



คู่มือปฏิบัติงาน (WORK MANUAL)

กรมแพทย์ทหารเรือ

การตรวจสุขภาพประจำปี

หน่วยงานผู้รับผิดชอบ :

กองสวัสดิการสุขภาพ กรมแพทย์ทหารเรือ

| | | |
|---|---|--------------------------------|
|  | คู่มือปฏิบัติงาน (WORK MANUAL) กรมแพทยทหารเรือ | |
| | กรมแพทยทหารเรือ | หน่วยงานผู้รับผิดชอบ : กสส.พร. |
| | เลขที่เอกสาร WM-NMD-PFU10-R00 | สถานะเอกสาร : |
| เรื่อง : การตรวจสอบสุขภาพประจำปีกำลังพลกองทัพเรือ | | หน้า 1/28 |

การตรวจสอบสุขภาพประจำปีในสถานพยาบาลปฐมนุ้มิกองทัพเรือ

สารบัญ

1. วัตถุประสงค์
2. ข้อมำหนดที่สำคัญของกระบวนการ
3. คำจำกัดความ
4. กำหนดขอบเขตและความรับผิดชอบ
5. กระบวนการขั้นตอน (Work Flow)
6. การติดตามประเมินผลและการปรับปรุงกระบวนการ
7. เอกสารอ้างอิง

บันทึกการอนุมัติและการแก้ไข

สำเนาที่.....

| ฉบับที่ | รายละเอียดการแก้ไข | ผู้อนุมัติ | วันบังคับใช้ |
|----------|--------------------|------------|--------------|
| ฉบับ R01 | | | |
| ฉบับ R02 | | | |
| ฉบับ R03 | | | |



1. วัตถุประสงค์

เพื่อเป็นแนวทางการปฏิบัติงานของบุคลากรในสถานพยาบาลระดับปฐมภูมิของกองทัพเรือ ในการให้คำปรึกษาและหรือดำเนินการตรวจสอบสุขภาพประจำปีให้แก่ผู้รับบริการ รวมทั้งสามารถแปลผลการตรวจและให้คำแนะนำการสร้างเสริมสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ข้อกำหนดที่สำคัญของกระบวนการ

2.1 ระเบียบการตรวจสอบสุขภาพประจำปีของข้าราชการสังกัด ทร.และลูกจ้างประจำตามบันทึก กพ.ทร. ที่ กท. 0507/5471 ลง 28 ก.ค.54

2.2 ระเบียบการเบิกค่าตรวจสุขภาพประจำปีและรายการตรวจเฉพาะที่อ้างถึงหนังสือกรมบัญชีกลาง ที่ กค.0417/ว.117

3. คำจำกัดความ

การตรวจสุขภาพ หมายถึง การประเมินพฤติกรรมและสภาวะทางร่างกาย จิตใจเพื่อค้นหาภาวะเสี่ยงต่อสุขภาพโรคหรือความผิดปกติตั้งแต่ระยะเริ่มแรกในบางโรคเพื่อนำไปสู่การหลีกเลี่ยงและลดปัจจัยเสี่ยง ป้องกันภาวะแทรกซ้อนลดความรุนแรงของโรคหรือความพิการที่อาจเกิดขึ้นได้รวมทั้งปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการเจ็บป่วยโดยไม่จำเป็น

การสร้างเสริมสุขภาพ หมายถึง กระบวนการเกื้อหนุนและสนับสนุนส่งเสริมให้บุคคลและกลุ่มคนมีความสามารถในการควบคุมดูแลและพัฒนาสุขภาพของตนเอง

4. ขอบเขตและความรับผิดชอบ

4.1 ครอบคลุมเฉพาะการตรวจสุขภาพประจำปี ตามข้อกำหนดของกรมบัญชีกลาง ไม่รวมถึงการตรวจพิเศษตามภารกิจ

4.2 ในกรณีที่สถานพยาบาลระดับปฐมภูมิของ ทร.ที่ยังไม่มีความพร้อมในการตรวจทางห้องปฏิบัติการ พร.มุ่งหวังให้บุคลากรของสถานพยาบาลระดับปฐมภูมิสามารถให้คำแนะนำแก่กำลังพล ถึงความสำคัญของการตรวจสุขภาพประจำปี การเตรียมตัวก่อนตรวจ สิทธิประโยชน์ สามารถวิเคราะห์และประเมินผลการตรวจสุขภาพ รวมทั้งให้คำแนะนำในการสร้างเสริมสุขภาพให้สอดคล้องและเชื่อมโยงกับผลการตรวจสุขภาพ

5. กระบวนการขั้นตอนการปฏิบัติงานตาม (Work Flow)

มาตรฐานงานประกอบด้วย 6 กระบวนการย่อย

5.1 การให้คำแนะนำเบื้องต้น มีสาระสำคัญดังนี้ (รายละเอียดตามเอกสารอ้างอิงที่ 1 “คู่มือการตรวจสุขภาพ พร.”)

5.1.1 ความสำคัญของการตรวจสุขภาพประจำปี

5.1.2 การเตรียมตัวก่อนตรวจ เช่นเอกสาร การงดน้ำงดอาหาร ฯลฯ

5.1.3 สิทธิประโยชน์ ข้าราชการจะสามารถเบิกค่าตรวจสุขภาพประจำปีได้ปีละหนึ่งครั้ง และมีรายการตรวจได้เฉพาะที่อ้างถึงหนังสือกรมบัญชีกลาง ที่ กค. 0417/ว117



5.2 การค้นหาคัดกรองภาวะสุขภาพและการตรวจทันตกรรม (รายละเอียดตามแบบฟอร์มที่ 1 “แบบบันทึกการคัดกรองภาวะสุขภาพ”) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อคัดกรองความเสี่ยงเบื้องต้นต่อโรค โดยไม่ต้องมีผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ และสามารถทำได้ในสถานพยาบาลปฐมภูมิทุกแห่งสำหรับการตรวจทันตกรรมต้องตรวจโดยทันตแพทย์

5.3 การตรวจทางห้องปฏิบัติการ ตามรายการใน 5.1.3 ในกรณีที่สถานพยาบาลไม่สามารถให้บริการ ให้แนะนำผู้รับบริการไปตรวจในสถานพยาบาลของทางราชการใน/นอก ทร.(รายละเอียดตามเอกสารอ้างอิงที่ 2 “อนุมัติ ทร. ท้ายบันทึกกพ.ทร. ที่ กท.0503/5871”) และนำผลการตรวจกลับมาสถานพยาบาล

5.4 การวิเคราะห์และแปลผลการตรวจสอบสุขภาพรวบรวมผลการคัดกรองภาวะสุขภาพใน 5.2 และผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ โดยใช้แนวทางของ พร. (รายละเอียดตามเอกสารอ้างอิงที่ 1 “คู่มือการตรวจสอบสุขภาพ พร.”)

5.5 การแนะนำ ประกอบด้วยส่วนสำคัญ ได้แก่

5.5.1 การแจ้งสรุปผลการตรวจ ความเสี่ยงและหรือความผิดปกติที่พบ

5.5.2 การส่งต่อเพื่อการรักษา ในกรณีที่พบโรคหรือการเจ็บป่วย ตามคู่มือการปฏิบัติงานเรื่อง “การรักษาพยาบาลโรคเบื้องต้นสำหรับสถานพยาบาลปฐมภูมิ ทร.”

5.5.3 การสร้างเสริมสุขภาพ ตามสภาพความเสี่ยงที่พบ และในกรณีที่ไม่พบความเสี่ยงก็ต้องแนะนำให้ดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งเน้นย้ำการตรวจสุขภาพครั้งต่อไป

5.6 สรุปและรายงานผล การตรวจสอบสุขภาพประจำปีกำลังพลที่หน่วยดูแลรับผิดชอบ (รายละเอียดตามแบบฟอร์มที่ 2 “แบบรายงานการตรวจสอบสุขภาพประจำปีสถานพยาบาลปฐมภูมิ ทร.”) ส่ง พร.ปีละ 2 ครั้ง
หน่วยรับผิดชอบกระบวนการ สถานพยาบาลปฐมภูมิ ทร.

