



การประชุมวิชาการระดับชาติ ปอมท. ประจำปี ๒๕๖๖
ณ อาคารหอประชุม รามคำแหงมหาราช
ระหว่างวันที่ ๒๓ - ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๖



ศ.ดร.นริศรา จันทรากิตย์ ประธานสภาคณาจารย์ พร้อมด้วย อ.ดร.ธิตคม พิวพันธ์สวัสดิ์ รองประธานฯ คนที่ 1 ผศ.ดร.วันวิสาห์ ศรีสุเมธชัย รองประธานฯ คนที่ 2 ผศ.ดร.มยุรี ดาวรพัฒน์ และ ผศ.ดร.สันติ มณีวัชร-รังษี สมาชิกสภาคณาจารย์เข้าร่วมการประชุมวิชาการระดับชาติ ปอมท. ประจำปี 2566 ภายใต้หัวข้อ อุดมศึกษาอัจฉริยะ: เปิดโอกาสเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ในปีนี้ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ พระราชทานโล่รางวัลให้แก่ประชุมประธานสภาอาจารย์มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย เพื่อมอบให้อาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ ประจำปี พ.ศ.2566 จำนวน 5 ท่าน โดยมีอาจารย์จากมหาวิทยาลัยมหิดลได้รับรางวัลอาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ 2 สาขา ดังนี้ สาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ได้แก่ ศ.พญ.อรุณวรรณ พุกฤทธิพันธุ์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี สาขามนุษยศาสตร์ ได้แก่ ผศ.ดร.อภิสิทธิ์ชน เกษมผลกุล คณะศิลปศาสตร์

นอกจากนี้ ภายในงานยังได้มีการเสวนาวิชาการ หัวข้อ “เส้นทางอาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ” โดยอาจารย์ผู้ได้รับรางวัล ทั้ง 5 ท่าน เมื่อวันที่ 23 พฤศจิกายน 2566 ณ หอประชุมพุ่มนรามคำแหงมหาราช มหาวิทยาลัยรามคำแหง



สารจากประธานสภาคณาจารย์

โดย ศ.ดร.นริศรา จันทรากิตย



สวัสดิคณาจารย์ และบุคลากรของมหาวิทยาลัยมหิดลทุกท่าน

ข่าวฉบับนี้เป็นฉบับแรกที่ได้รับหน้าที่เขียน “สารจากประธานสภาคณาจารย์” ของขอบคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ใช้สิทธิลงคะแนนในการเลือกตั้งสมาชิกสภาคณาจารย์ ทำให้เราได้มาซึ่งสมาชิกทุกท่าน และขอขอบคุณสมาชิกสภาคณาจารย์ที่วางใจให้นริศราทำหน้าที่ประธานสภาคณาจารย์ในวาระนี้ค่ะ

สำหรับข่าวฉบับเดือนพฤศจิกายนนี้ สภาคณาจารย์ขอแนะนำสมาชิกชุดใหม่ ที่มีวาระการดำรงตำแหน่งตั้งแต่วันที่ 6 พฤศจิกายน พ.ศ. 2566 ถึงวันที่ 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2568 สมาชิกสภาคณาจารย์ประกอบด้วย ประธานสภาอาจารย์จากส่วนงานต่าง ๆ ที่มีสภาอาจารย์ สำหรับส่วนงานที่ไม่มีสภาอาจารย์จะใช้วิธีเลือกตั้งเพื่อให้ได้สมาชิกสภาคณาจารย์ประเภทผู้แทนส่วนงาน นอกจากนี้ยังมีสมาชิกสภาคณาจารย์ประเภททั่วไปอีก 16 ท่าน

ในส่วนของการทำงานของสภาคณาจารย์จะเป็นไปอย่างต่อเนื่อง ขอให้ทุกท่านวางใจได้ว่า สภาคณาจารย์ยังคงเป็นอีกหนึ่งกระบอกเสียงของประชาคมทุกท่าน จะทำงานเพื่อประโยชน์แก่มหาวิทยาลัยมหิดล โดยยังคงสอดคล้องต่อนโยบาย และยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัย ซึ่งในการประชุมครั้งแรกของวาระใหม่นี้ สภาคณาจารย์ได้เรียนเชิญท่านอธิการบดีบรรยายพิเศษก่อนการประชุมฯ เพื่อพบปะ ชี้แจง แลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์แก่สมาชิกฯ นำไปสู่แนวทางในการดำเนินงานต่อไปค่ะ

พบกันใหม่ฉบับหน้า

สารจากประธานสภาคณาจารย์

2

แนะนำ สมาชิกสภาคณาจารย์

ผู้บริหารสภาคณาจารย์

3

สมาชิกสภาคณาจารย์ ประเภทผู้แทนส่วนงาน

4

สมาชิกสภาคณาจารย์ ประเภทผู้แทนทั่วไป

6

จากอาจารย์ตัวอย่างของสภาคณาจารย์สู่ อาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ

7

คอลัมน์ “กินดี ปลอดภัย โกลโรส”

เรื่อง โทษนาการ กับ การออกกำลังกาย

14

ภาพกิจกรรม

19



แนะนำสมาชิกสภาคณาจารย์



ข่าวสภาคณาจารย์ฉบับนี้ ขอแนะนำสมาชิกสภาคณาจารย์ชุดใหม่ ซึ่งมีวาระการดำรงตำแหน่งตั้งแต่วันที่ 6 พฤศจิกายน 2566 ถึง 5 พฤศจิกายน 2568 โดยสมาชิกสภาคณาจารย์มีจำนวนทั้งสิ้น 47 คน ประกอบด้วย ผู้แทน 2 ประเภท คือ

1. ผู้แทนส่วนงาน (31 คน)
 - มาจากประธานสภาอาจารย์ส่วนงานโดยตำแหน่ง
 - มาจากการเลือกตั้งภายในส่วนงาน (สำหรับส่วนงานที่ยังไม่มีสภาอาจารย์ส่วนงาน)
2. ผู้แทนทั่วไป มาจากการเลือกตั้งทั้งมหาวิทยาลัย (16 คน)

และขอแนะนำประธานสภาคณาจารย์ รองประธานฯ คนที่ 1 รองประธานฯ คนที่ 2 และเลขาธิการสภาคณาจารย์ ที่ได้รับเลือกตั้งจากสมาชิก ในการประชุมเพื่อเลือกประธานฯ เมื่อวันที่ 11 ตุลาคม 2566 ณ ห้องประชุม ศ.เกียรติคุณ นพ.นที รัชต์พลเมือง และผ่านทาง Webex Meeting โดยทุกขั้นตอน และกระบวนการเป็นไปด้วยความโปร่งใส ตรวจสอบได้

ดังนั้น ขอให้ประชาคมทุกท่านมั่นใจได้ว่าการทำงานของสภาคณาจารย์ จะดำเนินไป ด้วยความเป็นกลาง โปร่งใส เพื่อประโยชน์ของคณาจารย์ และบุคลากรของมหาวิทยาลัยมหิดล โดยแท้จริง...

