MUPY Newsletter

จุลสารคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ฉบับที่ 8 พฤษภาคม - สิงหาคม 2556

http://www.pharmacy.mahidol.ac.th

"ถั่งเช่า" ช่วยเพิ่มสมรรถภาพจริงหรือ? (หน้า 6)

ศึกษาดูงาน Universiti Kebangsaan Malaysia (หน้า 10)

ปรับสมดุลชีวิต... พิชิตโรค (หน้า 8)

ข้อควรรู้ เกี่ยวกับ "ยาหยอดตา" ที่ไม่ควรมองข้าม (หน้า 12)

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นเจ้าภาพจัดประชุมคณบดีคณะเภสัชศาสตร์ จากสถาบันชั้นนำต่างๆ ในกลุ่มอาเซียนครั้งแรก (หน้า 4)

แนะนำ-ติชม

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล 447 ถนนศรีอยุธยา เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400
โทรศัพท์ +66 02 644 8677-91 โทรสาร +66 02 354 4326

คณะผู้จัดทำ

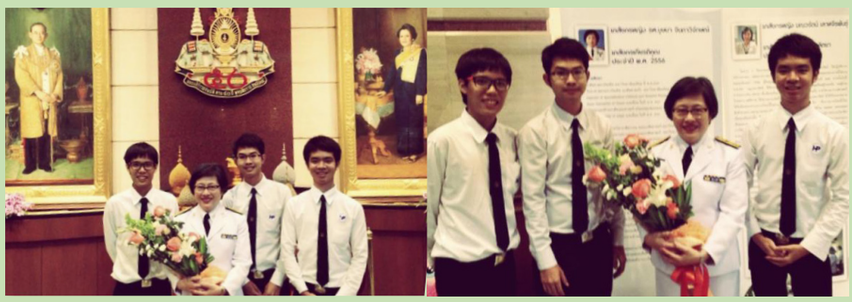
ที่ปรึกษา คณะกรรมการฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ บรรณาธิการ รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ กองบรรณาธิการ งานวิเทศสัมพันธ์และประชาสัมพันธ์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ฝ่ายศิลปกรรม หน่วยปฏิบัติการคอมพิวเตอร์ฯ พิมพ์ที่ หจก. หยิน หยาง การพิมพ์

Editor Talks

■ สวัสดีคุณผู้อ่านทุกท่านค่ะ กลับมาพบกับจุลสารคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลอีกเช่นเคยนะคะ สำหรับจุลสารฉบับนี้ภูมิใจนำเสนอการจัดประชุมคณบดีคณะเภสัชศาสตร์จากสถาบันชั้นนำต่างๆ ในกลุ่มอาเซียนครั้งแรก ติดตามรายละเอียดได้ในคอลัมน์ MUPY Special ค่ะ ส่วนคอลัมน์ Herbs for Health ฉบับนี้พบกับ “ถั่งเช่า” สมุนไพรที่จะช่วยเพิ่มสมรรถภาพได้จริงหรือไม่? ส่วนคอลัมน์ HR Corner ฉบับนี้ขอเสนอเรื่องสุขภาพกับการทำงาน ในหัวข้อ “ปรับสมดุลชีวิต...พิชิตโรค” ปิดท้ายด้วยข้อควรรู้เกี่ยวกับ “ยาหยอดตา” ที่ไม่ควรมองข้ามในคอลัมน์ Drug Tips ค่ะ แล้วพบกันใหม่ในฉบับหน้านะคะ

รศ.ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว
รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์

MUPY Good News โดย กองบรรณาธิการ



o ขอแสดงความยินดีกับ รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.บุษบา จินดาวิจักษณ์ หัวหน้าภาควิชาเภสัชกรรม ในโอกาสเข้ารับประทานโล่ “รางวัลเภสัชกรเกียรติคุณประจำปี 2556” จากพระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ โดยมติที่ประชุมสมาคมเภสัชกรรมโรงพยาบาล (ประเทศไทย) เมื่อวันที่ 21 พฤษภาคม 2556 ซึ่งรางวัลดังกล่าวจะมอบให้แก่ผู้ทำคุณประโยชน์ให้แก่วิชาชีพ อุทิศตนในการทำงานอย่างเข้มแข็งเพื่อพัฒนาวิชาชีพเภสัชกรรมโรงพยาบาล

o คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ขอร่วมแสดงความยินดีแด่ รองศาสตราจารย์ ภญ.ธิดา นิงสานนท์ ผู้ได้รับพระราชทานปริญญาเภสัชศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ ประจำปีการศึกษา 2555 จากการที่อาจารย์เป็นผู้มีผลงานดีเด่นทั้งทางด้านวิชาการและวิชาชีพ เป็นผู้ผลักดันให้เกิดการพัฒนาคุณภาพโรงพยาบาลทั่วประเทศ โดยเฉพาะการยกระดับมาตรฐานการปฏิบัติงานเภสัชกรรมโรงพยาบาลให้ทัดเทียมสากล เพื่อให้ผู้ป่วยได้ใช้ยาอย่างปลอดภัย อันเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติ จนได้รับการยกย่องนับถือและเป็นที่ยอมรับจากทุกวิชาชีพ

o ขอแสดงความยินดีกับ นายมานะ ทาบโลหะ ในโอกาสที่ได้รับรางวัล “พนักงานเลี้ยงสัตว์ทดลองดีเด่น รางวัล ที อี คิว (TEQ Award) ประจำปี 2556” จากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ร่วมกับ บริษัท ที อี คิว จำกัด โดยมีพิธีมอบรางวัล ณ โรงแรม สวิสโซเทล เลอ คองคอร์ด ถนนรัชดาภิเษก กรุงเทพฯ เมื่อวันจันทร์ที่ 29 กรกฎาคม พ.ศ. 2556 พร้อมกันนี้ รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.วราภรณ์ จรรยาประเสริฐ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิจัย คณะเภสัชศาสตร์ เข้าร่วมในพิธีมอบรางวัลดังกล่าว และเป็นตัวแทนคณบดีรับโล่รางวัลของหน่วยงาน และประกาศนียบัตรประกาศเกียรติคุณในงานนี้ด้วย

o ขอแสดงความยินดีกับ อาจารย์ ดร.ภญ.จิราพร เลื่อนผลเจริญชัย ที่ได้คว้ารางวัลวิทยานิพนธ์ดีเด่น ระดับปริญญาเอกในสาขาวิชาเภสัชการ (นานาชาติ) เรื่อง “Inhibitory potential of plant phenolic compounds on local tissue damage induced by snake venoms and the development of microemulsion formulations containing plant phenolic compounds” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.พิมลพรรณ พิทยานุกูล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ นอกจากนี้ยังมีนักศึกษาที่ได้รับรางวัลวิทยานิพนธ์ดีอีก 2 ท่าน ได้แก่ นางสาวนันทนา นุชถาวร สาขาวิชาเภสัชเคมีและพฤกษเคมี เรื่อง “Novel trends in analytical sciences: capillary electrophoresis and microchip capillary electrophoresis” โดยมี ศาสตราจารย์ ดร.ภญ.ลีณา สุนทรสุข เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และนายสมนึก โชติช่วงฉัตรชัย สาขาวิชาวิทยาการพืช (นานาชาติ) เรื่อง “Medicinal plants used and factors related to utilization of traditional medicine in Kabchoeng Hospital, Surin province, Thailand” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.ภก.สมภพ ประธานธุรารักษ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

MUPY Conference โดย กองบรรณาธิการ

• ภาควิชาเภสัชกรรม จัดการประชุมวิชาการ เรื่อง “การให้บริการวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ ปี พ.ศ.2556” เมื่อวันที่ 9 พฤษภาคม พ.ศ. 2556 ณ ห้องประชุม 302 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งมีบุคลากรผู้ปฏิบัติงานของหน่วยบริการที่ให้บริการวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเข้าร่วมประชุมจำนวน 220 คน

• สำนักงานข้อมูลสมุนไพร ภาควิชาสรีรวิทยา ภาควิชาเภสัชวินิจฉัย และภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับ ศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ จัดการประชุมวิชาการ เรื่อง “ผมสวยด้วยสมุนไพร” เมื่อวันที่ 15 พฤษภาคม พ.ศ. 2556 ณ ห้องประชุม 302 อาคารเทพรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งมีประชาชนผู้สนใจเข้าร่วมการประชุมจำนวน 326 คน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมประชุมได้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเส้นผมและการดูแลสุขภาพของเส้นผม ตลอดจนได้รับความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สำหรับเส้นผมและการใช้สมุนไพรในการดูแลเส้นผมได้ด้วยตนเองและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับตนเอง

• ภาควิชาเภสัชเคมี จัดการประชุมด้านการขึ้นทะเบียนตำรับยา ครั้งที่ 3 เรื่อง “ข้อมูลทะเบียนยา ความถูกต้องของวิธีการแสดงคุณภาพ” เมื่อวันที่ 28-29 พฤษภาคม พ.ศ. 2556 ห้องประชุม 302 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งมีเภสัชกรที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการขึ้นทะเบียนยา และบุคลากรที่สนใจเข้าร่วมการประชุมวิชาการจำนวนทั้งสิ้น 274 คน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมประชุมสามารถสืบค้นข้อมูลแสดงคุณลักษณะด้านคุณภาพของตำรับยา และการจัดเตรียมเอกสารประกอบที่สมบูรณ์ เพื่อความปลอดภัยต่อผู้บริโภค และเพื่อนำเสนอในการขึ้นทะเบียนตำรับยา

