



แต่งเติมรอยยิ้มสดใสให้น้อง

จดหมายข่าวความเคลื่อนไหว

www.cleftchiangrai.org

www.facebook.com/cleftlipchiangrai.org

ฉบับที่ 63-65 กรกฎาคม – ธันวาคม 2563

หักทหาย.....จากทีมงานโครงการฯ

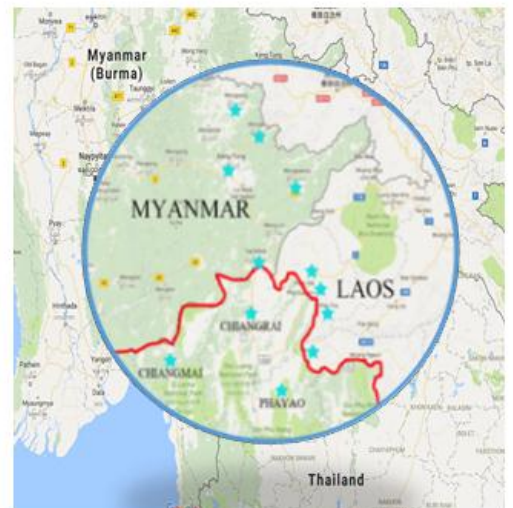
จดหมายฉบับนี้ มีข่าวครอบคลุมการทำงานในเดือน กรกฎาคม – ธันวาคม 2563 เป็นฉบับพิเศษครบรอบ 20 ปี ของโครงการแต่งเติมรอยยิ้มสดใสให้น้อง ได้ส่งความประทับใจบางส่วน ของอาสาสมัคร ผู้ปกครอง และน้องๆ ที่ตอนนี้เติบโตเป็นวัยรุ่นแล้ว มาให้ได้อ่านกัน มีข่าวการประชุมเสวนาของเครือข่ายหน่วยงานด้านสาธารณสุขและสังคม เพื่อพัฒนาระบบการดูแลรักษาฯ ให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น นอกจากนี้ได้แจ้งข่าวกิจกรรมการศึกษาฟื้นฟูการฝึกพูดระบบทางไกล ที่ยังทำได้ต่อเนื่องผ่านช่องทางไลน์กลุ่ม และเฟซบุ๊ก แล้วยังใช้ช่องทางดังกล่าวจัดค่ายครอบครัวให้น้องๆและผู้ปกครองทั้งที่อยู่ในไทย ที่สปป. ลาว และเมียนมาร์ เนื่องจากด้านที่ชายแดนยังปิดอยู่จากการระบาดของโรคโควิด-19 เราทุกคนยังจะต้องตั้งการ์ด ต้องใส่ใจป้องกันตนเองกันไปอีกอย่างต่อเนื่อง การเข้ารับบริการบางด้านที่โรงพยาบาลอาจทำได้เป็นระยะ ท่านผู้ปกครองท่านใดที่ได้รับการติดต่อนัดหมายจากเจ้าหน้าที่โครงการฯ โปรดมาตามนัด หากมีข้อขัดข้องหรือมีข้อสงสัยประการใดก็สามารถพูดคุยซักถามกันได้ตลอดทั้งทางโทรศัพท์ ไลน์กลุ่ม เฟซบุ๊ก ฯลฯ ...



พื้นที่

เป้าหมาย

- เชียงราย
 - พะเยา
 - เชียงใหม่
- และ พื้นที่ตามแนวชายแดนไทย-ลาว-พม่า



กระบวนการรักษาโดยสหสาขาวิชาชีพ



“แต่งเติมรอยยิ้มสดใสให้น้อง”



ตารางแสดงจำนวนผู้ป่วยทั้งหมด

พื้นที่	อาการ						รวม
	ปากแหว่ง		เพดานโหว่		ปากแหว่งเพดานโหว่		
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	
ไทย	68	50	23	53	118	58	370
ลาว	48	24	8	6	57	33	176
พม่า	146	101	10	16	144	84	501
รวม	262	175	41	75	319	175	1,047

