



MUPY Newsletter

จุลสารคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ฉบับที่ 10 มกราคม-เมษายน 2557



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



โซลาซีน (Xylazine) (หน้า 5)

รู้จักกับ “สโมสรนักศึกษาเภสัชศาสตร์” (หน้า 6-7)

พักแรม... สมนุโพธิ์ปรับสมดุล (หน้า 10-11)



แนะนำ-ติชม

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

คณะผู้จัดทำ

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

Editor Talks

■ สวัสดีคุณผู้อ่านทุกท่านคะ กลับมาพบกับจุฬารศคณ:เภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลอีกครั้งนะคะ สำหรับจุฬารศคณฉบับนี้ขอนำเสนอ ผักแปม สมุนไพรปรับสมดุล... คุณผู้อ่านอาจจะสงสัยว่าผักแปมจะช่วยปรับสมดุลได้อย่างไร สามารถติดตามต่อได้ในได้เลยคะ นอกจากนี้ขอแนะนำ “สโมสรนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล” กับมุมมองและแง่คิดดีๆ ในการเรียนและการทำงาน และปิดท้ายด้วยข้อควรรู้เกี่ยวกับ “ยาไซลาซีน (Xylazine)” ยาเสพติดสำหรับสัตว์ที่ถูกนำมาใช้ในทางที่ผิด ในคอลัมน์ Drug Tips ค่ะ...แล้วพบกันใหม่ในฉบับหน้านะคะ

รศ.ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว
รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์

☐☐☐ MUPY Good News ☐☐☐ โดย กองบรรณาธิการ

๐ ขอแสดงความยินดีกับ ศาสตราจารย์เกียรติคุณนันทวัน บุญยะประภัสร์ อดีตอาจารย์ประจำภาควิชาเภสัชวินิจฉัย คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ในโอกาสที่ได้รับรางวัล “มหิดลทยากร” ประจำปี 2556 โดยรางวัลดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อยกย่องประกาศเกียรติคุณผู้ที่มีคุณธรรมและจริยธรรมแห่งวิชาชีพ และเพื่อส่งเสริมศิษย์เก่ามหาวิทยาลัยมหิดลให้ทำความดีและใช้ความรู้ความสามารถให้เป็นประโยชน์แก่ส่วนรวมและประเทศชาติ โดยพิธีรับรางวัลจัดขึ้น ณ ห้องบรรยายศาสตราจารย์นายแพทย์ชัชวาล โอสถานนท์ สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา เมื่อวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2557



๐ ขอแสดงความยินดีกับ อาจารย์และบุคลากรจำนวน 5 คน ที่ได้รับรางวัล “บุคคลต้นแบบ” (MU Brand Ambassador) ได้แก่ 1. รองศาสตราจารย์ บุญเทียม คงศักดิ์ตระกูล 2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชูติมา เพชรกระจ่าง 3. นางอรพรรณ โขมะสรานนท์ 4. นางพิณพิศ แสงภา และ 5. นายสุคนธ์ ทรภักษ์ณ์ ซึ่งรางวัลดังกล่าวจะมอบให้กับบุคลากรของมหาวิทยาลัยมหิดลที่มีพฤติกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมกรอบ

ของค่านิยมมหิดล เนื่องในโอกาส 45 ปี วันคล้ายวันพระราชทานนามมหาวิทยาลัยมหิดล โดยพิธีรับรางวัลจัดขึ้น ณ ห้องบรรยายศาสตราจารย์นายแพทย์ชัชวาล โอสถานนท์ สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา เมื่อวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2557

o ขอแสดงความยินดีกับนักศึกษาที่ได้รับรางวัลวิทยานิพนธ์ดี – ดีเด่น ประจำปี 2556 ได้แก่

1) นายสุเมธ คงเกียรติไพบูลย์ นักศึกษาปริญญาเอก สาขาวิชาเภสัชเคมีและพิษวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ ที่ได้รับรางวัลวิทยานิพนธ์ดีเด่น กลุ่มที่ 2 กลุ่มวิทยาศาสตร์กายภาพและเทคโนโลยี วิทยานิพนธ์เรื่อง EVALUATION OF BIOACTIVE COMPONENTS AND BIOLOGICAL ACTIVITIES OF STEMONA ROOTS ภายใต้การดูแลของ รองศาสตราจารย์ ดร. วันดี กฤษณพันธ์



2) นางสาวนิตยา ตรีศิลป์วิเศษ นักศึกษาปริญญาเอก สาขาวิชาเภสัชการ (หลักสูตรนานาชาติ) คณะเภสัชศาสตร์ ที่ได้รับรางวัลวิทยานิพนธ์ดี กลุ่มที่ 1 กลุ่มวิทยาศาสตร์ชีวภาพ วิทยานิพนธ์เรื่อง BOOSTING ONCOLYTIC ADENOVIRUS POTENCY IN MULTIDRUG-RESISTANT CANCER CELLS WITH MAGNETIC NANOPARTICLES AND MAGNETIC FORCE ภายใต้การดูแลของ รองศาสตราจารย์ ดร. พิมพ์พรรณ พิทยานุกุล

3) นางสาวพิมพ์ศิริ ด้านพิษณูพันธุ์ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาวิทยาการพืช (หลักสูตรนานาชาติ) โครงการร่วม คณะวิทยาศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ ที่ได้รับรางวัลวิทยานิพนธ์ดี กลุ่มที่ 1 กลุ่มวิทยาศาสตร์ชีวภาพ วิทยานิพนธ์เรื่อง OPTIMIZED CONDITIONS FOR ISO-FLAVONOID PRODUCTION OF PUERARIA CANDOLLEI GRAH. EX. BENTH. HAIRY ROOT CULTURE ภายใต้การดูแลของ รองศาสตราจารย์ ดร. สมภพ ประธานธูราษฎร์



4) นายธีระพงษ์ มนต์มธุรพจน์ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาเภสัชกรรมคลินิก (หลักสูตรนานาชาติ) คณะเภสัชศาสตร์ ที่ได้รับรางวัลวิทยานิพนธ์ดี กลุ่มที่ 3 กลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพและวิทยาศาสตร์สุขภาพประยุกต์วิทยานิพนธ์เรื่อง COMPARISON OF INTRAVENOUS CEFTRIAXONE THERAPY WITH SWITCH THERAPY FROM INTRAVENOUS CEFTRIAXONE TO ORAL CEFDITOREN PIVOXIL IN ACUTE PYELONEPHRITIS ภายใต้การดูแลของ รองศาสตราจารย์ ดร. ปราโมทย์ ตระกูลเพียรกิจ

o ขอแสดงความยินดีกับนักศึกษาเภสัชศาสตร์ ชั้นปีที่ 4 จำนวน 2 คน ได้แก่ นศภ.ทิพย์นภา จารุจิตมณีกุล และ นศภ.ปริยาภรณ์ อุตตะมะ ที่ได้รับรางวัลชมเชยในโครงการประกวดสุดยอดเภสัชกรชุมชนรุ่นใหม่ดีเด่น “หมอยา..talent” ปี 4 ประจำปี 2557 ซึ่งจัดโดยสมาคมเภสัชกรรมชุมชน (ประเทศไทย) มูลนิธิเภสัชกรรมชุมชน และสหพันธ์นิสิตนักศึกษาเภสัชศาสตร์แห่งประเทศไทย (สนภท.) เมื่อวันที่ 9 กุมภาพันธ์ 2557 ณ โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร กรุงเทพฯ



MUPY Conference โดย กองบรรณาธิการ



■ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการการพัฒนาวิชาชีพเภสัชอุตสาหกรรม ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อยกระดับองค์ความรู้และมาตรฐานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานด้านเภสัชอุตสาหกรรมของเภสัชกรแหล่งฝึกด้านเภสัชอุตสาหกรรม ตลอดจนทำให้เกิดแนวทางที่ชัดเจนและมีการกำหนดเป้าหมายร่วมกันในการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพแก่นักศึกษา อีกทั้งเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างเภสัชกรผู้สอน ณ แหล่งฝึก และอาจารย์ ซึ่งนำไปสู่เครือข่ายการพัฒนาการสอนนักศึกษาฝึกปฏิบัติงานต่อไปในอนาคต ระหว่างวันที่ 10 กุมภาพันธ์ – 19 มีนาคม 2557 ณ ห้องประชุม 206 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

■ ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดการสัมมนาหลักสูตรเภสัชศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาเภสัชวิทยา และวิทยาศาสตร์ชีวโมเลกุล ในโครงการงานวิจัยก้าวหน้า อาจารย์ที่ปรึกษาและนักศึกษาพึงพอใจ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาในหลักสูตรได้มีโอกาสนำเสนอความคืบหน้าการทำวิทยานิพนธ์ ตลอดจนปัญหาและอุปสรรค และแผนสำหรับการจัดทำวิทยานิพนธ์ เพื่อให้สำเร็จการศึกษาตามเวลาที่สมควร เมื่อวันที่ 27 กุมภาพันธ์ 2557 ณ ห้องประชุม 409 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



■ คณะอนุกรรมการสวัสดิการคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดการประชุมวิชาการเรื่อง “เข้าใจ ผูกพัน รักษา จูงใจ Generation Y เพื่อสร้างผลผลิตขององค์กร” การประชุมครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้เรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะ จุดเด่นจุดด้อย และสร้างความรู้ทักษะในการสื่อสาร บริหาร จูงใจ พนักงาน Generation Y เมื่อวันที่ 26 มีนาคม 2557 ณ ห้องประชุม 206 ชั้น 2 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

■ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และ สมาคมเภสัชกรรมโรงพยาบาล (ประเทศไทย) ร่วมกันจัดประชุมวิชาการ Advances in Pharmacotherapeutics and Pharmacy Practice 2014 เพื่อส่งเสริมให้เภสัชกรได้รับความรู้ที่ทันสมัย ข้อมูลงานวิจัยหรือคำแนะนำในการรักษาใหม่ๆ ในโรคที่เป็นปัญหาสาธารณสุขสำคัญของประเทศไทย เภสัชกรผู้เข้าร่วมประชุมจะสามารถนำความรู้ดังกล่าวไปใช้ประโยชน์ในการดูแลผู้ป่วยร่วมกับทีมสหสาขาวิชาชีพ โดยมีประโยชน์สูงสุดต่อผู้ป่วย เมื่อวันที่ 31 มีนาคม – 2 เมษายน 2557 ณ ห้องบอลรูม โรงแรมนารายณ์ กรุงเทพฯ



ไซลาซีน (Xylazine)

ยาสลบสำหรับสัตว์ ที่ถูกนำมาใช้ในทางที่ผิด

Drug Tips

บทความโดย รศ.ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์
ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะเภสัชศาสตร์

เมื่อไม่นานมานี้มีข่าวและจดหมายเตือนจากโรงพยาบาลแห่งหนึ่งเรื่อง มีการนำยาสลบสำหรับสัตว์ที่ชื่อ ไซลาซีน (Xylazine) มาผสมในเครื่องดื่ม เพื่อให้ผู้ที่ได้รับยานี้เข้าไปหมดสติ และมีการขโมยทรัพย์สินไปโดยที่เหยื่อไม่รู้ตัว



ไซลาซีน (Xylazine) เป็นยาสลบที่ใช้กับสัตว์ เช่น ม้า วัว กวาง รวมทั้ง สัตว์ทดลองต่างๆ ยานี้เป็นอนุพันธ์ของยา Clonidine โดยออกฤทธิ์กระตุ้น ทั้งที่ระบบประสาทส่วนกลางและทั่วร่างกาย มีฤทธิ์ทำให้หัวใจเต้นช้าลง มีฤทธิ์คลายกล้ามเนื้อและยังมีฤทธิ์แก้ปวดอีกด้วย ฤทธิ์ของยาส่วนใหญ่จะเป็นฤทธิ์กดประสาท



ส่วนกลางและมีผลต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด

ฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลางจะทำให้อยู่ในภาวะสลิมสลือหรือสภาวะหลับขึ้นอยู่กับขนาดยาที่ได้รับ และจะมีฤทธิ์อยู่นานประมาณ 1-2 ชั่วโมง และยังมีส่วนทำให้กล้ามเนื้อคลายตัวจนเกิดเป็นภาวะกล้ามเนื้อเปื่อยได้ รวมทั้งอัตราการหายใจก็ลดลงด้วย

ผลต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด ในช่วงแรกมักทำให้ความดันโลหิตขึ้นสูง แต่หลังจากนั้นความดันโลหิตจะลดต่ำลงและอยู่นานตลอดระยะเวลาที่ยาออกฤทธิ์ รวมทั้งอาจมีผลลดการทำงานของหัวใจและทำให้หัวใจเต้นผิดจังหวะอีกด้วย

ปกติยานี้จะใช้สำหรับฉีดเพื่อให้สัตว์สงบลงหรือใช้ในการผ่าตัด ในประเทศสหรัฐอเมริกา ยาสลบสำหรับ สัตว์จะเป็น Controlled drug จะต้องมีการเก็บในตู้ที่ใส่กุญแจและต้องมีการควบคุมการใช้อย่างเคร่งครัด

ยานี้เป็นยาน้ำใส หรือเป็นยาผงสำหรับผสมฉีด เมื่อใส่ลงไปในเครื่องดื่มแล้วจะไม่เห็นการเปลี่ยนแปลงทั้ง สี ความขุ่นและกลิ่นของเครื่องดื่ม ทำให้มีการนำไปใช้ในทางที่ผิด ทำให้ผู้ที่ได้รับยานี้เข้าไปมีอาการดั่งที่กล่าวข้างต้น อาการจะรุนแรงมากหรือน้อยขึ้นกับขนาดยาไซลาซีน (Xylazine) ที่ได้รับเข้าไป ดังนั้นจึงไม่ควรรับประทาน อาหารหรือเครื่องดื่มจากคนแปลกหน้า โดยเฉพาะเวลาเดินทางหรืออยู่คนเดียว เพราะอาจมีมิฉฉาซัพกระทำกรใน ลักษณะนี้ได้

การดูแลตนเองจึงเป็นเรื่องที่สำคัญที่สุดที่จะหลีกเลี่ยงการเป็นเหยื่อเหล่านี้ นอกจากนั้นต้องมีการควบคุม การจำหน่ายและการมีไว้ในครอบครองของยาเหล่านี้อย่างเคร่งครัดต่อไป

All about MUPY

สวัสดิ์ค่ะพี่น้องชาวเภสัชมหิดล ทุกท่าน หมูพี (MUPY) กลับมารายงานตัวแล้วพร้อมกับเรื่องราวที่น่าสนใจอีกเช่นเคยค่ะ วันนี้คือลัมน์ “All about MUPY” มีโอกาสได้สัมภาษณ์บุคคลกลุ่มหนึ่งที่เราเรียกว่าไปกิจกรรมไหนเป็นต้องเห็นพวกเขาเสมอ ซึ่งจะเป็นใครไปไม่ได้นอกจาก “สโมสรนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล” นั่นเองค่ะ เชื่อว่าคุณผู้อ่านคงจะคุ้นหน้าคุ้นตาพวกเขากันดีอยู่แล้วแต่วันนี้เราจะมาทำความรู้จักกับสโมสรนักศึกษาให้มากขึ้นกันค่ะ

MUPY: ช่วยแนะนำตัว (ชื่อ-นามสกุล, ชื่อเล่น, ชั้นปี, ตำแหน่งและหน้าที่ในสโมสร) ของแต่ละคนกันหน่อยค่ะ

