



67 ปี
67 ปี
28 เมษายน วันมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000
ภายใน 15666 โทรศัพท์/โทรสาร 02-259-6172

จากหนังสือพิมพ์สยามรัฐ ฉบับประจำวันที 13 เดือนมิถุนายน พ.ศ.2559 หน้า 8 มูลค่าข่าว 362,691.-

ศูนย์สารสนเทศและการประชาสัมพันธ์ ได้จัดระบบข่าวสิ่งพิมพ์ สนใจดูที่ [ได้ http://news.swu.ac.th/newsclips/](http://news.swu.ac.th/newsclips/)



เรียนรู้พระราชดำริและโครงการในพระราชดำริ เพื่อการพัฒนาสุขภาพให้แข็งแรง

พระบารมีปกเกล้า ๑ ดร.สุทิน ลิปิยะชาติ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงให้ความสำคัญกับการพัฒนาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงและการพัฒนาสุขภาพใจให้มั่นคงเสมอมา

ในวันนี้กระผมขอนำเรียนท่านผู้อ่านที่เคารพทุกท่านเกี่ยวกับพระราชจริยวัตรและพระราชกรณียกิจด้านการพัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้แข็งแรง โดยได้รับความสนับสนุนด้านข้อมูลบางส่วนจากคณะกรรมการจัดทำหนังสือเฉลิมพระเกียรติคำพ่อสอนและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ดังนี้ครับ

สุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดีและแข็งแรงถือเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการพัฒนาตนเองและสังคมให้เจริญต่อไป ดังพระราชดำริในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระราชทานในโอกาสที่คณะจิตแพทย์ นักวิชาการสุขภาพจิต อาจารย์จากมหาวิทยาลัยและผู้ทรงคุณวุฒิจากสถาบันต่างๆ เข้าเฝ้า

ทูลละอองธุลีพระบาท ณ พระตำหนักภูพิงคราชนิเวศน์ เมื่อวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2520 ความตอนหนึ่งว่า

"...กายที่มีสุขภาพดีก็หมายความว่า กายที่แข็งแรง ที่เดินได้ ยืนได้ นั่งได้ มีกำลัง มีทุกอย่าง รวมทั้งมีความคิดที่ดี ถ้ามีสุขภาพจิตที่ดีก็มีกำลัง เป็นกำลังที่จะแก้ความเมตตาให้แก่คนอื่น มีกำลังที่จะคิดในสิ่งที่ถูกต้องที่จะทำให้มีความเจริญรุ่งเรืองแก่ตัวและความเจริญรุ่งเรืองในสังคม..."

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีความห่วงใยประชาชนชาวไทยในทุกด้าน โดยเฉพาะในด้านสุขภาพอนามัย ซึ่งพระองค์ทรงถือว่าปัญหาด้านสุขภาพอนามัยของประชาชนนั้น เป็นปัญหาสำคัญที่ต้องได้รับการแก้ไข และทรงเป็นห่วง และเอื้ออาทรต่อทุกสุขของพลสกนิกรอย่างจริงจัง ดังจะเห็นได้ว่า ทุกครั้งที่เสด็จพระราชดำเนินไปทรงเยี่ยมราษฎรในพื้นที่ต่างๆ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวจะทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้มีคณะแพทย์ที่ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญในแต่ละสาขาจากโรงพยาบาลต่างๆ และล้วนเป็นอาสาสมัครทั้งสิ้น โดยเสด็จพระราชดำเนินไปในขบวนอย่างใกล้ชิดพร้อมด้วยเวรยามและเครื่องมือแพทย์ครบครัน พร้อมทั้งจะให้การักษา

พยาบาลราษฎร ผู้ป่วยใช้ได้ทันที พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานพระราชดำริเกี่ยวกับโครงการทันตกรรมพระราชทาน เป็นโครงการที่สนับสนุนให้ทันตแพทย์อาสาสมัครเดินทางไปช่วยเหลือบำบัดโรคเกี่ยวกับฟันตลอดจน สนับสนุนการรักษาอนามัยของปากและฟันแก่เด็กนักเรียนและราษฎรที่อาศัยอยู่ในท้องที่ทุรกันดาร และห่างไกลจากแพทย์ในทุกภาค โดยให้การบริการรักษาโรคนิโดยไม่คิดมูลค่าในการแพทย์เคลื่อนที่

ในการเสด็จพระราชดำเนินไปทรงเยี่ยมวัดซึ่งเป็นศูนย์รวมจิตใจของชุมชน พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานกล่องยาแก้ปวด ให้พระภิกษุใช้ยามอาพาธหรือเพื่อแจกจ่ายแก่ราษฎรผู้เจ็บป่วยในหมู่บ้านนอกจากนี้ในการเสด็จพระราชดำเนินไปเยี่ยมหน่วยทหาร ตำรวจ และอาสาสมัคร ที่ออกไปตั้งฐานปฏิบัติการในท้องที่ทุรกันดาร พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานสิ่งของที่จำเป็นต่างๆ รวมทั้งยา รักษาโรคแก่เจ้าหน้าที่ และทหารใช้ในการรักษาพยาบาลรวมทั้งเพื่อแจกจ่ายแก่ราษฎรในท้องที่ ที่มาขอความช่วยเหลือ ทำให้เจ้าหน้าที่ฝ่ายปราบปรามและประชาชนในพื้นที่ปฏิบัติการ ได้มีความเข้าใจอันดีต่อกันด้วย



