



3



med.tu

17 ชม. · 🌐



คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
ขอแสดงความยินดีกับ รศ.พญ.พรทิพา อึ้งคกุล
อาจารย์ประจำภาควิชากุมารเวชศาสตร์
ได้รับการแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่ง "รองศาสตราจารย์"

มติสภามหาวิทยาลัย ในการประชุมครั้งที่ 13/2566
ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ 7 มิถุนายน 2566

▶ สามารถติดตามข้อมูลของ 'แพทย์ธรรมศาสตร์' ได้ที่
Web Page | <https://www.med.tu.ac.th>
Facebook | <https://www.facebook.com/webmedtufanpage>
YouTube | <https://www.youtube.com/@medtuchannel5520>



👍 46

1 ความคิดเห็น

👍 ใจ

👍 แสดงความคิดเห็น

👍 แชร์



👍 เกี่ยวข้องมากที่สุด



เขียนความคิดเห็น...



อาจารย์จำหมอดาเลสิด · [ติดตาม](#)

ยินดีด้วยคะ 🙌🙌🙌

16 ชม. ใจ ใจ





1

3



med.tu

17 ชม. · 🌐



คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
 ขอแสดงความยินดีกับ ผศ.นพ.อภิรักษ์ ตั้งเสริมกิจสกุล
 อาจารย์ประจำภาควิชานิติเวชศาสตร์
 ได้รับการแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่ง "ผู้ช่วยศาสตราจารย์"

มติสภามหาวิทยาลัย ในการประชุมครั้งที่ 13/2566
 ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ 11 กรกฎาคม 2566

▶ สามารถติดตามข้อมูลของ 'แพทยธรรมศาสตร์' ได้ที่
 Web Page | <https://www.med.tu.ac.th>
 Facebook | <https://www.facebook.com/webmedtufanpage>
 YouTube | <https://www.youtube.com/@medtuchannel5520>



เผยแพร่ ณ วันที่ 2 กรกฎาคม 2567



MedTU • งานประชาสัมพันธ์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



02 926 9004



33

1 ความคิดเห็น

ถูกใจ

แสดงความคิดเห็น

แชร์



เกี่ยวข้องกับมากที่สุด



เขียนความคิดเห็น...



อาจารย์จำหมอตาลีสิด · ติดตาม

ยินดีด้วยคะ 🙌🙌

14 ชม. · ถูกใจ · คอมเมนต์





1

4



med.tu

17 ชม. · 🌐



บทความเผยแพร่ความรู้ 📄

หัวข้อ "ฝึกนัสนัยการขับถ่ายด้วยการแพทย์แผนไทย"

โดย ผศ.ดร.พท.ป.อรรมณี ประจวบจินดา

สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

🚩 สามารถติดตามข้อมูลของ 'แพทย์ธรรมชาติ' ได้ที่

Web Page | <https://www.med.tu.ac.th>

Facebook | <https://www.facebook.com/webmedtufanpage>

YouTube | <https://www.youtube.com/@medtuchannel5520>

#MedTU #FacultyofMedicineThammasatUniversity

#คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ #ATTMTU #แพทย์แผนไทยธรรมชาติ





1

4



ฝึกนิสัยการขับถ่าย

ด้วยการแพทย์แผนไทย

สถานการณ์การขับถ่าย “การบรรเทาอาการท้องผูก”

โดย ศศ.ดร.พท.ป.อรมณี ประจวบจินดา

สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



การฝึกขับถ่ายให้เป็นเวลา

ฝึกขับถ่ายในตอนเช้าหรือตอนเย็น เพื่อให้ธาตุลมในลำไส้ หรือการเคลื่อนไหวของลำไส้ **จำเวลาในการขับถ่ายได้** หรือน้ำเปล่าตอนเช้าหลังตื่นนอน เพิ่มธาตุน้ำและกระตุ้นลำไส้

ยาสมุนไพร

ตามบัญชียาหลักแห่งชาติ ปี 2566 ยาธรรณีสัณทະชาต ยามะขามแขก ยาถ่ายดีเกลือฝรั่ง ยาชุมเห็ดเทศ หรือยาต้มเฉพาะราย

**** การกินยาระบายไม่ควรกินติดต่อกันเกิน 5-7 วัน เพื่อไม่ให้ลำไส้เกิดการคุ้นชิน และไม่เคลื่อนไหวเอง ****

อาหารเป็นยา

กินอาหารที่มีรสเปรี้ยว เช่น มะขาม มะดัน ตะลิงปลิง มะนาว ช่วยในการเพิ่มธาตุน้ำในลำไส้ หรือรสเผ็ดร้อน กระตุ้นการเคลื่อนไหวของลมไส้ เช่น ขิง กระชาย ข่า