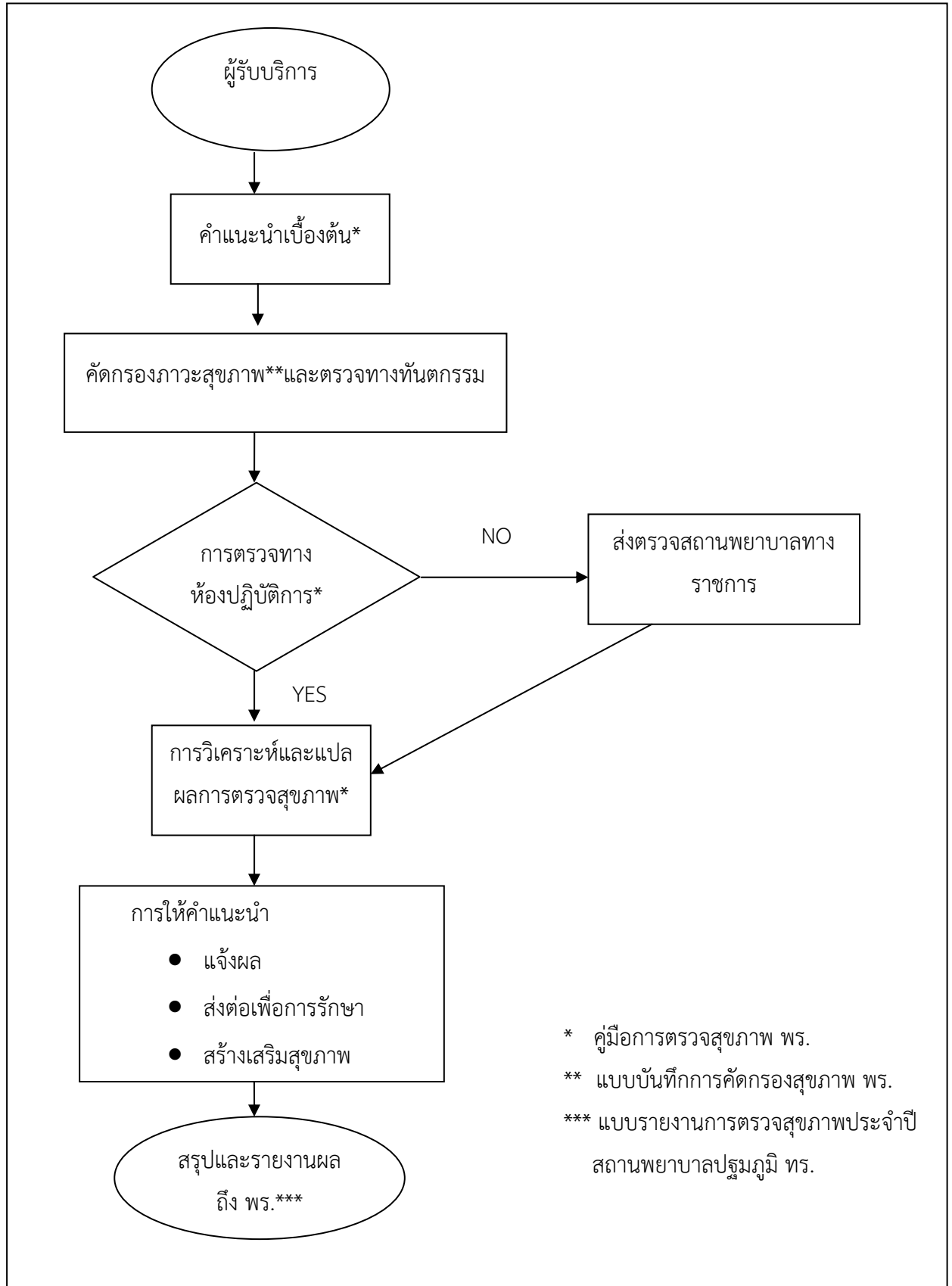
ตัวชี้วัดสำคัญของกระบวนการ

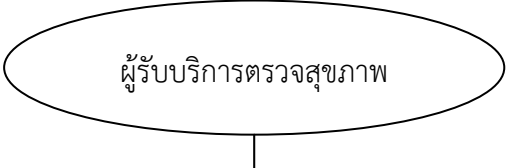
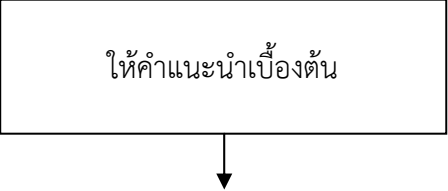
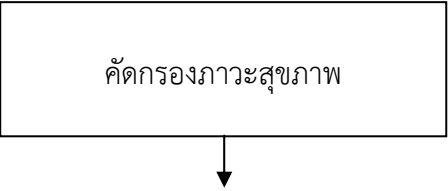
กำลังพลของหน่วยงานได้รับการตรวจสอบสุขภาพประจำปี ร้อยละ 80

ผู้รับผิดชอบกระบวนการ บุคลากรสายแพทย์ที่หัวหน้าหน่วยมอบหมาย

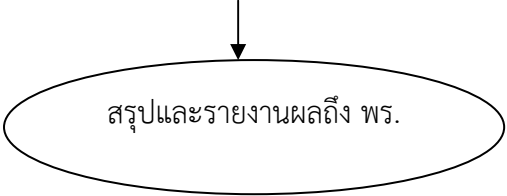


Work Flow กระบวนการ การตรวจสอบสุขภาพประจำปีในสถานพยาบาลปฐมภูมิกองทัพเรือ



| Work flow | | | | |
|---|--|------|--|-----------------------|
| ชื่อกระบวนการ : การตรวจสอบสุขภาพประจำปีในสถานพยาบาลปฐมภูมิกองทัพเรือ | | | | |
| ตัวชี้วัดที่สำคัญของกระบวนการ ...กำลังพลของหน่วยงานได้รับการตรวจสอบสุขภาพประจำปี ร้อยละ 80..... | | | | |
| ลำดับ | ขั้นตอนของกระบวนการ | เวลา | รายละเอียดขั้นตอนการปฏิบัติงาน | หน่วย/ผู้รับผิดชอบ |
| |  | | <p>เมื่อมีผู้มารับบริการตรวจสอบสุขภาพ จนท.ให้ข้อมูลและคำแนะนำเบื้องต้น ดังต่อไปนี้ (รายละเอียดตามเอกสารอ้างอิงที่ 1 ในคู่มือปฏิบัติงานเรื่องการตรวจสอบสุขภาพ)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ความสำคัญของการตรวจสอบสุขภาพ 2. การเตรียมตัวก่อนตรวจ 3. สิทธิประโยชน์ที่สามารถเบิกค่าตรวจสอบสุขภาพได้และรายการตรวจเฉพาะที่อ้างถึงหนังสือกรมบัญชีกลางที่ กค.0417/ว.117 | เจ้าหน้าที่สถานพยาบาล |
| 1. |  | | | |
| 2. |  | | <p>การคัดกรองภาวะสุขภาพตามแบบฟอร์มที่ 1 ชื่อ “แบบบันทึกการคัดกรองภาวะสุขภาพ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อคัดกรองความเสี่ยงเบื้องต้นต่อโรค โดยไม่ต้องมีผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ</p> | เจ้าหน้าที่สถานพยาบาล |

| ลำดับ | ขั้นตอนของกระบวนการ | เวลา | รายละเอียดขั้นตอนการปฏิบัติงาน | หน่วย/ผู้รับผิดชอบ |
|-------|---------------------|------|---|-----------------------|
| 3. | | | กรณีที่สถานพยาบาลไม่สามารถให้บริการ ให้คำแนะนำไปตรวจในสถานพยาบาลของทางราชการใน/นอก ทร.(รายละเอียดตามเอกสารอ้างอิงที่ 2 “อนุมัติ ทร.ทนายบันทึก กพ.ทร. ที่ กท.0503/5871”) และนำผลการตรวจกลับมาสถานพยาบาล | เจ้าหน้าที่สถานพยาบาล |
| 4. | | | รวบรวมผลการคัดกรองภาวะสุขภาพจาก “แบบบันทึกการคัดกรองภาวะสุขภาพ” จากขั้นตอนที่ 2 และผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ โดยใช้แนวทางของ พร.ตามคู่มือการปฏิบัติงานเรื่องการตรวจสุขภาพ ข้อ 11. การแปลผลการตรวจ | เจ้าหน้าที่สถานพยาบาล |
| 5. | | | เป็นขั้นตอนของการให้คำแนะนำ ซึ่งประกอบด้วยส่วนที่สำคัญ ดังนี้ 5.1 การแจ้งสรุปผลการตรวจ ความเสี่ยงหรือความผิดปกติที่พบ 5.2 การส่งต่อเพื่อการรักษาในกรณีพบโรคหรือการเจ็บป่วย (ตามคู่มือการปฏิบัติงาน เรื่อง"การรักษาพยาบาลและส่งต่อสถานพยาบาลปฐมภูมิ ทร.") 5.3 การสร้างเสริมสุขภาพตามสภาพความเสี่ยงที่พบและในกรณีที่ไม่พบความเสี่ยงก็ต้องให้แนะนำในการดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่องรวมทั้งเน้นให้ตรวจสุขภาพครั้งต่อไป | เจ้าหน้าที่สถานพยาบาล |

| ลำดับ | ขั้นตอนของกระบวนการ | เวลา | รายละเอียดขั้นตอนการปฏิบัติงาน | หน่วย/ผู้รับผิดชอบ |
|---------------------------------|---|------|---|-----------------------|
| 6. |  <p>สรุปและรายงานผลถึง พร.</p> | | สรุป และรายงานผลการตรวจสอบสุขภาพประจำปีกำลัง ผลที่หน่วยดูแลรับผิดชอบ (รายละเอียดตามแบบฟอร์ม ที่ 2 “แบบรายงานการตรวจสอบสุขภาพประจำปี สถานพยาบาลปฐมภูมิ ทร”) ส่ง พร.ปีละ 2 ครั้ง | เจ้าหน้าที่สถานพยาบาล |
| จัดทำเมื่อ.....ม.ค.55..... | | | | |
| ปรับปรุงครั้งที่.....เมื่อ..... | | | | |



6. การติดตามประเมินผลและการปรับปรุงกระบวนการ

ติดตามตัวชี้วัดของกระบวนการทุก 6 เดือน หากพบอุบัติเหตุการณ์ คณะกรรมการจะนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาสาเหตุเข้าสู่กระบวนการ P-D-C-A ต่อไป

7. เอกสารอ้างอิง

7.1 “คู่มือมาตรฐานสุขภาพ กองทัพเรือ” กรมแพทย์ทหารเรือ ; 2553

7.2 บันทึก กพ.ทร.ที่ กท 0503/5871 การตรวจสอบสุขภาพประจำปีของข้าราชการสังกัด ทร.และลูกจ้างประจำ (ปฏิบัติงานนอกที่ตั้งปกติ)

7.3 คู่มือการปฏิบัติงานเรื่องการรักษาพยาบาลโรคเบื้องต้น สำหรับสถานพยาบาลปฐมภูมิ ทร.



