผู้ป่วยหรือร่างกายอ่อนแอ ผลของการที่มีมลภาวะทางอากาศจะทำให้สุขภาพของพวกเราแย่ลงจากการที่ ฝุ่น PM 2.5 (อนุภาคที่มีขนาดเล็กกว่า 2.5 ไมโครเมตร) ซึ่ง สามารถเล็ดลอด ผ่าน ขนพัดโบก (respiratory cilia) และน้ำมูก เสมหะ ที่หลั่งออกมาในทางเดินหายใจ ที่คอย ดักจับสิ่งแปลกปลอมไม่ให้เข้าสู่ทางเดินหายใจ แต่ฝุ่นขนาดเล็กกว่า 2.5 ไมโครเมตรจะสามารถเล็ดลอดเข้าไปได้ถึงหลอดลมฝอยขนาดเล็ก (bronchiole) และหากมีขนาดเล็กกว่า 1 ไมโครเมตร ก็จะสามารถซึมเข้าสู่กระแสเลือดได้ โดยเฉพาะกลุ่มเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคทางเดินหายใจเรื้อรังโรคปอดและโรคหัวใจ เนื่องจากการระบวนการป้องกันของร่างกายที่อ่อนแอกว่าคนที่มีความแข็งแรง แต่ถ้าคนปกติสัมผัสอากาศที่มี PM 2.5 เกินมาตรฐานในระยะเวลาอันนานจะเพิ่มโอกาสในการเสียชีวิตด้วยโรคปอดและโรคหัวใจ (cardiopulmonary mortality) และเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งปอดด้วย ดังนั้นการดูแลตัวเองหรือแนะนำให้แก่ผู้ป่วยและประชาชนทั่วไปให้ติดตามสถานการณ์ฝุ่นก่อนออกนอกบ้านจาก เว็บไซต์ air4thai.pcd.go.th หรือแอปพลิเคชัน “Air4Thai” ของกรมควบคุมมลพิษ ซึ่งจะระบุค่าดัชนีคุณภาพอากาศ พร้อมระดับสี และคำแนะนำในการปฏิบัติตัวเพื่อการปฏิบัติตัวให้ถูกต้องและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงที่จะมีผลต่อสุขภาพในอนาคตของเรา ดังนี้

- สีฟ้า ค่าฝุ่น PM 2.5 อยู่ที่ 0-25 มคก./ลบ.ม. คุณภาพอากาศอยู่ในระดับดีมาก เหมาะสำหรับการกิจกรรมกลางแจ้งและการท่องเที่ยว

- สีเขียว 26-37 มคก./ลบ.ม. คุณภาพอากาศระดับดี สามารถทำกิจกรรมกลางแจ้งและการท่องเที่ยวได้ตามปกติ

- สีเหลือง 38-50 มคก./ลบ.ม. คุณภาพอากาศระดับปานกลาง ประชาชนทั่วไปสามารถทำกิจกรรมกลางแจ้งได้ตามปกติ ส่วนผู้ที่ต้องดูแลสุขภาพเป็นพิเศษ หากมีอาการเบื้องต้น เช่น ไอ หายใจลำบาก ระคายเคืองตา ควรลดระยะเวลาการทำกิจกรรมกลางแจ้ง

- สีส้ม 51-90 มคก./ลบ.ม. คุณภาพอากาศเริ่มมีผลกระทบต่อสุขภาพ ประชาชนทั่วไป ควรเฝ้าระวังสุขภาพ ถ้ามีอาการเบื้องต้น เช่น ไอ หายใจลำบาก ระคายเคืองตา ควรลดระยะเวลาการทำกิจกรรมกลางแจ้ง หรือใช้อุปกรณ์ป้องกันตนเองหากมีความจำเป็น ส่วนผู้ที่ต้องดูแลสุขภาพเป็นพิเศษ ควรลดระยะเวลาการทำกิจกรรมกลางแจ้ง หรือใช้อุปกรณ์ป้องกันตนเองหากมีความจำเป็น ถ้ามีอาการทางสุขภาพ เช่น ไอ หายใจลำบาก ตาอักเสบ แน่นหน้าอก ปวดศีรษะ หัวใจเต้นไม่เป็นปกติ คลื่นไส้ อ่อนเพลีย ควรปรึกษาแพทย์

