

ข้อเสนอโครงการบริการวิชาการแก่สังคม
งบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568

1. ชื่อโครงการ

Made Simple in Spinal Pain

2. หน่วยงานที่รับผิดชอบ คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา

3. โครงการนี้จัดอยู่ในประเภท

- ☐ การวิจัยและพัฒนา (R2D)
- ☒ การฝึกอบรมเพื่อ Re-skill หรือ Up-skill
- ☐ การสร้างนวัตกรรมชุมชน หรือชุมชนนวัตกรรม
- ☐ การสร้างต้นแบบผลิตภัณฑ์/การดำเนินงาน
- ☐ การให้บริการด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ
- ☐ การบริการวิชาการอื่นๆ (ระบุ).....

4. หลักการและเหตุผล

ปัญหาของกระดูกสันหลังส่วนใหญ่ออกให้เกิดอาการปวดคอหรือปวดหลัง ซึ่งเป็นกลุ่มอาการทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อที่พบได้บ่อย โดยแนวโน้มของผู้ที่มีปัญหาของกระดูกสันหลังส่วนคอและหลังมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นองค์ความรู้สำหรับนักกายภาพบำบัดที่เกี่ยวข้องกับวิธีการตรวจประเมิน การตรวจหาปัญหา การรักษาและการฟื้นฟูสำหรับผู้ที่มีปัญหากระดูกสันหลังจึงมีความสำคัญ

ดังนั้นคณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา ได้ตระหนักถึงความจำเป็นและความสำคัญของการเพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับการตรวจประเมิน การจัดการทางกายภาพบำบัดและการฟื้นฟูด้วยการออกกำลังกายสำหรับผู้ที่มีปัญหากระดูกสันหลัง รวมถึงการแลกเปลี่ยนมุมมองของปัญหากระดูกสันหลังให้เป็นเรื่องเรียบง่ายและเป็นเหตุเป็นผลมากขึ้น จึงได้จัดให้มีการอบรมนี้ขึ้น เพื่อเปิดโอกาสให้นักกายภาพบำบัดได้พัฒนาความรู้และนำไปประยุกต์ใช้ในการให้บริการทางกายภาพบำบัดต่อไป

5. วัตถุประสงค์ของโครงการ

1) เพื่อเพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับการตรวจประเมิน วิเคราะห์ปัญหา การรักษาและการฟื้นฟูของผู้ที่มีปัญหาของกระดูกสันหลังส่วนคอและหลัง

2) เพื่อเปิดโอกาสให้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ทางวิชาชีพระหว่างนักกายภาพบำบัดและวิทยากร

3) เพื่อส่งเสริมการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการจัดการและให้คำแนะนำแก่ผู้ป่วยที่มีอาการปวดคอหรือหลังในทางคลินิก

6. กลุ่มเป้าหมาย

- ☒ ภายในมหาวิทยาลัย
 - บุคลากรสายวิชาการ จำนวน.....19....คน
 - บุคลากรสายสนับสนุน จำนวน.....4.....คน

รวม จำนวน...23...คน

☒ ภายนอกมหาวิทยาลัย (ชุมชน หรือภาครัฐ หรือภาคเอกชน หรือหน่วยงานวิชาชีพ)

นักกายภาพบำบัด และบุคคลทั่วไป จำนวน...200..คน

รวม จำนวน..200...คน

รวมทั้งสิ้น จำนวน..223...คน

7. อัตราค่าลงทะเบียน

7.1 ยกเว้นค่าลงทะเบียนสำหรับ บุคลากรคณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา

7.2 อาจารย์/นักกายภาพบำบัด/บุคคลทั่วไป คนละ 690 บาท

7.3 ศิษย์เก่า/อาจารย์ผู้ควบคุมฝึกปฏิบัติงาน ม.พะเยา คนละ 590 บาท

8. วิธีการสมัครและชำระค่าลงทะเบียน

8.1 ลงทะเบียนออนไลน์ทาง <https://www.dhs.up.ac.th/conference>

8.2 โอนเงินผ่านทางธนาคาร

ชื่อบัญชี มหาวิทยาลัยพะเยา (ค่าลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการ/อบรม)

ธนาคาร กรุงไทย สาขาศูนย์การแพทย์และ รพ.มหาวิทยาลัยพะเยา

เลขที่บัญชี 679-5-42368-9

ลงทะเบียนและชำระเงินภายในวันที่ 27 ธันวาคม 2567 หรือจนครบจำนวนผู้เข้าร่วมอบรม

โปรดอ่านอย่างละเอียด

1. การสมัครจะสมบูรณ์ เมื่อท่านได้สมัครผ่านระบบ Online และเจ้าหน้าที่ตรวจสอบหลักฐานการโอนเงินเรียบร้อยแล้ว
2. ทางผู้ดำเนินโครงการจะไม่คืนเงินค่าลงทะเบียนสำหรับการลงทะเบียนที่ได้รับการยืนยันจากผู้จัดการอบรมเรียบร้อยแล้ว
3. สามารถติดต่อสอบถามรายละเอียดได้ที่ (ในวันและเวลาราชการ เท่านั้น) กภ. พชรินทร์ พรหมเผ่า โทรศัพท์ 054-466-666 ต่อ 3816 ***การสมัครอบรมจะสมบูรณ์ต่อเมื่อได้รับใบสมัครพร้อมหลักฐานการโอนเงินเรียบร้อยแล้ว***

9. วิทยากร

กภ.เฉลิมวุฒิ ศรีอ่อนหล้า คลินิกกายภาพบำบัดขอนแก่นฟิสิโอ (Khon Kaen Physio)