บริหารร่างกาย

ทำกายบริหารโดยเฉพาะที่เคลื่อนไหวส่วนของหลังและท้อง เช่น ท่างู ท่ากอดอก ท่าบิดท้องจะช่วยทำให้ลำไส้ได้ขยับตัวและกระตุ้นการขับถ่ายอีกด้วย

อาการท้องผูก

ทางแพทย์แผนไทย :
สาเหตุ — เกิดจากพฤติกรรม และการรับประทานอาหาร อีกทั้งยังไม่ค่อยได้เคลื่อนไหวร่างกาย ส่งผลต่อธาตุในร่างกายนี้นี้ ทำให้ธาตุลมเคลื่อนไหวไม่สะดวก (ภาวะลมอัน) ส่งผลให้ธาตุไฟ กำเริบในส่วนของการย่อยอาหาร (กระเพาะอาหาร หรือลำไส้) เกิดการเผาไหม้ขึ้น ทำให้กระเพาะธาตุน้ำหย่อน (น้อย) ส่งผลให้อุจจาระเป็นก้อนแข็ง ขับถ่ายไม่สะดวก (ศกษัช ชุ่มชื่น, 2563)

อ้างอิง: ศกษัช ชุ่มชื่น. (2563) บรรเทาอาการ 0 ที่ 7 ฉบับที่ 2 (พ.ศ.-ร.ศ. 2563).
กับทศ. เสาศิร, อัจฉิภา มุ่งมั่น, พิลาพรรณ จินตประสาร, ธะวีวรรณ แก้วอินดวงค์, นภนภา ธีรธัญญา, กลุ่มทศ พหุพิภพ. สำนักงานวิจัยการแพทย์แผนไทย. (อ.บ. 2564)



ATTM TU (Applied Thai Traditional Medicine Thammasat University)

25 ธันวาคม 2023 เวลา 08:28 น. · 🌐

บทความเผยแพร่ความรู้

หัวข้อ "ฝึกนิสัยการขับถ่ายด้วยการแพทย์แผนไทย"

โดย ศศ.ดร.พท.ป.อรมณี ประจวบจินดา

วันจันทร์ที่ 25 ธันวาคม พ.ศ.2566

โดย สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

"ห้ามนำไปเผยแพร่เพื่อประโยชน์เชิงพาณิชย์"

#บทความเผยแพร่ความรู้โดยแพทย์แผนไทยประยุกต์มธ

.....

📌 อย่าลืมตั้งค่าเพจ Facebook > กดติดตาม > เห็นโพสต์ก่อน (see first page) เพื่ออัปเดตข่าวสารและกิจกรรมไปด้วยกันนะ 📌





1

4



med.tu

20 ชม. · 🌐



🔊 ขอเชิญอาจารย์และบุคลากรทุกท่าน ร่วมรับฟังแนวทางการบริหารมหาวิทยาลัย และแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นกับผู้เสนอตัวเข้ารับการศึกษา เข้าสู่ตำแหน่งอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

◆ โดย รองศาสตราจารย์ ดร.พิภพ อุดร

📅 วันอังคารที่ 23 มกราคม 2567

🕒 เวลา 10.00 - 11.00 น.

📍 ณ ห้องสโมสรมหานคร คณะแพทยศาสตร์ มธ.

▶ สามารถติดตามข้อมูลของ 'แพทย์ธรรมศาสตร์' ได้ที่
Web Page | <https://www.med.tu.ac.th>
Facebook | <https://www.facebook.com/webmedtufanpage>
YouTube | <https://www.youtube.com/@medtuchannel5520>

#คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

#FacultyofMedicineThammasatUniversity #MedTU





มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์

ขอเชิญ

คณาจารย์และบุคลากรทุกท่าน
เข้าร่วมรับฟังแนวทางการบริหารมหาวิทยาลัย
และแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นกับผู้นำเสนอตัวเข้ารับการศึกษา
เข้าสู่ตำแหน่งอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

วันที่ 23 มกราคม 2567

เวลา 10.00 -11.00 น.

ณ ห้องสโมสรชั้น 4 อาคารคุณากร
คณะแพทยศาสตร์ มธ.

รองศาสตราจารย์ ดร.พิภพ อุดร

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
THAMMASAT UNIVERSITY

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ Med.TU MED TU CHANNEL www.med.tu.ac.th

8

แชร์ 1 ครั้ง

ถูกใจ

แสดงความคิดเห็น

แชร์



เขียนความคิดเห็น...





