



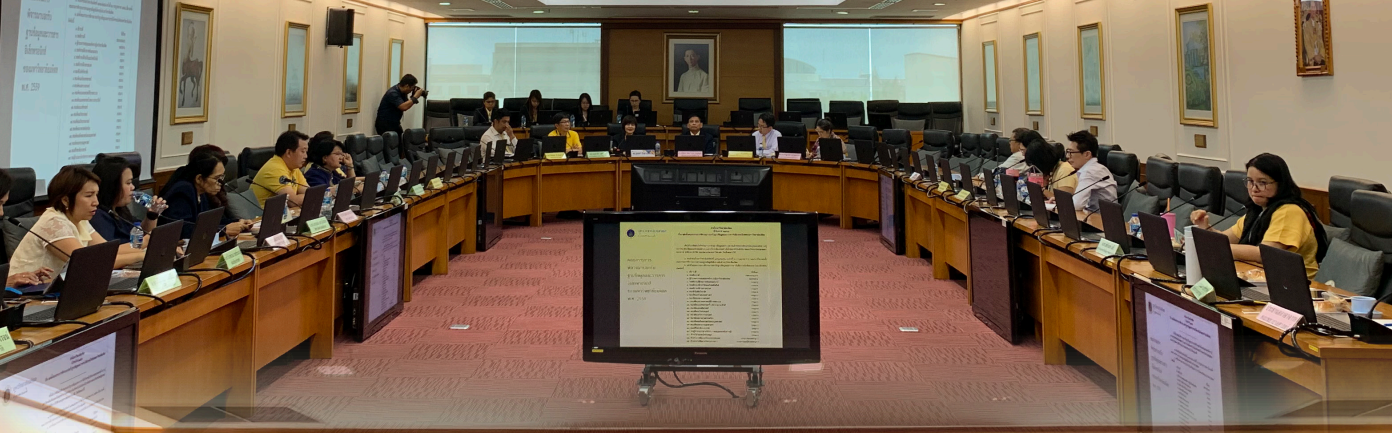
มหาวิทยาลัยมหิดล

มีที่มาจาก

ข่าวสภาคณาจารย์มหาวิทยาลัยมหิดล

ISSN 0857 - 989 x ปีที่ 45 ฉบับที่ 4 เดือนเมษายน 2562

<http://www.senate.mahidol.ac.th>



การประชุมสภาคณาจารย์ สภามัญ ครั้งที่ 4/2562



การประชุม ปอมท. สมัยสามัญ ครั้งที่ 4/2562



การประชุม
ประธานสภาคณาจารย์มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (ปอมท.)
สมัยสามัญ ครั้งที่ ๔/๒๕๖๒



สารจากประธานสภาคณาจารย์

โดย ศาสตราจารย์คลินิก นพ.วิรุณ บุญนุช



สวัสดิคณาจารย์มหาวิทยาลัยมหิดลที่เคารพทุกท่าน

เดือนเมษายนนี้ หลายท่านคงรู้สึกที่เราได้พบปะเพื่อนร่วมงานกันเพียงไม่กี่วัน แต่เมื่อวันพักผ่อนผ่านไป ก็ได้เวลากลับมาทำงานที่เรารักกันต่อไปครับ

สำหรับผมเองในตำแหน่งประธานสภาคณาจารย์ ก็มีหน้าที่รับผิดชอบอื่น ๆ ตามมาอย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นงานภายในมหาวิทยาลัยมหิดลของเรา เช่น กรรมการสภามหาวิทยาลัย กรรมการสรรหาผู้บริหารส่วนงาน หรือการได้รับเกียรติจากประธานสภาคณาจารย์มหาวิทยาลัยต่าง ๆ ให้ดำรงตำแหน่งประธานที่ประชุมประธานสภาอาจารย์มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (ปอมท.) บทบาทนี้ทำให้ผมได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ข้อมูล การดำเนินงานของมหาวิทยาลัยอื่น ๆ จากการเข้าร่วมประชุมในทุก ๆ เดือนครับ

