

ฉบับที่ 4007
วันจันทร์ที่ 6 กันยายน 2564
ปีลู แรม 14 ค่า เดือน 9
วิสัยทัศน์
โรงพยาบาลพระนครศรีอยุธยา
"โรงพยาบาลคุณภาพ คู่คุณธรรม
เป็นศูนย์เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน บริการด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัย"
อัตลักษณ์ รพ.อช. "ซื่อสัตย์ สาขัตดี มีน้ำใจ"

เช็กอีกที ?

ถูกวิธีหรือไม่ ?



สวมหน้ากาก 2 ชั้น

ชั้นที่ 1 (ด้านใน)
หน้ากากอนามัยที่มีชั้นกรอง

ชั้นที่ 2 (ด้านนอก)
หน้ากากผ้าคลุมทับ

ข้อควรระวัง
 ต้องมีการระบายอากาศที่ผิว
 หากใส่หน้ากาก 2 ชั้น
 หายใจไม่ออก ปวดศีรษะ
 ระวังเวียน ระวังซึม
 ไม่แนะนำให้ใส่ 2 ชั้น

**หน้ากากอนามัยต้องแบบ
 สนิทกับใบหน้าตลอดเวลา**
 เลี่ยงการใช้มือสัมผัสตา จมูก และปาก


✘แจ้งการเบิกพัสดุระหว่างดำเนินการตรวจสอบพัสดุ ประจำปีงบประมาณ 2564

ด้วยงานคลัง กลุ่มงานพัสดุ จะทำการตรวจสอบพัสดุ ประจำปีงบประมาณ 2564 จึงมีความจำเป็นต้องปิดคลัง โดยงดการเบิกจ่ายพัสดุเป็นการชั่วคราว จึงขอให้ทุกหน่วยเบิกดำเนินการเบิกพัสดุสำหรับเดือนกันยายน 2564 ให้เพียงพอ โดยส่งเบิกในวันที่ 1-3 กันยายน 2564 รับพัสดุในวันที่ 8-10 กันยายน 2564 และเปิดทำการเบิกพัสดุงวดแรกของปีงบประมาณ 2565 โดยส่งใบเบิกในวันที่ 4-5 ตุลาคม 2564 รับพัสดุในวันที่ 7-8 ตุลาคม 2564

✘แจ้งข่าวประชาสัมพันธ์

หน่วยส่งกล่องทางเดินอาหารโดยนายแพทย์ยุทธยา อวนกลิ่น และทีมงาน ผ่ากประชาชนสัมพันธ์เชิงชุมชนให้ผู้ที่เกษียณอายุราชการ ได้รับการตรวจมะเร็งลำไส้ ตามโครงการ "ตรวจคัดกรองมะเร็งลำไส้ (Colonoscopy)" สนใจติดต่อสอบถามประสานงานได้ที่หน่วยงานส่งกล่องทางเดินอาหาร โทร. 8150,8151

ให้โชคดี มีชัย ในวันเกิด
สุขประเสริฐ เกิดคุณ บุญรักษา
มีชื่อเสียง ลือเลื่อง เปื่องปรียา
ปรารถนา สิ่งใด สมใจเทอญ



คุณอัญรัตน์ ยาวีไชย พยาบาลวิชาชีพ/ศูนย์แพทย์วัดตึก
 คุณไสวริน ไกรกลิน พนักงานช่วยเหลือคนไข้/SNB
 คุณพีไลวรรณ ภูเงิน พนักงานช่วยเหลือคนไข้/พ.1
 คุณอัมมิกา ทองกษัตริย์ พนักงานช่วยเหลือคนไข้/วิสัญญี



นายแพทย์โชคชัย ลีโทชวลิต ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลพระนครศรีอยุธยา พร้อมด้วยคณะกรรมการรับบริจาค บุคลากรผู้บริหารแผนกอุบัติเหตุฉุกเฉิน รับมอบอุปกรณ์ทางการแพทย์ เครื่องอุปโภคบริโภคดังรายชื่อบริจาคประจำวันวันที่ 3 กันยายน 2564