แนะนำผู้บริหารสภาคณาจารย์



ประธานสภาคณาจารย์

ศ.ดร.นริศรา จินทราทิติย์
สมาชิกฯ ประเภทผู้แทนทั่วไป
จากคณะเวชศาสตร์เฝ้าระวัง



รองประธานฯ คนที่ 2

ผศ.ดร.วันวิสาห์ ศรีสุเมธชัย
สมาชิกฯ ประเภทผู้แทนทั่วไป
จากคณะสาธารณสุขศาสตร์



รองประธานฯ คนที่ 1

อ.ดร.รติคม พิวพันสวัสดิ์
สมาชิกฯ ประเภทผู้แทนทั่วไป
จากคณะวิทยาศาสตร์



เลขาธิการ

อ.ทพญ.ปิธิดา กาวีโล
สมาชิกฯ ประเภทผู้แทนทั่วไป
จากคณะทันตแพทยศาสตร์

สมาชิกสภาคณาจารย์

ประเภทผู้แทนส่วนงาน

ประธานสภาอาจารย์ส่วนงานจาก 16 ส่วนงาน เป็นสมาชิกสภาคณาจารย์โดยตำแหน่ง



ประธานสภาอาจารย์ศิริราช
รศ.ดร.นพ.ศรินทร์ นันทอารี



ประธานสภาอาจารย์รามาริมดี
รศ.นพ.จัญญู ตั้งเกียรติชัย



ประธานสภาอาจารย์
คณะเทคนิคการแพทย์
รศ.ดร.ธีรพล เปี้ยฉ่ำ



ประธานสภาอาจารย์
คณะพยาบาลศาสตร์
ผศ.ดร.ศรินทร์ยา ไยสิดะมงคล



ประธานสภาอาจารย์
คณะวิทยาศาสตร์
รศ.ดร.ปวีณา ไตรเพิ่ม



ประธานสภาอาจารย์
คณะสาธารณสุขศาสตร์
ผศ.ดร.ศิริณี ศรีใส



ประธานสภาอาจารย์
คณะเภสัชศาสตร์
ผศ.ดร.ภก.อาณัติชูชัย น้ายอุเทศ



ประธานสภาอาจารย์
คณะทันตแพทยศาสตร์
ผศ.ดร.กพญ.รชยา จันทวลากร



ประธานสภาอาจารย์
คณะเวชศาสตร์เขตร้อน
อ.รชตวรรณ เดียงบลลาด



ประธานสภาอาจารย์
คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์
ผศ.ดร.กอบแก้ว โมโนมัยพิบูลย์



ประธานสภาอาจารย์
สถาบันโภชนาการ
รศ.ดร.ครรชิต จุดประสงค์



ประธานสภาอาจารย์
ว.วิทยาลัยและเทคโนโลยีกาที่ฟ้า
อ.ดร.กิตติชัย กรวดดีพิณู



ประธานสภาอาจารย์
คณะวิศวกรรมศาสตร์
อ.ดร.ทรงพล องค์กรวัฒนกุล



ประธานสภาอาจารย์
มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตกาญจนบุรี
ผศ.ดร.พรปวีณ์ วรเศรษฐ์พงศา



ประธานสภาอาจารย์
วิทยาลัยดุริยางคศิลป์
ผศ.ดร.อนรรฆ จริญญาภนัท

สมาชิกสภาคณาจารย์

ประเภทผู้แทนส่วนงาน มาจากการเลือกตั้งทั่วไปจากคณาจารย์ในส่วนงานที่สังกัด (เฉพาะคณะที่ไม่มีสภาอาจารย์)



สำนักงานอธิการบดี
รศ.ดร.จรรยาโรจน์ ไซตวิวัฒน์กุล



บัณฑิตวิทยาลัย
อ.ดร.ฐิตารีย์ บุญตันตราภิวัฒน์



คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์
รศ.ดร.พรรณชญา ศิริวรรณบุศย์



คณะกายภาพบำบัด
ผศ.ดร.ก.ร.วีวรรณ เล็กสกุลไชย



คณะศิลปศาสตร์
อ.ดร.วิภาพรรณ งามประมวญ



คณะสัตวแพทยศาสตร์
ผศ.ดร.น.สพ.ดุสิต เลหาสินณรงค์



คณะเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร
ผศ.ดร.มรกต เชิดเกียรติกุล



สถาบันวิจัยประชากรและสังคม
อ.ดร.นรา จำคม



สถาบันวิจัยภาษา
และวัฒนธรรมเอเชีย
ผศ.ดร.มยุรี ทาวรพัฒน์



สถาบันพัฒนาสุขภาพอาเซียน
ผศ.ดร.ดวงใจ บุรกรทิพ



สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว
ผศ.ดร.พัชรินทร์ เสรี



สถาบันนวัตกรรมการเรียนรู้
อ.ดร.พัชชพรรณ ศิริวัฒน์



สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล
ผศ.ดร.สุนธรา งามประมวญ



วิทยาลัยนานาชาติ
ผศ.ดร.ชยานันต์ หงษ์ฟ้า



วิทยาลัยศาสนศึกษา
อ. บุญมี พวงเพชร



วิทยาลัยการจัดการ
ผศ.ดร.กิตติชัย ราชมาหา

สมาชิกสภาคณาจารย์ ประเภทผู้แทนทั่วไป

มาจากการเลือกตั้งทั่วไปจากคณาจารย์ทั้งหมดของมหาวิทยาลัย



คณะพยาบาลศาสตร์
ผศ.ดร.จรรยา รัตนญาติ



คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
ผศ.พญ.จันทิมา รองวิริยะพานิช