- สีแดง ค่าฝุ่น PM 2.5 ตั้งแต่ 91 มคก./ลบ.ม.ขึ้นไป คุณภาพอากาศอยู่ในระดับที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ ทุกคนควรหลีกเลี่ยงกิจกรรมกลางแจ้ง หลีกเลี่ยงพื้นที่ที่มีมลพิษทางอากาศสูง หรือใช้อุปกรณ์ป้องกันตนเองหากมีความจำเป็น และหากมีอาการทางสุขภาพควรปรึกษาแพทย์

เลิกระบิ : What, Why & How” โดยมี The Keys to Success คือ โรงพยาบาลสุโขทัย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลอุโมงค์ และจังหวัดนครปฐม ณ ห้องสัมมนา 4-6 ชั้น P3 อาคารเฉลิมพระบารมี ๕๐ ปี มีผู้เข้าร่วมจำนวน 50 คน (ภายในงานประชุมมหกรรมวิชาการฟ้าใส ปี 2567)

## “สารจากทีปรีกษา”

ศ. เกียรติคุณ นพ.อมร ลีลารัศมี  
โทร. 081-8304283

Email : amorn.lee@mahidol.ac.th



ในเดือนธันวาคม ปีที่แล้ว ก็ยังมีข่าวเกี่ยวกับการฉีดวัคซีน mRNA ทำให้เกิดเซลล์มะเร็งตับ 6 ชั่วโมงหลังจากนั้นทำให้เห็นว่า SARS-CoV-2 ไปแทรกเข้าไปในเมะเร็งเลือดขาวชนิดเฉียบพลัน รายที่ 3 เป็นเมะเร็งลำไส้กระจายไปที่ปอด แล้วไปกล่าวหาว่า วัคซีนโควิดทำให้เกิดผลร้ายเกิดโรคร้ายดังกล่าว ขอให้เลิกเชื่อได้เลย หากเป็นจริงเมื่อไร ผมจะรีบมาแจ้งข่าวให้พวกเราทราบเลยครับ ไม่กักไว้แน่ ในช่วงต้นปีนี้สมาชิกติดเชื้อไวรัสหลายตัวใหม่ครับ เช่น เชื้อไข้หวัดใหญ่ เชื้อโควิด-19 และยังมีเชื้อ RSV และเชื้อ human metapneumovirus (hMPV) หรือเปล่าครับ? เชื้อไวรัสกลุ่มนี้ก่อโรคในระบบทางเดินหายใจ บางรายก็ก่อโรคที่ระบบทางเดินหายใจส่วนบน ทำให้เกิดการ น้ำมูกไหล เจ็บคอ ถ้าเชื้อลุกลามลงมาในหลอดลมก็จะเริ่มไอ ไอแห้ง ๆ ไปจนถึงไอมีเสมหะ และหลอดลมอาจจะตีบตัว ทำให้หายใจลำบากซึ่งมักจะเกิดในเด็กเล็ก (มีเสียงหวีดหวิวขณะหายใจเข้า-ออก) และถ้าเชื้อเข้าไปถึงปอดจะทำให้เกิดปอดอักเสบ ระดับออกซิเจนในเลือดที่ปลายนิ้วลดต่ำกว่าร้อยละ 95 ได้ หายใจถี่ขึ้น-เร็วขึ้นกว่า 24 ครั้งต่อนาที เรามียาต้านไวรัสสำหรับเชื้อไข้หวัดใหญ่และเชื้อโควิด-19 ดังนั้น หากใครอยากจะหายไว ๆ ไม่อยากแพร่เชื้อให้ใครที่อยู่ใกล้ชิด อยากกลับไปทำงานเร็ว ๆ ไม่ว่าท่านจะฉีดวัคซีนมาก็เริ่มแล้วก็ตาม ให้ตัดสินใจกินยาต้านไวรัสตั้งแต่วันที่แรกที่รู้ ว่า ติดเชื้อ ท่านที่มีอาการไอ ไข้ ปวดเมื่อยตามตัว ให้ตรวจหาด้วยวิธี ATK ก่อนว่า เป็นโรคโควิด-19 หรือไม่? ถ้าใช่ ก็รีบกิน molnupiravir โดยเร็ว หากทำ ATK แล้วให้ผลลบ ให้ตรวจหาเชื้อไข้หวัดใหญ่ ตอนนี้มี kit ที่ตรวจได้ทั้ง COVID-19, influenza A และ B, RSV ด้วย (ราคาไม่ถึงร้อยต่อ kit ถ้าสั่งผ่าน