

## งานประชุมเวชศาสตร์การกีฬาสัญจร 2568

วันที่ 9-10 มกราคม 2568

### ณ ห้องประชุมห้วยตะพาน ชั้น 3 และห้องประชุมช่อประดู่ ชั้น 4 อาคารจุฬารังสรรค์เวชวัฒน์ โรงพยาบาลศูนย์การแพทย์มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

“อนุสาขาเวชศาสตร์การกีฬา ราชวิทยาลัยแพทย์ออร์โธปิดิกส์แห่งประเทศไทยร่วมกับโรงพยาบาลศูนย์การแพทย์มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จัดงานประชุมวิชาการประจำปีที่มีมุ่งเน้นให้เกิดประโยชน์ต่อแก่นำสุขภาพชุมชนไปสู่ประชาชนทั่วไป โดยถ่ายทอดข้อมูลความรู้ด้านเวชศาสตร์การกีฬาผ่านหัวข้อโรคที่พบบ่อยและประเด็นที่น่าสนใจ ทำให้เวชศาสตร์การกีฬาเป็นที่รู้จักและก่อให้เกิดเครือข่ายการประสานงานร่วมกันในการดูแลรักษาผู้ป่วยของบุคลากรทางการแพทย์ในภูมิภาคอย่างเป็นองค์รวม”

9 มกราคม 2568	
ห้องประชุมห้วยตะพาน ชั้น 3 อาคารอาคารจุฬารังสรรค์เวชวัฒน์	
08.00 - 09.00น.	ลงทะเบียน
09.00 - 09.30น.	พิธีเปิด
09.30 - 09.45น.	รวมบริการผลงานพันธกิจ นพ.วชิรพงษ์ ชนนะ (รพ.ศกพ.มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์)
<b>ช่วงที่ 1: สารพันปัญหาข้อไหล่</b>	
ผู้ดำเนินรายการ: นพ.เอกวิทย์ เกษุราพันธ์, นพ.นันทพล ชูเวสศิริพร	
09.45 - 9.55น.	ไหล่ติดโรคฮิตที่รักษาได้ นพ.ธนากร ไชยชนะ (รพ.ทุ่งสง)
9.55 - 10.05น.	แคลเซียมเกาะเอ็นไหล่แล้วไงต่อ? นพ.ภัทรศักดิ์ รักษาชูชีพ (รพ.ท่าศาลา)
10.05 - 10.15น.	ช่วงถาม-ตอบ
10.15 - 10.30น.	รับประทานอาหารว่าง
<b>ช่วงที่ 2: เอ็นหัวไหล่ฉีกขาดและการผ่าตัดส่องกล้อง</b>	
ผู้ดำเนินรายการ: นพ.ชลวิช จันทร์ลลิต, นพ.พัฒนพงษ์ สุวรรณโกมลกุล	
10.30 - 10.40น.	เอ็นหัวไหล่ฉีกขาดน่ากลัวแค่ไหน? ดูแลอย่างไรดี? พญ.ธนรรพร เปี่ยมทิพย์มนัส ศกพ.กาญจนภิเษก
10.40 - 10.50น.	ก้าวใหม่-อุุ่นใจไร้ความปวด ตอน วิสัยทัศน์แพทย์กับการผ่าตัดส่องกล้อง นพ.ศิวทัศน์ ปวงราบ (รพ.ศกพ.มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์)
10.50 - 11.00น.	ช่วงถาม-ตอบ

