



สารศิษย์เก่า แพทย ม.อ.

Newsletter of the Alumni Association of PSU MEDICINE



NEW!!

3gether: Run & Ride for Life

สามสถาบันวิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจ

22-28 กรกฎาคม 2560



รายชื่อกรรมการบริหารสมาคมศิษย์เก่า คณะแพทยศาสตร์

(วาระ:บริหารงาน ตุลาคม พ.ศ. 2558 - กันยายน พ.ศ. 2560)

ที่ปรึกษา

- คณบดีคณะแพทยศาสตร์
- ศ.นพ.วีระพล จันทร์ศิทธิ์ รุ่น 1
- ศ.นพ.พิเชษฐ อุดมรัตน์ รุ่น 2
- ผศ.นพ.กมลพรชูชนม์ ตย์คานนท์ รุ่น 3
- ผศ.นพ.ธวัช ตันติสารศาสน์ รุ่น 3

คณะกรรมการ

- ผศ.นพ.เกียรติศักดิ์ ราชบริรักษ์ รุ่น 7 นายกลสมาคมฯ
- ผศ.นพ.ลธิธิโชค อนันตเสรี รุ่น 7 อุปนายกภายใน
- นพ.สมศักดิ์ เสรีอภินันท์ รุ่น 7 อุปนายกภายนอก
- ผศ.พญ.กัณฑ์รัตน์ สุนทรพันธ์ รุ่น 13 เภรัญญิก
- ผศ.นพ.นิพัฒน์ เอื้ออารี รุ่น 18 เลขานุการ
- นพ.ชัชชัย ปรีชาไว รุ่น 18 นายทะเบียน
- ผศ.นพ.รังสรรค์ ภูรยานนทชัย รุ่น 19 ประชาสัมพันธ์
- ผศ.พญ.นลินี โกวิทวานวงษ์ รุ่น 19 ปฏิคม
- รศ.นพ.สมชาย ทั้งไพศาล รุ่น 4 กรรมการ
- ผศ.นพ.ประศาสน์ บุญยพิพัฒน์ รุ่น 4 กรรมการ
- ศ.นพ.กริธา ธรรมคำภีร์ รุ่น 5 กรรมการ
- นพ.สรรพงษ์ ฤทธิรักษา รุ่น 16 กรรมการ
- นพ.อรรถพล รัตนสุภา รุ่น 22 กรรมการ

รายชื่อคณะบรรณาธิการสารศิษย์เก่าแพทย์ ม.อ.

(วาระ:งาน กรกฎาคม พ.ศ. 2559 - ปัจจุบัน)

ที่ปรึกษา

- คณบดีคณะแพทยศาสตร์
- นายกสมาคมศิษย์เก่าคณะแพทยศาสตร์
- รศ.พญ.ฐิติมา สุนทรลัจ

บรรณาธิการ

- ศ.นพ.พิเชษฐ อุดมรัตน์

รองบรรณาธิการ

- ผศ.พญ.นลินี โกวิทวานวงษ์
- นพ.วีรพงศ์ วัฒนาวณิช

กองบรรณาธิการ

- ผศ.นพ.กมลพรชูชนม์ ตย์คานนท์
- นพ.ชัชชัย ปรีชาไว
- นพ.คุณุตม์ จารุธรรมโสภณ
- นายกสโมสรนักศึกษาแพทย์

อดีตบรรณาธิการ

- ศ.นพ.พิเชษฐ อุดมรัตน์, รศ.นพ.สมชาย ทั้งไพศาล, ผศ.นพ.ลธิธิศักดิ์ พงษ์ปิติกุล,
- ผศ.นพ.กมลพรชูชนม์ ตย์คานนท์, ผศ.นพ.ธนะพันธ์ ชูบุญ, ผศ.นพ.รักษาย บูหงาชาติ,
- รศ.พญ.ฐิติมา สุนทรลัจ



สารศิษย์เก่า แพทย์ ม.อ. (ฉบับพิเศษ: วิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจ)
 Newsletter of the Alumni Association of PSU Medicine
 ปีที่ 31 ฉบับที่ 2 เดือนเมษายน-พฤษภาคม 2560

จัดทำโดย

สมาคมศิษย์เก่า คณะแพทยศาสตร์
 หน่วยผลิตตำรา คณะแพทยศาสตร์

สารบัญ

บทบรรณาธิการ	3
จากใจคนบด	4
สารจากนายกสมาคมฯ	5
สัมภาษณ์พิเศษ	6
<ul style="list-style-type: none"> เปิดใจอาจารย์แพทย์หัวขี้ กับโครงการวิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจ (พศ.นพ.รังสรรค์ ภูรยานนทชัย) 	
สัมภาษณ์ศิษย์เก่าแพทย์ ม.อ.	10
<ul style="list-style-type: none"> หมอบักบัน (นพ.ดำรงก์ เวอวาลี) 	
เรื่องเล่าจากสมาคมฯ	12
<ul style="list-style-type: none"> 45 ปี หมอศรีตรังคืนถิ่น รำลึกวันวาน ฝากความทรงจำ (พศ.พญ.นลินี โกวิทวานวงษ์) 	



บรรณาธิการ

วิ่ง-ปั่นด้วยใจ เราจะไปด้วยกัน เพื่อร่วมสร้างฝัน อาคารเย็นศิระ 3 ให้เป็นจริง

ผมเป็นแค่นักวิ่งสมัครเล่น เริ่มหัดวิ่งครั้งแรกสมัยที่มาเป็น นศพ.ที่ มอ.นี่เอง โดยผมชอบวิ่งหลังฝนตกใหม่ ๆ เพราะอากาศจะเย็นสดชื่น ได้ไอน์ดกลิ่นหญ้า และไม่มีผู้คนพลุกพล่านนัก แต่กระนั้นก็ยังไม่เคยลงวิ่งฮาล์ฟมาราธอนหรือมาราธอนเลย อย่างเก่งก็แค่วิ่งฟันรันกับครอบครัวเป็นครั้งคราวเท่านั้น เมื่อลูกชายที่เป็น นศพ.ศิริราช มาบอกผมในปีที่แล้วว่าจะเข้าร่วมวิ่งในโครงการ 1 ล้าน 5 แสนก้าว จากเชียงใหม่ถึงกรุงเทพฯ ในเดือนมีนาคมปีนี้ คำถามแรกที่ผมถามคือ “จะไหวหรือลูก” ลูกผมตอบอย่างมั่นใจว่า “ไหวครับพ่อ เพราะลูกไม่ได้วิ่งด้วยเท้าเพียงอย่างเดียว แต่จะวิ่งด้วยใจ แค่นี้เส้นชัยก็ได้ใกล้เกินเอื้อม” ยิ่งทราบว่าการวิ่งครั้งนั้นเพื่อจะหาเงินบริจาคสร้างตึกตามพระราชปณิธานสุดท้ายของในหลวงรัชกาลที่ ๙ คือสร้างอาคารนวมินทรบพิตร ๘๔ พรรษาด้วยแล้ว ผมบอกลูกไปเลยว่าวิ่งได้บุญ จะลงทุนเท่าไรพ่อก็ยอม ว่าแล้วก็พาลูกไปหาซื้อรองเท้าคู่มือใหม่ เพื่อมาใช้ซ้อมวิ่ง 2 คู่ ในใจตอนนั้นก็คิดว่าคณะแพทย์ ม.อ. น่าจะจัดกิจกรรมแบบนี้บ้างนะ แล้วสิ่งที่ผมเคยคิดไว้ก็กลายเป็นจริง