10. ผลผลิต (Output)

ประเภท	ชื่อผลผลิต	ปริมาณ	รายละเอียด
เชิงปริมาณ	1. จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ		

	1.1 จำนวนบุคลากรภายในที่เข้าร่วม	23 คน	บุคคลกรสายสนับสนุน นักกายภาพบำบัด อาจารย์กายภาพบำบัด
	1.2 จำนวนบุคลากรภายนอกที่เข้าร่วม	200 คน	นักกายภาพบำบัด และ บุคคลทั่วไป
	2. จำนวนการจัดกิจกรรมโครงการ	1 ครั้ง	
เชิงคุณภาพ	ร้อยละของโครงการที่บรรลุผลตามวัตถุประสงค์ ของโครงการ	ร้อยละ 80	
เชิงเวลา	ร้อยละของการดำเนินงานตามระยะเวลาที่กำหนด	ร้อยละ 80	

11. วิธีดำเนินการ

ขั้นตอน	กิจกรรม/วิธีดำเนินการ	ระยะเวลา (วัน/ เดือน/ปี)	ผู้รับผิดชอบ
1. วางแผนงาน	-ประชุมเตรียมการอบรม -จัดทำแบบข้อเสนอโครงการ	ตุลาคม 2567	คณะกรรมการจัด โครงการ
2. ดำเนินการ	-ขออนุมัติโครงการ และยื่นขอคะแนน ศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง	พฤศจิกายน 2567	
	ประชาสัมพันธ์ เปิดรับสมัครและชำระ ค่าลงทะเบียน	พฤศจิกายน 2567- 27 ธันวาคม 2568	
	ดำเนินการจัดโครงการ	26 มกราคม 2568	
3. ตรวจสอบ	ประเมินผลโครงการและประชุมหลังจัด โครงการ	กุมภาพันธ์ 2568	
4. ประเมินผล และรายงาน	รายงานผลการดำเนินและปิดโครงการ	พฤษภาคม 2568	

12. สถานที่ดำเนินกิจกรรม จัดอบรมในรูปแบบออนไลน์ ผ่านระบบการประชุมทางไกล ณ คณะสหเวช
ศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา

13. วัน เดือน ปี ที่จัดกิจกรรม โครงการ 26 มกราคม 2568

14. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1) ผู้เข้ารับการอบรมจะมีความรู้และความเข้าใจที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นเกี่ยวกับการตรวจประเมินและจัดการผู้ที่มีปัญหากระดูกสันหลัง
- 2) ผู้เข้าร่วมอบรมจะสามารถประยุกต์ใช้ทักษะการตรวจประเมินและวิเคราะห์ผู้ที่มีปัญหากระดูกสันหลังในการปฏิบัติงานคลินิกได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- 3) เพิ่มประสิทธิภาพในการดูแลผู้ป่วยที่มีปัญหากระดูกสันหลัง ส่งผลให้การรักษาและการฟื้นฟูผู้ป่วยมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ลงชื่อ  หัวหน้าโครงการ

(ดร. ปาจารย์ มาน้อย)

วันที่ 28 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2567

ลงชื่อ 

(ผศ.ดร. พุทธิพงษ์ พลคำฮัก)

คณบดีคณะสหเวชศาสตร์

วันที่ 28 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2567

กำหนดการโครงการ

เรื่อง Made Simple in Spinal Pain

รูปแบบออนไลน์ ผ่านระบบการประชุมทางไกล

วันที่ 26 มกราคม 2568 เวลา 8.00 – 16.30 น.

เวลา	รายละเอียด
08.00 – 08.50 น.	ลงทะเบียนและเข้าระบบออนไลน์
08.50 – 09.00 น.	เปิดโครงการ โดยคณบดีคณะสหเวชศาสตร์
09.00 – 09.45 น. (45 นาที)	“มองปัญหาให้เรียบง่าย”; Load vs Capacity, non-specific and specific pain วิทยากร: กภ.เจลิมวุฒิ ศรีอ่อนหล้า
9.45 – 10.30 น. (45 นาที)	“แยกและตรวจหาปัญหาอย่างเป็นเหตุเป็นผลในปัญหาปวดคอ”; Subgroup of Neck Pain and Physical Examinations วิทยากร: กภ.เจลิมวุฒิ ศรีอ่อนหล้า
10.30 – 10.45 น.	พักระหว่างการอบรมช่วงเช้า
10.45 – 12.00 น. (1 ชม. 15 นาที)	“แยกและตรวจหาปัญหาอย่างเป็นเหตุเป็นผลในปัญหาปวดหลัง”; Subgroup of Low Back Pain and Physical Examinations วิทยากร: กภ.เจลิมวุฒิ ศรีอ่อนหล้า
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.00 น. (1 ชม.)	“ขั้นตอนและแนวทางการวางแผนฟื้นฟู”; Spinal Rehab Protocol and Periodizations วิทยากร: กภ.เจลิมวุฒิ ศรีอ่อนหล้า
14.00–15.30 น. (1 ชม. 30 นาที)	“แก้มุมการเคลื่อนไหว”; Mobility Exercise for Spinal Pain วิทยากร: กภ.เจลิมวุฒิ ศรีอ่อนหล้า
15.30 – 15.45 น.	พักระหว่างการอบรมช่วงบ่าย
15.45 – 16.30 น. (45 นาที)	“ใส่ load”; Resistance exercise for Spinal Pain วิทยากร: กภ.เจลิมวุฒิ ศรีอ่อนหล้า