ความประทับใจต่อโครงการ



นายรณลธิธิ สุปิ่นะเจริญ

(นักกิจกรรมบำบัด และ ผู้ช่วยฝึกพูด): รพ. เชียงคำ จ. เชียงราย

“ค่ายฝึกพูดกิจกรรมที่ดีช่วยให้เด็กปากแหว่งเพดานโหว่พูดได้ชัด สื่อสารกับผู้อื่นได้ ผมได้มีโอกาสช่วยให้เด็กแก้ไขการออกเสียง และผมได้นำทักษะและประสบการณ์นี้ไปใช้ในงานที่โรงพยาบาลที่ผมทำงานด้วย”

Ms. Nang Jouan Pyen (ทำใจเหล็ก ประเทศเมียนมาร์) ผู้ช่วยฝึกพูด ของ ค.ญ สาหนี่งา

“ถ้าเด็กพูดไม่ชัด ก็จะโดนล้อว่าพูดไม่ชัดไม่เหมือนคนอื่น ทั้งในโรงเรียนและในสังคมของเขา ซึ่งทำให้เขามีปมด้อย ชีวิตเด็กเสียหายอย่างมาก ค่ายฝึกพูดนี้ เติบโตสิ่งที่ดีหายและสิ่งที่ต้องการของเด็กค่ะ ถ้าเด็กเริ่มทำงาน เด็กก็จะมีคามมั่นใจเป็นสิ่งที่ช่วยให้เด็กมีอนาคตที่ดีค่ะ





นางแสงดาว วิมลรัตน์ (อ.แม่จัน จ.เชียงราย) ย่าของเด็กหญิงรัชนิกร ที่เข้าค่ายฝึกพูด
 “จิตใจที่มีโครงการนี้ ขอบคุณเจ้าหน้าที่ และครูผู้แก้ไขการพูดให้หลานจนพูดได้ชัด ครูที่หลานเรียนหนังสือบอกว่า หลานพูดได้ชัดเจนเหมือนเพื่อนๆ และทำให้เข้ากันได้ดีกับเพื่อนๆ”

Mr. Tay Zar Aung (ทำซี้เหล็ก ประเทศเมียนมาร์)
พ่อของ ด.ญ ฮาหนีชา ที่เข้าค่ายฝึกพูด
 “ลูกผมมีความสุขมากที่ได้เข้าร่วมค่ายฝึกพูด โดยเฉพาะเวลาที่ ผู้ช่วยฝึกพูดมาฝึกให้ที่บ้าน ขอบคุณสำหรับโอกาสดีๆ ที่มอบให้กับลูกผมและเด็กคนอื่นๆ ที่มีปัญหาพูดไม่ชัด ตอนนี้ผมดีใจมากที่ลูกพูดได้ชัดเหมือนเด็กคนอื่นๆ



นางสาวรัชนิกร วิมลรัตน์ (อ.แม่จัน จ.เชียงราย อายุ 16 ปี) เข้าโครงการผ่าตัดรักษาแก้ไขและฟื้นฟู ตั้งแต่แรกเกิด
 “หลังจากการผ่าตัดแล้ว หนูเข้าค่ายฝึกพูด พูดได้ชัด รู้สึกมั่นใจในตัวเอง ทำให้อะไรดีขึ้น หนูอยากทำตามความฝัน คือการท่องเที่ยวรอบโลก”

นายณัฐนนท์ ต่างใจ (อ.เมือง จ.เชียงราย อายุ 17 ปี) เข้าโครงการผ่าตัดรักษาแก้ไขและฟื้นฟู ตั้งแต่แรกเกิด
 “การพูดสำคัญมาก พูดได้ชัดไม่ต้องอายใคร ใช้ชีวิตประจำวันได้ง่ายขึ้น สื่อสารกับคนรู้เรื่อง เข้าใจง่ายขึ้น ช่วยให้ออกกำลังกายหน้าผมดีขึ้น ในอนาคตผมอยากเป็น เชฟ”