- 1.นศก.นันทชัย กิรตินวนันท์ (เจย์) ชั้นปีที่ 4 นายกลสโมสรนักศึกษา
- 2.นศก.สุเมธ สังเวียนวงศ์ (อาร์ต) ชั้นปีที่ 4 รองนายกสโมสรนักศึกษากิตติมศักดิ์
- 3.นศก.ธรรมเศรษฐ์ บุญประชา (อะตอม) ชั้นปีที่ 4 รองนายกสโมสรนักศึกษาฝ่ายสหพันธ์นิสิตนักศึกษา / เภสัชศาสตร์แห่งประเทศไทย (สนภท.)
- 4.นศก.ชฎาพร ภัทรพิบูลพงศ์ (องุ่น) ชั้นปีที่ 3 รองนายกสโมสรนักศึกษาฝ่ายบริหาร
- 5.นศก.ณัฐชนน สถาปนพิทักษ์กิจ (เกรียง) ชั้นปีที่ 4 รองนายกสโมสรนักศึกษาฝ่ายวิชาการและวิชาชีพ
- 6.นศก.ปภาวรินทร์ นุชสาย (ไอซ์) ชั้นปีที่ 3 รองนายกสโมสรนักศึกษาฝ่ายกิจกรรม
- 7.นศก.วุฒิชัย เลิศวัฒน์ชัย (วุฒ) ชั้นปีที่ 3 รองนายกสโมสรนักศึกษาฝ่ายกิจกรรมพิเศษ/งานกีฬาเภสัชสัมพันธ์
- 8.นศก.สิทธิวุฒิ จตุรเมธานนท์ (ปอนด์) ชั้นปีที่ 3 รองนายกสโมสรนักศึกษาฝ่ายประชาสัมพันธ์องค์กร
- 9.นศก.ชลธิชา ไททยะวิจิตร (ฟ้า) ชั้นปีที่ 4 รองนายกสโมสรนักศึกษาฝ่ายประกันคุณภาพ
- 10.นศก.ปวรุตม์ วงศ์มนัสสุทธิ์ แชน (อาร์ม) ชั้นปีที่ 4 รองนายกสโมสรนักศึกษาฝ่ายกิจกรรมชมรม
- 11.นศก.เบญญาภา กิตติโสภานัต (หนึ่ง) ชั้นปีที่ 4 ผู้ช่วยนายกสโมสรนักศึกษา
- 12.นศก.ปริยาภรณ์ อุตะมะ (แพรดอง) ชั้นปีที่ 4 ผู้ช่วยนายกสโมสรนักศึกษา
- 13.นศก.มณฑิตา ปรกติ (มะเหมี่ยว) ชั้นปีที่ 4 ผู้ช่วยนายกสโมสรนักศึกษา

MUPY: สโมสรนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มีการกิจหรือหน้าที่อะไรบ้างคะ
 สโมสรนักศึกษามีหน้าที่เป็น ‘สื่อกลาง’ ในการสื่อสาร

ระหว่างนักศึกษาด้วยกัน นักศึกษากับทางคณะและมหาวิทยาลัย รวมถึงเป็นหนึ่งในฟันเฟืองสำคัญที่ขับเคลื่อนงานและกิจกรรมต่างๆ ในนามของสหพันธ์นิสิตนักศึกษาเภสัชศาสตร์แห่งประเทศไทย อีกทั้งยังเป็น ‘เวที’ ที่รวบรวมนักศึกษาที่มีความตั้งใจที่จะพัฒนาศักยภาพของตนเองผ่านการทำกิจกรรมต่างๆ ที่จัดขึ้นเพื่อประโยชน์สุขของนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลทุกคน

MUPY: เหตุผลที่ตัดสินใจเข้ามาทำงานในสโมสรของแต่ละคนคืออะไรคะ

เจย์ : คงเป็นเพราะผมเคยทำงานนี้สมัยที่อยู่โรงเรียนเหมือนกันครับ ผมมีความสุขเวลาได้อยู่กับคนอื่น ๆ ได้ สนุกกับการเรียนรู้ ลองผิด ลองถูก ประกอบกับช่วงนั้นมีพี่มาชวนพอดี เลยถือโอกาสที่ดีในการพาตัวเองเข้ามาเก็บเกี่ยวประสบการณ์ ทำในสิ่งที่มีความสุขอีกครั้ง

แพรดอง : เหตุผลคือ อยากลองทำงานหลายๆด้านเหมือนตอนปี 1 ค่ะ เพราะรู้สึกว่าการที่เราเรียนอย่างเดียวก็เหมือนอยู่แคในห้องสี่เหลี่ยม มาเรียนแล้วก็กลับ จึงอยากลองทำอะไรใหม่ๆ จนปี 3 มีโอกาสได้เข้ามาทำงานในตำแหน่งที่ปรึกษาฝ่ายกิจกรรมของสโมสร จึงได้รู้ว่าแต่ละงานจะสำเร็จได้ต้องผ่านการประชุมเยอะมาก ต้องมีการวางแผนและประสานงาน ทำให้ได้เห็นมุมมองใหม่ๆ มากขึ้น อีกทั้งสโมสรไม่เคยปิดกั้นความคิด ทุกคนมีสิทธิ์แสดงความคิดเห็น ทำให้ตัดสินใจที่จะมาทำสโมสรค่ะ

ปอนด์ : เพราะได้เห็นการทำงานของรุ่นพี่ที่มีระบบแบบแผน รวมทั้งคำแนะนำและแนวความคิดที่เป็น การมองแบบองค์รวม ทำให้รู้สึกประทับใจ และอยากที่จะศึกษางานเหล่านี้เพื่อสร้างเป็นประสบการณ์ และได้ทำสิ่งที่ เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม

ไอซ์ : ที่มาทำงานนี้เพราะได้รับโอกาสจากพี่ๆ ให้มาลองทำดู ซึ่งรู้สึกมีความสุขทุกครั้งที่ได้ทำ พอหันมา



โดย งานวิเทศสัมพันธ์และประชาสัมพันธ์



มองอีกทีสโมสรก็กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตแล้วค่ะ

MUPY: แต่ละคนมีเคล็ดลับในการบริหารเวลาด้านการเรียนและการทำงานอย่างไรกันบ้างคะ

อะตอม : ความจริงก็ไม่เชิงเป็นเคล็ดลับหรอกครับ เพราะเป็นเรื่องทั่วไปที่ใครๆ ก็ทำได้คือ การจัด ‘ลำดับความสำคัญ’ แต่อีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญและขาดไม่ได้เลยในการเรียนและการทำกิจกรรมควบคู่กันไปก็คือ ‘เพื่อน’ ที่คอยช่วยเหลือ คอยอยู่ให้ไหว้วาน เป็นอีกกำลังใจที่ให้พลังงานสูงหลายร้อยกิโลแคลอรีเลยครับ

ไอซ์ : โอ้คิดว่าการกิจกรรมไม่ได้ทำให้การเรียนเสีย แต่อาจจะทำให้เวลาเสียถ้าไม่รู้จักแบ่งให้ดี ดังนั้นถ้าเรารู้ว่าเวลาไหนควรทำอะไร ก็จะสามารถใช้เวลาที่มีได้คุ้มค่าทั้งสองเรื่องแล้วค่ะ

องุ่น : พยายามแบ่งเวลาให้ได้ เวลาเรียนก็จะตั้งใจเรียนอย่างเต็มที่ หลังเลิกเรียนก็แวะมาดูที่ห้องสโมสรและก็ห้องกิจกรรมนักศึกษา(ห้องฟีนก) ว่ามีงานค้างอยู่มั้ย เอกสารจัดการเรียนร้อยหมดรึยัง ถ้ายังก็รีบทำให้เสร็จจะได้ไม่เป็นการต้องงานไว้

หนึ่ง : แบ่งเวลาเรียนและเวลาทำงานให้แยกออกจากกันค่ะ

MUPY: อะไรเป็นแรงบันดาลใจในการเรียนและการทำงานในตำแหน่งนี้คะ

แชน : แรงบันดาลใจในการเรียนสำหรับผมเป็น





สิ่งที่ยากมากๆ เลยครับ แต่พอได้เรียนในคณะนี้ไปเรื่อยๆ ก็ทำให้รู้ว่าวิชาชีพของเราไม่ได้มีความสำคัญน้อยไปกว่าวิชาชีพอื่นๆ เลย ยิ่งพอได้ไปฝึกงานตอนปีสามก็ทำให้ได้เห็นภาพที่กว้างขึ้น และตระหนักได้ว่าเราต้องตั้งใจเรียนให้มากกว่านี้ ไม่ใช่แค่เพื่อประโยชน์ของตัวเอง แต่รวมถึงเกียรติและศักดิ์ศรีของวิชาชีพด้วย ส่วนเรื่องที่มาทำสโมสรมีแค่คำสั้นๆ ง่ายๆ ที่เป็นแรงบันดาลใจคือ “อยากเก่งขึ้น” ครับ ถึงแม้อาจจะทำได้ไม่ดีแต่อย่างน้อยก็ได้รู้สึกที่เราเติบโตขึ้น

วุด : แรงบันดาลใจในการทำงานตำแหน่งหัวหน้าเรือของเกสส์ซัมพันธ์สำหรับผมคือ มีความสุขที่ได้ทำกิจกรรม แล้วอีกอย่างคือ ไม่อยากให้ชีวิตมหาลัยมีแต่เรื่องเรียน มันธรรมดาไป ผมอยากทำอะไรที่ทำหายและสามารถฝากไว้เป็นชื่อเสียงให้กับคณะได้ ส่วนแรงบันดาลใจในการเรียนคือ มีคนพูดกับผมว่าทำกิจกรรมแล้วเกรดตกแน่ๆ ผมเลยอยากพิสูจน์ให้เห็นว่าคนทำกิจกรรมก็เรียนดีได้ จนกลายเป็นแรงบันดาลใจที่ช่วยทำให้เกรดของผมเพิ่มขึ้นตั้งแต่นั้นมา

ฟ้า : อยากลองทำอะไรหลายๆ อย่างในชีวิต การเป็นนักศึกษา แล้วงานเอกสาร งานทะเบียนก็เป็นสิ่งที่ชอบพอดี จึงได้มาทำงานในตำแหน่งนี้ค่ะ

MUPY: แต่ละคนคิดว่าตนเองมีการพัฒนาด้านอะไรบ้างคะ หลังจากที่ได้ทำงานร่วมกันในสโมสรมืออาชีพ : ได้รู้จักการแบ่งเวลา รู้จักพี่ๆ น้องๆ ที่ทำงานร่วมกัน และยังทำให้เราได้ประสบการณ์ดีๆ ที่หาไม่ได้จากการเรียนหนังสือเพียงอย่างเดียว



มะเหมี่ยว : ช่วยพัฒนาด้านการทำงานร่วมกัน เป็นกลุ่ม ได้แสดงความคิดเห็นและรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ทำให้มีภาวะความเป็นผู้นำมากขึ้นค่ะ

หนิง : พัฒนาหลายด้านมากค่ะ ทั้งเรื่องการติดต่อประสานงาน การคิดวิเคราะห์ การมองเห็นภาพรวมของปัญหา และการมีไหวพริบในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า

ปอนด์ : ได้พัฒนาทักษะในด้านการสื่อสารกับบุคคลต่างๆ หรือสังคม และการวางแผนจัดการงาน

MUPY: ในฐานะที่เป็นนักศึกษาเภสัชศาสตร์ น้องๆ คิดว่าอาชีพเภสัชกรมีหน้าที่สำคัญในสังคมไทยอย่างไรบ้าง

อะตอม : ต้องยอมรับว่าสังคมไทยในปัจจุบันแบ่งเป็นหลายระดับ แต่ละระดับมีสไตส์และความเชื่อในการดูแลสุขภาพที่แตกต่างกันไป รวมถึงการใช้ยา ดังนั้น ไม่ว่าจะเป็เภสัชกรอยู่ในส่วนไหนของสังคม ต่างก็มีหน้าที่เดียวกันคือ ทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดจากการใช้ยา รวมถึงป้องกันและแก้ไขการใช้ยาที่ไม่ถูกต้อง อีกทั้งยังต้องปรับตัวไปตามสไตส์และความเชื่อในการใช้ยาของคนแต่ละระดับ ซึ่งถือได้ว่านี่ก็เป็นอีกความสามารถพิเศษของเภสัชกรครับ

เกรียง : เภสัชกร คือบุคคลอันทรงความรู้ทุกด้านของยา พร้อมทั้งจะให้ประชาชนได้รับยาที่ถูกต้องปลอดภัย และมีประสิทธิภาพสูงสุด

ฟ้า : เภสัชกรไม่ได้มีหน้าที่แค่จ่ายยา แต่ยังต้องดูแลสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย ให้คำปรึกษาและความช่วยเหลือเท่าที่เราจะทำได้

MUPY: ขอ 3 คำ ให้กับ เกสส์มหิดล และช่วยขยายความคำๆ นั้นด้วยคะ

เกรียง : “เพื่อปวงชน” เกสส์มหิดล ให้การบริการทางเภสัชกรรมแก่ประชาชนด้วยใจ ยึดถือประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง มากกว่าประโยชน์ส่วนตน

แพรวดอง : “เหนื่อย คุ่ม เวอร์” คืองานสโมสรมถึงแม้จะเหนื่อยบ้าง หรือท้อบ้าง แต่สุดท้ายพอได้มองกลับไปก็คุ้มค่ากับที่เข้ามาทั้งหมด

มะเหมี่ยว : “คุณภาพ” เพราะที่เกสส์มหิดล มีอาจารย์เก่งๆ ที่คอยสอน ด้วยความรักและความตั้งใจ ทำให้จบออกไปอย่างมีคุณภาพ

องุ่น : “คือ ครอบครัว” คณะนี้เป็นเหมือนครอบครัวที่มีอาจารย์เปรียบเสมือนพ่อแม่คอยสั่งสอนลูกๆ นักศึกษา มีเหล่าพี่น้องนักศึกษาในคณะคอยดูแลซึ่งกันและกันเสมอ



MUPY: อยากจะฝากข้อคิดดีๆ หรืออยากบอกอะไรกับน้องๆ รุ่นต่อไปที่สนใจเข้ามาทำงานในสโมสรมัธยมศึกษากันบ้างคะ

เจย์ : อยากชวนน้องๆทุกคนที่สนใจพัฒนาด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น ณ เมืองจำลอง ที่ชื่อว่า “สโมสรมัธยมศึกษาเภสัชศาสตร์” ซึ่งเป็นที่ที่น้องๆ ได้รู้จักเด็คนจุดด้อยของตัวเองและได้พัฒนาทักษะงานที่ชอบ โดยมีพี่ๆ คอยช่วยชี้แนะและพร้อมจะเติบโตไปด้วยกัน เพื่อปูทางสู่การเป็นเภสัชกรที่ดีมีคุณภาพต่อไป

อาร์ต : ไม่ว่าน้องๆ จะได้คะแนนเท่าไร ขอแค่มองที่อยากจะทำงาน ขอให้น้องลองเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของสโมสรมัธยมศึกษา พี่เชื่อว่าน้องๆ จะได้ประสบการณ์มากมาย แบบที่พี่ๆ ได้รับ

แซน : อยากให้ลองเข้ามาทำงานดู ไม่ว่าจะเป็สโมสรมุ่ไหน เพราะทุกครั้งที่เราได้ลองทำ แม้อาจจะทำได้บ้าง ไม่ได้บ้าง เกิดปัญหาเล็กบ้างใหญ่บ้าง แต่ทุกครั้งเราก็ได้ “ประสบการณ์” ที่หาไม่ได้ในห้องเรียน เปรียบเสมือน “ปุ๋ย” ที่ทำให้ต้นกล้าเล็กๆ ได้เติบโตเป็นต้นไม้ที่ตั้งอยู่อย่างมั่นคงต่อไป

วุด : ถ้าใครสนใจที่จะทำงานสโมสรมุ่ก็เข้ามาเลยครับ ไม่ต้องกลัวว่าไม่เคยทำแล้วจะทำได้ดีรึปล่าว เพราะถ้าใจมาแล้ว ไม่ว่าจะงานอะไรเราก็จะทำได้ อีกอย่างคือ สโมสรมัธยมศึกษาของเราอยู่กับเหมือนครอบครัวน้องๆ สามารถเข้ามาปรึกษาพี่ๆ ได้เต็มที่เลย พี่ๆ ทุกคนเต็มใจช่วยเหลือน้องๆ แน่นอนครับ

เป็นอย่างไรกันบ้างคะทุกท่าน น่าปลื้มใจกับความคิดของเหล่าสมาชิกสโมสรมัธยมศึกษาจริงๆ นะคะ นอกจากจะทำกิจกรรมเพื่อคณะแล้ว ยังใส่ใจในเรื่องการเรียนอีกด้วย ขอปรบมือเป็นกำลังใจให้กับทุกคนในสโมสรมุ่จริงๆ ค่ะ หมู่พี (MUPY) ก็ขอจบอีกหนึ่งเรื่องราวดีๆ ของฉบับนี้ไว้เพียงเท่านี้ละคะ แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้า สวัสดีค่ะ



Inside MUPY



■ รศ.ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสิสังข์ คณบดี พร้อมด้วยผู้บริหารคณะบุคลากร และนักศึกษาคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมพิธีทำบุญตักบาตรและถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุสงฆ์ เนื่องในวาระดิถีปีใหม่ ประจำปีพุทธศักราช 2557 เมื่อวันที่ 2 มกราคม 2557 ณ โถงชั้น 1 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



■ บริษัท สหพัฒนพิบูล จำกัด มาขอสัมภาษณ์ รศ.ดร.ภญ.นพมาศ สุนทรเจริญนนท์ ภาควิชาเภสัชวินิจฉัย คณะเภสัชศาสตร์ เพื่อเขียนบทความ เรื่อง เห็ดหลินจือ เพื่อเผยแพร่ให้ความรู้กับประชาชน พร้อมทั้งปรึกษาเรื่องการตรวจวิเคราะห์สารสำคัญในเห็ดหลินจือ เมื่อวันที่ 6 มกราคม 2557 ณ ห้องพิพิธภัณฑ์พืชสมุนไพร อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



■ งานวิเทศสัมพันธ์และประชาสัมพันธ์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ในหัวข้อ “ครั้งหนึ่ง...เมื่อฉันเป็นนักศึกษาแลกเปลี่ยน...เปลี่ยนชีวิต” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นเวทีถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ของนักศึกษาที่เคยไปร่วมกิจกรรมการแลกเปลี่ยนในต่างประเทศที่ผ่านมาให้แก่นักศึกษาที่ยังไม่เคยมีประสบการณ์ดังกล่าว และเพื่อประชาสัมพันธ์โครงการแลกเปลี่ยน ณ ต่างประเทศและทุนแลกเปลี่ยนสำหรับนักศึกษาระดับปริญญาตรี ประจำปี 2557 เมื่อวันที่ 29 มกราคม 2557 ณ ห้องประชุม 206 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



■ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับ สถานีโทรทัศน์ Mahidol Channel ในการบันทึกเทปโทรทัศน์และถ่ายทำรายการ “MU Link ตอน คณะเภสัชศาสตร์” โดยมีรูปแบบเป็นรายการสารคดี เพื่อแนะนำข้อมูลคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ให้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังจะก้าวสู่มหาวิทยาลัยให้ได้มีความรู้ ความเข้าใจถึงหลักสูตรการศึกษา สาขาเภสัชศาสตร์ การฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพของนักศึกษา และกิจกรรมการเรียนการสอนต่างๆ ของคณะเภสัชศาสตร์อย่างถูกต้อง เมื่อวันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2557 ณ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



■ รศ.ดร.ภญ.สุวัฒนา จุฬาวัดมนทล รองคณบดี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พร้อมด้วยบุคลากรคณะเภสัชศาสตร์ เข้าร่วมพิธีวางพานพุ่มถวายราชสักการะ พระบรมรูปสมเด็จพระบรมมหาราชชนก เนื่องในโอกาสวันครบรอบ 45 ปี วันพระราชทานนาม มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2557 เวลา ณ อาคารสำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา

Inside MUPY



■ รศ.ดร.ภญ.สุวิธนา จุฬาวัดนทล รองคณบดี พร้อมด้วย คณะอนุกรรมการบริหารจัดการด้านพลังงานไฟฟ้าและประปา คณะเภสัชศาสตร์ ให้การต้อนรับคณะกรรมการตรวจประเมินการจัดการพลังงานภายในมหาวิทยาลัยมหิดล เพื่อรับการตรวจประเมินการจัดการพลังงานภายในคณะเภสัชศาสตร์ โดยผลการตรวจประเมินปรากฏว่าการจัดการพลังงานภายในคณะเภสัชศาสตร์อยู่ในระดับดีมาก ณ ห้องประชุม 309 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ เมื่อวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2557



■ รศ.ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นประธานในพิธี “ปฐมนิเทศการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชกรรมสำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาฝึกงาน 1 และ 2” และกิจกรรม “จากครูถึงศิษย์ จากพี่ถึงน้อง ครั้งที่ 5” ซึ่งเป็นพิธีมอบเสื้อตัวแรก ซึ่งเป็นเครื่องหมายสำหรับวิชาชีพเภสัชกร ให้แก่นักศึกษาทุกคนที่เข้าร่วมโครงการ ณ ห้องบรรยาย 302 อาคารเทพรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อวันที่ 20 มีนาคม 2557



■ รศ.ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดี พร้อมด้วยบุคลากรคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ให้การต้อนรับ คณะบุคลากรสายสนับสนุนจาก คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ในโอกาสเยี่ยมชมงาน ณ ห้อง 606 อาคารราชรัตน์ ชั้น 6 คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อวันที่ 25 มีนาคม 2557



■ รศ.ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดี พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร อาจารย์ และเจ้าหน้าที่ ร่วมกิจกรรมสืบสานประเพณีวันสงกรานต์ประจำปี 2557 โดยกิจกรรมภายในงานประกอบไปด้วย พิธีไหว้พระภูมิเจ้าที่ บริเวณด้านหน้าคณะเภสัชศาสตร์ พิธีทำบุญเลี้ยงภัตตาหารเพลแด่พระภิกษุสงฆ์ จำนวน 9 รูป รวมถึงพิธีสงฆ์น้ำพระเพื่อความเป็นสิริมงคลแก่ชีวิต เนื่องในโอกาสวันขึ้นปีใหม่ไทย ก่อนจะปิดท้ายด้วยพิธีรดน้ำขอพรจากคณาจารย์ผู้อาวุโส และรับประทานอาหารกลางวันร่วมกัน ณ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อวันศุกร์ที่ 11 เมษายน 2557

ผักแปม... สมุนไพรปรับสมดุล

บทความโดย ผศ.ดร.ภญ.ปองทิพย์ ลิทธิสาร
ภาควิชาเภสัชวินิจฉัย คณะเภสัชศาสตร์



เมื่อโลกเข้าสู่ยุคโลกาภิวัตน์ ปรับสมดุลไว้หลายประการเช่น หมายถึง หลายในการปรับสมดุลมีหลายชนิดโดยการเจริญเติบโตของสังคมเมืองและ สารที่เพิ่มความสามารถของร่างกาย เฉพาะรากของพืชในวงศ์โสม (Araliaceae) ได้แก่ โสมเกาหลี (Panax ginseng) โสมอเมริกัน (Panax quinquefolius) และโสมไซบีเรีย (Acanthopanax senticosus) รวมทั้งพืชสมุนไพรอื่นๆ เช่น ผลมะขามป้อม (Emblica officinalis) ต้นปัญจชันธุ์ (Gynostemma pentaphyllum) เห็ดหลินจือ (Ganoderma lucidum) รากชะเอมเทศ (Glycyrrhiza glabra) ผลเก๋ากี้ (Lycium chinensis) และถั่งเช่า (Cordyceps sinensis) นอกจากนี้ยังช่วยชะลอการเสื่อมสภาพ เป็นต้น สารสำคัญในพืชที่แสดงฤทธิ์ปรับสมดุลที่มีรายงานนั้นมีหลายกลุ่ม ได้แก่ สารกลุ่มฟีนอลิก (phenolics) เช่น eleutheroside B ในรากของโสมไซบีเรีย และ ellagic acid ในผลมะขามป้อม สารกลุ่มเทอร์พีนอยด์ (terpenoids) เช่น zeaxanthin ในผลเก๋ากี้ และไตรเทอร์พี

เมื่อโลกเข้าสู่ยุคโลกาภิวัตน์ ปรับสมดุลไว้หลายประการเช่น หมายถึง หลายในการปรับสมดุลมีหลายชนิดโดยการเจริญเติบโตของสังคมเมืองและ สารที่เพิ่มความสามารถของร่างกาย เฉพาะรากของพืชในวงศ์โสม (Araliaceae) ได้แก่ โสมเกาหลี (Panax ginseng) โสมอเมริกัน (Panax quinquefolius) และโสมไซบีเรีย (Acanthopanax senticosus) รวมทั้งพืชสมุนไพรอื่นๆ เช่น ผลมะขามป้อม (Emblica officinalis) ต้นปัญจชันธุ์ (Gynostemma pentaphyllum) เห็ดหลินจือ (Ganoderma lucidum) รากชะเอมเทศ (Glycyrrhiza glabra) ผลเก๋ากี้ (Lycium chinensis) และถั่งเช่า (Cordyceps sinensis) นอกจากนี้ยังช่วยชะลอการเสื่อมสภาพ เป็นต้น สารสำคัญในพืชที่แสดงฤทธิ์ปรับสมดุลที่มีรายงานนั้นมีหลายกลุ่ม ได้แก่ สารกลุ่มฟีนอลิก (phenolics) เช่น eleutheroside B ในรากของโสมไซบีเรีย และ ellagic acid ในผลมะขามป้อม สารกลุ่มเทอร์พีนอยด์ (terpenoids) เช่น zeaxanthin ในผลเก๋ากี้ และไตรเทอร์พี

มีผู้ให้คำจำกัดความของสาร

พืชสมุนไพรที่มีการใช้อย่างแพร่

นอยด์ซาโปนิน (triterpenoid saponin) เช่น ginsenosides ในรากโสมเกาหลี และโสมอเมริกัน และ glycyrrhizin ในรากชะเอมเทศ

การศึกษาสมุนไพรปรับสมดุลของไทยนั้นยังมีไม่มากนัก ฤทธิ์ของสมุนไพรไทยตามตำราการแพทย์แผนไทยที่ใกล้เคียงกับการปรับสมดุลและต้านออกซิเดชันได้แก่ ถอนพิษ ฟอกโลหิต รักษาฝีซ่าน รักษาโรคตับและบำรุงตับ บำรุงร่างกาย บำรุงกำลัง บำรุงโลหิต ทำให้ธาตุสมบูรณ์ บำรุงความกำหนัด แก้อ่อนเพลีย ทำให้ร่างกายสมบูรณ์ และเป็นยาอายุวัฒนะ

ผักแปม (*Acanthopanax trifoliatum*) เป็นหนึ่งในพืชสมุนไพรไทยที่อยู่ในวงศ์โสม มีลักษณะเป็นไม้พุ่มสูงประมาณ 1 – 2 เมตร กิ่งก้านอ่อนจะเป็นสีเขียว มีหนามกระจายอยู่ทุกส่วนของลำต้น ก้านใบยาว 5 – 6 เซนติเมตร ใบยาวรี รูปไข่ ขอบใบหยักคล้ายฟันเลื่อย ปลายใบแหลม แต่ละก้านใบแยกเป็นใบย่อย 5 ใบ ทางภาคเหนือนิยมรับประทานใบอ่อนและยอดเป็นผักสดแก้มกับลาบหรือทำเป็นแกงอ่อม มีรสชาติฝาดขมเล็กน้อย ทางกรมแพทย์พื้นบ้านใช้ใบอ่อนและยอดแก้วัณโรค บำรุงร่างกาย รักษาอาการอ่อนเพลีย รักษาเลือดคั่งในแผลฟกช้ำ รากและเปลือกต้นใช้บำรุงร่างกาย แก้ปวดหลังปวดกระดูก รักษาเบาหวาน รักษาอาการพอมแห้งแรงน้อย

มีรายงานการศึกษาวิจัยเบื้องต้นในหลอดทดลอง (*in vitro*) พบว่าส่วนต่างๆ ของผักแปมแสดงฤทธิ์ในการต้านออกซิเดชันได้ดี โดยเฉพาะรากและใบอ่อน แสดงฤทธิ์ที่ดีมากในการต้านอนุมูล



อิสระ DPPH ยับยั้งการเกิดออกซิเดชันของเซลล์สมอง และแสดงฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์อะเซทิลโคลีนเอสเตอเรส (acetylcholine esterase) ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเกิดอัลไซเมอร์ นอกจากนี้การศึกษาในสัตว์ทดลอง (*in vivo*) พบว่า สารสกัดน้ำของใบผักแปม แสดงฤทธิ์ต้านการวิตกกังวล ต้านอักเสบ และแสดงฤทธิ์ในการส่งเสริมความจำและการเรียนรู้ในสัตว์ทดลอง และเมื่อศึกษาความเป็นพิษเฉียบพลัน (acute toxicity) ในสัตว์ทดลองพบว่า สารสกัดน้ำของใบผักแปมไม่แสดงความเป็นพิษ (LD50 มากกว่า 2 กรัม/กิโลกรัม น้ำหนักตัว)

ในใบผักแปมมีสารกลุ่มฟีนอลิก และฟลาโวนอยด์ในปริมาณสูง เมื่อศึกษาเพิ่มเติมพบว่า สารสำคัญที่แสดงฤทธิ์ต้านออกซิเดชันได้แก่ acid, caffeoylquinic acids, rutin, isoquercetin และ quercitrin ดังนั้น ผักแปม ซึ่งเป็นผักพื้นบ้านของประเทศไทย จึงน่าจะเป็นสมุนไพรที่มีศักยภาพในการที่จะพัฒนาเพื่อใช้ประโยชน์ในทางการแพทย์และเภสัชกรรมโดยเฉพาะในด้านการต้านออกซิเดชันส่งเสริมความจำและการเรียนรู้ต่อไป อย่างไรก็ตาม การนำสมุนไพรซึ่งเป็นสารจากธรรมชาติไปประยุกต์ใช้นั้น จำเป็นต้องมีการควบคุมคุณภาพ เริ่มตั้งแต่วัตถุดิบสมุนไพร กระบวนการผลิต และผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป โดยเฉพาะการกำหนดมาตรฐาน (standardization) และ



การทดสอบความเป็นพิษ เพื่อให้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรนั้นมีประสิทธิภาพและความปลอดภัยในการใช้

เอกสารอ้างอิง

1. Sithisarn P, Jarikasem S, Thisayakorn K. *Acanthopanax trifoliatum*, a potential adaptogenic Thai vegetable for health supplement. In: Iraj Rasooli, editor. *Phytochemicals bioactivities and impact on health*. Rijeka: InTech; 2011. Page 253-268. ISBN 978-953-307-424-5.
2. Sithisarn P, Rojsanga P, Jarikasem S, Tanaka K, Matsumoto K. Ameliorative effects of *Acanthopanax trifoliatum* on cognitive and emotional deficits in olfactory bulbectomized mice: an animal model of depression and cognitive deficits. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. 2013, Article ID 701956. <http://dx.doi.org/10.1155/2013/701956>
3. Winston.D, Maimes S. *Adaptogens herbs for strength, stamina and stress relief*. Healing Rochester: Arts Press; 2007. ISBN 978-1-59477-158-3.

Student Activities



■ ชมรมศิษย์เก่าเภสัชมหิดล ร่วมกับ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดการบรรยายพิเศษ เรื่อง การทำร้านยาอย่างไรให้ประสบความสำเร็จ โดย เภสัชกร ชัชชัย วิริยะลัมภะ (ศิษย์เก่าเภสัชมหิดล รุ่น Rx6) เมื่อวันพุธที่ 8 มกราคม 2557 ตั้งแต่เวลา 13.00 - 16.30 น. ณ ห้องบรรยาย 206 อาคาร ราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ นักศึกษาเภสัชศาสตร์ได้มีโอกาสเรียนรู้แนวคิดและประสบการณ์จริงจากผู้เชี่ยวชาญ ตลอดจนเพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้นักศึกษาในการพัฒนาตนเอง



■ สโมสรนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดโครงการ OPEN CAPSULE ครั้งที่ 10 : Pharma Airlines “เมื่อหมอยา จะพาบิน” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับบทบาทของวิชาชีพเภสัชกรและการเรียนในคณะเภสัชศาสตร์ให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่เข้าร่วมโครงการจำนวน 150 คน และเพื่อเป็นตัวช่วยหนึ่งในการตัดสินใจเลือกสาขาวิชาที่จะเรียนต่อในระดับอุดมศึกษา ตลอดจนเพื่อเสริมสร้างกระบวนการการทำงานเป็นทีมภายในชั้นปีและระหว่างชั้นปี ของนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัย

มหิดล ณ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ 25 มกราคม 2557



■ สโมสรนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดโครงการ “ปลูกจิตสำนึกสู่ความเป็นไทย สืบสานวัฒนธรรมล้ำค่า” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการพัฒนาศิลปวัฒนธรรม อันเป็นเอกลักษณ์สำคัญของชาติไทย ปลูกฝังให้นักศึกษาระดับถึงคุณค่าและความสำคัญของศิลปะแขนงต่างๆ ตลอดจนมีความเข้าใจและภูมิใจในวัฒนธรรมอันดีงามของไทยโดยสามารถผนวกเข้ากับวัฒนธรรมได้อย่างลงตัว รวมทั้งยังเป็นการศึกษาด้านศิลปวัฒนธรรม ภูมิปัญญา เพื่อนำไปประยุกต์ให้เกิดประโยชน์ต่อไปในอนาคต อีกทั้งยังเพิ่มจิตสำนึกและการตระหนัก