คณะเทคโนโลยีสารสนเทศ
และการสื่อสาร
ผศ.ดร.ชาญยศ ปลื้มปรีดิ์วิริยะเวช



โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์
อ.ดร.จิติ สิริณากORN



คณะวิทยาศาสตร์
อ.ดร.ริศคม พังพานสวัสดิ์



คณะแพทยศาสตร์
โรงพยาบาลรามารินทร์
ผศ.ดร.ธีรารณณ์ จันทรดา



คณะเวชศาสตร์เขตร้อน
ศ.ดร.นริศรา จันทรากิตย



คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
รศ.ดร.บ.บุญรัตน์ ทักษิณไทรเทพ



คณะทันตแพทยศาสตร์
อ.ทพญ.ปณิดา กาวีไล



สถาบันโภชนาการ
ผศ.ดร.ปริญชต์ ธนวิญญ์ภักดี



คณะสาธารณสุขศาสตร์
ผศ.ดร.จันวิสาข์ ศรีสุเมธชัย



คณะวิทยาศาสตร์
รศ.ดร.สมลักษณ์ อสุพงษ์พัฒนา



คณะเวชศาสตร์เขตร้อน
ผศ.ดร.สันติ มณีวัชรรังษี



คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
รศ.บพ.สัมมน ไฉมฉาย



คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
อ. ดร.บพ.อดิสร รัตนโยธา



คณะพยาบาลศาสตร์
รศ.ดร.อุษาวดี อัศวครวีเศษ



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

จาก อาจารย์ตัวอย่างของสภาคณาจารย์ สู่ อาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ



ปอมท.



ศาสตราจารย์ พญ.อรุณวรรณ พุกธิพันธ์
สาขาวิชาโรคระบบหายใจเด็ก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

อาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ
ประจำปี พ.ศ. 2566
สาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ
ที่ประชุมประธานสภาอาจารย์
มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (ปอมท.)



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี



ป้อมท.

ประวัติครอบครัว

เป็นบุตรสาวคนโตของ นายแพทย์สุภัท พุ่มเกียรติ กับ นาวาเอกหญิง พญ.รุ่งศรี พุ่มเกียรติ อดีตหัวหน้ากองสูติ-นรีเวชกรรม และ รองผู้อำนวยการเวชวิทยาและ หัวหน้ากองสูติ-นรีเวชกรรม โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ ตามลำดับ สมรสกับ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ.ณรงค์ พุทธิพิณู แพทย์ผู้บุกเบิกการผ่าตัดภายในโพรงมดลูกผ่านกล้องอึดรอสโคปีและหัวหน้าภาควิชาสูติ-นรีเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล มีบุตรสาว 2 คน บุตรชาย 1 คน

1. แพทย์หญิงนวลวรรณ สีลาภัทรพิณู อาจารย์แพทย์ ภาควิชาสูติ ศอ นาสิกวิทยา โรงพยาบาลรามาธิบดี สมรสกับ นาวาอากาศโทศิริคุณ สีลาภัทรพิณู มีหลานสาว 2 คน คือ ค.ญ.ภาสุรีย์ และ ค.ญ.วีรวิไล
2. ทันตแพทย์หญิงนันทิชา พุทธิพิณู และ ทนุวัฒน์กรม โรงพยาบาลรามาธิบดี
3. นักศึกษาแพทย์อุทัยวิทย์ พุทธิพิณู กำลังเรียนชั้นปีที่ 4 คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม



ประวัติการศึกษา

- พ.ศ. 2514 ประถมศึกษาตอนต้น โรงเรียนราชินีบน
- พ.ศ. 2521 มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนจิตรลดา รับพระราชทานเข็มทองเงินดี จาก พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร (รัชกาลที่ 9)
- พ.ศ. 2525 วิทยาศาสตร์บัณฑิต (เกียรติคุณ) คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
- พ.ศ. 2527 แพทยศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยม) คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
- พ.ศ. 2533 อนุมัติบัตรแสดงความรู้ความชำนาญในการประกอบวิชาชีพเวชกรรม สาขาสูติศาสตร์
- พ.ศ. 2535 อนุมัติบัตรแสดงความรู้ความชำนาญในการประกอบวิชาชีพเวชกรรม สูติศาสตร์สูติศาสตร์โรคระบบหายใจ
- พ.ศ. 2546 Fellow, The American College of Chest Physicians
- พ.ศ. 2560 อนุมัติบัตรแสดงความรู้ความชำนาญในการประกอบวิชาชีพเวชกรรม สูติศาสตร์สูติศาสตร์การนอนหลับ



ตำแหน่งวิชาการ ศาสตราจารย์ ระดับ 10
เครื่องราชอิสริยาภรณ์ ชั้นสูงสุด มหาปรมาภรณ์ช้างเผือก (ม.ป.ช.)

ตำแหน่งในระดับประเทศ

- นายคณบดีโรคระบบหัวใจและเวบบำบัดวิกฤตในเด็กแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2566-ปัจจุบัน
- อดีตคณบดีสมาคมโรคทางกลับแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2559-2563
- - ประธานคณะทำงานฝุ่นจิ๋ว (PM2.5)
- - ประธานอนุกรรมการ (Clinical Practice Guideline) กรรมการบริหาร
- ราชวิทยาลัยสูติกรรมแพทย์แห่งประเทศไทย และสมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย
- คณะทำงานผู้เชี่ยวชาญแห่งชาติ ด้านการคัดเลือกยา สาขาโรคระบบทางเดินหายใจ โรคภูมิแพ้ ไซต ศอ นาสิก และออร์โธพีดียา
- สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2556-ปัจจุบัน



ตำแหน่งในระดับนานาชาติ

- President, Asian Paediatric Pulmonology Society (APPS). พ.ศ. 2566-ปัจจุบัน
- President, 11th International Congress on Pediatric Pulmonology (CIPP), Bangkok, Thailand: พ.ศ. 2555
- International Advisory Board, International Congress of Pediatric Pulmonology (CIPP), พ.ศ.: 2554-2565
- Associated Editor, Pediatric Respirology and Critical Care Medicine, Official Journal of Asian. พ.ศ. 2560-ปัจจุบัน
- Medical Advisory Committee, International Ventilator Users Network: Saint Louis, MO, USA. พ.ศ. 2546-ปัจจุบัน





ป้อมท.