ส่วนของการสรรหาผู้บริหารของทุกส่วนงาน การดำเนินการในทุกขั้นตอนผมยืนยันได้ว่า ล้วนแต่ผ่านไปอย่างโปร่งใส ยุติธรรม และคำนึงถึงประโยชน์ต่อ ส่วนงานและมหาวิทยาลัย มาเป็นอันดับแรก เพื่อให้ประชาคมชาวมหิดลสามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีความสุข และร่วมกันนำพามหาวิทยาลัยมหิดลของเราก้าวสู่การเป็นมหาวิทยาลัยระดับโลก (World Class University) และ เป็น “ปัญญาของแผ่นดิน” อย่างแท้จริงครับ

ท้ายสุดนี้ เชิญชวนทุกท่านติดตามบทความในเล่ม ที่เพิ่งจะผ่านที่ประชุมสภามหาวิทยาลัย เชื่อว่าเป็นข่าวดีสำหรับทุกท่านนะครับ และสาระความรู้จากคณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยมหิดล ครับ

ขอบคุณครับ

mu

สารจากประธานสภาคณาจารย์

2

การปรับอัตราเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย

3

ทำอย่างไรดีเมื่อเกิดภาวะนิ้วโป้งเท้าเอียง (Hallux Valgus)

4

ภาพกิจกรรม

7

บรรณาธิการแถลง

8

ในเล่ม



การปรับอัตราเงินเดือน พนักงานมหาวิทยาลัย

บทความโดย

อาจารย์ ดร.ธิตคม พัวพันสวัสดิ์
กรรมการสภามหาวิทยาลัยจากคณาจารย์ประจำ
รองประธานสภาคณาจารย์ คนที่ 2



ถือว่าเป็นข่าวดีรับวันแรงงานแห่งชาติที่กำลังจะมาถึงนี้ หลังจากที่หลายคนรอคอยมานาน เรื่องการปรับเงินเดือนก็คลอเคลียออกมาแล้วนะครับ โดยสภามหาวิทยาลัยมหิดล ในการประชุมครั้งที่ 543 เมื่อวันที่ 17 เมษายน 2562 ได้พิจารณาให้ความเห็นชอบการปรับอัตราเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัยเพิ่มขึ้นในอัตราร้อยละ 3 ทั้งพนักงานมหาวิทยาลัยที่บรรจุใหม่ และพนักงานมหาวิทยาลัยเดิม ตั้งแต่วันที่ 1 พฤษภาคม 2562 เป็นต้นไป ซึ่งนายกสภามหาวิทยาลัยได้ลงนามในประกาศมหาวิทยาลัยมหิดล เรื่อง ปรับปรุงบัญชีเงินเดือน และหลักเกณฑ์การให้ได้รับเงินเดือนของพนักงานมหาวิทยาลัย พ.ศ. 2562 แล้ว โดยมีเงินเดือนขึ้นต่ำตามคุณวุฒิแรกบรรจุดังนี้

ตำแหน่งประเภทวิชาการ

อัตราเงินเดือนขึ้นต่ำกำหนดตามระดับคุณวุฒิแรกบรรจุ ดังนี้

- คุณวุฒิระดับปริญญาเอก เดือนละ 32,450 บาท
- คุณวุฒิระดับปริญญาโท เดือนละ 27,040 บาท
- คุณวุฒิระดับปริญญาตรี เดือนละ 23,180 บาท

(เฉพาะกรณีที่มีความจำเป็นอย่างยิ่ง)

ทั้งนี้ ตำแหน่งผู้ช่วยอาจารย์ ซึ่งเป็นตำแหน่งประเภทสนับสนุน กลุ่มสนับสนุนวิชาการ บรรจุจากผู้มีคุณวุฒิปริญญาตรี หรือปริญญาโท ให้ได้รับเงินเดือนตามคุณวุฒิแรกบรรจุในอัตราเดียวกับตำแหน่งประเภทวิชาการ

ตำแหน่งประเภทสนับสนุน

อัตราเงินเดือนขึ้นต่ำกำหนดตามระดับคุณวุฒิแรกบรรจุ ดังนี้

- คุณวุฒิระดับปริญญาเอก เดือนละ 28,120 บาท
- คุณวุฒิระดับปริญญาโท เดือนละ 23,440 บาท
- คุณวุฒิระดับปริญญาตรี เดือนละ 20,090 บาท
- คุณวุฒิระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) เดือนละ 15,400 บาท
- คุณวุฒิระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) หรือมัธยมศึกษาและมีประสบการณ์การทำงาน เดือนละ 12,590 บาท

