



ข่าวจากหนังสือพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรสาร 0-2259-6172

ข่าวจากหนังสือพิมพ์สยามรัฐ ฉบับประจำวันที 30 เดือนเมษายน พ.ศ.2561 หน้า 1,12 มูลค่าข่าว 358,250.-

ส่วนวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดูรายละเอียดได้ที่ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>



**โครงการในพระราชดำริ -
พระราชดำริส** ▶12
เพื่อการพัฒนาสุขภาพกาย-ใจ

โครงการในพระราชดำริ-พระราชดำริส เพื่อการพัฒนาสุขภาพกาย-ใจให้แข็งแรง



เสกสรรค์ สิทธาคม
seksan2493@yahoo.com

“...ทุกคนมีจิตใจที่ปรารถนาความสุขหรือความสำเร็จ แต่การหาความสุขหรือความสำเร็จนี้ ย่อมต้องเหนื่อย เหนื่อยแน่ ไม่มีใครที่มีความสุขหรือความสำเร็จได้โดยที่ไม่เหนื่อย ถ้าไม่อย่างที่จะเหนื่อยก็ต้องฝึกฝนกำลัง กำลังกายก็ต้องฝึก คนที่นอนอยู่เฉยๆ แม้จะสมมติว่านอนอยู่เฉยๆ ไม่ได้เดิน ไม่ได้ไปไหนเป็นเวลาสัก 10 วัน รับรองได้ว่าเวลาลุกขึ้นไม่มีกำลังคือกำลังไม่ได้มาจากการพักผ่อน กำลังมาจากความเพียร การฝึก เช่นคนที่ได้ออกกำลังกายขึ้นเดินทุกวัน ขยับกายให้ได้เป็นการฝึกกาย ย่อมมีกำลังกาย ผู้ที่เป็นนักกีฬาเขาต้องฝึก การฝึกนั้นเหนื่อยเหนื่อยแต่เมื่อเหนื่อยแล้วสร้างกำลังขึ้น มานั่นค่อยๆ หายเหนื่อย ถ้าสมมติว่าเราไม่ได้สร้างกำลัง เราไม่ได้ฝึกกายให้มีกำลังเดินเพียง 50 เมตรก็เหนื่อยแล้ว แต่ถ้าฝึกร่างกายให้ดี เดินหลายกิโลเมตรก็ไม่รู้สึกเหนื่อยนัก จิตใจก็เหมือนกันจะต้องมีกำลังและกำลังนั้นเพื่อความสุขความสำเร็จ ไม่ใช่ว่าไม่เหนื่อย ต้องเหนื่อย ต้องฝึกจิตใจให้ดี ถ้าฝึกจิตใจให้ดี ไม่ให้ขี้เกียจ ให้รู้จักทำงานเป็นอย่างไร แล้วก็จะรู้ว่าทำงานอย่างนั้น



ก็จะได้ผลดี เป็นต้น ก็จะทำให้มีความสำเร็จร่างกายและจิตใจจะแข็งแรงพร้อมกัน...”

พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตร เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้แข็งแรง พระราชทานแก่นักศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตสงขลา เมื่อวันที่ 24 กันยายน 2523

พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตรทรงให้ความสำคัญกับการพัฒนาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง และการพัฒนาสุขภาพใจให้มั่นคงเสมอมา

นอกจากนี้ยังทรงห่วงใยคนไทยทุกคนในขณะนี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่อยู่ยุคกรุงรัตนโกสินทร์ ๒๕๖๑ ช่วงเวลานี้ล้วนประจักษ์แก่ใจเป็นอย่างดีว่าพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๙ นับแต่เสด็จขึ้น

ครองราชย์ได้ทรงทุ่มเทพระองค์ปฏิบัติพระราชกรณียกิจอย่างมีทรงคำนึงถึงความเหน็ดเหนื่อย ทรงตรากตรำพระวรกายมิได้ทรงท่วงสุขภาพของพระองค์ ด้วยพระทรงตั้งพระราชปณิธานที่จะให้ราษฎรของพระองค์หลุดพ้นหรือบรรเทาจากความทุกข์ความเดือดร้อนอันเกิดจากความเป็นอยู่และการขาดแคลนปัจจัยในการดำเนินชีวิต

