



มูลนิธิโรคตับ  
LIVER FOUNDATION

ที่ ม.ต.73/2557

4 กรกฎาคม 2557

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด  
พระนครศรีอยุธยา  
รับเลขที่ ๕๑๑๐  
วันที่ ๑๖ ก.ค. ๒๕๕๗  
เวลา

กลุ่มงานควบคุมโรค  
รับเลขที่ ๒๕๕  
วันที่ ๒๖ ก.ค. ๒๕๕๗  
เวลา ๑๖-๐๐๔

ที่ปรึกษาภาคีสหพันธ์  
ท่านเจ้าคุณฯ พระราชบัณฑิต  
วัดปฐมวชิรารามราชวรวิหาร  
อ.เนาวรัตน์ พงษ์ไพบูลย์  
อ.ประยงค์ รณรงค์  
อ.ปัญญา วิจินธนสาร

ที่ปรึกษา  
นพ.สุวัฒน์ เข็มศิริวัฒนา  
ผอ.องค์การเภสัชกรรม

ประธาน  
ศ.เกียรติคุณนพ.เติมชัย ไชยนุวัติ

เลขาธิการ  
พล.ต.นพ.อนุชิต รุชตะพุทธิ

ประธานฝ่ายกิจกรรมเพื่อ  
ประชาชน  
คุณฤทธิ์ ชีระโกเมน

เหรียญกษาปณ์และวิชาการ  
รศ.นพ.ทวีศักดิ์ แทนวันดี

ฝ่ายประชาสัมพันธ์และปฏิคม  
รศ.นพ.ธีระ พิธิวิสุทธิ

กรรมการ  
ศ.พญ.ชุติมา ประมูลสินทรัพย์  
นพ.สุทัศน์ ศรีพจนารถ  
ผศ.พญ.ศิวพร ไชยนุวัติ

กรรมการผู้จัดการ  
คุณวรา จันทรมณี

เรื่อง ขอเชิญตรวจไวรัสตับอักเสบบีฟรี และขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด

- สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. ข่าวประชาสัมพันธ์โครงการ  
2. โปสเตอร์ประชาสัมพันธ์ จำนวน 4 แผ่น  
3. แผ่นพับประชาสัมพันธ์ จำนวน 10 แผ่น

จากการที่มีระดับเป็นโรคที่คร่าชีวิตคนไทยเป็นอันดับต้นๆ มูลนิธิโรคตับจึงได้ทำ  
การรณรงค์ป้องกันโรคนี้อย่างสม่ำเสมอเรื่อยมา และเนื่องในโอกาสวันตับอักเสบโลก ปี 2557  
มูลนิธิฯ จึงได้ร่วมกับรพ.เอกชนและรัฐ 90 แห่งทั่วประเทศ ตรวจไวรัสตับอักเสบบีแก่  
ประชาชนฟรี ในโครงการ "เรารักตับ" ครั้งที่ 13 ระหว่างวันที่ 28-31 กรกฎาคม 2557 นี้

มูลนิธิฯ จึงใคร่เรียนมายังท่านเพื่อขอเชิญพนักงานร่วมตรวจสุขภาพตับฟรีดังกล่าว  
ขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์ข่าวสารนี้ไปยังประชาชนท่านอื่นๆ เพื่อจะได้ร่วมกันทำ  
สาธารณกุศลต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และขอขอบคุณเป็นอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้

เรียน กลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อ

ขอแสดงความนับถือ

คำเนินการ

(วรา จันทรมณี)

กรรมการผู้จัดการมูลนิธิโรคตับ

PCD

(นายประสิทธิ์ คงการธรรม)  
นายแพทย์เชี่ยวชาญด้านเวชกรรมป้องกัน  
ปฏิบัติราชการแทน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

งานโรคติดต่อ ๖ ด้านในทศ

ประสานประชาสัมพันธ์

สวท.



## ข่าวประชาสัมพันธ์มูลนิธิโรคตับ โครงการเรารักตับ ครั้งที่ 13

### มูลนิธิโรคตับ และ รพ.ทั่วประเทศ ตรวจไวรัสตับอักเสบบีฟรี

เนื่องในวันตับอักเสบโลก ปี 2557 มูลนิธิโรคตับ ร่วมกับ 90 รพ.เอกชนและรัฐใน 31 จังหวัดทั่วประเทศ ขอเชิญท่านที่เกิดก่อนปี พ.ศ.2535 และยังไม่เคยตรวจมาก่อน เข้ารับการตรวจไวรัสตับอักเสบบีฟรี ในโครงการ "เรารักตับ" ครั้งที่ 13 ระหว่างวันที่ 28-31 กรกฎาคม 2557 โรงพยาบาลละ 100 ท่าน

คุณวรา จันทร์มณี กรรมการผู้จัดการมูลนิธิโรคตับ ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า ตลอดระยะเวลา 6 ปีที่ผ่านมา นับจากปี 2551 มูลนิธิฯ ได้ตรวจประชาชนไทยในโครงการนี้มาแล้วกว่า 60,000 คน และสำหรับครั้งนี้สามารถรองรับการตรวจได้ จำนวน 9,000 คน ทั้งนี้โรคไวรัสตับอักเสบบี เป็นต้นเหตุสำคัญสำหรับการเกิดมะเร็งตับ ซึ่งเป็นมะเร็งที่เกิดขึ้นเป็นอันดับต้นๆ ในคนไทย จึงอยากเชิญชวนให้ทุกคนได้ดูแลตัวเองให้ปลอดภัยจากโรคนี้ โดยผู้ที่เกิดก่อนปี 2535 ควรไปตรวจว่าตัวเองมีภูมิคุ้มกันโรค หรือติดโรคหรือไม่ เพื่อทำการฉีดภูมิคุ้มกัน หรือรักษาต่อไป นอกจากนี้ควรป้องกันการติดโรคจากปัจจัยเสี่ยงต่างๆ เช่น การให้ถุงยางอนามัยป้องกันการติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือระวังการติดต่อทางเลือด/น้ำคัดหลั่งจากช่องทางต่างๆ เช่น การใช้อุปกรณ์สัก เจาะ ขลิบร่วมกัน เป็นต้น

สนใจสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ มูลนิธิโรคตับ โทร.02-255-3051 หรือดูข้อมูลจากเว็บไซต์ มูลนิธิโรคตับ [www.thailiverfoundation.org](http://www.thailiverfoundation.org)

ประสานงาน: คุณเบญจกานาญจน์ ศุภศิริวัฒนา หัวหน้าสำนักงานมูลนิธิฯ

โทรศัพท์ 086-3108447, e-mail: [liver2554@gmail.com](mailto:liver2554@gmail.com)

## การดูแลสุขภาพวิถีทางไกลงไกลตับ

- ✓ ฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบ
- ✓ ไม่ใช้อุปกรณ์สัก เจาะ ขลิบ เข็มฉีดยา ของที่มีคนร่วมกัน
- ✓ ใช้ถุงยางอนามัยป้องกันโรค
- ✓ ไม่ปล่อยให้ร่างกายอ่อนแอ อาจทำให้ไขมันแทรกตับ เป็นตับอักเสบ
- ✓ ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ปริมาณมาก ติดต่อกันเป็นเวลานาน
- ✓ ไม่กินอาหารที่มีสารออสตาฟาโทกซิน พบมากในอาหารแห้งขึ้นๆ เช่น ถั่วป่น พริกแห้ง ถั่วลิสง ข้าว แป้ง กุ้งแห้ง ปลาแห้ง ข้าวโพด หอม กระเทียม เป็นต้น
- ✓ ไม่กินปลาดิบ น้ำจืดที่มีเกลือ เช่น ปลาตะเพียน ปลาทู ปลาช่อน ปลากะพง ปลาสร้อย ปลาแมงสะเดา เพราะอาจมีพยาธิใบไม้ในตับ ทำให้เกิดมะเร็งท่อน้ำดีในตับ
- ✓ กินอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- ✓ ตรวจสอบสุขภาพตับสม่ำเสมอทุก 6-12 เดือน



### ติดต่อ/ปรึกษา : มูลนิธิโรคตับ

1575/1 อาคารชัยสงคราม ชั้น 4 อ.เพชรบุรีตัดใหม่ มีนาคะสัน ราชเทวี กรุงเทพฯ 10400  
โทร. 02 255 3051 แฟกซ์: 02 255 3052 Email: liver2554@gmail.com  
www.thailiverfoundation.org



## ร่วมใจ ต้านภัยมะเร็งตับ



เนื่องในวันตับอักเสบลโลก  
มูลนิธิโรคตับ ร่วมกับ

รพ.เอกชน

และรัฐ 90 แห่ง

ทั่วประเทศ

ขอเชิญท่านตรง  
ใจรสตับอักเสบบี ฟรี

ระหว่าง 28-31 ก.ค. 57

(รพ.ล: 100 ท่าน)

เรารักตับ  
ครั้งที่ 13



## โรคไวรัสตับอักเสบบี

โรคไวรัสตับอักเสบบี (HBV) เป็นสาเหตุสำคัญของมะเร็งตับ ซึ่งคนไทยเสียชีวิตจากโรคนี้เป็นอันดับต้นๆ เมื่อเราติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี มักจะไม่แสดงอาการ แต่จะตรวจพบในกระแสเลือดแล้ว เช่น เมื่อเป็นตับแข็ง ตับวาย หรือมะเร็งตับ เราจึงควรป้องกัน และดูแลสุขภาพอย่างถูกต้อง เพราะระดับตับตาย คนที่ตาย “ดี” เป็นอวัยวะที่สำคัญเป็นแหล่งสร้างสารอาหารต่างๆ สะสมพลังงาน เป็นแหล่งทำลายสารพิษ และช่วยดักจับเชื้อโรคหรือสิ่งแปลกปลอมที่เข้าสู่ร่างกาย เป็นต้น

## โรคไวรัสตับอักเสบบี ติดต่อได้อย่างไร ?



ติดต่อจากเลือด และน้ำคัดหลั่งของผู้ติดเชื้อ เช่น ทางเพศสัมพันธ์ ใช้เข็มฉีดยา ของมีคม หรือของใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้ติดเชื้อ ติดต่อกันแม่สู่ลูก และระหว่างบาดแผลของเด็กๆ ด้วยกัน หรือการสักผิวหนัง เป็นต้น



## วิธีการรักษาโรคไวรัสตับอักเสบบี



ปัจจุบันยังไม่มียาการักษาโรคนี้ให้หายขาดได้ แต่มีการรักษา 2 แบบ ซึ่งเป็น การป้องกันไม่ให้ไวรัสร้ายแรง และป้องกันโรคแทรกซ้อนที่อันตรายถึงชีวิต คือ การใช้ยา อินเทอเฟอรอน เพิ่มระบบภูมิคุ้มกันจากการติดเชื้อ และการใช้ยากดทานเชื้อไวรัส ซึ่ง จะลดการเพิ่มจำนวนไวรัส หรือใช้ยารักษาระดับไวรัสในเลือดให้ต่ำที่สุด

“โรคนี้เป็นโรคที่ผู้ป่วยต้องอยู่กับมันไปตลอดชีวิต” และควรได้รับการรักษาอย่างเหมาะสม ซึ่งจะป้องกัน หรือชะลอการเกิดโรคตับแข็ง และมะเร็งตับได้

