

โครงการ “สุขภาพเข้าในผู้สูงอายุ”

เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอาการปวดเข้า ตลอดจนสร้างแรงจูงใจทางบวก

29 สิงหาคม 2568 : คลินิกแพทย์แผนไทยประยุกต์ ศูนย์การแพทย์ธรรมศาสตร์คูคต จัดโครงการ “สุขภาพเข้าในผู้สูงอายุ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับอาการปวดเข้า ตลอดจนสร้างแรงจูงใจทางบวกให้ผู้เข้าร่วมเกิดความตระหนักรู้ และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อการดูแลสุขภาพได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมการสอนออกกำลังกาย และการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ เพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องกับข้อเข้าอีกด้วย ณ ศูนย์การแพทย์ธรรมศาสตร์คูคต

ในพิธีเปิดงาน ได้รับเกียรติจาก อาจารย์ นพ.ภริภาส จิราธิยุต รองผู้อำนวยการศูนย์การแพทย์ธรรมศาสตร์คูคต เป็นประธานในพิธีและบรรยายพิเศษ ร่วมกับ อาจารย์ ดร.พทป.ปิยพล พูลสุข อาจารย์ประจำสถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีรพันธ์ แก้วตอก ภาควิชาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ รวมทั้งทีมแพทย์แผนไทยประยุกต์จากศูนย์การแพทย์แผนไทยธรรมศาสตร์ และศูนย์การแพทย์ธรรมศาสตร์คูคต

โดยกิจกรรมภายในงานประกอบด้วย การให้ความรู้เกี่ยวกับโรคข้อเข้าเสื่อม วิธีการดูแล ป้องกัน และฟื้นฟูสุขภาพข้อเข้าด้วยแนวทางแบบองค์รวม รวมถึงกิจกรรมกลุ่มที่มุ่งเน้นการฝึกปฏิบัติการดูแลตนเอง เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างยั่งยืน



ปรัชญาการศึกษาของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

"มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ บ่มเพาะปัญญาชนเสรีและนวัตกรรมที่มีความรับผิดชอบสู่การเป็นพลเมืองโลกที่อุทิศตนเพื่อสังคมและมุ่งมั่นเพื่อความยั่งยืน"

04/09/68-103