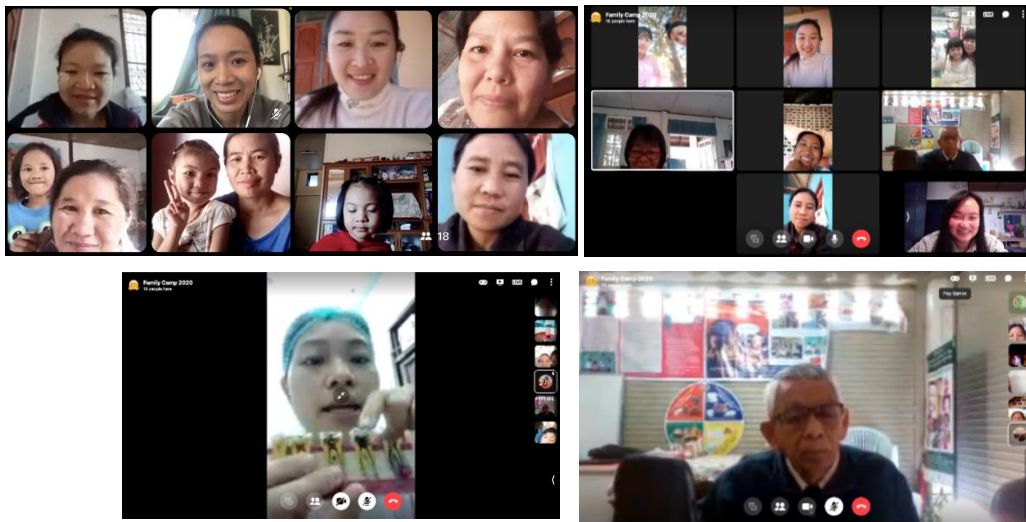


นางสาวธัญญรัตน์ สัมพันธ์วงศ์ ผู้ประสานงานโครงการฯ
 “ประทับใจใน การเสียสละเวลาของอาสาสมัคร ที่มีจิตอาสาช่วยอำนวยความสะดวก แนะนำ ดูแลผู้ป่วยๆ – ผู้ปกครอง ร่วมกับทีมฯ รวมทั้งบุคลากรทางการแพทย์จากหลายสถาบัน – หน่วยงาน ทั้งในและต่างประเทศ ที่มาร่วมให้การรักษาฯ ร่วมกับทีมสหวิชาชีพ โครงการฯ”

ค่ายครอบครัวออนไลน์

เนื่องจากสถานการณ์โควิดระบาด และด่านชายแดนไทย-พม่า ระหว่างแม่สาย - ท่าซี้เหล็ก และด่านชายแดนไทย-ลาว ระหว่างเชียงของ - บ่อแก้ว ยังปิดอยู่ ทางโครงการ จึงได้จัดค่ายครอบครัวออนไลน์

ค่ายครอบครัวเมียนมาร์ ผ่าน Facebook Room โดยมีผู้เข้าร่วม 22 ครอบครัว จาก 5 พื้นที่ ได้แก่ ท่าซี้เหล็ก เชียงตุง เมืองสาด เมืองยอง และ ตองจี



ค่ายครอบครัวไทย-ลาว ผ่าน Group Line โดยมีผู้เข้าร่วม 18 ครอบครัว จาก 3 พื้นที่ ได้แก่ ห้วยทราย (บ่อแก้ว สปป. ลาว) เชียงราย และ พะเยา



