

โรงพยาบาลราชเวช กรุงเทพ  
33 ถนนพญาไท แขวงถนนพญาไท  
เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400

8 ธันวาคม 2565

เรื่อง ขอเรียนเชิญเข้าร่วมโครงการอบรม Exercise Management in People with Cardiovascular Conditions  
เรียน คณบดีคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร  
สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงการและกำหนดการ  
2. รายละเอียดวิธีการสมัคร

ด้วยโรงพยาบาลราชเวช กรุงเทพ มีกำหนดจัดโครงการ Exercise Management in People with Cardiovascular Conditions ในระหว่างวันที่ 1 – 4 กุมภาพันธ์ 2566 เวลา 08.30 – 16.30 น. ณ ห้องประชุมชั้น 4 โรงพยาบาลราชเวช กรุงเทพ โดยผู้ที่เข้ารับการอบรมจะได้รับหน่วยกิจกรรม (คะแนน CME) ของแพทย์ ภายใบบำบัดและพยาบาล ทั้งนี้ เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้รับประโยชน์และความรู้ความเข้าใจในการทดสอบความพร้อม และการแปลผลการกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกาย การประเมินผลลัพธ์จากการออกกำลังกาย รวมถึงมีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในกระบวนการรักษาผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด สามารถประเมินและป้องกันความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้น ในระหว่างการทำกิจกรรมการออกกำลังกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ในการนี้ โรงพยาบาลราชเวช กรุงเทพ ขอเรียนเชิญนักวิชาการและเจ้าหน้าที่สาธารณสุข นักวิทยาศาสตร์การกีฬานักกายภาพบำบัด พยาบาล และผู้ที่สนใจ ในสังกัดของท่านเข้าร่วมโครงการดังกล่าว เพื่อจะได้เป็นประโยชน์ต่อผู้เข้าร่วมอบรมและหน่วยงานต่อไป ทั้งนี้ผู้ที่มีความสนใจสามารถดูข้อมูลเพิ่มเติม ได้จาก Facebook page : Exercise Management in People with Cardiovascular Conditions หรือติดต่อสอบถามได้ที่เบอร์โทรศัพท์ 089-159-5680 ภายในวันทำการตั้งแต่เวลา 08.00 – 16.00 น. โดยสามารถสมัครเข้าร่วมโครงการฯ ได้ตั้งแต่วันที่ 21 พฤศจิกายน 2565 ถึงวันที่ 15 มกราคม 2566

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ



(ดร. รุจน์ เลหาภักดี)  
หัวหน้าโครงการ

# Exercise Management for People with Cardiovascular Conditions

1 – 4 กุมภาพันธ์ 2566

โรงพยาบาล ราชเวช กรุงเทพ พญาไท (ห้องประชุมชั้น 4)

## บรรยายและปฏิบัติ:

- Pathophysiology of CVD: Diagnosis and treatments
- Exercise ECG and interpretation
- Clinical exercise testing and interpretation
- Rehabilitation in cardiovascular conditions
- Exercise prescription and supervision
- Exercise training for specific CVD conditions
- Application of exercise testing in clinical practice



### ขั้นตอนการสมัครเข้าร่วมโครงการ

1. กรอกรายชื่อการสมัครออนไลน์จาก QR Code
2. ธนาคารจะเปิดให้ชำระเงินตั้งแต่วันที่ 21 พฤศจิกายน 2565 ถึงวันที่ 15 มกราคม 2566 โดยผู้สมัครสามารถ

ส่งหลักฐานการชำระเงินมาที่

อีเมล [rukchanok.u@rajavejhospital.com](mailto:rukchanok.u@rajavejhospital.com) /หรือทางไลน์ QR code

เพื่อยืนยันการชำระเงินของท่าน โดยระบุรายละเอียดดังนี้

- ชื่อและนามสกุลของผู้สมัคร
- เบอร์ติดต่อ
- หน่วยงานที่สังกัด

3. เจ้าหน้าที่จะติดต่อกลับท่านทันทีที่มีการตรวจสอบข้อมูลเรียบร้อยแล้ว



REGISTER



## CME ภายภาพบำบัด และพยาบาล

### อัตราค่าลงทะเบียน

ระหว่างวันที่ 21 พฤศจิกายน – 25 ธันวาคม 2565

ราคา 5,500 บาท/คน

26 ธันวาคม 2565 - 15 มกราคม 2566

ราคา 6,500 บาท/คน

ธนาคาร กรุงศรีอยุธยา สาขาราชเทวี บจก. โรงพยาบาลราชเวช เลขบัญชี: 044-1-47431-0

หากมีข้อคำถาม กรุณาติดต่อเจ้าหน้าที่ (คุณต้อม) ที่เบอร์ 089-159-5680 (ภายในวันทำการ ตั้งแต่เวลา 08.00 – 16.00 น.)

