

โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี แลงข่าวเปิดตัวรายการสด Facebook Live: “สถานีพยาบาล” จุดเริ่มต้นสุขภาพดีที่สถานีนี้

จากสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงของโลกปัจจุบันไม่ว่าจะเป็นการเกิดโรคอุบัติใหม่ การเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศ ส่งผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่รวมถึงการเจ็บไข้ได้ป่วย ดังนั้นจึงทำให้ประชาชนทั่วไบนหันมาใส่ใจในการดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการออกกำลังกาย การเลือกรับประทานอาหาร การแสวงหาความรู้ต่าง ๆ เพื่อให้ร่างกายมีสุขภาพดี ปัจจุบันประชาชนมีแนวโน้มในการแสวงหาความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ การจัดการตนเองเมื่อเจ็บป่วยไม่รุนแรง วิธีการดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ผ่านช่องทางที่หลากหลาย เช่น สื่อโทรทัศน์ วิทยุ หนังสือ การพูดคุยในกลุ่มผ่านแอปพลิเคชัน สื่อสังคมออนไลน์ต่าง ๆ เป็นต้น ดังนั้นการให้ความรู้หรือข้อมูลด้านสุขภาพจึงเป็นกุญแจสำคัญที่จะทำให้ผู้คนหันมาใส่ใจและได้รับความรู้ สามารถนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน ในการดูแลตัวเองได้ง่าย ๆ ที่บ้าน ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

เฟสบุ๊ก (Facebook) จัดเป็นสื่อสังคมออนไลน์อีกช่องทางหนึ่งที่สามารถใช้เป็นกลยุทธ์ในการประชาสัมพันธ์เพราะสามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ง่าย สะดวก รวดเร็ว เข้าถึงข้อมูลข่าวสารได้ทุกที่ทุกเวลา โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นสถาบันที่ผลิตพยาบาลซึ่งมีบทบาทหน้าที่ที่สำคัญเกี่ยวกับการให้ความรู้ คำแนะนำ และการดูแลตนเองกับประชาชนทุกกลุ่มเป้าหมายให้มีสุขภาพดีที่ยั่งยืน สอดคล้องกับ “เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน” (SDGs) เป้าหมายที่ 3 การมีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี (Good Health And Well-Being)

วันนี้ (13 มีนาคม 2567) โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ได้จัดแถลงข่าว เปิดตัวรายการ “สถานีพยาบาล” โดยอาจารย์พยาบาลรามาธิบดี ชั้น ๗ ห้องประชุม 708 ชั้น 7 อาคารเรียนและปฏิบัติการรวมด้านการแพทย์และโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

รองศาสตราจารย์ ดร.ภก. สมภพ ประธานธรรักษ์ รองอธิการบดีฝ่ายแผน พัฒนาคุณภาพและบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยมหิดล กล่าวว่า โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ได้เพิ่มช่องทางการสื่อสารเพื่อให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ป้องกันสุขภาพ เนื่องจากปัจจุบันการเกิดโรคส่วนหนึ่งเกิดจากการเปลี่ยนแปลงวิถีการดำรงชีวิตประจำวัน

การบริโภคอาหารจากพฤติกรรมการกินที่ไม่เหมาะสม รวมถึงขาดการออกกำลังกายทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคได้ง่ายมากขึ้น

มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ดำเนินการขับเคลื่อนนโยบายมหาวิทยาลัยสุขภาพดีด้วยการลดบริโภคโซเดียม (Healthy University: Low Sodium Policy) เพื่อเป็นมหาวิทยาลัยต้นแบบลดการบริโภคโซเดียม โดยมุ่งสร้างความตระหนักถึงผลเสียของสุขภาพจากการบริโภคโซเดียมเกินความต้องการของร่างกายต่อวัน อันก่อให้เกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ได้

รายการ “สถานีพยาบาล” เป็นการดำเนินงานโดยคณาจารย์จากโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี เพื่อนำองค์ความรู้ ข้อมูลการดูแลสุขภาพ การป้องกันโรคซึ่งเป็นกุญแจสำคัญที่จะทำให้ผู้คนหันมาใส่ใจการดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น และเป็นไปตามพันธกิจด้านบริการวิชาการของมหาวิทยาลัย โดยโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล จะได้เผยแพร่ความรู้สู่สังคมและแลกเปลี่ยนแนวคิด ทฤษฎี ความรู้ทางวิชาการ งานวิจัย และนวัตกรรมทางการแพทย์ที่ทันสมัย ผู้ชมรายการสามารถนำความรู้ดังกล่าวมาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมเพื่อการมีสุขภาพที่ดีที่ยั่งยืน

