



การประชุมทางไกล (Teleconference)
เพื่อเตรียมความพร้อมด้านการแพทย์และสาธารณสุข
ในงาน “Bike อุ๋นไอรัก” วันที่ 9 ธันวาคม 2561

วันที่ 4 ธันวาคม 2561

กองตรวจราชการ สป. สธ.





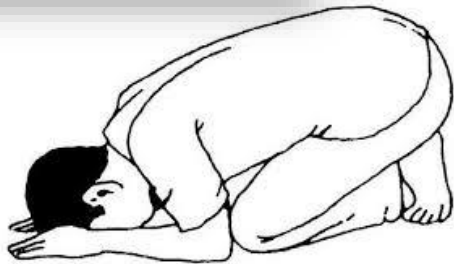
วาระที่ 1 ประธานแจ้งเพื่อทราบ

2

วันที่ 5 ธ.ค. 2561

เพื่อเป็นการสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณของ
พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช
บรมนาถบพิตร

ให้จัดกิจกรรมจิตอาสาทั่วประเทศ โดยพร้อมเพรียงกัน



กิจกรรมจิตอาสาด้านการแพทย์และสาธารณสุข
โดยแต่ละจังหวัดดำเนินการ
ถ่ายรูปกิจกรรม + รายงานกองตรวจราชการ
ภายในวันที่ 6 ธ.ค. 2561



วาระที่ 2 เรื่องเพื่อทราบ

2.1 การเตรียมความพร้อมด้านการแพทย์และสาธารณสุข ระดับจังหวัด ในงาน “Bike อุ่นไอรัก” 76 จังหวัด

จิตอาสาด้านการแพทย์

- การคัดกรองสุขภาพ เพื่อค้นหาผู้ที่มีความเสี่ยงด้านสุขภาพ ➡ ทีม MCATT
- การจัดทำแผนปฏิบัติการ รongรับอุบัติเหตุ เจ็บป่วยฉุกเฉิน ➡ ทีม BLS + ทีม ALS

- 1) ทีม Static การวางจุดของทีมแพทย์และปฐมพยาบาล เป็นระยะ
- 2) ทีม Dynamic ปั่นจักรยานพร้อมอุปกรณ์ทางการแพทย์ ตามไปในขบวน
- 3) การส่งต่อ รพ. โรงพยาบาล
- 4) รพ.รองรับการส่งต่อ



อุ่นไอรัก
← คลายความหนาว →

"สาขานักนักรัตนโกสินทร์"

เตรียมให้พร้อม แล้วไป "Bike อุ่นไอรัก"



กำหนดระยะทางปั่นให้เหมาะสม
ฝึกซ้อมสม่ำเสมอ



งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
อย่างน้อย 24 ชม.



พักผ่อนให้เต็มที่อย่างน้อย 8 ชม.

ก่อน
ปั่นจักรยาน

หลีกเลี่ยงอาหารที่ไม่สะอาด
หรือมีความเสี่ยง



ตรวจสอบความพร้อมรถจักรยาน
เตรียมหมวกกันน็อก แว่นตากันลม



เตรียมเป้/กระเป๋า
ใส่ของจำเป็น เช่น บัตรประชาชน
ยาประจำตัว ข้อมูลสุขภาพ
ขวดน้ำ ขนมขบเคี้ยวที่มี
ความหวาน เพื่อเพิ่มน้ำตาลในเลือด



อุ่นไอรัก
← คลายความหนาว →

"สำนักงานรัตนโกสินทร์"

เตรียมให้พร้อม แล้วไป "Bike อุ่นไอรัก"



ผู้ที่มี
โรคประจำตัว



ข้อมูล

จดข้อมูลโรคประจำตัว ยาที่ใช้
ประวัติแพ้ยา กรู๊ปเลือด
เบอร์โทรญาติ เพื่อเป็นข้อมูล
กรณีเจ็บป่วยฉุกเฉิน และ
ผูกข้อมือด้วยผ้าสีเหลือง



ปั่นในเลนซ้ายสุด หากเจ็บป่วยฉุกเฉิน
หรือ ได้รับอุบัติเหตุ ให้หลบเข้าข้างทาง
และแจ้งขอความช่วยเหลือจาก
บุคลากรสาธารณสุข หรือ จิตอาสา
ในบริเวณงาน หรือ โทร.สายด่วน **1669**

อุ่นไอรัก
← คลายความหนาว →

"สำนักงานรัตนโกสินทร์"

เตรียมให้พร้อม แล้วไป "Bike อุ่นไอรัก"



การปั่นจักรยาน
ในงาน

ให้สัญญาณมือ
หรือเสียง เมื่อจะแซง

ไม่สนทนาหรือ
ใช้โทรศัพท์ขณะปั่น



หากมี/สงสัยว่าจะมีปัญหาสุขภาพ
ติดต่อจุดคัดกรองด้าน
การแพทย์และสาธารณสุข
เพื่อรับคำแนะนำในการปฏิบัติตัว

ผู้ที่ปั่นระยะทาง 39 กม. ควรรับประทาน
มือเทียวก่อนปั่น เพราะอาจใช้เวลาปั่นถึง 20.00 น.