shopee) ต้องแยงจมูกให้เป็นหนองนะครับ ถ้าเป็นไข้หวัดใหญ่ ให้รีบกินยา oseltamivir โดยเร็ว ตอนนี้ GPO มีขายทั้ง molnupiravir และ oseltamivir แล้ว ไข้จะหายใน 1-2 วัน ถ้ากินยาทันทีที่มีอาการและตรวจพบว่า ติดเชื้อโควิดหรือไข้หวัดใหญ่ บางทีอาการไข้หายตั้งแต่กินยาเม็ดแรกได้ 24 ชั่วโมงเลย ใช้วิธีกินยาเลยและหายเร็วเป็นวิธีช่วยยืนยันว่า การวินิจฉัยโรคถูกต้องและช่วยตนเองไว่ก่อนตามรัฐธรรมนูญ หากท่านไปโรงพยาบาลก็ต้องไปฟังการตัดสินใจของหมอหรือเจ้าหน้าที่ที่ทำตาม guideline เท่านั้น หมอสิทธิช่วยตนเองตามรัฐธรรมนูญ ถ้าเป็นเชื้อ RSV หรือ human metapneumovirus (hMPV) ก็จะไม่หายเร็วหลังกินยา molnupiravir หรือ oseltamivir แต่โรคจะหายเองใน 4-8 วัน ดังนั้นหากใครไม่ตรวจหาเชื้อมาก่อนและกินยา molnupiravir หรือ oseltamivir ทันทีหลังทราบว่า มีอาการแล้วไข้ไม่หายและอาการเท่าเดิมหรือเพิ่มขึ้นใน 2 วัน ให้หยุดกินยาต้านไวรัสได้ ผมจะเน้นย้ำการกินยาต้านไวรัสที่เราเชื่อว่า ถ้าตัดสินใจจะกินยา ต้องรีบกินยาเร็วที่สุด จนถึงวันนี้ ยังมีคนไข้ผม อายุ 75 ปีติดเชื้อโควิด-19 ทำ ATK บวกแล้ว ยังเชื่อว่ากินฟ้าทะลายโจรก่อนสัก 2-3 วัน ถ้ายังไม่หาย ค่อยมากินยา molnupiravir คนไข้รายนี้ส่งข่าวเรื่องนี้มาปรึกษาผม ทั้ง ๆ ที่ตนเองทำธุรกิจพันล้านบาท จ้างดารามาแสดงโฆษณาสินค้าของตนเองปีละ 10 ล้านบาทเป็นอย่างน้อย ยา molnupiravir ก็มีอยู่ที่บ้าน เมื่อวานนี้กินฟ้าทะลายโจรมา 1 คินแล้วตอนเช้าวันนี้ยังมีไข้ เจ็บคอ ปวดเมื่อยตามตัวอยู่ จึง line มาถามผม ผมต้องรีบตอบกลับไ้ว่า ให้กิน molnupiravir เร็วที่สุดคือ เดียวนี้เลย ไม่ต้องไปถามใครอีก เขายังงง เลย line โทรมาถามผมอีกว่า ต้องไป X-ray ปอดที่โรงพยาบาลด้วยไหม? ผมตอบกลับไ้ว่า ถ้าพูดใครคุยได้ยาว ๆ แบบนี้แล้วยังไม่เหนื่อยเลย ไม่ต้องไปเสียเวลา X-ray อีกแล้ว รีบกินยาเร็วที่สุดอย่างเดียวเท่านั้น ไม่ต้องเสียเวลาในเรื่องอื่นอีกนอกจากหยาบยา molnupiravir มากินเลยให้ไ้ได้ ก็เท่านั้นแหละ ญาติที่แนะนำคนไข้ผมรายนี้ให้กินฟ้าทะลายโจร ไม่ทราบว่ายังหวังจะสืบทอดมรดกการขายสินค้าของเพื่อนผมหรือเปล่า? คนไข้ผมรายนี้ก็กลับมากิน molnupiravir อาการก็ทุเลาใน 3 วันเลย 🍀

## “ข่าวจากหัวหน้าบรรณาธิการ จพสท.”

ศ.นพ.อภิชาติ จิตต์เจริญ  
โทร. 082-689-9666



สวัสดีครับสมาชิกวารสาร จพสท. ในวาระดิถีขึ้นปีใหม่ขออวยพรแต่สมาชิกของวารสาร จพสท. ทุกท่านจงประสบแต่ความสุข สมหวังในสิ่งที่ตั้งใจ มีสุขภาพที่แข็งแรง ตลอดปี 2567 นี้และตลอดไป ครับ