ศาสตราจารย์คลินิก นายแพทย์อาทิตย์ อังกานนท์ คณบดีคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล กล่าวว่า คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ให้ความสำคัญกับการสร้างเสริมสุขภาพให้กับสังคมในวงกว้าง โดยเป็นผู้นำด้านการพัฒนาองค์ความรู้สุขภาพดีและด้านการสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง ผ่านรายการ Rama Channel ขับเคลื่อนสังคมไทยให้สุขภาพดีซึ่งเป็นการเผยแพร่ความรู้เพื่อการป้องกันและเสริมสร้างสุขภาพที่ดีผ่านทางสื่อโทรทัศน์ 24 ชั่วโมง และสื่อโซเชียลมีเดีย เนื้อหาสาระเหมาะสมกับทุกกลุ่มวัย และมีความหลากหลาย มีบุคลากรทางการแพทย์หมุนเวียนมาให้ความรู้ด้านสุขภาพ รายการ “สถานีพยาบาล” โดยอาจารย์พยาบาลรามาธิบดี ภายใต้การดำเนินงานของโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล จึงเป็นอีกหนึ่งในการขับเคลื่อนในการเผยแพร่ความรู้ด้านสุขภาพให้ประชาชน สามารถนำความรู้ไปปรับใช้ได้ และตระหนักถึงปัญหาโรคภัยต่าง ๆ เพื่อพฤติกรรมสุขภาพที่ดีและบรรลุเป้าหมายที่ยั่งยืนได้

รองศาสตราจารย์ ดร.พูลสุข เจนพานิชย์ วิสุทธิพันธ์ ผู้อำนวยการโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล กล่าวว่า หลังการแพร่ระบาดของโรค COVID-19 ประชาชนให้ความสนใจกับการดูแลสุขภาพมากยิ่งขึ้น ขณะเดียวกันวงการแพทย์และสาธารณสุขก็ให้ความสำคัญกับการป้องกันการเกิดโรคมายิ่งขึ้น จะเห็นว่า ตามสื่อต่าง ๆ มีรายการสุขภาพมากขึ้น มีแพทย์มาให้ความรู้เกี่ยวกับโรคและการดูแลตนเองที่หลากหลาย มหาวิทยาลัยมหิดลก็มี MU Channel คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดีก็มี Rama Channel และมีผู้ติดตามมากมาย อย่างไรก็ตามเนื้อหาที่นำเสนอโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี อยากจะช่วยเติมเต็มในเรื่อง การดูแลตนเองที่เน้นการปฏิบัติจริง การปฐม

พยาบาลเบื้องต้น การสาธิตดูแลสุขภาพตนเองและผู้อื่นโดยเฉพาะการดูแลผู้สูงอายุ หรือผู้พิการติดเตียงที่บ้าน เช่น การจัดการกับภาวะชักของเด็ก การจัดการกับแผลเรื้อรัง การให้อาหารกับผู้ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ เป็นต้น โดยครั้งนี้ โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี อาสาเป็นสื่อกลางการให้การดูแลสุขภาพกับประชาชน เพื่อลดความเสี่ยงหรือโอกาสในการเกิดโรคต่าง ๆ ผ่านรายการ “สถานีพยาบาล” โดยอาจารย์พยาบาลรามธิบดี ซึ่งจัดเป็น “จุดเริ่มต้น....ของสถานีพยาบาล..ขานขาลาสายสุขภาพ” เป็นการเผยแพร่ผ่านทางสื่อสังคมออนไลน์ Facebook Live ซึ่งเป็นรายการถ่ายทอดสด ดำเนินรายการโดยอาจารย์พยาบาลรามธิบดี มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ความรู้ความเข้าใจ สาธิตการปฏิบัติการดูแลตนเองที่ใคร ๆ ก็สามารถทำได้ รวมทั้งตอบปัญหาข้อสงสัยต่าง ๆ

ดร.อริสรา กำธรเจริญ กล่าวว่า การมีสุขภาพดีเป็นสิ่งสำคัญและเป็นปัจจัยสำคัญสำหรับมนุษย์เรา ซึ่งจะทำให้เราสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ อย่างไรก็ตามเมื่อมีปัญหาสุขภาพ เช่น การเจ็บป่วยเล็ก ๆ น้อย ๆ ตัวเองก็จะดูแลสุขภาพโดยการนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การดื่มน้ำ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นความรู้พื้นฐานทั่วไป เราอาจจะได้ความรู้มาจากการพูดคุยกับผู้เชี่ยวชาญ การค้นหาข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ บ่อยครั้งที่ตัวเองพบว่าข่าวสารบางเรื่องอาจจะเป็นข้อมูลที่ไม่ถูกต้อง เป็นข่าวปลอมบ้าง หากประชาชนหลงเชื่อ หรือไม่ได้ตรวจสอบข้อมูลเหล่านั้น เมื่อนำไปปฏิบัติ ก็อาจจะก่อให้เกิดอันตรายได้ คงจะเป็นการดีหากมีแหล่งข้อมูล การให้ความรู้กับประชาชน จากบุคลากรสุขภาพ ตัวเองคิดว่ารายการสถานีพยาบาล น่าจะเป็นอีกแหล่งให้ความรู้ที่สำคัญสำหรับประชาชน

สำหรับรูปแบบของรายการสถานีพยาบาลแบ่งเป็นช่วง “คุยกับพยาบาล” “ถามมา-ตอบไป” “เคล็ด (ไม่) ลับ..ฉบับพยาบาล” และ “ตอบคำถาม ชิงรางวัล” รายการ สถานีพยาบาล โดย อาจารย์พยาบาลรามธิบดี ถ่ายทอดสดผ่าน Facebook Live : Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital ออกอากาศเดือนละ 1 ครั้ง เวลา 12.30 - 13.00 น. สำหรับตอนแรกจะออกอากาศในวันที่ 2 เมษายน 2567 เวลา 12.30 -13.00 น.

นางสาวสุรีย์พัชร พุ่มน้ำเย็น ผู้ประสานงาน
โทร (02) 201-0849



Website: โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี



Facebook: โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี

