

A black, sleek, and compact heart rate monitor device. It features a digital display showing the number '68' in large white digits. Above the number are icons for Bluetooth connectivity and a heart rate symbol. The device has a small circular button at the bottom and a strap for the wrist. The text 'Smart Pulse' is visible at the top.

ថ្ងៃទី 10 មេសា 2568

ศูนย์ปฏิบัติการ MCATT
โรงพยาบาลศรีธัญญา

mcattsty68@gmail.com
02-5250981 ត្រង់ 57407



กรมสุขภาพจิต

สรุปผลการให้บริการดูแลสุขภาพใจ ด้วยเครื่อง SMARTPULSE

ณ กองบริหารหารคลัง กรมควบคุมโรค อ.เมืองนนทบุรี จ.นนทบุรี

จากการตรวจประเมินสุขภาพใจ พบว่าบุคลากรกรมสุขภาพจิตมีสุขภาพดี ร้อยละ 52.6
รองลงมาคือสุขภาพไม่ดีร้อยละ 47.4 มีความเข้มแข็งทางใจดีร้อยละ 66.7 รองลงมาคือ
ความ**เข้มแข็งทางใจไม่ดีร้อยละ 22.4** และมีผู้เชี่ยวชาญดูแลทำให้มีความเข้มแข็งทางใจดีมาก
ร้อยละ 10.5 มีความสามารถในการจัดการความเครียดได้ดีร้อยละ 82.5
มีความเครียดสะสมร้อยละ 17.5 **เริ่มมีภาวะเหนื่อยล้าสะสม ร้อยละ 29.8** ไม่ออกกำลังกาย
ร้อยละ 79 ออกกำลังกายสม่ำเสมอ 21 สุขภาพหลอดเลือดดี ร้อยละ 68.4
สุขภาพหลอดเลือดมีความเสี่ยงสูง 31.6 **มีโรคประจำตัวได้รับการรักษาแล้วร้อยละ 47.37**
และปัญหาการนอนไม่หลับร้อยละ 26.31



โรงพยาบาลศรีธัญญา
ถนนจันทน์ 101/101 ถนนจันทน์ แขวงจันทน์ เขตจันทน์ กรุงเทพมหานคร 10700



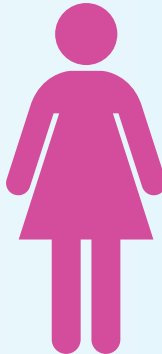
ศูนย์ปฏิบัติการ MCATT
โรงพยาบาลศรีธัญญา

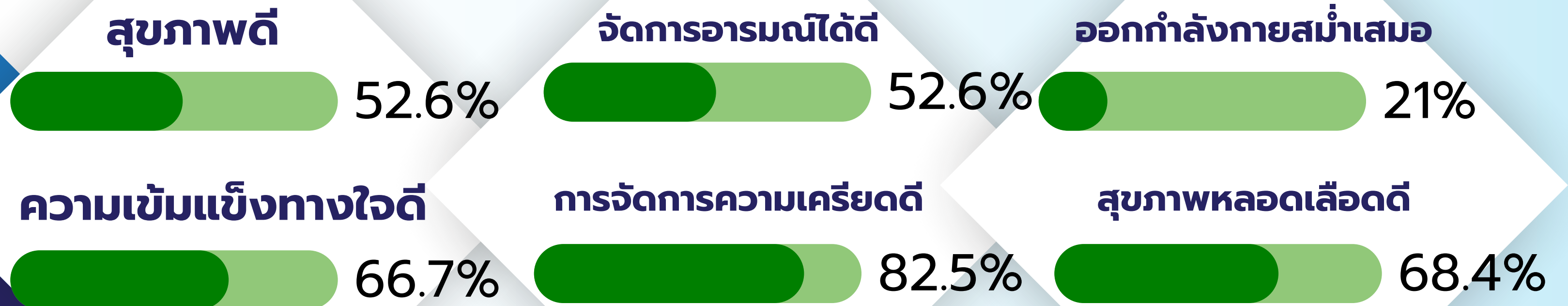
mcattsty68@gmail.com
02-5250981 ต่อ 57407

วันที่ 10 เมษายน 2568
กรมสุขภาพจิต

ผลลัพธ์ของบริการทางใจ

โดย โรงพยาบาลศรีธัญญา กรมสุขภาพจิต

13 คน  รวม 57 คน  44 คน



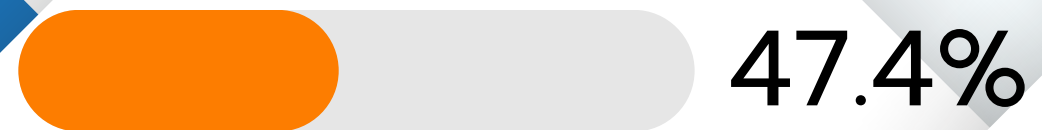
โดย ศูนย์ปฏิบัติการวิกฤตสุขภาพจิต MCATT โรงพยาบาลศรีธัญญา
mcattsty68@gmail.com

ผลลัพธ์ของบริการทางใจ

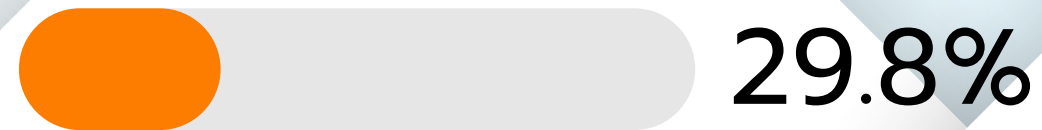
โดย โรงพยาบาลศรีธัญญา กรมสุขภาพจิต

13 คน  รวม 57 คน  44 คน

สุขภาพไม่ดี



ภาวะเหนื่อยล้า



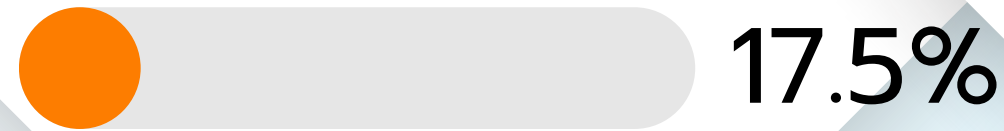
ไม่ออกกำลังกาย



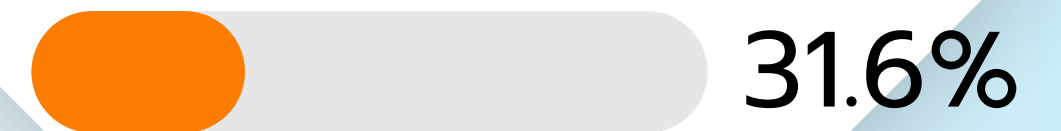
ความเข้มแข็งทางใจไม่ดี



มีความเครียดสะสม



สุขภาพหลอดเลือดเสี่ยงสูง



มีผู้เชี่ยวชาญดูแลทำให้ความเข้มแข็งทางใจดีมาก





01
เครียดงาน
เหนื่อยล้าจากการทำงาน

02
การนอน
นอนดึก/พักผ่อนน้อย/นอนหลับไม่สนิท

03
ปัญหาสุขภาพ
มีโรคประจำตัวที่ต้องรักษาต่อเนื่อง

04

05
ไม่ออกกำลังกาย
ไม่ชอบออกกำลังกาย/ไม่มีเวลา

06
ปัญหาครอบครัว
เครียดเรื่องครอบครัว/สูญเสียบิดา

หัวใจสำคัญของ ปัญหาและของ สุขภาพที่พบ

mcattsty68@gmail.com

โดย ศูนย์ปฏิบัติการวิกฤตสุขภาพจิต MCATT โรงพยาบาลศรีธัญญา



โรงพยาบาลศรีธัญญา
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

จะดีกว่านี้ถ้า ระบบการดูแลสุขภาพใจครั้งถัดไป

01

การตรวจประเมินสุขภาพ
ประจำปีละครั้งทั้งสุขภาพกาย
และสุขภาพใจ

02

- จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย
- นวดแผนไทย
- ลดอาการOffice Syndrome
- เมนูอาหารเพื่อเหมาะสมกับบุคคล
- การจัดการความเครียดในองค์กร

03

- บริหารจัดการกำลังคนให้เหมาะสมกับงาน
- จัดกิจกรรม Work life balance เนื่องจากพบมีความเครียดสะสม ร้อยละ 17.5 ภาวะเหนื่อยล้าร้อยละ 29.8 และความเข้มแข็งทางใจไม่ดี ร้อยละ 22.8

04

- ทำแผนพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากร
- จัดทำ BCP ของหน่วยงานเพื่อให้การดูแลบุคลากรเป็นระบบที่ต่อเนื่อง

mcattsty68@gmail.com



โดย ศูนย์ปฏิบัติการวิกฤตสุขภาพจิต MCATT โรงพยาบาลศรีธัญญา
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข



โรงพยาบาลศรีธัญญา
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข



ศูนย์ปฏิบัติการMCATT โรงพยาบาลศรีธัญญา

mcattsty68@gmail.com

ขอขอบคุณ

จบการนำเสนอ

โดย ศูนย์ปฏิบัติการวิกฤตสุขภาพจิต MCATT โรงพยาบาลศรีธัญญา

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข