



จดหมายคุณแพทย์บ่าว สำนักวิชาการแพทยบูรณาการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

SIM-NEWS

School of Integrative Medicine - MFU

October-December 2021 ● ISSUE ● <https://im.mfu.ac.th/im-index.html>



NEWSLETTER

TABLE OF CONTENTS

Meet the Dean • P. 2

Back 2 MFU • P. 2

แนะนำ TA • P. 2

NEW RESEARCH • P. 3

Blended Learning • P. 3

New Lecturer • P. 4

กิจกรรมทำบุญ • P. 4

บริการวิชาการ • P. 5

SIM Live • P. 5

SIM Staff Rewards • P. 6



Monkey FLOWER



ดอกไม้ประจำคณะ

ประกวดบานแล้ว
บรรยากาศแห่งความสุขและภาคภูมิใจกำลังจะกลับมา
พร้อมต้อนรับ... "บัณฑิตลูกแม่ฟ้าฯ กลับบ้าน"
สู่พิธีการอันทรงเกียรติ 'พิธีพระราชทานปริญญาบัตร'
ประจำปีการศึกษา 2562

#WelcomeHome #MFUNewNormal
#MFUCommencementCeremony2022
#MFUgraduation



MEET THE DEAN

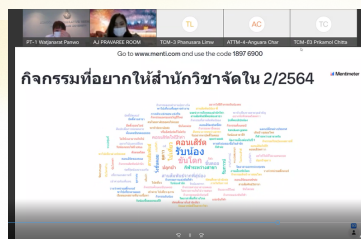
การเตรียมความพร้อม ก่อนเปิดภาคเรียน
ภาคเรียนการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2564

เมื่อวันที่จันทร์ 27 ธันวาคม 2564 อ.ดร.แพทยหญิง สุลลดา น้อยประเสริฐ คณบดีสำนักวิชาการแพทยบูรณาการ และคณาจารย์ของทุกหลักสูตรได้ร่วมกันให้ความรู้การเตรียมตัวของนักศึกษาก่อนเข้าสูการเรียนในภาคเรียนที่ 2/2564 ที่เป็นรูปแบบของ onsite และ blended learning โดยมุ่งเน้นเรื่องมาตรการต่างๆ ในการป้องกันการติดเชื้อ COVID-19 ที่ทางมหาวิทยาลัยได้ดำเนินการพร้อมตอบข้อซักถามต่างๆของนักศึกษา โดยมีนักศึกษาจากทุกชั้นปี ทุกสาขาวิชาเข้าร่วมโดยพร้อมเพรียงกัน



อ.ดร.พญ.สุลลดา น้อยประเสริฐ
คณบดีสำนักวิชาการแพทยบูรณาการ

ภาพประกอบกิจกรรม
MEET THE DEAN



BACK 2 MFU School

“ ยินดีต้อนรับนักศึกษาสำนักวิชาการแพทยบูรณาการทุกคนสู่มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่เพิ่งได้เข้ามายังมหาวิทยาลัยเป็นครั้งแรก ขณะนี้ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยได้เริ่มต้นขึ้นอีกครั้ง ถึงแม้ในขณะนี้ สถานการณ์โรคระบาด COVID-19 จะยังคงอยู่กับเราไม่หายไปไหน ทำให้ทางมหาวิทยาลัยได้มีการจัดวางมาตรการป้องกันต่างๆไว้ในทุกจุด ตั้งแต่การเข้าพื้นที่ไปจนถึงหอผู้ป่วยในการพักรักษาตัว อาจารย์ขอให้ทุกคนปฏิบัติตามคำแนะนำต่างๆอย่างเคร่งครัด เพื่อที่เราจะได้ร่วมมือกันผ่านพ้นสถานการณ์นี้ไปได้ โดยเรียนรู้ไปด้วยกันและสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข ถึงแม้ว่า วิธีการใช้ชีวิตของพวกเราทุกคนจะไม่เหมือนเดิมอีกต่อไป แต่ชีวิตก็ต้องดำเนินต่อไป ในรูปแบบใหม่ที่เรารู้จักกันในชื่อว่า วิธี New Normal ท้ายนี้ อาจารย์ขอให้นักศึกษาทุกคนอยู่ภายใต้รั้วมหาวิทยาลัยแห่งนี้ได้อย่างมีความสุข เก็บเกี่ยวประสบการณ์ในชีวิตมหาวิทยาลัยให้ได้มากที่สุด และขอให้ทุกคนมีสุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บ ไม่ไข้ ครับ ”

ผศ.ดร.วิศรุต บุตรธากาส (อ.บอล)

มุมมองของ TA สุดตัวซ

พ.ท.ป. ธีระ โชติ อุ๋หะอก

"สวัสดีครับ น้อง ๆ นักศึกษา เจ้าหน้าที่และอาจารย์ สำนักวิชาการแพทยบูรณาการ พี่ชื่อ กันต์ ครับ ช่วยดูแลการเรียนการสอนในภาคปฏิบัติการของรายวิชาแพทย์แผนไทยประยุกต์ และดูแลรายการวัสดุครุภัณฑ์ของห้องปฏิบัติการสาขาวิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ ยินดีที่ได้รู้จักทุกคนครับ สำหรับบุคลากรที่มีคำถามหรือข้อสงสัย เกี่ยวกับการเรียนการสอนในภาคปฏิบัติการของรายวิชาแพทย์แผนไทยประยุกต์ หรือวัสดุครุภัณฑ์ของห้องปฏิบัติการสาขาวิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ สามารถเข้ามาปรึกษา กันต์ได้เลยนะครับ โดยสามารถเข้ามาติดต่อได้ที่ อาคาร E3A ชั้น 4 สำนักวิชาการแพทยบูรณาการ โทรศัพท์ 0-5391-6610 หรือ email : terachot.un-@mfu.ac.th ครับ"



A study on dysmenorrhea in female undergraduate students at Mae Fah Luang University applying the Mahachotarat scripture of Thai traditional medicine

Phanida Wamontree ^{1,*}, Titipaphat Wiangchai ¹, Thikhamporn Khumlue ¹, Napatsorn Somboon ¹, Supunsa Deepas ¹, Khongdet Phasinam ² and Dowroong Watcharinrat ³

¹Applied Thai Traditional Medicine, School of Integrative Medicine, Mae Fah Luang University, Chiang Rai, THAILAND

²Faculty of Food and Agricultural Technology, Pibulsongkram Rajabhat University, Phitsanulok, THAILAND

³Division of Education Administration, Faculty of Education, Kasetsart University, Bangkok, THAILAND

Email: Phanida.wam@mfu.ac.th

Abstract

This study aimed to examine dysmenorrhea in terms of pain intensity, symptoms, and self-care techniques prior to and during the menstrual period applying the theory in the 'Mahachotarat' scripture of Thai traditional medicine. The participants were 382 female undergraduate students in the first semester of the academic year 2019 at Mae Fah Luang University, Chiang Rai, Thailand. The data were collected using survey questionnaires to assess the participants' feeling of pain, symptoms based on the Mahachotarat scripture, and self-care techniques to reduce the severity of symptoms prior to and during their menstrual period. According to the findings, a majority of the participants experienced mild to perceptible pain prior to and during their menstrual period accompanied by mood(heart)-related symptoms (71.0% and 71.5%), followed by tendon-related symptoms (65.7% and 70.2%), emotion(bile)-related symptoms (55.2% and 53.7%), bone-related symptoms (51.8% and 53.1%), and skin-related symptoms (50.8% and 52.9%). In terms of their self-care techniques, most of the participants reported alleviating pain by practicing acupressure (88.7% and 86.9%), followed by refraining from taking analgesics (87.2% and 85.3%), massaging painful spots with a hot compress together with drinking a hot beverage (52.6% and 51.8%), and taking a rest (79.1% and 72.8%).