เมื่อคณะแพทยศาสตร์ในส่วนภูมิภาคทั้ง 3 สถาบัน คือ มช. มข. และ ม.อ. ได้ร่วมกันจัดกิจกรรม 3 สถาบัน วิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจขึ้นในวันที่ 22-28 กรกฎาคม 2560 ที่จะถึงนี้ ยิ่งได้ทราบว่าสำหรับคณะแพทย์ ม.อ. นั้น การวิ่งครั้งนี้เป็นการระดมทุนเพื่อสร้างอาคารเย็นศิระ 3 ภาพในอดีตเมื่อครั้งในหลวงรัชกาลที่ ๙ เสด็จมาเปิดโรงพยาบาลสงขลานครินทร์

และพระราชทานทรัพย์ส่วนพระองค์เพื่อสร้างอาคารเย็นศิระที่วัดโคกนาว ก็ผุดขึ้นในใจผมทันที และยังรู้สึกซาบซึ้งในพระมหากรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้ เพราะเหตุการณ์นี้เป็นเหตุการณ์ที่ผมประทับใจมากที่สุดในชีวิตการรับราชการใน ม.อ. และยังเป็นการแต่งชุดราชการปกติขาวเป็นครั้งแรกของผมด้วย รวมทั้งได้มายืนเข้าแถวร่วมรับเสด็จในฐานะที่ผมเป็นผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิชาการ ซึ่งเป็นหนึ่งในคณะผู้บริหารของคณะแพทยศาสตร์ในขณะนั้น

ผมจึงใคร่ขอถือโอกาสนี้เชิญชวนศิษย์เก่าทุกรุ่นทุกท่าน ทั้งศิษย์เก่าที่เป็น นศพ. พชท. และ พจบ. ได้มาร่วมแรงร่วมใจกันที่จะวิ่งหรือปั่นหรือเชียร์ แอร์ และที่สำคัญคือร่วมบริจาคสร้างอาคารเย็นศิระ 3 ด้วยกัน ซึ่งอาคารชื่อเย็นศิระนี้ ถือได้ว่าเป็นพระราชปณิธานของในหลวงรัชกาลที่ ๙ ที่ท่านมีพระประสงค์จะช่วยเหลือผู้ยากไร้ โดยเฉพาะผู้ป่วยที่อยู่นอกเขตจังหวัดสงขลา ซึ่งไม่สะดวกในการเดินทางเพื่อมาบำบัดรักษาที่โรงพยาบาลสงขลานครินทร์ได้ทุกวัน การวิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจเพื่ออาคารเย็นศิระ 3 ครั้งนี้จึงถือเป็นการสืบสานพระราชปณิธานของพระองค์ท่านให้คงอยู่สถาพรสืบไป

ด้วยจิตสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้

ศ.นพ.พิเชฐ อุดมรัตน์
บรรณาธิการ



ถ้าจะนับเวลาถอยหลังจากนี้ไปก็จะเป็นเวลาอีกไม่นานที่ศิษย์เก่าของคณะแพทย มอ. จะได้มีโอกาสในการร่วมพลังกันสร้างความสัมพันธ์กับศิษย์เก่ากันเองในแต่ละรุ่นและศิษย์เก่าของคณะแพทย ม.เชียงใหม่ และคณะแพทย ม.ขอนแก่น ในการร่วมงาน “3 สถาบัน วิ่ง-ปั่น ปันน้ำใจ เพื่อผู้ป่วยในภูมิภาค” ภาพที่อยากให้เกิดขึ้นคือการรวมพลังทุ่มเทการสร้างเสริมสุขภาพและการร่วมกันรณรงค์บริจาคเงิน เพื่อนำไปใช้กับผู้ป่วยที่ยากไร้

ผมใคร่ขอเชิญชวนท่านศิษย์เก่าของคณะแพทย มอ. ที่ปฏิบัติงานอยู่ในบริเวณจังหวัดต่าง ๆ ที่ขบวนวิ่ง-ปั่นจะผ่านในช่วงวันที่ 22-28 กรกฎาคม พ.ศ. 2560 ได้เป็นจุดเชื่อมต่อระหว่างสถาบันของ มอ.และอีก 2 สถาบัน นำแนวร่วมผู้สนใจและรักในการออกกำลังกายมาร่วมสนับสนุนขบวนนี้ด้วย โดยในทุกขบวนตลอด 3 เส้นทาง จะมีธงของคณะแพทย์ทั้ง 3 สถาบัน นำโดยทีมนักกีฬาผ่านไปตามเส้นทางตลอดทาง เพื่อแสดงให้เห็นสัญลักษณ์ของความร่วมมือน้ำใจ และในกิจกรรมรณรงค์ครั้งนี้จะมีการจำหน่ายเสื้อและหมวกที่ใช้ใส่ในการออกกำลังกาย การรับบริจาค การจำหน่ายเสื้อและหมวกนี้จะนำรายได้กระจายไปยัง 3 ภูมิภาค นับเป็นโอกาสอันดีที่จะได้สร้างกุศลครั้งเดียวสามารถช่วยเหลือผู้ป่วยได้ 3 แห่งพร้อม ๆ กัน

