



SPORTS MEDICINE ORTHOPAEDIC SIRIRAJ HOSPITAL

ตำแหน่งงาน/หน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

- สอนคนไข้บริหารกล้ามเนื้อด้วยสายยาง บริเวณกล้ามเนื้อที่เคยได้รับบาดเจ็บ
- สอนคนไข้ออกกำลังกายเวทเทรนนิ่งด้วย Machine เพื่อฟื้นฟูกล้ามเนื้อ
- บันทึกประวัติหรือข้อมูลของคนไข้ลงโปรแกรม Excel พร้อมบันทึกค่าใช้จ่ายหลังทำการฟื้นฟูกล้ามเนื้อ
- ISOKINETIC Test ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อบริเวณหัวเข่า ข้อเท้า และหัวไหล่

การฝึกประสบการณ์วิชาชีพที่ได้รับ

- ได้ Report Case Study ประจำสัปดาห์ ทราบรายละเอียดเบื้องต้นเกี่ยวกับ Protocol ของการผ่าตัด ACL รวมถึงโปรแกรมการออกกำลังกายของคนไข้ในแต่ละ Phase ของการรักษา รวมถึงรายละเอียดอื่นๆอีกมากมาย
- ได้ใช้เครื่องมือ ISOKINETIC ทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อต้นขา
- ฝึกการติดตั้งอุปกรณ์และดำเนินขั้นตอนต่างๆในการทดสอบ
- เข้าใจการทำงานอย่างเป็นระบบของโรงพยาบาล การเคียะประวัติข้อมูลของคนไข้และลงค่าใช้จ่ายต่างๆในระบบคอมพิวเตอร์
- ได้ประสบการณ์ สอนคนไข้ให้ออกกำลังกายเพื่อฟื้นฟูกล้ามเนื้อให้กลับมาใช้ชีวิตได้อย่างปกติ
- ได้ฝึกการสนทนากับผู้คนใหม่ๆทั้งคนไทยและต่างชาติ ที่เข้ามาใช้บริการแผนกวิทยาศาสตร์การกีฬา

ประโยชน์ที่ได้รับ

- ได้เรียนรู้กระบวนการทำงานร่วมกันอย่างมีระบบของแต่ละแผนกในโรงพยาบาล
- ได้ความรู้ใหม่ๆ นอกเหนือจากวิชาที่เปิดสอนในคณะ
- ได้ฝึกความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัยมากขึ้น
- ได้ร่วมมือทำงานกับเพื่อนต่างสถาบัน

กิจกรรมพิเศษที่ได้เข้าร่วม

- ฝ่ายจัดการแข่งขัน กีฬาภายในบุคลากร “มหิตลเกมส์”
- บรรยายงานในแผนกคลินิกกีฬาให้แก่แพทย์ศึกษาจากต่างประเทศ เช่น เนปาล อินโดนีเซีย
- เข้าห้องตรวจ ร่วมฟังแพทย์วินิจฉัยการรักษาของคนไข้

ข้อเสนอแนะ

- การเตรียมตัวก่อนเข้าฝึกงาน
- ควรมีพื้นฐาน Anatomy หรือ การทำงานของกล้ามเนื้อ ในฟังก์ชันการเคลื่อนที่มุมต่างๆ และมีพื้นฐานการออกกำลังกาย เช่น การใช้ Machine หรือ อุปกรณ์ต่างๆ การจัดทำทางให้ถูกต้อง
- อยากให้คณะมีวิชาสอนออกกำลังกายในกลุ่มของคนไข้ที่ได้รับบาดเจ็บ

อาจารย์นิเทศก์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรสา ไค้งประเสริฐ
เลขที่ 2 ถนนวังหลัง แขวงศิริราช เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ
10700 ผู้รับผิดชอบของหน่วยงาน คุณธนภฤตย์ โสภวานิชย์
โทร. 0 2419 8961 มือถือ 08 4717 7881

จัดทำโดย

นางสาวพรรณวดี โมพารักษ์ 6430092039
นายอนุชา บุตรมิมุสา 6430144039