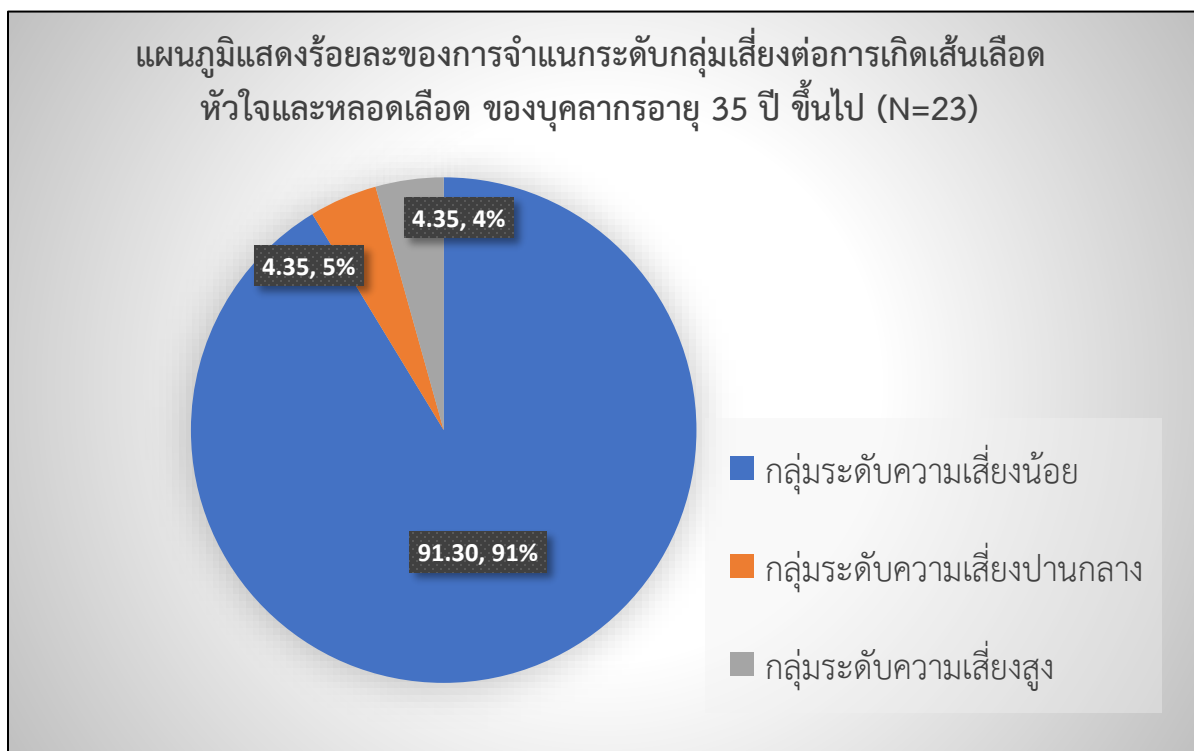


ตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาองค์กรแห่งความสุขที่มีคุณภาพ
หน่วยงาน กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