ผลงานที่สำคัญ

เป็นผู้ริเริ่มจัดระบบการดูแลรักษาผู้ป่วยเด็กที่จำเป็นต้องใช้เครื่องช่วยหายใจให้สามารถกลับบ้านได้ โดยนำ ทม แม่ญาติของเด็กที่ไม่มีความรู้ทางการแพทย์ใดๆ มาฝึกทักษะ โดยการกำกับฝึกหนึ่งข้างเคียงกับ respiratory nurses ทำให้คนใช้เด็กที่ถึงแม้จะขาดแคลนทุนทรัพย์ก็สามารถกลับบ้านได้ โดยอาศัยทีมนี้เป็นผู้ดูแลหลัก ไม่ต้องใช้พยาบาลวิชาชีพแบบในต่างประเทศ แล้วจัดหาเครื่องช่วยหายใจให้กลับไปใช้ที่บ้านโดยการขอบริจาคจากผู้ใจดีหรือซื้อราคาถูก ผู้บริจาคหลักของโครงการนี้คือ คุณวรางคณา และ คุณสุวรรณา ล่ำซ่า ผู้ป่วยหลายคนสามารถถอดเครื่องช่วยหายใจ ถอดท่อเจาะคอกลับมาใช้ชีวิตเหมือนเด็กปกติ ได้รับปริญญา บางรายใช้เครื่องช่วยหายใจแบบน้ํากาตคอนอนหลับ ตอนนี้ก็สามารถทำงานหาเลี้ยงครอบครัวได้

จากความร่วมมือของหน่วยโรคระบบหายใจเด็ก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ งานการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ และ หน่วยบริการพยาบาลผู้ป่วยที่บ้าน ในระหว่างปี พ.ศ. 2538-2565 สามารถจำหน่ายผู้ป่วยเด็กให้กลับไปใช้เครื่องช่วยหายใจที่บ้านได้อย่างต่อเนื่องปลอดภัย 305 คน ถือเป็นต้นแบบที่นำพ่อแม่และญาติมาฝึกเป็นผู้ดูแล นอกจากนี้ยังเป็นที่เลี้ยงให้กับโรงพยาบาลอีกหลายแห่ง กระจายองค์ความรู้ออกไปในวงกว้าง เพื่อช่วยเหลือผู้ป่วยรายอื่นๆ ต่อไป

ผลงานดังกล่าวทำให้ ศ.พญ.อรุณวรรณ พุทธิพันธุ์ ได้รับรางวัล Governors Community Service Award จาก American College of Chest Physicians ในปี พ.ศ. 2546

เป็นผู้ริเริ่มการวินิจฉัยและรักษาภาวะ obstructive sleep apnea ในเด็ก จัดตั้งและเริ่มทำการตรวจ polysomnography ในเด็ก ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2540 พัฒนาให้มีความเจริญก้าวหน้าทันสมัยอย่างต่อเนื่อง ขยายการให้บริการเพื่อรองรับผู้ป่วยได้มากขึ้น ย้ายหออดความถี่ ผลิตรายการวิจัย ที่มีคุณภาพระดับนานาชาติ ประสานความร่วมมือจากภาควิชาอายุรศาสตร์ ภาควิชาโสต ศอ นาสิก ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ และภาควิชาภูมิคุ้มกันศาสตร์ จัดตั้งศูนย์โรคกรนอนหลับ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี และได้รับการแต่งตั้งให้เป็นหัวหน้าศูนย์ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2555 จนถึงปี พ.ศ. 2564

เป็นหนึ่งในผู้ริเริ่มผลักดันให้เกิดการฝึกอบรมแพทย์เฉพาะทางวุฒิบัตรด้อยอด อนุสาชาเวชศาสตร์การนอนหลับ (Subboard in Sleep Medicine) ได้รับการอนุมัติจากแพทยสภาอย่างเป็นทางการในปี พ.ศ. 2560 ทั้งนี้ได้ริเริ่มร่วมมือกับศูนย์อ้างอิงจาก 4 ราชวิทยาลัย คือ ราชวิทยาลัยอายุรศาสตร์ ราชวิทยาลัยโสต ศอ นาสิก แพทย์ ราชวิทยาลัยจักษุแพทย์ และราชวิทยาลัยกุมารแพทย์ ทำให้ในอนาคตจะมีแพทย์เฉพาะทางที่มีความรู้ความสามารถในการตรวจวินิจฉัยและดูแลรักษาคนไทยที่มีปัญหาการนอนหลับ ทั้งเด็กถึงบนานาชาติประเทศ

เป็นผู้ริเริ่มให้สมาคมโรคจากการหลับ จัดให้มีการฝึกอบรมและสอบ Sleep Technician หรือ นักตรวจการนอนหลับ ทำให้ปัจจุบันมีนักตรวจการหลับมากกว่า 300 คน กระจายทำงานทั่วประเทศไทย

การจัดกิจกรรมวันนอนหลับโลก (World Sleep Day) เพื่อกระตุ้นให้ประชาชน และบุคลากรทางการแพทย์เห็นความสำคัญของการนอนหลับอย่างมีคุณภาพ และให้เห็นถึงอันตรายและภาวะแทรกซ้อนที่เกิดจากการนอนไม่หลับและ/หรืออนาถน ในฐานะที่เป็นนายกสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย ได้ประสานความร่วมมือกับโรงพยาบาลต่างๆ กรมอนามัยและกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข จัดกิจกรรมหลากหลายให้ประชาชน มีการจัดงาน World Sleep Day ที่โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้าในปี 2560 โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ในปี 2561 และโรงพยาบาลรามาธิบดีในปี 2562 ผลงานดังกล่าวทำให้ World Sleep Society มอบรางวัล Distinguished Activity Award ให้กับสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย 3 ปีติดต่อกัน