• ภาควิชาเภสัชกรรม จัดการประชุมวิชาการ เรื่อง “Pharmacotherapy on Interesting Common Diseases” เมื่อวันที่ 8-10 กรกฎาคม พ.ศ. 2556 ณ โรงแรมนารายณ์ ถ.สีลม กรุงเทพฯ ซึ่งมีเภสัชกร แพทย์ พยาบาล และผู้สนใจทั่วไปเข้าร่วมการประชุมวิชาการจำนวนทั้งสิ้น 335 คน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ได้รับความรู้ที่ทันสมัยในการรักษาโรคที่พบบ่อย และนำความรู้ดังกล่าวไปใช้ประโยชน์ในการดูแลผู้ป่วย และได้พัฒนาศักยภาพและ/หรือเตรียมความพร้อมในการดูแลผู้ป่วยด้านยา

• ภาควิชาเภสัชอุตสาหกรรม จัดการประชุมวิชาการ เรื่อง “นวัตกรรมผลิตภัณฑ์สมุนไพร” เมื่อวันที่ 29-31 กรกฎาคม พ.ศ. 2556 ณ ห้องประชุม 206 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งมีเภสัชกร นักวิจัย นักวิชาการและบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับผลิตภัณฑ์สมุนไพร ในด้านการวิจัยและพัฒนา การผลิต และการประกันคุณภาพเข้าร่วมการประชุมวิชาการจำนวน 90 คน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่และถ่ายทอดความรู้ด้านนวัตกรรมและเทคโนโลยีการผลิตยาจากสมุนไพรในด้านการวิจัยและพัฒนา การผลิต และการประกันคุณภาพ

• สำนักงานข้อมูลสมุนไพร จัดการประชุมวิชาการ เรื่อง “การปฐมพยาบาลด้วยสมุนไพรใกล้ตัว” เมื่อวันที่ 7 สิงหาคม พ.ศ. 2556 ณ ห้องประชุม 302 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งมีประชาชนทั่วไปสนใจเข้าร่วมการประชุมจำนวน 265 คน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมประชุมได้รับความรู้เกี่ยวกับอาการป่วยที่สามารถใช้สมุนไพรในการปฐมพยาบาลหรือแก้ไขเบื้องต้นด้วยวิธีรับประทาน และอุบัติเหตุหรือโรคที่ก่อให้เกิดความเสียหายและพยาธิสภาพที่ผิวหนัง การแก้ไขเบื้องต้นและสมุนไพรที่แนะนำ พร้อมทั้งข้อมูลการวิจัยที่ทำให้ผู้เข้าร่วมประชุมมั่นใจ วิธีการใช้ รวมทั้งอาการข้างเคียงและข้อควรระวัง

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นเจ้าภาพจัดประชุม

คณบดีคณะเภสัชศาสตร์จากสถาบันชั้นนำต่างๆ ในกลุ่มอาเซียนครั้งแรก เมื่อวันที่ 20 พฤษภาคม 2556

MUPY's Research

โดย รศ.ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว และนางสาวชญานุตม์ นิรมร
คณะกรรมการฝ่ายวิเทศสัมพันธ์และประชาสัมพันธ์

จากการที่ผู้นำทั้ง 10 ประเทศในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ได้ตกลงรวมตัวเป็นประชาคมอาเซียน (ASEAN) ในปี พ.ศ. 2558 เพื่อให้สามารถแข่งขันกับภูมิภาคอื่นและทันต่อการเปลี่ยนแปลงและความท้าทายใหม่ๆ ในอนาคตซึ่งรวมถึงการเปิดเสรีทางการศึกษา ดังนั้นสถาบันอุดมศึกษาของไทยจำเป็นต้องพัฒนาและปรับมาตรฐานให้เป็นที่ยอมรับในระดับสากล พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการวิจัย ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนระหว่างสถาบัน สร้างเครือข่ายระหว่างสถาบันอุดมศึกษา และสร้างภาพลักษณ์ในความเป็นสากลให้แก่สถาบัน

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลได้เล็งเห็นความสำคัญดังกล่าว จึงได้วางยุทธศาสตร์ซึ่งสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัยมหิดลในด้านการสร้างความเป็นสากล (Internationalization) โดยเป็นผู้ริเริ่มในการจัดประชุมวิชาการ “The 1st MU-ASEAN Pharmacy Education Network Meeting” ขึ้นเป็นครั้งแรก เมื่อวันที่ 20-21 พฤษภาคม 2556 ณ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล การประชุมครั้งนี้ถือเป็นจุดเริ่มต้นที่กระตุ้นให้เกิดความร่วมมือทั้งทางด้านการศึกษาและวิจัยสาขาเภสัชศาสตร์ร่วมกับมหาวิทยาลัยในต่างประเทศ โดยเน้นกลุ่มประเทศอาเซียนเป็นหลัก

ในโอกาสนี้ รองศาสตราจารย์ นพ. สรนิต ศิลธรรม รองอธิการบดีฝ่ายนโยบายและแผน มหาวิทยาลัยมหิดล ให้เกียรติเป็นประธานในพิธีเปิดการประชุมวิชาการ “The 1st MU-ASEAN Pharmacy Education Network Meeting” เมื่อวันที่ 20 พฤษภาคม 2556 ณ ห้องประชุม 606 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ถนนศรีอยุธยา กรุงเทพฯ ซึ่งคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลเป็นเจ้าภาพจัดการประชุมวิชาการดังกล่าวโดย รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ. จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ มหาลัยวิทยาลัยมหิดล กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการจัดประชุมเพื่อสนับสนุนให้เกิดเวทีในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระบบยา รวมทั้งระบบการศึกษาและการวิจัยด้านเภสัชศาสตร์ ตลอดจนการสร้างเครือข่ายความร่วมมือระหว่างคณะเภสัชศาสตร์ของมหาวิทยาลัยต่างๆ เพื่อเตรียมความพร้อมในการเป็นส่วนหนึ่งของประชาคมอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 และในการประชุมครั้งนี้ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลได้เชิญคณบดีคณะเภสัชศาสตร์จากมหาวิทยาลัยชั้นนำทั้งหมด 12 สถาบันในกลุ่มประเทศอาเซียนเข้าร่วมประชุมด้วย โดยมีรายนามดังต่อไปนี้

1. **Prof. Dr. Marlar Mynt**
   (Rector of University of Pharmacy, Yangon, Myanmar)
2. **Prof. Dr. Nguyen Dang Hoa**
   (Rector of Hanoi University of Pharmacy, Vietnam)
3. **Assoc. Prof. Dr. Hung Tran**
   (Dean of Faculty of Pharmacy, University of Medicine and Pharmacy at Ho Chi Minh City, Vietnam)
4. **Prof. Dr. Daryono Hadi Tjahjono**
   (Dean of School of Pharmacy, Bandung Institute of Technology, Indonesia)
5. **Dr. Rahmana Emran Kartasasmita**
   (Vice Dean of School of Pharmacy, Bandung Institute of Technology, Indonesia)
6. **Prof. Dr. Subagus Wahyuono**
   (Dean of Faculty of Pharmacy, Gadjah Mada University, Indonesia)
7. **Dr. Christina Avanti**
   (Deputy President for International Affair, University of Surabaya, Indonesia)
8. **Dr. Aguslina Kirtishanti**
   (Vice Dean of Faculty of Pharmacy, University of Surabaya, Indonesia)
9. **Prof. Dr. Ibrahim Jantan**
   (Dean of Faculty of Pharmacy, Universiti Kebangsaan Malaysia, Malaysia)
10. **Dr. Imelda G. Pena**
    (Dean of Faculty of Pharmacy, University of the Philippines Manila, the Philippines)
11. **Prof. Dr. Chheang Sena**
    (Dean of Faculty of Pharmacy, International University, Cambodia)
12. **Assoc. Prof. Dany Pang**
    (Faculty of Pharmacy, International University, Cambodia)
13. **Mr. Khamla Phonsayalinkham**
    (Head of Pharmaceutical Science Department, Faculty of Pharmacy, University of Heath Science Laos)
14. **Prof. Dr. Aishah Adam**
    (Dean of Faculty of Pharmacy, Universiti Teknologi Mara, Malaysia)

ภายในการประชุมวิชาการดังกล่าว มีการเปิดโอกาสให้คณบดีและผู้บริหารจากคณะเภสัชศาสตร์ในภูมิภาคอาเซียน ได้นำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับการบริหารงานด้านเภสัชกรรม รวมทั้งระบบการศึกษาและการวิจัยด้านเภสัช-ศาสตร์ในแต่ละประเทศ เพื่อสร้างความเข้าใจและเกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ไปพร้อมกัน ก่อนที่ในช่วงท้ายของการประชุมจะมีการร่วมกันระดมสมองเพื่อหารือถึงแนวทางการพัฒนาแผนงานและกิจกรรมที่สามารถปฏิบัติร่วมกันจากการสร้างเครือข่ายความร่วมมือระหว่างคณะเภสัชศาสตร์ในกลุ่มประเทศอาเซียนต่อไป

จากกรอบแนวคิดดังกล่าว ในที่ประชุมจึงได้มีการลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ “Letter of Intent to Collaborate” ระหว่าง 12 มหาวิทยาลัยในกลุ่มประเทศภูมิภาคอาเซียน โดยมีสาระสำคัญของบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ ได้แก่ การแลกเปลี่ยนคณาจารย์ นักศึกษา และบุคลากรระหว่างสถาบัน ความร่วมมือด้านการวิจัยและการฝึกอบรมทางวิชาชีพระยะสั้น หลักสูตรการศึกษาร่วมในระดับบัณฑิตศึกษา การประชุมสัมมนาทางวิชาการ และการพัฒนาฐานข้อมูลผู้เชี่ยวชาญและนักวิจัยระหว่างสถาบัน ซึ่งจะเอื้อต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษาและการวิจัยทางเภสัช-ศาสตร์ ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนบุคลากรและนักศึกษาระหว่างสถาบัน ตลอดจนสร้างเครือข่ายและภาพลักษณ์ในความเป็นสากลต่อไปในอนาคต

“ถั่งเช่า” ช่วยเพิ่มสมรรถภาพจริงหรือ?