- 1.คุณณิชา ไชยเศรษฐ์ บริจาคเครื่องพ่นยาฆ่าเชื้อ 4 เครื่อง
- 2.คุณชาลินี วชิระโยธิน บริจาคข้าวกล่อง 110 กล่อง
- 3.พอ.สมรชาติ สัมมาคาม และคณะ ออย.ม. 3/7 ปี 24 บริจาคอาหารกล่อง 100 กล่อง ขนมหวาน และน้ำดื่ม
- 4.บริษัท โตโยต้าอยุธยา จำกัด บริจาคชุด PPE 191 ชุด/โตโยต้าลิสซิ่ง สนับสนุนน้ำดื่ม 50 แพ็ค/Mask 30 กล่อง
- 5.หลวงพ่อดุสิตดี เขมรังสี เจ้าอาวาสวัดมเหยงค์ บริจาคเปล เ็นผู้ป่วยติดเชื้อ 1 คัน (มอบให้แผนกอุบัติเหตุฉุกเฉินเพื่อใช้ในการลำเลียงผู้ติดเชื้อโควิด 19)
- 6.คุณกนกวรรณ เกรียงโรจน์กุล บริจาคข้าวกล่อง จำนวน 40 กล่องและ น้ำดื่มจำนวน 2 แพค
- 7.ครอบครัวผู้ไม่ประสงค์ออกนามบริจาคอาหารและขนมหวาน
- 8.คุณอังกูล ไชยศรี บริจาคเครื่องวัดความดัน เครื่องวัดO2ปลายนิ้ว,เครื่องวัดไข้,หน้ากากN95,face shield, ชุด PPE และยา
9. MR.KENICHI OSHIO บริษัท เอ็ม.โอ.เค.แมนูแฟคเจอร์ จำกัด บริจาคข้าวกล่อง 40 กล่อง และขนมจำนวนหนึ่ง
- 10.นายวิฑูรย์ แปนงวล บริจาคข้าวกล่องจำนวนหนึ่ง
- 11.นางสาวศิริรัตน์ อัจหาญ, นางสาวอติยา หิรัญรุ่ง และกลุ่มหมู่บ้าน Villagio เกาะเรียน บริจาคชุด PPE/Mask/หมวก/ถุงเท้า

ในนามโรงพยาบาลพระนครศรีอยุธยากราบขอพระคุณผู้มีอุปการคุณมา ณ ที่นี้

ภาพ-ข่าว ศูนย์ข่าวสารประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลพระนครศรีอยุธยา

ภาวะเนือย ความรู้สึกไม่อยากทำอะไร
ไม่ถึงซึมเศร้า..ไม่เท่าหมดใจ

ภาวะเนือย ความรู้สึกไม่อยากทำอะไร

ไม่ถึงซึมเศร้า ไม่เท่าหมดไฟ

เหนื่อยล้า
แต่ไม่หมดไฟ



ไม่อยากทำอะไร
แต่พอทำได้



ไม่มีจุดหมาย
แต่ไม่ถึงหมดหวัง



ประสิทธิภาพ
ทำกิจกรรมลดลง
แต่ไม่ถึงทำไม่ได้



วิธีรับมือเบื้องต้น

ทำกาย



ลองทำกิจกรรม
ที่ไม่เคยทำมาก่อน



เรียนภาษาที่ 3



ฝึกทำอาหาร



ดูหนัง/ฟังเพลง
แนวใหม่

ตั้งเป้าหมาย



พิชิตเป้าหมาย
ที่ตั้งไว้จากเล็กไปใหญ่



ออกกำลังกาย
วันละ 30 นาที



กินอาหารคลีน
1 มื้อต่อวัน



เคลียร์เสื้อผ้า
ไปบริจาค

วางโฟกัส



แบ่งความสนใจ/เวลา
ไม่ให้จ๋าจ



การเรียนรู้
การทำงาน



สุขภาพ



การพักผ่อน