รางวัลระดับนานาชาติ

- Governors Community Service Award 2003 จากผลงานเรื่อง Home Mechanical Ventilation for Thai Children จาก The Chest Foundation and American College of Chest Physicians พ.ศ. 2546
- World Sleep Day Distinguished Activity Award จาก World Sleep Society พ.ศ. 2562

รางวัลระดับชาติ

- โล่เกียรติคุณ ครอบครัวตัวอย่าง จากสหพันธ์ครอบครัวเพื่อความสามัคคีและสันติภาพโลก พ.ศ. 2547
- รางวัลอาจารย์แพทย์ผู้ประพฤตินดีเด่น ในจังหวัดฉะฉาน จักรวรรพ จากแพทย์สภา พ.ศ. 2548
- รางวัลอาจารย์ตัวอย่าง สภาคณาจารย์มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2563
- โล่พระราชทานรางวัล อาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ สาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ จาก ประธานสภาอาจารย์มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2566





มหาวิทยาลัยมหิดล
Wisdom of the Land



พศ. ดร.อภิสิทธิ์ เกษมพลกุล

Asst.Prof.Aphilak Kasampolkoon, Ph.D.

มหาวิทยาลัยมหิดล

รางวัลอาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ

(ปอมท.) พ.ศ 2566

สาขามนุษยศาสตร์

ประวัติการศึกษา

- พ.ศ. 2544 ศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาภาษาไทย มหาวิทยาลัยบูรพา
- พ.ศ. 2547 ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวรรณคดีไทย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- พ.ศ. 2552 ปริญญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวรรณคดีไทย (กิตติมศึกษา) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ประวัติการทำงาน

ประวัติการทำงาน

- พ.ศ. 2555 – 2559 คณบดีคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
- พ.ศ. 2560 – ปัจจุบัน ที่ปรึกษาแหล่งเรียนรู้รถกัญมีปัญญาทางวัฒนธรรมฯ แหล่งเรียนรู้รถกัญมีปัญญาทางวัฒนธรรมลำดัด และเพลงพื้นบ้าน พ่อหวังดี-แม่ศรีนวล
- พ.ศ. 2560 – ปัจจุบัน ที่ปรึกษาสถาบันอนุรักษ์คัมภีร์โบราณ วัดสูงเม่น
- พ.ศ. 2560 – ปัจจุบัน กรรมการสภาวัฒนธรรมจังหวัดนครปฐม
- พ.ศ. 2561 – ปัจจุบัน คณะกรรมการอำนวยการหอจดหมายเหตุและพิพิธภัณฑ์ มหาวิทยาลัยมหิดล
- พ.ศ. 2566 – ปัจจุบัน ประธานสภาวัฒนธรรมอำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม
- พ.ศ. 2566 – ปัจจุบัน ประธานศูนย์สยามทรรศน์ศึกษา คณะศิลปศาสตร์



จาก
อาจารย์ตัวอย่างของสภาคณาจารย์
สู่
อาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ





มหาวิทยาลัยมหิดล
Wisdom of the Land



พศ. ดร.อภิสิทธิ์ เกษมพลกุล
Asst.Prof.Aphilak Kasampolkoon, Ph.D.

มหาวิทยาลัยมหิดล

รางวัลอาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ
(ปอมท.) พ.ศ 2566
สาขามนุษยศาสตร์

รางวัลเกียรติประวัติ



- พ.ศ. 2557 - รางวัลครูภาษาไทยดีเด่น เข็มเชิดชูเกียรติจารึกพระนามาภิไธยย่อ สร ของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี จากคุรุสภา ประจำปี พ.ศ. 2557
- พ.ศ. 2561 - รางวัลราชบัณฑิตยสถาน สาขาวัฒนธรรม ขบธรรมเนียมประเพณี จากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี
- พ.ศ. 2562 - รางวัลสภาวัฒนธรรมดีเด่น "คนดีศรีวัฒนธรรมจังหวัด" ประจำจังหวัดนครปฐม จากสภาวัฒนธรรมแห่งประเทศไทย
- พ.ศ. 2563 - รางวัลศิลปินวิทยากร จาก คณะศิลปศาสตร์
- รางวัลผู้ทำคุณประโยชน์ต่อชุมชนคุณธรรม จากจังหวัดแพร่
- พ.ศ. 2564 - รางวัลอาจารย์ตัวอย่างของสภาคณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหิดล ประจำปี 2564
- พ.ศ. 2565 - รางวัลสุดยอดผู้สนับสนุนการขับเคลื่อนชุมชนคุณธรรมวัดสูงเนิน ชุมชนต้นแบบระดับประเทศ จากจังหวัดแพร่
- รางวัลผู้ทำคุณประโยชน์แก่อำเภอพุทธนคร จากอำเภอพุทธนคร จังหวัดนครปฐม
- บุคคลที่ทำความดีในการส่งเสริมและรักษามรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม พ.ศ. 2565 จากกรมส่งเสริมวัฒนธรรม
- รางวัลพิพิธภัณฑสถานไทยเสรี ประจำปี 2565 จากสมาคมพิพิธภัณฑสถานไทย
- บุคคลที่ทำความดีในการส่งเสริมและรักษามรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม พ.ศ. 2565 จากกรมส่งเสริมวัฒนธรรม ปี พ.ศ. 2565
- พ.ศ. 2566 - รางวัลศิษย์ก่าต้นแบบ พ.ศ. 2565 ด้านศิลปะและวัฒนธรรม จาก คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุพรรณบุรี

นามาภิไธยย่อ สร
ธี
มเนียมประเพณี
วัด"
ไทย
วัดแพร่
รมวัดสูงเนิน
นครปฐม
ภูมิปัญญา
รม
ภูมิปัญญา
รม ปี พ.ศ. 2565
ธรรม





มหาวิทยาลัยมหิดล
Wisdom of the Land



พศ. ดร.อภิสิทธิ์ เกษมพลกุล

Asst.Prof.Aphilak Kasampolkoon, Ph.D.