การขึ้นเงินเดือนครั้งนี้จะมีผลกระทบต่อส่วนงานที่มีการจ้างพนักงานมหาวิทยาลัย

(ชื่อส่วนงาน) เป็นจำนวนมาก โดยมหาวิทยาลัยจะนำเงินงบประมาณหมวดเงินอุดหนุนคงเหลือมาใช้สนับสนุนส่วนงานต่าง ๆ ในการเปลี่ยนแปลงการจ้างพนักงานมหาวิทยาลัย (ชื่อส่วนงาน) โดย

1. ส่วนงานต่าง ๆ (ยกเว้นส่วนงานที่มีโรงพยาบาลและสถาบันบริหารจัดการเทคโนโลยีนวัตกรรม) มหาวิทยาลัยจะสนับสนุนให้ภายในวงเงินร้อยละ 5 ของค่าใช้จ่ายในการจ้างพนักงานมหาวิทยาลัย (ชื่อส่วนงาน) กรณีมีเศษไม่ถึง 1 คนให้ปัดขึ้นเป็น 1 คน

2. ส่วนงานที่มีโรงพยาบาล ให้จัดสรรดังนี้

- คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล และคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี ได้รับจัดสรรส่วนงานละ 4 ล้านบาทต่อปี

- คณะทันตแพทยศาสตร์ และคณะเวชศาสตร์เขตร้อน ได้รับจัดสรรส่วนงานละ 2 ล้านบาทต่อปี

ทั้งนี้ มหาวิทยาลัยจะดำเนินการออกคำสั่งปรับเงินเดือนให้พนักงานมหาวิทยาลัยเดิม และให้ส่วนงานดำเนินการปรับเงินเดือนให้พนักงานมหาวิทยาลัย (ชื่อส่วนงาน) ในสังกัด และจะส่งหนังสือเวียนแจ้งแนวปฏิบัติในการปรับเงินเดือนและแจ้งผลการพิจารณาการจัดสรรอัตราพนักงานมหาวิทยาลัย เพื่อใช้ในการเปลี่ยนแปลงการจ้างจากพนักงานมหาวิทยาลัย (ชื่อส่วนงาน) เป็นพนักงานมหาวิทยาลัย ให้ส่วนงานทราบและดำเนินการต่อไป

ในส่วนของการปรับปรุงเงินค่าตอบแทนของพนักงานมหาวิทยาลัยสายวิชาการ เพื่อดึงดูดผู้มีความรู้ความสามารถเข้ามาปฏิบัติงานในมหาวิทยาลัย รวมถึงสามารถแข่งขันกับมหาวิทยาลัยอื่น ๆ ได้ มหาวิทยาลัยจึงได้จัดทำโครงการ High Performance, High Payment เพื่อเป็นเครื่องมือในการกำหนดค่าตอบแทนของพนักงานมหาวิทยาลัยสายวิชาการ และมุ่งใจให้สร้างผลงานทางวิชาการเพื่อนำไปเสนอขอตำแหน่งทางวิชาการภายในระยะเวลาที่มหาวิทยาลัยกำหนด โดยมหาวิทยาลัยจ่ายค่าตอบแทนให้พนักงานมหาวิทยาลัยสายวิชาการที่เข้าร่วมโครงการในอัตราเดือนละ 8,500 บาท เป็นระยะเวลาไม่เกิน 5 ปี โดยคาดว่าจะเริ่มโครงการได้ในวันที่ 1 กรกฎาคม 2562 ซึ่งสามารถติดตามความคืบหน้าได้ในข่าวสภาคณาจารย์ฉบับต่อไปนะครับ

ทำอย่างไรดี เมื่อเกิดภาวะนิ้วโป้งเท้าเอียง (Hallux Valgus)

บทความโดย
กศ.สรินดา ศาตะมาน
คณะกายภาพบำบัด
มหาวิทยาลัยมหิดล



ภาวะนิ้วโป้งเท้าเอียง...คืออะไร?

