



แต่่งเดิมรอยยิ้มสดใสให้น้อง

จดหมายข่าวความเคลื่อนไหว
www.cleftchiangrai.org
www.facebook.com/cleftipchiangrai.org/
ฉบับที่ 60 มกราคม—มีนาคม 2563

ทักทาย.....จากทีมงานโครงการฯ

พบกันอีกครั้งในบรรยากาศหน้าร้อนที่



อากาศร้อนระอุเป็นอย่างมาก ที่สำคัญเราต้องปรับตัวรับกับสถานการณ์โรคโควิด 19 ไปพร้อมๆ กับกับชาวโลกทุกประเทศ ซึ่งนับว่าการแพร่ระบาดของโรคติดต่อชนิดที่ร้ายแรงที่สุดเท่าที่เคยมีมา โดยเฉพาะผู้ที่มีโรคประจำตัวเรื้อรัง และ ผู้สูงอายุ ควรต้องให้การดูแลเป็นพิเศษ เพื่อป้องกันไม่ให้อาการในครอบครัวเจ็บป่วยจึงเป็นเรื่องสำคัญและจำเป็น การฝึกสูดหายใจ การจัดสภาพแวดล้อมของบ้านให้สะอาด การล้างมือ การออกกำลังกาย การกินอาหารให้ครบ 5 หมู่ การดื่มน้ำสะอาด การหลีกเลี่ยงจากปัจจัยเสี่ยงต่างๆ จะช่วยให้โอกาสได้รับเชื้อลดลง ซึ่งในช่วงนี้ต้องเลื่อนนัดน้องๆ ที่จะมาพบคุณหมอออกไปก่อน เพื่อความปลอดภัยของทุกคน

กิจกรรมโครงการฯ 3 เดือน

1. การเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ และ ค้นหาผู้ป่วยฯ

1.1.จัดทำจดหมายข่าวความเคลื่อนไหว ฉบับที่ 60 จำนวน 1,000 ฉบับ ส่งหน่วยงานทั้งภาครัฐ-เอกชน-ประชาสังคม โรงพยาบาลชุมชน องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ฯลฯ ใน 3 จังหวัด (เชียงราย / เชียงใหม่ / พะเยา) และแนวชายแดน ไทย-ลาว-พม่า อย่างต่อเนื่อง ให้โอกาสผู้ป่วยรายใหม่ สามารถเข้าถึงบริการฯ รักษาผ่าตัด-ฟื้นฟูสภาพตามช่วงอายุที่เหมาะสม ซึ่งใน 6 เดือนนี้ มีผู้ป่วยใหม่ที่ได้รับเข้าโครงการฯ จำนวน 14 ราย (ชาย 6 / หญิง 8) เป็นผู้ป่วยอาการปากแหว่ง 5 ราย , ปากแหว่งเพดานโหว่ 9 ราย จากพื้นที่ เชียงราย 1 ราย , ลาว 5 ราย , พม่า 8 ราย

1.2.ประสานแผนงานการดำเนินงานโครงการฯ ปี 2563 กับ สสจ.ชร. / รพ.ศ. ชร. / ปันรัก / ตูต๊ะตานะ (12 / 13 / 15 ทาว.)

1.3. แนะนำโครงการฯ และประสานด้านชายแดนด้าน จ.เชียงใหม่ 2 แห่ง ที่บ้านหนองเปือย-กัวลาวา อ.เชียงดาว และ บ้านแม่ทวยราษฎร์ อ.แม่สาย เพื่อจัดกิจกรรมให้บริการฟื้นฟูสภาพด้านการแก้ไขการพูด ให้แก่กลุ่มผู้ป่วยในเขต ว้าใต้ คือเมืองสาต และ เมืองยอน (10 มิ.ย.)



2.การรักษา ผ่าตัด - ฟันปลอมภาพ และ การเย็บม และ ติดตามผลฯ โดยทีมสหวิชาชีพฯ



2.1. กุมารแพทย์ ตรวจประเมินสุขภาพผู้ป่วยฯ 8 ราย (8 ครั้ง)

ให้การรักษาอาการโรคอื่น 8 ราย



2.2. ศัลยแพทย์ ตรวจประเมินผู้ป่วยฯ 8 ราย (8 ครั้ง) / ทำการรักษา 8 ราย

(ปากแหว่ง 3 / ปากแหว่ง-จมูกผิดปกติ 1 / เพดานโหว่ 1 / เพดานโหว่-จมูกผิดปกติ 1 / ปลุกกระดูกขาขึ้น 2)

2.3. กทันตแพทย์ ตรวจประเมินฯ และ รักษาอนามัยช่องปาก – ฟัน 29 ราย (50 ครั้ง)

2.4. โสตแพทย์ ตรวจประเมินฯ และ รักษาอาการผิดปกติภายในช่องหู ให้ผู้ป่วยฯ 11 ราย (11 ครั้ง)

2.5. นักแก้ไขการพูด ตรวจประเมินฯ คัดกรอง และ แก้ไขการพูดให้ผู้ป่วย 33 ราย (35 ครั้ง)

2.6. นักสังคมสงเคราะห์ ติดตามผล-เยี่ยมผู้ป่วยฯ 52 ราย ที่โรงพยาบาล-ที่บ้าน และ ให้คำแนะนำผู้ปกครองฯ ในการดูแลพัฒนาการ-ฟื้นฟูสุขภาพฯ ทั้งก่อน-หลัง การผ่าตัดฯ (66 ครั้ง)

3. งานภาคี-เครือข่ายฯ และ การพัฒนาทีม ฯ

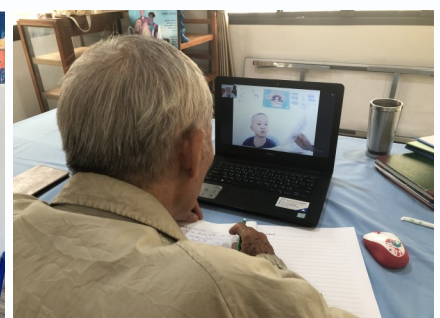


3.1.ประชุมทีมฯ 3 ครั้ง (OBH. 21 มค. , 18 ทพ. / Y. 14 , 21 มค. , 7 ทพ. , 10 ทพ.) เพื่อเตรียมการงานอบรมผ่าตัดเพดานฯ ของ TF. และ แผนการดำเนินงานโครงการฯ ในช่วงปี 2563

3.2. ศูนย์ฝึก-ชุมชนฯ สโลว์ ผู้บริจาคฯ เยี่ยมบ้าน 5 Case (แฝดคำ-เงิน / ทานเกา / ไชยา นนท์ / ธีรวัชร) ที่ทำพิธีเสกฯ พม่า และ อ.แม่สาย (27-28 มค.)

3.3. ออกหาหน่วยแม่ข่ายการพูด 2 ครั้ง ที่ รพ.แม่สาย 9 ราย : ไทย 2 / พม่า 7 (22 มค.) และที่ อ.เวียงแก่น- รพ.เชียงของ. 6 ราย : ไทย 2 / ลาว 4 (26 ทพ.)

3.4 Tele Speech ให้ผู้ป่วยในพื้นที่เมืองเชียงตุง พม่า 9 ราย + ไทย 3 (15 มิค.)



4. การระดมทุน — รับบริจาค

- 4.1. รับเงินบริจาค 10,000 บาท จากคุณปวีร์วิธ ลาร์สัน จากประเทศสวีเดน (15 มค.)
- 4.2. รับเงินบริจาค 40,000 บาท จากคุณพิธิป-คุณขวัญ ไล่จาร์ จากประเทศอังกฤษ (28 มค.)
- 4.2. รับเงินบริจาค 10,000 บาท จาก คุณณัฏฐ์ เวชร์ จากประเทศนิวซีแลนด์ (12 กพ.)
- 4.3. เงินบริจาคจากกองทุนบริจาคที่ YMCA เชียงราย 1,710 บาท (17 มีค.)

ขอเชิญร่วมบริจาค ช่วยเหลือผู้ป่วยฯ ได้
ที่
บัญชีออมทรัพย์ : ธนาคารกสิกรไทย
สาขาสวนราชวงศ์เชียงใหม่



ตาราง และ แผนภูมิ สรุปข้อมูลผู้ป่วยฯ

1. ตารางแสดงข้อมูลผู้ป่วยฯ 1041 ราย จำแนกตาม พื้นที่ / อาการ / เพศ

(พฤษภาคม 2545—มีนาคม 2563)