Herbs for Health

บทความโดย รศ.ดร.ภญ.นพมาศ สุนทรเจริญนนท์ ภาควิชาเภสัชวินิจฉัย
และ นางสาวธิดารัตน์ จันทร์ดอน สำนักงานข้อมูลสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์

ณ วันนี้คงไม่มีใครที่ไม่เคยได้ยิน คำว่า “ถั่งเช่า” หรือ “ถั่งเฉ้า” สมุนไพรที่อ้างกันว่าช่วยเสริมสมรรถภาพทางเพศ จริงๆ แล้ว “ถั่งเช่า” คืออะไร มีสรรพคุณตามคำกล่าวอ้างเหล่านั้นหรือไม่? บทความนี้มีคำตอบ

“ถั่งเช่า” หรือที่รู้จักกันว่า “ไวอากร้าแห่งเทือกเขาหิมาลัย” หรือ ตังถั่งเช่า หรือ ตังถั่งแห่เช่า แปลเป็นไทยว่า “ฤดูหนาวเป็นหนอน ฤดูร้อนเป็นหญ้า” หรือที่เรียกกันว่า “หญ้าหนอน” ทั้งนี้เพราะว่ายาสมุนไพรชนิดนี้ประกอบด้วย 2 ส่วนคือ ส่วนที่เป็นตัวหนอน คือ ตัวหนอนของผีเสื้อ มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Hepialus armoricanus Oberthiir* และบนตัวหนอนมีเห็ดชนิดหนึ่งมีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Cordyceps sinensis (Berk.) Saec*. หนอนชนิดนี้ในฤดูหนาวจะฝังตัวจำศีลอยู่ใต้ดินภูเขาหิมะ เมื่อน้ำแข็งเริ่มละลาย สปอร์เห็ดจะพัดไปกับน้ำแข็งที่ละลาย แล้วไปตกที่พื้นดิน จากนั้นตัวหนอนเหล่านี้ก็จะกินสปอร์ และเมื่อฤดูร้อนสปอร์ก็เริ่มเจริญเติบโตเป็นเส้นใยโดยอาศัยการดูดสารอาหารและแร่ธาตุจากตัวหนอนนั้น เส้นใยงอกออกจากท้องของตัวหนอน และงอกออกจากปากของมัน เห็ดเหล่านี้ต้องการแสงอาทิตย์ มันจึงงอกขึ้นสู่พื้นดิน รูปลักษณะภายนอกคล้ายไม้กระบอก ส่วนตัวหนอนเองก็จะค่อยๆ ตายไป อยู่ในลักษณะของหนอนตายซาก ฉะนั้น “ถั่งเช่า” ที่ใช้ทำเป็นยาก็คือ ตัวหนอนและเห็ดที่แห้งแล้วนั่นเอง

ถั่งเช่าพบได้ในแถบทุ่งหญ้าบนภูเขาประเทศจีน (ธิเบต) เนปาล และภูฏาน ระดับความสูง 10,000-12,000 ฟุต จากระดับน้ำทะเล ปัจจุบันมีการเพาะเลี้ยง ซึ่งส่วนใหญ่เพาะในบริเวณภาคใต้ในมณฑลชิงไห่ เขตชางโตวในธิเบต มณฑลเสฉวน ยูนนาน และกุ้ยโจว การเก็บถั่งเช่าจะเก็บในช่วงต้นฤดูใบไม้ผลิ เมื่อขุดตัวหนอนขึ้นจากดินแล้ว ล้างน้ำให้สะอาด แล้วตากแห้ง การเก็บรักษา ควรเก็บไว้ในที่แห้ง

“ถั่งเช่า” ถือได้ว่าเป็นยาสมุนไพรที่มีการใช้อย่างแพร่หลายในประเทศจีนนานนับศตวรรษ มีสรรพคุณทางยาแผนโบราณที่ใช้กันแพร่หลายในประเทศจีนในเรื่องของกระตุ้นสมรรถภาพทางเพศ และใช้เป็นยาบำรุงร่างกาย บำรุงอวัยวะภายใน เช่น ปอด ตับ และไต เป็นต้น

องค์ประกอบทางเคมีของถั่งเช่า

ถั่งเช่าอุดมไปด้วยสารต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ ได้แก่ โพลีแซคคาไรด์ (galactomannan), นิวคลีโอไทด์ (adenosine, cordycepin), cordycepic acid, กรดอะมิโน และสเตอรอล (ergosterol, beta-sitosterol) นอกจากนี้ยังประกอบด้วยสารอาหารสำคัญอื่นๆ เช่น โปรตีน วิตามินต่างๆ (Vit E, K, B1, B2 และ B12) และแร่ธาตุต่าง ๆ (โพแทสเซียม โซเดียม แคลเซียม แมกนีเซียม เหล็ก สังกะสี และซิลิเนียม) เป็นต้น

รายงานการวิจัยในคน

ถึงแม้ว่า “ถั่งเช่า” มีการใช้อย่างแพร่หลายและมีราคาสูง แต่ข้อมูลทางวิทยาศาสตร์ที่ศึกษาในคนอย่างเป็นระบบมีน้อยมาก ส่วนใหญ่เป็นกรณีศึกษาเท่านั้น ตัวอย่างเช่น

- กรณีศึกษาฤทธิ์ต่อการกระตุ้นสมรรถภาพทางเพศ พบว่า การวิจัยในผู้ชาย 22 คน ใช้ถั่งเช่าเป็นอาหารเสริม พบว่าช่วยเพิ่มจำนวนของสเปิร์มในอสุจิได้ 33% และมีผลลดปริมาณของสเปิร์มที่ผิดปกติลง 29% และมีอีกกรณีศึกษาในผู้ป่วยทั้งชายและหญิง 189 คน

ที่มีความต้องการทางเพศลดลง พบว่าถั่งเช่าสามารถช่วยทำให้อาการและความต้องการทางเพศสูงขึ้น 66% นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยสนับสนุนว่าการรับประทานถั่งเช่าจะช่วยปกป้องและช่วยให้การทำงานของต่อมหมวกไต ฮอร์โมนจากต่อมไทมัส และจำนวนของสเปิร์มที่สามารถปฏิสนธิได้เพิ่มขึ้น 300% และช่วยเพิ่มความต้องการทางเพศของผู้หญิงได้ 86%

- กรณีศึกษาฤทธิ์กระตุ้นระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย โดยทำการศึกษาในผู้ชาย 5 คน (อายุเฉลี่ย 35 ปี) ที่ถุงลมถูกกระตุ้นให้อักเสบด้วย lipopolysaccharide (LPS) พบว่าถั่งเช่ามีฤทธิ์ลดการสร้างสารที่ทำให้เกิดการอักเสบ เช่น interlukin-1beta (IL-1beta), interlukin-6 (IL-6), interleukin-8 (IL-8), interleukin-10 (IL-10) และ tumor necrosis factor-alpha (TNF-alpha) ได้ จึงส่งผลให้ระบบภูมิคุ้มกันทำงานดีขึ้น

- กรณีศึกษาฤทธิ์ลดระดับน้ำตาลในเลือด โดยการให้ผู้ป่วยเบาหวานรับประทานถั่งเช่าปริมาณ 3 กรัม/วัน พบว่าสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ถึง 95% ในขณะที่กลุ่มที่รักษาด้วยยาแผนปัจจุบันสามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้เพียง 54%

- กรณีศึกษาฤทธิ์ต่อการฟื้นฟูระบบการทำงานของไต โดยให้ผู้ป่วยภาวะไตวายเรื้อรังรับประทานถั่งเช่าปริมาณ 3-5 กรัม/วัน พบว่าถั่งเช่าทำให้การทำงานของไตมีประสิทธิภาพดีขึ้น และพบว่าหลังจากให้ผู้ป่วยรับประทานถั่งเช่าต่อเนื่องเป็นระยะเวลานาน 1 เดือน สามารถช่วยลดอาการแทรกซ้อนต่างๆ ที่เกิดจากภาวะไตวาย ได้แก่ ลดความดันโลหิต ลดระดับโปรตีนในปัสสาวะ ลดการเกิดภาวะโลหิตจาง และช่วยเพิ่มเอนไซม์ superoxide dismutase (SOD) ซึ่งเป็นสารต้านอนุมูลอิสระ และมีรายงานว่าการให้ผู้ป่วยที่การทำงานของไตบกพร่องจากการใช้ยา gentamicin รับประทานถั่งเช่า 4.5 กรัม/วัน มีผลทำให้ระบบการทำงานของไตดีขึ้นเป็นปกติ 89% เปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม หลังจากรับประทานถั่งเช่าภายใน 6 วัน

การศึกษาวิจัยฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา

เป็นการทดลองในหลอดทดลองและสัตว์ทดลอง พบว่าถั่งเช่ามีฤทธิ์ปรับสมดุลของร่างกาย กระตุ้นระบบภูมิคุ้มกัน ฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ฤทธิ์ต้านมะเร็ง ลดระดับน้ำตาลในเลือด ต้านการอักเสบ และกระตุ้นสมรรถภาพทางเพศ เป็นต้น