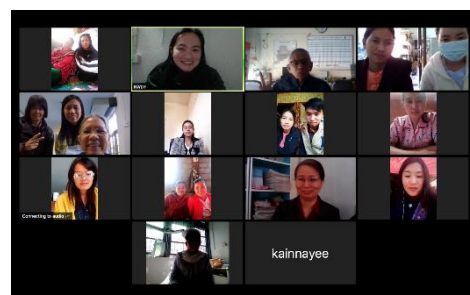
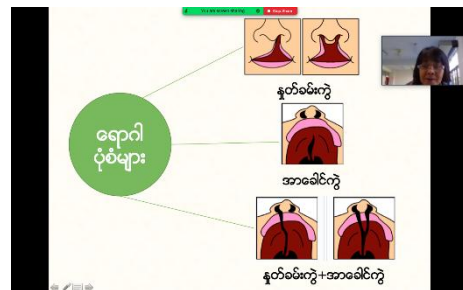
ค่ายครอบครัวทั้ง 2 ค่ายนี้ เด็กและผู้ปกครองได้รับความรู้เรื่องการดูแลฟัน และป้องกันฟันผุ การดูแลเด็กตามช่วงอายุ การดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคล และการป้องกันการถ่ายทอดความผิดปกติทางพันธุกรรมในเด็กแรกเกิดของผู้ที่มีภาวะความเสี่ยงสูงและวัยเจริญพันธุ์ พร้อมทั้งได้พบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนกันผ่านวิดีโอคอล อย่างสนุกสนาน

การเสวนาการเสวนาเครือข่ายการดูแลรักษาฟันฟอสภาพ ผู้ป่วยปากแห้งเพดานโหว่ ประเทศเมียนมาร์

“ความร่วมมือป้องกันภาวะผิดปกติแต่แรกเกิด และ การรักษาฟันฟอสภาพ
ผู้ป่วยปากแห้งเพดานโหว่อย่างครอบคลุมต่อเนื่อง”

23 ธันวาคม 2563

โครงการแต่งเติมรอยยิ้มสดใสให้น้อง ได้จัดการเสวนาผ่าน Zoom มีผู้เข้าเสวนา 12 ท่าน จาก 5 พื้นที่คือ ท่าซี้เหล็ก เชียงตุง เมืองสาต เมืองโต่ง เมืองปิง และหน่วยงาน พัฒนา 2 หน่วยงาน คือ มูลนิธิพัฒนาสตรีภาคเหนือ และ Thu Ta Dar Na จาก ท่าซี้เหล็ก ผู้เข้าร่วมเสวนาส่วนใหญ่เป็นพยาบาล ผู้นำชุมชน และ อาสาสมัคร การเสวนาได้รับความสนใจอย่างยิ่ง ผู้เข้าร่วมเสวนาได้รับความรู้เรื่องการรักษาฟันฟอสภาพ ผู้ป่วยปากแห้งเพดานโหว่ และ การป้องกันลดความเสี่ยงภาวะปากแห้งเพดานโหว่ พร้อมทั้งได้เสนอความคิดเห็น และ แสดงความตั้งใจให้ความร่วมมือ ในการกระจาย ความรู้เรื่องการป้องกันเพื่อลดความเสี่ยงภาวะปากแห้งเพดานโหว่แต่กำเนิด และ ช่วยให้ผู้ป่วยในพื้นที่ต่างๆได้รับการรักษาฟันฟอสภาพอย่างต่อเนื่อง



ผู้เข้าเสวนา ยินดีที่จะให้ความร่วมมือในการหาผู้ป่วย เก็บข้อมูลผู้ป่วยฯ ติดต่อประสานงาน ประชาสัมพันธ์ และ บอกต่อข้อมูลการรักษาและการป้องกันในพื้นที่ รวมทั้งกระจายความรู้เรื่องการป้องกันสู่ชุมชน