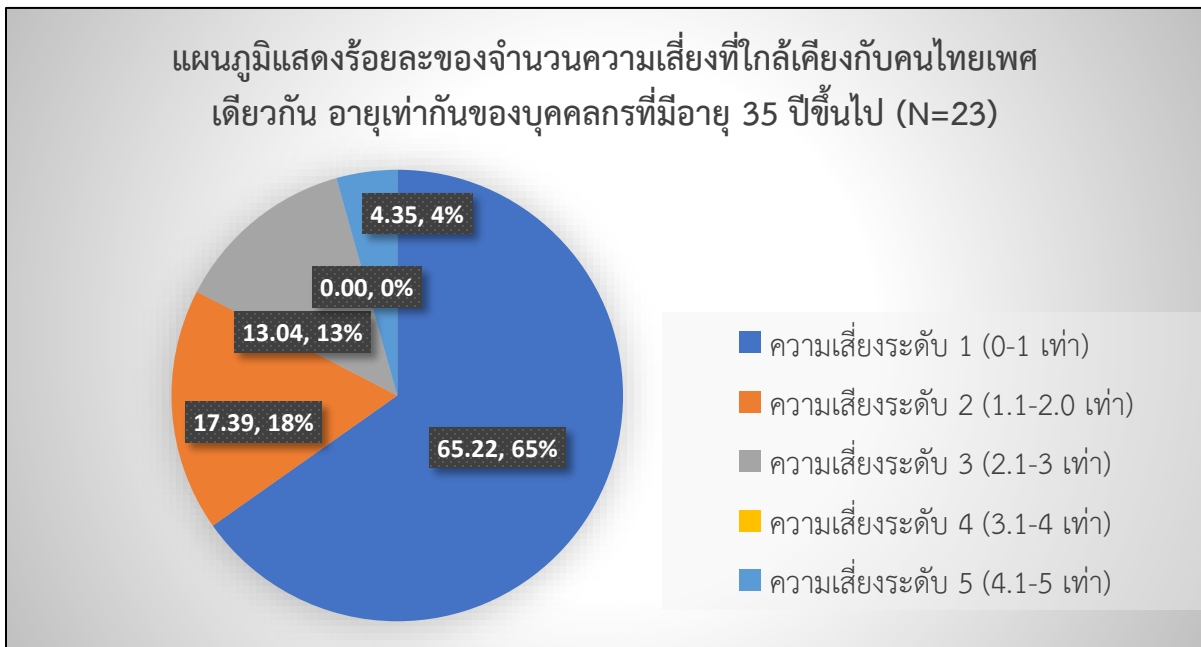
- หลักฐานการรายงานผลการวิเคราะห์การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดของบุคลากรอายุ 35 ปี ขึ้นไป ของข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ มีบุคลากรของจำนวนทั้งสิ้น 39 ราย ประกอบด้วย ของข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ ทั้งนี้ มีบุคลากรที่มีอายุ 35 ปี ขึ้นไป จำนวน 23 ราย คิดเป็นร้อยละ 58.97 ของบุคลากรทั้งหมด จากการทำแบบประเมินประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากรอายุ 35 ปี ขึ้นไป ด้วยโปรแกรม http://www.rama Mahidol.ac.th/cardio_vascular_risk/thai_cvrisk_score/ พบว่า ความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดของบุคลากรอายุ 35 ปี ขึ้นไป ของกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ส่วนใหญ่จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อยที่ร้อยละ 91.30 จำนวน 21 ราย จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงปานกลางที่ร้อยละ 4.35 จำนวน 1 ราย และจัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงสูงที่ร้อยละ 4.35 จำนวน 1 ราย (ภาพที่1)

ภาพที่ 1 แผนภูมิแสดงร้อยละของการจำแนกกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากรกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพที่มีอายุ 35 ปี ขึ้นไป จำนวน 23 ราย



และจากผลระดับความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดที่ใกล้เคียงกับคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน ของบุคลากร อายุ 35 ปี ขึ้นไป ของกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ด้วยโปรแกรม http://www.ramaMahidol.ac.th/cardio_vascular_risk/thai_cvrisk_score/ พบว่า ส่วนใหญ่จัดอยู่ในความเสี่ยงระดับ 1 (0-1 เท่า) ที่ร้อยละ 65.22 จำนวน 15 ราย มีความเสี่ยงระดับ 2 (1.1-2 เท่า) ที่ร้อยละ 17.39 จำนวน 4 ราย มีความเสี่ยงระดับ 3 (2.1-3 เท่า) มีร้อยละ 13.04 จำนวน 3 ราย ความเสี่ยงระดับ 4 (3.1-4 เท่า) ที่ร้อยละ 0 จำนวน 0 ราย และมีความเสี่ยงระดับ 5 (4.1-5 เท่า) ที่ร้อยละ 4.35 จำนวน 1 ราย (ภาพที่ 2)



ภาพที่ 2 แผนภูมิแสดงร้อยละของจำนวนความเสี่ยงใกล้เคียงกับคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากันของบุคลากรกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพที่มีอายุ 35 ปีขึ้นไป จำนวน 23 ราย

ตารางผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากรอายุ 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