วันสุดท้ายของงานนี้จะวิ่ง-ปั่นเข้าสู่สถาบันของตนเอง ในเวลาประมาณ 9 นาฬิกา และจะมีการร่วมกันถวายพระพรเนื่องในวันคล้ายวันพระราชสมภพของสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร ซึ่งตรงกับวันที่ 28 กรกฎาคม พร้อม ๆ กัน ทั้ง 3 ภูมิภาค ในเวลา 09.09 น. สำหรับทีมมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์จะออกวิ่งช่วงเช้าจากสวนประวัติศาสตร์ พลเอกเปรม ติณสูลานนท์ เพื่อมายังลานพระราชานุสาวรีย์ สมเด็จพระราชชนก ระยะทางประมาณ 21 กิโลเมตร เพื่อให้บุคลากรของมหาวิทยาลัยได้ร่วมขบวนระหว่างเส้นทาง และมาทำพิธีถวายพระพรพร้อมกับนักวิ่ง-ปั่นขบวนหลัก

สำหรับคณะแพทยศาสตร์ มอ. นั้นจะนำรายได้เพื่อไปจัดสร้างอาคารเย็นศิระ 3 เพื่อผู้ป่วยและญาติที่มีรายได้น้อยและไม่สามารถเดินทางกลับบ้านได้ใช้พักอาศัย ปัจจุบันอาคารเย็นศิระ 1 และเย็นศิระ 2 ซึ่งสร้างไว้ที่วัดโคกนาวตรงข้ามโรงพยาบาลนั้น สามารถรับผู้เข้าพักอาศัยได้ประมาณ 250 คน แต่ปัจจุบันมีผู้เข้าพักอาศัยวันละประมาณ 500 คน ทำให้การนอนพักแออัดยัดเยียดกันมาก จึงต้องหาทางขยายขยายเพื่อการรองรับจำนวนผู้ป่วยที่มากขึ้นเรื่อย ๆ ในแต่ละวัน

รศ.นพ.พุมิต์ศักดิ์ พุทธิวิบูลย์
คณบดีคณะแพทยศาสตร์



พี่น้องที่รักครับ ปีนี้ครบ 45 ปี แห่งการก่อตั้งคณะแพทยศาสตร์ ม.อ ของพวกเรา ทางสมาคมศิษย์เก่าคณะแพทยศาสตร์จึงได้จัดกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ต่าง ๆ ดังนี้ครับ

1. สนับสนุนการจัดพิมพ์หนังสือมาตรฐานการช่วยชีวิตและการใช้เครื่องกระตุ้นหัวใจ โดย พล.ต.ต.นพ.โสภณ กฤษณะรังสรรค์ (ศิษย์เก่ารุ่นที่ 7) อดีตประธานคณะกรรมการมาตรฐานการช่วยชีวิต ซึ่งเป็นผู้ประสานมาที่ผม ปกหลังของหนังสือเล่มนี้เป็นภาพตึกรัตนชีวรักษ์ และมีภาพโลโก้สมาคมศิษย์เก่าคณะแพทยศาสตร์ ม.อ. อยู่ด้วย จำนวน 5,000 เล่ม เพื่อเผยแพร่เป็นวิทยาทานแก่หน่วยงานต่าง ๆ และเพื่อใช้ประโยชน์ในการสอนการช่วยชีวิตต่อไป

2. จัดนิทรรศการและสอนสาธิตการช่วยชีวิต ณ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี เพื่อให้บุคลากรของมหาวิทยาลัย รวมถึงสถานพยาบาลใน 3 จังหวัดภาคใต้ ซึ่งเข้าถึงการอบรมได้ยาก ได้มีโอกาสเรียนรู้เรื่องนี้ โดยทางสมาคมศิษย์เก่าได้ทำงานเรื่องนี้ร่วมกับมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี และคณะกรรมการมาตรฐานการช่วยชีวิต สมาคมแพทย์โรคหัวใจในพระบรมราชูปถัมภ์ ซึ่งจะจัดขึ้นในวันที่ 3 กรกฎาคม 2560

3. สนับสนุนการจัดงานสืบสานความดี 50 ปี ม.อ. เนื่องจากมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์จะครบรอบ 50 ปี ในปี พ.ศ. 2561 ที่จะถึงนี้ งานนี้มีท่าน ดร.สุเมธ ตันติเวชกุล มาแสดงปาถกฐาด้วย

4. ร่วมมืออย่างแนบแน่นในการเชิญชวนศิษย์เก่าทุกคณะ ทุกวิทยาเขต ในการร่วม “วิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจ” 3 สถาบันคือ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น และมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จากกรุงเทพฯ มาয়ที่ที่ตั้งของแต่ละมหาวิทยาลัย ระหว่างวันที่ 22-28 กรกฎาคม 2560 ขอให้พวกเราคนหัวใจสีบลู เตรียมกาย เตรียมตัว เข้าร่วมงานนี้ได้ตลอดเส้นทาง

ทั้งหมดนี้เป็นเพียงส่วนเล็กน้อย ที่พวกเราจะทำได้ เพื่อบำเพ็ญเป็นพระราชกุศล ถวายแด่พ่อหลวงของเรา พระผู้ทรงก่อตั้งมหาวิทยาลัยแห่งนี้ ในสมัยของพระองค์ ขอพวกเราพร้อมใจ น้อมใจ ร่วมมือ ร่วมแรง เพื่อเป้าหมายอันทรงเกียรตินี้ โดยทั่วกันครับ

ผศ. (พิเศษ) นพ.เกียรติศักดิ์ ราชบริรักษ์
นายกสมาคมศิษย์เก่าคณะแพทยศาสตร์

เปิดใจอาจารย์แพทย์นักวิ่ง กับโครงการวิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจ ผศ.นพ.รังสรรค์ ภูทยานนทชัย*



ถาม:

ทำไมอาจารย์ถึงชอบวิ่งครับ?