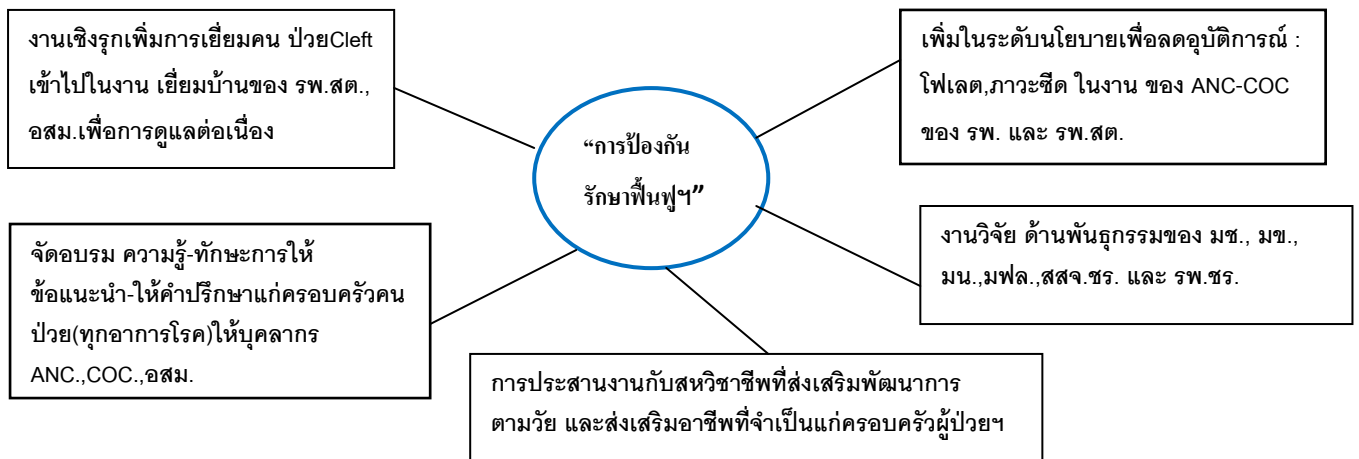
การเสวนาเครือข่ายการดูแลรักษาฟันฟุสภาพ ผู้ป่วยปากแหว่งเพดานโหว่ภาคเหนือ

“ความร่วมมือป้องกันภาวะผิดปกติแต่แรกเกิด และ การรักษาฟันฟุสภาพ
ผู้ป่วยปากแหว่งเพดานโหว่อย่างครอบคลุมต่อเนื่อง”
24 ธันวาคม 2563



ได้รับเกียรติจากคุณมาลีวัลย์ ศรีวิสัย รองนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดเชียงราย เป็นประธานเปิด
การเสวนา มีผู้เข้าเสวนา 39 ท่าน ส่วนใหญ่เป็นพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติการด้านงานแม่และเด็ก ทันตแพทย์
ทันตสาธารณสุข รวมทั้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจาก โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ โรงพยาบาลอำเภอ
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) จาก 8 อำเภอ คือ อำเภอเมือง แม่จัน แม่สาย แม่สรวย แม่ฟ้า
หลวง เวียงแก่น พาน และ เชียงของ นอกจากนี้มีอาจารย์จากมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ทีมดูแลรักษาผู้ป่วยฯ
จากมหาวิทยาลัยนเรศวร และมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ตลอดจนเจ้าหน้าที่โครงการดูแลรักษาผู้ป่วยฯ จาก
มูลนิธิตะวันฉาย มหาวิทยาลัยขอนแก่น และมูลนิธิพัฒนาสตรีภาคเหนือ

ข้อเสนอแนะการต่อเนื่องเครือข่าย Cleft เชียงราย “การป้องกันรักษาฟันฟุอย่างครอบคลุมต่อเนื่องเพื่อคุณภาพชีวิตของเด็กๆ”



- มีการประสานงาน 2 ทางในระบบที่มีอยู่ ระหว่าง รพ.สต. – รพ. อำเภอ – รพ. ศูนย์ฯ/ รพ. จังหวัด
- มีการประชาสัมพันธ์อย่างทั่วถึง/ ครอบคลุมกลุ่มเป้าหมายทั้งคนไทยและชนเผ่า
- มีระบบประสานงาน การให้บริการป้องกัน รักษา ฟันฟุสภาพ Cleft ระหว่างหน่วยงานภาครัฐ และหน่วยงานพัฒนาเอกชนที่ช่วยเหลือผู้เข้าไม่ถึงสิทธิการรักษา