ข้อควรระวัง

- ควรระวังการใช้ในผู้ป่วยเบาหวาน เนื่องจากถั่งเช่ามีฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือดได้ จะไปเสริมฤทธิ์กับยาลดน้ำตาลในเลือด
- ควรระวังการใช้ในผู้ป่วยที่ได้รับยากลุ่มป้องกันการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด เนื่องจากถั่งเช่ามีฤทธิ์ต้านการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด
- ควรระวังการใช้ในผู้ป่วยที่ได้รับยากดภูมิคุ้มกัน (immunosuppressive) ทั้งนี้เพราะว่าถั่งเช่ามีฤทธิ์กระตุ้นระบบภูมิคุ้มกัน

"ถั่งเช่า" ถือได้ว่าเป็นสมุนไพรสุดฮิตในปัจจุบัน เป็นการใช้ตามสรรพคุณของภูมิปัญญาที่มีมานานกว่าศตวรรษ แต่ข้อมูลทางวิทยาศาสตร์โดยเฉพาะการศึกษาทางคลินิกยังมีน้อย ฉะนั้นการใช้ถั่งเช่าจะต้องพิจารณาให้รอบคอบ เพราะถั่งเช่ามีราคาสูงมาก ทั้งนี้ยังพบว่าในท้องตลาดมีถั่งเช่าหลายระดับคุณภาพมาก ตามภูมิปัญญาของจีนมีการจัดคุณภาพของถั่งเช่าเป็น 3 ระ ดับ ระดับที่ดีที่สุด ความยาวของตัวเห็ดจะเท่ากับความยาวของตัวหนอน (ประมาณ 3-4 เซนติเมตร) ปัจจุบันมีการเพาะเลี้ยงเห็ดถั่งเช่าสีทองซึ่งเป็นเห็ดสกุลเดียวกับตังถั่งเช่า (Cordyceps) แต่คนละชนิด (species) และมีการกล่าวอ้างว่ามีคุณภาพดีกว่าตังถั่งเช่า ซึ่งจะต้องมีการศึกษาพิสูจน์ต่อไป นอกจากนี้ขนาดบริโภคของผู้ใหญ่ (อายุมากกว่า 18 ปี) ในแต่ละวัน ประมาณ 3-9 กรัม ชงกับน้ำร้อน หรือประกอบอาหาร ขนาดการใช้ที่มากเกินไปอาจจะก่อเกิดผลเสียได้ การใช้ในหญิงมีครรภ์ หญิงในนมบุตร และในเด็กยังมีข้อมูลไม่เพียงพอ และห้ามใช้ในคนที่แพ้เห็ด Cordyceps ผู้ป่วยที่มีอาการหลอดลมอักเสบเรื้อรัง และผู้ป่วยที่มีการเต้นของหัวใจผิดปกติ ฉะนั้นจึงควรระมัดระวังในการใช้และควรมีการศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อสนับสนุนการใช้ถั่งเช่าในการรักษาโรคเพื่อความปลอดภัยและให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้บริโภค

เอกสารอ้างอิง

http://www.naturalstandard.com/

Shashidhar MG, Giridhar P, Udaya Sankar K, Manohar B. Bioactive principles from Cordyceps sinensis: A potent food supplement – A review. J Functional Food 2013;5(3):1013-30.

แหล่งที่มา: http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/thai/knowledgeinfo.php?id=153

ปรับสมดุลชีวิต...พิชิตโรค

HR Corner

บทความโดย นางสาวชญานุตม์ นิรมร
หน่วยพัฒนาองค์กรและบุคลากร คณะเภสัชศาสตร์

กิจกรรมดีๆ สำหรับชาว MUPY ยังคงมีมาอย่างต่อเนื่องค่ะ ล่าสุดกับโครงการบรรยายพิเศษ เรื่อง **“สมดุลระหว่างชีวิตกับการทำงาน”**[1] ซึ่งหน่วยพัฒนาองค์กรและบุคลากร ได้จัดขึ้นเมื่อวันที่ 16 กรกฎาคม 2556 โดยครั้งนี้ได้รับเกียรติจากท่านวิทยากรหนุ่มหล่อสุดแนวอย่าง **นพ.สิทธา ลิขิตนุกูล**[2] หรือ หมอกอล์ฟ และทีมงานคุณหมอสตอรี่ ที่นอกจากจะมาเผยเคล็ดลับการมีสุขภาพดีโดยไม่ต้องพึ่งหมอแล้ว ยังมีกิจกรรมและเกมสนุกๆ มาให้ร่วมเล่นชิงรางวัลด้วย หลายคนที่พลาดไปต่างบอกเป็นเสียงเดียวกันว่า “เสียดายมาก มาก...ก” วันนี้ผู้เขียนจึงขอนำเกร็ดความรู้ในการดูแลสุขภาพของตนเองด้วยวิธีง่ายๆ มาแบ่งปันให้กับคุณผู้อ่านด้วย จะรอช้าอยู่ไย ตามไปอ่านกันได้เลยค่ะ

ใน 1 วัน มี 24 ชั่วโมง แต่ละคนอาจแบ่งความสำคัญของเรื่องต่างๆ ไม่เท่ากัน เช่น ครอบครัว สังคม งาน และเงินทอง แต่หลายคนอาจลืมที่จะแบ่งเวลาให้กับตัวเอง จึงทำให้เจ็บป่วยง่าย หรือไม่สบายบ่อยๆ บางคนหาหมอก็แล้ว กินยาก็แล้ว ยังไม่หายขาดสักที กรณีนี้อาจเกิดจากระบบการทำงานของร่างกายที่ผิดปกติได้ หมอกอล์ฟได้แนะนำให้ใช้หลักของนาฬิกาชีวิต (Biological Clock) ซึ่งจะแบ่งเวลาในหนึ่งวันออกเป็นแต่ละช่วงตามหน้าที่การทำงานของอวัยวะต่างๆ ส่วนเวลาไหนควรทำอะไรบ้าง ผู้เขียนได้สรุปเอาไว้ให้ในตารางด้านล่างแล้วค่ะ[3]

ช่วงเวลา	อวัยวะที่เกี่ยวข้อง	ข้อควรปฏิบัติ
01.00 - 03.00 น.	ตับ	นอนหลับให้สนิท ยิ่งหลับลึกเท่าไรยิ่งดี เพราะตับจะหลั่งฮอร์โมนออกมาทำหน้าที่ฆ่าเชื้อโรค และกำจัดสารพิษที่ตกค้างในร่างกาย ทำให้หน้าอ่อนกว่าวัยด้วย
03.00 - 05.00 น.	ปอด	ตื่นขึ้นมาสูดอากาศบริสุทธิ์ในยามเช้า ปอดจะทำงานได้ดี ส่งผลให้มีผิวพรรณผุดผ่องมากขึ้น
05.00 - 07.00 น.	ลำไส้ใหญ่	ขับถ่ายอุจจาระเป็นประจำทุกวัน เพื่อไม่ให้ลำไส้ใหญ่ดูดซึมของเสียกลับเข้าไปในร่างกายอีก
07.00 - 09.00 น.	กระเพาะอาหาร	รับประทานอาหารเช้าให้อิ่มเพียงพอ สมองจะปลอดโปร่งและแจ่มใส
09.00 - 11.00 น.	ม้าม	พูดน้อยๆ งดรับประทานอาหารทุกชนิด และไม่ควรนอนหลับ เพราะจะทำให้ม้ามทำงานได้น้อยลง เกิดอาการเหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย และอ้วนได้
11.00 - 13.00 น	หัวใจ	หลีกเลี่ยงความเครียด อาการตื่นเต้นหรือตกใจที่จะทำให้หัวใจต้องทำงานหนักมากกว่าเดิม
13.00 - 15.00 น.	ลำไส้เล็ก	งดอาหารทุกประเภท ดื่มน้ำน้อยๆ เพื่อให้ลำไส้ดูดซึมสารอาหาร และแร่ธาตุต่างๆ เข้าสู่กระแสเลือดได้ดี
15.00 - 17.00 น.	กระเพาะปัสสาวะ	ออกกำลังกาย หรืออบตัวให้เหงื่อออก ไม่อั้นปัสสาวะ
17.00 - 19.00 น.	ไต	อาบน้ำอุ่น หรือหากิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายอารมณ์ เช่น ฟังเพลง อ่านหนังสือ
19.00 - 21.00 น.	เยื่อหุ้มหัวใจ	สวดมนต์ ทำสมาธิ ให้จิตใจปลอดโปร่ง
21.00 - 23.00 น.	ระบบความร้อนของร่างกาย	ไม่ตากลม หรืออาบน้ำเย็น พยายามรักษาความอบอุ่นของร่างกายเอาไว้
23.00 - 01.00 น.	ถุงน้ำดี	ดื่มน้ำก่อนเข้านอน 1 – 2 แก้ว เพื่อไม่ให้ร่างกายขาดน้ำขณะที่นอนหลับ

อ่านมาถึงตรงนี้เชื่อว่าหลายคนต้องแอบร้องอยู่ในใจ *“ไม่นะ! ฉันทำไม่ได้”* หรือ *“ฉันไม่มีเวลามากขนาดนั้นหรอก”* หรือไม่ก็ *“งานยังไม่เสร็จเลย ฉันนอนไม่ได้”* บอกตามตรงว่าผู้เขียนเข้าใจค่ะ เพราะขณะที่กำลังเขียนต้นฉบับอยู่นี้ก็เลยเวลาที่ควรจะต้องพักผ่อนแล้วเหมือนกัน (หัวเราะแหะๆ กับตัวเอง) แต่อย่าลืมนะคะว่าถึงงานของคุณจะสำคัญก็จริง แต่เรื่องสุขภาพของตัวเองควรต้องมาเป็นอันดับหนึ่งค่ะ เพราะต่อให้คุณขยันทำงานเก็บเงินมากแค่ไหน หากเจ็บป่วยขึ้นมา สุดท้ายเงินทองที่หาได้ก็ต้องเสียไปกับค่ารักษาพยาบาลอยู่ดี ในช่วงท้ายของการบรรยายนี้ หมอกอล์ฟจึงได้ฝากข้อคิดเกี่ยวกับการทำงานอย่างมีความสุข เอาไว้ 8 ประการ คือ

