

โครงการประชุมวิชาการ

เรื่อง รู้ทัน “ความ (ไม่) ลับ ของผู้สูงวัย: ปัสสาวะบ่อย กระปิบกะปรอย กลั้นปัสสาวะไม่อยู่”

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

วันที่ 1 มิถุนายน พ.ศ. 2565 เวลา 08.30-16.30 น.

ผ่านระบบทางออนไลน์ Zoom Webinars

รหัสหน่วยกิตการศึกษาต่อเนื่อง (cpe): 1002-2-000-009-06-2565

จำนวนหน่วยกิต 5.25 หน่วยกิต

1. หลักการและเหตุผล

ปัญหาในการควบคุมการขับถ่ายปัสสาวะ มีอาการปัสสาวะบ่อย ตื่นปัสสาวะกลางดึก ปัสสาวะไม่สุด หรือกลั้นปัสสาวะไม่ได้ เป็นปัญหาที่พบได้มากในผู้สูงอายุ ซึ่งรบกวนการใช้ชีวิตประจำวันและทำให้การเสียโอกาสในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ความผิดปกติในการขับถ่ายปัสสาวะอาจเกี่ยวข้องกับ ความผิดปกติของกระเพาะปัสสาวะโดยตรงหรือเกี่ยวข้องกับระบบต่าง ๆ โดยในผู้หญิงพบว่าปัญหาในการควบคุมการขับถ่ายปัสสาวะ สามารถเกิดได้จากระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนที่ลดลง ซึ่งส่งผลให้กระเพาะปัสสาวะและท่อทางเดินปัสสาวะมีผนังที่บางลง และกล้ามเนื้อบริเวณอุ้งเชิงกรานมีการหย่อนยานหรืออ่อนแรง นอกจากนี้ อาการดังกล่าวอาจเกิดจากการทำงานที่ผิดปกติของระบบประสาทเนื่องจากอายุที่เพิ่มขึ้น โรคเบาหวาน หรือโรคทางระบบประสาทบางชนิด ซึ่งส่งผลต่อการบีบตัวของกระเพาะปัสสาวะ และการเปิด-ปิด ของหูรูดท่อปัสสาวะ ส่วนในผู้ชายนั้น พบว่าปัญหาในการควบคุมการขับถ่ายปัสสาวะ มักเกิดจากระดับฮอร์โมนเทสโทสเตอโรนที่ลดลง ทำให้เกิดภาวะไม่สมดุลต่อฮอร์โมนเอสโตรเจน เป็นผลให้ระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนสูงขึ้น และนำไปสู่ภาวะต่อมลูกหมากโต ซึ่งต่อมลูกหมากที่โตขึ้นจะไปกดทับท่อทางเดินปัสสาวะ ทำให้เกิดอาการปัสสาวะบ่อยและปัสสาวะไม่สุด ปัญหาเหล่านี้ก่อให้เกิดความกังวลใจเป็นอย่างมาก เนื่องจากอาการปัสสาวะเล็ดสามารถเกิดขึ้นได้ในขณะที่กำลังหัวเราะ ไอ จาม หรือขณะยกของหนักซึ่งทำให้เกิดแรงดันต่อบริเวณอุ้งเชิงกราน อาการปวดปัสสาวะบ่อยทำให้การดำเนินชีวิตลำบากขึ้น ผู้ที่ประสบปัญหาดังกล่าวจึงสูญเสียความมั่นใจในตัวเอง โดยเฉพาะเมื่อต้องเข้าสังคม มีความวิตกกังวล และทำให้การดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงไป ในระยะยาวอาจส่งผลต่อการเกิดโรคซึมเศร้าได้ ดังนั้น การรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย และรู้จักวิธีรับมือกับปัญหาที่ถูกต้อง จะทำให้ผู้ประสบปัญหาสามารถเข้ารับการรักษาได้อย่างถูกต้องและทันที่ โดยการใช้ยา และการปรับพฤติกรรมต่าง ๆ จะทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ภาควิชาสรีรวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จึงเห็นสมควรเปิดการประชุมวิชาการในหัวข้อ รู้ทัน “ความ (ไม่) ลับของผู้สูงวัย: ปัสสาวะบ่อย กระปิบกะปรอย กลั้นปัสสาวะไม่อยู่” เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของระบบทางเดินปัสสาวะในผู้สูงอายุ การรักษาและการดูแลตนเองอย่างถูกวิธี ทำให้สามารถประยุกต์องค์ความรู้ไปใช้ในการทำงานด้านสาธารณสุข และนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของตนเองและคนใกล้ชิดได้

2. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ร่วมประชุม

- 2.1 ได้รับความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของระบบทางเดินปัสสาวะในผู้สูงอายุ
- 2.2 มีความรู้ความเข้าใจในการเรื่องการรักษาด้วยยาและการปรับพฤติกรรมเมื่อมีความผิดปกติของการขับถ่ายปัสสาวะ
- 2.3 สามารถนำความรู้ที่ได้จากการอบรมไปปฏิบัติและเผยแพร่

3. กลุ่มเป้าหมาย

เภสัชกร และบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขที่สนใจ จำนวน 100 คน

4. วันเวลาและรูปแบบการประชุม

วันพุธที่ 1 มิถุนายน พ.ศ. 2565 เวลา 8.30-16.30 น.