(เอกสารอ้างอิงที่ 1)

คู่มือการตรวจสอบสุขภาพ กรมแพทย์ทหารเรือ

การตรวจสอบสุขภาพ หมายถึง การประเมินพฤติกรรมและสภาวะทางจิตใจว่ามีความเสี่ยงต่อสุขภาพอย่างไรบ้างและตรวจร่างกายเพื่อนำไปสู่การลดปัจจัยเสี่ยงและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการเจ็บป่วยโดยไม่จำเป็น การตรวจสอบสุขภาพเป็นการตรวจขณะยังไม่มีอาการผิดปกติใด ๆ หรืออาจมีอาการผิดปกติเพียงเล็กน้อยไม่ชัดเจน เป็นการตรวจเพื่อค้นหาโรคหรือความผิดปกติตั้งแต่ระยะเริ่มแรกเพื่อให้สามารถป้องกันภาวะแทรกซ้อนลดความรุนแรงของโรคหรือความพิการที่อาจเกิดขึ้นในบางโรคได้ตลอดจนทำให้สามารถรักษาได้ตั้งแต่อาการยังไม่มากอย่างไรก็ตามการตรวจสอบสุขภาพไม่ได้เป็นการรับประกันว่าจะไม่เป็นโรคในอนาคตดังนั้นสิ่งที่ดียิ่งที่สุดคือการดูแลสุขภาพให้ดี รับประทานอาหารครบหมู่ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ พักผ่อนเพียงพอ หลีกเลี่ยงจากปัจจัยเสี่ยงของโรคต่างๆ เช่น งดการสูบบุหรี่และดื่มเหล้า เป็นต้น ซึ่งจะนำมาสู่สุขภาพที่ดีต่อไป

การเตรียมตัวเพื่อเข้ารับการตรวจสอบสุขภาพ

1. การให้ข้อมูลประวัติพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นจริง เพื่อเป็นการค้นหาปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ ของผู้มารับบริการ ควรกรอกข้อมูลในใบซักประวัติให้ครบถ้วน
2. ไม่ควรอดนอน ดื่มสุราหรือกาแฟในคืนก่อนการตรวจสอบสุขภาพ เนื่องจากจะทำให้ความดันโลหิตสูงกว่าความเป็นจริง
3. ไม่ควรคุมอาหารในระยะใกล้วันมารับบริการตรวจสอบสุขภาพเท่านั้น
4. การเตรียมตัวในการเจาะเลือด
 - 4.1 สำหรับผู้ที่มีอายุ 35 ปีขึ้นไป จะได้รับการตรวจหาระดับน้ำตาลและไขมันในเลือดดังนั้นจึงต้องอดอาหาร - น้ำและเครื่องดื่มทุกชนิดก่อนเจาะเลือดไม่น้อยกว่า 10 – 14 ชั่วโมง (ควรงดหลัง 20.00น. เป็นต้นไป) หากกระหายน้ำหรือหิวมากให้จิบน้ำเปล่าได้เพียงเล็กน้อย เมื่อเจาะเลือดเรียบร้อยแล้วจึงรับประทานอาหาร - น้ำได้ตามปกติ
 - 4.2 ควรสวมเสื้อผ้าที่สามารถพับแขนขึ้นได้สะดวก หรือเป็นแขนสั้นเพื่อความสะดวกในการเจาะเลือด
5. การปฏิบัติตัวหลังการเจาะเลือด
 - 5.1 ควรกดบริเวณที่เจาะ หรือพับแขนไว้อย่างน้อย 5 – 10 นาที เพื่อให้แน่ใจว่าเลือดหยุดไหลแล้ว
 - 5.2 ไม่ควรงีบหรือนวดบริเวณที่เจาะเพราะอาจทำให้หลอดเลือดแตกได้ ในกรณีที่มีรอยเขียวช้ำบริเวณที่เจาะเลือดแสดงว่าหลอดเลือดแตก หรือมีเลือดออกใต้ผิวหนังบริเวณที่เจาะเนื่องจากการกดหรือการพับแขนไม่ถูกต้อง รอยเขียวช้ำนี้จะหายไปเองภายใน 1 – 2 สัปดาห์



5.3 รับประทานอาหาร – น้ำได้ทันทีหลังการเจาะ จากนั้นสามารถเข้ารับการตรวจรายการต่อไปได้

6. การส่งตรวจปัสสาวะ

ในวันตรวจให้ทำการเก็บปัสสาวะใส่ภาชนะที่เจ้าหน้าที่จัดให้โดยพยายามรองในช่วงกลางๆ ของการถ่ายปัสสาวะ (Mid Stream) จำนวน 15 – 20 ซีซี ปิดฝาภาชนะให้เรียบร้อย

7. การส่งตรวจอุจจาระ

เก็บอุจจาระหลังจากตื่นนอนในเวลาเช้า โดยใช้ไม้หรือช้อนพลาสติกป้ายตัวอย่างอุจจาระประมาณหัวแม่มือใส่ภาชนะที่เตรียมไว้ หากสังเกตเห็นสิ่งผิดปกติ เช่น มูกสีขาวย สีแดงคล้ายเลือด หรือสีดำ ควรป้ายส่วนนั้นใส่มาด้วย ปิดฝาภาชนะให้เรียบร้อย

8. การเตรียมตัวเอ็กซเรย์ปอด

ถอดสร้อยคอหรือโลหะบริเวณทรวงอกออก ถอดเสื้อชั้นใน สวมเฉพาะเสื้อที่ทางห้องตรวจเอ็กซเรย์จัดเตรียมไว้ให้

หมายเหตุ : สตรีมีครรภ์ห้ามเอ็กซเรย์

9. การเตรียมตัวก่อนการตรวจภายใน

9.1 ควรสวมชุดกระโปรงหรือกางเกงแยกชิ้นจากเสื้อ ลักษณะหลวมๆสามารถถอดออกได้ง่าย

9.2 ควรทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกโดยใช้สบู่ธรรมดา ไม่ต้องใช้กลิ่นหอมใดๆ

9.3งดการมีเพศสัมพันธ์ 1 วันก่อนมาตรวจ

9.4 ไม่ควรเหน็บยาใดๆในช่องคลอดมาก่อน 48 ชั่วโมง ยกเว้นกรณีแพทย์สั่ง

9.5 การตรวจหามะเร็งควรมาตรวจหลังประจำเดือนหมดแล้วประมาณ 2 สัปดาห์ สำหรับสตรีวัยที่หมดประจำเดือนแล้วสามารถมาตรวจได้ทุกวันที่มีการตรวจ

10. อัตราค่าบริการการตรวจสุขภาพ

การตรวจสุขภาพประจำปี เป็นการส่งเสริมป้องกันโรค ซึ่งพระราชกฤษฎีกาฯ มาตรา 11 ทวิ กำหนดยกเว้นเป็นกรณีพิเศษให้เฉพาะผู้มีสิทธิ (ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และผู้รับเบี้ยหวัด เบี้ยบำนาญ) สามารถเบิกค่าตรวจสุขภาพประจำปีได้ปีละ 1 ครั้ง ตามรายการและอัตราที่กระทรวงการคลังกำหนด ในหนังสือกรมบัญชีกลาง ด่วนที่สุด ที่ กค 0417/ว 117 การตรวจแบ่งเป็น 2 ช่วงอายุ ทั้งนี้ผู้รับบริการตรวจสุขภาพต้องชำระเงินค่าตรวจแล้วนำไปเสร็จรับเงินไปดำเนินการเบิกจากหน่วยต้นสังกัดเอง



1. ผู้ที่มีอายุไม่เกิน 35 ปี บริบูรณ์

| ลำดับ | รายการตรวจ | ค่าตรวจ (บาท) |
|---|--|---------------|
| ข้าราชการชาย | | |
| 1 | เอ็กซเรย์ทรวงอก (Chest X-Ray) | 170 |
| 2 | ตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis: UA) | 50 |
| 3 | ตรวจเลือด (Complete Blood Count : CBC) | 90 |
| | รวม | 310 |
| ข้าราชการหญิง(เพิ่มการตรวจภายใน) | | |
| 1 | เอ็กซเรย์ทรวงอก (Chest X-Ray) | 170 |
| 2 | ตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis: UA) | 50 |
| 3 | ตรวจเลือด (Complete Blood Count : CBC) | 90 |
| 4 | ตรวจมะเร็งปากมดลูก | |
| | - ตรวจภายใน | 100 |
| | - Pap-Smear | 100 |
| | รวม | 510 |