<b>ช่วงที่ 3: ปัญหาปวดเมื่อย คอ บ่า ไหล่ และออฟฟิศซินโดรม</b>	
ผู้ดำเนินรายการ: นพ.สุวิทยา เขียวกระจ่าง	
11.00 - 11.45น.	<b>ปวดเมื่อยคอ บ่า ไหล่ ปัญหาหัวใจของมนุษย์ออฟฟิศ(ซินโดรม) กิจกรรม Workshop</b> เรียนรู้ความสำคัญการปฏิบัติจริงในหัวข้อ “การยศาสตร์ที่เหมาะสมขณะทำงาน” (Ergonomics Training) และเทคนิคท่าทางการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ วิทยากร กภ.รัชยา ศุภลักษณ์ ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา ศูนย์ส่งเสริมพัฒนธรรม และการกีฬา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ผู้ช่วยสอน นักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา
11.45 - 12.00 น.	ช่วงถาม-ตอบ
12.00 - 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
<b>ช่วงที่ 4: ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและการบาดเจ็บที่พบบ่อย</b>	
ผู้ดำเนินรายการ: นพ.พิสิฐฐ์ เลิศวานิช	
13.00 - 13.10 น.	<b>การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ</b> นพ.คณาพจน์ เฟื่องเกตู (รพ.ศกพ.มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์)
13.10 - 13.20 น.	<b>รับมืออย่างไรเมื่อข้อเท้าแพลง</b> พญ.จิตตมาศ อุทกะปิณฑานนท์ (รพ.ศกพ.มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์)
13.20 - 13.30 น.	ช่วงถาม-ตอบ
<b>ช่วงที่ 5: ปัญหาปวดเข่าที่พบบ่อย</b>	
ผู้ดำเนินรายการ: นพ.วิรัตน์ คงเจริญสมบัติ, นพ.ปรัชญา มานพ	
13.30 - 13.40 น.	<b>เจ็บลูกสะบ้าที่อาจไม่ใช่แค่ลูกสะบ้า</b> นพ.วาทีต วุฒิमानพ รพ.มหาราช นครศรีธรรมราช
13.40 - 13.50 น.	<b>การวินิจฉัยและการรักษาหมอนรองข้อเข่าฉีกขาด</b> นพ.สุทิพย์ หนูวรรณ รพ.ทุ่งสง
13.50 - 14.00 น.	ช่วงถาม-ตอบ
<b>ช่วงที่ 6: โรคฮิตนักกีฬา เอ็นไขว้หน้าขาด</b>	
ผู้ดำเนินรายการ: นพ.เสริมศักดิ์ สุมานนท์	
14.00 - 14.10 น.	<b>การวินิจฉัยและแนวทางการรักษาเอ็นไขว้หน้าขาด</b> นพ.ปถวิรินทร์ แก่นยะกุล รพ.สงขลา

14.10 - 14.20 น.	แนวทางการฟื้นฟูผู้ป่วยหลังการผ่าตัดส่องกล้องรักษาเอ็นไขว้หน้าเข่า นพ.ฮาฟีสต์ สนิทสกุล รพ.ยะลา
14.20 - 14.30 น.	ช่วงถาม-ตอบ
<b>ช่วงที่ 7: แข็งแรงได้ด้วยวิทยาศาสตร์การกีฬา</b> ผู้ดำเนินรายการ: นพ.กรกฤษณ์ ชัยเจนกิจ	
14.30 - 15.15น.	พิชิตกล้ามเนื้อฟิตได้ ทำเองง่ายด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา กิจกรรม Workshop เรียนรู้ควบคุมการปฏิบัติจริงในหัวข้อ “ออกกำลังกายเสริมสร้างกำลัง กล้ามเนื้อ ไหล่ เข่า สะโพก ด้วยศาสตร์แห่งวิทยาศาสตร์การกีฬา” วิทยากร อาจารย์ณภัรต์น์ ดวงจันทร์ สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย สำนักแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ผู้ช่วยสอน นักศึกษาสาขา วิทยาศาสตร์การกีฬา
15.15 - 15.30น.	ช่วงถาม-ตอบ
15.30 - 16.00น.	สรุปกิจกรรมประชุมวิชาการวันแรก, มอบของที่ระลึกวิทยากร, ผู้เข้าร่วมประชุม วิชาการรับประกาศนียบัตร, ถ่ายภาพที่ระลึกร่วมกัน
16.00 - 17.00น.	กิจกรรมกีฬา และนันทนาการ
17.00 - 18.00น.	เดินทางไปยังที่พัก
18.00น. เป็นต้นไป	รับประทานอาหารเย็นร่วมกัน

<b>9 มกราคม 2568</b> <b>ห้องประชุมห้องประชุม ชั้น 4 อาคารจุฬาภรณเวชวัฒน์</b>	
13.00 - 14.00น.	หัวข้อ “การพยาบาลผู้ป่วยที่มีภาวะไหล่ติดและผ่าตัดซ่อมแซมเอ็นไขว้หน้าเข่า” วิทยากร นางสาวจวีร์วรรณ รามมณี พยาบาลวิชาชีพ พยาบาลเฉพาะทางสาขาการ พยาบาลออร์โธปิดิกส์ รพ. মহาราช
14.00 - 15.00น.	หัวข้อ “การพยาบาลในผู้ป่วยที่ได้รับ การผ่าตัดเอ็นเข่า” วิทยากร นางกันยารัตน์ โชติธรรมโม พยาบาลวิชาชีพ พยาบาลเฉพาะทางสาขาการพยาบาลออร์โธปิดิกส์ รพ. มหาราช