ตอบ:

ผมคิดว่าการวิ่งเป็นการออกกำลังกายที่สามารถทำได้ทุกที่ มีเพียงแค่รองเท้าคู่เดียวก็สามารถออกกำลังกายได้ จริง ๆ แล้วจุดเริ่มต้นในการวิ่งของผม เริ่มต้นเมื่อประมาณ 3-4 ปีก่อนครับ ตอนนั้นจุดหมายหลักคือเพื่อต้องการลดน้ำหนัก ซึ่งในขณะนั้นน้ำหนักตัวผมประมาณ 100 กิโลกรัม เริ่มรู้สึกที่ตัวเองทำงานไม่คล่องแคล่ว ไม่กระฉับกระเฉง ไม่ค่อยแข็งแรง ร่วมกับตอนนั้นมีอาการปวดข้อเท้าค่อนข้างมากเนื่องจากเวลาทำงานต้องยืนเป็นเวลานาน จึงคิดว่า ถ้าปล่อยไว้แบบนี้ไม่ดีแน่ ๆ อยากทำงานไปนาน ๆ อยากอยู่กับครอบครัวไปนาน ๆ จึงตัดสินใจที่จะลดน้ำหนัก ตอนแรกควบคุมอาหารอย่างเดียว น้ำหนักลดลงมาได้พอควร แต่ยังรู้สึกว่ามันยังไม่ใช่ คำตอบเพราะร่างกายยังไม่แข็งแรง จนกระทั่งวันหนึ่งเดินออกมาหน้าบ้าน เห็นท่านอาจารย์ถวัลย์ บุญจวง กำลังซ้อมวิ่งรอบ ๆ หมู่บ้านในมหาวิทยาลัยเพื่อที่จะไปลงวิ่งแข่งขันในงานมาราธอนจอมบึง ทำให้เกิดจุดประกายความคิดว่า ทำไมไม่ออกมาวิ่งบ้าง เลยเป็นจุดเริ่มต้นให้ออกมาวิ่งครับ ผมไปซื้อรองเท้าคู่แรก เอาราคาไม่แพง เพราะกลัวใจตัวเองว่าจะไม่สม่ำเสมอ ไม่มีวินัย วันแรกที่ออกไปวิ่งเหนื่อยมากครับ วิ่งได้สัก 500 เมตรก็หมดแรงแล้ว แต่อาศัยครูพักลักจำ กับการค้นหาข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต และอ่านหนังสือรวมถึงแรงกระตุ้นจากท่านอาจารย์ถวัลย์ เป็นระยะ ๆ จากวันนั้นจนถึงวันนี้

*ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (ศิษย์เก่าแพทย์ ม.อ. รุ่น 19)

3 ปี ผมจบระยะ full marathon 42.195 กิโลเมตรไปแล้ว 10 รายการ ระยะอื่น ๆ อีกหลายรายการครับ อยากจะบอกว่า อาจารย์ถวัลย์ เป็น idol ในการออกมารวิ่งของผมครับ



ถาม:

การวิ่งให้อะไรกับอาจารย์บ้างครับ?

ตอบ:

อย่างแรกคือ สุขภาพดีขึ้นครับ กระฉับกระเฉงขึ้น น้ำหนักตัวลดลงไปประมาณ 20 กิโลกรัม ตั้งแต่เริ่มวิ่งมาผมมีเพื่อนออกกำลังกายมากขึ้น เป็นเพื่อนที่มีความหลงใหลในการวิ่งเช่นกัน ได้แลกเปลี่ยนความรู้เรื่องวิ่งด้วยกัน สังคมกว้างขึ้น อีกเรื่องที่ผมคิดว่ามีความสำคัญในฐานะแพทย์คือ การที่เราจะดูแลสุขภาพของผู้ป่วย สุขภาพของเราต้องดีก่อน อย่างน้อยเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับคนไข้ของเราได้ มีคำพูดจากนักวิ่งท่านหนึ่งที่ผมชอบมากคือ “การที่หมอออกมาวิ่งเพียงหนึ่งคน จะมีคนอีกร้อยคนออกมาวิ่งตาม เพราะหมอเป็นแบบอย่างที่ดีในการดูแลสุขภาพ” คงเป็นจริงอย่างที่ว่าครับ เพราะมีนักวิ่งน้องใหม่หลายคนมาบอกผมว่า เขาเห็นผมมาวิ่งบ่อย ๆ วิ่งไปเรื่อย ๆ ดูแล้วมีความสุข เขาจึงออกมาวิ่งตามบ้าง

นอกจากเรื่องสุขภาพกายแล้ว การวิ่งสามารถพัฒนาสุขภาพจิตได้อีกด้วย สำหรับผมทุกครั้งที่มีความเครียด มีปัญหาให้คิดแก้ไข ผมจะออกไปวิ่ง เพราะทุกครั้งที่ได้วิ่งคือการได้อยู่กับตัวเอง ได้คิดทบทวนหาทางแก้ไขปัญหา มีสมาธิจดจ่อกับ

สิ่งใดสิ่งหนึ่งนาน ๆ มันทำให้ผมสามารถแก้ไขปัญหาได้หลายอย่างในขณะนั้น พอวิ่งจบก็กลับบ้านด้วยอารมณ์ที่ผ่อนคลายและมีความสุขครับ

เรื่องสุดท้ายคือการวิ่งทำให้เราได้เจอความงดงามที่ซ่อนอยู่ในแต่ละสถานที่ผมได้วิ่งผ่าน ผมมักจะพกกล้องเท้าวิ่งและชุดวิ่งไปทุกแห่งที่ได้ไปไม่ว่าจะไปประชุมวิชาการ ไปบรรยายหรือการท่องเที่ยว ผมชอบออกไปวิ่งตอนเช้าๆ ในทุกที่ที่ได้ไป ผมพบว่าแต่ละสถานที่มีเสน่ห์ที่ต่างกัน ได้รับรู้ถึงวิถีชีวิตของคนในพื้นที่ มิตรภาพ และน้ำใจของคนในพื้นที่ต่าง ๆ ทำให้มีประสบการณ์ในชีวิตเพิ่มขึ้นจริง ๆ ครับ

ถาม:

ได้ทราบว่าคุณเคยไปวิ่งที่ต่างประเทศด้วย อาจารย์วิ่งที่ไหนมาบ้างครับ?

ตอบ:

ผมได้ไปวิ่งต่างประเทศในงานมาราธอนมาทั้งหมด 3 ครั้ง ใน 2 ประเทศครับ สนามแรกในต่างประเทศคือ Penang Bridge International Marathon 2015 ประเทศมาเลเซียอีกสองครั้งในประเทศญี่ปุ่นคือ Osaka Marathon 2016 และล่าสุดคือ Tokyo International Marathon 2017 ในปีนี้ซึ่งเป็นหนึ่งในงาน marathon major ของโลก เหมือน ๆ กับ grand slam ของเทนนิสอะไรแบบนี้ครับ ที่เหลือก็เป็นงานมาราธอนในประเทศ ซึ่งได้มีโอกาสไปเข้าร่วมในทุกภาคของประเทศไทยครับ



ถาม:

ความรู้สึกแตกต่างกับการวิ่งที่เมืองไทยไหมครับ?