2. ผู้ที่มีอายุมากกว่า 35 ปี บริบูรณ์ขึ้นไป

| ลำดับ | รายการตรวจ | ค่าตรวจ (บาท) |
|---------------------|--|---------------|
| ข้าราชการชาย | | |
| 1 | เอ็กซเรย์ทรวงอก (Chest X-Ray) | 170 |
| 2 | ตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis: UA) | 50 |
| 3 | ตรวจเลือด (Complete Blood Count : CBC) | 90 |
| 4 | ตรวจเลือดทางเคมี Blood Chemistry | |
| | 4.1 น้ำตาล (Glucose) | |
| | 4.2 คอเลสเตอรอล (Cholesterol) | 40 |
| | 4.3 ไตรกลีเซอไรด์ (Triglyceride) | 60 |
| | 4.4 Blood Urea Nitrogen : BUN | 60 |
| | 4.5 ครีเอตินีน (Creatinine) | 50 |
| | 4.6 SGOT (AST) | 50 |



| ลำดับ | รายการตรวจ | ค่าตรวจ (บาท) |
|-------|--|---------------|
| | 4.7 SGPT (ALT) | 50 |
| | 4.8 Alkaline Phosphatase | 50 |
| | 4.9 Uric acid | 60 |
| | รวม | 780 |
| | ข้าราชการหญิง (เพิ่มการตรวจภายใน) | |
| 1 | เอ็กซเรย์ทรวงอก (Chest X-Ray) | 170 |
| 2 | ตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis: UA) | 50 |
| 3 | ตรวจเลือด (Complete Blood Count : CBC) | 90 |
| 4 | ตรวจเลือดทางเคมี Blood Chemistry | |
| | 4.1 น้ำตาล (Glucose) | 40 |
| | 4.2 คอเลสเตอรอล (Cholesterol) | 60 |
| | 4.3 ไตรกลีเซอไรด์ (Triglyceride) | 60 |
| | 4.4 Blood Urea Nitrogen : BUN | 50 |
| | 4.5 ครีเอตินีน (Creatinine) | 50 |
| | 4.6 SGOT (AST) | 50 |
| | 4.7 SGPT (ALT) | 50 |
| | 4.8 Alkaline Phosphatase | 50 |
| | 4.9 Uric acid | 60 |
| 5 | ตรวจมะเร็งปากมดลูก | |
| | - ตรวจภายใน | 100 |
| | - Pap-Smear | 100 |
| | รวม | 980 |



11. การแปลผลการตรวจ

11.1 เปรียบเทียบค่าดัชนีมวลกาย ดัชนีสุขภาพมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (มช.) การแปลผลและคำแนะนำ

| ดัชนีมวลกาย (กก./ม. ²) น้ำหนักตัว (กก.) ส่วนสูง (ม.) ² | ดัชนีสุขภาพ มช. = ความสูง (ซม.) ลบน้ำหนัก (กก.) | การแปลผล | คำแนะนำ |
|---|---|-------------------------------|--|
| น้อยกว่า 18.5 | มากกว่า 112 | ผอม | รับประทานอาหารให้เพียงพอทั้งคุณภาพและปริมาณพลังงาน ออกกำลังกายอย่างเหมาะสม |
| 18.5 – 22.9 | 101 - 112 | ปกติสมส่วน | |
| 23.0 – 24.9 | 96 - 100 | ท้วม หรือ ค่อนข้าง อ้วน | ถ้ามีกรรมพันธุ์เป็นโรคเบาหวาน หรือไขมันในเลือดสูงต้องพยายามลดน้ำหนักให้ดัชนีมวลกายต่ำกว่า 23 |
| (เสี่ยงขั้นต้น) 25.0 – 29.9 | 83 - 95 | อ้วน | ถ้ามีเส้นรอบเอวมากกว่า 90 ซม.(ชาย) 80 ซม. (หญิง) จะมีโอกาสเกิดโรคความดันและเบาหวานสูง จำเป็นต้องควบคุมอาหารและออกกำลังกาย |
| (เสี่ยงขั้นสูง) 30.0 - 39.9 | 58 - 82 | อ้วนมาก | ถ้ามีเส้นรอบเอวมากกว่าเกณฑ์ปกติด้วยจะเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดัน หัวใจขาดเลือด และเบาหวานสูงมาก ต้องควบคุมอาหารและออกกำลังกายอย่างจริงจัง |

11.2 ค่าเส้นรอบเอวจะมีความสัมพันธ์กับปริมาณไขมันในอวัยวะภายในช่องท้อง ผู้ชายที่มีค่าเส้นรอบเอวมากกว่า 90 เซนติเมตร หรือ 36 นิ้ว และผู้หญิงที่มีค่าเส้นรอบเอวมากกว่า 80 เซนติเมตร หรือ 32 นิ้ว จะมีความเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด

วิธีการวัด

- ใช้สายวัดธรรมดาวัดที่รอบเอวเหนือสะดือให้สายขนานกับพื้น
- วัดขณะที่หายใจออกเต็มที่ อย่าให้สายวัดรัดแน่นเกินไป

11.3 ค่าความดันโลหิต (Blood Pressure หรือ BP)

การแปลผล

ใช้ระดับค่าบนหรือค่าล่างที่รุนแรงกว่าระดับความดันโลหิตปกติในคนอายุ 18 ปีขึ้นไป ดังนี้



ค่าความดันโลหิตค่าบน – ล่าง และการแปลผล

| ค่าความดันโลหิตค่าบน (มิลลิเมตรปรอท) | ค่าความดันโลหิตค่าล่าง (มิลลิเมตรปรอท) | การแปลผล (ใช้ระดับค่าบนหรือค่าล่างที่รุนแรงกว่า) |
|---|---|---|
| ต่ำกว่า 120 | ต่ำกว่า 80 | ปกติ |
| 120 - 139 | 80 - 89 | ค่อนข้างสูง |
| ตั้งแต่ 140 ขึ้นไป | ตั้งแต่ 90 ขึ้นไป | สูง |
| 140 - 159 | 90 - 99 | สูงระดับที่ 1 = เสี่ยงขั้นต้น |
| ตั้งแต่ 160 ขึ้นไป | ตั้งแต่ 100 ขึ้นไป | สูงระดับที่ 2 = เสี่ยงขั้นสูง |

11.4 ผลการตรวจทางทันตกรรม

1. สุขภาพช่องปากดี
2. ต้องได้รับการรักษาทางทันตกรรมแต่ไม่เกิดภาวะฉุกเฉินทางทันตกรรมใน 12 เดือน
3. มีปัญหาทางทันตกรรมควรได้รับการรักษาเร่งด่วน
4. ไม่มีข้อมูล

11.5 การตรวจเลือด การตรวจเลือดโดยทั่วไปจะต้องงดอาหารและน้ำอย่างน้อย 8 ชม. สำหรับผู้ที่มีอายุมากกว่า 35 ปี หรือมีข้อบ่งชี้ เช่น ตรวจหาระดับไขมัน ควรงดอาหารและน้ำ 10 -14 ชม.

ชนิด ความหมายและค่ามาตรฐานของการตรวจทาง

ห้องปฏิบัติการ

| รายละเอียด | ความหมาย | ค่ามาตรฐาน | |
|---|--|-----------------------------|-------------------|
| Complete Blood Count (CBC) การตรวจนับเม็ดเลือด | | | |
| การตรวจเม็ดเลือดแดง | | ผู้ชาย | ผู้หญิง |
| Hemoglobin (Hb) ฮีโมโกลบิน | เป็นสารสีแดงในเม็ดเลือดแดง ช่วยนำออกซิเจน ค่าต่ำกว่าปกติแสดงถึงภาวะโลหิตจาง | 14-18 กรัม/ดล. | 12-16 กรัม/ดล. |
| Hematocrits ฮีมาโตคริต | เป็นค่าเปอร์เซ็นต์เม็ดเลือดแดงอัดแน่นของเลือด ค่าต่ำคือเลือดจาง ค่าสูงคือเลือดข้น | 40 – 54 % | 37 – 47 % |
| การตรวจนับจำนวนและชนิดเม็ดเลือดขาว | | | |
| White Blood Cell count (WBC) | นับจำนวนเม็ดเลือดขาว และชนิดของเม็ดเลือดขาว - ต่ำมากอาจเกิดจากการติดเชื้อไวรัสบางประเภท หรือ โรคที่ไขกระดูกมีการสร้างเม็ดเลือดผิดปกติ หรือ เม็ดเลือดขาวถูกทำลาย | 4,500 – 11,000 เซลล์/ดล. | |



| รายละเอียด | ความหมาย | ค่ามาตรฐาน |
|------------------------------------|--|-------------------|
| | มากกว่าปกติ - สูงมากอาจเกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย มะเร็งเม็ดเลือดขาว โดยดูจากผลการนับ แยกชนิดของเม็ดเลือดขาว (Differential Count) | |
| การตรวจนับจำนวนเกร็ดเลือด | | |
| Platelets | นับจำนวนเกร็ดเลือดซึ่งเป็นเซลล์ที่ช่วยให้ เลือดหยุดไหลเมื่อมีบาดแผล ถ้าต่ำจะทำให้ เลือดออกง่าย | 1.4-4.4 แสน / ดล. |
| การตรวจเลือดหาค่าทางชีวเคมี | | |
| วัดระดับน้ำตาลในเลือด | | |
| Fasting Blood Sugar (FBS) | วัดระดับน้ำตาลกลูโคสในเลือด ที่เจาะหลัง งดอาหารไม่น้อยกว่า 6-8 ชั่วโมงถ้าสูงกว่า ปกติมักเป็นโรคเบาหวาน | 75-115 มก./ดล. |