รายชื่อ	ความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจ และหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี	กลุ่มเสี่ยง	ระดับความเสี่ยงใกล้เคียงกับคน ไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน
1.นายอุดม อัสตุตมางกูร	4.03	น้อย	1.3 เท่า
2.นางนงพะงา ศิวานูวัฒน์	3.75	น้อย	0.8 เท่า
3.นางนภัสสงกช ศุภะพิชน์	3.01	น้อย	0 เท่า
4.นางสาวสุพิชชา วงศ์จันทร์	4.57	น้อย	1.5 เท่า
5.นางทับทิม ศรีวีไล	1.44	น้อย	0.8 เท่า
6.นางสาวพรรณี พันธุ์เสื่อ	4.66	น้อย	1.2 เท่า
7.นายวัชรินทร์ แสงสัมฤทธิ์ผล	1.74	น้อย	0 เท่า
8.นางสาวณัฐนันท์ นาลมีศรี	4.21	น้อย	0 เท่า
9.นางสาวพัทธ์ธีรา พระราช	2.03	น้อย	0 เท่า
10.นางสาวธวัลรัตน์ ไหมรัตน์ไชยชาญ	2.11	น้อย	2.2 เท่า
11.นางณัฐฎกา กิจสมมารด	1.12	น้อย	0.8 เท่า
12.นายชัยรัชต์ จันทร์ตรี	1.23	น้อย	0.6 เท่า
13.นายสันต์ อุนานันท์	1.57	น้อย	0.7 เท่า
14.นางสาวชนิษฐา ระโหฐาน	0.46	น้อย	0.5 เท่า
15.นายสันสนะ ณรงค์อินทร์	3.06	น้อย	1.5 เท่า
16.นางรุ่งนภา บุญปู่	30	สูง	4.7 เท่า
17.นายฤทธิรงค์ โพธิ์กลางตอน	14.16	ปานกลาง	1.9 เท่า
18.นางสาวจิริฎชญา พารอด	2.54	น้อย	0 เท่า
19.นางสาวชญาภา แต่งจัน	1.36	น้อย	0 เท่า
20.นายเศวต เชียงลี	5.86	น้อย	2.5 เท่า
21.นายธวัชชัย ทองบ่อ	2.52	น้อย	0.8 เท่า
22.นายชวพล พัสสีหหา	4.28	น้อย	2.7 เท่า
23.นางสาวรุ่งนภา ดุงสูงเนิน	1.03	น้อย	0 เท่า

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 1) ชื่อ : นายอุดม อัครุตมางกูร

ตำแหน่ง : ผู้อำนวยการกองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

(ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ)

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดใน
ระยะเวลา 10 ปี 4.03%
- มีระดับความเสี่ยงใกล้เคียงกับคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน 1.3

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิด โรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 4.03% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านสูงเป็น 1.3 เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานผักผลไม้เป็นประจำ ควบคุมระดับความดันโลหิตให้ดี ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี


ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 2) ชื่อ : นางนงพะงา ศิวานุวัฒน์

ตำแหน่ง : นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 3.75%
- มีระดับความเสี่ยงใกล้เคียงกับคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน 0.8

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ **3.75%** จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านต่ำเป็น **0.8** เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารไม่เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี


ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 3) ชื่อ : นางนภัสบงกช ศุภะพิชน์

ตำแหน่ง : นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 3.01%
- มีระดับความเสี่ยงใกล้เคียงกับคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน 0

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 3.01% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย
ซึ่งใกล้เคียงกับระดับความเสี่ยงของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 4) ชื่อ : นางสาวสุพิชชา วงศ์จันทร์

ตำแหน่ง : นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 4.57%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 1.5

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิด โรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 4.57% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านสูงเป็น 1.5 เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิด โรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ เลิกสูบบุหรี่ รักษาระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 5) ชื่อ : นางทับทิม ศรีวิไล

ตำแหน่ง : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

รักษาการในตำแหน่งนักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 1.44%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 0.8

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 1.44% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านต่ำเป็น 0.8 เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 6) ชื่อ : นางสาวพรรณิ พันธุ์เสื่อ

ตำแหน่ง : เจ้าพนักงานพัสดุชำนาญงาน

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 4.66%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 1.2