ตอบ :

การได้ไปวิ่งในต่างประเทศ เหมือนเป็นประสบการณ์ใหม่ๆที่ได้ มีโอกาสไปสัมผัสสัปดาห์ บรรยากาศในการวิ่ง กระบวนการจัดการ การดูแลนักกีฬา การมีส่วนร่วมของคนในพื้นที่ ทำให้มีความแตกต่างจากงานวิ่งในประเทศของเราพอสมควรครับ ยกตัวอย่าง การจัดการตั้งแต่การรับสมัครของ Osaka หรือ Tokyo ซึ่งเป็นงานวิ่งระดับแนวหน้าของทวีปเอเชีย ที่มีคนให้ความสนใจมาก การรับสมัครผ่าน online การลงทะเบียนเพื่อรับการคัดเลือก เข้าสู่การแข่งขัน ทั้งสองรายการที่ผมกล่าวถึง มีคนลงทะเบียน ประมาณ 200,000-300,000 คนทั่วโลก และผู้จัดใช้ระบบการสุ่ม เพื่อให้เหลือนักวิ่งที่ได้เข้าร่วมการแข่งขันประมาณ 30,000 คน ซึ่งคนที่ได้ไปวิ่งถือว่าเป็นโอกาสที่ดีมาก ๆ ครับ การจัดการ เรื่องการรับหมายเลขวิ่ง การติดต่อสื่อสารกับคน 30,000 คน ที่ดูแล้วสามารถทำได้อย่างเป็นระเบียบรวดเร็วจนน่าแปลกใจ การปิดถนนสายหลักในเมืองเพื่อให้นักวิ่งได้วิ่งแข่งขัน และการมีส่วนร่วมของคนในพื้นที่ที่แสดงออกถึงการออกมาต้อนรับเป็น เจ้าบ้านที่ดี ออกมาส่งเสียงเชียร์ให้กำลังใจนักวิ่ง การนำขนม อาหาร และน้ำดื่ม มาแจกให้นักวิ่งตลอดเส้นทางที่วิ่งผ่าน มัน ทำให้นักวิ่งมีความประทับใจมากครับ



ถาม:

ตั้งแต่อาจารย์ได้วิ่งมา อาจารย์ประทับใจการวิ่งที่ไหนมากที่สุด เพราะอะไรครับ?

ตอบ:

ผมขอแบ่งออกเป็นงานในประเทศ และต่างประเทศนะครับ เริ่มจากงานวิ่งในประเทศก่อน ผมชอบงานวิ่งมาราธอนของ มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง จังหวัดราชบุรี ซึ่งเป็นหนึ่งในงานวิ่งที่เก่าแก่ที่สุดของประเทศ จัดมาแล้วมากกว่า 30 ปี ผมมีโอกาสได้เข้าร่วมงานวิ่งนี้ 2 ครั้งในปี พ.ศ. 2558 และ พ.ศ. 2559 โดยลงในระยะ full marathon ทั้งสองครั้ง งานวิ่งจอมบึง มีความเป็นเอกลักษณ์ และอบอุ่นมากสำหรับนักวิ่งครับ การดูแล การต้อนรับจากคนในพื้นที่ที่มีส่วนร่วมในการจัดการงานวิ่ง เส้นทางสวย ทางราบ อากาศเย็นสบายครับ ส่วนงานต่างประเทศในขณะนี้ สำหรับผมคิดว่า Tokyo International Marathon เป็นงานที่ผมประทับใจ อย่างที่ทราบกันว่าการจัดการตั้งแต่ตอนสมัคร จนถึงเข้าเส้นชัย มีมาตรฐานสูง มีความใส่ใจในทุกรายละเอียด และคนโตเกียวยมีส่วนร่วมสูง ทำให้เรารู้สึกคึกคัก อบอุ่น และสนุกสนานที่ได้มาร่วมงาน และที่น่าประทับใจอย่างมากคือ แม้ว่าจะงานจะจบไปประมาณ 1 เดือนแล้ว ทางผู้จัดยังจัดส่งใบประกาศนียบัตรที่ได้เข้าร่วมการแข่งขัน ใบแสดงสถิติในการวิ่ง และหนังสือพิมพ์ฉบับเช้าของวันรุ่งขึ้นหลังจากวันงาน ที่มีชื่อนักวิ่งที่เข้าเส้นชัยในระยะมาราธอนทุกคน อยู่ในนั้นด้วย มันช่างน่าประทับใจไม่รู้ลืมจริงไหมครับ ผมลื

บอกไปว่า การได้วิ่งจบในระยะมาราธอนใน Tokyo Marathon นั้น บรรยากาศสร้างให้เราารู้สึกเหมือนเราเป็นผู้ชนะที่สามารถเอาชนะตัวเองได้ หลังจากเข้าเส้นชัย เจ้าหน้าที่จะยื่นเป็นแถวสองแถว เพื่อให้นักวิ่งเดินอยู่ตรงกลางระหว่างแถว พร้อมกับปรบมือให้ทุกคนอย่างไม่ว่าขาดเสียง และมีการคล้องเหรียญที่ระลึกให้ทุกคนพร้อมคลุมผ้าเช็ดตัวผืนใหญ่สำหรับผู้พิชิตทุกคน มันทำให้หัวใจพองโตและอยากกลับมาวิ่งอีกครั้ง

ถาม:

สุดท้าย ทราบว่าอาจารย์เป็นกำลังสำคัญคนหนึ่งในการจัดวิ่ง 3-gether สามสถาบันวิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจ อยากให้อาจารย์ช่วยเล่ารายละเอียดของงานครั้งนี้ และอาจารย์มีอะไรจะฝากถึงศิษย์เก่าในเรื่องนี้บ้างครับ?