## Exercise Management in People with Cardiovascular Conditions

### หลักการและเหตุผล

ข้อมูลสถิติจากองค์การอนามัยโลก พบว่าการเสียชีวิตของประชากรทั่วโลก มีสาเหตุสำคัญมาจากโรคหัวใจและหลอดเลือด Cardiovascular Diseases (CVDs) มากถึงร้อยละ 32 หรือประมาณ 17.9 ล้านคนในปีพ.ศ.2562 โดยมีประชากรที่เสียชีวิตจากภาวะหัวใจหยุดเต้น (Heart Attack) และโรคหลอดเลือดสมอง (Stroke) คิดเป็นร้อยละ 85 ทั้งนี้ประชากร 1 ใน 3 ของผู้ที่เสียชีวิตจากโรคหัวใจและหลอดเลือดเป็นผู้ที่มีอายุน้อยกว่า 70 ปี

ปัจจุบันสถานพยาบาลต่างๆ ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือดเพิ่มมากขึ้น มีการนำโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจและปอดด้วยการออกกำลังกายมาใช้เป็นแนวทางในการรักษาโรค โดยมีนักฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจและปอดคอยดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด ควบคู่ไปกับการรักษาของทีมแพทย์และพยาบาลที่มีความชำนาญเฉพาะทาง โดยมีวัตถุประสงค์ให้ผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือดสามารถกลับมาใช้ชีวิตได้อย่างมั่นใจและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ทั้งนี้ โรงพยาบาลราชเวช คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะสหเวชศาสตร์ และคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาความรู้ความสามารถให้กับนักฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจและปอด รวมถึงบุคลากรทางการแพทย์ที่มีความเกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือดได้แก่ แพทย์ พยาบาล นักกายภาพบำบัด นักวิทยาศาสตร์การกีฬา นักสาธารณสุข เพื่อให้มีความรู้ ความชำนาญในการประเมินความเสี่ยง การทดสอบความพร้อมและการแปลผล การกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกาย การประเมินผลลัพธ์จากการออกกำลังกาย รวมถึงมีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในกระบวนการรักษาผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด สามารถประเมินและป้องกันความเสี่ยงที่อาจขึ้นในระหว่างการทำกิจกรรมการออกกำลังกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด
2. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายและสามารถประเมินผลลัพธ์จากการออกกำลังกายในรูปแบบการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจให้แก่ผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือดได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถวิเคราะห์ข้อมูลและป้องกันความเสี่ยง ที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการออกกำลังกายในผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือดได้

## กลุ่มเป้าหมาย

นักวิชาการและเจ้าหน้าที่สาธารณสุข นักวิทยาศาสตร์การกีฬา นักกายภาพบำบัด พยาบาล และผู้ที่สนใจ  
จำนวน 40 คน

## วิธีการดำเนินการอบรม

บรรยายและปฏิบัติ

## แผนการดำเนินการ

วันที่ 1 - 4 กุมภาพันธ์ 2566

## สถานที่จัดโครงการอบรม

โรงพยาบาล ราชเวช กรุงเทพฯ (ห้องประชุมชั้น 4)