มหาวิทยาลัยมหิดล

รางวัลอาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ
(ปอมท.) พ.ศ 2566
สาขามนุษยศาสตร์

งานวิจัย และผลงานอื่น ๆ



2565

ต้นไม้อาหาร: จาก "จับดิน"
ในด้านอาหารที่เป็นดินในวัฒนธรรมไทย.
วารสารอารยธรรมศึกษา โขง-สาละวิน ปีที่ 13 ฉบับที่ 2.

2565

หนังสือ ชุด "บทกรองนุชป่าระ"
จากหนังสือวิถีกา: "ของมูลนิธิสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
จัดพิมพ์ในโอกาส 84 พรรษา สมเด็จพระนางเจ้าฯ
พระบรมราชชนนีพันปีหลวง เล่ม 1 - 4 .

2563

วรรณกรรมตำราพฤกษศาสตร์ในภาคกลาง: แบบเรียนเพศศึกษาของไทย.
วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
40,4 (ต.ค. - ธ.ค. 2563): 169-185.

2563

การแพทย์พื้นบ้านในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา:
ภูมิปัญญาการรักษาและการพัฒนาสู่รูปแบบการท่องเที่ยววัฒนธรรมสุขภาพ.
วารสารอารยธรรมศึกษาโขง-สาละวิน 11 ,2 (July-December, 2020).

2561

สยามปริวรรต ปรัชศกนัววรรณกรรมคดีและวรรณคดีท้องถิ่น
การบูรณาการการอนุรักษ์มรดกสารโบราณและการท่องเที่ยว, 2561 (421 หน้า).

2560

หนังสือเรื่อง สารละพระประสมบรมธาตุ, 2560 (237 หน้า).

“ การทำงานวิชาการเพื่อสังคมควรสร้าง
ความสมดุลระหว่าง 3 สิ่ง คือ สิ่งที่เราต้อง
ทำ สิ่งที่เราขัด และสิ่งที่สังคมต้องการ
สมดุลทั้งสามสิ่งนี้จะช่วยทำให้การทำงาน
มีความสุขและสังคมมีความสุข ”

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อภิสิทธิ์ เกษมพลกุล



องไทย.
นศาสตร์

นธรรมสุขภาพ.
20).

ดถิ่น
561 (421 หน้า).

ต้อง
ร
าน



มหาวิทยาลัยมหิดล
Wisdom of the Land



ขอใช้ถือประโยชน์ส่วนตน เป็นที่สออง
ประโยชน์ของเพื่อนมนุษย์ เป็นกิจที่หนึ่ง
ลาภทรัพย์และเกียรติยศ จะตกแก่ท่านเอง
ถ้าท่านทรงธรรมะแห่งอาชีวะไว้ ใ้บริสุทธิ์



สมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก

การอุทิศตนทำกิจกรรมเพื่อสังคม



1. เป็นผู้คิดค้นในการถ่ายทอดความรู้แก่สถาบันการศึกษา หน่วยงาน องค์กร และประชาชนทั่วไปในด้านศิลปวัฒนธรรม โดยเน้นการขับเคลื่อนการพัฒนาประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมท้องถิ่นในฐานะศูนย์กลางวัฒนธรรมเพื่อการท่องเที่ยว
2. ด้วยความเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมจึงได้ใช้ความเชี่ยวชาญดังกล่าวขับเคลื่อนมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมจนประสบผลสำเร็จในระดับชาติดังนี้
 - 2.1 เป็นผู้จัดทำคำขอขึ้นทะเบียนมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมจังหวัดนครปฐม เป็นมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมแห่งชาติ
 - 2.2 เป็นผู้จัดทำคำขอขึ้นทะเบียนมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม “สงกรานต์” ของกระทรวงวัฒนธรรม เสนอต่อยุเนสโก
 - 2.3 เป็นผู้ริเริ่มพัฒนาแหล่งเรียนรู้มรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมสำคัญ และเพลงพื้นบ้านภาคกลาง พ่อหวังเฒ่า แม่ศรีนวล
3. เป็นผู้คิดค้นในการร่วมพัฒนาชุมชนศาลายา โดยใช้ความรู้ทางประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม และการท่องเที่ยวชุมชน ในการขับเคลื่อน โดยบูรณาการผ่านการเรียน การสอน การวิจัย และบริการวิชาการ เพื่อให้นักศึกษาได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชน โดยใช้องค์ความรู้ทางมนุษยศาสตร์
4. เป็นผู้ก่อตั้งพิพิธภัณฑ์เรือนหาวสวัตดี ริมคลองหาวสวัตดี เพื่อจัดทำเป็นหอประวัติศาสตร์ และวัฒนธรรมท้องถิ่นภาคกลาง โดยใช้เงินทุนส่วนตัวในการจัดซื้อที่ดินและจัดสร้าง อาคารพิพิธภัณฑ์ เพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้ประวัติศาสตร์คลองหาวสวัตดี และวรรณคดีท้องถิ่นภาคกลาง



ผศ. ดร.อภิลักษณ์ เกษมผลกุล
Asst. Prof. Aphilak Kasampolkoon, Ph.D.

มหาวิทยาลัยมหิดล

รางวัลอาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ
(ปอมท.) พ.ศ 2566
สาขามนุษยศาสตร์

ผู้
คน
นา
ท่ง
เกี่ยว
ความ
ผล
สำเร็จ

จังหวัดนครปฐม

“สงกรานต์”

