

ขอให้ถือผลประโยชน์ส่วนตัวเป็นที่สอง
ประโยชน์ของเพื่อนมนุษย์เป็นกิจที่หนึ่ง
ลาภทรัพย์และเกียรติยศจะตกมาแก่ท่านเอง
ถ้าท่านทรงธรรมะแห่งอาชีพไว้ให้บริสุทธิ์

อินทพร

นโยบายปีงบประมาณ 2567

- ▶ นโยบาย รมต.กระทรวงสาธารณสุข
- ▶ นโยบาย ท่านปลัดกระทรวงสาธารณสุข
- ▶ วิสัยทัศน์โรงพยาบาล
- ▶ ทิศทางเข็มมุ่งโรงพยาบาลพิชัย 2567



นโยบาย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2567

10 นโยบายเน้นหนัก
ยกระดับ 30 บาทรักษาทุกโรค
Quick Win 100 วัน

(ร่าง เติร์ยมเสนอต่อ ครม.)



1 โครงการพระราชดำริฯ/
เฉลิมพระเกียรติ/ ที่เกี่ยวเนื่องกับ
พระบรมวงศานุวงศ์

- โครงการราชทัณฑ์เป็นสุขฯ
เครื่องช่วยราชทัณฑ์เป็นสุขฯ ต้นแบบ เขตสุขภาพละ 1 เครื่องช่วย
- โรงพยาบาลอัจฉริยะต้นแบบ (sws./swท.)

2 sw. กทม.
50 เขต 50 sw.
และปริมณฑล



- จัดตั้ง sw. 120 เต็ม ในเขตตอนเมือง / อ.เมือง จ.เชียงใหม่



3 สุขภาพจิต/
ยาเสพติด

- จัดตั้งศูนย์มีบัตรสัญญาตี๋
ดูแลผู้ป่วยจิตเวชและ
ยาเสพติด ทุกจังหวัด

4 มะเร็ง
ครบวงจร



- ให้วัคซีน HPV ในหญิง
อายุ 11 – 20 ปี 1 ล้านโดส

5 สร้างขวัญ
และกำลังใจ
บุคลากร

- มี CareD+ Team ในหน่วยบริการทุกระดับ
- บรรจุพยาบาล 3,000 ตำแหน่ง
- กำหนดตำแหน่งพยาบาล
ชำนาญการพิเศษ
- แพทย์ลาเรียน ได้รับการยกเว้น
ได้เลื่อนเงินเดือนระหว่างลาศึกษาต่อ



6 สถานชิวากิบาล



- จัดตั้งสถานชิวากิบาล
เขตสุขภาพละ 1 แห่ง

7 บัตรประชาชน
ใบเดียวรักษาทุกที่

- บัตรประชาชนใบเดียว
รักษาได้ทุกที่ 4 เขตสุขภาพ
- 200 sw.อัจฉริยะ ทั่วประเทศ



8 ส่งเสริมการมีบุตร

- บรรจุเป็นวาระแห่งชาติ
บูรณาการร่วมกับ
ภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง



9 เศรษฐกิจสุขภาพ

- Blue Zone (NAN MODELS &
CITY MODELS) เมืองสุขภาพดี
วิถีชุมชน คนอายุยืน



10 นวัตกรรมที่
ปลอดภัย

- One Region
One Sky Doctor

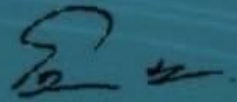


ท ท ท

ทำ กันที

ทำ ต่อเนื่อง

ทำ และพัฒนา



นายแพทย์โอภาส การย์กวินพงศ์
ปลัดกระทรวงสาธารณสุข



นโยบาย 4T

- ▶ **Trust** สร้างความเชื่อ ศรัทธา (ให้ผู้รับบริการ HA & Service mild)
- ▶ **Teamwork and Talent** การทำงานเป็นทีม สร้างบุคลากรที่มีความสามารถตามลักษณะงานเป้าหมาย
- ▶ **Technology** เทคโนโลยีดิจิทัล ใบบีโอเทคโนโลยี
- ▶ **Tarket** เป้าหมายชัดเจน (วิสัยทัศน์ โรงพยาบาลพิชัย)