- หมายเหตุ :
- เป็นมาตรฐานจากห้องปฏิบัติการโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ
 - ค่าปกตินี้ขึ้นอยู่กับค่ามาตรฐานของแต่ละห้องปฏิบัติการ

| | | | |
|---|---|------------------|--------------------|
| การตรวจสมรรถภาพการทำงานของไต | | | |
| Blood Urea Nitrogen (BUN) | วัดระดับไนโตรเจนที่อยู่ในยูเรีย เพื่อดูการ ทำงานของไตควบคู่กับครีเอตินิน (Creatinine) | 10-25 มก./ดล. | |
| Creatinine | พบสูงขึ้นในคนที่ไตวายหรือไตทำงานได้ น้อยลง | 0.1-1.4 มก./ดล. | |
| การตรวจปริมาณสารยูริกในเลือด (โรคข้ออักเสบชนิดเกาต์) | | ผู้ชาย | ผู้หญิง |
| Uric Acid | วัดระดับกรดยูริกในเลือด ซึ่งจะพบสูงใน โรคเกาต์ | 3.4-7 มก./ดล. | 2.4-5.7 มก./ดล. |
| ผลการตรวจปริมาณไขมันในเลือด | | | |
| Cholesterol | เป็นไขมันในเลือด ถ้าสูงมากจะทำให้เกิด การอุดตันของหลอดเลือดตามที่ต่างๆ เช่น สมอง หัวใจ หรือไต | 145-240 มก./ดล. | |



| การตรวจสมรรถภาพการทำงานของไต | | |
|---|---|---|
| Triglyceride | เป็นไขมันอีกตัวในเลือด ถ้าสูงมากจะทำให้เลือดหนืด เกิดการอุดตันหลอดเลือดเช่นกัน | 30-135มก./ดล. |
| ผลการตรวจปริมาณไขมันในเลือด | | |
| High Density Lipoproteins (HDL) | เป็นไขมันชนิดที่มีความหนาแน่นของโมเลกุลสูงเป็นตัวช่วยในการนำพวกไขมันที่เกิดโทษ (เช่น Cholesterol และ Triglyceride) ไปกำจัดทิ้ง ซึ่งจะช่วยลดการอุดตันหลอดเลือดตามอวัยวะต่างๆ ค่าสูงจึงดี | 35-70มก./ดล. |
| Low Density Lipoproteins (LDL) | เป็นไขมันชนิดที่มีความหนาแน่นของโมเลกุลต่ำ จะจับหรือฝังอยู่ในผนังหลอดเลือดจนแข็ง หนา เกิดเป็นสารที่เรียกว่าก้อนไขมันอุดตันหลอดเลือดตามอวัยวะต่างๆ | 30-130มก./ดล. |
| การตรวจภาวะตับอักเสบ และหรือการอุดตันทางเดินน้ำดี | | |
| AST(SGOT) และ ALT (SGPT) | สองตัวนี้เป็นเอนไซม์ของตับ ที่จะพบเมื่อมีการทำลายของเซลล์ตับเช่น เกิดจากภาวะตับอักเสบจากโรคและสาเหตุต่างๆ | 0-44 ยูนิตต่อลิตร และ 0-44 ยูนิตต่อลิตร |
| Alkaline Phosphatase | ค่าเอนไซม์ชนิดนี้ในเลือด ถ้าพบสูงมากแสดงว่าอาจจะมีการอุดตันของระบบทางเดินน้ำดีในตับ | 10-115 ยูนิตต่อลิตร |

หมายเหตุ: - เป็นมาตรฐานจากห้องปฏิบัติการโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ

- ค่าปกตินี้ขึ้นอยู่กับค่ามาตรฐานของแต่ละห้องปฏิบัติการ

ชนิด ความหมายและค่ามาตรฐานของการตรวจทาง

ห้องปฏิบัติการ (ต่อ)

| รายละเอียด | ความหมาย | ค่ามาตรฐาน |
|-------------------------------------|---|--|
| การตรวจเชื้อไวรัสตับอักเสบบีในเลือด | | |
| HBsAg | เป็นการตรวจหาเชื้อไวรัส ตับอักเสบบี ชนิด B ในเลือดผลดังนี้ Negative = ไม่พบเชื้อ Positive = พบเชื้อ | ไม่พบ (Negative) |
| HBsAb | เป็นการตรวจหาภูมิคุ้มกันต่อเชื้อตับอักเสบบีชนิด B ผลดังนี้ Negative = | Negative ก่อนได้รับวัคซีน Positive หลังได้รับวัคซีน |



| รายละเอียด | ความหมาย | ค่ามาตรฐาน |
|--|--|--|
| | ไม่มีภูมิต้านทาน Positive = มีภูมิ ต้านทาน | |
| การตรวจหาเซลล์มะเร็งปากมดลูก | | |
| Pap smear | การตรวจหาเซลล์มะเร็งปากมดลูกทาง ห้องปฏิบัติการ | ไม่พบ (Negative) |
| การตรวจเลือดหาตัวชี้บ่งโรคมะเร็ง (ตรวจเฉพาะเมื่อมีข้อบ่งชี้ จากการตรวจโดยแพทย์เพื่อการรักษา) | | |
| PSA | เป็นตัวบ่งชี้มะเร็งต่อมลูกหมาก | 0 – 4 นาโนกรัม/มล. |
| AFP | เป็นตัวบ่งชี้มะเร็งตับ | 0 – 13.4 นาโนกรัม/มล. |
| CEA, CA19-9 | เป็นตัวบ่งชี้มะเร็งลำไส้มะเร็งปอดและ มะเร็งตับ | 0 – 5 นาโนกรัม/มล. 0 – 37 ยูนิค/มล. |
| CA 15-3 | เป็นโปรตีนชนิดหนึ่งที่ใช้ตรวจหามะเร็ง เต้านมและมะเร็งรังไข่ | 0 – 31.3 ยูนิค/มล. |
| CA 125 | บ่งชี้การกลับมาของมะเร็งเต้านมและ มะเร็งรังไข่ | 0 – 35 ยูนิค/มล. |
| Urine Analysis (UA)การตรวจปัสสาวะ | | |
| Color | ลักษณะสีของปัสสาวะ สีเหลืองเข้มพบ ในโรคตับ | สีเหลืองอ่อน (yellow) |
| Appearance | ลักษณะปรากฏของปัสสาวะ | ใส (clear) |
| pH | ตรวจความเป็นกรด ต่างเป็นกรดพบใน ภาวะอดอาหาร รับประทานโปรตีนมาก ไปหรือการติดเชื้อจากยาบางชนิดเป็น ต่างพบในภาวะกินเจหรือยาบางชนิด | 4.6-8 |

- หมายเหตุ: - เป็นมาตรฐานจากห้องปฏิบัติการโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ
- ค่าปกตินี้ขึ้นอยู่กับค่ามาตรฐานของแต่ละห้องปฏิบัติการ

ชนิด ความหมายและค่ามาตรฐานของการตรวจทาง
ห้องปฏิบัติการ (ต่อ)

| รายละเอียด | ความหมาย | ค่ามาตรฐาน |
|-----------------------------------|---|------------------|
| Urine Analysis (UA)การตรวจปัสสาวะ | | |
| Spec. Gravity | ความถ่วงจำเพาะ - ค่า สูงเกินไปแสดงถึง ภาวะร่างกายขาดน้ำ เช่นดื่มน้ำน้อยท้องร่วงรุนแรง - ค่า ต่ำอาจเกิดจากดื่มน้ำมากเกินไป การขับน้ำออกมาทางปัสสาวะมาก หรือเป็นโรคที่ทำให้ปัสสาวะมีน้ำออกมามาก ผิดปกติเช่น โรคเบาจัด | 1.005-1.025 |
| Protein (Albumin) | การพบไข่ขาวในปัสสาวะแสดงถึงไตทำหน้าที่ผิดปกติพบได้ในภาวะขาดน้ำ โรคไต โรคเบาหวาน | ไม่พบ (Negative) |
| Sugar (glucose) | ปกติจะรายงานปริมาณเล็กน้อย เป็น 1+, 2+, 3+, 4+ ตามลำดับ น้ำตาลในปัสสาวะ พบในโรคเบาหวานและกรณีกินขนมหวานมากเกินไป | ไม่พบ (Negative) |
| Blood | แสดงถึงการมีเลือดออกในไตและทางเดินปัสสาวะอาจเกิดจาก นิ่ว เนื้องอกการอักเสบ การบาดเจ็บ | ไม่พบ (Negative) |
| Ketones | การพบสารนี้ อาจเกิดจากภาวะอดอาหาร เบาหวาน พิษจากสุรา | ไม่พบ (Negative) |
| WBC (เม็ดเลือดขาว) | ในคนปกติ ไม่ควรมีเม็ดเลือดขาวในปัสสาวะเลย - ถ้าพบมากแสดงว่ามี การอักเสบติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ เช่นกระเพาะปัสสาวะอักเสบ หรือ กรวยไตอักเสบ | 0 – 5 เซลล์ |

หมายเหตุ: - เป็นมาตรฐานจากห้องปฏิบัติการโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ
- ค่าปกตินี้ขึ้นอยู่กับค่ามาตรฐานของแต่ละห้องปฏิบัติการ



ชนิด ความหมายและค่ามาตรฐานของการตรวจทาง
ห้องปฏิบัติการ (ต่อ)

| รายละเอียด | ความหมาย | ค่ามาตรฐาน |
|--|--|-------------|
| Urine Analysis (UA)การตรวจปัสสาวะ | | |
| RBC (เม็ดเลือดแดง) | ในคนปกติ ไม่ควรมีเม็ดเลือดแดงในปัสสาวะเลยถ้าพบแสดงว่ามีเลือดออกในทางเดินปัสสาวะ อาจมาจากอุบัติเหตุ ได้รับการกระทบ หรือมีเนื้องอกหรือมีนิ่วในทางเดินปัสสาวะ | 0 – 5 เซลล์ |
| Epithelium | เซลล์เยื่อบุทางเดินปัสสาวะอาจพบได้เมื่อมีการอักเสบหรือความผิดปกติของทางเดินปัสสาวะ | 0 – 5 เซลล์ |