ฟังบรรยาย ผ่านระบบออนไลน์

5. รหัสกิจกรรมและหน่วยคะแนนการศึกษาต่อเนื่อง

รหัสหน่วยกิตการศึกษาต่อเนื่อง (cpe): 1002-2-000-009-06-2565 จำนวนหน่วยกิต 5.25 หน่วยกิต

6. การสมัครและการลงทะเบียน

ค่าลงทะเบียนคนละ 500 บาท

- ค่าลงทะเบียนหากชำระภายในวันที่ 15 พฤษภาคม 2565 คนละ 500.- บาท
- ค่าลงทะเบียนหากชำระหลังวันที่ 15 พฤษภาคม 2565 คนละ 600.- บาท
- ลงทะเบียนและชำระเงินได้ภายในวันที่ 27 พฤษภาคม 2565

โปรดกรอกใบสมัคร online ทาง www.pharmacy.mahidol.ac.th/conference พร้อมชำระเงินโดยโอนเงินเข้าบัญชีธนาคารไทยพาณิชย์ สาขารามาริบัติ บัญชีประเภทออมทรัพย์ เลขที่บัญชี 026-462266-0 ชื่อบัญชี การประชุมวิชาการภาควิชาสรีรวิทยา พร้อมแนบไฟล์หลักฐานการโอนเงินชำระค่าลงทะเบียนลงในระบบลงทะเบียนเพื่อการตรวจสอบ

ข้าราชการ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และพนักงานมหาวิทยาลัย เข้าร่วมอบรมได้โดยไม่ถือเป็นวันลา เมื่อได้รับอนุมัติจากผู้บังคับบัญชาแล้ว และมีสิทธิเบิกค่าลงทะเบียน จากต้นสังกัดได้ตามหนังสือกระทรวงการคลังที่ กค 0409.6/ว95 ลงวันที่ 2 ตุลาคม 2549 และระเบียบของแต่ละหน่วยงาน

7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 ผู้เข้าร่วมการอบรมได้รับความรู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของระบบทางเดินปัสสาวะในผู้สูงอายุ การรักษาด้วยยา และการปรับพฤติกรรมเมื่อมีความผิดปกติของการขับถ่ายปัสสาวะ

7.2 ผู้เข้าร่วมการอบรมจะสามารถนำความรู้ที่ได้จากการอบรมไปปฏิบัติและเผยแพร่

8. หน่วยงานที่รับผิดชอบ:

ภาควิชาสรีรวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

โทรศัพท์ 0-2644-8703 Email: narumon.sak@mahidol.ac.th

หน่วยสนับสนุนการจัดกิจกรรมวิชาการ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

โทรศัพท์ 087-5597393 Email: supattra.kon@mahidol.ac.th

งานคลังและพัสดุ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

9. ตัวชี้วัดระดับโครงการ

9.1 จำนวนผู้เข้าร่วมประชุมไม่น้อยกว่า 80 คน

9.2 ความพึงพอใจจากการอบรมไม่น้อยกว่า 4 จาก 5



กำหนดการโครงการประชุมวิชาการ

เรื่อง รู้ทัน “ความ (ไม่) ลับ ของผู้สูงวัย: ปัสสาวะบ่อย กระปิบกะปรอย กลั้นปัสสาวะไม่อยู่”

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

วันพุธที่ 1 มิถุนายน พ.ศ. 2565

ผ่านทางระบบออนไลน์ Zoom Webinars

รหัสหน่วยกิตการศึกษาต่อเนื่อง (cpe): 1002-2-000-009-06-2565 จำนวนหน่วยกิต 5.25 หน่วยกิต

เวลา	หัวข้อ	วิทยากร
8.15 น.	เปิดระบบออนไลน์	
8.30-8.45 น.	พิธีเปิดการประชุม	รศ. ภก.สุรกิจ นาทีสุวรรณ คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
8.45-9.45 น.	การเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของระบบทางเดินปัสสาวะในผู้สูงอายุ	อ. ญ.กัลยาณี โตนุ่ม คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
9.45-9.55 น.	พัก 10 นาที	
9.55-11.10 น.	ปัญหาที่พบบ่อยและการดูแลรักษาในเพศหญิง	ผศ. ภก.ศุภพัทธ์ ชุมนุมวัฒน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
11.10-11.20 น.	พัก 10 นาที	
11.20-11.50 น.	ปัสสาวะเป็นเลือดในผู้สูงอายุและโรคนี้ (Educational symposium สนับสนุนโดย บริษัท ดีซีเอช ออริกา (ประเทศไทย) จำกัด)	ผศ. นพ.มนินท์ อัครจินตจิตร คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
11.50-12.20 น.	พัก 30 นาที	
12.20-12.50 น.	Acute Exacerbation of Chronic Joint Pain (Product Sponsor: Arcoxia) (Educational symposium สนับสนุนโดย บริษัท เอ. เมนารีนี (ประเทศไทย) จำกัด)	รศ. ดร. นพ.ตุลย์พฤกษ์ ถาวรสวัสดิ์รักษ์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
12.50-13.00 น.	พัก 10 นาที	
13.00-14.15 น.	ปัญหาที่พบบ่อยและการดูแลรักษาในเพศชาย	รศ. ภก.ธนรัตน์ สรवलเสน่ห์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

เวลา	หัวข้อ	วิทยากร
14.15-14.25 น.	พัก 10 นาที	
14.25-15.25 น.	ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับปัญหาทางเดินปัสสาวะ	ผศ. ดร. ภาณุ.ปัทมพรรณ โลมะรัตน์ อ. ดร. ภาณุ.พิมพ์พิกา กาญจนดำเกิง อ. ดร.ถาวรียั ถิละเวช คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
15.25-15.35 น.	พัก 10 นาที	
15.35-16.20 น.	การปรับพฤติกรรมเพื่อรักษาอาการปัสสาวะบ่อย กะปริบกะปรอย กลั้นปัสสาวะไม่อยู่	อ. ดร.ยิ่งรัก บุญดำ ช่วยบุญ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
16.20-16.30 น.	ช่วงถาม-ตอบ และปิดการประชุม	ผศ. ดร. ภาณุ.วรวรรณ กิจผาติ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล