

แบบการเขียนโครงการตามแผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567

คณะกายภาพบำบัด

ประเภทโครงการ  งานประจำ  งานเชิงพัฒนา

.....

1. ชื่อโครงการ การรักษาด้วยการเคลื่อนไหวสำหรับปัญหาข้อไหล่  
(Movement Therapy for Shoulder Conditions)

2. ผู้รับผิดชอบโครงการ คณะกรรมการบริการวิชาการ คณะกายภาพบำบัด  
มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

หมายเลขโทรศัพท์ 1172

3. สถานภาพของโครงการ :

- โครงการที่ดำเนินการเป็นประจำทุกปี
- โครงการต่อเนื่อง ตั้งแต่ปีการศึกษา ..... ถึงปีการศึกษา .....
- โครงการที่ริเริ่มใหม่ เน้นพัฒนาคุณภาพด้าน .....

4. ลักษณะของโครงการ :

- ด้านการจัดการเรียนการสอน
- ด้านบริการวิชาการ
- ด้านกิจกรรมพัฒนานักศึกษา
- ด้านงานวิจัย
- ด้านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม
- อื่นๆ .....

5. ความสอดคล้อง

5.1 ยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัย ข้อที่ 4 การบริการวิชาการที่สอดคล้องกับความต้องการของชุมชนและสังคม และการบริการวิชาการที่มีรายได้ ตามพันธกิจของทุกหน่วยงานในมหาวิทยาลัย

มาตรการหลัก ข้อที่ 1 การบริการวิชาการที่เสริมสร้างความเข้มแข็งแก่ชุมชนและสังคม

มาตรการย่อย ข้อที่ 1.2 ให้บริการวิชาการที่มีระดับเศรษฐกิจชุมชนฐานราก ให้หลุดพ้น จากกับดักความยากจนและมีรายได้เพิ่มขึ้น

มาตรการหลัก ข้อที่ 2 การบริการวิชาการที่ก่อให้เกิดรายได้

มาตรการย่อย ข้อที่ 2.1 ส่งเสริมให้หน่วยงานมีการบริการวิชาการที่สร้างรายได้ให้กับ มหาวิทยาลัย

มาตรการย่อย ข้อที่ 2.2 พัฒนาแหล่งบริการวิชาการของมหาวิทยาลัยให้เป็นที่ยอมรับ และเป็นที่ยอมรับ รู้จักแก่ชุมชนและสังคม

มาตรการย่อย ข้อที่ 2.3 จัดทำแผนการตลาดเชิงรุกในการบริการวิชาการแบบมีรายได้

มาตรการย่อย ข้อที่ 2.4 สร้างเครือข่ายความร่วมมือการบริการวิชาการกับชุมชน ภาครัฐ

## 5.2 เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 1. ขจัดความยากจน (No Poverty)
- 2. ขจัดความหิวโหย (Zero Hunger)
- 3. มีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี (Good Health and Well-being)
- 4. คุณภาพการศึกษา (Quality Education)
- 5. ความเท่าเทียมทางเพศ (Gender Equality)
- 6. การจัดการน้ำและสุขาภิบาล (Clean Water and Sanitation)
- 7. พลังงานสะอาดที่ทุกคนเข้าถึงได้ (Affordable and Clean Energy)
- 8. การจ้างงานที่มีคุณค่าและการเติบโตทางเศรษฐกิจ (Decent Work and Economic Growth)
- 9. อุตสาหกรรม นวัตกรรม โครงสร้างพื้นฐาน (Industry, Innovation and Infrastructure)
- 10. ลดความเหลื่อมล้ำ (Reduced Inequality)
- 11. เมืองและถิ่นฐานมนุษย์อย่างยั่งยืน (Sustainable Cities and Communities)
- 12. แผนการบริโภคและการผลิตที่ยั่งยืน (Responsible Consumption and Production)
- 13. การรับมือการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (Climate Action)
- 14. การใช้ประโยชน์จากมหาสมุทรและทรัพยากรทางทะเล (Life Below Water)
- 15. การใช้ประโยชน์จากระบบนิเวศทางบก (Life on Land)
- 16. สังคมสงบสุข ยุติธรรม ไม่แบ่งแยก (Peace and Justice Strong Institutions)
- 17. ความร่วมมือเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน (Partnerships to achieve the Goal)

## 5.3 คุณธรรม 6 ประการ

- ขยัน
- อุตุน
- ประหยัด
- เมตตา
- ซื่อสัตย์
- กตัญญู

## 5.4 กรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา (TQF)

- ด้านคุณธรรม จริยธรรม
- ด้านความรู้
- ด้านทักษะทางปัญญา
- ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ
- ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

## 5.5 การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 (4Cs)

- ทักษะในการคิดวิเคราะห์และทักษะในการแก้ปัญหา
- ทักษะด้านความคิดสร้างสรรค์
- ทักษะการทำงานร่วมกับคนอื่น
- ทักษะในการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

## 6. การบูรณาการของโครงการ

### 6.1 โครงการที่ดำเนินการนี้เป็นโครงการบูรณาการหรือไม่

- เป็น
- ไม่เป็น

### 6.2 ถ้าเป็นโครงการบูรณาการ ดำเนินการบูรณาการกับด้านใด

- ด้านการเรียนการสอน (ระบุรายวิชา).....
- ด้านงานวิจัย (ระบุชื่องานวิจัย) .....
- ด้านให้บริการวิชาการ (ระบุชื่อโครงการ) โครงการบริการวิชาการที่บูรณาการการเรียนการสอนทักษะทางวิชาชีพ
- ด้านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม (ระบุ).....

## 7 หลักการและเหตุผล

ปัญหาข้อไหล่เป็นหนึ่งในภาวะที่พบได้บ่อยในทางกายภาพบำบัด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ป่วยที่มีอาการปวดและข้อจำกัดในการเคลื่อนไหว ซึ่งอาจเกิดจากพยาธิสภาพต่างๆ เช่น ภาวะข้อไหล่ติด (Frozen Shoulder), ภาวะการกดเบียดของข้อไหล่ (Shoulder Impingement Syndrome), และความไม่มั่นคงของข้อไหล่ (Shoulder Instability) เป็นต้น ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อปัญหาข้อไหล่ ได้แก่ ความผิดปกติของการเคลื่อนไหว (Movement Impairment), ความไม่สมดุลของกล้ามเนื้อ และข้อจำกัดของเนื้อเยื่อรอบข้อ

แนวคิด Movement System Impairment (MSI) ได้รับความสนใจมากขึ้นในปัจจุบัน เนื่องจากเป็นแนวทางที่เน้นการระบุรูปแบบของความผิดปกติในการเคลื่อนไหว และนำมาใช้ในการวินิจฉัยและวางแผนการรักษาอย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยหลักการทางชีวกลศาสตร์และระบบควบคุมการเคลื่อนไหวเพื่อแก้ไขปัญหาที่ต้นเหตุ

ดังนั้น การอบรมเชิงปฏิบัติการนี้ จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมมีความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด MSI และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการตรวจประเมิน วินิจฉัย และออกแบบโปรแกรมการรักษาทางกายภาพบำบัดสำหรับผู้ป่วยที่มีปัญหาข้อไหล่ได้อย่างเหมาะสม

การอบรมนี้ครอบคลุมทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติ โดยเนื้อหาหลัก ประกอบด้วย

- ทบทวนหลักการทางชีวกลศาสตร์ของข้อไหล่
- แนวคิด MSI และการประยุกต์ใช้ในการรักษาปัญหาข้อไหล่
- หลักการตรวจประเมิน alignment impairment และ muscle dysfunction
- เทคนิคการออกกำลังกายและการฟื้นฟูสมรรถภาพข้อไหล่
- การจัดการผู้ป่วยโดยใช้แนวทางที่อิงหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ (Evidence-Based Practice: EBP)

ทั้งนี้ผู้เข้าร่วมจะได้รับโอกาสในการฝึกปฏิบัติจริงภายใต้การดูแลของคณาจารย์ผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้สามารถนำองค์ความรู้ไปใช้ในทางปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพและสอดคล้องกับแนวทางการดูแลผู้ป่วยที่ทันสมัย