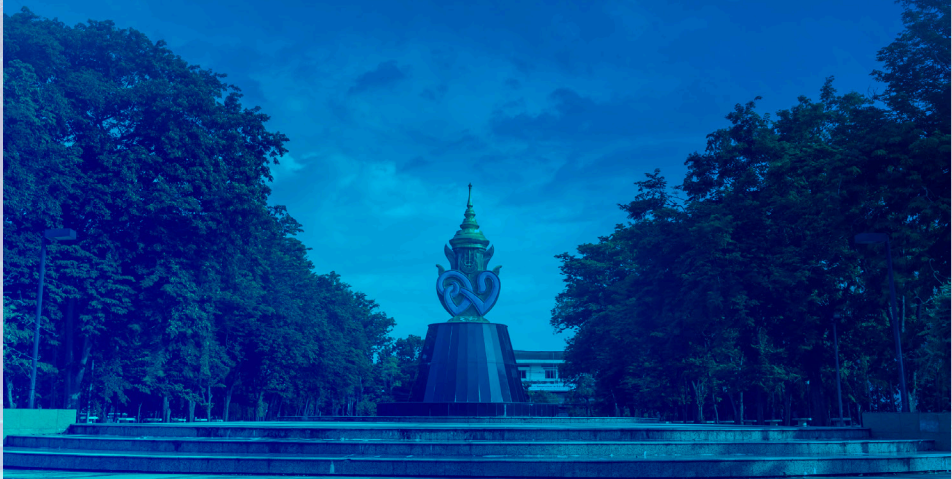
สำคัญ

ศาสตร์
นการ
เรียน
พัฒนา
ชุมชน

ประวัติศาสตร์
และจัดสร้าง

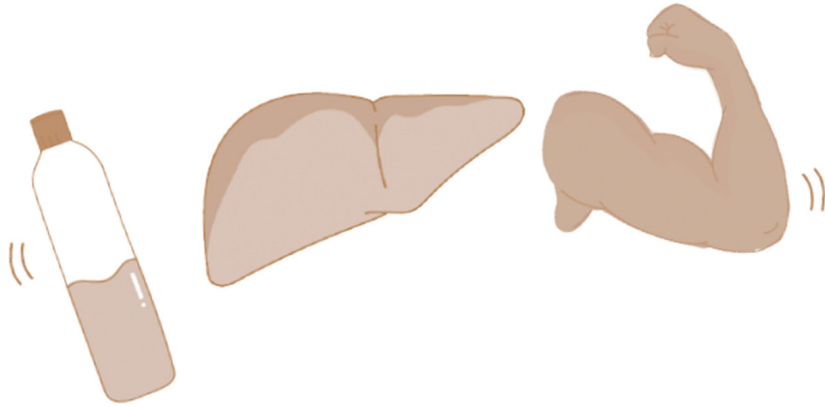
ผล
กุล
on, Ph.D.

ดี



คอลัมน์ “กินดี ปลอดภัย ไกลโรค”

จากหนังสือ 45 เรื่องเล่าอาหารและโภชนาการ
กินดี ปลอดภัย ลดโรค
สถาบันโภชนาการ



โภชนาการ กับการออกกำลังกาย

วีรชาติ ศรีจันทร์

ปัจจุบันคนไทยหันมาดูแลสุขภาพด้วยการออกกำลังกายกันมากขึ้น โดยเฉพาะวัยทำงานและผู้สูงอายุ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะช่วยลดความเสี่ยงของโรคหลอดเลือดหัวใจ โรคเบาหวานชนิดที่ 2 ช่วยให้หลับสบาย มีพลังทำสิ่งดี ผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกาย หากจะเริ่มควรเริ่มต้นแบบค่อยเป็นค่อยไป เพื่อให้ร่างกายปรับตัว ส่วนผู้ที่มีโรคประจำตัว ควรปรึกษาแพทย์ก่อนออกกำลังกาย เพื่อให้สภาพร่างกายพร้อมสำหรับการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ การเตรียมความพร้อมด้านอาหารและโภชนาการมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งเพราะอาหารที่ดี จะช่วยให้ร่างกายได้รับประโยชน์เต็มที่จากการออกกำลังกาย ช่วยปรับสมดุลให้แก่ร่างกาย ช่วยลดการบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการออกกำลังกาย และลดอาการเหนื่อยล้า หรืออ่อนเพลียที่เกิดจากการออกกำลังกาย จึงจำเป็นต้องเลือก

สารอาหารที่มีประโยชน์ให้พอเพียง และสมดุล ถูกหลักโภชนาการ ทั้งก่อนและหลังการออกกำลังกาย

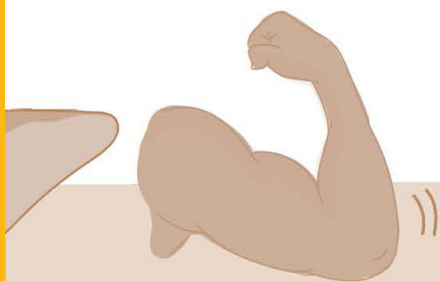
ก่อนออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา ร่างกายจำเป็นต้องมีพลังงานสะสมเพียงพอ เพื่อให้มั่นใจว่ามีแรงออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬาได้นาน ไม่เหนื่อย หรือหมดแรงกลางคัน การออกกำลังกายตอนเช้าที่ไม่หนักมาก และใช้เวลาน้อยกว่าหนึ่งชั่วโมง เช่น การวิ่งจ็อกกิ้ง หรือเดิน การทานอาหารก่อนออกกำลังกายอาจจะไม่จำเป็นอาจดื่มน้ำเปล่าสักหนึ่งแก้ว ถ้าเป็นตอนเย็นและกินอาหารภายในช่วงสองหรือสามชั่วโมงก่อนหน้านั้นแล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องกินอะไรก่อนออกกำลังกายเช่นกัน แต่ถ้ากินอาหารมื้อสุดท้ายนานกว่านั้น ก็ควรกินของว่างเล็กน้อย 30 นาทีถึงหนึ่งชั่วโมงก่อนออกกำลังกาย เพื่อที่จะได้มีพลังวังชา และตื่นตัวพอสำหรับการออกกำลังกาย คาร์โบไฮเดรต เป็นสารอาหารที่ให้พลังงานที่สำคัญที่สุด ร่างกายจะเก็บสะสมคาร์โบไฮเดรตไว้ใช้ในรูปของไกลโคเจน ซึ่งจะถูเก็บสะสมไว้ที่ตับและกล้ามเนื้อ และเพื่อให้ออกกำลังกายได้นานยิ่งขึ้น ดังนั้นควรเลือกรับประทานคาร์โบไฮเดรตเป็นหลัก เช่น ข้าว แป้ง ขนมปัง ฝัอก มัน ถั่วเมล็ดแห้งชนิดต่างๆ ผลไม้ เช่น กล้วย ส้ม เป็นอาหารที่ดีในการให้พลังงาน คาร์โบไฮเดรตจะถูกย่อยเป็น