Keywords: Dysmenorrhea, theory of Thai traditional medicine, undergraduate students, mahachotarat scripture

อ.ดร.พทป.ภนิดา วามอนตรี

คู่มือฉบับนี้ของแนะนำงานวิจัย เรื่อง การศึกษาการปวดประจำเดือนตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทยในคัมภีร์มหาโชตรัตกับนักศึกษา มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ของ อาจารย์ พทป.ดร.ภนิดา วามอนตรี สาขาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ เป็นการนำองค์ความรู้ของการแพทย์แผนไทยมาประกอบการอธิบายความเป็นไปของภาวะปวดประจำเดือน ซึ่งจะเป็นแนวทางที่ดีสำหรับการวางแผนการรักษาของแพทย์แผนไทยในอนาคต สามารถไปหาอ่านกันเพิ่มเติมได้ที่ <https://www.nveo.org/index.php/journal/article/view/741>

Blended Learning

การเรียนรู้แบบผสมผสาน

ในยุคชีวิตวิถีใหม่ (New Normal)

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อ COVID-19 ที่ยาวนานกว่า 2 ปีส่งผลให้ประชากรทั่วโลกเข้าสู่วิถี New Normal ในทุกๆ ด้าน รวมไปถึงด้านการศึกษาด้วย จึงได้มีการนำการเรียนรู้แบบผสมผสาน (Blended Learning) มาเป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการจัดการเรียนการสอน ซึ่งการเรียนรู้แบบผสมผสานนั้นเน้นการผสมผสานรูปแบบการเรียนรู้ที่หลากหลาย อ้างอิงตามแนวคิดของ Graham, Allen and Ure (2003) กล่าวไว้ว่าการเรียนรู้แบบผสมผสาน แบ่งออกเป็น 3 มิติ คือการผสมผสานการสอนผ่านสื่อการสอน การผสมผสานวิธีการเรียนการสอน และการผสมผสานระหว่างการสอนแบบเผชิญหน้ากับการสอนออนไลน์โดยผู้สอนจะต้องกำหนดรูปแบบวิธีการสอนที่หลากหลาย รับผิดชอบต่อผู้ฝึกและผู้สนับสนุน ซึ่งจะสามารถกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความอยากเรียนรู้ด้วยตนเอง สร้างแรงจูงใจ และเสริมทักษะที่จำเป็นให้แก่ผู้เรียน ผ่านการใช้สื่อเทคโนโลยีต่างๆ เข้ามาร่วม เพื่อให้ผู้เรียนสามารถบรรลุเป้าหมายในการเรียนรู้ที่สำคัญได้แม้อยู่ในยุคชีวิตวิถีใหม่ก็ตาม ฉะนั้นภาคเรียนนี้ นักศึกษาแต่ละคนจะได้พบกับการเรียน รวมถึงการสอบวัดประเมินผล ทั้งแบบ onsite และ online แล้วแต่วัตถุประสงค์ของแต่ละวิชา ซึ่งเป็นสิ่งใหม่และอาจจะต้องใช้การปรับสัณนิค แต่อาจารย์มั่นใจว่านักศึกษาทุกคนของอาจารย์เป็นผู้ที่เรียนรู้ได้ไว และมีความพร้อมรับมือความเปลี่ยนแปลงต่างๆ เหล่านี้ ได้เป็นอย่างดี



อ.พว.รักษิสุดา ทานักิจ
(อ.แสดมบี)