ภาวะนิ้วโป้งเท้าเอียง (Hallux Valgus หรือ Bunion) มักพบในเพศหญิงอายุเฉลี่ย 65 ปีขึ้นไป คือ ภาวะที่นิ้วโป้งเท้าเอียงเข้าหานิ้วชี้มากเกินไป ทำให้กระดูกนิ้วโป้งเท้าบานออกมา หากเป็นมากอาจทำให้นิ้วโป้งเกยกับนิ้วชี้ได้ (Cross over toe) ซึ่งบริเวณที่บานออกมานั้นจะมีลักษณะบวมแดงก่อให้เกิดความเจ็บปวดส่งผลให้ขณะเดินจะมีการลงน้ำหนักที่เท้าผิดปกติไปเกิดความไม่สมดุลของการกล้ามเนื้อในอุ้งเท้าและอาจทำให้นิ้วโป้งงอตามมาได้ รวมถึงเป็นปัญหาในการเลือกซื้อรองเท้าด้วย

สาเหตุหลักของการเกิดภาวะนิ้วโป้งเท้าเอียง

1. การใส่รองเท้าแฟชั่นที่มีลักษณะหัวแหลม สั้นสูง คับแน่น มาเป็นระยะเวลาานาน (เป็นสาเหตุที่พบได้มากที่สุด)
2. ผู้ที่มีโครงสร้างเท้าผิดปกติ เช่น เท้าแบน, เท้าโก่ง, นิ้วโป้งเท้ายาว เป็นต้น
3. เป็นแต่กำเนิดหรือพันธุกรรม
4. ผู้ที่มีภาวะโรคข้ออักเสบเรื้อรัง เช่น กากต์ (Gout), รูมาตอยด์ (Rheumatoid) เป็นต้น

การรักษาภาวะนิ้วโป้งเท้าเอียง

1. การทำกายภาพบำบัดโดยการจัดดัดตั้งข้อ, การใช้เครื่องมือช่วยลดปวด, การประคบร้อนหรือเย็น, การตีดเทปประคองนิ้วเท้า และ การออกกำลังกายกล้ามเนื้ออุ้งเท้า
2. เลือกใส่รองเท้าที่มีความกว้างด้านหน้าเท้าเป็นพิเศษเพื่อลดแรงบีบบริเวณหน้าเท้า
3. การใส่อุปกรณ์ประคองนิ้วเท้า เพื่อประคองไม่ให้หัวแม่เท้าเอียงเพิ่มขึ้น
4. การผ่าตัด ซึ่งจะใช้พิจารณาในกรณีนิ้วโป้งเท้าแบนมากและมีอาการปวดตลอดเวลา รบกวนการใช้ชีวิตประจำวัน