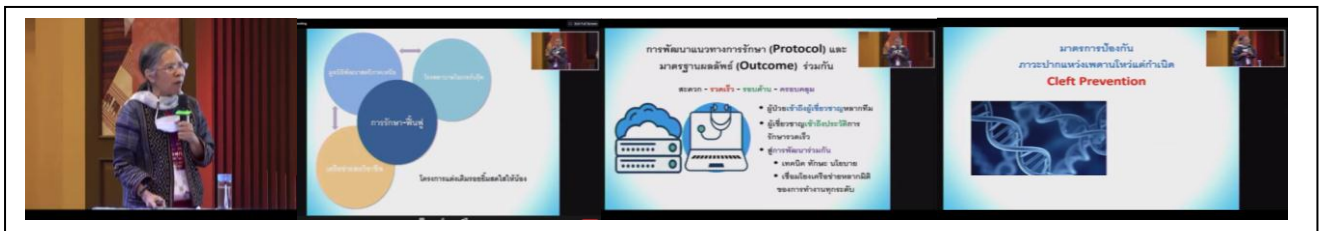
การประชุมวิชาการประจำปี 2563 ครั้งที่ 13 สมาคมความพิการปากแหว่งเพดานโหว่ใบหน้าและศีรษะแห่งประเทศไทย

8 – 9 พฤศจิกายน 2563

ทีมโครงการแต่งเติมรอยยิ้มสดใสให้น้อง เข้าร่วมประชุมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การดูแลรักษาฟันผุเด็กปากแหว่งเพดานโหว่ ทั้งที่อาคารสำนักบริการเทคโนโลยีสารสนเทศ (ITSC) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และการประชุมออนไลน์ โดยเฉพาะที่เกี่ยวกับนวัตกรรมด้านการพยาบาลและการดูแลผู้ป่วย – ครอบครัวด้านจิตสังคม เพื่อลดผลกระทบของปัญหาสังคมที่มีต่อผู้ป่วย และครอบครัว รวมทั้งสนับสนุนให้ผู้ป่วยคืนสูครอบครัว และสังคม และสามารถใช้ชีวิตปกติในครอบครัวและสังคมได้ ตลอดจน การสนับสนุนให้นำเอาเทคโนโลยีสารสนเทศ และนวัตกรรมสุขภาพ เข้ามาช่วยจัดการ และสนับสนุนการดำเนินงาน เพื่อมีระบบเชื่อมโยงเครือข่ายข้อมูลประวัติผู้ป่วย และบันทึกการรักษา ทำให้ผู้ป่วยเข้าถึงบริการการรักษาฟันผุอย่างทั่วถึง เท่าเทียม และต่อเนื่อง



ผู้เชี่ยวชาญในสหสาขาวิชาชีพต่างๆ 153 คน ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ จากการแบ่งปันประสบการณ์ และผลการวิจัยหลากหลายด้าน เพื่อพัฒนาระบบการดูแลรักษาฟันผุอย่างสนับสนุนและเชื่อมโยงกันโดยหารือกันเพื่อให้ได้ แผนการดูแลรักษา (protocol) ที่นำมาใช้ได้กับทุกทีมรักษา



คุณพนมวรรณ อยู่ดี หัวหน้าโครงการฯ ร่วมเสนอบทบาทของนักสังคมสงเคราะห์ในการประสานงาน ด้านการป้องกันส่งเสริมสุขภาพ การ รักษาและฟื้นฟูอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เด็กฯ ใช้ชีวิตปกติในครอบครัวและสังคมได้