信心来自于实力，
实力来自于勤奋

เป็นกำลังใจให้คณะ
加油！

WELCOME NEW LECTURER



อ.พจ.วชิราภรณ์ ผดุงเกียรติวงศ์ (อ.มิลค์)
สาขาวิชาการแพทย์แผนจีน

สาขาที่เชี่ยวชาญ

- การฝังเข็ม ยาจีน รักษาโรคข้อและรูมาติสซั่ม
- การดูแลฟื้นฟูสุขภาพแบบองค์รวม

วิชาที่สอน: ยาจีน การดูแลรักษาสุขภาพแบบแพทย์แผนจีน ศัพท์แพทย์แผนจีน

“ยินดีที่ได้มีโอกาสมาร่วมงานกับสำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ และได้รับการต้อนรับที่อบอุ่น หวังว่าจะได้มีโอกาสเรียนรู้จากคุณอาจารย์และทีมงานทุกท่าน และได้นำความรู้ที่เรียนมามาปรับใช้ประยุกต์ และพัฒนาเพื่อประโยชน์ในวิชาชีพต่อไปค่ะ”



อ.ดร.กญ.พัชรารัตน์ สุวรรณรัตน์ (อ.แพรว)
สาขาวิชากายภาพบำบัด

สาขาที่เชี่ยวชาญ

- กายภาพบำบัดในผู้สูงอายุ
- กายภาพบำบัดในชุมชน
- กายภาพบำบัดในผู้ป่วยระบบประสาท

วิชาที่สอน: กายภาพบำบัดในผู้สูงอายุ การบำบัดผู้ติดบุหรี่ การวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ

“ความเข้าใจ: รู้สึกดีใจและยินดีที่ได้มีโอกาสเข้ามาทำงานกับคณาจารย์ และเจ้าหน้าที่ทุกท่านที่สำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ จะพยายามทำงานให้ดีที่สุดนะคะ ยังไงก็ขอฝากเนื้อฝากตัวกับทุกท่านด้วยค่ะขอบคุณมากค่ะ”

กิจกรรมทำบุญ สวดและวัฒนธรรม



น้อมรำลึกถึงพระมหากษัตริยาธิคุณ

พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหาเจษฎาราชเจ้า
พระบิดาแห่งการแพทย์แผนไทย

๒๔ ตุลาคม

วันภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยแห่งชาติ



วันศุกร์ที่ 29 ตุลาคม 2564 สำนักวิชาการแพทย์บูรณาการ โดยสาขาวิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ ได้จัดพิธีวางพานพุ่มดอกไม้ถวายราชสักการะพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหาเจษฎาราชเจ้า “พระบิดาแห่งการแพทย์แผนไทย” เนื่องใน “วันภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยแห่งชาติ”

ในงานประกอบด้วย พิธีวางพานพุ่มถวายราชสักการะ โดยคณะผู้บริหาร ผู้อำนวยการ และหัวหน้าส่วนงานต่าง ๆ พิธีกล่าวอาศิรวาทราชสดุดีเฉลิมพระเกียรติคุณ การบรรยายพิเศษ ประวัติการแพทย์แผนไทย และพิธีมอบเกียรติบัตรแก่นักศึกษาสำหรับการแข่งขันทักษะทางวิชาการ ด้านการแพทย์แผนไทย ซึ่งจัดกิจกรรมการแข่งขันตลอดทั้งสัปดาห์

บริการวิชาการ

จดหมายคุณแพทย์บัว

Issue 6



หน่วยแพทย์เคลื่อนที่

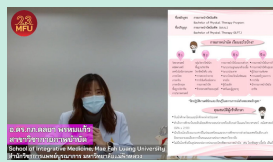
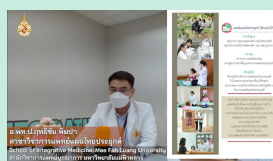
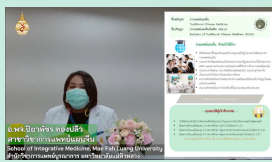
มอบความสุขในวันคริสต์มาสส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่