ปั่นช้า
ปั่นเร็ว

ปั่นช้า ให้อยู่เลนซ้าย ปั่นเร็วให้อยู่เลนขวา
และเว้นระยะห่างไม่ให้รถเกยตัวกัน

ใช้ทักษะในการควบคุมจักรยาน
มากกว่าการทำความเร็ว



วาระที่ 2 เรื่องเพื่อทราบ

2.1 การเตรียมความพร้อมด้านการแพทย์และสาธารณสุข ระดับจังหวัด ในงาน “Bike อุ่นไอรัก” 76 จังหวัด

จิตอาสาด้านสาธารณสุข

- ให้ความรู้ด้านสาธารณสุข ได้แก่ การดูแลสุขภาพตนเองทั้งกายและจิต
หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพที่เป็นปัญหาของพื้นที่ เป็นต้น
 - การจัดนิทรรศการ
 - การรณรงค์
 - ฯลฯ



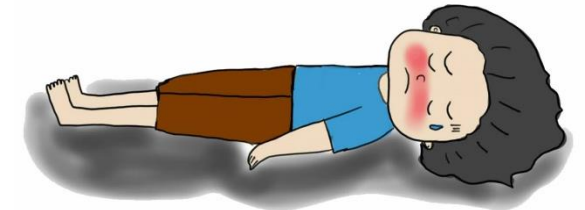
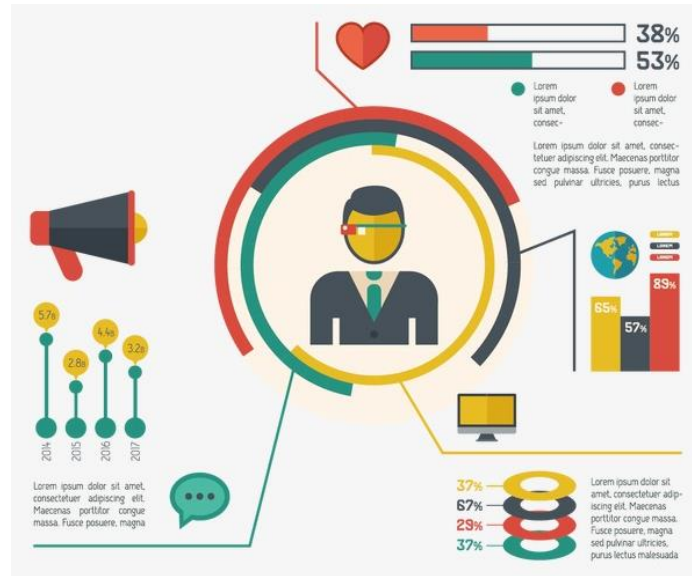
วาระที่ 2 เรื่องเพื่อทราบ

2.2 ระบบรายงานอุบัติเหตุ เจ็บป่วยฉุกเฉิน และผลการปฏิบัติงาน สำหรับงาน “Bike อุ๋นไอรัก” 76 จังหวัด

โดย นพ.วิฑูรย์ อนันต์กุล ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขฉุกเฉิน



ซีมลง เหงื่อแตก ตัวเย็น



หมดสติ ไม่รู้สึกตัว ไม่หายใจ





วาระที่ 3 วาระอื่นๆ

“อุ้งไอรัก คลายความหนาว สายน้ำแห่งรัตนโกสินทร์”

วันที่ 9 ธ.ค. 2561 - 19 ม.ค. 2562
ณ ลานพระราชวังดุสิต และ สนามเสือป่า

รับสมัคร “จิตอาสาด้านการแพทย์และสาธารณสุข”

QR code

แนวทางปฏิบัติสำหรับจิตอาสาฯ ในการปฏิบัติในงาน "อุ่นไอรัก คลายความหนาว สายน้ำแห่งรัตนโกสินทร์"