ตอบ:

ขอบคุณครับ การวิ่ง-ปั่นครั้งนี้เป็นความร่วมมือครั้งแรกของสามคณะแพทย์ในส่วนภูมิภาค ที่มีเป้าหมายเน้นเรื่องการรักษาสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย และระดมทุนรับเงินบริจาคเพื่อกิจการต่าง ๆ ในแต่ละสถาบันซึ่งเกิดผลดีต่อผู้ป่วยทั้ง 3 ภูมิภาค ระยะทางวิ่งและปั่นทั้งสามสถาบันรวมกันประมาณ 3,000 กิโลเมตร โดยคณะแพทยศาสตร์ ม.อ. จะมีที่วิ่งและปั่นที่เป็น อาจารย์แพทย์ แพทย์ และบุคลากรทางการแพทย์ซึ่งเป็นทีมหลักในการวิ่งและปั่นรวมกันประมาณ 40 คน การจัดการวิ่งปั่นครั้งนี้ จัดระหว่างวันที่ 22-28 กรกฎาคม 2560 โดยทั้งสามสถาบันจะวิ่งออกจากกรุงเทพฯ พร้อมกันในวันที่ 22 กรกฎาคม และไปสิ้นสุดในวันที่ 28 กรกฎาคม ที่สถาบันของตัวเอง โดยวันสุดท้ายจะมีกิจกรรม ถวายพระพรสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 10 ในวันพระราชสมภพพร้อมกันด้วยครับ

ผมจึงอยากเชิญชวนศิษย์เก่าทุกคนที่สามารถวิ่งและปั่นได้ มาร่วมวิ่งและปั่นในระหว่างเส้นทางร่วมกับพวกเรานะครับ เราจะวิ่งและปั่นผ่าน จังหวัดเพชรบุรี ประจวบคีรีขันธ์ ชุมพร สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช และเมืองสงขลา ก่อนเข้าสู่ลานสมเด็จพระราชบิดา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ในเช้าวันที่ 28 กรกฎาคมครับ ผมทราบว่า ทีมศิษย์เก่าจากจังหวัดภูเก็ตจะมาร่วมวิ่งและปั่นกับพวกเราในจังหวัดสุราษฎร์ธานี และศิษย์เก่าจากจังหวัดตรังจะมาร่วมที่จังหวัดนครศรีธรรมราช สำหรับศิษย์เก่าในจังหวัดอื่น ๆ ในภาคใต้ สามารถมาร่วมกับพวกเราได้ตลอดทาง มีแรง มีพลังกายมาร่วมวิ่งและปั่นด้วยกัน



ส่วนใครที่มีกำลังทรัพย์ ก็ช่วยกันบริจาคเพื่อนำไปสร้างอาคารเย็นศิระ ด้วยกันนะครับ

สำหรับในวันสุดท้ายคือวันที่ 28 กรกฎาคม ซึ่งเป็นวันหยุดราชการ จะเป็นการวิ่งและปั่นจาก สวนประวัติศาสตร์ พลเอกเปรม ติณสูลานนท์ มายังลานพระราชบิดา ระยะทางประมาณ 21 กิโลเมตร ผมก็อยากเชิญชวนศิษย์เก่าทุกท่านมาร่วมวิ่งและปั่นกับพวกเราเนะครับ ใครแรงดีมาร่วมวิ่งตั้งแต่จุดเริ่มต้น ใครแรงน้อยก็มาร่วมวิ่งระหว่างทาง ซึ่งเราจะมีจุดร่วมวิ่งระหว่างทางอีก 3 จุดคือ วัดโคกสูงระยะทางประมาณ 12 กิโลเมตร สวนสาธารณะเทศบาลนครหาดใหญ่ระยะทางประมาณ 5 กิโลเมตร และสุดท้ายที่ค่ายเสนาณรงค์ระยะทางประมาณ 2 กิโลเมตร มาร่วมวิ่งเข้าสู่ลานสมเด็จพระราชบิดาด้วยกันนะครับ พวกเราสามารถติดตามข่าวสารการวิ่งและปั่นสามสถาบัน วิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจ ได้จากช่องทางต่าง ๆ และ facebook page: 3getherRunRideforLife ได้เลยครับ ขอขอบคุณครับ

สัมภาษณ์โดย ศ.นพ.พิเชฐ อุดมรัตน์

สัมภาษณ์ศิษย์เก่า หมอนักปั่น นพ.ดำรงค์ แวอาลี*



ถาม:

ทำไมถึงมาสนใจปั่นจักรยาน ?

ตอบ:

เดิมผมออกกำลังกายโดยการวิ่ง แต่ตอนนั้นน้ำหนักผมเยอะ ทำให้มีปัญหาเจ็บข้อเข่าและข้อเท้า เลยลองหาวิธีออกกำลังกายแบบอื่น ก็มาลงตัวที่จักรยาน เพราะไม่มีปัญหาเรื่องน้ำหนัก นอกจากได้ออกกำลังกายแล้ว ยังได้เพื่อนใหม่ ๆ จากหลาย ๆ อาชีพ ได้เห็นสถานที่ใหม่ ๆ ได้สุขภาพทั้งกาย จิตใจและสังคม

ถาม:

ปั่นมาก็ปีแล้วครับ ?

ตอบ:

อันที่จริงผมเริ่มปั่นมาหลายปีแล้ว แต่ไม่สม่ำเสมอ เป็นการปั่นจักรยานธรรมดาทั่วไป เพิ่งมาเริ่มปั่นจริงจังมาได้ 3 ปี โดยซื้อจักรยานเสือภูเขาเมื่อพฤษภาคม 2557 และมาซื้อเสือหมอบเมื่อกรกฎาคม 2558

ถาม:

ส่วนมากชอบปั่นคนเดียวหรือเป็นกลุ่มครับ ?

ตอบ:

มักจะปั่นคนเดียวที่สวนขวัญเมืองยะลา เพราะปลอดภัย มีเลนจักรยาน สำหรับปั่นจักรยานโดยเฉพาะ บางครั้ง

* ศิษย์เก่าแพทย์ประจำบ้านจิตเวชศาสตร์ ม.อ. รุ่นที่ 1 ได้รับการคัดเลือกให้เป็นแพทย์ตัวอย่างภาคใต้ ปี พ.ศ.2547 ปัจจุบันเป็นจิตแพทย์โรงพยาบาลศูนย์จังหวัดยะลา

ก็เข้าไปร่วมกับกลุ่มที่ปั่นเร็ว ผมจะพยายามปั่นให้ได้ทุกวันช่วงเช้าก่อนไปทำงาน 20-30 กิโลเมตร แล้วแต่เวลาจะอำนวย แต่วันหยุดก็จะนัดเพื่อน ๆ ปั่นไปไกล ๆ ไปต่างอำเภอหรือต่างจังหวัดบ้าง 60-100 กิโลเมตร บางครั้งก็นัดกับครอบครัว ญาติพี่น้อง ปั่นไปเป็นกลุ่มด้วยกันบ้างเช่นกัน



ถาม:

เคยลงแข่งในประเทศและต่างประเทศบ้างไหมครับ ?

ตอบ:

ผมปั่นเพื่อสุขภาพมากกว่าครับ ไม่ได้คิดจะแข่งขัน เคยลงแข่งบ้างก็เป็นในสนามท้องถิ่น แต่ไม่เคยแข่งในต่างประเทศ

ถาม:

ประทับใจการแข่งขันครั้งใดมากที่สุดครับ ?