ในวันที่ 3 ต.ค.นี้ จะมีการถ่ายทอดนโยบายหลักๆ คือ
ให้ รพ.ประเมินศักยภาพทางการเงิน และให้ลงทุนด้วยงบบำรุง
ตามความจำเป็นของแต่ละแห่ง ไม่ว่าจะเป็นการสร้างอาคาร
จอดรถ ปรับปรุงบ้านพักเจ้าหน้าที่ที่มีความทรุดโทรม
รวมทั้งให้ รพศ.รพท. ตั้ง “**กลุ่มงานดิจิทัลทางการแพทย์**”
เพื่อการบริการปชช. ลดเวลารอคิว ลดความแออัด

ที่มา : นพ.โอภาส การย์กวินพงศ์ ปลัดกระทรวงสาธารณสุข วันที่ 1 ต.ค.65





วิสัยทัศน์โรงพยาบาลพิชัย

“ภาคีเครือข่ายสุขภาพ (อปท./ หน่วยราชการ / เอกชน / ชมรมฯ / องค์กรอิสระ / อสม. / ประชาชน)

บริหารตามหลักธรรมาภิบาล (กฎหมาย ระเบียบฯ วินัยราชการ จริยธรรม/จรรยาบรรณวิชาชีพ)

บริการได้มาตรฐาน (ความรู้ทันสมัย มาตรฐานการปฏิบัติงาน มาตรฐานวิชาชีพ จริยธรรม/จรรยาบรรณวิชาชีพ)

ประชาชนสุขภาพดีพึ่งตนเองได้อย่างยั่งยืน”

หลักคุณธรรมประจำใจ

ซื่อสัตย์ : ต่อตนเอง ต่อหน้าที่ ต่อวิชาชีพ และองค์กร

รับผิดชอบ : งานที่ได้รับมอบหมาย รู้หน้าที่ของตนเอง
และปฏิบัติอย่างถูกต้อง

สามัคคี : มีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

มีน้ำใจ : ให้กับผู้รับบริการ เพื่อนร่วมงานและทุกคน

หลักคุณธรรมประจำใจ

อัตลักษณ์โรงพยาบาลพิชัย

“ ซื่อสัตย์ รับผิดชอบ สามัคคี มีน้ำใจ ”

- ▶ **ซื่อสัตย์ต่อ** ตนเอง หน้าที่ วิชาชีพ และ องค์กร
- ▶ **รับผิดชอบ** ในงานที่ได้รับมอบหมาย รู้หน้าที่ของตนเองและปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง
- ▶ **สามัคคี** มีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน
- ▶ **มีน้ำใจ** ให้กับผู้รับบริการ เพื่อนร่วมงานและทุกคน

ค่านิยมและแนวคิดหลักในการทำงาน

1. ยึดผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง (Patient and Customer Focus)
2. สร้างคุณค่าคนทำงาน (Value on Staff)
3. ผู้นำมีวิสัยทัศน์ (Visionary Leadership)
4. พัฒนาคุณภาพต่อเนื่อง (Continuous Process Improvement)
5. รับผิดชอบเรื่องที่ได้รับมอบหมาย (Empowerment)

แนวคิดหลักและค่านิยมในการปฏิบัติงาน

- ▶ ยึดผู้ป่วยและผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง (Patient and Customer Focus)
- ▶ สร้างคุณค่าคนทำงาน (Value on Staff)
- ▶ ผู้นำมีวิสัยทัศน์ (Visionary Leadership)
- ▶ พัฒนาคูณภาพอย่างต่อเนื่อง (Continuous Process Improvement)
- ▶ รับผิดชอบเรื่องที่ได้รับมอบหมาย (Empowerment)