โครงการฯ สนับสนุนให้ทุกทีมรักษาฯ พัฒนาระบบจัดเก็บข้อมูลและส่งต่อการดูแลรักษาผู้ป่วยร่วมกัน โดยเชื่อมกับโปรแกรมข้อมูลกลาง เพื่อความสะดวก รวดเร็ว และต่อเนื่องในการเข้าถึงการรักษา

การฝึกพูดทางไกลผ่านไลน์กลุ่มและ Facebook Live

การฝึกพูดต่อเนื่อง จากที่บ้านของผู้ที่จะรับการฝึก และเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายอายุน้อยเพื่อเตรียมความพร้อม และประเมินพัฒนาการทางภาษาได้มากขึ้น โดยนักแก้ไขการพูดและการ สื่อ ภาษา ผ่านไลน์กลุ่ม และ เฟซบุ๊กไลฟ์ จากอาคารสมาคมวาย.เอ็ม.ซี.เอ. เชียงใหม่

วันที่	ผู้รับการฝึกพูด	จำนวน (คน)
12 ก.ค. 2563	- ไทย (10), ลาว(4)	14
19 ก.ค. 2563	- พม่า :ทำซีเหล็ก, เชียงตุง, ตองจี, เมืองสาต, เมืองยอน	17
16 ส.ค. 2563	- ไทย (11), ลาว (4) - พม่า (22) :ทำซีเหล็ก, เชียงตุง, ตองจี, เมืองสาต	37
13 ก.ย. 2563	- ไทย (11), ลาว (4) - พม่า (2) :ทำซีเหล็ก, เชียงตุง	17
20 ก.ย. 2563	- พม่า :ทำซีเหล็ก, เชียงตุง, ตองจี, เมืองสาต	21
11 ต.ค. 2563	- พม่า :ทำซีเหล็ก, เชียงตุง, ตองจี, เมืองสาต	20
18 ก.ย. 2563	- ไทย (13) :พะเยา, เชียงราย - พม่า (4) :ทำซีเหล็ก, เชียงตุง	17
15 พ.ย. 2563	- ไทย (10) - พม่า (4) :ทำซีเหล็ก, เมืองสาต	14
22 พ.ย. 2563	- พม่า :ทำซีเหล็ก, เชียงตุง, ตองจี, เมืองสาต, เมืองยอน	17
6 ธ.ค. 2563	- ไทย (5), ลาว (9) - พม่า (4) :ทำซีเหล็ก, เชียงตุง, เมืองสาต	18
20 ธ.ค. 2563	- พม่า :ทำซีเหล็ก	13

ไทย

พม่า

ลาว



ผู้ปกครองมีส่วนช่วยอย่างมากในระหว่างการฝึก และแก้ไขการพูด รวมทั้งพูดผ่านล่ามด้วยเพื่อความชัดเจนในการสื่อสารเมื่อต้องการ กระบวนการฝึก ประกอบด้วย การทบทวนเพื่อประเมินพัฒนาการ การฝึกหัดต่อเนื่อง และการให้แบบฝึกหัดใหม่

การจัดงาน 20 ปี โครงการฯ กับสมาชิกเครือข่ายด้านพัฒนาสังคม



วันที่ 19 ธันวาคม 2563 สมาชิกเครือข่าย "กาดใบตอง" สมาชิกบ้าน Joshua และผู้ปกครองสมาชิก YMCA เชียงราย ได้จัดงานระดมทุนเล็กๆ สนับสนุน โครงการ "แต่งเติมรอยยิ้มสดใสให้น้อง 20 ปี" มีกิจกรรมขายเสื้อผ้า ขยายตระกร้า หนังสือ และผลิตผลทางการเกษตร ที่มีผู้บริจาคมาให้ ได้รับเงินจากกิจกรรมดังกล่าว เป็นเงินทั้งสิ้น 5,670 บาท