หมายเหตุ: - เป็นมาตรฐานจากห้องปฏิบัติการโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ
- ค่าปกติขึ้นอยู่กับค่ามาตรฐานของแต่ละห้องปฏิบัติการ

11.6 เกณฑ์การคัดกรองและการวินิจฉัยโรคที่เป็นสาเหตุตายสำคัญ

1) เกณฑ์การคัดกรองโรคมะเร็งต่างๆ

โรคมะเร็งที่พบบ่อย ได้แก่ โรคมะเร็งเต้านม มะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก มะเร็งปากมดลูก มะเร็งต่อมลูกหมาก มะเร็งตับ และมะเร็งช่องปาก

2) เกณฑ์การคัดกรองปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ

ตามแนวทางในแบบคัดกรองพฤติกรรมสุขภาพ ที่เกี่ยวข้องกับการขับขี่หรือโดยสารรถยนต์และรถจักรยานยนต์ และการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

3) เกณฑ์การคัดกรองโรคปอด

ตามประวัติการสัมผัสโรค พฤติกรรมเสี่ยง และการตรวจเอกซเรย์ (ถ่ายภาพรังสี) ทรวงอก

4) เกณฑ์การวินิจฉัยโรคเมตาบอลิกซินโดรม (Metabolic syndrome)

4.1) มีเส้นรอบเอวมากกว่า 90 เซนติเมตร หรือ 36 นิ้ว ในผู้ชาย และมากกว่า 80 เซนติเมตร หรือ 32 นิ้ว ในผู้หญิง ตามลำดับ ร่วมกับ

4.2) มีภาวะดังต่อไปนี้อย่างน้อย 2 ข้อ

4.2.1 ความดันโลหิตมากกว่า 130/85 มิลลิเมตรปรอทหรือเป็นผู้ที่ได้รับการรักษา



4.2.2 ระดับ Triglyceride สูงกว่า 150มก./ดล. หรือผู้ที่เป็นไขมันสูงและได้รับยาลดไขมัน

4.2.3 ระดับ HDL ต่ำกว่า40 มก./ดล. ในผู้ชาย และต่ำกว่า 50มก./ดล.ในผู้หญิง หรือผู้ที่เป็นไขมันสูงและได้รับยาลดไขมัน

4.2.4 ระดับน้ำตาลสูงกว่า 100 มก./ดล.หรือผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 1 พบว่า ผู้ที่มีปัจจัยเสี่ยง 3 ข้อ จะมีอัตราการเกิดโรคหัวใจเพิ่มขึ้น 2 เท่าและพบว่าผู้ที่มีปัจจัยเสี่ยง 4 ข้อ จะมีอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดสมองเพิ่มขึ้น 3 เท่า และเกิดโรคเบาหวานเพิ่มขึ้น 24 เท่า

5) เกณฑ์ในการกำหนดภาวะเสี่ยงต่อสุขภาพ

ตัวแปรและเกณฑ์การกำหนดความเสี่ยงต่อสุขภาพ

| ตัวแปร | เสี่ยงขั้นต้น | เสี่ยงขั้นสูง |
|---------------------------------------|------------------|--------------------|
| ค่าความดันโลหิตค่าบน (มม.ปรอท) | 140 – 159 | ตั้งแต่ 160 ขึ้นไป |
| ค่าความดันโลหิตค่าล่าง (มม.ปรอท) | 90 – 99 | ตั้งแต่ 100 ขึ้นไป |
| ค่าน้ำตาลในเลือด (มก./ดล.) | 100 - 125 | ตั้งแต่ 126 ขึ้นไป |
| โคเลสเตอรอล (มก./ดล.) | 200 - 239 | ตั้งแต่ 240 ขึ้นไป |
| ไตรกลีเซอไรด์ (มก./ดล.) | 150 - 399 | ตั้งแต่ 400 ขึ้นไป |
| วัตรอบเอว (ซม.) | ชาย >90 หญิง >80 | ชาย >90 หญิง >80 |
| ดัชนีมวลกาย (BMI) กก./ม. ² | 25-29.9 | ตั้งแต่ 30 ขึ้นไป |

12. การตรวจสอบสุขภาพในกิจการต่างๆ 9 ประเภท

12.1 การตรวจสอบสุขภาพเพื่อไปปฏิบัติภารกิจต่างๆ 9 ประเภท ได้แก่ ผู้ปฏิบัติงานในอากาศ นักโดดร่ม เจ้าหน้าที่ปฏิบัติการระบบจู่โจม ผู้ปฏิบัติงานทำลายวัตถุระเบิดเป็นประจำ ผู้ปฏิบัติงานห้องปรับบรรยากาศ นักประดาน้ำ นักทำลายใต้น้ำจู่โจม เจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานด้านการอารักขาบุคคลสำคัญ ผู้ปฏิบัติงานด้านดับเพลิงกู้ภัย จะต้องตรวจร่างกายใหม่ทุกๆ ราย และให้ใช้ผลเอกซเรย์และผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการจากการตรวจสอบสุขภาพประจำปีที่เคยตรวจภายใน 1 ปีได้ กรณีมีข้อบ่งชี้ที่จะต้องตรวจนอกเหนือจากรายการตรวจสอบสุขภาพประจำปี ที่กระทรวงการคลังกำหนด ให้ถือว่าเป็นการตรวจเพื่อการวินิจฉัยและเบิกค่าใช้จ่ายจากระบบการเบิกจ่ายตรงของสวัสดิการรักษายาบาลของข้าราชการ

12.2 ใช้มาตรฐานการตรวจสอบสุขภาพในภารกิจต่างๆ 9 ประเภท ที่กรมแพทย์ทหารเรือกำหนดตามผนวก ก. และตามเกณฑ์ที่หน่วยงานอื่นเกี่ยวข้องกำหนด ทุกสถานพยาบาลของกรมแพทย์ทหารเรือจะออกใบรับรองผลการตรวจ (Medical Clearance) ให้ตามที่ร้องขอ



(เอกสารอ้างอิงที่ 2)

อนุมติ ทร. เรื่องการตรวจสุขภาพนอกสถานพยาบาลกองทัพเรือ

| | | | |
|--|---|-------------------------------|---|
| กองสวัสดิการสุขภาพ พ.ร. เลขรับ ๑๓๕๑ วันที่ ๑๗ ส.ค. ๕๕ เวลา ๑๒๐๐ | สำนักงานบัญชาการทหารเรือ เลขรับ ๑๒๓๓ วันที่ ๑๗ ส.ค. ๒๕๕๕ เวลา ๑๒๐๐ | ๑๕๓๓ - ๑ ส.ค. ๒๕๕๕ ๑๒๐๐ | กพ. ๑๐๓๗ ๒๑ ส.ค. ๒๕๕๕ ๑๕๓๐ |
| บันทึกข้อความ | | | |
| ๒๑, ๒๐๑๗, ๑๙๙.๙.๕๑, ๑๕๐๐ พ.ร.บ. พ.ร.บ. ๒๑ ก.ร. ๕๔, ๑๔๔๐ | | | |
| ส่วนราชการ กพ.ทร. (กมล. โทร. ๕๕๐๕๕) | ที่ กพ.๐๕๐๓/ ๕๕๓๑ | วันที่ ๑๗ ส.ค. ๕๕ | เรื่อง การตรวจสุขภาพประจำปีของข้าราชการสังกัด ทร. และลูกจ้างประจำ |
| เสนอ ทร. | | | |

๑. กพ.ทร.เสนอขออนุมัติให้ข้าราชการ สังกัด ทร. ที่ปฏิบัติงานนอกที่ตั้งปกติและไม่มีโรงพยาบาลทหารเรือหรือโรงพยาบาลประจำหน่วยทหารเรือในพื้นทีใกล้เคียง ตรวจสุขภาพประจำปีในสถานพยาบาลของทางราชการได้ทุกแห่งทั้งใน ทร.และนอก ทร. และเบิกค่าตรวจสุขภาพได้ตาม พ.ร.ฎ.เงินสวัสดิการเกี่ยวกับ

| |
|---|
| การรักษายาบาล พ.ศ. ๒๕๕๓ ที่กระทรวงการคลังกำหนด กรมแพทยทหารเรือ |
| เลขรับ ๑๒๓๓ |
| วันที่ ๑๐ ส.ค. ๕๕ |
| เวลา ๑๒๐๐ |

การรักษายาบาล พ.ศ. ๒๕๕๓ ที่กระทรวงการคลังกำหนด
๒. กพ.ทร.ขอเสนอประกอบการพิจารณา ดังนี้
๒.๑ พ.ร.ฎ.เงินสวัสดิการเกี่ยวกับการรักษาพยาบาล พ.ศ. ๒๕๕๓ ได้กำหนดการจ่ายเงินสวัสดิการเกี่ยวกับปีการตรวจสุขภาพประจำปีไว้สรุปได้ว่า ผู้มีสิทธิได้รับเงินสวัสดิการเกี่ยวกับการตรวจสุขภาพประจำปีต้องเป็นข้าราชการ ลูกจ้างประจำ หรือผู้ได้รับเบี้ยหวัดบำนาญ ที่เข้ารับการตรวจสุขภาพในสถานพยาบาลของทางราชการ โดยให้เบิกได้ตามที่กระทรวงการคลังกำหนด (สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑)

๒.๒ ระเบียบ ทร.ว่าด้วยการตรวจและการทำประวัติสุขภาพ พ.ศ. ๒๕๓๗ ข้อ ๔ กำหนดให้ข้าราชการและนายทหารสัญญาบัตรกองหนุนเบี้ยหวัด จะต้องไปรับการตรวจสุขภาพของร่างกายประจำปี ที่โรงพยาบาลทหารเรือ หรือโรงพยาบาลประจำหน่วยทหารเรือที่ใกล้เคียงให้เสร็จสิ้นภายในกำหนด ๑๕ วัน นับตั้งแต่ครบรอบวันเกิดเป็นต้นไป และในส่วนของผู้ที่ไปปฏิบัติราชการนอกที่ตั้งให้มารับการตรวจในโอกาสแรกที่กลับมาจากราชการ (สิ่งที่ส่งมาด้วย ๒) ทั้งนี้คำว่า "ข้าราชการ" หมายถึง ข้าราชการประจำการ นักเรียนทหาร ลูกจ้างประจำ ในสังกัดกองทัพเรือ

๒.๓ กพ.ทร.แจ้งให้ ทร.ทราบว่าข้าราชการ สังกัด ทร. ที่ปฏิบัติงานนอกที่ตั้งปกติ ซึ่งอยู่ห่างไกลจากโรงพยาบาลทหารเรือ และ/หรือไม่มีโรงพยาบาลประจำหน่วยทหารเรือที่ใกล้เคียง เช่น นรช. กบข.เจด. ฉน.นย.ภค. เป็นต้น ได้ไปเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีในสถานพยาบาลของทางราชการที่มีชื่อโรงพยาบาลทหารเรือ หรือโรงพยาบาลประจำหน่วยทหารเรือแล้วไม่สามารถเบิกจ่ายเงินสวัสดิการเกี่ยวกับการตรวจสุขภาพประจำปีของราชการได้ ดังนั้น ทร. จึงเสนอขออนุมัติให้ข้าราชการที่ได้รับสิทธิดังกล่าว (สิ่งที่ส่งมาด้วย ๓)

๒.๔ การเสนอขออนุมัติให้ข้าราชการ และลูกจ้างประจำสังกัด ทร. ที่ปฏิบัติการณ์นอกที่ตั้งปกติสามารถตรวจสุขภาพประจำปีในสถานพยาบาลนอก ทร. และเบิกค่าตรวจสุขภาพได้ตามข้อ ๒.๓ เพื่อให้การปฏิบัติเป็นไปด้วยความรอบคอบ กพ.ทร.จึงขอให้ ทร. จัดทำรายละเอียดเพิ่มเติมเพื่อประกอบการพิจารณา รวมทั้งผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น รายละเอียดตามบันทึก กพ.ทร. ที่ กพ.๐๕๐๓/๓๐๓๐๓ ลง ๒๑ ส.ค.๕๕ (สิ่งที่ส่งมาด้วย ๔) ซึ่ง ทร.ได้แจ้งข้อมูลเพื่อประกอบการพิจารณาแล้ว (สิ่งที่ส่งมาด้วย ๕) สรุปได้ดังนี้

๒.๔.๑ การตรวจสุขภาพถือเป็นการรักษาพยาบาล สามารถเบิกค่ารักษาพยาบาลในสถานพยาบาลของทางราชการได้ตาม พ.ร.ฎ. ในข้อ ๒.๑ ที่กระทรวงการคลังกำหนด

๒.๔.๒ การอนุญาตให้ข้าราชการ นรช. ที่มีความยากลำบากในการไปตรวจสุขภาพในโรงพยาบาลประจำหน่วยทหารเรือ ไปตรวจสุขภาพที่สถานพยาบาลของทางราชการนอก ทร. นั้นสามารถดำเนินการได้โดยไม่มีผิดวัตถุประสงค์ของการตรวจสุขภาพประจำปี โดยได้เสนอให้ นรช. รวบรวมผลการตรวจสุขภาพเสนอให้ ทร.ทราบด้วย



-๒-

๒.๔.๓ สำหรับผลกระทบต่อการบริการสุขภาพ การประเมินผลตามมาตรฐานสุขภาพของ ทร. ผลกระทบด้านงบประมาณ รวมทั้งภาพลักษณ์ในการให้บริการของสถานพยาบาลใน ทร. นั้น ทร.พิจารณาแล้วไม่มีผลกระทบ

๓. กท.ทร.พิจารณาแล้วเห็นว่า การให้ข้าราชการ สังกัด ทร. ที่ปฏิบัติงานนอกที่ตั้งปกติและไม่มีโรงพยาบาลทหารเรือหรือโรงพยาบาลประจำหน่วยทหารเรือในพื้นที่ใกล้เคียง ตรวจสอบสุขภาพประจำปีในสถานพยาบาลของทางราชการได้ทุกแห่งทั้งใน ทร.และนอก ทร. และเบิกค่าตรวจสุขภาพได้ตาม พ.ร.ฎ.เงินสวัสดิการเกี่ยวกับการรักษาพยาบาล พ.ศ.๒๕๕๓ ที่กระทรวงการคลังกำหนดนั้น เป็นการอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับการบริการด้านสุขภาพให้แก่กำลังพล เพื่อให้การตรวจสุขภาพของกำลังพลเป็นไปอย่างทั่วถึงมากยิ่งขึ้น ประกอบกับ ทร.ได้พิจารณาแล้วไม่ส่งผลกระทบในด้านบริการสุขภาพ งบประมาณ และภาพลักษณ์ รวมทั้งไม่ส่งผลกระทบต่อการติดตามสถานะสุขภาพ หาก นชต.ทร. และหน่วยเฉพาะกิจ ทร. รวบรวมผลการตรวจสุขภาพเสนอให้ ทร.ทราบ ดังนั้น จึงเห็นควรอนุมัติให้ข้าราชการ สังกัด ทร. ที่ปฏิบัติงานนอกที่ตั้งปกติ และมีภูมิลำเนาห่างไกลจากโรงพยาบาลทหารเรือ หรือโรงพยาบาลประจำหน่วยทหารเรือ ตรวจสอบสุขภาพประจำปีในสถานพยาบาลของทางราชการทั้งใน ทร. และนอก ทร.ได้ โดยให้ นชต.ทร.และหน่วยเฉพาะกิจ ทร. รวบรวมผลการตรวจสุขภาพในสถานพยาบาลนอก ทร. เสนอให้ ทร.ทราบ กับให้ ทร.พิจารณาเสนอ ทร. ขอแก้ไขระเบียบ ทร.ฯ ให้มีความสอดคล้องต่อไป

๔. เห็นควร

๔.๑ ให้ข้าราชการ สังกัด ทร. ที่ปฏิบัติงานนอกที่ตั้งปกติ และไม่มีโรงพยาบาลทหารเรือหรือโรงพยาบาลประจำหน่วยทหารเรือในพื้นที่ใกล้เคียง ตรวจสอบสุขภาพประจำปีในสถานพยาบาลของทางราชการได้ทุกแห่งทั้งใน ทร.และนอก ทร.

๔.๒ ให้ นชต.ทร. และหน่วยเฉพาะกิจ ทร. รวบรวมผลการตรวจสุขภาพในสถานพยาบาลนอก ทร. เสนอให้ ทร.ทราบ

๔.๓ ให้ ทร.พิจารณาเสนอ ทร.ขอแก้ไขระเบียบ ทร.ฯว่าด้วยการตรวจและการทำประวัติสุขภาพ พ.ศ.๒๕๑๗ ให้มีความสอดคล้อง ตามข้อ ๔.๑ ต่อไป

จึงเสนอมาเพื่อโปรดอนุมัติตามข้อ ๔

พล.ร.ต. 
จก.กท.ทร.

สำเนาส่ง

นชต.ทร. และหน่วยเฉพาะกิจ ทร.



เสนอ

เห็นควรอนุมัติให้ข้าราชการ สังกัด ทร. ที่ปฏิบัติงานนอกที่ตั้งปกติ และไม่มีโรงพยาบาลทหารเรือ หรือโรงพยาบาลประจำหน่วยทหารเรือในพื้นที่ใกล้เคียง ตรวจสอบสุขภาพประจำปีในสถานพยาบาลของ ทางราชการได้ทุกแห่งทั้งใน ทร. และ นอก ทร. กับให้ นชต.ทร. และหน่วยเฉพาะกิจ ทร. ดำเนินการตามที่ กพ.ทร.เสนอในข้อ ๔

พล.ร.ท. *พจน ใสอ้อม*
ผช.เสธ.ทร.ฝกพ.
๒๕ ก.ค.๕๔

เสนอ

เห็นควรอนุมัติตามที่ ผช.เสธ.ทร.ฝกพ. เสนอ

พล.ร.ท. *อภัย สุทธิ*
รอง เสธ.ทร.ทำการแทน
เสธ.ทร.
๑ ส.ค.๕๔

อนุมัติ
พล.ร.อ. *วิเศษ คุ้ม*
จนท.
๒ ส.ค.๕๔ กท
จ. ๑๐ ๓๐ ๕๔

สำเนาถูกต้อง
น.ท.หญิง *สุวิมล อภิเดช*
(สัญลักษณ์ คารานนท์)
หน.โต้ตอบ กสบ.สบ.ทร.
๑๐ ส.ค.๕๔

พล.ร.ท. ชาติชาย อภิเดช *๒๕ ก.ค.๕๔* *๑๐ ก.ค. - ๑ ส.ค. ๕๔*



(แบบฟอร์มที่ 1)

FM-HEA-12

ใบนำชักประวัติตรวจสอบสุขภาพประจำปี NO.....