ตัวอย่างอุปกรณ์ประคองนิ้วเท้าชนิดซิลิโคน แบบที่ 1

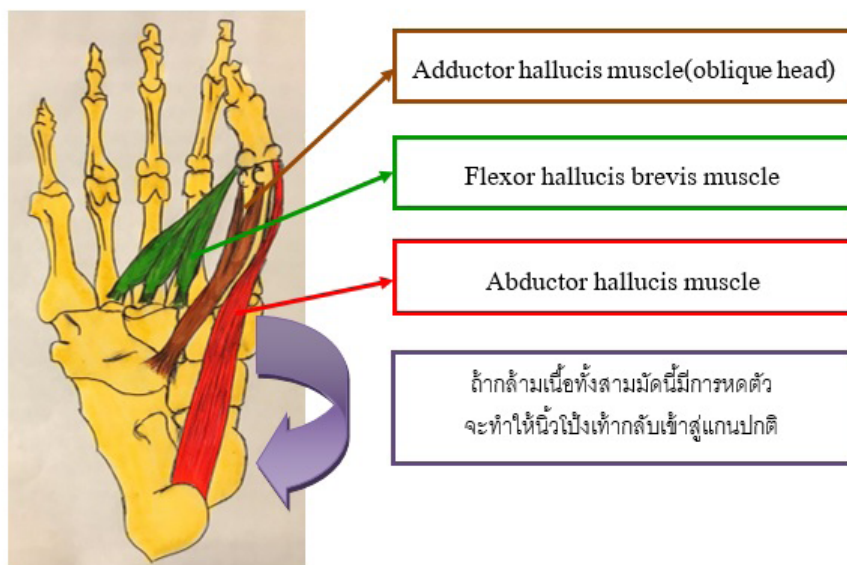


ตัวอย่างอุปกรณ์ประคองนิ้วเท้าชนิดซิลิโคน แบบที่ 2

มารู้จักโครงสร้างใต้ฝ่าเท้ากันเถอะ

ภายใต้อุ้งเท้าของเราั้นประกอบด้วยกระดูกและกล้ามเนื้อหลายมัดกล้ามเนื้อมัดหลักๆ ที่มักจะได้รับผลกระทบจากภาวะนิ้วโป้งเท้าเก มี 3 มัดได้แก่ Abductor hallucis ทำหน้าที่กางนิ้วโป้ง, Adductor hallucis oblique head ทำหน้าที่หุบนิ้วโป้งเข้าด้านใน และ Flexor hallucis brevis ทำหน้าที่งอนิ้วโป้ง

เมื่อเกิดภาวะนิ้วโป้งเท้าเก จะทำให้กล้ามเนื้อทั้ง 3 มัดนี้อ่อนแรงและมีขนาดเล็กลงไป การออกกำลังกายกล้ามเนื้อทั้ง 3 มัดนี้จึงมีความจำเป็นในการแก้ไขหรือชะลอการผิดรูปของนิ้วโป้งเท้าที่มีภาวะดังกล่าวได้



รูปที่ 1 แสดงโครงสร้างใต้ฝ่าเท้า

ออกกำลังกายกับภาวะนิ้วโป้งเท้าเก

การออกกำลังกายนั้นมีหลักฐานเชิงประจักษ์แล้วว่า สามารถป้องกันและชะลอการเกิดภาวะนิ้วโป้งเท้าเกได้ นอกจากนี้ยังสามารถลดมุมการเอียงของนิ้วโป้งเท้าได้อีกด้วย



ท่าที่ 1 Short-foot exercise วางฝ่าเท้าลงที่พื้น ออกแรงหดฝ่าเท้าโดยดึงฐานทั้งห้านิ้วโดยเฉพาะนิ้วโป้งมาทางด้านหลังโดยให้ฐานนิ้วทั้งห้าและส้นเท้ายังแนบพื้นอยู่



ท่าที่ 2 Toe-spread-out exercise วางฝ่าเท้าลงที่พื้นกระดกนิ้วเท้าขึ้นแล้วกางนิ้วทั้งห้าออกจากกัน วางนิ้วก็อยกดลงกับพื้นแล้วตามด้วยกดนิ้วโป้ง



ท่าที่ 3 Heel-raise exercise วางฝ่าเท้าลงที่พื้น งอเข่าเล็กน้อยเพื่อลดการทำงานของกล้ามเนื้อน่อง จากนั้นออกแรงเหยงปลายเท้าให้ส้นเท้าลอย พยายามให้น้ำหนักลงบริเวณฐานนิ้วทั้งห้าโดยเฉพาะฐานนิ้วโป้ง

ท่าออกกำลังกายทั้ง 3 ท่านี้ให้ทำค้างไว้ 5 วินาที 10 ครั้ง 3 รอบหรือทำซ้ำจนกว่าจะรู้สึกเมื่อยเท้า และสามารถปรับรูปแบบการออกกำลังกายจากง่ายไปยาก โดยนั่งทำพร้อมกันทั้งสองข้าง ยืนทำพร้อมกันทั้งสองข้าง และยืนทำที่ละข้าง ตามลำดับ

อย่างไรก็ตามการออกกำลังกายกล้ามเนื้อในอุ้งเท้า ควรทำอย่างสม่ำเสมอทุกวัน เพื่อไม่ให้นิ้วเท้าแบนมากขึ้น แต่หากรู้สึกปวดขณะออกกำลังกาย นิ้วโป้งมีลักษณะบวมแดง ปวดขณะลงน้ำหนัก สามารถปรึกษา นักกายภาพบำบัดเพื่อบรรเทาอาการปวดและอักเสบก่อนได้