ตอบ:

ประทับใจทุกสนามครับ ชอบที่สุดคือของ รพ.นาทวี เขาจัดมาทุกปี การจัดการดีมาก และเป็นการจัดเพื่อการกุศลด้วยคือ ซื้ออุปกรณ์การแพทย์ จึงเหมือนกับได้ออกกำลังกายแล้วยังได้บุญ และได้ความสุขไปด้วย

ถาม:

ม.อ.จะจัดให้มีการวิ่ง-ปั่น ไปต้อนรับกลุ่มที่ วิ่ง-ปั่นมาจาก กทม. ในวันที่ 22-28 กรกฎาคมนี้ ดำรงค์สนใจมาร่วมด้วยไหมครับ



ตอบ:

สนใจมากครับ ลงปฏิทินไว้แล้วว่าจะมาร่วมด้วย อันที่จริงแล้วอยากจะร่วมปั่นอีกเส้นทางคือ จากสามจังหวัดชายแดนใต้ ปั่นมาถึง ม.อ. เป็นสิ่งที่อยู่ใจว่าสักวัน อยากจะปั่นจากยะลา มาหาดใหญ่สักครั้ง

ถาม:

สุดท้ายนี้มีอะไรอยากฝากบอก ศิษย์เก่าคนอื่น ๆ ที่สนใจจะหัดปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพบ้างไหมครับ

ตอบ:

ผมคิดว่าออกกำลังกายแบบไหนก็ได้ อยู่ที่ความชอบของเรา แต่ขอให้สม่ำเสมอ ส่วนผู้ที่ปั่นจักรยานใหม่ ๆ ก็เจอปัญหาบ้างปวดโน่น เข็ดนี่ ซามือ เจ็บหลัง แต่ก็แก้ไขกันได้โดยการ fitting ให้ดี และเหมาะสม อาจใช้อุปกรณ์เสริม อย่าลืมนโยบายที่เกี่ยวข้องกับ safety ทั้งหลาย ส่วนจักรยานไม่ต้องแพงมาก เพราะเราเน้นปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ ไม่ได้ต้องการแข่งขันหรือประชันความเร็ว มีคนบอกว่าจักรยานที่แพงที่สุด คือจักรยานที่ซื้อตั้งไว้แต่ไม่ได้ปั่น

ถาม:

แล้วพวกเราจะรอพบกับดำรงค์ ในวันที่ 28 กรกฎาคม นี้ นะครับ

ตอบ:

ครับ และขอเชิญชวนศิษย์เก่านักปั่นทุกท่านมาร่วมปั่นปั่นน้ำใจในครั้งนี้อย่างแน่นอนครับ

สัมภาษณ์โดย ศ.นพ.พิเชษฐ อุดมรัตน์



45 ปี หมอศรित्रังคั่นถิ่น รำลึกวันวาน ผสานความทรงจำ

ผศ.พญ.นลินี โกวิททรวงษ์*

บ้าน เป็นคำที่เราคุ้นเคย เพราะตั้งแต่จำความได้เราก็พักอาศัยอยู่ในบ้าน เมื่อโตขึ้นมาถึงวัยแห่งการศึกษาเล่าเรียน เราคงปฏิเสธไม่ได้ถึงบ้านหลังที่สองของเราซึ่งก็คือสถานศึกษาต่าง ๆ นั่นเอง และสถาบันการศึกษาสุดท้ายที่เราเล่าเรียนเพื่อใช้วิชาการในการประกอบวิชาชีพ ก็คือมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

สำหรับคณะแพทยศาสตร์ ม.อ.ของพวกเรา ปีนี้ได้ก่อตั้งมาจนครบ 45 ปีแล้ว ซึ่งหากเปรียบกับคนก็คงอยู่ในช่วงที่ลี้ลมชื่อเสียง ประสบการณ์ การสร้างลูกศิษย์ เข้าสู่วัยแห่งความรุ่งเรืองและมั่นคง

อยากให้พี่ ๆ น้อง ๆ ทุกท่าน นั่งหลับตาแล้วนึกย้อนไปตอนที่เรามาเรียนที่คณะแพทย ม.อ. นี้ตั้งแต่ปี 1 จนถึงปี 6 แน่นอนท่านต้องอมยิ้ม เพราะคงจะมีเหตุการณ์ที่ทำให้หัวเราะ เหตุการณ์ที่ทำให้เสียน้ำตา เราอยากให้คุณทุกท่านกลับมาร่วมรำลึกถึงความหลังกับเราในงาน Homecoming Night 2017 ที่จะจัดขึ้นในคืนวันที่ 4 สิงหาคม 2560 นี้ ในช่วงของงานประชุมวิชาการประจำปีของคณะแพทย โดยในปีนี้จะจัดงานที่ศูนย์ประชุมนานาชาติฉลองสิริราชสมบัติ 60 ปี เพื่อคงบรรยากาศในรั้วสงขลานครินทร์เอาไว้

สำหรับปีนี้จะมีเจ้าภาพร่วมกันสองรุ่น คือรุ่นที่ลงท้ายด้วยเลข 4 และเลข 9 โดยรุ่นที่เป็นเจ้าภาพในงาน จะพยายามรวบรวมสิ่งที่คิดว่าเป็นความหลังฝังใจของพวกเรามาให้ได้สัมผัส เช่น อาหารจากร้านที่เราคุ้นเคย บรรยากาศที่นั่งอันแสนอบอุ่น และแน่นอนที่ขาดเสียไม่ได้คืองานมุทิตาจิตอาจารย์ที่เกษียณอายุราชการในปีนี้

และในปีที่คณะแพทยครบ 45 ปี หลาย ๆ ท่านคงจะได้ข่าวใหญ่ที่ทางคณะแพทย ม.อ. ร่วมกับ คณะแพทย ม.ช. และ ม.ข. ในการจัดงานการกุศลวิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจเพื่อผู้ป่วยในภูมิภาคของตน จึงยิ่งเป็นจุดที่อยากให้คุณทุกท่านได้กลับมาเยี่ยมบ้าน มาร่วมกันระดมสรรพกำลัง และสมอง ในการทำงานใหญ่เพื่อผู้ป่วยในภาคได้ ซึ่งเป็นครั้งแรกของคณะแพทยเรา และเป็นครั้งแรกในประเทศไทย ที่จัดงานใหญ่ที่เกิดจากความร่วมมือของสามสถาบันเช่นนี้

ลองนับดูสิคะ ว่าท่านจากบ้านหลังนี้ไปนานแค่ไหนแล้ว ถึงเวลาแล้วหรือยังที่จะกลับมาเยี่ยมมาเป็นส่วนหนึ่งของความยิ่งใหญ่ และเติบโตของคณะแพทยของเรา

พวกเรารอท่านอยู่ในงาน Homecoming Night ในปีนี้ ซึ่งเป็นปีที่คณะแพทยครบ 45 ปี ห้ามพลาดเด็ดขาดเลยนะคะ ■ ■ ■

"เชิญร่วมงานฟรี"



Homecoming Night 2017

45 ปี ทมอศรีตรังคืนถิ่น
รำลึกวันวาน พสานความทรงจำ

วันศุกร์ที่ 4 สิงหาคม 2560

เวลา 18.00 - 22.00 น.

