

# แผนกายภาพบำบัดและเวชศาสตร์การกีฬา

## โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์

SAINT LOUIS HOSPITAL



ที่อยู่ : เลขที่27 ถนนสาทรใต้ แขวงยานนาวา เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120

อีเมล : y.kanita22@gmail.com

เบอร์ติดต่อ : 02-838-5555 ต่อ 54102

### หน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

1. เป็นผู้นำออกกำลังกายตามโปรแกรมที่ได้รับมอบหมายจากนักกายภาพ ให้กับคนไข้
2. ดูแลผู้ใช้บริการฟิตเนสประจำโรงพยาบาล
3. ดูแลความเรียบร้อยและทำความสะอาดเครื่องมือและอุปกรณ์ภายในฟิตเนส
4. ทดสอบสมรรถภาพทางกายประจำเดือนแก่บุคลากรในโรงพยาบาล

### ประสบการณ์ที่ได้รับ

1. ได้ฝึกเป็นผู้นำออกกำลังกายให้กับคนไข้และพนักงานโรงพยาบาล
2. ได้เรียนรู้ขั้นตอนและระบบการทำงานขององค์กรและได้ฝึกแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า
3. ได้เรียนรู้ Sport massage และ Swedish massage
4. ได้ฝึกการวัด body composition รวมถึงแปลผลและให้คำแนะนำการดูแลสุขภาพ ให้แก่บุคลากรของทางโรงพยาบาล
5. ได้ฝึกการทำงานร่วมกับผู้อื่น
6. ได้จัดโปรแกรมการยืดเหยียดก่อนการซ้อมกีฬา และสอนนำยืด ให้กับนักกีฬาสมาคมกีฬาเทควันโดแต่จิว

### ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้ความรู้ด้าน Anatomy , Biomechanic, Physiology ที่ลึกมากขึ้น
2. ได้ฝึกการคิดอย่างเป็นระบบ นำสิ่งที่เรียนรู้มาประยุกต์ใช้ในการรักษา
3. ได้เรียนรู้ศัพท์ทางการแพทย์ ชื่อของโรคและอาการบาดเจ็บต่างๆ
4. ได้ฝึก Communication skill ในการสื่อสารกับผู้ป่วยรวมถึงผู้ใช้บริการที่ฟิตเนส

### ข้อเสนอแนะ

1. ทบทวนความรู้ Anatomy Biomechanic และ Physiology ให้พร้อม
2. ควรเรียน Yoga และ Sport massage
3. ควรมีความรู้ในการใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายทั่วไป เช่น Resistance band, Gym ball และ อุปกรณ์ในฟิตเนส
4. ควรมีทักษะการสื่อสาร และ มีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย เนื่องจากเป็นงานบริการที่ต้องพูดคุยกับผู้ป่วยตลอด



### รายชื่อนิสิตฝึกประสบการณ์วิชาชีพ

นาย กุลกิตติ เต็มทองทศ 6330006039

นาย ชัชวาล รุจอมรชัย 6330019239

นางสาว ณิชริยา ปราถณ์วิทยา 6330033039