น้ำตาลกลูโคสในเลือด และถูกนำเข้าสู่เซลล์กล้ามเนื้อเพื่อเปลี่ยนเป็นพลังงานที่จะใช้ในการออกกำลังกายได้อย่างเต็มสมรรถภาพ ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่ย่อยยาก เช่น อาหารโปรตีนหรือไขมันสูงเกินไป และอาหารรสจัด อาหารที่ทำให้เกิดแก๊สในกระเพาะอาหาร เช่น กะหล่ำปลี พริกไทย ผักดอง ซึ่งจะทำให้รู้สึกอึดอัดไม่สบายท้อง ที่สำคัญควรดื่มน้ำให้เพียงพอ เพราะจะช่วยชดเชยการสูญเสียเหงื่อระหว่างการออกกำลังกายได้ ควรดื่มน้ำ 500 มิลลิลิตร 2-3 ชั่วโมงก่อนออกกำลังกาย และเพื่อป้องกันการขาดน้ำ ควรดื่มน้ำ ทุกๆ 30 นาที หากออกกำลังกายหนักและใช้เวลานาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าเหงื่อออกมาก หรือออกกำลังกายกลางแจ้ง

หลังออกกำลังกาย ควรรับประทานอาหารอะไรดี

หลังออกกำลังกาย ร่างกายต้องการการฟื้นตัว ทำให้รู้สึกหิว และจะรับประทานอาหารได้มากขึ้น เพื่อให้ร่างกายได้รับพลังงานกลับเข้าสู่สภาวะปกติ การชดเชยน้ำเป็นเรื่องแรกๆ ที่ควรทำทันทีหลังการออกกำลังกาย เลือกดื่มน้ำเปล่าก็เพียงพอสำหรับการออกกำลังกายที่ไม่หนักหรือใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง แต่ถ้าร่างกายรู้สึกอ่อนเพลียหรือใช้เวลานาน การดื่มเครื่องดื่มเกลือแร่ก็อาจจะ



ทำให้ร่างกายฟื้นตัวได้เร็วขึ้น และควรรับประทานอาหารภายใน 45 นาที ถึง 2 ชั่วโมงหลังการออกกำลังกาย อาหารที่ควรรับประทานควรเน้นอาหารประเภท คาร์โบไฮเดรตและโปรตีนมากขึ้น เช่น ขนมปังโฮวีท ข้าวกล้อง อกไก่ ไข่ต้ม นม โยเกิร์ต ส้ม ผลไม้สดคั้น เป็นต้น คาร์โบไฮเดรตไม่ขัดสีร่วมกับผลไม้จะ ช่วยเพิ่มการสะสมไกลโคเจนทดแทนปริมาณที่ถูกใช้ไปและการรับประทาน โปรตีนจะช่วยให้ร่างกายนำไปใช้ซ่อมแซมกล้ามเนื้อได้ดีขึ้น เพราะในระหว่างการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องนาน ๆ จะเกิดการสูญเสียของโปรตีนใน กล้ามเนื้อและเกิดของเสียจำพวกแอมโมเนียและแลคเตทซึ่งเป็นสาเหตุของอาการเหนื่อยล้า ของกล้ามเนื้อ

จะเห็นได้ว่า.. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

เป็นสิ่งที่ทำได้ไม่ยาก

ขอเพียงแค่มุ่งมั่นตั้งใจจริงและสนุก

กับการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

เลือกการออกกำลังกายให้เหมาะสม

ตามความชอบ ความสะดวก

ง่ายต่อการเข้าถึง และควรคำนึงถึง

ข้อจำกัดด้านสุขภาพของแต่ละคน



การออกกำลังกายที่ดีมีประสิทธิภาพจะต้องปฏิบัติให้เหมาะสม และเตรียมความพร้อมของร่างกาย เข้าใจหลักการที่ถูกต้อง มีความตั้งใจจริง ปฏิบัติต่อเนื่องอย่างสม่ำเสมอสัปดาห์ละ 3-4 ครั้งๆละ 30-60 นาที และที่สำคัญ ไม่ควรละเลยเรื่องการเลือกอาหารและโภชนาการที่เหมาะสมทั้งก่อนและหลังการออกกำลังกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการออกกำลังกายที่หนัก ใช้ระยะเวลานานกว่าหนึ่งชั่วโมง ควรเลือกรับประทานอาหารให้หลากหลายครบ 5 หมู่ ที่สำคัญควรดื่มน้ำให้เพียงพอ เพราะจะช่วยชดเชยการสูญเสียเหงื่อระหว่างการออกกำลังกายได้ ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการออกกำลังกาย และช่วยฟื้นฟูร่างกายให้ได้ดียิ่งขึ้นด้วย





ศ.ดร.นริศรา จันทรากิตย์ ประธานสภาคณาจารย์ และ อ.ดร.ธิตคม พัวพันสวัสดิ์ รองประธานฯ คนที่ 1 ร่วมพิธีถวายผ้าพระกฐินพระราชทาน ประจำปี 2566 (รวมยอดจตุปัจจัยถวายเป็นพระราชกุศล รวมทั้งสิ้น 1,529,155.50 บาท) เมื่อวันที่ 17 พฤศจิกายน 2566 ณ วัดฉนวนรติศวรรวิหาร เขตภาษีเจริญ กรุงเทพฯ



ข่าวสภาคณาจารย์

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

บรรณาธิการประจำฉบับ	ศ.ดร.นริศรา จันทรากิตย์
กองบรรณาธิการ	ศ.ดร.นริศรา จันทรากิตย์ อ.ดร.ธิตคม พัวพันสวัสดิ์ ผศ.ดร.วันวิสาห์ ศรีสุขเมธชัย อ.ทพญ.ปนิดา กาวีไธ
ประสานงานกลาง	พัชญา วงษ์จันทนีย์ คาริน พรหมศิลป์
ออกแบบและจัดทำรูปเล่ม	พรศิริ บุญมาวงค์
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