1. รักษาสุขภาพให้แข็งแรงทั้งกายและใจ
2. พยายามไม่เครียด ทำจิตใจให้ผ่องใส ใช้วาจาท่าทางที่สุภาพอ่อนโยนกับผู้คนรอบข้าง
3. พาตนเองไปอยู่ในสังคมที่ดี แวดล้อมไปด้วยความรัก และการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน
4. เมื่อเครียดต้องผ่อนคลาย จัดหามุมสบายๆ ไว้พักผ่อนหย่อนใจจากการทำงานบ้าง ปรับความคิดให้ยืดหยุ่น รู้จักบริหารอารมณ์ให้เหมาะสม
5. หมั่นศึกษาหาความรู้ใหม่ๆ เพื่อพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอ
6. มีความเชื่อความศรัทธาต่อศาสนา หรือหลักคำสอนต่างๆ ในสิ่งที่ดีงาม
7. รู้จักเก็บเงิน และอดออมไว้ใช้ยามจำเป็นบ้าง หลีกเลี่ยงการเป็นหนี้ ไม่ว่าจะในระบบหรือนอกระบบก็ตาม
8. ให้เวลากับครอบครัวมากขึ้น หากิจกรรมที่สามารถทำร่วมกันได้ เพื่อเสริมสร้างความรัก ความเข้าใจ และความอบอุ่นในครอบครัว

ก่อนที่นาฬิกาชีวิตของผู้เขียนจะผิดเพี้ยนไปมากกว่านี้ คงต้องขอลาคุณผู้อ่านทุกท่านไปพักผ่อนบ้างแล้วล่ะ พบกันใหม่ในฉบับหน้านะคะ...คืนนี้ขอให้ทุกท่านนอนหลับฝันดี ราตรีสวัสดิ์ค่ะ

[1] http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/thai/newseventinfo.php?id=1140

[2] แพทย์อายุรกรรม ประจำศูนย์บริการสาธารณสุข 14 (แก้ว ศรีบุญเรือง) ผู้เขียนคอลัมน์หาเรื่อง ในหนังสือพิมพ์ M2F ทุกวันศุกร์ เจ้าของผลงานพ็อกเกตบุ๊กแนวสุขภาพ อาทิ “หมอแซบเคสซ่า” “ป่วยได้หายเอง” และเจ้าของรายการ ฮิตติดหมอ ทางช่องทรูวิชั่นส์ 85/51/23 ทุกวันอังคารเวลา 22.00 น.

[3] หนังสือ นาฬิกาชีวิต เล่ม 2 รวบรวมโดย นวลฉวี ทรรพนันทน์

บุคลากรสายสนับสนุนศึกษาดูงาน ณ Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) ประเทศมาเลเซีย

All About MUPY

บทความโดย นางพรทิพย์ ลีลาคณาทรัพย์
หน่วยทรัพยากรบุคคล คณะเภสัชศาสตร์

ซาลามัต ดาตัง ... สวัสดีค่ะ ขอเริ่มต้นทักทายกันด้วยภาษามาเลเซียสักหน่อย ก่อนที่จะนำทุกท่านไปสัมผัสกับอารยธรรมของประเทศเพื่อนบ้าน ย้อนรำลึกถึงเมื่อครั้งที่พวกเราบุคลากรสายสนับสนุน คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ได้มีโอกาสเดินทางลัดฟ้าไปศึกษาดูงานที่ต่างประเทศเป็นครั้งแรก ในระหว่างวันที่ 12 – 14 พฤษภาคม 2556 ที่ผ่านมา **ณ Faculty of Pharmacy, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) ประเทศมาเลเซีย**

สำหรับทริปนี้นำทีมโดย อาจารย์ ดร.ภก.ลือรัตน์ อนุรัตน์พานิชย์ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายทรัพยากรมนุษย์ และนางแก้วมณี คุ้มภัย เลขานุการคณะเภสัชศาสตร์ พร้อมด้วยผู้ร่วมเดินทางรวมทั้งหมด 40 คน

จากสนามบินหาดใหญ่ถึงเมืองกัวลาลัมเปอร์ ใช้เวลาเดินทางพอประมาณ เริ่มมื้อแรกของเช้าวันนี้ด้วยอาหารประจำชาติของชาวมาเลเซียที่อาจจะดูแปลกหู แปลกตาไปบ้างเมื่อเทียบกับอาหารบ้านเรา แต่ก็ไม่ได้เป็นอุปสรรคอะไร เมื่อท้องอิ่มแล้วก็ออกเดินทางกันต่อ ไม่นานนักก็มาถึง **Universiti Kebangsaan Malaysia** ความประทับใจแรกเกิดขึ้นเมื่อได้เห็นคณะผู้บริหารของ **(UKM)** ได้มายืนรอให้การต้อนรับพวกเราด้วยรอยยิ้มมิตรไมตรี และอัธยาศัยที่ดีที่สามารถรับรู้ได้ หลังจากทักทายกันเล็กน้อยพอเป็นพิธี จึงเชิญพวกเราเข้าห้องรับรองและกล่าวต้อนรับโดยคณะผู้บริหาร พร้อมทั้งแนะนำมหาวิทยาลัยก่อนจะแบ่งพวกเราออกเป็น 2 กลุ่ม เพื่อแยกกันไปศึกษาดูงาน

โดยกลุ่มแรกได้ไปดูเกี่ยวกับงานด้านสำนักงาน พวกเรารู้สึกตื่นตาตื่นใจเป็นอย่างมากเมื่อได้เห็นห้องทำงานของอาจารย์และเจ้าหน้าที่ทั้งสะอาด และมีการแบ่งเป็นสัดส่วนชัดเจน มีตู้สำหรับจัดเก็บเอกสารอย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย และที่เห็นถึงความแตกต่างอย่างหนึ่งก็คือ การใช้เครื่องพิมพ์ (Printer) ของสำนักงาน ซึ่งมีเพียงแค่ 1 เครื่องเท่านั้น ให้ทุกคนใช้ร่วมกัน และวางอยู่ห่างจากผู้ใช้งาน ซึ่งนับว่าเป็นการคำนึงถึงเรื่องสุขภาพของบุคลากรด้วย เพราะเครื่อง printer มีผงหมึกซึ่งเป็นสารเคมี เมื่อมีการใช้งานแต่ละครั้งจะมีฝุ่นฟุ้งกระจายออกมาหากเผลอสูดดมเข้าไปจะเป็นอันตรายต่อร่างกายได้ รวมถึงเครื่องถ่ายเอกสารด้วยเช่นกัน (ด้วยรักและห่วงใย..)

เห็นสถานที่ทำงานน่าอยู่แบบนี้แล้ว ในฐานะตัวแทนจากหน่วยทรัพยากรบุคคล จึงอดไม่ได้ที่จะถามถึงเรื่องความสุขในการทำงานของบุคลากรว่าที่นี่มีการวัดความสุขเหมือน โปรแกรม Happinometer แบบของมหาวิทยาลัยมหิดลเราด้วยหรือเปล่า Mr.Munzir Zainudin ซึ่งดำรงตำแหน่ง Principal Assistant Registrar ของ Faculty of Pharmacy, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) ได้เล่าให้ฟังอย่างไม่มีปกปิดกันเลยทีเดียว ว่าที่นี่ยังไม่ค่อยให้ความสำคัญเท่าไหร่นัก ซึ่งต่างจากองค์กรของพวกเราที่ค่อยๆ ให้ความ

สำคัญเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ณ จุดนี้เองที่ทำให้แอบรู้สึกภูมิใจขึ้นมาเล็กๆ หลังจากที่เพื่อนๆ จากหน่วยอาคารสถานที่ แอบสังเกตเห็นจำนวนบุคลากรในสำนักงานมีอยู่เพียงไม่กี่คน จึงเริ่มถามบ้างว่าพวกเขามีระบบบริหารจัดการดูแลอาคารอย่างไร เนื่องจากมีบุคลากรน้อย Mr.Munzir Zainudin กล่าวว่าเนื่องจากที่นี่ไม่มีเจ้าหน้าที่ประจำของคณะฯ เมื่อเกิดปัญหาติดขัดอย่างไร ค่อยแจ้งไปยังส่วนกลางของมหาวิทยาลัย (UKM) เพื่อให้ดำเนินการจ้างช่างภายนอกมาดูแลซ่อมแซมอีกที