วิตามินโฟเลต - ลดอุบัติการณ์สภาวะปากแห้งเพดานโหว่

โฟเลต (วิตามินบี 9) เป็นสารอาหารที่ละลายน้ำได้ อยู่ในพืชผัก และ เนื้อสัตว์ ซึ่งเป็นอาหารธรรมชาติทำหน้าที่สร้างสารรหัสพันธุกรรม (ดีเอ็นเอ-DNA) สำหรับการสร้างเซลล์ใหม่ๆ ทั้งของมารดาและทารก

ลูกในท้องขาดโฟเลตจะเกิดอะไรขึ้น

- โรคหัวใจพิการแต่กำเนิด
- เกิดหลอดประสาทไม่เปิด
- น้ำหนักแรกเกิดน้อย
- ทารกคลอดก่อนกำหนด

- การสร้างใบหน้าและปากของตัวอ่อน เกิดเป็นปากแห้งเพดานโหว่
- กล้ามเนื้อและกระดูกอาจมีขนาดเล็กลง
- เสี่ยงต่อการเป็นกลุ่มอาการดาวน์
- แขนขาพิการแต่กำเนิด

การป้องกันภาวะพิการแต่กำเนิดด้วยการเสริมโฟเลตจะต้องรับประทาน อย่างน้อย 6 สัปดาห์ก่อนตั้งครรภ์ ต้องวางแผนก่อนมีลูก ประเด็นสำคัญมากคือ ต้องรับประทานก่อนจะมีเพศสัมพันธ์อย่างน้อย 6 สัปดาห์”



ศ.นพ.วรศักดิ์ โชติเลอศักดิ์

“หญิงวัยเจริญพันธุ์ทุกคน สามารถใช้สิทธิประโยชน์บัตรทอง 30 บาท เข้ารับวิตามินโฟลิก แอซิดตามโรงพยาบาลใกล้บ้านทั่วประเทศได้ โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย”

นพ.วชิระ เพ็งจันทร์
อธิบดีกรมอนามัย



อาหารที่มีโฟเลตมากมีอะไรบ้าง

... ยุคปัจจุบัน คนไทยเกิดน้อยลง แน่แน่นอนว่า คุณภาพประชากร จึงเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง!
เพราะเมื่อไรที่มี 1 ชีวิตใหม่เกิดขึ้น ชีวิตนั้น ต้อง "สมบูรณ์" ที่สุด ...

1.กลุ่มผัก: ผักโขมจีน/ โหระพา/ กุยช่าย/ แขนงกะหล่ำ/
ผักกาดหงส์/ ยี่ห่วย/ ผักคะน้า/ แมงลัก/ สะระแหน่

2.กลุ่มผลไม้: ทูเรียนหมอนทอง/ สตรอเบอร์รี่/
ฝรั่งกิมจู/ กัลยณน้ำว้า/ กัลยณไข/ ส้มจีน

3.กลุ่มข้าว: ข้าวไรซ์เบอร์รี่/ ข้าวสาลี/ ข้าวมันญี่ปุ่น/
ข้าวหอมนิล

4.กลุ่มถั่ว: ถั่วดำ/ ถั่วเขียว/ ถั่วเหลือง/ ถั่วแดงหลวง/
ถั่วลิสง

5.กลุ่มเนื้อสัตว์: เนื้อปลาตูก / เนื้อไก่ตะโพก/ เนื้อวัว
สะโพก / เนื้อวัวสะโพก/ เนื้อวัวสันใน/ เนื้อหมูสันใน

(ติดต่อ ขอเอกสารและคำแนะนำเพิ่มเติมได้ที่สาธารณสุข/
โรงพยาบาล/และสำนักงานโครงการ อาคาร YMCA



มูลนิธิพัฒนาสตรีภาคเหนือ

อาคาร วาย.เอ็ม.ซี.เอ 70 ถ.พหลโยธิน ต.ริมกก อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 57100

โทรศัพท์ : 053-702763-4 ต่อ 109 / โทรสาร : 053-714336

E-Mail : ymcawf@csloxinfo.com / E-Mail : nwdf@csloxinfo.co.th

