

วิชาการ WEEKLY

ฉบับที่ 21/2563 8 มิถุนายน 2563

แนะนำหนังสือประจำสัปดาห์



ชื่อเรื่อง : เทคนิคอ่านให้ไม่ลืมที่จิตแพทย์อยากบอกคุณ

ผู้แต่ง : คะบะชะวะ ช็อง

รวมเทคนิคการอ่านให้จำแม่น ด้วยเทคนิคผสมผสานด้านประสาทวิทยา เช่น

- การอ่านครั้งละ 15 นาที จะช่วยให้จำแม่นกว่าอ่านรวดเดียว 1 ชม.
- ถ้าอยากจำเรื่องยากๆ อย่าท่องจำตอนกลางวัน
- ขยับมือไปด้วย ระหว่างการอ่าน จะช่วยเพิ่มพลังสมอง
- การตั้งใจอ่านทุกตัวอักษรจะทำให้คุณจำเนื้อหาได้น้อยลง

เรื่องน่าติดตาม : สบค. เตรียมการผ่อนปรน 12 กิจกรรม-กิจกรรม

	สถานบันเทิง ผับ บาร์ คาราโอเกะ
	สถานบริการอาบน้ำอบนวด
	การจัดแสดงคอนเสิร์ต ดนตรี งานอีเวนต์ งานจัดแสดงสินค้า ในพื้นที่เกิน 20,000 ตารางเมตร
	สนามกีฬาโรงเรียน สถานที่ออกกำลังกาย สำหรับการสอน ฟุตบอล หรือแข่งขันกีฬา
	การถ่ายทำรายการภาพยนตร์และวิดีโอ
	อุทยานแห่งชาติ สวนรุกขชาติ เฉพาะพื้นที่ ที่ส่วนราชการกำหนด และสามารถปฏิบัติตามมาตรการได้
	ชายหาด ชายทะเล
	สวนสนุก สวนน้ำ สนามเด็กเล่น ร้านเกม
	ห้องประชุม ที่มีการรวมกลุ่มคนมากกว่า 200 คน
	โรงเรียนและสถาบันการศึกษา เพื่อการจัดการเรียนการสอนและการฝึกอบรม
	สถานรับเลี้ยงเด็กและสถานดูแลผู้สูงอายุ
	ศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษา

นพ.ทวีศิลป์ วัชฌุโยธิน โฆษกศูนย์บริหารสถานการณ์

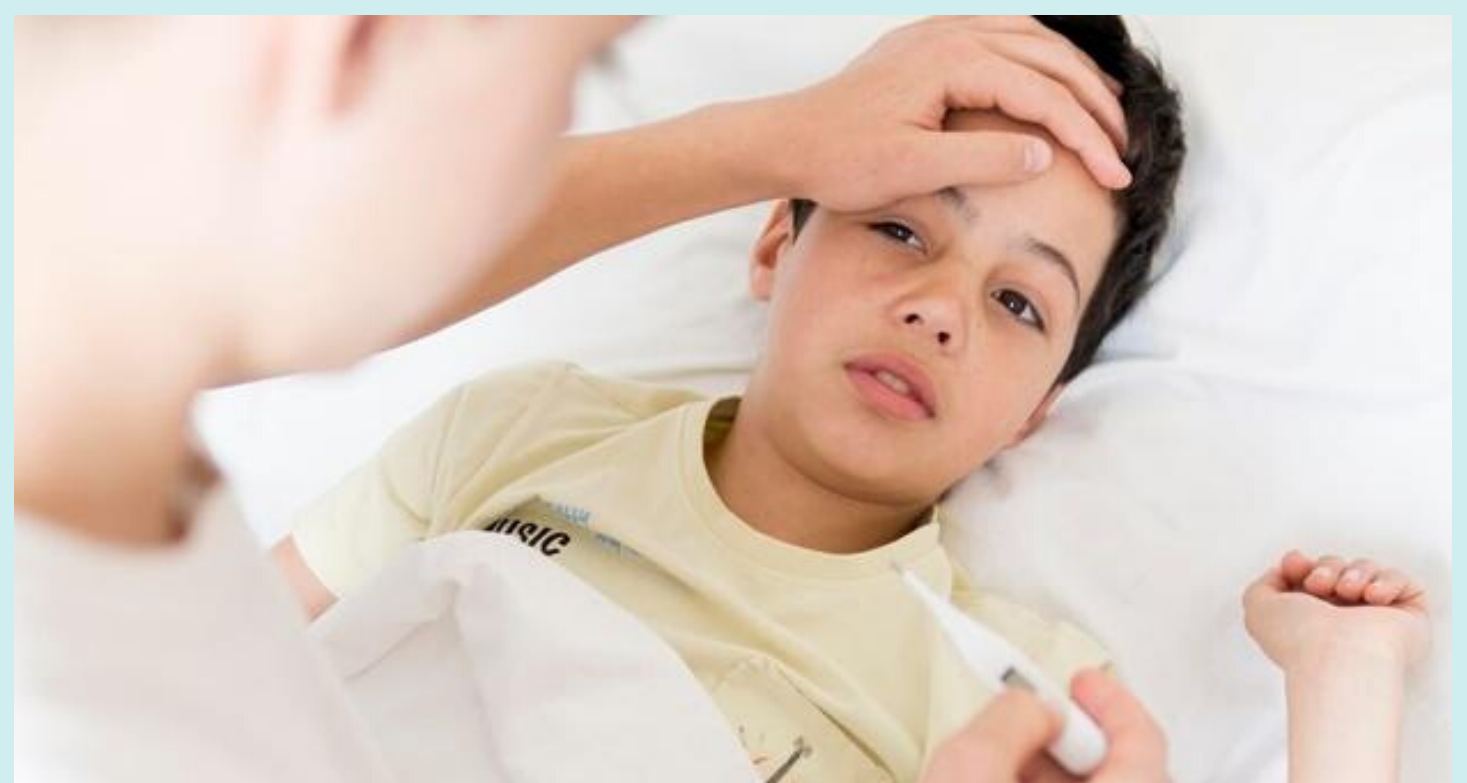
การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (สบค.) กล่าวถึงรายละเอียดประเภทกิจการและกิจกรรมที่จะได้รับการผ่อนคลายเป็นระยะต่อไป (ระยะที่ 4) โดยย้ำว่าเรื่องการเปิดกิจการและกิจกรรมให้กลับมาดำเนินอีกครั้งเป็นสิ่งที่ผู้ประกอบการหรือผู้จัดกิจกรรมต้องเป็นผู้กำหนดและร่วมเสนอมาตรการป้องกันโรคต่อ สบค. ว่าจะเปิดอย่างไร ให้ปลอดภัยทั้งผู้ให้บริการ รวมถึงผู้ที่เข้ารับบริการ



กรุณาสแกน QR Code
สำหรับดูรายละเอียดเพิ่มเติม



เรื่องน่าสนใจ : 'Kawasaki Disease' รู้จักกับโรคคาวาซากิ



ศ.พญ.ดวงมณี เลหาประสิทธิ์พร คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลระบุว่า โรคคาวาซากิ พบได้ทั้งเพศชายและเพศหญิง แต่ส่วนใหญ่จะพบในเพศชายมากกว่า และพบบ่อยในเด็กอายุน้อยกว่า 5 ปี โดยเฉพาะในช่วงอายุ 1-2 ปี ซึ่งโรคคาวาซากิเป็นโรคที่ยังไม่ทราบสาเหตุแน่ชัด ลักษณะเด่นของโรคคาวาซากิ

- เด็กจะมีไข้สูงทุกคน โดยมากมักเป็นนานเกิน 5 วัน บางรายอาจนาน 3-4 สัปดาห์อาจมีผื่นขึ้นตามตัวและแขนขา
- ตาขาวจะแดง 2 ข้าง แต่ไม่มีขี้ตา
- ริมฝีปากแห้งแดง อาจแตกมีเลือดออก ลิ้นแดงเป็นตุ่ม ๆ คล้ายผิวสตรอว์เบอร์รี่
- ฝ่ามือและฝ่าเท้าบวมแดง ต่อมน้ำเหลืองที่ลำคอโต

แต่ที่สำคัญคือ โรคนี้อาจทำให้เกิดการอักเสบของหัวใจและหลอดเลือดเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจ ซึ่งอาจทำให้หลอดเลือดหัวใจมีลักษณะโป่งพองตีบหรือแคบได้ อาจเกิดอาการกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเลี้ยง ทำให้เสียชีวิตเฉียบพลันได้



กรุณาสแกน QR Code
สำหรับดูรายละเอียดเพิ่มเติม