หน้าแรก / ISRANEWS

ศ.คุณหญิง นางเยาว์ ชัยเสรี อดีตอธิการบดีมธ. ถึงแก่อนิจกรรม สิริอายุ 88 ปี

วันอังคาร ที่ 02 มกราคม 2567 เวลา 22:19 น.

isranews

HITS

732 views

f Share

🐦 Tweet

LINE Share



ศาสตราจารย์ คุณหญิง นางเยาว์ ชัยเสรี อดีตอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ถึงแก่อนิจกรรม สิริอายุ 88 ปี

สำนักข่าวอิสรา (www.isranews.org) รายงานว่า เมื่อวันที่ 2 ม.ค. 2567 เวลา 20.18 น. ศาสตราจารย์ คุณหญิง นางเยาว์ ชัยเสรี อดีตอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ถึงแก่อนิจกรรมด้วยอาการอันสงบ ที่โรงพยาบาลธรรมศาสตร์ สิริอายุ 88 ปี

ทั้งนี้ประวัติของ ศาสตราจารย์ คุณหญิง นงเยาว์ ชัยเสรี มีดังนี้

ศาสตราจารย์ คุณหญิง นงเยาว์ ชัยเสรี (อโณทัยวงศ์) เกิดเมื่อวันที่ 29 ตุลาคม พ.ศ. 2478 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี พาณิชยศาสตร์ (เกียรตินิยมดีมาก) จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ประกาศนียบัตรชั้นสูงทางการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และปริญญาโท เศรษฐศาสตร์ จากมหาวิทยาลัยอิลลินอยส์ ประเทศสหรัฐอเมริกา

สมรสกับ ศาสตราจารย์กิตติคุณ อรุณ ชัยเสรี มีบุตร-ธิดา 2 คน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.สิริ ชัยเสรี รองอธิการบดีฝ่ายวิจัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ ดร.ปิยวัชร ชัยเสรี ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร บริษัท อรุณ ชัยเสรี คอนซัลติ้ง เอนจิเนียริ่ง จำกัด

คุณหญิง นงเยาว์ เริ่มรับราชการในตำแหน่ง เศรษฐกรโท สังกัดสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ต่อมาได้โอนมาสังกัดคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ตั้งแต่ พ.ศ. 2507 ในตำแหน่งอาจารย์ และได้รับการแต่งตั้งในตำแหน่งฝ่ายบริหารหลายตำแหน่ง อาทิ หัวหน้าภาควิชาการเงินและการธนาคาร คณะบดีคณะพาณิชยศาสตร์ฯ อธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์และนายกสภามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ หลังจากนั้นจึงลาออกเพื่อรับตำแหน่ง กรรมการตรวจเงินแผ่นดิน เมื่อปี พ.ศ. 2543

คุณหญิง นงเยาว์ ได้รับแต่งตั้งให้รักษาราชการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัย 2 ครั้ง ในช่วงต่อเนื่องจากศาสตราจารย์ป่วย อังภากรณ์ เมื่อปี พ.ศ. 2519 และต่อเนื่องจากศาสตราจารย์ประภาศน์ อวยชัย ในปี พ.ศ. 2525 ต่อจากนั้นได้รับโปรดเกล้าฯ ให้ดำรงตำแหน่งดังกล่าว นับเป็นสตรีคนแรกที่ได้รับการโปรดเกล้าฯ ให้ดำรงตำแหน่งอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ซึ่งในขณะที่ดำรงตำแหน่งอธิการบดี ได้ผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มีการจัดตั้งคณะใหม่ ๆ เพิ่มขึ้น ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะแพทยศาสตร์ คณะทันตแพทยศาสตร์ คณะสหเวชศาสตร์ และคณะพยาบาลศาสตร์ ตลอดจนยังเป็นผู้ที่ริเริ่มการขยายการเรียนการสอนไปยังศูนย์รังสิต จังหวัดปทุมธานี นอกจากนี้ยังเป็นผู้ก่อตั้งโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติอีกด้วย

นอกจากนี้คุณหญิง นงเยาว์ ได้รับแต่งตั้งเป็นรัฐมนตรีว่าการทบวงมหาวิทยาลัย ในรัฐบาลพลเอกชวลิต ยงใจยุทธ เมื่อวันที่ 24 ตุลาคม พ.ศ. 2540

#กดคลิก ติดตาม ส่งแชร์ข่าวอิศรา ได้ที่นี่ <https://www.facebook.com/isranewsfanpage>



หมวดหมู่ **Isranews | ตะกร้าข่าว**

TAGS ศาสตราจารย์ คุณหญิง นงเยาว์ ชัยเสรี

สำนักข่าวอิศรา

เรื่องเด่น - สำนักข่าวอิศรา

สิ้น 'ศ.คุณหญิงนงเยาว์ ชัยเสรี' อดีตอธิการบดี ม.ธรรมศาสตร์

วันที่ 2 มกราคม 2567 - 23:31 น.