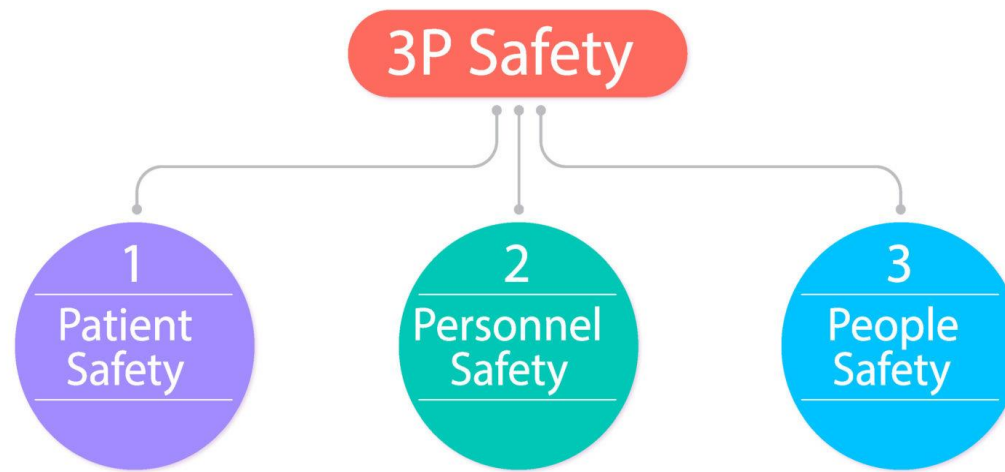
เรื่องแจ้งนโยบายและการดำเนินการ

- ▶ การลงทุนเพื่อการพัฒนาสถานบริการ ประเด็น E – M – S [Environment – Modernization – Smart Service & **Service mild**]
- ▶ การพัฒนาคุณภาพโรงพยาบาลตามมาตรฐาน HA
- ▶ การพัฒนาโรงพยาบาลตามนโยบายโรงพยาบาลอัจฉริยะร่วมกับการพัฒนาให้เป็นสถานบริการภาครัฐสะดวก (GECC : Government Easy Contact Center)

เพิ่มมุ่งการพัฒนาโรงพยาบาลเวชศาสตร์เขตร้อน
ประจำปีงบประมาณ 2565

To be TropMed 3P Safety

เขตร้อนมุ่งให้ผู้ป่วย บุคลากร และประชาชนปลอดภัย



ทิศทาง / เข้มมุ่ง โรงพยาบาลพิชัย ปี 2567

- ▶ โรงพยาบาลต้นแบบเศรษฐกิจพอเพียง ประหยัด คุ่มค่า ลดการใช้ยากลุ่มโรคเรื้อรัง (NCDs Clinic คุณภาพ / DM Remission / HT cover & Remission / Reduce AE COPD & PM2.5)
- ▶ โรงพยาบาลอัจฉริยะ / SMART Service & Service Mild
- ▶ โรงพยาบาลสีเขียว โรงพยาบาลต้นแบบการจัดการขยะ
- ▶ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ บุคลากรต้นแบบสุขภาพกาย-ใจ
- ▶ พัฒนาการดำเนินงานของโรงพยาบาลพิชัยจากหลักการค้นหาความเสี่ยง

4R

หลักการง่าย ๆ
ในการใช้วัสดุให้คุ้มค่าที่สุด

 **Reduce**
ลดการใช้

ลดการใช้ถุงพลาสติก
หันมาใช้ถุงผ้าทดแทนดีกว่า

 **Reuse**
ใช้ซ้ำ

หากต้องใช้ถุงพลาสติก
ใช้แล้วเก็บไว้ใช้ซ้ำได้

 **Replace**
รีไซเคิลทดแทน

ลองเปลี่ยนมาใช้ผลิตภัณฑ์ที่ทำ
จากธรรมชาติแทนพลาสติก

 **Recycle**
นำกลับมาใช้ใหม่

นำของที่ไม่ใช้แล้วไปให้
โรงงานรีไซเคิล



7 ประเภทพลาสติก ควรแยก ก่อนทิ้ง



PETA

(POLYETHYLENE
TEREPHTHALATE)

เช่น ขวดน้ำดื่ม
ขวดน้ำมันพืช



PP

(POLYPROPYLENE)
เช่น ฝาขวด
ฝายา



HDPE

(HIGH-DENSITY
POLYETHYLENE)
เช่น ถุงพลาสติก
ถังขยะ ขวดแชมพู



PS

(POLYSTYRENE)
เช่น ถ้วย จาน
กล่องพลาสติก



LDPE

(LOW-DENSITY
POLYETHYLENE)
เช่น ถุงใส่ของ
ถุงบรรจุอาหารแช่แข็ง



PVC

(POLYVINYL
CHLORIDE)
เช่น ท่อน้ำประปา
ฉนวนหุ้มสายไฟ



OTHER

(พลาสติกอื่นๆ)
เช่น ปากกา
หมวกนิรภัย



รู้หรือไม่?

