

โครงการ

ชื่อโครงการ การอบรมหลักสูตรระยะสั้นสำหรับประชาชนทั่วไป เรื่อง “สุขภาพดีจากภายในถึงภายนอก ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนจีน รุ่นที่ 1”

หลักการและเหตุผล

การแพทย์แผนจีนเป็นศาสตร์หนึ่งของการแพทย์ทางเลือกในประเทศไทยที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก มีกำเนิดที่ประเทศจีนมานานกว่า 5,000 ปี โดยมีหลักฐานยืนยันในการสืบทอดทฤษฎีต่าง ๆ ทาง การแพทย์แผนจีน ต่อเนื่องกันมาเป็นเวลานาน ในปัจจุบันการแพทย์แผนจีนได้รับการยอมรับอย่างแพร่หลาย ในประเทศจีนมีการสร้างโรงพยาบาลที่ให้การรักษาด้านการแพทย์แผนจีนอย่างเดียว และโรงพยาบาลที่มีการผสมผสานระหว่างแพทย์แผนจีนกับแพทย์แผนปัจจุบัน ทั้งทุกเมืองของประเทศจีน สำหรับในประเทศไทยทาง ตะวันตก แพทย์แผนจีนก็เป็นศาสตร์ที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างสูง เนื่องจากเห็นผลการรักษาได้อย่างรวดเร็ว และปราศจากสารเคมีตกค้างในร่างกาย จนองค์การอนามัยโลกให้การยอมรับผลการรักษาของศาสตร์ การแพทย์แผนจีน เช่นการฝังเข็ม ว่าสามารถรักษาโรคได้เห็นผลอย่างชัดเจน ส่วนในประเทศไทยการแพทย์ แผนจีนได้ผสมผสานอยู่กับวัฒนธรรมไทย ตามการอพยพของคนจีนมาสู่เมืองไทย ตั้งแต่สมัยสุโขทัยจนถึง ปัจจุบัน มีการถ่ายทอดความรู้สืบทอดกันมาโดยบรรพบุรุษ จนปัจจุบันมีแพทย์จีนที่ขึ้นทะเบียนรับใบอนุญาตให้ ทำการประกอบโรคศิลปะสาขาการแพทย์แผนจีนแล้วประมาณ 1,000 กว่าคน

นอกจากการรักษาโรคที่เห็นผลได้ชัดเจนแล้ว การแพทย์แผนจีนยังให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพ ทั้งในผู้ที่มีร่างกายแข็งแรงและในกลุ่มผู้ที่มีภาวะพร่องสุขภาพ โดยมุ่งเน้นให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายที่ สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรค หรือ สามารถรู้ความผิดปกติของร่างกายได้ตั้งแต่เริ่มเป็นโรค เพื่อลดอัตราความ รุนแรงของโรคต่าง ๆ ได้ อีกทั้งมุ่งเน้นให้ประชาชนได้เข้าใจธรรมชาติของร่างกายและพื้นฐานสุขภาพของแต่ละ บุคคล ซึ่งแต่ละบุคคลนั้นต่างมีสภาวะพื้นฐานร่างกายที่แตกต่างกันไป โดยสภาวะพื้นฐานร่างกายที่แตกต่างกัน มักทำให้เกิดภาวะพร่องสุขภาพหรือภาวะที่ร่างกายและจิตใจอ่อนแอ จนเกิดอาการที่ไม่พึงประสงค์ เช่น อ่อนเพลีย เหงื่อออกง่าย ปวดศีรษะบ่อย ไม่อยากอาหาร คอแห้ง หิวน้ำบ่อย ตาแห้ง นอนไม่หลับ เป็นหวัดง่าย ความต้องการทางเพศลดลง ถ่ายเหลว ปัสสาวะบ่อย อารมณ์หงุดหงิดง่าย เป็นต้น ซึ่งอาการเหล่านี้ไม่ถือว่าเป็น โรคในทางการแพทย์ แต่แพทย์แผนจีนสามารถรักษาและบรรเทาอาการเหล่านี้ให้หายไปได้ ด้วยการปรับสมดุล ของพื้นฐานร่างกาย โดยการใช้น้ำมันสมุนไพรจีน การนวดกดจุด การฝังเข็ม ครอบแก้ว กวาช่า และการนวดทุย หนา ซึ่งนอกจากจะช่วยรักษาอาการต่าง ๆ เหล่านี้ได้ผลเป็นที่น่าพอใจแล้ว ยังเป็นการป้องกันการเกิดโรคหรือ อาการต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดีอีกด้วย

ด้วยเหตุนี้ ทางคณะกรรมการแพทย์แผนจีนมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จึงเห็นควรให้มีการจัดการอบรมหลักสูตรระยะสั้นสำหรับประชาชนทั่วไปที่สนใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยศาสตร์การแพทย์แผนจีนภายใต้แนวคิด “การดูแลสุขภาพ สุขภาพดีจากภายในถึงภายนอก ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนจีน” เพื่อให้บุคลากรสายสุขภาพและประชาชนผู้สนใจ ได้เพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพร่างกาย เพิ่มความเข้าใจในหลักการและทฤษฎีต่าง ๆ ของศาสตร์การแพทย์แผนจีน รวมถึงศึกษาหลักการรักษาโรคหรืออาการที่เกิดจากภาวะพร่องสุขภาพด้วยตนเอง เพื่อที่จะสามารถนำความรู้และข้อมูลต่าง ๆ มาใช้ในการดูแลสุขภาพของตนเองและคนรอบข้างในชีวิตประจำวันได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเข้าใจถึงหลักการและทฤษฎีทางศาสตร์การแพทย์แผนจีนโดยสังเขป
2. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมทราบถึงพื้นฐานสุขภาพร่างกายและการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกายทั้งในผู้ที่มีร่างกายแข็งแรงปกติและผู้ที่อยู่ในภาวะพร่องสุขภาพ
3. เพื่อให้ผู้อบรมมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพด้วยศาสตร์การแพทย์แผนจีนอาทิ การดูแลสุขภาพในชีวิตประจำวัน ยาสมุนไพรและโภชนาการบำบัด ทฤษฎีเส้นลมปราณและจุดฝังเข็ม พื้นฐานการนวดทุยหนา การกวาซา รมยา ครอบแก้ว การดูแลสุขภาพเฉพาะจุด การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เป็นต้น
4. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถนำประสบการณ์จากการฝึกอบรมไปใช้ประโยชน์ในการดูแลตนเองและคนรอบข้างในชีวิตประจำวันได้

กำหนดการ

โครงการ การอบรมหลักสูตรระยะสั้นสำหรับประชาชนทั่วไป

เรื่อง “สุขภาพดีจากภายในถึงภายนอก ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนจีน รุ่นที่ 1”

วันที่ 24-28 มิถุนายน 2562 เวลา 9.00-16.00 น.

สถานที่ ห้องบรรยาย MBA 3 อาคารอำนวยการ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

วันที่ 1 วันที่ 24 มิถุนายน 2562

24/6/62	เนื้อหาในการอบรม	ผู้บรรยาย
8.30– 9.00 น.	ลงทะเบียน	
9.00 น.	- คณบดีคณะกรรมการแพทย์แผนจีน มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ กล่าวรายงาน	

24/6/62	เนื้อหาในการอบรม	ผู้บรรยาย
	- พิธีเปิดการอบรมหลักสูตรระยะสั้นสำหรับประชาชนทั่วไปเรื่อง “การดูแลสุขภาพ สุขภาพดีจากภายในถึงภายนอก ด้วยศาสตร์ การแพทย์แผนจีน” โดย อธิการบดี มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิม พระเกียรติ	
9.15-10.30 น.	การบรรยายเรื่อง ความรู้พื้นฐานด้านศาสตร์การแพทย์แผนจีน 1 (ทฤษฎีอินหยาง หลักปรัชญาธาตุ)	อ.พจ.อรภา ศิลมัฐ
10.30 น.	อาหารว่าง	
10.45-12.00 น.	การบรรยายเรื่อง ความรู้พื้นฐานด้านศาสตร์การแพทย์แผนจีน 1 (ทฤษฎีอินหยาง หลักปรัชญาธาตุ) ต่อ	อ.พจ.อรภา ศิลมัฐ
12.00-13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
13.00-15.00 น.	การบรรยายเรื่อง ความรู้พื้นฐานด้านศาสตร์การแพทย์แผนจีน 2 (การดูแลป้องกันโรค ระบบเส้นลมปราณ)	อ.พจ.นภสร แสงศิวิฤทธิ์
15.00 น.	อาหารว่าง	
15.15-16.15 น.	การบรรยายเรื่อง แนวความคิดเรื่องมนุษย์กับธรรมชาติในทาง การแพทย์แผนจีน	อ.พจ.ภารวี ขวัญแก้ว

วันที่ 2 วันที่ 25 มิถุนายน 2562

25/6/62	เนื้อหาในการอบรม	ผู้บรรยาย
8.30- 9.00 น.	ลงทะเบียน	
9.00-10.30 น.	การบรรยายเรื่อง พื้นฐานสุขภาพทั้ง 9 รูปแบบ กับศาสตร์ การแพทย์แผนจีน	อ.พจ.อรภา ศิลมัฐ
10.30 น.	อาหารว่าง	
10.45-12.00 น.	กิจกรรม การตรวจสอบพื้นฐานสุขภาพด้วยตัวเอง	อ.พจ.อรภา ศิลมัฐ อ.พจ.พรพรรณ กิตติคุณา ภรณ์
12.00-13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	

25/6/62	เนื้อหาในการอบรม	ผู้บรรยาย
13.00-14.30 น.	การบรรยายเรื่อง โภชนาการกับพื้นฐานสุขภาพ	อ.พจ.พรพรรณ กิตติคุณา ภรณ์
14.30 น.	อาหารว่าง	
14.45-16.15 น.	การบรรยายเรื่อง จิบชาพาเพลิน จิบชาตามวิถีจีน	อ.พจ.กมลวรรณ ไ้วะเซียง

วันที่ 3 วันที่ 26 มิถุนายน 2562

26/6/62	เนื้อหาในการอบรม	ผู้บรรยาย
8.30 – 9.00น.	ลงทะเบียน	
9.00-10.30 น.	การบรรยายเรื่อง การใช้ยาสมุนไพรสามัญประจำบ้าน	อ.พจ.หยางเงินหลิน
10.30 น.	อาหารว่าง	
10.45-12.00 น.	การบรรยายเรื่อง ทานยาบำรุงร่างกายอย่างไร ให้ได้ผลดี (ตัวอย่างยาบำรุงร่างกาย เช่น ถั่งเช่า เห็ดหลินจือ โสม ยาสมุนไพรในสังคมออนไลน์)	อ.พจ.หยางเงินหลิน
12.00-13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
13.00-15.00 น.	การบรรยายเรื่อง การนวดทุยหนา กัดจุดหยุดโรค	อ.พจ.ธนกร ชาญนวงศ์
15.00 น.	อาหารว่าง	
15.15-16.15 น.	การบรรยายเรื่อง จุดสะท้อนบนใบหน้า และการแปะหุชะลอโรค	อ.พจ.ธนกร ชาญนวงศ์

วันที่ 4 วันที่ 27 มิถุนายน 2562

27/6/62	เนื้อหาในการอบรม	ผู้บรรยาย
8.30 – 9.00 น.	ลงทะเบียน	
9.00-10.30 น.	การบรรยายเรื่อง การใช้ชีวิตประจำวันกับการดูแลสุขภาพตาม หลักนาฬิกาชีวิต	อ.พจ.สุวิมล ผลขารี
10.30 น.	อาหารว่าง	
10.45-12.00 น.	การบรรยายเรื่อง ความผิดปกติบนใบหน้า บอกรโรคได้ด้วย ศาสตร์จีน	อ.พจ.สุวิมล ผลขารี
12.00-13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	

27/6/62	เนื้อหาในการอบรม	ผู้บรรยาย
13.00-14.30 น.	การบรรยายเรื่อง กวาศารักษาโรค การกวาศาขับพิษในร่างกาย การกวาศากับความสวยความงาม	อ.พจ.อัจฉราภรณ์ สุริเมือง
14.30 น.	อาหารว่าง	
14.45-16.15 น.	กิจกรรม ฝึกปฏิบัติการกวาศา ด้วยตัวเอง	อ.พจ.อัจฉราภรณ์ สุริเมือง

วันที่ 5 วันที่ 28 มิถุนายน 2562

28/6/62	เนื้อหาในการอบรม	ผู้บรรยาย
8.30 – 9.00 น.	ลงทะเบียน	
9.00-10.30 น.	การบรรยายเรื่อง การป้องกันรักษาโรคด้วยการรมยา ครอบแก้ว	อ.พจ.วรพงษ์ ปะดุกา
10.30 น.	อาหารว่าง	
10.45-12.00 น.	การฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการรมยาและการครอบแก้ว	อ.พจ.วรพงษ์ ปะดุกา
12.00-13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
13.00-14.30 น.	กิจกรรม การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กับศิลปะท่วงท่าแบบ จีน (1)	อ.พจ.ภารวี ขวัญแก้ว
14.30 น.	อาหารว่าง	
14.45-16.00 น.	กิจกรรม การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กับศิลปะท่วงท่าแบบ จีน (2)	อ.พจ.ภารวี ขวัญแก้ว
16.00-16.30 น.	สรุปเนื้อหาการอบรมทั้งหมด กิจกรรมถามตอบในชั้นเรียน จบหลักสูตร มอบประกาศนียบัตร ผู้เข้าอบรม	อ.พจ.สุวิมล ผลขารี

แบบตอบรับการเข้าร่วมโครงการการอบรมหลักสูตรระยะสั้นสำหรับประชาชนทั่วไป

เรื่อง “สุขภาพดีจากภายในถึงภายนอก ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนจีน รุ่นที่ 1”

วันจันทร์ ที่ 24 มิถุนายน 2562 ถึง วันศุกร์ ที่ 28 มิถุนายน 2562

1. ชื่อ – นามสกุล ผู้เข้าอบรม (นาย/นาง/นางสาว)

(กรุณาเขียนให้ชัดเจน เพื่อการจัดทำประกาศนียบัตร)

2. ที่อยู่ (ที่ต้องการให้ออกใบเสร็จ).....

โทรศัพท์/โทรศัพท์มือถือโทรสาร

อีเมล

3. ได้ชำระเงิน

ก่อนวันที่ 24 พฤษภาคม 2562 จำนวน 3,000 บาท

หลังวันที่ 24 พฤษภาคม 2562 จำนวน 3,800 บาท

โดยได้โอนผ่านบัญชีธนาคารของมหาวิทยาลัย (โปรดเลือก)

ธนาคารธนชาต ชื่อบัญชีมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ สาขาย่อยมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ 168-2-00999-7

ธนาคารกสิกรไทย ชื่อบัญชีมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ สาขาถนนบางนา – ตราด กม. 18 บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ 450-2-05411-8

4. ประเภทอาหาร ปกติ มังสวิรัต อิสลาม

กรุณาส่งแบบตอบรับนี้ พร้อมใบ PAY-IN หลักฐานการโอนเงินมาให้คณะกรรมการแพทย์แผนจีน มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ทางอีเมล : tcm2hcu@gmail.com

หากมีข้อสงสัยโปรดติดต่อ คุณกุลนันทน์ โทร. 02-312-6300 ต่อ 1108 หรือที่อีเมล tcmhcu@gmail.com

หมายเหตุ

* รับสมัครจำนวนจำกัดเพียง 30 ที่นั่ง สงวนสิทธิ์สำหรับผู้สมัครก่อน

* ที่นั่งจะได้รับการยืนยันหลังจากท่านได้ส่งใบตอบรับและหลักฐานการโอนเงินจากธนาคารแล้วเท่านั้น

* ประกาศนียบัตรจะมอบให้กับผู้เข้าอบรมทุกคน

* หากผู้เข้าร่วมอบรมมีจำนวนไม่ถึง 20 คน ทางคณะกรรมการแพทย์แผนจีนขอสงวนสิทธิ์ในการยกเลิกการอบรม และจะคืนเงินค่าสมัครเต็มจำนวนคืนผู้สมัคร

* ประกาศรายชื่อผู้เข้ารับการอบรมทาง facebook : คณะการแพทย์แผนจีน ม.หัวเฉียวฯ Faculty of Chinese Medicine HCU วันที่ 10 มิถุนายน 2562