ณ ห้อง Conference Hall ศูนย์ประชุมนานาชาติฉลองสิริราชสมบัติครบ ๖๐ ปี
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

สมาคมศิษย์เก่าคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
Prince of Songkla University Medical Alumni Association
โทร (074)451531 e-mail : alumni@medicine.psu.ac.th Facebook : ทมอ ม.อ.



การประชุมวิชาการประจำปีคณะแพทยศาสตร์ ครั้งที่ 33

ไตรมาสพระบารมี

สู่ความเป็นเลิศ

๔๕ ปี

วันที่ 2-4 สิงหาคม 2560

ณ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

วันพุธที่ 2 สิงหาคม 2560

- พิธีมอบรางวัลแพทย์ตัวอย่างภาคใต้
- สาธารณสุขไทยในยุค 4.0
- Facial palsy other than Bell's palsy
- ตามรอยพ่อ พอสว. และการสาธารณสุขไทย
- Essential skills for children in the digital age
- The update era approaches double vision
- ECMO: When artificial life support existed
- Multidisciplinary: Perioperative fluid and blood component management, theory to practice
- "Drug allergy: The old problems to the new challenges"
- โรคร้ายอุบัติใหม่ มียุงลายเป็นพาหะ
- Surgical Innovation in Thailand 4.0
- สนุนโพรไทยสู่การพัฒนายาที่ยั่งยืน
- Balance Problem Elderly
- At crime scene : How to survive ?
- Treatment of Endometriosis in 4.0 era
- Aging Society : Evidence based prevention, treatment and physical therapy of orthopaedic pathology: knee and hip osteoarthritis

วันพฤหัสบดีที่ 3 สิงหาคม 2560

- ปาฐกถาพิเศษ เรื่อง "การแพทย์ไทย ไตร่ตรองพระบารมี"
- Congenital heart
- Ischemic stroke
- Acute postoperative pain management
- Perioperative medicine
- Neuroscience of learning and its application : เต็มไปให้รู้ จากครูสู่เด็ก
- ตัดบ้านดีกว่าตัดกระเทียม
- Abnormal adherens of placenta:project team approach
- Update Physical Therapy Management in Stroke : Evidence- based Practice
- พงทอมศรีจันทร์ในมือกายากรุ่น 3
- Atypical cutaneous fungal Infection from clinical to Bench field

วันศุกร์ที่ 4 สิงหาคม 2560

- พิธีมอบรางวัลศิษย์เก่าดีเด่น
- 45 ปี คณะแพทยฯ มมองจากภายนอกสู่ภายใน
- ถอดบทเรียนการพัฒนาหลักสูตรที่เสริมแคลเซียมจากงานวิจัยพื้นฐานสู่ภาคอุตสาหกรรม
- Innovation in Med Education
- Targeted Innovation

ฟรี...ค่าลงทะเบียน

ติดต่อสอบถาม/สมัครที่ : งานแวนซ์มีทีคัมและการจัดประชุม
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
โทรศัพท์ : 074-451147 โทรสาร : 074-451127
E-mail : meeting@medicine.psu.ac.th

Download รายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ :
<http://medinfo.psu.ac.th>



3 สถาบัน วิ่ง-ปั่น ปั่นน้ำใจ

3gether : Run & Ride for Life

22-28 กรกฎาคม 2560

ขอเชิญร่วมวิ่ง ร่วมเชิษร์ ร่วมแฮร์

ร่วมบริจาคเพื่อระดมทุนสร้างอาคารเย็นศิระ 3 กับเส้นทางภาคใต้



facebook.com/3getherRunRideforLife

ร่วมบริจาคได้ที่ | ธนาคารกรุงเทพ เลขที่บัญชี 641-3-009595 / พร้อมเพย์เลขที่ 09930 00268 05 9
 ชื่อบัญชี : 3 สถาบันแพทย์ วิ่ง ปั่น ปั่นน้ำใจ เพื่อผู้ป่วยยากไร้ / 3gether : Run & Ride for Life

ใบเสร็จรับเงินสามารถนำไปลดหย่อนภาษีได้ สอบถามข้อมูลการบริจาคเพิ่มเติมได้ที่
 มูลนิธิโรงพยาบาลสงขลานครินทร์ โทร.074-451599, 082-8311122 / Email : 3gether2560@gmail.com / Line ID : shfmedpsu



**คณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่**

ระยะทาง 734 กม.

การรวมตัวกันครั้งแรกของ 3 สถาบันแพทย์
เพื่อผู้ป่วยในภูมิภาค

**คณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น**

ระยะทาง 945 กม.

3 สถาบัน วิ่ง-ปั่น ปันน้ำใจ

3gether : Run & Ride for Life

22-28 ก.ค. 2560

ขอเชิญร่วมวิ่ง ร่วมเชิษร์ ร่วมแชร์

**คณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์**

ระยะทาง 1,026 กม.



facebook.com/3getherRunRideforLife

ร่วมบริจาคได้ที่ | ธนาคารกรุงเทพ เลขที่บัญชี 641-3-009595 / พร้อมเพย์เลขที่ 09930 00268 05 9
ชื่อบัญชี : 3 สถาบันแพทย์ วิ่ง ปั่น ปันน้ำใจ เพื่อผู้ป่วยยากไร้ / 3gether : Run & Ride for Life

ใบเสร็จรับเงินสามารถนำไปลดหย่อนภาษีได้ สอบถามข้อมูลการบริจาคเพิ่มเติมได้ที่
มูลนิธิโรงพยาบาลสงขลานครินทร์ โทร.074-451599, 082-8311122 / Email : 3gether2560@gmail.com / Line ID : shfmedpsu