

## โครงการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ เพิ่มพูนความรู้เพื่อการตรวจการนอนหลับและการเฝ้าระวังอาการขณะปฏิบัติการตรวจ

### หลักการและเหตุผล

การตรวจการนอนหลับในห้องปฏิบัติการ เป็นการตรวจด้วยวิธีพิเศษที่ต้องใช้ความรู้ในหลายสาขาทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ เช่น ให้การพยาบาล การประเมินอาการและการเฝ้าระวังอาการผิดปกติที่อาจเกิดขึ้น ในขณะที่ปฏิบัติการตรวจ ต้องมีความรู้ความสามารถในการใช้เครื่องปรับแรงดันบวกและประเมินอาการผู้มารับการตรวจในรายที่จำเป็นต้องใช้เครื่องให้ถูกต้องตามเกณฑ์มาตรฐาน ต้องสามารถประมวลผลตรวจและรายงานผลการตรวจได้ถูกต้อง

ทางห้องปฏิบัติการตรวจของศูนย์โรคการนอนหลับ โรงพยาบาลรามาริบัติ จึงจำเป็นต้องมีการให้ความรู้และฝึกปฏิบัติแก่เจ้าหน้าที่ประจำห้องปฏิบัติการ และเจ้าหน้าที่ที่สนใจปฏิบัติงานในห้องปฏิบัติการตรวจการนอนหลับ ให้มีความรู้ความเข้าใจ และสามารถให้การดูแลขณะปฏิบัติการตรวจในห้องปฏิบัติการได้อย่างมีประสิทธิภาพ ถูกต้องตามเกณฑ์มาตรฐานสากล

ซึ่งการอบรมนี้เป็นการอบรมด้านทฤษฎีและการฝึกปฏิบัติภายในศูนย์โรคการนอนหลับ โรงพยาบาลรามาริบัติ แก่เจ้าหน้าที่ประจำศูนย์และบุคลากรทางการแพทย์ที่สนใจ ตั้งแต่พื้นฐานการตรวจเพื่อสร้างสมรรถนะการปฏิบัติงานได้อย่างมั่นใจ สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดตามเกณฑ์มาตรฐาน เป็นแนวทางเดียวกัน เพื่อเพิ่มจำนวนเจ้าหน้าที่และสร้างโอกาสให้กับเจ้าหน้าที่ผู้สนใจ และยังสามารถเป็นแหล่งความรู้ทางวิชาการ ตามเป้าหมายวิสัยทัศน์และพันธกิจของคณะ

### วัตถุประสงค์

1. เป็นการอบรมความรู้ความชำนาญด้านการตรวจการนอนหลับจากประสบการณ์ตรง สามารถนำไปใช้ได้จริงในห้องปฏิบัติงาน
2. เพื่อให้มีความเข้าใจ มั่นใจในการปฏิบัติงาน และสามารถนำไปปรับใช้ตามความเหมาะสมในหน่วยงาน
3. สามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปสอบปรับคุณวุฒิกับสมาคมโรคจากการนอนหลับแห่งประเทศไทย

### ตัวชี้วัด

1. เสิ้งปริมาณ ผู้เข้าอบรมจำนวน 5-10 คน ต้องผ่านการฝึกอบรมมากกว่าร้อยละ 80 ของเวลาที่จัดอบรม(ตลอด 1 เดือน)
2. เสิ้งคุณภาพ ผู้ที่ผ่านการฝึกอบรมมีความรู้ ความเข้าใจ และมั่นใจในการปฏิบัติงานในห้องปฏิบัติการ เห็นความสำคัญในการเพิ่มพูนความรู้และนำความรู้ที่ได้ไปใช้อย่างถูกต้องเหมาะสม และผ่านเกณฑ์การทดสอบมากกว่าร้อยละ 80

### วิธีดำเนินการ

1. อบรมทฤษฎี 1 สัปดาห์ (จันทร์-ศุกร์ 9.00-16.00 น.)
2. อบรมการฝึกปฏิบัติ 3 สัปดาห์ (จันทร์-เสาร์ 19.00-7.00 น. ตามตารางปฏิบัติ)

## คำฝึกอบรม

1. เจ้าหน้าที่ภายในคณะฯ ไม่เสียค่าใช้จ่าย (กลุ่มละ ไม่เกิน 3 ราย)
2. เจ้าหน้าที่ภายนอกคณะฯ รายละ 15,000 บาท / 1 เดือน ไม่รวมค่าอาหารและที่พัก (กลุ่มละ ไม่เกิน 5 ราย)