วันที่มาตรวจ.....HN.....

ยศ-ชื่อ-สกุล..... อายุ.....ปี

เพศ หญิง ชาย วัน-เดือน-ปีเกิด..... กรุ๊ปเลือด

เลขประจำตัวกลาโหม.....

เลขประจำตัวประชาชน

สิทธิในการเบิก เบิกได้จาก..... เบิกไม่ได้★ **สังกัด**

กรม.....

รพ.กอง.....

โทรศัพท์ที่ทำงาน.....

☎ บ้าน.....มือถือ.....

★ **ประเภท** ข้าราชการทหาร ทร. รหัส..... ลูกจ้างประจำ รหัส ลูกจ้างชั่วคราว อื่นๆ.....

1. โรคประจำตัว

 เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ / หลอดเลือด มะเร็ง โรคอื่นๆ ระบุ.....

2. ประวัติการผ่าตัด

2.1.....

2.2.....

2.3.....

3. ประวัติการเจ็บป่วยในครอบครัว

3.1.....

3.2.....

3.3.....

4. ประวัติความถี่ของการออกกำลังกาย

 0 = ไม่เคยออกกำลังกาย 1 = มากกว่า 3 ครั้ง / สัปดาห์ 2 = น้อยกว่า 3 ครั้ง / สัปดาห์ 3 = ออกกำลังกายบ้างแต่ไม่สม่ำเสมอ

5. การบริโภคอาหารที่ชอบ

ประเภทอาหาร 0 = อาหารต้ม / นึ่ง 1 = อาหาร (หวาน/เค็ม/มัน/ทอด/ปิ้ง/ย่างหรือสุกๆ ดิบๆ)**ประเภทของการออกกำลังกาย** 1 = เดิน 2 = วิ่ง 3 = เล่นกีฬาอื่นๆ

6. ประวัติการสูบบุหรี่

 0 = ไม่สูบ 1 = สูบบุหรี่ จำนวน.....มวน/วัน 2 = สูบบุหรี่แต่เลิกแล้ว

7. ประวัติการดื่มสุราของมีนเมา

 0 = ไม่ดื่มสุรา 1 = การดื่มสุราเป็นครั้งคราว 2 = การดื่มสุราเป็นประจำ



8. ประวัติการเดินทาง

- พาหนะ 0 = ไม่ขับรถ นั่งแต่รถโดยสาร 1 = สวมหมวก / คาดเข็มขัด ทุกครั้งที่ขับขี่ / โดยสาร
 2 = สวมหมวก / คาดเข็มขัด บางครั้งที่ขับขี่ / โดยสาร
 3 = สวมหมวก / คาดเข็มขัด นานๆ ครั้งขับขี่ / โดยสาร (ใส่หมวกเมื่อตั้งด่านตรวจ)

ประวัติสุขภาพ

น้ำหนัก.....กก. ส่วนสูง..... ซม. รอบเอว.....ซม.

ความดันโลหิต..... มม.ปรอท. ชีพจร.....ครั้ง/นาที

ตรวจร่างกาย

ตรวจทันตกรรม 1 = สุขภาพช่องปากดี 2 = ไม่มีฟันผุ แต่มีหินปูนแนะนำการดูแลสุขภาพช่องปาก

3 = มีฟันผุ มีโรคปริทันต์แต่ไม่มีการแสดง ควรได้รับการรักษาใน 12 เดือน

4 = มีฟันทะลุโพรงประสาทฟันเป็นโรคปริทันต์ มีอาการแสดงควรได้รับการรักษาเร่งด่วน

5 = ไม่มีข้อมูล

ตรวจภาพถ่ายรังสีปอด ผลการตรวจ 0 = ปกติ 1 = ผิดปกติ

ตรวจทางพยาธิ CBC Biochem U/A ตรวจมะเร็งปากมดลูก /○.....

ตรวจเพิ่มเติม.....

รวมค่าตรวจ บาท

เงินสด

โครงการสวัสดิการ

บำนาญ

ประกันสังคม

โรคที่พบใหม่จากการสรุปของแพทย์

สรุปผลการตรวจสอบสุขภาพ

สรุปผลตามแนวทาง Metabolic Syndrome

1 = กลุ่ม 1 ไม่พบความผิดปกติ 2 = กลุ่ม 2 เสี่ยงขั้นต้น 3 = กลุ่ม 3 เสี่ยงขั้นสูง

เจ้าหน้าที่แผนกตรวจสอบสุขภาพ

ลงทะเบียนฐานข้อมูล..... ลงผลการตรวจ.....

สรุปผลและพิมพ์รายงาน.....

นั้ได้รับผลวันที่.....



(แบบฟอร์มที่ 2)

แบบรายงานการตรวจสอบสุขภาพประจำปีสถานพยาบาลปฐมนุฎิ ทร.

หน่วยรายงาน.....

ผู้รายงาน/ผู้รับผิดชอบ.....

วงรอบรายงาน 0 ต.ค.....ถึง มี.ค..... 0 เม.ย.....ถึง ก.ย.....

จำนวนกำลังพลที่หน่วยรับผิดชอบนาย

 จำนวนกำลังพลที่หน่วยทำการคัดกรองภาวะสุขภาพในวงรอบนี้ (1)ราย

 คิดเป็นร้อยละของกำลังพลที่หน่วยรับผิดชอบ%

ผลการประเมินภาวะสุขภาพ

 พบความเสี่ยงเบื้องต้นต่อโรคเรื้อรังราย

 คิดเป็นร้อยละของ (1)%

 พบว่าป่วยด้วยโรคเรื้อรังที่ต้องรักษาหรือส่งต่อ (2)ราย

 คิดเป็นร้อยละของ (1)%

 กำลังพลที่ต้องรักษาหรือส่งต่อเฉพาะรายใหม่ที่ตรวจพบครั้งแรกราย

 คิดเป็นร้อยละของ (2)%



ผนวก ก

มาตรฐานการตรวจร่างกายประจำปีของข้าราชการกองทัพเรือที่ปฏิบัติภารกิจเฉพาะ

| ประเภท การตรวจ | คลื่นไฟฟ้า | สมรรถภาพปอด | ความดันโลหิต | ตาบอดสี | ภาพรังสีทรวงอก | การได้ยิน | สารเสพติดในปัสสาวะ | การติดเชื้อเอชไอวี | การติดเชื้อซิฟิลิส | การติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี | การติดเชื้อไวรัสตับอักเสบซี | การทดสอบความกดอากาศ | การทดสอบสมรรถภาพร่างกาย | การทดสอบสุขภาพจิต |
|---|------------|-------------|--------------|---------|----------------|-----------|--------------------|--------------------|--------------------|-----------------------------|-----------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------|
| ปฏิบัติงานในอาคาร | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| นักโดรน | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| เจ้าหน้าที่ปฏิบัติกรรบบแบบจู่โจม | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| ผู้ปฏิบัติงานทำลายวัตถุระเบิดเป็นประจำ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| ผู้ปฏิบัติงานห้องปรับบรรยากาศ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| นักประดาน้ำ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| นักทำลายใต้น้ำจู่โจม | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| เจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานด้านการอารักขาบุคคลสำคัญ | ✓ | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | | | | | ✓ |
| ผู้ปฏิบัติงานด้านดับเพลิงกู้ภัย | ✓ | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | | | | | ✓ |



คู่มือการปฏิบัติงานเรื่อง การตรวจสอบสุขภาพประจำปี

คณะทำงานที่ร่วมทบพทวนคู่มือ เรื่อง การตรวจสอบสุขภาพประจำปี

ประธานที่ปรึกษา น.อ.สุรพล ชัชวาลวานิช

| | | |
|--------------------|--------------------|------------------|
| น.อ.เกิดศักดิ์ | วีระโยธิน | ประธาน |
| น.อ.หญิง ธีรชมนต์ | ทองพิลา | รองประธาน |
| น.อ.หญิง วรรณารถ | พงศ์พิพัฒน์ | |
| น.อ.หญิง สมใจ | สุขุมพันธนาสาร | |
| น.อ.หัสกร | หาญสมบุรณ์ | |
| น.ท.หญิง พัชรา | ฉายานนท์ | |
| น.ท.หญิง สุมนา | วะสินนท์ | |
| น.ท.หญิง อมรทิพย์ | ณ บางช้าง | |
| น.ท.หญิง พัลลภา | สันถวไมตรี | เลขานุการ |
| น.ท.หญิง จิตติมนต์ | จารุมนตรี | |
| น.ท.ประวิณ | ญาณอภิรักษ์ | |
| น.ท.เขต | อุดมสิรินิกร | |
| น.ต.หญิง อรพรรณ | จันทร์แมน | |
| น.ต.หญิง อารณ | กองพฤษชาติ | |
| น.ต.หญิง นาฎยา | พานิชย์เสรีวิศิษย์ | ผู้ช่วยเลขานุการ |
| ร.อ.มนตรี | ไยน้อย | |
| พ.จ.ต.สุนทร | เกิดแก้ว | |