## หน่วยงานรับผิดชอบ

โรงพยาบาล ราชเวช กรุงเทพฯ

ร่วมกับ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะสหเวชศาสตร์ และคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## คณะกรรมการดำเนินโครงการ

|                                          |                  |
|------------------------------------------|------------------|
| คุณจำเริญ จิตตรัตน์เสนีย์                | ที่ปรึกษาโครงการ |
| นายแพทย์ หทัย ยืนภูษิตีรี                | ที่ปรึกษาโครงการ |
| ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สิทธา พงษ์พิบูลย์ | ที่ปรึกษาโครงการ |
| อาจารย์ ดร. รุจน์ เลาหมักดี              | หัวหน้าโครงการ   |
| รองศาสตราจารย์ ร.ต.อ.หญิง ดร.ระพีณ ผลสุข | กรรมการ          |
| ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสมฤทัย สุนธยาธร  | กรรมการ          |
| ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นงนภัส เจริญพานิช | กรรมการ          |
| กายภาพบำบัด นางสาววิชุดา จุ่มศิลา        | กรรมการ          |
| นางสาวสุภัทรีศรี พิเศษสาทร               | เลขานุการ        |
| นายอานุกาภ บุญเจริญ                      | ผู้ช่วยเลขานุการ |

## วิทยากร

1. นายแพทย์ หยี ยืนฐะสิริ
2. นายแพทย์ สุภวัฏ รัตนโก
3. รองศาสตราจารย์ ร.ต.อ.หญิง ดร.ระพีณ ผลสุข
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เฉลิม ชัยวัชรภรณ์
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สิทธา พงษ์พิบูลย์
6. อาจารย์ ดร.ทศพร ยิ้มมัย
7. เกสัชกร นายณรงค์ คูนวานิช
8. กายภาพบำบัด นางสาววิชุดา จุมศิลา
9. นายจิรายุ วงษ์ปัญญา
10. นายณัฐฐ์ปวินท์ ดวงแสงเหล็ก

## อัตราค่าลงทะเบียน

ระหว่างวันที่ 21 พฤศจิกายน – 25 ธันวาคม 2565  
26 ธันวาคม 2565 – 15 มกราคม 2566

ราคา 5,500 บาท/คน

ราคา 6,500 บาท/คน



REGISTER

## ขั้นตอนการสมัครเข้าร่วมโครงการ

1. กรอกข้อมูลการสมัครออนไลน์จาก QR Code
2. ธนาคารจะเปิดให้ชำระเงินตั้งแต่วันที่ 21 พฤศจิกายน 2565 ถึงวันที่ 15 มกราคม 2566 โดยผู้สมัครสามารถส่งหลักฐานการชำระเงินมาที่

อีเมลล์ [rukchanok.u@rajavejhospital.com](mailto:rukchanok.u@rajavejhospital.com) /หรือทางไลน์ QR code

เพื่อยืนยันการชำระเงินของท่าน โดยระบุรายละเอียดดังนี้

- ชื่อและนามสกุลของผู้สมัคร
- เบอร์ติดต่อ
- หน่วยงานที่สังกัด



3. เจ้าหน้าที่จะติดต่อกลับท่านทันทีที่มีการตรวจสอบข้อมูลเรียบร้อย
4. หากมีข้อคำถาม กรุณาติดต่อเจ้าหน้าที่ (คุณต้อม) ที่เบอร์ 089-159-5680 (ภายในวันทำการ ตั้งแต่เวลา 08.00 – 16.00 น.)

5. ธนาคาร กรุงศรีอยุธยา สาขาราชเทวี บจก. โรงพยาบาลราชเวช เลขบัญชี: 044-1-47431-0

## กำหนดการอบรม

- Exercise physiology: Systemic response and adaptation
  - Energy partition for exercise
  - Cardiopulmonary response during exercise
  - Neuro-hormonal changes with physical training
  - Physiological adaptation during exercise
- Pathophysiology of cardiovascular diseases, diagnosis, and treatments
  - Cardiovascular diseases: Heart and blood vessels
    - Coronary Artery Anatomy
    - Coronary Artery Disease (CAD)
    - Valvular disease
    - Heart Attack
    - Heart Failure
    - Hypertension
  - Diagnosis of CVD
    - ECG rest and exercise
    - Echocardiogram
    - Cardiac Magnetic Resonance Imaging (MRI)
    - Cardiac Computed Tomography (CT)
    - Coronary Artery Angiography (CAG)
  - Treatments for CVD
    - Medications and indications
    - Invasive approaches: Angioplasty vs Surgery
    - What about valvular insufficiency?
    - Lifestyle modifications
- Cardiovascular medications and their physiological effects
  - Specific medications for heart disease
  - Common medications for risk factors modification
  - What is Dual Antiplatelet Therapy (DAPT) and why?
  - Importance of beta-blockers in CVD
- Fundamental of exercise ECG and basic interpretation