ถึงความสำคัญของการอนุรักษ์ การสืบสานศิลปวัฒนธรรมของไทย และเกิดความภาคภูมิใจในความเป็นไทย เมื่อวันที่ 25 มกราคม 2557

MUPY ALUMNI

ชมรมฯ รวบรวม คณะพolikโฉมหน้า

เมื่อวันอาทิตย์ที่ 5 มกราคม 2557 ทางชมรมศิษย์เก่าเภสัช มหิดล นำโดย ภก. เสวก วุฒิสฐานจำเริญ รุ่น 34 ประธานชมรม ได้รวบรวมศิษย์เก่าทั้งรุ่นเล็กรุ่นใหญ่ รวมทั้งศิษย์ปัจจุบัน มา ระดมสมองเพื่อกำหนดทิศทางในการขับเคลื่อนกิจกรรมต่างๆ ของชมรม และได้กำหนดวิสัยทัศน์ (Vision) ร่วมกันดังนี้

“ชมรมฯ เป็นดั่งบ้านของศิษย์เก่า และเป็นสื่อกลางวิชาชีพ พร้อมนำประสบการณ์สู่ักศึกษาปัจจุบัน เพื่อความ ผูกพันของเภสัชมหิดล ภายในระยะเวลา 4 ปี”



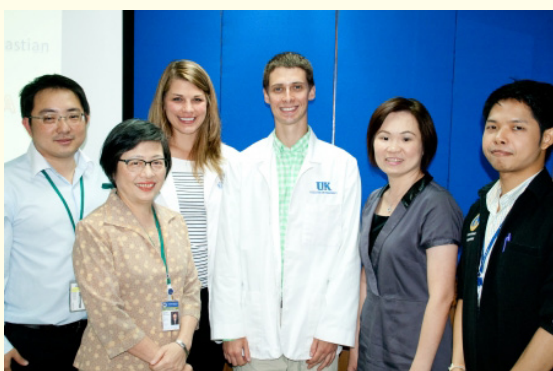
MUPY Go Inter

- รศ.ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดี พร้อมด้วย รศ.ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ และ รศ.ดร.ภญ.บุษบา จินดาวิจักษณ์ หัวหน้าภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ให้การต้อนรับ Assoc. Prof. Bui Tung Hiep หัวหน้าแผนกเภสัชกรรมจาก Trung Vuong General Hospital เมืองโฮจิมินห์ ประเทศเวียดนาม ในโอกาสที่เดินทางมาเยือนเพื่อหารือเรื่องความร่วมมือในการทำวิจัยและการแลกเปลี่ยนนักศึกษาร่วมกันในอนาคต เมื่อวันที่ 6 มกราคม 2557 ณ ห้องประชุม 106 อาคารเพชรรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์



- คณะเภสัชศาสตร์ให้การต้อนรับอาจารย์อาคันตุกะ Professor Lee E. Kirsch จาก College of Pharmacy, The University of Iowa ประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งเป็นผู้ได้รับทุนสนับสนุนอาจารย์/นักวิชาการอาคันตุกะของมหาวิทยาลัยมหิดล (Visitor Scholar) ประจำปี 2557 เป็นระยะเวลา 3 เดือน เพื่อปฏิบัติหน้าที่ ณ ภาควิชาเภสัชกรรม ด้านการสอนและให้คำปรึกษาด้านการวิจัยและวิชาการแก่นักศึกษาในสาขาวิชา Pharmaceutical Kinetics and Stability และ Pharmaceutical เมื่อวันที่ 17 มกราคม 2557 ณ ห้องประชุม 309 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์

- คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ให้การต้อนรับผู้เข้ารับการฝึกอบรมในโครงการฝึกอบรมเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุขสำหรับบุคลากรทางการแพทย์จากสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาวประจำปี 2557 ตามพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี หลักสูตรเภสัชศาสตร์ (Pharmacy Program) ประจำปี 2557 เมื่อวันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2557 ณ ห้องประชุม 606 ชั้น 6 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



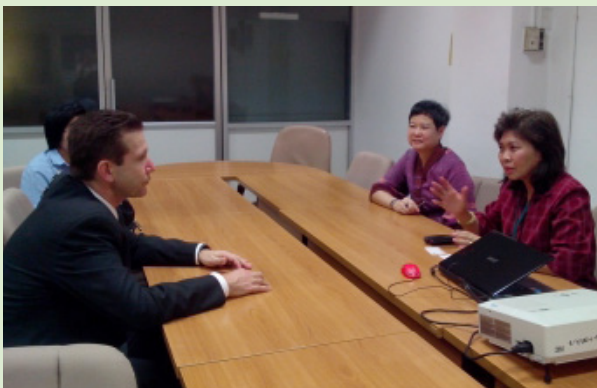
- รศ.ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ และ รศ.ดร.ภญ.บุษบา จินดาวิจักษณ์ หัวหน้าภาควิชาเภสัชกรรม และ อาจารย์ ดร.ภก.ธนรัตน์ สรวลเสน่ห์ ให้การต้อนรับ Mr. Mark Huffmyer และ Ms. Rebecca M. Sebastian นักศึกษาแลกเปลี่ยนจาก College of Pharmacy, University of Kentucky ประเทศสหรัฐอเมริกา เมื่อวันที่ 10 มีนาคม 2557 ซึ่งนักศึกษาแลกเปลี่ยนทั้ง 2 คนจะเข้ารับการฝึกอบรมที่คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และเข้ารับการฝึกงานและดูงานแหล่งฝึกงานภายนอก ตั้งแต่วันที่ 10 มีนาคม ถึง 10 เมษายน 2557

MUPY Go Inter



- Prof. Lee E. Kirsch อาจารย์อาคันตุกะประจำคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ผู้ได้รับทุนสนับสนุนอาจารย์/อาคันตุกะจากต่างประเทศ ประจำปี 2557 ได้จัดบรรยายพิเศษในหัวข้อ “Reading, Writing and Editing Pharmaceutical Research Manuscripts” ให้แก่คณาจารย์ บุคลากรและนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา เมื่อวันที่ 12 มีนาคม 2557 ณ ห้องบรรยาย 316 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์

- รศ.ดร.ภญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ และ อาจารย์ ดร.ภญ.จิระพรรณ จิตติคุณ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ให้การต้อนรับ Ms. Gita Anjali Shah ในโอกาสที่ได้รับเชิญเป็นวิทยากรพิเศษสำหรับการบรรยายและฝึกปฏิบัติการด้าน Clinical pharmacy and patient counselling แก่นักศึกษาระดับปริญญาตรีที่จะเดินทางไปแลกเปลี่ยน ณ ต่างประเทศ เมื่อวันที่ 12 มีนาคม 2557 ณ ห้องบรรยาย 317 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์



- Professor Alexei V. Demchenko จาก Department of Chemistry & Biochemistry, University of Missouri - St. Louis, USA มาเยี่ยมเยียนภาควิชาเภสัชเคมี ได้เข้าพบ รศ.ดร.ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดี เพื่อแลกเปลี่ยนทางวิชาการกับคณาจารย์ และให้การบรรยายพิเศษเรื่อง From Chemical Glycosylation to Expeditious Oligosaccharide Synthesis เมื่อวันที่ 25 มีนาคม 2557 ณ ห้อง 403 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์

- รศ.ดร.อาทร ริ้วไพบูลย์ ภาควิชาเภสัชกรรม ได้ไปปฏิบัติหน้าที่ในฐานะที่ปรึกษาองค์การอนามัยโลก โดยร่วมทีมในการประเมินโครงการฉีดวัคซีนป้องกันมะเร็งปากมดลูกในสถานการณ์วิเคราะห์ต้นทุน (Cost analysis of HPV vaccination program) ที่ประเทศภูฏาน ระหว่างวันที่ 1-12 เมษายน 2557