## 8. วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 8.1 เพื่อพัฒนาทักษะ ความรู้ และเทคนิคทางวิชาชีพกายภาพบำบัดให้แก่ร่างกายบำบัดทั่วไป อาจารย์ผู้ควบคุมการฝึกงาน และศิษย์เก่า
- 8.2 เพื่อพัฒนาความรู้และทักษะทางวิชาชีพแก่คณาจารย์กายภาพบำบัด และนำไปใช้ในการเรียนการสอน
- 8.3 เพื่อบูรณาการบริการวิชาการเข้ากับงานกายภาพบำบัด และการเรียนการสอน

### 9. ตัวชี้วัดความสำเร็จและเป้าหมายการดำเนินงาน

ตัวชี้วัดความสำเร็จ	เป้าหมาย
จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ	อย่างน้อยร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมาย
ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด Movement System Impairment (MSI) สำหรับผู้ป่วยที่มีปัญหาข้อไหล่ ของผู้เข้าร่วมโครงการ	เพิ่มขึ้น มากกว่าหรือเท่ากับ 1 ระดับ
ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ	3.51 ขึ้นไปจาก 5 ระดับ

### 10. สถานที่ในการจัดโครงการ โรงแรมเอสดี อเวนิว (SD Avenue Hotel)

### 11. ระยะเวลาในการดำเนินงาน(วัน) 2 วัน เริ่มต้น 3 กรกฎาคม 68 สิ้นสุด 4 กรกฎาคม 68

### 12. กลุ่มเป้าหมาย รวมจำนวนกลุ่มเป้าหมาย 60 คน แบ่งเป็น

12.1 กลุ่มเป้าหมายที่ 1 นักกายภาพบำบัดทั่วไป จำนวน 40 คน

12.2 กลุ่มเป้าหมายที่ 2 ศิษย์เก่าและอาจารย์ควบคุมการฝึกงาน จำนวน 20 คน

### 13. วิธีดำเนินการ

ขั้นตอนการดำเนินการ	พ.ศ. 2567				พ.ศ. 2568							
	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.
1. ติดต่อวิทยากร เพื่อประสานงานเป็นผู้นำในการอบรม												
2. ติดต่อประสานงานสถานที่จัดงาน เกี่ยวกับระยะเวลาและกิจกรรมที่จัด												
3. จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติ												
4. จัดเตรียมความพร้อมของวิทยากรและทีมงานจัดอบรม												
5. ประชาสัมพันธ์การเข้าร่วมโครงการอบรมฯ												
6. จัดโครงการอบรมฯ												
7. การสรุปผลการดำเนินโครงการ												

### 14. ค่าลงทะเบียนคนละ 4,000 บาท

## ผลที่คาดว่าจะได้รับภาพรวม

- นักกายภาพบำบัดพัฒนาทักษะและเทคนิคทางกายภาพบำบัดในการตรวจประเมินและรักษาผู้ป่วยที่มีปัญหาความบกพร่องของการเคลื่อนไหวข้อไหล่ ตามแนวทาง Movement System Impairment (MSI)
- นักกายภาพบำบัดสามารถนำเทคนิคที่ได้รับไปใช้ในการดูแลและรักษาผู้ป่วยที่มีปัญหาข้อไหล่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- คณาจารย์กายภาพบำบัดพัฒนาทักษะและนำองค์ความรู้ไปบูรณาการในการสอนวิชาที่เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนานักกายภาพบำบัดรุ่นต่อไป

ศิริรัตน์ จันทร์หนัก      ผู้รับผิดชอบโครงการ  
(ผศ.ดร.ศิริรัตน์ จันทร์หนัก)

กำหนดการ โครงการพัฒนาทักษะและวิชาชีพทางกายภาพบำบัด  
เรื่อง การรักษาด้วยการเคลื่อนไหวสำหรับปัญหาข้อไหล่ (Movement Therapy for Shoulder Conditions)  
วันที่ 3-4 กรกฎาคม 2568 เวลา 08.30-17.30 น.  
ณ รร.เอสดี อเวนิว กรุงเทพฯ