- Anatomy of conductive system of the heart
- Rate, Rhythm, and Axis
- Common arrhythmia
- Pre-exercise physical screening, preparation, and guidelines
  - Indications and contraindications for exercise training
  - Basic of Subjective, Objective, Assessment, and Plan (SOAP)
  - Physical assessment and clinical data gathering for exercise training
- Clinical exercise testing and interpretation
  - 6 minute walk test (6 MWT)
  - Cardiopulmonary Exercise Testing (CPET)
  - Body composition assessment
- Application of exercise testing and laboratory practice
  - Exercise test preparation
  - Cardiopulmonary Exercise Testing (CPET) and Exercise Stress test (EST)
  - Pulmonary Function Test (PFT)
  - Lactate threshold testing
- Rehabilitation in cardiovascular conditions
  - Pre-exercise evaluation
  - Inpatient rehabilitation
  - ADL in rehabilitation
  - Breathing retraining
- Principle of exercise training for better health outcome
  - Principle of exercise training
  - Specificity, overload, progression, and adaptation
  - Physiological benefits of exercise
- Exercise training for specific cardiovascular conditions: Practical issues
  - Implementing exercise prescription for heart patients
  - Load, volume, and physical capacity
  - Physiological concerns during exercise training
- Tips and tricks of strength training
  - Isometric, isotonic, and isokinetic
  - Program design for health purposes

- Specific case study
- Functional exercise for health improvement
  - Basic of functional training
  - Balance, stability, and coordination
  - Functional exercise for mobility

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผู้เข้าอบรมมีความรู้ ความชำนาญในการออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกาย และการประเมินผลลัพธ์จากการออกกำลังกาย รวมถึงมีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในกระบวนการรักษาผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด สามารถประเมินและป้องกันความเสี่ยงที่อาจขึ้นในระหว่างการทำกิจกรรมการออกกำลังกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

**กำหนดการอบรม**  
**Exercise Management in People with Cardiovascular Conditions**  
**ระหว่างวันที่ 1 – 4 กุมภาพันธ์ 2566**

| วันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2566 |          |                                                            |                              |
|--------------------------|----------|------------------------------------------------------------|------------------------------|
| เวลา                     | จำนวนชม. | หัวข้อบรรยาย                                               | วิทยากร                      |
| 08:00 – 08.30 น.         | 30 นาที  | ลงทะเบียน                                                  |                              |
| 08.30 – 10.15 น.         | 105 นาที | Exercise physiology & physiological adaptation             | อ.ดร.ทศพร ยิ้มลมัย           |
| 10.15 – 10.30 น.         | 15 นาที  | พักรับประทานอาหารว่าง                                      |                              |
| 10.30 – 12.00 น.         | 90 นาที  | Principle of exercise training for better health outcome   | ผศ.ดร.เฉลิม ชัยวัชรารักษ์    |
| 12.00 – 13.00 น.         | 60 นาที  | พักรับประทานอาหารกลางวัน                                   |                              |
| 13.00 – 15.00 น.         | 120 นาที | Pathophysiology of CVD and diagnosis (part 1)              | นพ.หยี ยืนฐะสิริ             |
| 15.00 – 15.15 น.         | 15 นาที  | พักรับประทานอาหารว่าง                                      |                              |
| 15.15 – 16.30 น.         | 75 นาที  | Pre-exercise physical screening, preparation, & guidelines | รศ.ร.ต.อ.หญิง ดร.ระพีณ ผลสุข |
| วันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2566 |          |                                                            |                              |
| เวลา                     | จำนวนชม. | หัวข้อบรรยาย                                               | วิทยากร                      |
| 08:00 – 08.30 น.         | 30 นาที  | ลงทะเบียน                                                  |                              |
| 08.30 – 10.15 น.         | 105 นาที | Pathophysiology of CVD and treatments (part 2)             | นพ.หยี ยืนฐะสิริ             |
| 10.15 – 10.30 น.         | 15 นาที  | พักรับประทานอาหารว่าง                                      |                              |
| 10.30 – 12.00 น.         | 90 นาที  | Fundamental of exercise ECG and basic interpretation       | นพ.สุวัฏ รัตนโก              |
| 12.00 – 13.00 น.         | 60 นาที  | พักรับประทานอาหารกลางวัน                                   |                              |
| 13.00 – 15.00 น.         | 120 นาที | Cardiovascular medications and physiological effects       | เภสัชกร ณรงค์ คูนวานิช       |
| 15.00 – 15.15 น.         | 15 นาที  | พักรับประทานอาหารว่าง                                      |                              |
| 15.15 – 16.30 น.         | 75 นาที  | Clinical exercise testing & interpretation                 | ผศ.ดร.สิทธา พงษ์พิบูลย์      |