ศาสตราจารย์คลินิก นพ.วิรุณ บุญบุษ ประธานสภาคณาจารย์ และอาจารย์ ดร.ธิตคม พิ้วพินสวัสดิ์ รองประธานฯ คนที่ 2 ร่วมพิธีรดน้ำคำหิวและขอพรจากกรรมการสภามหาวิทยาลัยผู้ทรงคุณวุฒิ เมื่อวันที่ 17 เมษายน 2562 ณ โถงหน้าห้องประชุมศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ.นที รัชัฎพลเมือง ชั้น 5 สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา



สมาชิกสภาคณาจารย์ร่วมกิจกรรมงานวิ่งการกุศล MU Charity 2019 : Run For Fund ซึ่งด้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เพื่อหารายได้สมทบทุนเข้า “กองทุนสุขภาพนักศึกษาชม.มหิดล” และ”ทุนการศึกษาให้กับนักศึกษาชมมหาวิทยาลัยมหิดลที่ยากไร้” เมื่อวันที่ 28 เมษายน 2562 ณ มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา

(ภาพจาก มูลนิธิมหาวิทยาลัยมหิดล)

บรรณาธิการแถลง

โดย อ.ดร.นันทินี นวลนียม

Wisdom of the Law



สวัสดิ์เพื่อนคณาจารย์และบุคลากร มหาวิทยาลัยมหิดลทุกท่านค่ะ

สำหรับข่าวสภาคณาจารย์ฉบับนี้ มีบทความซึ่งถือเป็นข่าวดี
สำหรับชาวมหิดลหลายคน เรื่อง การปรับเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย
จาก อ.ดร.ธิตคม พิวพันธ์สวัสดิ์

นอกจากนี้ยังได้รับความอนุเคราะห์บทความนำรู้จากคณะ
กายภาพบำบัด โดย กก.สรินดา ศาตะมาน เรื่องการบริหารเก้าอี้สำหรับ
ผู้ที่มีภาวะนิ้วโป้งเท้าเอียง ปัญหาที่อาจจะดูเล็กแต่ก็มีผลต่อการเดินและชีวิต
ประจำวันไม่น้อย หากเพื่อนสมาชิกท่านใดมีบทความที่น่าสนใจ สามารถ
ส่งมาได้ที่ senate@mahidol.ac.th แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้าค่ะ

ด้วยความนับถือ
นันทินี นวลนียม

ข่าวสภาคณาจารย์

เป็นหนังสือในมหาวิทยาลัย และเป็นสื่อระหว่างคณาจารย์ในการรับฟังแลกเปลี่ยนทัศนคติ
ข้อคิดเห็น ทั้งด้านการบริหาร ด้านวิชาการ ด้านสวัสดิการ และอื่น ๆ ของมหาวิทยาลัย บทความ
จดหมาย เป็นความเห็นของผู้เขียนเท่านั้น มิใช่ความเห็นของสภาคณาจารย์ เกณฑ์การพิจารณา
บทความเป็นไปตาม www.senate.mahidol.ac.th/th/regulation.html

บรรณาธิการประจำฉบับ	อ.ดร.นันทินี นวลนียม
กองบรรณาธิการ	อ.ดร.ธิตคม พิวพันธ์สวัสดิ์ ผศ.ดร.ชาญยศ ปลื้มปีติวิริยะเวช อ.ดร.โมเรศ ประชัญพฤกษ์ อ.ดร.อรรถพล ทายจนพงษ์พร Dr.Aung Win Tun อ.ดร.นันทินี นวลนียม
ประสานงานกลาง	พิชญา วงษ์วันทนีย์ คาริน พรหมศิลป์
ออกแบบและจัดทำรูปเล่ม	พรศิริ บุญมาวงศ์
เจ้าของ	สภาคณาจารย์มหาวิทยาลัยมหิดล สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ชั้น 5 999 ถนนพุทธมณฑลสาย 4 ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม 73170 โทรศัพท์ : 0-2849-6351-2 โทรสาร : 0-2849-6350