15.00 -16.00น.	หัวข้อ "การพยาบาลผู้ป่วยที่ต้องได้รับการผ่าตัดทางกระดูกและข้อ" วิทยากร นายพร ชัย สุขใส พยาบาลวิชาชีพ พยาบาลเฉพาะทางสาขากาย พยาบาลออร์โธปี ดิกส์ รพ.มหาราช
----------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

10 มกราคม 2568 ห้องประชุมช่อประดู่ ชั้น 4 อาคารจุฬารณเวชวิวัฒน์		10 มกราคม 2568 ห้องประชุมห้วตะพาน ชั้น 3 อาคารอาคารจุฬารณเวชวิวัฒน์	
08.00-08.30 น.	ลงทะเบียน	08.00 -08.30 น.	ลงทะเบียน
Session 1: Shoulder topic and case presentation		08.30-10.30 น.	หัวข้อ "การพยาบาลเตรียมผู้ป่วยก่อนผ่าตัดทางกระดูกและข้อ" วิทยากร ผศ.ดร.อรเพ็ญ สุขะวัลลิ อาจารย์พยาบาลสำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ ม.วลัยลักษณ์
ผู้ดำเนินรายการ	รศ.นพ.ชนะการ พรพัฒน์กุล, นพ.สิทธิธานต์ อิมประสิทธิ์ชัย	10.00- 11.00 น	หัวข้อ "การพยาบาลผู้ป่วยหลังผ่าตัดส่องกล้อง" วิทยากร ผศ.ดร.ทิพวรรณ พลาณพัฒน์ อาจารย์พยาบาลสำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ ม.วลัยลักษณ์
08.30 - 08.45 น	Basic knowledge of acromioclavucular joint รศ.นพ. ไชยวัฒน์ ช่วยชูสกุล รพ.ม.สงขลานครินทร์	11.00- 12:00 น	หัวข้อ "The Mindfulness-Based Nursing Rehabilitation" วิทยากร ผศ.ดร.ชิตชนก มยุรภักดิ์ อาจารย์พยาบาลสำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ ม.วลัยลักษณ์
08.45 - 09.00 น	How to deal with acromioclavicular joint injury นพ.พงษ์เทพ ณ นคร รพ.เฉพาะทางกระดูกและข้อ ข้อดีมีสุข	12.00- 13.00 น	รับประทานอาหารกลางวัน
09.00 - 09.15 น	ช่วงถาม-ตอบ / รับประทานอาหารว่าง	13.00- 14.30 น	หัวข้อ "การพยาบาลเพื่อพิชิตภาวะ

			ออฟฟิตซินโดรม" วิทยากร นางสาวที่ฉ้มพร ปัญญา ทิพย์ พยาบาลวิชาชีพ พยาบาล เฉพาะทางสาขาการ พยาบาลออร์โธปิดิกส์ รพ.มหาราช
Session 2: Meniscus topic and case presentation	14.30- 16.00 น.	หัวข้อ "แลกเปลี่ยน ประสบการณ์การพบเจอและ การดูแลผู้ป่วยทางเวชศาสตร์ การกีฬา" วิทยากร นางสาววัลยา ปูเงิน พยาบาลวิชาชีพ คลินิก กระดูกและข้อ รพ.ศูนย์การแพทย์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ วิทยากร นางสาวที่ฉ้มพร ปัญญาทิพย์ พยาบาลวิชาชีพ พยาบาลเฉพาะทางสาขาการ พยาบาลออร์โธปิดิกส์ รพ. มหาราช	
ผู้ดำเนินรายการ	นพ.ณัฐพร แสงเพชร, นพ.นิติ ปราสาทอาภรณ์		
09.15 - 09.30 น	Tips and tricks for meniscus repair นพ.ศศิพงษ์ โรหิตไต่ปการ รพ.หาดใหญ่		
09.30-09.45 น	Posterior meniscus root repair with transtibial ribbon นพ.อุกฤษณ์ คุณาธรรม		
09.45-10.00 น	ช่วงถาม-ตอบ		
10.00-11.00 น.	Live surgery: Reverse shoulder arthroplasty โดย ศ.นพ.บัญชา ชื่นชูจิตต์		

ผู้ดำเนินรายการ	พ.อ.ยศ.นพ.ณัฐฐา กุลกำมัธร รศ.นพ.พิงควรรศ คงมาลัย		
-----------------	-----------------------------------------------------	--	--