เมื่อวันที่ 25 ธันวาคม 2564 สำนักวิชาการแพทยบูรณาการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ได้เข้าร่วมให้บริการหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ในโครงการ “มหกรรมสุขภาพดี วิถีชุมชน” ประจำปี 2565 จัดโดยองค์การบริหารส่วนตำบลทรายขาว ณ หอประชุม โรงเรียนองค์การบริหารส่วนตำบลทรายขาว (บ้านท่าฮ่อ) อ.พาน จ.เชียงราย ภายในงานมีการตรวจสุขภาพให้กับพี่น้องประชาชน โดยมีทีมแพทย์ผู้เชี่ยวชาญหลากหลายสาขา ประกอบด้วยแพทย์แผนไทยประยุกต์ แพทย์แผนจีน นักกายภาพบำบัด และนักศึกษาในสาขาวิชาต่างๆ ทำการตรวจสุขภาพและให้การรักษา เช่น ตรวจเฉพาะทาง ฟันเทียม นวดทุยหนา นวดไทย ถ้ายาสมุนไพร กายภาพบำบัด และการให้คำแนะนำเกี่ยวกับสุขภาพ

สำหรับการออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่โดยสำนักวิชาการแพทยบูรณาการ เป็นโครงการที่นำทีมแพทย์อาสาออกตรวจสุขภาพในพื้นที่จังหวัดเชียงราย ซึ่งทำมาต่อเนื่องตั้งแต่เริ่มเปิดตัวสำนักวิชา เนื่องจากเป็นหนึ่งในพันธกิจเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนด้วยศาสตร์การแพทยบูรณาการ อันเป็นการผสมผสานระหว่างศาสตร์การรักษาลากหลายรูปแบบเพื่อประโยชน์สูงสุดในการให้บริการสุขภาพแก่ผู้ป่วย ดังปณิธานของสำนักวิชาการแพทยบูรณาการ “มุ่งผลิตบัณฑิต สู่วิถีความเป็นเลิศทางการแพทยบูรณาการ”



ภาพรวมกิจกรรม
FACEBOOK LIVE



SIM LIVE

แนะนำหลักสูตร

เมื่อวันที่ 13 ธันวาคม 2564 ช่วง 16.00-18.00 น.
ตัวแทนหลักสูตรทั้ง 3 หลักสูตรของสำนักวิชาการแพทยบูรณาการ
ได้ร่วมการ Facebook Live เพื่อแนะนำหลักสูตร พร้อมทั้งจุด
เด่นของแต่ละสาขาวิชา เพื่อให้เป็นแนวทางในการตัดสินใจสำหรับการ
สมัครของนักเรียนในรอบ TCAS 1 มีผู้สนใจเข้าร่วมและส่งคำถาม
เข้ามาเป็นจำนวนมาก



Industrial Collaborative Research 2021

มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง จัดงาน MFU Innovation Day 2021 ระหว่างวันที่ 22 - 24 ธันวาคม 2564 ในรูปแบบ Virtual Event ร่วมกับ On-site ที่ห้องคำมอกหลวง อาคาร M Square โดยในงานนี้ ผศ.ดร.ระวีวรรณ เจริญทรัพย์ อาจารย์ประจำสำนักวิชาการแพทยบูรณาการ และหัวหน้าศูนย์นวัตกรรมสมุนไพรครบวงจร ได้รับรางวัล Industrial Collaborative Research of the Year ประจำปี 2564



The Best Researcher of School Award 2021

วันที่ 11 มกราคม 2565 มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ได้จัดพิธีมอบรางวัลนักวิจัย ประจำปีงบประมาณ 2564 เพื่อเป็นการส่งเสริม สนับสนุน และเชิดชูเกียรติแก่บุคลากรของมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงที่สร้างผลงานวิจัยเป็นที่ประจักษ์ ตลอดจนเพื่อเป็นการให้กำลังใจแก่นักวิจัยในการพัฒนางานวิจัยและนวัตกรรมอย่างต่อเนื่อง โดยในงานนี้ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พัฒนสิน อารีอุดมวงศ์ ได้รับรางวัลนักวิจัยดีเด่นระดับสำนักวิชา