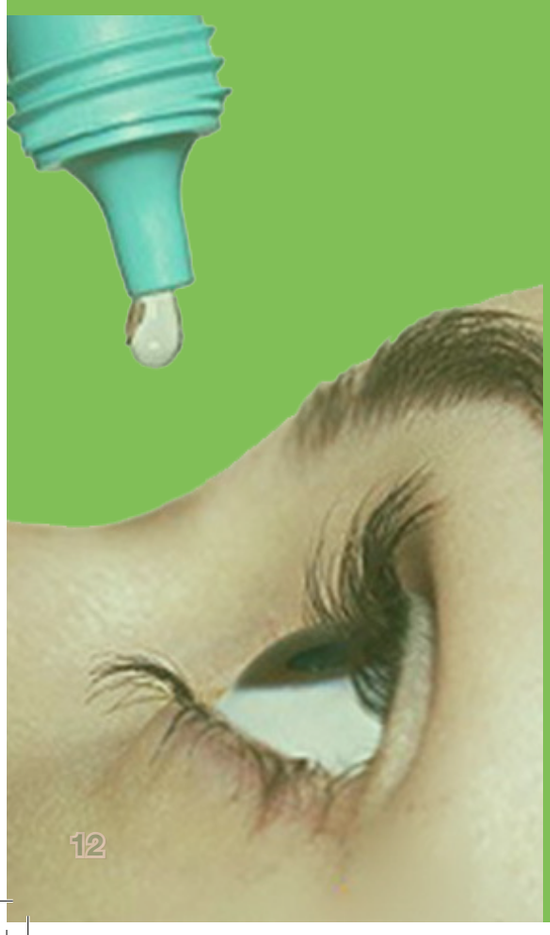
มาถึงอีกกลุ่มบ้าง กลุ่มที่ 2 ไปเยี่ยมชมด้านงานวิจัย ห้องปฏิบัติการ หรือถ้าของเราเรียกกันง่าย ๆ ก็ห้อง Lab นั่นแหละ Prof. Dr. P T Thomas ซึ่งเป็นหัวหน้าฝ่ายประกันคุณภาพให้การต้อนรับและพาเยี่ยมชมการจัดเก็บสารเคมีในห้อง Lab ดูเป็นระบบมีระเบียบอย่างมาก ส่วนเรื่องอุปกรณ์ป้องกันอันตรายสำหรับใช้ในห้อง Lab ก็มีความปลอดภัยตามมาตรฐานสากลเลยทีเดียว นอกจากนี้ยังมีจอโทรทัศน์ติดตั้งเอาไว้เพื่อทำการถ่ายทอดการเรียนการสอนให้นักศึกษาได้ดูอย่างชัดเจนที่โต๊ะของตัวเอง โดยไม่ต้องมายืนรุมล้อมที่โต๊ะอาจารย์เพียงโต๊ะเดียว นับว่าเป็นอีกหนึ่งตัวอย่างที่น่าสนใจ สงสัยต้องแอบนำมาใช้กับคณะฯ ของพวกเราบ้างแล้วล่ะค่ะ จะว่าไปที่นี่ก็ยังมีร้านขายยาเหมือนกับคณะฯ ของพวกเราด้วยนะ แต่ต่างกันตรงที่คณะฯ ของพวกเรามีผลิตภัณฑ์ที่เป็นแบรนด์ของเราเองออกวางจำหน่ายด้วย และเมื่อได้พูดคุยถึงแบรนด์สินค้าแล้ว Prof. Dr. P T Thomas นึกถึง “ยาพาราเซตามอล” ซึ่งเป็นแบรนด์ของเรา เป็นเรื่องน่าประทับใจแบบสุดๆ ที่แบรนด์ของเรามีชื่อเสียงโด่งดังไกลมาถึงประเทศมาเลเซียเลยเชียวล่ะ และเลขานุการคณะฯ ของเรายังได้เสริมว่าที่คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลของเรายังมีแบรนด์สินค้าอื่นๆ อีก อาทิ เช่น “ครีมบำรุงผิวสูตรสกัดจากว่านหางจระเข้และวิตามินอี” ที่หลายคนรู้จักในชื่อครีม Aloe E ยี่ห้อกันภัย อีกทั้ง UKM ยังมีห้องฝึกภาคปฏิบัติสำหรับตรวจผู้ป่วยที่มีการจัดเตรียมอุปกรณ์เอาไว้รองรับการเรียนการสอนอย่างครบครันและพร้อมใช้งานมาก

สุดท้ายนี้ต้องขอขอบคุณผู้ใหญ่ใจดีทุกท่านที่มอบโอกาสให้พวกเราบุคลากรสายสนับสนุน ได้ไปเปิดหู เปิดตา เปิดใจ จากการศึกษาดูงานในครั้งนี้เชื่อว่าทุกคนคงได้รับประสบการณ์ใหม่ๆ ทั้งการใช้ภาษาต่างประเทศ การปรับตัวในการใช้ชีวิตในต่างแดนไม่มากก็น้อย ถึงแม้จะมีอุปสรรคไปบ้าง เช่น เรื่องการใช้ภาษาในการสื่อสาร แต่ทุกอย่างก็ผ่านไปได้ด้วยดี บทเรียนสำคัญที่ได้จากทริปนี้ก็คือการทำงานร่วมกันนั้น ต้องอาศัยความไว้วางใจและการพึ่งพาอาศัย ช่วยกันคนละนิด คนละหน่อย คงไม่ยากเกินความสามารถของบุคลากรคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ของเราอยู่แล้ว ชิมิ.. ชิมิ..

ข้อควรรู้เกี่ยวกับ “ยาหยอดตา” ที่ไม่ควรมองข้าม

Drug Tips

บทความโดย อ.ดร.ภญ.อัญชลี จินตพัฒนากิจ
ภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์



เนื่องจากตาเป็นอวัยวะสำคัญของร่างกาย และเป็นอวัยวะที่ไวต่อความรู้สึก อย่างคำที่ว่า “ดวงตาเป็นหน้าต่างของหัวใจ” ดังนั้นการถนอมดวงตาให้อยู่ในสภาพดีและใช้งานได้นานจึงเป็นสิ่งที่จำเป็น แต่ถึงกระนั้นก็ยังมีข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์และกระทู้ข่าวใน internet ออกมาเป็นระยะๆ เกี่ยวกับการสูญเสียความสามารถในการมองเห็น ตาบอด หรือบางครั้งถึงกับสูญเสียดวงตาจากการใช้ยาหยอดตา ซึ่งสาเหตุหนึ่งเกิดจากใช้ยาหยอดตาที่ไม่ผ่านมาตรฐานรับรองจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อ.ย.)

ดวงตาเป็นเนื้อเยื่อที่บอบบางมากและติดเชื้อได้ง่าย ดังนั้นยาเตรียมทุกประเภทที่ต้องสัมผัสกับนัยน์ตาโดยตรงจึงต้องปราศจากเชื้อโรค แบคทีเรีย และเชื้อรา โดยปกติแล้วยาหยอดตาควรมีค่าความเป็นกรดด่างหรือค่าพี เอช (pH) 7.4 และมีค่า Tonicity ใกล้เคียงกับน้ำตาเพื่อให้เวลาหยอดตาแล้วไม่รู้สึกระคายเคือง หากไม่สามารถกำหนด pH ดังกล่าวได้ อาจเตรียมยาหยอดตาให้มีค่า pH อยู่ระหว่าง 5.5 – 7.6 ซึ่งเป็นระดับที่สามารถถูกบัฟเฟอร์โดยน้ำตาให้อยู่ใน pH 7.4 ได้ ดังนั้นในการผลิตจึงต้องทำด้วยความระมัดระวังโดยผลิตยาตามหลักเกณฑ์วิธีการที่ดีในการผลิตยา (Good Manufacturing Practice : GMP) เพื่อให้ยาปราศจากการปนเปื้อนเชื้อจุลินทรีย์ สิ่งแปลกปลอมต่างๆ และมีค่าความเป็นกรดด่าง และ tonicity ให้ตรงตามเกณฑ์มาตรฐาน

อีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญไม่แพ้กันของการใช้ยาหยอดตา คือ “อายุการใช้งาน” หลายต่อหลายครั้งที่พบว่าปัญหาการติดเชื้อที่ตาเกิดจากการใช้ยาหยอดตาที่หมดอายุ หรือยาหยอดตาที่มีการปนเปื้อนของเชื้อจุลินทรีย์หลังจากการเปิดใช้ **สำหรับยาหยอดตาที่ไม่เคยเปิดใช้ สามารถเก็บไว้ใช้ได้นานเท่าที่มีระบุวันหมดอายุไว้ข้างขวด หรือให้ใช้ภายในระยะเวลาไม่เกิน 3 ปีนับจากวันผลิตในกรณีที่ไม่ได้ระบุวันหมดอายุไว้ข้างขวด** โดยทั่วไปยาหยอดตาชนิดขวดจะมีการเติมสารป้องกันการเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรีย (preservative) ซึ่งจะมีฤทธิ์เต็มที่ภายในหนึ่งเดือนหลังจากเปิดใช้งานครั้งแรก จากนั้นก็ค่อยๆ เสื่อมประสิทธิภาพลงทีละน้อย ดังนั้นจึง**ไม่ควรใช้ยาหยอดตาเกิน 1 เดือน หลังการเปิดใช้ครั้งแรก** เพื่อป้องกันการปนเปื้อนเชื้อแบคทีเรียที่อาจก่อให้เกิดอันตรายกับดวงตาได้ สำหรับยาหยอดตาบางประเภทที่ไม่มีการผสมสารป้องกันการเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรีย ส่วนมากจะมีอายุการใช้งาน 1 วันหลังจากการเปิดใช้ ดังนั้นเมื่อใช้ครบ 24 ชั่วโมงแล้วใช้ไม่หมด ส่วนที่เหลือควรจะต้องทิ้งไป

เอกสารอ้างอิง:

1. The United States Pharmacopeia/ The National Formulary (USP32/NF27), United States Pharmacopeial Convention, Inc., 2009.

