

ที่ ศธ ๐๗๐๘๘/ว ๐๓๓



สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดสตูล
ต.คลองขุด อ.เมืองสตูล จ.สตูล ๙๑๐๐๐

๒๓ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง การตรวจสุขภาพประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๙

เรียน ผู้อำนวยการสถานศึกษาศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอทุกอำเภอ

อ้างถึง หนังสือสำนักงาน สกร.ประจำจังหวัดสตูล ที่ ศธ ๐๗๐๘๘/ว ๗๒๗ ลงวันที่ ๒๙ ตุลาคม ๒๕๖๘

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. รายละเอียดการเตรียมตัวให้พร้อมก่อนตรวจสุขภาพ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. กำหนดการ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามหนังสือที่อ้างถึง สำนักงาน สกสค.จังหวัดสตูล ได้แจ้งประชาสัมพันธ์การตรวจสุขภาพให้ครูและบุคลากรทางการศึกษา ประจำปี ๒๕๖๙ โดยโรงพยาบาลครู สำนักงานคณะกรรมการ สกสค. จากทีมแพทย์ผู้เชี่ยวชาญในการตรวจวิเคราะห์ทางแพทย์และห้องปฏิบัติการทางการแพทย์ในรูปแบบการตรวจสุขภาพเคลื่อนที่ (Mobile Hospital) โดยให้ลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการ ภายในวันที่ ๕ มกราคม ๒๕๖๙ ความละเอียดแจ้งแล้ว นั้น

โรงพยาบาลครู สำนักงานคณะกรรมการ สกสค. แจ้งกำหนดการตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๙ โดยจะดำเนินการออกตรวจในพื้นที่จังหวัดสตูล ในวันเสาร์ที่ ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๙ ทั้งนี้ กำหนดจุดบริการตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๙ จำนวน ๑ จุด คือ สำนักงาน สกสค.จังหวัดสตูล ตั้งแต่เวลา ๐๖.๓๐ - ๑๑.๐๐ น.

ในการนี้ สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดสตูล ขอให้ท่านประชาสัมพันธ์ครูและบุคลากรทางการศึกษาที่ได้ลงทะเบียนไว้กับสำนักงาน สกสค.จังหวัดสตูล รวมไปถึงผู้ที่สนใจเข้าร่วมการตรวจสุขภาพประจำปีกับสำนักงาน สกสค.จังหวัดสตูล (เพิ่มเติม) ทราบ เพื่อดำเนินการเตรียมตัวในการตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๙ รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้อง

ขอแสดงความนับถือ

(นางวาสนา อนุสรณ์ประเสริฐ)
ผู้อำนวยการสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดสตูล

กลุ่มอำนวยการ (งานบุคลากรและนิติการ)

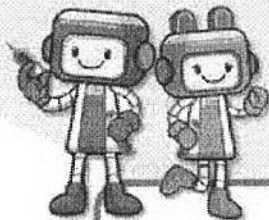
โทร. ๐ ๗๔๗๒ ๑๔๔๔

โทรสาร ๐ ๗๔๗๒ ๑๔๑๓

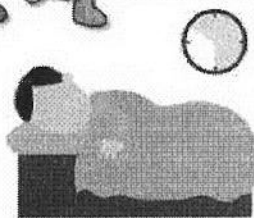
“เรียนดี มีคุณธรรม”



สำนักงานคณะกรรมการ สกสด. โดย โรงพยาบาลดรุ



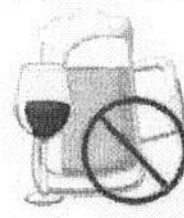
เตรียมตัวให้พร้อมก่อนตรวจสุขภาพ



1. อดนอนหลับให้เพียงพอ
อย่างน้อย 6-8 ชั่วโมง
ก่อนรับการตรวจสุขภาพ



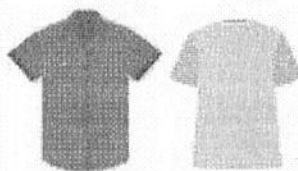
2. งดอาหาร และเครื่องดื่ม
อย่างน้อย 8-10 ชั่วโมงก่อนตรวจ
(สามารถจิบน้ำเปล่าได้เล็กน้อย)



3. งดดื่มแอลกอฮอล์
อย่างน้อย 24 ชั่วโมง
ก่อนตรวจสุขภาพ



4. งดออกไปตรวจในช่วงเช้า
เพื่อไม่ให้ร่างกายอึดโรยเกินไป



5. งดสวมเสื้อผ้าที่รัดกุม
ต่อการเจาะเลือดที่ข้อพับ แขน



6. กรณีเก็บตัวอย่างตรวจปัสสาวะ
ให้เก็บปัสสาวะช่วงแรกทิ้งไปก่อน
แล้วค่อยเก็บปัสสาวะช่วงกลาง
และทิ้งปัสสาวะช่วงสุดท้ายไป



7. สำหรับสุขภาพสตรี
ไม่ควรตรวจในช่วงก่อน
และหลังมีประจำเดือน 7 วัน



8. หากมีประจำเดือน
ให้งดตรวจปัสสาวะ
เพราะเลือดจางปนปัสสาวะ
และมีผลกระทบต่อการตรวจ



9. กรณีตรวจอุจจาระ
ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานเนื้อสัตว์
และวิตามินซี อย่างน้อย 3 วัน

กำหนดการตรวจสุขภาพประจำปี
ให้แก่ครูและบุคลากรทางการศึกษา (Mobile Hospital)
ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๙
สำนักงาน สกสค. จังหวัดสตูล
ณ วันที่ ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๙
โดยโรงพยาบาลครู

ลำดับ	วัน เดือน ปี	เวลาตรวจ	สถานที่ตรวจสุขภาพ	อำเภอ
1	7 กุมภาพันธ์ 2569	06.30 – 11.00 น.	สำนักงาน สกสค. จังหวัดสตูล	เมืองสตูล

สำนักงาน สกสค. จังหวัดสตูล
โทร. ๐ ๗๔๗๕ ๐๗๔๕ , ๐๖๒ ๖๐๔ ๐๖๗๔
ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ : satun@otep.go.th

“เรียนดี มีคุณธรรม”