แต่ด้วยเวลา 70 ปีแห่งการครองราชกับการทรงงานหนักเพื่อประโยชน์สุขของราษฎรนั้นทรงให้ความสำคัญเรื่องสุขภาพกายและสุขภาพใจของราษฎรไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าด้านอื่นๆ เพราะทรงตระหนักว่าถ้าสุขภาพกายไม่แข็งแรงสมบูรณ์ก็ยากที่จะพัฒนาอาชีพการงานได้

จึงเป็นที่ประจักษ์ว่าพระราชจริยวัตรและพระราชกรณียกิจด้านการพัฒนาสุขภาพ

กายและสุขภาพจิตให้แข็งแรงที่พระราชทานไปยังราษฎรจึงเป็นโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริช่วงแรกๆ นับแต่เสด็จขึ้นครองสิริราชสมบัติตราบเสด็จสวรรคต

สุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดีและแข็งแรงถือเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการพัฒนาตนเองและสังคมให้เจริญต่อไป ดังพระราชดำรัสในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช พระราชทานในโอกาสที่คณะจิตแพทย์ นักวิชาการสุขภาพจิต อาจารย์จากมหาวิทยาลัย และผู้ทรงคุณวุฒิจากสถาบันต่างๆ เข้าเฝ้าทูลละอองธุลีพระบาท ณ พระตำหนักภูพิงคราชนิเวศน์ เมื่อวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2520 ความตอนหนึ่งว่า

“...กายที่มีสุขภาพดีก็หมายความว่า กายที่แข็งแรง ที่เดินได้ ยืนได้ นั่งได้ มีกำลัง มีทุกอย่าง รวมทั้งมีความคิดที่ดี ถ้ามีสุขภาพจิตที่ดีก็มีกำลังเป็นกำลังที่จะแผ่ความเมตตาให้แก่คนอื่น มีกำลังที่จะคิดในสิ่งที่ถูกต้องที่จะทำให้มีความเจริญรุ่งเรืองแก่ตัวและความเจริญรุ่งเรืองในสังคม...”

พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตรทรงมีความห่วงใยประชาชนชาวไทยในทุกด้าน โดยเฉพาะในด้านสุขภาพอนามัย ซึ่งพระองค์ทรงตระหนักด้วยพระราชหฤทัยห่วงใย ว่าสุขภาพอนามัยของประชาชนนั้น เป็นปัญหาสำคัญที่ต้องได้รับการแก้ไข และทรงเป็นห่วง และเอื้ออาทรต่อทุกข์สุขของพลกนิกรอย่างจริงจัง ดังจะ

เห็นได้ว่าทุกครั้งที่เสด็จพระราชดำเนินไปทรงเยี่ยมราษฎรในพื้นที่ต่างๆ จะทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้มีคณะแพทย์ ที่ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญในแต่ละสาขาจาก โรงพยาบาลต่างๆ และล้วนเป็นอาสาสมัครทั้งสิ้น โดยเสด็จพระราชดำเนินไปในชนวนอย่างใกล้ชิด พร้อมด้วยเวชภัณฑ์และเครื่องมือแพทย์ครบครัน พร้อมทั้งจะให้การรักษาพยาบาลราษฎรผู้ป่วยใช้ได้ทันที

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชได้พระราชทานพระราชดำริเกี่ยวกับโครงการทันตกรรมพระราชทาน เป็นโครงการที่สนับสนุนให้ทันตแพทย์อาสาสมัครเดินทางไปช่วยเหลือบำบัดโรคเกี่ยวกับฟัน ตลอดจน สนับสนุนการรักษาอนามัยของปากและฟันแก่เด็กนักเรียนและราษฎรที่อาศัยอยู่ในท้องที่ทุรกันดารและห่างไกลจากแพทย์ทั่วทุกภาค โดยให้การบริการรักษาโรคฟัน โดยไม่คิดมูลค่าในการแพทย์เคลื่อนที่