ขยะเหล่านี้ ใช้เวลาดักปี

กว่าจะย่อยสลาย



ผัก ผลไม้
5 วัน - 6 เดือน



เศษกระดาษ
2 - 5 เดือน



กล่องนม
เคลือบพลาสติก
5 ปี



รองเท้าหนัง
25 - 40 ปี



กระป๋อง
80 - 100 ปี



ถุงพลาสติก
450 ปี



ผ้าอ้อมสำเร็จรูป
450 - 500 ปี



กล่องโฟม
ไม่ย่อยสลาย
ควหลีกเลี่ยงการใช้

เรื่องขอความร่วมมือ จาก รักษาการผู้อำนวยการฯ

“หลักการปฏิบัติงานร่วมกันของบุคลากรโรงพยาบาลพิชัย”

- ▶ ทำงานร่วมกันเป็นทีม เน้นการมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติงาน โดยให้เกียรติซึ่งกันและกัน “ **เคารพกันตาม
วัย เกรงใจกันตามหน้าที่** ”
- ▶ พัฒนาบุคลากรทุกระดับให้เป็น คนเก่ง คนดี คนที่มีสุขภาพกายใจแข็งแรงและมีความสุข เป็นต้นแบบที่
ดีด้านสาธารณสุขและสุขนิสัย
- ▶ ตรงต่อเวลา แต่งกายเรียบร้อย สร้างความมั่นใจและศรัทธาของผู้รับบริการ
- ▶ ให้บริการที่ได้คุณภาพมาตรฐานวิชาชีพและมาตรฐานที่เกี่ยวข้อง เน้น 3P Safety
- ▶ ปฏิบัติตามระเบียบฯ วินัยราชการ และมาตรฐานวิชาชีพ โดยเคร่งครัด
- ▶ สร้างสิ่งแวดล้อมของโรงพยาบาลตามมาตรฐาน /นโยบาย EMS / GREEN and CLEAN / Healthy
workplace / มาตรฐาน 9 ด้าน ของ สบส. / โรงพยาบาลอัจฉริยะ และอื่นๆ ให้เป็นสถานที่ทำงานที่
สะอาด เป็นระเบียบและได้มาตรฐาน

เรื่องขอความร่วมมือ จาก รักษาการผู้อำนวยการ “หลักการปฏิบัติงานร่วมกันของบุคลากร โรงพยาบาลพิชัย”

- ▶ บริหารจัดการตามระเบียบฯ ที่เกี่ยวข้อง เป็นระบบ โดยใช้ทรัพยากร คน เงิน ของและเวลาอย่างมีประสิทธิภาพและเป็นธรรม ชัดเจน โปร่งใส
- ▶ พัฒนาระบบข้อมูลและเทคโนโลยีสารสนเทศอย่างต่อเนื่อง บุคลากรทุกท่านต้องพัฒนาความสามารถด้านเทคโนโลยี รองรับโรงพยาบาลอัจฉริยะ / SMART Hospital
- ▶ มุ่งส่งเสริมป้องกันโรคและภัยสุขภาพ ให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดีตามกลุ่มวัย มี Health Literacy ที่ดี และถูกต้อง โดยมีบุคลากรทุกระดับทำหน้าที่เป็น Coaching / Good Trainer รองรับสังคมผู้สูงอายุ
- ▶ พัฒนาโรงพยาบาลพิชัยอย่างต่อเนื่องบนพื้นฐานข้อมูลที่ต้องการ