ในช่วงปีใหม่นี้จะพบการระบาดของเชื้อโควิด-19 มีจำนวนมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ทำให้ผู้ป่วยที่ติดเชื้อโควิด-19 มีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและยอดผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาในโรงพยาบาลพบว่าเพิ่มขึ้นมากตามไปด้วย ซึ่งจะพบเหตุการณ์นี้อยู่เสมอในช่วงเทศกาลงานฉลองต่างๆ เป็นระยะๆ ตามรอบเวลาในแต่ละช่วงเทศกาล ดังนั้นการใช้ชีวิตด้วยความระมัดระวังและใช้หน้ากากอนามัยยังคงเป็นสิ่งจำเป็น ประกอบกับช่วงนี้ค่าฝุ่น PM 2.5 มีค่าสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องในประเทศไทย ยิ่งทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพของเรอย่างต่อเนื่อง จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่เราควรจะต้องใช้หน้ากากอนามัยที่สามารถป้องกันเชื้อไวรัสและป้องกันฝุ่น PM 2.5 ด้วยในเวลาเดียวกัน

ในส่วนของวารสาร จพสท. ขณะนี้เรากำลังพัฒนาและปรับเปลี่ยนหน้าเว็บไซต์ของวารสารใหม่อยู่ครับ เพื่อให้ทันสมัยมากขึ้นและเข้าถึงเว็บไซต์ของวารสารได้ง่ายขึ้น โดยคาดว่าจะนำมาใช้ได้ในช่วง 2-3 เดือนข้างหน้านี้ เพื่อให้สมาชิกของวารสาร จพสท. สามารถเข้าถึงและใช้งานเว็บไซต์ได้อย่างสะดวกต่อไป หากท่านมีความต้องการให้ทางวารสาร จพสท. ช่วยเหลือในด้านวารสารอย่างไรสามารถติดต่อมาทางกองบรรณาธิการได้เลยครับที่เบอร์โทรศัพท์ 02-716-6102 หรือ 02-716-6962 ครับ 🍀

## “คุยกับหมอชุมศักดิ์”

พล.ต.ต.นพ.ชุมศักดิ์ พงษ์พานิช  
โทร. 085-188-8173



### สุขภาพจิตแพทย์รุ่นใหม่

หนึ่งในภารกิจเร่งด่วนที่นายกแพทยสมาคมฯ ท่านใหม่ มุ่งเน้นที่จะร่วมแก้ไขแก้สังคมแพทย์คือ เรื่องของความเครียดทางสุขภาพจิตของแพทย์รุ่นใหม่ที่ได้รับผลกระทบจากการปฏิบัติงานจนลาออกจากการทำงาน หรือฆ่าตัวตายสำเร็จไปแล้วก็มี ท่านนายก ศ.ดร.นพ.ประกิจพันธุ์ ทมิตตพงศ์ จึงได้จับมือกับหนึ่งในกรรมการผู้เข้มแข็งคือ พญ.รังสิมา แสงศิริวัฒนา หรือหมออ้อย ร่วมเดินทางไปประชุมกับกรมสุขภาพจิต และหมออ้อยได้มีจิตศรัทธา ตั้งงบประมาณถึง 2 ล้านบาทเพื่อดำเนินโครงการแก้ปัญหาการฆ่าตัวตายของแพทย์รุ่นใหม่ ทั้งนี้เพื่อจะได้พยายามรักษาแพทย์ไว้ในระบบ อีกทั้งเตรียมโครงการวิจัยเพื่อเพิ่มความสุขในการทำงานของแพทย์ทั้งระบบ

ในเวลาไล่เลี่ยกันทางกรมสุขภาพจิตก็มีแนวคิดที่จะตั้งกองทุนสุขภาพจิต โดยอาจจะดึงเงินจากคดีอาชญากรรมเข้ามาลงทุนเพื่อใช้ในการบำบัดผู้ป่วยจิตเวชอย่างมีประสิทธิภาพ แก้ปัญหาบางประมาณไม่เพียงพอเนื่องจากปัจจุบันมีงบประมาณที่ใช้อยู่แล้วผู้ป่วยกลุ่มนี้เฉลี่ยเพียงรายละ 50 บาท ในขณะที่สากลเฉลี่ย 250 บาทต่อคน

สุขภาพเป็นปัญหาที่สลับซับซ้อน และจะต้องใช้ความพยายามอย่างเต็มที่ เพื่อให้ได้เห็นผลในระยะยาว 🍀

A portrait of a man with grey hair and glasses, wearing a dark suit, white shirt, and red tie. He is looking directly at the camera. A small circular emblem is visible on his left lapel.[illegible]