กองตรวจราชการ
กระทรวงสาธารณสุข



คุณสมบัติของผู้สมัครจิตอาสา



1. เป็นบุคลากรเครือข่ายการแพทย์และสาธารณสุข
2. มีทักษะทางด้านการแพทย์และสาธารณสุข ระดับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นขึ้นไป
3. เป็นผู้มีจิตอาสา เสียสละ และมีความประสงค์ที่จะบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม โดยไม่มุ่งหวังหรือเรียกร้องค่าตอบแทน และไม่เป็นผู้หาผลประโยชน์ให้กับตนเอง
4. เป็นผู้ที่สุขภาพร่างกายแข็งแรง และไม่ป่วยเป็นโรคร้ายแรงอันเป็นเหตุให้ไม่สามารถทำหน้าที่ได้ เช่น โรคหัวใจ โรคข้อต่อและกระดูก ฯลฯ
5. เป็นผู้ที่มีความพร้อม ไม่มีปัญหากระทบกับงานประจำที่เป็นภารกิจปกติ
6. เป็นผู้มีที่อยู่อาศัยภายในเขตจังหวัดกรุงเทพมหานคร/ ปริมณฑล ที่มีความสะดวกในการเดินทางมาร่วมกิจกรรม

ปฏิบัติงานในเวลาราชการ โดยไม่ถือเป็นวันลา

สิ่งที่ต้องปฏิบัติ

1. รายงานตัวก่อนการปฏิบัติงานที่หน่วยงาน ก่อนเวลาปฏิบัติงาน 1 ชั่วโมง ทุกครั้ง
 - รายงานตัว เวลา 09.00 น. สำหรับผลัดเช้า ช่วงเวลา 10.00-16.00 น.
 - รายงานตัว เวลา 15.00 น. สำหรับผลัดบ่าย ช่วงเวลา 16.00-22.00 น.
2. ท่านสามารถปฏิบัติงานได้เพียงวันละ 1 ผลัด และจะต้องปฏิบัติงานไม่น้อยกว่า 5 ผลัด
3. ปฏิบัติตามแนวทางที่หน่วยงานหลักกำหนด
4. รายงาน สรุปสถานการณ์ ผลการปฏิบัติงาน ภายหลังเสร็จสิ้นภารกิจ





ร่วมลงทะเบียนเป็น สมาชิก “จิตอาสาด้านการแพทย์และสาธารณสุข”

จิตอาสาการแพทย์และสาธารณสุข
ของกระทรวงสาธารณสุข

จิตอาสาการแพทย์และสาธารณสุข
“อุ่นไอรัก คลายความหนาว สายน้ำแห่งรัตนโกสินทร์”

วันที่ 9 ธ.ค. 2561 - 19 ม.ค. 2562



<http://bie.moph.go.th/volunteer/>

<https://goo.gl/KiqKh1>

“อุ่นไอรัก คลายความหนาว สายน้ำแห่งรัตนโกสินทร์”

กิจกรรมหัวใจ ไม่ต้องห่วงเรื่องสุขภาพ

อุ่นไอรัก
← คลายความหนาว →

“สายน้ำแห่งรัตนโกสินทร์”



ผู้มีโรคประจำตัว

จดข้อมูลโรคประจำตัว ยาที่ใช้ ประวัติแพ้ยา
กริปเลือด เบอร์โทรญาติ เพื่อเป็นข้อมูล
กรณีเจ็บป่วยฉุกเฉิน และ
ผูกข้อมือด้วยผ้าสีเหลือง



การเที่ยวชมงาน

ผู้มีโรคประจำตัว/มีความเสี่ยง
ควรมากับครอบครัวหรือหมู่คณะ
และหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่มีความเสี่ยง
เช่น เดินมากเกินไป



หากเจ็บป่วยฉุกเฉิน หรือ ได้รับอุบัติเหตุ

แจ้งขอความช่วยเหลือกับ
บุคลากรสาธารณสุข หรือ จิตอาสา
ในบริเวณงาน หรือ โทร.สายด่วน 1669

“อุ่นไอรัก คลายความหนาว สายน้ำแห่งรัตนโกสินทร์”

กิจกรรมสุขใจ ไม่ต้องห่วงเรื่องสุขภาพ

อุ่นไอรัก
← คลายความหนาว →
“สายน้ำแห่งรัตนโกสินทร์”



หากมี/ไม่แน่ใจว่าจะมีปัญหาสุขภาพ
ติดต่อจุดคัดกรองด้านการแพทย์
และสาธารณสุขในงาน เพื่อตรวจสุขภาพ
และขอคำแนะนำในการปฏิบัติตัว

สัญลักษณ์ จุดบริการทางการแพทย์

-  จุดบริการทางการแพทย์
-  จุดจอดรถพยาบาล
-  ทีมประเมินสุขภาพจิต (MCATT)
-  สน Mini-Ambulance



ขอบคุณครับ