ทิศทางและเป้าหมาย(ภาพฝัน)โรงพยาบาลพิชัย

- ▶ บุคลากรโรงพยาบาลพิชัยทุกท่านร่วมพัฒนาศักยภาพโรงพยาบาลพิชัยให้เป็นโรงพยาบาลชุมชนขนาดใหญ่ที่สวย สะอาด เป็นระเบียบรักษาตามมาตรฐาน สามารถให้บริการทางการแพทย์ในสาขาหลัก เช่น อายุรกรรม กุมารเวชกรรม เวชศาสตร์ครอบครัว จิตเวชและยาเสพติดฯ แก่ประชาชนอำเภอพิชัยและอำเภอใกล้เคียงแบบญาติมิตรและเกิดความพึงพอใจ ด้วยเทคโนโลยีการให้บริการที่ปลอดภัย ทันสมัย ทันกาล สะดวก รวดเร็ว โดยบุคลากรโรงพยาบาลพิชัยทุกท่านมีความสุข มีสุขภาพกาย สุขภาพใจที่แข็งแรงสมบูรณ์ มีน้ำใจ มีความปรองดองเอื้ออาทร เป็นที่ปรึกษาทางด้านสุขภาพ รวมถึงเป็นต้นแบบด้านสุขภาวะที่ดีแก่ผู้รับบริการ

ใส่ใจ 3 อ



อ.อาหาร

ลดอาหารไขมันสูง
ลดอาหารเค็ม
หรือมีเกลือโซเดียมสูง



อ.ออกกำลังกาย

เดินเร็วอย่างน้อย 30 นาที/วัน
5 ครั้ง/สัปดาห์



อ.อารมณ์

ผ่อนคลายลดความเครียด
นอนพักผ่อน
หรือพบปะเพื่อนฝูง

บอกลา 2 ส



ส.สูบบุหรี่

- ไตรปรีกษา 1600
หรือปรีกษสถานบริการ
สาธารณสุขใกล้บ้าน

ส.สุรา

- ลดการดื่มแอลกอฮอล์



ที่มา : คู่มือการประเมินโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด สำหรับอาสาสมัครสาธารณสุข (2559)



พักผ่อน

8

=

ทำงาน

8

=

ชีวิตส่วนตัว

8

สูตรลับช่วย SME

สร้าง Work Life Balance



LIVE⁺

สูตรกินจิต ยืดชีวิต

ไม่กินน้ำตาลเกิน



6

ช้อนชา
/วัน

ไม่กินน้ำมันเกิน



6

ช้อนชา
/วัน

ไม่กินเกลือเกิน



1

ช้อนชา
/วัน

+

น้ำข้าวอินทรีย์แอนโทพลัส
ดื่มแล้วสุขภาพดี น้ำตาล 0%



Antho-PLUS⁺

ลดพุง ลดโรค



2:1:1
เคล็ดลับพิชิตพุง



ออกกำลังกาย

ช่วยเพิ่มศักยภาพการทำงานของ
หัวใจ ปอด และ
ระบบไหลเวียนของเลือด

ควรออกกำลังกายเป็นประจำ



ออกกำลังกายแบบ F.I.T.T. ดียังไง?



F.I.T.T.เกิดจากการนำตัวอักษรทั้ง 4 คำมารวมกัน ได้แก่

F-FREQUENCY คือ ความถี่ในการออกกำลังกายในแต่ละสัปดาห์ เช่น 3 วันต่อสัปดาห์

I-INTENSITY คือ ความหนักเบาในการออกกำลังกายขึ้นกับระดับ MHR และ HRR ของแต่ละคน

T-TIME คือ ระยะเวลาในการออกกำลังกาย เช่น 50 นาที

T-TYPE คือ ประเภทในการออกกำลังกาย เช่น การวิ่ง



การออกกำลังกาย

มี 3 ชนิด

1 การออกกำลังกายแบบ แอโรบิก (aerobic training)

การเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อขนาดใหญ่อย่างต่อเนื่อง มีผลดีต่อระบบหัวใจและปอด เช่น เดิน วิ่ง เต้นแอโรบิก ว่ายน้ำ ปั่นจักรยาน



2 การออกกำลังกายแบบ มีแรงต้าน (resisted training)

เป็นการเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ เช่น การยกน้ำหนัก ชิกอ็อป นั้ยกขา นอนยกขา นอนยกเอว

3 การออกกำลังกายแบบ เพิ่มความยืดหยุ่นช่วงกล้ามเนื้อ (flexibility training)

เสริมสร้างความยืดหยุ่นและการทรงตัว เช่น โยคะ โทเทีก โทชี รำมวยจีน



1772

www.phyathai.com

Enrich Your Life with Our Passion

พญาไท 3
PHYATHAI 3

เพชรเกษม 19