## ระยะเวลาดำเนินการ

- รุ่นที่ 1 วันที่ 5-31 พฤษภาคม พ.ศ. 2569 จำนวน 8 คน หลักสูตร พื้นฐาน  
รุ่นที่ 2 วันที่ 1-31 กรกฎาคม พ.ศ. 2569 จำนวน 8 คน หลักสูตร พื้นฐาน  
รุ่นที่ 3 วันที่ 1-30 กันยายน พ.ศ. 2569 จำนวน 8 คน หลักสูตร ขำนาญการ

## สถานที่จัด

ศูนย์โรคการนอนหลับ ชั้น 7 อาคารสมเด็จพระเทพรัตน์ โรงพยาบาลรามาธิบดี

## กลุ่มเป้าหมาย

เจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับ หรือบุคลากรทางการแพทย์ภายในและภายนอกคณะฯ

## ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้ารับการอบรมมีความมั่นใจในการปฏิบัติงานด้านการตีตออุปกรณ์ การใช้เครื่องปรับแรงดันบวก ตลอดจนการปรับค่าแรงดันบวกได้ดีในผู้ป่วยที่ไม่มีอาการซับซ้อน และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริงในห้องปฏิบัติงาน
2. ผู้เข้ารับการอบรมสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปพัฒนางาน และสะสมประสบการณ์ก่อนสอบปรับคุณสมบัติกับสมาคมโรคการนอนหลับแห่งประเทศไทย
3. มีจำนวนเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับเพิ่มมากขึ้น

## การบูรณาการ

มีการนำโครงการฯ ไปบูรณาการกับงานบริการผู้ป่วยแบบครบวงจรอย่างมีมาตรฐาน เช่นการให้ความรู้แก่ประชาชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้ประชาชนมีความตระหนักถึงการดูแลสุขภาพ และด้านการผลิตบุคลากรทั้งในและนอกสถาบันให้มีประสิทธิภาพและเป็นมาตรฐานเดียวกัน

## วิทยากร

1. แพทย์ประจำศูนย์โรคการนอนหลับ  
รองศาสตราจารย์ ดร. แพทย์หญิงวิสาข์สิริ ตันตระกูล  
อาจารย์ แพทย์หญิงอัญญา ทองแย้ม และ  
อาจารย์ นายแพทย์พงศกร ตนายะพงศ์
2. นักตรวจการนอนหลับ และพยาบาลประจำศูนย์โรคการนอนหลับ (ช่วงเวลาที่ปฏิบัติการในห้องปฏิบัติการ)

**หลักสูตรอบรม** หลักสูตรพื้นฐาน รุ่นที่ 1 วันที่ 5-31 พฤษภาคม พ.ศ. 2569, รุ่นที่ 2 วันที่ 1-31 กรกฎาคม พ.ศ. 2569

1. ภาคทฤษฎี จันทร์ – ศุกร์ 9.00–16.00 น. (สัปดาห์แรก)

ความรู้พื้นฐานเรื่องโรคที่เกี่ยวข้องกับการนอนหลับ คุณภาพการนอนหลับ และการตรวจการนอนหลับ