ในการเสด็จพระราชดำเนินทรงเยี่ยมวัด ซึ่งเป็นศูนย์รวมจิตใจของชุมชน พระ



บาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชได้พระราชทานกล่องยาแก้ปวด ให้พระภิกษุใช้ยามอาพาธหรือเพื่อแจกจ่ายแก่ราษฎรผู้ป่วยเจ็บในหมู่บ้าน นอกจากนี้ในการเสด็จฯไปทรงเยี่ยมหน่วยทหาร ตำรวจ และอาสาสมัคร ที่ออกไปตั้งฐานปฏิบัติการในท้องที่ทุรกันดาร ได้พระราชทานสิ่งของที่เป็นต่างๆ รวมทั้งยารักษาโรคแก่เจ้าหน้าที่ และ

ทหารใช้ในการรักษาพยาบาลรวมทั้งเพื่อแจกจ่ายแก่ราษฎรในท้องที่ที่มาขอความช่วยเหลือ ทำให้เจ้าหน้าที่ฝ่ายปราบปรามและประชาชนในพื้นที่ปฏิบัติการ ได้มีความเข้าใจอันดีต่อกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

ทางด้านหน่วยแพทย์หลวงที่จะต้องตามเสด็จพระราชดำเนินไป ณ ที่ประทับแรมทุกแห่งนั้นจะมีเจ้าหน้าที่ให้การรักษายาบาลราษฎรผู้มาขอรับการรักษา ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายแต่ประการใด นอกจากนั้น หน่วยแพทย์หลวงยังจัดเจ้าหน้าที่ออกเดินทางไปรักษารราษฎรผู้ป่วยเจ็บตามหมู่บ้านที่อยู่ห่างไกลออก

ไปอีกด้วย โดยได้รับความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่ฝ่ายปกครอง ซึ่งเป็นผู้แนะนำสถานที่และร่วมเดินทางไปด้วย สำหรับราษฎรผู้ป่วยรายที่มีอาการหนัก หรือจำเป็นที่จะต้องได้รับการตรวจรักษาเพิ่มเติม นั้น ก็จะต้องพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ข้าราชการที่ตามเสด็จพระราชดำเนิน ทำการบันทึกรายชื่อ อาชีพ ที่อยู่ และอาการโดยละเอียด โดยตรวจสอบความถูกต้องกับเจ้าหน้าที่ฝ่ายปกครอง และมีสำเนาให้รับทราบเพื่อติดต่อประสานงานต่อไป ในการพิจารณาส่งผู้ป่วยไปรับการรักษาต่อ ตามความเห็นของแพทย์ผู้ทำการตรวจ

ในด้านโครงการพระราชดำริด้านการแพทย์และสาธารณสุข พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชบรมนาถบพิตรทรงได้ริเริ่มหลายโครงการ ได้แก่ โครงการหน่วยแพทย์พระราชทาน โครงการแพทย์หลวงเคลื่อนที่พระราชทาน โครงการแพทย์พิเศษตามพระราชประสงค์ หน่วยทันตกรรมเคลื่อนที่พระราชทาน โครงการคัลยแพทย์



หน่วยทันตกรรมพระราชทาน เพื่อชาวไทยมีอันสดใส

อาสาราชวิทยาลัยศัลยแพทย์แห่งประเทศไทย
โครงการแพทย์ หู คอ จมูก และโรคภูมิแพ้
พระราชทาน โครงการอบรมหมอหมู่บ้านใน
พระราชประสงค์ และโครงการศัลยแพทย์
อาสาราชวิทยาลัย

พระมหากษัตริย์คุณเป็นล้นพ้นหาที่สุด
มิได้ที่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิ
พลอดุลยเดช บรมนาถบพิตรพระราชทาน
แก่ประชาชนคนไทยตลอดระยะเวลาแห่ง
การครองราชย์ตราบเสด็จสวรรคตนั้นยังคง
ฝังแน่นตราตรึงในหัวใจและน้อมสำนึกใน
พระมหากษัตริย์คุณที่จะสืบสานพระราช
ปณิธานสนองพระราชหฤทัยห่วงใยเดิน
ตามรอยเบื้องพระยุคลบาทเป็นคนดีของ
สังคม เป็นกำลังเสริมสร้างความดีงามให้
เกิดขึ้นในสังคมสืบไปเพื่อถวายเป็นพระราช
กุศล

ด้วยสำนึกในพระมหากษัตริย์คุณเป็น
ล้นพ้นหาที่สุดมิได้