พื้นที่	ปากแห้ง		เพดานโหว่		ปากแห้งและ เพดานโหว่		รวม
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	
เชียงราย	41	31	15	25	72	35	219
เชียงใหม่	11	11	4	5	13	5	49
พะเยา	9	7	4	22	30	14	86
แม่ฮ่องสอน	2	0	0	0	2	0	4
น่าน	0	1	0	0	1	1	3
ลาว	46	26	8	5	53	36	174
พม่า	148	98	11	16	146	85	504
อื่นๆ	1	0	0	0	1	0	2
รวม	258	174	42	73	318	176	1,041
รวมทั้งสิ้น	432		115		494		

2. แผนภูมิแสดงข้อมูลผู้ป่วยใหม่

14 ราย จำแนกอาการ / เพศ

(มกราคม—มีนาคม 2563)

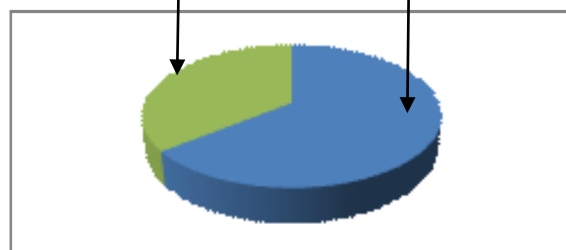
ปากแห้งเพดานโหว่

ปากแห้ง 9 ราย

5 ราย

(ช. 2 / หญิง. 3)

(ช. 4 / หญิง. 5)



ทำอย่างไรให้ฟันลูกน้อยแข็งแรง

๑. แปรงฟันถูกวิธีอย่างสม่ำเสมอ

การแปรงฟันเป็นการช่วยกำจัดคราบจุลินทรีย์ ทำให้ฟันสะอาดและแข็งแรง มีวิธีง่ายๆ เพียงวางแปรงตั้งฉากกับคอฟัน แล้วขยับแปรงไปมาในแนวนอน แต่ละจังหวะนับ ๓-๑๐ ตาม ๔ ขั้นตอนดังนี้

๑. แปรงฟันด้านนอก (ด้านที่ติดกระพุ้งแก้ม) ตั้งแต่ซี่ในสุดด้านขวาไปจนถึงซี่ในสุดด้านซ้ายของฟันบน และทำเช่นเดียวกันในฟันล่าง



๒. แปรงฟันด้านใน (ด้านที่ติดกับเพดานและลิ้น) ตั้งแต่ซี่ในสุดด้านขวาไปจนถึงซี่ในสุดด้านซ้ายของฟันบน และทำเช่นเดียวกันในฟันล่าง



๓. แปรงฟันด้านบดเคี้ยวของฟันกรามให้ครบทั้ง ๔ ส่วน คือ บน ล่าง ทั้งด้านซ้ายและด้านขวา



๔. แปรงลิ้น

นอกจากวิธีการแปรงฟันที่ถูกต้องแล้วการแปรงฟันยังต้องใช้ยาสีฟันที่มีฟลูออไรด์ป้องกันฟันผุ โดย

- เด็กอายุน้อยกว่า ๖ ปี ให้ใช้ยาสีฟันเด็ก (ดูฉลากข้างกล่องที่มีฟลูออไรด์ ๕๐๐ ppm)
- เด็กอายุมากกว่า ๖ ปี ให้ใช้ยาสีฟันผู้ใหญ่ (ดูฉลากข้างกล่องที่มีฟลูออไรด์ ๑,๐๐๐ ppm)

และเลือกแปรงที่มีลักษณะ ดังนี้

- แปรงขนนุ่ม, ขนาดพอดีกับช่องปาก
- ตามแปรงจับกระชับมือ
- ขนแปรงไม่บาน



๒. การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์

เด็กๆ ควรรับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์ต่อฟันและไม่ทำลายฟัน โดยเลือกอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ดังนี้

- มีโปรตีนสูง แป้งและน้ำตาลต่ำ
- ไม่ควรกินอาหารเหนียวติดฟัน เช่น กากะแม ข้าวเหนียว ข้าวเหนียวเหนียวหนึบ หรืออาหารหวานที่อยู่ในปากนานๆ เช่น ลูกอมและอมยิ้ม
- ไม่ควรดื่มเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง เช่น นมเปรี้ยวและน้ำอัดลม



มูลนิธิพัฒนาสตรีภาคเหนือ

อาคาร วาย.เอ็ม.ซี.เอ. 70 ถนนพหลโยธิน ต.ริมกก อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 57100

โทรศัพท์ : 053 - 702763-4 ต่อ 109 / โทรสาร : 053-714336

E-Mail : ymcawf@csloxinfo.com / E-mail : nwdf@csloxinfo.co.th