MUPY Go Inter



• รศ. ดร. ญ. อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ พร้อมด้วย คณะกรรมการฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ คณะเภสัชศาสตร์ นำนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 รวมทั้งสิ้น 51 คน เข้าร่วมโครงการนักศึกษาเภสัชศาสตร์แลกเปลี่ยนในประเทศอาเซียน ประจำปี 2557 ณ School of Pharmacy, Taylor's University และ Faculty of Pharmacy, Universiti Kebangsaan Malaysia ประเทศมาเลเซีย Faculty of Pharmacy, University of Surabaya ประเทศอินโดนีเซีย และ University of Medicine & Pharmacy at Ho Chi Minh City ประเทศเวียดนาม โดยนักศึกษาดังกล่าวได้รับการสนับสนุนทุนแลกเปลี่ยนระยะสั้น มหาวิทยาลัยมหิดลเพื่อเดินทางไปฝึกอบรบและร่วมกิจกรรมแลกเปลี่ยนทางการศึกษาและประสบการณ์ทางวิชาชีพเภสัชกรรมระหว่างเดือนเมษายนถึงพฤษภาคม 2557 โดยโครงการดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ด้านเภสัชศาสตร์ รวมทั้งด้านภาษาและวัฒนธรรม ส่งเสริมภาพลักษณ์ของคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลสู่ความเป็นนานาชาติระดับโลก ตลอดจนส่งเสริมศักยภาพของนักศึกษาให้มีโอกาสในการขยายขอบเขตของความคิดในระดับนานาชาติอีกด้วย

• รศ.ดร.ญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และ รศ.ดร.ญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ พร้อมด้วย รศ.ดร.ภก.ปราโมทย์ ตระกูลเพ็ชรกิจ และ อาจารย์ ดร.ญ.จิระพรรณ จิตติคุณ ร่วมพูดคุยเพื่อสร้างความร่วมมือกับ Prof. Dr. Shirly Kumala, Vice Dean for Academic Affairs และ Dr. Yusi Anggriani อาจารย์จากคณะเภสัชศาสตร์ Universitas Pancasila ประเทศอินโดนีเซีย ในโอกาสนี้ คณาจารย์จากทั้งสองสถาบันได้มีโอกาสดูแผนเกี่ยวกับกิจกรรมความร่วมมือทางวิชาการในอนาคต เมื่อวันที่ 15 เมษายน 2557



• รศ.ดร.ญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และ รศ.ดร.ญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ พร้อมด้วย รศ.ดร.ภก.ปราโมทย์ ตระกูลเพ็ชรกิจ เข้าเยี่ยมชมและศึกษาดูงานการบริหารและการจัดการเรียนการสอนอย่างเป็นทางการ ณ คณะเภสัชศาสตร์ Universitas Indonesia ประเทศอินโดนีเซีย ในโอกาสนี้ คณาจารย์ได้พูดคุยกับ Dr. Mahdi Jufri คณบดี และผู้บริหารจากคณะเภสัชศาสตร์ Universitas Indonesia เพื่อปรึกษาหารือถึงกิจกรรมความร่วมมือทางวิชาการและการวิจัยระหว่างสองสถาบันในอนาคต เมื่อวันที่ 16 เมษายน 2557

• รศ.ดร.ญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และ รศ.ดร.ญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ พร้อมด้วย รศ.ดร.ภก.ปราโมทย์ ตระกูลเพ็ชรกิจ และ อาจารย์ ดร.ญ.จิระพรรณ จิตติคุณ ได้รับเชิญให้เข้าร่วมประชุมและบรรยายพิเศษในงานประชุมวิชาการ The 3rd Meeting of South East Asian Pharmacogenomics Research Network (SEAPharm) Symposium for Genetic and Genome-Guided Personalized Medicine in Asia ในโอกาสนี้ รศ.ดร.ญ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว และ อาจารย์ ดร.ญ.จิระพรรณ จิตติคุณ ได้รับเชิญให้บรรยายถึงความสำคัญของเภสัชพันธุศาสตร์ในกลุ่มชาวเอเชียและการนำข้อมูลทางเภสัชพันธุศาสตร์ของชาวเอเชีย มาใช้เป็นข้อมูลหนึ่งที่จะช่วยในการพัฒนาระบบสาธารณสุขในประเทศแถบเอเชีย ณ Universitas Yarsi เมืองจาการ์ตา ประเทศอินโดนีเซีย ในระหว่างวันที่ 15-16 เมษายน 2557



	วันที่จัด	งานประชุม	กลุ่มเป้าหมาย	ติดต่อ-สอบถาม
1	4 มิถุนายน 2557	สมุนไพรรักษา...กินตามธาตุ เลือกมาจากวันที่ 14 พ.ค. หากประสงค์เข้าร่วมโปรดยืนยันที่เว็บไซต์ สนง.ข้อมูลสมุนไพรรณ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล	ครู นักเรียนและประชาชนทั่วไป	สำนักงานข้อมูลสมุนไพรรณ โทร. 02-644-8677-91 ต่อ 5316, 5305 แฟกซ์ 02-354-4327 Email: headpypi@mahidol.ac.th
2	19-20 มิถุนายน 2557	การประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง น้ำมันหอมระเหย สารหอมในชีวิตประจำวัน (Essential Oils : The Fragrance in Daily Life) ณ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล	ผู้ประกอบการเภสัชกร นักเคมี นักวิชาการ นักศึกษาประชาชนที่สนใจทั่วไป	ภาควิชาเภสัชวินิจฉัย โทร. 02-644-8677-91 ต่อ 5530, 5531 แฟกซ์ 02-644-8701 Email: ithipol.ith@mahidol.ac.th
3	24-25 มิถุนายน 2557	การขึ้นทะเบียนตำรับยา ครั้งที่ 4 ณ ห้องประชุม 206 อาคารราชรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล	เภสัชกรและบุคลากรสาธารณสุขอื่นๆ	ภาควิชาเภสัชเคมี โทร. 02-644-8677 ต่อ 5402 สายตรง & แฟกซ์ 02-644-8695 Email: headpypc@mahidol.ac.th
4	27 มิถุนายน 2557	หลักเกณฑ์การขึ้นทะเบียนยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ ณ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล	ผู้ประกอบการยาแผนโบราณและแพทย์แผนไทย	ภาควิชาเภสัชพิษศาสตร์ โทร. 02-644-8677-91 ต่อ 5551 สายตรง & แฟกซ์ 02-644-8696 Email: rungravi.tem@mahidol.ac.th
5	7-9 กรกฎาคม 2557	Pharmacotherapy of Interesting Common Diseases 2014 ณ โรงแรมนารายณ์ กรุงเทพฯ	เภสัชกรโรงพยาบาล	ภาควิชาเภสัชกรรม โทร. 02-644-8677-91 ต่อ 1300 สายตรง & แฟกซ์ 02-644-8694 Email: headpypy@mahidol.ac.th
6	17-18 กรกฎาคม 2557	ผลิตภัณฑ์ชีววัตถุเพื่อการป้องกัน-รักษา และมาตรฐานการควบคุมคุณภาพ ณ ห้องประชุม 206 คณะเภสัชศาสตร์ ม.มหิดล	บุคลากรทางสาธารณสุข นักวิทยาศาสตร์ และนักวิชาการที่มีความสนใจ	หน่วยจัดกิจกรรมวิชาการ โทร.02644-8677 ต่อ 1414 แฟกซ์ 02-644-4536 Email: ratree.pap@mahidol.ac.th
7	19-20 สิงหาคม 2557	Pharmacy Review and Update Series 2014: Pharmacotherapy in Trauma Patients ณ ห้องประชุม 302 อาคารเทพรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล	เภสัชกรและบุคลากรสาธารณสุขอื่นๆ	งานวิเทศสัมพันธ์และประชาสัมพันธ์ โทร. 02-644-8677-91 ต่อ 1118, 1121 แฟกซ์: 02-354-4326
8	21-22 สิงหาคม 2557	Pharmacy Review and Update Series 2014: Pharmacotherapy in Geriatrics ณ ห้องประชุม 302 อาคารเทพรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล	เภสัชกรและบุคลากรสาธารณสุขอื่นๆ	งานวิเทศสัมพันธ์และประชาสัมพันธ์ โทร. 02-644-8677-91 ต่อ 1118, 1121 แฟกซ์: 02-354-4326