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ **4.66%** จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านสูงเป็น **1.2** เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 7) ชื่อ : นายวัชรินทร์ แสงสัมฤทธิ์ผล

ตำแหน่ง : นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 1.74%
- มีระดับความเสี่ยงใกล้เคียงกับคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน 0

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

**ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจ
และหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่าน
เท่ากับ 1.74% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย
ซึ่งใกล้เคียงกับระดับความเสี่ยงของคน
ไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจาก
ปัจจัยเสี่ยง**

ข้อแนะนำเบื้องต้น

**เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดใน
อนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนัก
ให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพ
ประจำปี**

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 8) ชื่อ : นางสาวณัฐนันท์ นาลมีศรี

ตำแหน่ง : เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 4.21%
- มีระดับความเสี่ยงใกล้เคียงกับคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน 0

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่าน เท่ากับ **4.21%** จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย
ซึ่งใกล้เคียงกับระดับความเสี่ยงของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจาก ปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับ ประทานผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพ ประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 9) ชื่อ : นางสาวพัทธ์ธีรา พระราช

ตำแหน่ง : เจ้าพนักงานการเงินและบัญชีชำนาญงาน

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 2.03%
- มีระดับความเสี่ยงใกล้เคียงกับคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน 0

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิด โรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 2.03% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่ง ใกล้เคียงกับระดับความเสี่ยงของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี


ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 10) ชื่อ : นางสาววัลรัตน์ ไหมรัตน์ไชยชาญ

ตำแหน่ง : นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 2.11%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 2.2

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 2.11% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านสูงเป็น 2.2 เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ รักษาระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 11) ชื่อ : นางณัฐธิดา กิจสมมารถ

ตำแหน่ง : นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 1.12%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 0.8

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิด โรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ **1.12%** จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านต่ำเป็น **0.8** เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 12) ชื่อ : นายชัยรัชต์ จันทร์ตรี

ตำแหน่ง : นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 1.23%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 0.6

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

**ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจ
และหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่าน
เท่ากับ 1.23% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย
ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านต่ำเป็น 0.6 เท่า
ของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และ
ปราศจากปัจจัยเสี่ยง**

ข้อแนะนำเบื้องต้น

**เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดใน
อนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
รับประทานผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนัก
ให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพ
ประจำปี**

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 13) ชื่อ : นายวสันต์ อุณานันท์

ตำแหน่ง : นักวิชาการสาธารณสุขสุขปฏิบัติการ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 1.57%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 0.7

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 1.57% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย
ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านต่ำเป็น 0.7 เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น
เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารไม่เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

หมายเหตุ (Disclaimer)

ผลลัพธ์ที่ได้ เป็นการประเมินความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยหรือเสียชีวิตจากโรคเส้นเลือดหัวใจตีบตันและโรคเส้นเลือดสมองตมระดับในระยะเวลา 10 ปีข้างหน้า
ผลการประเมินและคำแนะนำที่ได้รับจากโปรแกรมนี้ไม่สามารถใช้แทนการตัดสินใจของแพทย์ได้ การตรวจรักษาเพิ่มเติมหรือการให้ยารักษาขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของแพทย์และการปรึกษากับระหว่างแพทย์และตัวท่าน
ผลการประเมินนี้ห้ามนำไปใช้อ้างอิงในการค้า เช่น การทำประกันชีวิต และไม่สามารถใช้กับผู้ป่วยโรคเส้นหัวใจหรือโรคหัวใจเต้นผิดจังหวะได้

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 14) ชื่อ : นางสาวณิชฐา ระโหฐาน

ตำแหน่ง : นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 0.46%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 0.5

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิด โรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 0.46% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านต่ำเป็น 0.5 เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 15) ชื่อ : นายสันสนะ ณรงค์อินทร์

ตำแหน่ง : นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 3.06%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 1.5

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 3.06% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านสูงเป็น 1.5 เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ เลิกสูบบุหรี่ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 16) ชื่อ : นางรุ่งนภา บุญปุ

ตำแหน่ง : พนักงานธุรการ ส3

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 30.00%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 4.7

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 30.00% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงสูง
ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านสูงเป็น 4.7 เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อเสนอแนะเบื้องต้น