แหล่งที่มา: http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/thai/knowledgeinfo.php?id=10

Inside MUPY

■ รศ.บุญเทียม คงศักดิ์ตระกูล รองคณบดีฝ่ายพัฒนาระบบสารสนเทศ ให้การต้อนรับ ศ.พญ.สุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์ รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหิดล รศ.นพ.อาทิตย์ อังกานนท์ รองอธิการบดีฝ่ายสารสนเทศ พร้อมด้วยผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายทรัพยากรบุคคล ผู้อำนวยการกองทรัพยากรบุคคล และบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เมื่อวันศุกร์ที่ 3 พฤษภาคม 2556 ณ ห้องประชุม 606 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ ในโอกาสที่เข้าศึกษาดูงานระบบประเมินสมรรถนะออนไลน์และชมการสาธิตการใช้งานระบบของคณะเภสัชศาสตร์ พร้อมทั้งหารือแนวทางการปรับใช้งานให้เป็นมาตรฐาน เพื่อพิจารณานำไปปรับใช้งานในระดับมหาวิทยาลัยต่อไป

■ ดร.รจเร นพคุณวงศ์ รักษาการผู้อำนวยสำนักวิจัย สถาบันวิจัยและพัฒนาพื้นที่สูง (องค์การมหาชน) และคณะฯ เข้าพบปะหารือกับรศ. ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ พร้อมด้วย ร.ศ.ดร.ภญ.วราภรณ์ จรรยาประเสริฐ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิจัย ร.ศ.ดร.ภก.สมภพ ประธานธุรารักษ์ รองคณบดีฝ่ายแผนและพัฒนาคุณภาพ รศ. ดร.ภญ.นพมาศ สุนทรเจริญนนท์ และรศ.ดร.ภญ.วิสุดา สุวิทยาวัฒน์ ผู้อำนวยการสำนักงานข้อมูลสมุนไพร ในการร่วมกันหาแนวทางสนับสนุนการทำวิจัยร่วมกันระหว่างคณะเภสัชศาสตร์และสถาบันวิจัยและพัฒนาพื้นที่สูง ตลอดจนการจัดทำ MOU ในอนาคต เมื่อวันที่ 20 มิถุนายน 2556 ณ ห้องประชุม 211 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

■ รศ.ดร.ภญ.สุวัฒนา จุฬาวัฒนทล รองคณบดีคณะเภสัชศาสตร์ พร้อมด้วย รศ.ดร.ภก.กิตติศักดิ์ ศรีภา รองคณบดีฝ่ายการศึกษา อ.ดร.ภก.มนตรี จาตุรันต์ภิญโญ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิชาการ และอาจารย์ ดร.ภญ.วรวรรณ กิจผาติ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา เข้าร่วมพิธีลงนามเพื่อจัดทำบันทึกข้อตกลงความร่วมมือโครงการพัฒนาการศึกษาเภสัชศาสตร์และพัฒนาแหล่งฝึกงาน ระหว่างคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล กับบริษัท อาร์เอ็กซ์ แมนูแฟคเจอริ่ง จำกัด โดยมี ภก.ศักดา เสมา รองประธานบริหารสายการผลิต และภก.พินิจ ลาภวิสุทธิสาโรจน์ ผู้จัดการผลิต เป็นตัวแทนเข้าร่วมพิธีลงนามในครั้งนี้ด้วย เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2556 ณ บริษัท อาร์เอ็กซ์ แมนูแฟคเจอริ่ง จำกัด จ.นครปฐม

■ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยคณะทำงานด้านกีฬาและสุขภาพ จัดกิจกรรมการแข่งขันฟุตซอล Pharmacy Premier League ครั้งที่ 1 เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน 2556 เวลา 15.00 น. ณ บริเวณลานด้านหน้าอาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักศึกษาระดับปริญญาตรี บัณฑิตศึกษา ศิษย์เก่า อาจารย์ และบุคลากรของคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ได้มีโอกาสพบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อเสริมสร้างความรัก ความสามัคคีและความสัมพันธ์อันดีต่อกัน นอกจากนี้ยังเป็นการส่งเสริมสมรรถภาพและสุขภาพที่ดี ความมีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้รู้ชนะ รู้อภัย

■ หน่วยอาคารสถานที่ ร่วมกับ หน่วยดูแลทรัพย์สิน คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดโครงการอบรมการวางแผนป้องกันและระงับอัคคีภัยเบื้องต้น-การอพยพหนีไฟ เมื่อวันที่ 26 มิถุนายน 2556 ณ ห้อง 302 อาคารเทพรัตน์ และบริเวณลานจอดรถด้านหน้าอาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้คณาจารย์ บุคลากรและนักศึกษาตระหนักถึงอันตรายจากอัคคีภัยและความสำคัญในการเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับอัคคีภัย และเพื่อเสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การป้องกันและระงับอัคคีภัยได้อย่างถูกต้อง

■ รศ.ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร หัวหน้าภาควิชาและหัวหน้างาน ให้การต้อนรับคณะอนุกรรมการประเมินสถาบันและหลักสูตรเภสัชศาสตร์ ชุดที่ 2 คณะกรรมการการศึกษาเภสัชศาสตร์ สภาเภสัชกรรม ซึ่งเข้าเยี่ยมเพื่อติดตามความก้าวหน้าการดำเนินงานคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อวันที่ 8 สิงหาคม 2556 ณ ห้องประชุม 606 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ ซึ่งคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล มีการผลประเมิน “ผ่าน” ในทุกประเด็น

Students Activity

■ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดพิธีปฐมนิเทศนักศึกษาเภสัชศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 (Rx45) และพิธีผูกเนคไทด์-โบว์ไทด์ ประจำปีการศึกษา 2556 ขึ้นเมื่อวันที่ 19 มิถุนายน 2556 เวลา 13.00-16.30 น ณ ห้องบรรยาย 302 อาคารเทพรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ โดยได้รับเกียรติจาก รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ กล่าวต้อนรับและให้โอวาทแก่นักศึกษาเภสัชศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 จากนั้นต่อด้วยการแนะนำอาจารย์ที่ปรึกษา และการแนะนำคณะ กิจกรรมการเรียนและวิชาชีพ โดยผู้ช่วยรองศาสตราจารย์ ดร.ภก.กิตติศักดิ์ ศรีภา รองคณบดีฝ่ายการศึกษา อาจารย์ ดร.ภก.มนตรี จาตุรันต์ภิญโญ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิชาการ และอาจารย์ ดร.ภก. จตุรงค์ ประเทืองเดชกุล ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา ปิดท้ายด้วยกิจกรรมจากพี่สู่น้อง “ประสบการณ์ชีวิต ณ ศาลายา” โดย นศภ.ณภัทร สัตยุตม์ นายกสโมสรนักศึกษา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

■ งานกิจการนักศึกษา จัดโครงการพัฒนาทักษะทางสังคมของนักศึกษา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล “โครงการย่อยที่ 1: รู้จักตนเอง กล้าคิดกล้าทำ กล้าเป็นผู้นำและผู้ตาม” เมื่อวันที่ 6 - 7 กรกฎาคม 2556 ณ โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า จังหวัดนครนายก โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักศึกษาชั้นปีที่ 2 ตระหนักรู้ถึงบทบาทหน้าที่ของความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี มีทักษะในการทำงานเป็นทีม และมีทักษะการใช้ชีวิตในสังคม เช่น การปฏิบัติตามกฎระเบียบ การตรงต่อเวลา การมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การเสียสละเพื่อส่วนรวม การมีคุณธรรมและมีจิตสำนึกต่อสังคม

■ รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.วันดี กฤษณพันธ์ ภาควิชาเภสัชวินิจฉัย ซึ่งเป็นอาจารย์ผู้สอนในรายวิชา “Phytopharmaceutical Products for Thai Spa” จัดให้นักศึกษาเภสัชศาสตร์ ชั้นปีที่ 5 ซึ่งลงทะเบียนเรียนในรายวิชาดังกล่าวแข่งขันการพัฒนาสูตรเครื่องดื่มสมุนไพรเพื่อสุขภาพ เมื่อวันที่ 6 สิงหาคม 2556 โดยกำหนดให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อคิดค้นและสร้างสรรค์สูตรเครื่องดื่มสมุนไพรที่อันจะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ โดยการประยุกต์ใช้ความรู้และทักษะที่ได้ศึกษาในรายวิชานี้เพื่อสร้างสรรค์น้ำสมุนไพรสูตรใหม่ สำหรับกลุ่มที่ชนะการประกวดในครั้งนี้ ได้แก่ “กลุ่มที่ 4 ชาชื่นใจ” โดยมีสมาชิกในกลุ่มประกอบด้วย 1. นศภ.ชนัญชิดา ปัญญาธนคุณ 2. นศภ.ณัชชา กิตติวีรนนท์ 3. นศภ.ธัชสินี กาญจนอลงกรณ์ 4. นศภ.ปัทมาภรณ์ สุพัฒนากูล 5. นศภ.พิชญา ทวีสุข 6. นศภ.วรรณา อุ่นจังหาร 7. นศภ.ศิโรธร ประเสริฐสังข์ และ 8. นศภ.วิภาวรรณ ยิสารคุณ ซึ่งนักศึกษากลุ่มดังกล่าวได้สร้างสรรค์เครื่องดื่มสมุนไพรจาก “ชาขาว” อันมีสรรพคุณมากมาย เช่น antioxidant, anti-inflammation, antibacterial และสามารถลดระดับคลอเรสเทอรอลในกระแสเลือดได้อีกด้วย นำมาปรุงร่วมกับสมุนไพรอื่น อาทิ ดอกเก็กฮวย ใบเตย วุ้นใส น้ำตาลและน้ำผึ้ง เพื่อให้ได้น้ำสมุนไพรชาขาวที่มีรสชาติน่าดื่มมากยิ่งขึ้น โดยสรรพคุณหลักของเครื่องดื่มชนิดนี้ คือ สามารถต้านอนุมูลอิสระ ลดการอักเสบ ลดไขมันในกระแสเลือด ช่วยดับกระหาย กำจัดสารพิษ แก้ร้อนใน และช่วยระบายและย่อยอาหารได้อีกด้วย