สิ้น ศ.คุณหญิงนงเยาว์ ชัยเสรี อดีตอธิการบดี ม.ธรรมศาสตร์ ดร.ชาญวิทย์โพสต์อาลัย

เมื่อวันที่ 2 มกราคม 2567 ดร.ชาญวิทย์ เกษตรศิริ อดีตอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ได้เผยแพร่ผ่านเฟซบุ๊กส่วนตัวเผยว่า ศ.คุณหญิงนงเยาว์ ชัยเสรี อดีตอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ได้ถึงแก่อนิจกรรมแล้ว โดยระบุว่า

"Rest In Peace ศ.คุณหญิงนงเยาว์ ชัยเสรี (2477-2567) อดีตอธิการบดีธรรมศาสตร์ ได้จากเราไปวันนี้ เมื่อ 20.18 น. ผลงานดีเด่น ที่เธอได้ทำไว้กับมหาวิทยาลัย คือขยายวิทยาเขตจากท่าพระจันทร์ ไปรังสิตตามเจตนารมณ์ของ ดร. ป๋วย อึ๊งภากรณ์ และการตั้งโรงพยาบาลธรรมศาสตร์ฯ ที่กลายเป็นโรงพยาบาลชั้นนำสุด ในจังหวัดปทุมธานีปัจจุบัน ขอให้เธอจงไปสู่สุคติในสัปดาห์ที่ผ่านไป"

สำหรับประวัติ ศ.คุณหญิงนงเยาว์ เป็นอธิการบดีตั้งแต่ 25 กุมภาพันธ์ 2525 ถึง 31 พฤษภาคม 2531 และได้รับแต่งตั้งให้รักษาการแทนอธิการบดีช่วงต่อเนื่องจากศาสตราจารย์ ดร.ป๋วย อึ๊งภากรณ์ เมื่อปี

2519 ระหว่างเหตุการณ์ 6 ตุลา 19 และช่วงต่อเนื่องจากศาสตราจารย์ประกาศน์ อวยชัย พ.ศ.2525 ก่อนได้รับโปรดเกล้าฯ ให้ดำรงตำแหน่งอธิการบดี

ขณะ ศ.คุณหญิงนงเยาว์ ชัยเสรี ดำรงตำแหน่งอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ได้ผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงหลายด้านของมหาวิทยาลัย โดยเฉพาะการจัดตั้งคณะใหม่เพิ่มขึ้นอีกหลายคณะ อาทิ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะแพทยศาสตร์ คณะทันตแพทยศาสตร์ คณะสหเวชศาสตร์ และคณะพยาบาลศาสตร์ อีกทั้งยังเป็นผู้ริเริ่มขยายพื้นที่การศึกษาไปยังศูนย์รังสิต ปทุมธานี และเป็นผู้ก่อตั้งโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ

คุณหญิงนงเยาว์ ชัยเสรี เกิดเมื่อวันที่ 29 ตุลาคม 2478 สำเร็จการศึกษาปริญญาตรีพาณิชยศาสตร์ (เกียรตินิยมดีมาก) จากคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ประกาศนียบัตรชั้นสูงทางการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และปริญญาโทเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยอิลลินอยส์ สหรัฐอเมริกา

เข้ารับราชการในตำแหน่งเศรษฐกรโทสังกัดสำนักคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ต่อมาโอนสังกัดคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เมื่อ พ.ศ.2507 ในตำแหน่งอาจารย์ ได้รับแต่งตั้งในตำแหน่งบริหารหลายตำแหน่ง ตั้งแต่อาจารย์ หัวหน้าภาควิชาการเงิน และการธนาคาร คณบดีคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี อธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และนายกสภามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ หลังจากนั้นลาออกเพื่อรับตำแหน่งกรรมการตรวจเงินแผ่นดิน พ.ศ.2543



เกาะติดทุกสถานการณ์จาก [Line@matchon](https://line.me/@matchon) ได้ที่นี่