วันพฤหัสบดีที่ 3 กรกฎาคม 2568

8.00–8.30 น.	ลงทะเบียน
8.30–9.30 น.	ทบทวนความรู้ชีวกลศาสตร์ของข้อไหล่ วิทยากร: อ.ดร.ภก.พิชญา เฮงสมบูรณ์
9.30 - 10.30 น.	แนวคิด Movement System Impairment และการประยุกต์ในการรักษาข้อไหล่ วิทยากร: รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์
10.30–10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45–12.00 น.	หลักการตรวจประเมินและวินิจฉัยปัญหาความบกพร่องการเคลื่อนไหวข้อไหล่ ของเคลื่อนไหวข้อไหล่ วิทยากร: รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์
12.00–13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00–14.45 น.	ฝึกปฏิบัติการตรวจประเมินและวินิจฉัยปัญหาการเคลื่อนไหวข้อไหล่ วิทยากร: อ.ดร.ภก.พิชญา เฮงสมบูรณ์, รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์, ผศ.ดร.ภก.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ
14.45-15.00 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
15.00–15.30 น.	สรุปผลการตรวจ และการวินิจฉัย alignment impairment วิทยากร: รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์, ผศ.ดร.ภก.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ, อ.ดร.ภก.พิชญา เฮงสมบูรณ์
15.30–16.30 น.	แนวคิดการจัดการทางกายภาพบำบัดสำหรับปัญหาความบกพร่อง ของเคลื่อนไหวข้อไหล่ วิทยากร: รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์
16.30-17.00 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์และตอบคำถาม วิทยากร: รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์, ผศ.ดร.ภก.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ, อ.ดร.ภก.พิชญา เฮงสมบูรณ์

วันศุกร์ที่ 4 กรกฎาคม 2568

8.00–8.30 น.	ลงทะเบียน
8.30–9.30 น.	การควบคุมการเคลื่อนไหวและออกกำลังกายเพื่อแก้ไขความบกพร่องของการเคลื่อนไหว วิทยากร: ผศ.ดร.ภก.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ
9.30 - 10.30 น.	ฝึกปฏิบัติการตรวจ muscle length และ muscle performance วิทยากร: ผศ.ดร.ภก.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ, รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์, อ.ดร.ภก.พิชญา เสงสมบูรณ์
10.30–10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45–11.30 น.	ฝึกปฏิบัติการตรวจ muscle length และ muscle performance วิทยากร: ผศ.ดร.ภก.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ, รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์, อ.ดร.ภก.พิชญา เสงสมบูรณ์
11.30-12.00 น.	สรุปผลการตรวจและการวินิจฉัยความบกพร่องของการเคลื่อนไหว วิทยากร: รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์, ผศ.ดร.ภก.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ, อ.ดร.ภก.พิชญา เสงสมบูรณ์
12.00–13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00–14.30 น.	การรักษาและแนวทางการจัดการผู้ป่วยที่มีปัญหาข้อไหล่ วิทยากร: รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์, ผศ.ดร.ภก.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ, อ.ดร.ภก.พิชญา เสงสมบูรณ์
14.30-14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.45–16.00 น.	การรักษาผู้ป่วยที่มีปัญหาข้อไหล่ตัวอย่าง วิทยากร: รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์, ผศ.ดร.ภก.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ, อ.ดร.ภก.พิชญา เสงสมบูรณ์
16.00–16.30 น.	การปฏิบัติโดยอิงหลักฐาน (EBP) และแนวปฏิบัติทางคลินิก (CPG) ทางกายภาพบำบัดใน การดูแลผู้ป่วยปวดไหล่ วิทยากร: รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์
16.30-17.00 น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์และตอบคำถาม วิทยากร: รศ.ดร.ภก.มณฑนา วงศ์ศิรินวัฒน์, ผศ.ดร.ภก.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ, อ.ดร.ภก.พิชญา เสงสมบูรณ์