เหลือซึ่งกันและกัน

ทางด้านหน่วยแพทย์หลวงที่จะต้องตามเสด็จพระราชดำเนินไป ณ ที่ประทับแรมทุกแห่งนั้น จะมีเจ้าหน้าที่ให้การรักษาพยาบาลราษฎรผู้มาขอรับการรักษา ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายแต่ประการใด นอกจากนั้นหน่วยแพทย์หลวงยังจัดเจ้าหน้าที่ออกเดินทางไปรักษาราษฎรผู้ป่วยเจ็บตามหมู่บ้านที่อยู่ห่างไกลออกไปอีกด้วย โดยได้รับความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่ฝ่ายปกครอง ซึ่งเป็นผู้แนะนำสถานที่และร่วมเดินทางไปด้วยสำหรับราษฎรผู้ป่วยรายที่มีอาการหนักหรือจำเป็นที่จะต้องได้รับการตรวจรักษาเพิ่มเติมนั้น ก็จะทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ข้าราชการบริพารที่ตามเสด็จพระราชดำเนินทำการบันทึกรายชื่ออาชีพ ที่อยู่ และอาการโดยละเอียด โดยตรวจสอบความถูกต้องกับเจ้าหน้าที่ฝ่ายปกครองและมีสำเนาให้รับทราบเพื่อติดต่อประสานงานต่อไป ในการพิจารณาส่งผู้ป่วยไปรับการรักษาต่อ ตามความเห็นของแพทย์ผู้ทำการตรวจ

ในด้านโครงการพระราชดำริด้านการแพทย์และสาธารณสุข พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงได้ริเริ่มหลายโครงการ ได้แก่ โครงการหน่วยแพทย์พระราชทาน โครงการแพทย์หลวงเคลื่อนที่พระราชทาน โครงการแพทย์พิเศษตามพระราชประสงค์ หน่วยทันตกรรมเคลื่อนที่พระราชทาน โครงการค่ายแพทย์อาสาพระราชวิทยาลัยแพทย์แห่งประเทศไทย โครงการแพทย์ หู คอ จมูก และโรคมะเร็งพระราชทาน โครงการอบรมหมอหมู่บ้านในพระราชประสงค์ และโครงการค่ายแพทย์อาสาพระราชวิทยาลัย

นับเป็นพระมหากษัตริย์ผู้เป็นล้นพ้นที่ได้เกิดมาใต้พระบรมโพธิสมภารในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่ทรงเห็นถึงความสำคัญของการรักษาสุขภาพอนามัยของประชาชนในพื้นที่ที่มีความเป็นอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข ดังพระราชกรณียกิจและโครงการในพระราชดำริข้างต้นที่ได้กล่าวถึงไปแล้ว

ในโอกาสนี้กระผมขออัญเชิญพระราชดำรัสเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้แข็งแรง และเชิญชวนให้ท่านผู้อ่านที่เคารพทุกท่านศึกษาและน้อมนำพระราชดำรัสไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตเพื่อให้เป็นประโยชน์และคุณค่าของการรักษาสุขภาพให้แข็งแรง ดังพระราชดำรัสพระราชทานแก่นักศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา ณ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตสงขลาเมื่อวันที่ 24 กันยายน 2523 ความตอนหนึ่งว่า

“...ทุกคนมีจิตใจที่ปรารถนาความสุขหรือความสำเร็จ แต่การหาความสุขหรือความสำเร็จนี้ ย่อมต้องเหนื่อย เหนื่อยแน่ ไม่มีใครที่มีความสุขหรือความสำเร็จได้โดยที่ไม่เหนื่อย ถ้าไม่เื่อยก็จะเหนื่อยก็ต้องฝึกฝนกำลัง กำลังกายก็ต้องฝึก คนที่นอนอยู่เฉยๆ แม้จะสมมติว่านอนอยู่เฉยๆ ไม่ได้เดิน ไม่ได้ไปไหนเป็นเวลาสัก 10 วัน รับรองได้ว่าเวลาลุกขึ้นไม่มีกำลัง คือกำลังไม่ได้มาจากการพักผ่อน กำลังมาจากความเพียร การฝึก เช่นคนที่ได้ออกกำลังกายทุกวัน ขยับกายให้ได้เป็นการฝึกกาย ย่อมมีกำลังกายผู้ที่เข้านอนก็พักผ่อน การฝึกนั้นเหนื่อย เหนื่อยแต่ถ้าเมื่อเหนื่อยแล้วสร้างกำลังขึ้นมามันค่อยๆ หายเหนื่อย ถ้าสมมติว่าเราไม่ได้สร้างกำลัง เราไม่ได้ฝึกกายให้มีกำลังเดินเพียง 50 เมตรก็เหนื่อยแล้ว แต่ถ้าฝึกร่างกายให้ดี เดินหลายกิโลเมตรก็ไม่เหนื่อยนักจิตใจก็เหมือนกันจะต้องมีกำลังและกำลังนั้นเพื่อความสุขความสำเร็จ ไม่ใช่ไม่เหนื่อย ต้องเหนื่อย ต้องฝึกจิตใจให้ดี ถ้าฝึกจิตใจให้ดี ไม่ให้ขี้เกียจ ให้รู้จักทำงานเป็นอย่างไร แล้วก็เชื่อว่าถ้าทำงานอย่างนั้นก็จะได้ผลดีเป็นต้น ก็จะทำให้มีความสุข ร่างกายและจิตใจจะแข็งแรงพร้อมกัน...”