ควรเข้ารับคำปรึกษาจากแพทย์ ในเบื้องต้นควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานผักผลไม้เป็นประจำ รักษาระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างสม่ำเสมอ


ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 17) ชื่อ : นายฤทธิรงค์ โพธิ์กลางดอน

ตำแหน่ง : พนักงานธุรการ ส3

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 14.16%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 1.9

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ **14.16%** จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงปานกลาง

ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านสูงเป็น 1.9 เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ เลิกสูบบุหรี่ ควบคุมระดับความดันโลหิตให้ดี ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และควรได้รับการตรวจร่างกายประจำปีอย่างสม่ำเสมอ

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 18) ชื่อ : นางสาวจิรัฐชญา พารอด

ตำแหน่ง : พนักงานธุรการ ส3

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 2.54%
- มีระดับความเสี่ยงใกล้เคียงกับคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน 0

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 2.54% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่งใกล้เคียงกับระดับความเสี่ยงของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 19) ชื่อ : นางสาวชญาภา แดงจั่น

ตำแหน่ง : เจ้าพนักงานการเงินและบัญชี

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 1.36%
- ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 0

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

**ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ 1.36%
จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย**

ซึ่งใกล้เคียงกับระดับความเสี่ยงของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดในอนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานผักผลไม้เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 20) ชื่อ : นายเสวต เชียงลี

ตำแหน่ง : นักวิทยาศาสตร์การกีฬา

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 5.86%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 2.5

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



ผลการประเมิน

**ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจ
และหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่าน
เท่ากับ 5.86% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย
ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านสูงเป็น 2.5 เท่า
ของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และ
ปราศจากปัจจัยเสี่ยง**

ข้อแนะนำเบื้องต้น

**เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดใน
อนาคต ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
รับประทานผักผลไม้เป็นประจำ ควบคุม
ระดับความดันโลหิตให้ดี ลดน้ำหนักให้อยู่
ในเกณฑ์ปกติ และตรวจสุขภาพประจำปี**

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 21) ชื่อ : นายรัชชัย ทองบ่อ

ตำแหน่ง : นักวิทยาศาสตร์การกีฬา

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 2.52%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 0.8

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด

ผลการประเมิน

**ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือด
หัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10
ปีของท่านเท่ากับ 2.52% จัดอยู่ใน
กลุ่มเสี่ยงน้อย**

**ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านต่ำเป็น
0.8 เท่าของคนไทยเพศเดียวกัน อายุ
เท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง**

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 22) ชื่อ : นายชวพล พัชสีหหา

ตำแหน่ง : นักวิทยาศาสตร์การกีฬา

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 4.28%
- มีระดับความเสี่ยงสูงเป็น (เท่าของคนไทย เพศเดียวกัน อายุเท่ากัน) 2.7

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



ผลการประเมิน

**ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจ
และหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปีของท่าน
เท่ากับ 4.28% จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย
ซึ่งระดับความเสี่ยงของท่านสูงเป็น 2.7 เท่า
ของคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน และ
ปราศจากปัจจัยเสี่ยง**


ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากร 35 ปี ขึ้นไป
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานราชการ (จำนวน 23 ราย) กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่ 23) ชื่อ : นางสาวรุ่งนภา ดุงสูงเนิน

ตำแหน่ง : นักจัดการงานทั่วไป

- ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดในระยะเวลา 10 ปี 1.03%
- มีระดับความเสี่ยงใกล้เคียงกับคนไทยเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน 0

: เอกสารแนบผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด



Thai CV risk score

ผลการประเมิน

ความเสี่ยงต่อการเกิด โรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด
ในระยะเวลา 10 ปีของท่านเท่ากับ **1.03%**
จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงน้อย

ซึ่ง ใกล้เคียงกับระดับความเสี่ยงของคนไทยเพศ
เดียวกัน อายุเท่ากัน และปราศจากปัจจัยเสี่ยง

ข้อแนะนำเบื้องต้น

เพื่อป้องกันการเกิด โรคหลอดเลือดในอนาคต ควร
ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รับประทานอาหารผักผลไม้
เป็นประจำ ลดน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และ
ตรวจสุขภาพประจำปี