<b>1/2569: วันที่ 1 วันอังคาร ที่ 5 พฤษภาคม 2569</b>	<b>2/2569: วันที่ 1 วันจันทร์ ที่ 6 กรกฎาคม 2569</b>
9.00–10.00 น. กล่าวต้อนรับ และ แนะนำความรู้เรื่องการตรวจการนอนหลับ	รศ. ดร. พญ.วิสาข์สิริ ตันตระกูล/ คุณวรกต สุวรรณสถิตย์
10.00-12.00 น. ทฤษฎีการวัดและหาจุดในการวาง electrode ในเด็ก และผู้ใหญ่	น.ส.นงลักษณ์ ทับประทุม และ พว.พิราวรรณ เบ็ญจชาติ
<b>12.00-13.00 น.</b>	<b>พักกลางวัน</b>
13.00-16.00 น. การวัดและหาจุดในการวาง electrode ในเด็ก และผู้ใหญ่ และฝึกปฏิบัติติดอุปกรณ์	น.ส.นงลักษณ์ ทับประทุม และ พว.พิราวรรณ เบ็ญจชาติ
<b>1/2569: วันที่ 2 วันพุธ ที่ 6 พฤษภาคม 2569</b>	<b>2/2569: วันที่ 2 วันอังคาร ที่ 7 กรกฎาคม 2569</b>
9.00 - 10.00 น. ความรู้พื้นฐานเรื่องโรคที่เกี่ยวข้องกับการนอนหลับ	อ. นพ.พงศกร ตนายะพงศ์
10.00 - 12.00 น. วิธีการการใช้เครื่องและปรับค่าแรงดันเครื่อง CPAP ในขณะตรวจ (CPAP Titration)	น.ส.ธนัชกร ไตรยุทธ
<b>12.00 - 13.00 น.</b>	<b>พักกลางวัน</b>
13.00 - 16.00 น. Observe การให้คำแนะนำ และการใช้เครื่อง CPAP	พว.เบญจวรรณ เจริญรัตน์ และ พว.กมลวรรณ เหมติมผล
<b>1/2569: วันที่ 3 วันพฤหัสบดี ที่ 7 พฤษภาคม 2569</b>	<b>2/2569: วันที่ 3 วันพุธ ที่ 8 กรกฎาคม 2569</b>
9.00 - 12.00 น. วิธีการอ่านและประเมิน ภาวะผิดปกติของการนอนหลับ ในผู้ใหญ่	อ. นพ.พงศกร ตนายะพงศ์
<b>12.00 - 13.00 น.</b>	<b>พักกลางวัน</b>
13.00 - 16.00 น. วิธีการอ่านและประเมิน ภาวะผิดปกติของการนอนหลับ ในเด็ก	อ. พญ.อัญญา ทองแย้ม
<b>1/2569: วันที่ 4 วันศุกร์ ที่ 8 พฤษภาคม 2569</b>	<b>2/2569: วันที่ 4 วันพฤหัสบดี ที่ 9 กรกฎาคม 2569</b>
9.00 - 12.00 น. วิธีการตรวจและการเฝ้าระวังอาการขณะตรวจ และ การอ่าน Stage การนอนหลับ	น.ส.พัชรีย์ กาญจนะ
<b>12.00 - 13.00 น.</b>	<b>พักกลางวัน</b>
13.00 - 16.00 น. วิธีการตรวจความผิดปกติขณะนอนหลับเพิ่มเติม (RBD Protocol) การตรวจประเมินความง่วงนอน ผิดปกติที่เกิดขึ้นในช่วงระหว่างวัน (MSLT/MWT)	น.ส.นงลักษณ์ ทับประทุม/ น.ส.ธนัชกร ไตรยุทธ และ น.ส.พัชรีย์ กาญจนะ
<b>1/2569: วันที่ 5 วันจันทร์ ที่ 11 พฤษภาคม 2569</b>	<b>2/2569: วันที่ 5 วันศุกร์ ที่ 10 กรกฎาคม 2569</b>
9.00 - 12.00 น. การอ่านข้อมูล Staging และ Arousal ในเด็ก และ ผู้ใหญ่	น.ส.ธนัชกร ไตรยุทธ และ น.ส.พัชรีย์ กาญจนะ
<b>12.00 - 13.00 น.</b>	<b>พักกลางวัน</b>
13.00 - 16.00 น. การอ่านข้อมูล Respiratory, PLM และอื่น ๆ ในเด็ก และผู้ใหญ่	น.ส.นงลักษณ์ ทับประทุม และ พว.พิราวรรณ เบ็ญจชาติ



## ผู้รับผิดชอบโครงการ

อาจารย์ แพทย์หญิงอัญชญา ทองแถม

- กุมารเวชศาสตร์โรคระบบหายใจ (วว.)
- กุมารเวชศาสตร์การนอนหลับ (อว.)

**หมายเหตุ** ถ้านักตรวจการนอนหลับ หรือพนักงานตรวจการนอนหลับทั่วไปที่ต้องการเพิ่มประสบการณ์ในการตรวจการนอนหลับให้ได้จำนวนมากขึ้น สามารถลงทะเบียนเพิ่มเติมเป็น 3 เดือน หรือ 6 เดือนได้ตามความประสงค์

## ติดต่อประสานงาน

ศูนย์โรคการนอนหลับ ชั้น 7 อาคารสมเด็จพระเทพรัตน์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

นายปพนสรณ์ กลั่นเรืองแสง เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป

โทร 0-2200-3767, 3776 หรือ 09-0983-9695

อีเมล paponson.krs@gmail.com หรือ paponson.kla@mahidol.ac.th

## หน่วยงานรับผิดชอบการจัดประชุม

งานบริการวิชาการ อาคารวิจัยและสวัสดิการ ชั้น 1 โทร. 0-2201-2193, 0-2201-2990

โทรสาร 0-2201-2607

ผู้ประสานงานในการจัดประชุม :

1. นางสาวรจนา บุญเลิศกุล