\*\*\*หมายเหตุ : กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม \*\*\*

## กำหนดการอบรม (ต่อ)

| วันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2566 |          |                                                                            |                          |
|--------------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| เวลา                     | จำนวนชม. | หัวข้อบรรยาย                                                               | วิทยากร                  |
| 08:00 – 08.30 น.         | 30 นาที  | ลงทะเบียน                                                                  |                          |
| 08.30 – 10.15 น.         | 105 นาที | Application of exercise testing in clinical practice                       | จิรายุ วงษ์ปัญญา         |
| 10.15 – 10.30 น.         | 15 นาที  | พักรับประทานอาหารว่าง                                                      |                          |
| 10.30 – 12.00 น.         | 90 นาที  | Rehabilitation in cardiovascular conditions                                | ภก. นางสาววิชุดา จุมศิลา |
| 12.00 – 13.00 น.         | 60 นาที  | พักรับประทานอาหารกลางวัน                                                   |                          |
| 13.00 – 15.00 น.         | 120 นาที | Exercise training for specific cardiovascular conditions: Practical issues | ผศ.ดร.สิทธา พงษ์พิบูลย์  |
| 15.00 – 15.15 น.         | 15 นาที  | พักรับประทานอาหารว่าง                                                      |                          |
| 15.15 – 16.30 น.         | 75 นาที  | Tips and tricks of strength and resistance exercise                        | ณัฏฐ์ปวินท์ ดวงแสงเหล็ก  |
| วันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2566 |          |                                                                            |                          |
| เวลา                     | จำนวนชม. | หัวข้อบรรยาย                                                               | วิทยากร                  |
| 08:00 – 08.30 น.         | 30 นาที  | ลงทะเบียน                                                                  |                          |
| 08.30 – 10.15 น.         | 105 นาที | Functional exercise for mobility                                           | ณัฏฐ์ปวินท์ ดวงแสงเหล็ก  |
| 10.15 – 10.30 น.         | 15 นาที  | พักรับประทานอาหารว่าง                                                      |                          |
| 10.30 – 12.00 น.         | 90 นาที  | Practicum in exercise testing                                              | ผศ.ดร.สิทธา พงษ์พิบูลย์  |
| 12.00 – 13.00 น.         | 60 นาที  | พักรับประทานอาหารกลางวัน                                                   |                          |
| 13.00 – 14.00 น.         | 60 นาที  | Certificate presentation                                                   | นพ.หยี ยิภูระสิริ        |

\*\*\*หมายเหตุ : กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม \*\*\*



## เก็เขียนสั่งการ

เลขที่หนังสือ:

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง: โรงพยาบาลราชเวช

วันที่ในหนังสือ: 8 ธันวาคม 2565

คณะพลศึกษา สำนักงานคณบดี

เลขทะเบียนรับที่ 816

วันที่ 16 ธันวาคม 2565 เวลา 16:10 น.

เรื่อง ขอเรียนเชิญเข้าร่วมโครงการอบรม Exercise Management in People with Cardiovascular Conditions

มอบภาควิชาสาธารณสุขศาสตร์และภาควิชาวิทยาศาสตร์  
การกีฬาเพื่อทราบและพิจารณา

ผู้อนุมัติ 1 (นรินทร์ทิพย์ กาเซ็ม)

ผู้ปฏิบัติงานทั่วไป

วันที่ 16/12/2022

ทราบ

ผู้อนุมัติ 2 (วิมลรัตน์ อุทัยวัฒนาทร)

นักจัดการงานทั่วไป

วันที่ 16/12/2022