MUPY Go Inter

■ (21 พฤษภาคม 2556) รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ พร้อมด้วย รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.สุวัฒนา จุฬาวัฒนทล รองคณบดี รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.บุษบา จินดาวิจักษณ์ หัวหน้าภาควิชาเภสัชกรรม และอาจารย์ ดร.ภญ.จิระพรรณ จิตติคุณ เข้าร่วมพิธีลงนามเพื่อจัดทำ Agreement on the Implementation of Academic Exchange ระหว่าง Faculty of Pharmacy, University of Santo Tomas ประเทศฟิลิปปินส์ และ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ณ ห้องประชุม 606 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยในการลงนามเพื่อจัดทำข้อตกลงดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาเครือข่ายความร่วมมือทางด้านการศึกษา การวิจัยและการแลกเปลี่ยนนักศึกษาและบุคลากร ตลอดจนเพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างสถาบันและการพัฒนาคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลไปสู่ความเป็นนานาชาติอย่างยั่งยืน

■ (17 มิถุนายน 2556) คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ให้การต้อนรับ Professor Paraidathathu Thomas PG Thomas จาก Faculty of Pharmacy, Universiti Kebangsaan Malaysia ประเทศมาเลเซีย ณ ห้องประชุม 309 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ ซึ่งเป็นผู้ได้รับทุนสนับสนุนอาจารย์/นักวิชาการอาคันตุกะของมหาวิทยาลัยมหิดล (Visitor Scholar) เป็นระยะเวลา 3 เดือน เพื่อปฏิบัติหน้าที่ ณ ภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ ด้านการสอนและให้คำปรึกษาด้านการวิจัยและวิชาการแก่นักศึกษาระดับปริญญาตรี โทและเอก ในสาขาวิชา Toxicology, Pharmacy Practice, Pharmaceutical Care และ Social Administrative Pharmacy

■ (7 มิถุนายน 2556) คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ให้การต้อนรับ Professor Yee Yee Tin จาก Department of Pharmacology, University of Pharmacy ประเทศเมียนมาร์ ณ ห้องประชุม 409 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ ซึ่งเป็นผู้ได้รับทุนสนับสนุนอาจารย์/นักวิชาการอาคันตุกะของมหาวิทยาลัยมหิดล (Visitor Scholar) เป็นระยะเวลา 3 เดือน เพื่อปฏิบัติหน้าที่ ณ ภาควิชาสรีรวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ ด้านการสอนและให้คำปรึกษาด้านการวิจัยและวิชาการแก่นักศึกษาระดับปริญญาตรี โทและเอกในสาขาวิชาเภสัชวิทยา เภสัชกรรมคลินิก และสรีรวิทยา

■ (20 มิถุนายน 2556) คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ให้การต้อนรับ Dr.Van Thi My Hue จาก Organic Chemistry Department, Hanoi University of Pharmacy, ประเทศเวียดนาม ณ ห้องประชุม 409 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ ซึ่งเป็นผู้ได้รับทุนสนับสนุนอาจารย์/นักวิชาการอาคันตุกะของมหาวิทยาลัยมหิดล (Visitor Scholar) เป็นระยะเวลา 3 เดือน เพื่อปฏิบัติหน้าที่ ณ ภาควิชาเภสัชเคมี คณะเภสัชศาสตร์ ด้านการสอนและให้คำปรึกษาด้านการวิจัยและวิชาการแก่นักศึกษาระดับปริญญาตรี โทและเอกในสาขาวิชา Pharmaceutical Chemistry

■ (18 มิถุนายน 2556) รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภญ.มนทรัตม์ ถาวรเจริญทรัพย์ อาจารย์ภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ ได้รับเชิญให้เป็นตัวแทนเข้าร่วมในพิธีลงนามเพื่อจัดทำบันทึกข้อตกลงความร่วมมือระหว่างคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และ Faculty of Pharmacy, Gadjah Mada University ประเทศอินโดนีเซีย โดยได้รับเกียรติจาก Prof. Dr. Subagus Wahyuono คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ Gadjah Mada University ร่วมลงนามในครั้งนี้ นอกจากนี้ ในวันที่ 20 มิถุนายน 2556 คณาจารย์ทั้งสองท่านได้ร่วมอภิปรายถึงกิจกรรมความร่วมมือระหว่าง 2 สถาบันในอนาคต พร้อมกันนี้ได้บรรยายเรื่องการทำวิจัยที่คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลแก่นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา

MUPY Go Inter

■ (20 มิถุนายน 2556) รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ ได้รับเชิญเป็นวิทยากรบรรยายพิเศษแก่คณาจารย์และนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาในการประชุมวิชาการนานาชาติ ณ School of Pharmacy, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta ประเทศอินโดนีเซีย ในการนี้ได้เข้าศึกษาดูงานและร่วมหารือกับ Dra.Sri Kadarinah, Head of School of Pharmacy, Faculty of Medical and Health Science, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta ประเทศอินโดนีเซีย ถึงกิจกรรมด้านความร่วมมือทางวิชาการกับและการแลกเปลี่ยนนักศึกษาและบุคลากรระหว่าง 2 สถาบันในอนาคต

■ (21 มิถุนายน 2556) รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภญ.มนทรัตม์ ถาวรเจริญทรัพย์ อาจารย์ภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ ได้รับเชิญให้เป็นตัวแทนเข้าร่วมในพิธีลงนามเพื่อจัดทำบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ (Memorandum of Understanding, MOU) ระหว่างมหาวิทยาลัยมหิดลกับ University of Surabaya และ Letter of Agreement, LOA ระหว่างคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และ Faculty of Pharmacy, University of Surabaya ประเทศอินโดนีเซีย โดยได้รับเกียรติจาก Prof. Joniarto Parung, Rector of University of Surabaya, Dr. Christina Avanti, Deputy President for International Relations และ Dra. Nani Parfati, Dean of Faculty of Pharmacy, University of Surabaya ร่วมลงนามในครั้งนี้ ณ Faculty of Pharmacy, University of Surabaya ประเทศอินโดนีเซีย ในการนี้ คณาจารย์ทั้งสองท่านได้ร่วมอภิปรายถึงกิจกรรมความร่วมมือระหว่าง 2 สถาบันในอนาคต และบรรยายพิเศษแก่คณาจารย์และนักศึกษาระดับปริญญาตรีและบัณฑิตศึกษา

■ (3 กรกฎาคม 2556) รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.บุษบา จินดาวิจักษณ์ หัวหน้าภาควิชาเภสัชกรรม และศาสตราจารย์ ดร.ภญ.ลีณา สุนทรสุข ผู้อำนวยการศูนย์วิเคราะห์คุณภาพผลิตภัณฑ์ (ด้านเคมี) ให้การต้อนรับ นักศึกษาแลกเปลี่ยนจาก Faculty of Pharmaceutical and Biological Sciences, Paris Descartes University ประเทศฝรั่งเศส จำนวน 5 คน ณ ห้องประชุม 309 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ ซึ่งนักศึกษาแลกเปลี่ยนทั้ง 5 คนจะมาฟังการบรรยายที่คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และเข้ารับการฝึกงานและดูงานแหล่งฝึกงานภายนอก ตั้งแต่วันที่ 4 กรกฎาคม ถึง 27 กันยายน 2556 ในสาขา Regulatory Aspects of Pharmaceutical and Related Products, Pharmaceutical Marketing ณ ภาควิชาเภสัชกรรม และ สาขา Quality Assurance and Quality Control of Pharmaceutical and Natural Products ณ ภาควิชาเภสัชเคมี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

■ (17 กรกฎาคม 2556) รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ พร้อมด้วย รองศาสตราจารย์ ดร.ภก.สมภพ ประธานธุรารักษ์ รองคณบดีฝ่ายแผนและพัฒนาคุณภาพ รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.วราภรณ์ จรรยาประเสริฐ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิจัย รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.พิสมัย กุลกาญจนาธร หัวหน้าภาควิชาเภสัชเคมี ศาสตราจารย์ ดร.ภญ.ลีณา สุนทรสุข ผู้อำนวยการศูนย์วิเคราะห์คุณภาพผลิตภัณฑ์ (ด้านเคมี) รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.นพมาศ สุนทรเจริญนนท์ ภาควิชาเภสัชวินิจฉัย และ อาจารย์ ดร.ภญ.จิระพรรณ จิตติคุณ ภาควิชาชีวเคมี ให้การต้อนรับ คณะผู้บริหารและคณาจารย์จาก Science College, Honghe University ประเทศจีน ณ ห้องประชุม 409 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ เพื่อหารือเรื่องการพัฒนาความร่วมมือและการแลกเปลี่ยนทางการศึกษาและวิจัยด้านเภสัชศาสตร์และสมุนไพรในท้องถิ่น

■ (19 สิงหาคม 2556) รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดี พร้อมด้วย รองศาสตราจารย์ ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ คณะเภสัชศาสตร์ นำอาจารย์อาคันตุกะ (Visiting Professor) ได้แก่ Professor Yee Yee Tin, Professor Paraidathathu Thomas P G Thomas และ Dr.Van Thi My Hue เข้าพบ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภก.สุรกิจ นาฑีสุวรรณ รองอธิการบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยมหิดล ณ กองวิเทศสัมพันธ์ สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา ในโอกาสนี้อาจารย์อาคันตุกะทั้ง 3 คน เยี่ยมชมบรรยากาศภายในวิทยาเขตศาลายา และหารือเรื่องความร่วมมือและการแลกเปลี่ยนทางวิชาการระหว่างสถาบันในอนาคต