

เตรียมตัวรับประเทศไทยก้าวสู่ **‘สังคมผู้สูงวัย’** ในปี 2564

ภาครัฐ-เอกชนพุดสถานพยาบาล

และบริการดูแลผู้สูงวัยรองรับ



ไทยเนอร์สซิงไทม์ = Thai Nursin..

SEERIALS



005954

bib:13399124617

MEGA We care

RIVITA

ริวิต้า

(ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร แอล-ซิสเตอีน ผสมสารสกัดจากมะขามป้อมและสารสกัดจากเมล็ดองุ่น)

ส่วนประกอบ

| | |
|---|---------|
| แอล-ซิสเตอีน (L-Cysteine) | 500 มก. |
| สารสกัดจากมะขามป้อม (Amla extract) | 100 มก. |
| สารสกัดจากเมล็ดองุ่น (Grape seed extract) | 50 มก. |

ขนาดการรับประทาน

ครั้งละ 1 เม็ด หลังอาหาร

คำเตือน: เด็กและสตรีมีครรภ์ไม่ควรรับประทาน

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ริวิต้า ผลิตโดย บริษัท เมกาฟาร์มา จำกัด เลขที่ 10200 โทร. 0-2799-5444 โทรสาร. 0-2799-4244 Website : www.megafarma.com E-mail : address : megafarm@megafarma.com

ใช้ยาสวนทวารเมื่อมีอาการ

ท้องผูก

เวชภัณฑ์คุณภาพพอง บริษัท ยูนิชั่น จำกัด



ผลิตและจำหน่ายโดย :

บริษัท ยูนิชั่น จำกัด

39 หมู่ 4 ต. คลองอุดมชลจร อ. เมืองฉะเชิงเทรา จ. ฉะเชิงเทรา 24000

ใบอนุญาตโฆษณาเลขที่ ขค 616/2557



4 บทความพิเศษ

- ❑ หยดทำร้ายผมเสียที...หยด!!
ปัญหาผมร่วง ผมแห้งเสีย ผมชี้ฟู

6 Editor's Talk

7 Cover Story

- ❑ เตรียมตัวรับประเทศไทยก้าวสู่ “สังคมผู้สูงอายุ” ในปี 2564 ภาครัฐ-เอกชนพูดสถานพยาบาลและบริการดูแลผู้สูงวัยรองรับ

10 News Calendar

11 Nursing Research

15 Global News

- ❑ 2 ใน 3 ของผู้ป่วยอเมริกัน เก็บยาแก้ปวดไว้ไม่ใช้หลังผ่าตัด
- ❑ เชื้อราชนิดบุนแพร่ไปถึงโรงพยาบาลในอังกฤษ

18 รายงานพิเศษ

19 หนึ่งโรค หนึ่งรู้

- ❑ การดูแลและเข้าใจธรรมชาติ “โรค SLE”



15



18

20 รู้ทันโรค

- ❑ โรคพิวหนังที่มากขึ้น่าท่อม
- ❑ 9 สัญญาณอันตรายไข้เลือดออกในเด็ก

22 ชีพจรสุขภาพ

- ❑ นอนน้อยสัมพันธ์กับมวลกายและขนาดเอว
- ❑ หยดยา statin หลังเกิดโรคหลอดเลือดสมอง อาจเพิ่มความเสี่ยงเป็นซ้ำสอง
- ❑ โกรธและเกลียดอาจช่วยให้เรารู้สึกมีความสุข

25 ข้อมูลสุขภาพ

28 ปกตินะสุขภาพ

31 ภาพข่าว

32 สารพันข่าว

โรคแพ้ภูมิตัวเอง SLE

1. ผื่นบริเวณใบหน้า และมีการกระจายเป็นรูปผีเสื้อ
2. ผื่นผื่นชนิดที่เรียกว่า ผื่นดิสคอยด์ พบได้บ่อยบริเวณใบหน้า ใบหู ลำตัว และแขนขา
3. อากาศแห้งแสบ มีผื่นผิวหนังแดง อย่างรุนแรงเมื่อโดนแดด
4. แผลในปาก
5. ข้ออักเสบ
6. ไตอักเสบ โดยปริมาณโปรตีนหรือไข่ขาวในปัสสาวะมากกว่าปกติ
7. อากาศซึก หรือ อากาศทางระบบประสาทอื่นๆ
8. เยื่อหุ้มปอดหรือหัวใจ หรือเยื่อหุ้มสมองอักเสบ
9. อากาศซึก เม็ดเลือดขาวต่ำ หรือเกล็ดเลือดต่ำ
10. ตรวจพบแอนตินิวเคลียสแอนติบอดี
11. ตรวจพบแอนติบอดีต่อต้านดีเอ็นเอ (anti-dsDNA) หรือแอนติฟอสโฟไลปิดแอนติบอดี หรือพบผลบวกปลอมต่อการตรวจซีพีเอส

โรค SLE ทำให้เกิดการอักเสบเรื้อรัง อากาศของโรคจะเป็นๆ หายๆ มีการกำเริบและสงบเป็นระยะ พบได้บ่อยในหญิงมากกว่าชาย

หากพบความผิดปกติ 4 ใน 11 ข้อ ควรเข้ารับการรักษามุ่งถูกต้อง

ขอขอบคุณจาก โรงพยาบาลราชวิถี กรมการแพทย์

ข้อมูลข่าวสารเพิ่มเติมที่ : www.dms.moph.go.th

Facebook, Instagram, Twitter icons.

19



32