

😊 โปรแกรมที่ 2 ทาง๗วัน

เหมาะสำหรับผู้ที่มีใจรักสุขภาพ แต่ไม่สามารถมาร่วมกิจกรรมตามนัดได้

1.ฟรี การประเมินภาวะสุขภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ

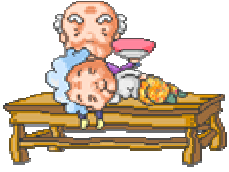
ด้านการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

2. ตรวจทางห้องปฏิบัติการ ค่าบริการ 900 บาท และเบิกได้ตามสิทธิรักษาพยาบาล

3. บริการให้ความรู้เรื่องการรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพช่องปาก และการจัดสิ่งแวดล้อมภายในบ้านให้เหมาะสมกับการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน

ส่งตรงถึงบ้านทุก 2 สัปดาห์

4. นัดประเมินผลภาวะสุขภาพ 1 เดือน



😊 โปรแกรมที่ 3 บ้านไม่รู่โรง

เหมาะสำหรับผู้ที่มีปัญหาสุขภาพหรือโรคประจำตัว แต่อยากมีสุขภาพแข็งแรง

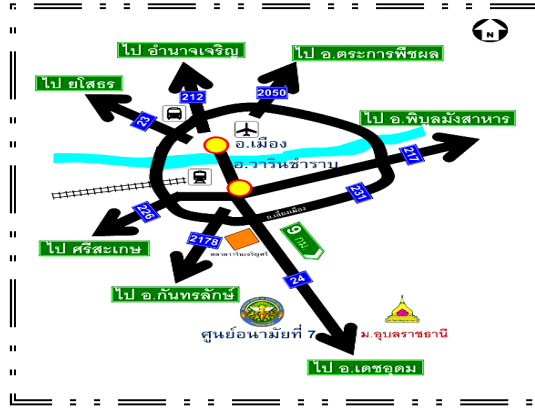
1.ฟรี การประเมินภาวะสุขภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ

ด้านการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

2. ตรวจทางห้องปฏิบัติการ ค่าบริการ 900 บาท และเบิกได้ตามสิทธิรักษาพยาบาล

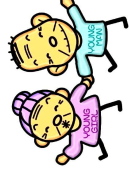
3. สะท้อนและจัดลำดับปัญหาสุขภาพร่วมกัน ระหว่างผู้เชี่ยวชาญและผู้รับบริการ
4. ให้ความรู้เรื่องการดูแลและส่งเสริมสุขภาพตามปัญหาสุขภาพที่พบและต้องการแก้ไข
5. นัดติดตามและประเมินผลการแก้ไขปัญหาสุขภาพ 1 เดือนหรือตามแพทย์นัด

ศูนย์อนามัยที่ 7 อุบลราชธานี
ร่วมให้ความรัก พิทักษ์อนามัย
ผู้สูงวัยอายุยืน



พบกับ ศูนย์บริการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่ครบวงจรในจังหวัดอุบลราชธานี

ด้วยทีมบุคลากรที่เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ



ศูนย์อนามัยที่ 7 อุบลราชธานี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข เลขที่ 45 หมู่ 4 ถนนเสด็จมหารัตน์ บ้านขี้ ตำบลธาตุ อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี

โทร. 045-288586-8 ต่อ 330 โทรสาร.045-288580 เว็บไซต์ <http://www.hpc7.net>

บ้านขี้ ตำบลธาตุ อำเภอวารินชำราบ

จังหวัดอุบลราชธานี



โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ

พิเศษสำหรับผู้หญิง เพียงจ่ายเพิ่ม 150 บาท
ท่านจะได้รับการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกทันที

หมายเหตุ รายการตรวจสุขภาพประจำปีข้างต้น
ข้าราชการสามารถเบิกได้ตามสิทธิรักษานายาว

😊 โปรแกรมที่ 1 ชุด 6 ครั้ง สูงสุด 6 ปี

เหมาะสำหรับผู้ที่มีความร่วมกิจกรรมตามนัดในช่วงเช้า
เดือนละ 2 ครั้ง และสนใจการส่งเสริมสุขภาพเป็นกลุ่ม
(ค่าอาหารว่างและอาหารกลางวันคนละ 300 บาท)

1. ประเมินภาวะสุขภาพด้วยแบบประเมินคัดกรอง
สภาวะสุขภาพและการตรวจทางห้องปฏิบัติการโดยแพทย์
และผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ
2. ให้ความรู้และฝึกปฏิบัติเรื่องการรับประทานอาหาร
ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
3. ให้ความรู้และฝึกปฏิบัติเรื่องการออกกำลังกาย
ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
4. ให้ความรู้และฝึกประเมินสุขภาพช่องปาก
ด้วยตนเอง
5. ให้ความรู้และแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการจัด
สิ่งแวดล้อมภายในบ้านให้เหมาะกับการปฏิบัติกิจวัตร
ประจำวัน



2. บริการให้คำปรึกษาเรื่องรอบเอวเกิน

ภาวะอ้วน ภาวะไขมันในเลือดสูง การออกกำลังกาย
อาหารและโภชนาการ การดูแลสุขภาพช่องปากและ
บริหารกล้ามเนื้อใบหน้า ลื่น

3. บริการให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิต

สำหรับผู้สูงอายุ

4. บริการให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพทั่วไป

สำหรับผู้สูงอายุ

5. ทดลองเรียนรู้ด้วยตนเอง เรื่องการออกกำลังกาย

ตาราง 9 ช่อง และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ฟรี สำหรับ 99 ท่านแรกที่โทรศัพท์เข้ามาหรือ
มาขอรับคำปรึกษาท่านจะได้รับ

1. วัสดุการบริหารตามสไตล์ผู้สูงวัย 14 ท่า
2. วัสดุการออกกำลังกายแบบตาราง 9 ช่อง

บ้านดอกมันปลา (ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ)

ศูนย์อนามัยที่ 7 อุบลราชธานี เปิดให้บริการส่งเสริม
สุขภาพสำหรับผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งชายและหญิง
วันจันทร์-วันศุกร์ตั้งแต่เวลา 08.00 - 16.00 น. ดังนี้

1. **ตรวจสุขภาพประจำปีสำหรับผู้สูงอายุ 14 รายการ** **แค่เพียง 900 บาทเท่านั้น** ดังนี้

1. ประเมินคัดกรองภาวะสุขภาพแบบสมบูรณ์แบบ
2. ตรวจร่างกายทั่วไปโดยแพทย์
3. ตรวจความเข้มข้นของเลือด
4. ตรวจปริมาณน้ำตาลกลูโคสในเลือด
5. ตรวจระดับไขมันชนิดโคเลสเตอรอล
6. ตรวจระดับไขมันชนิดไตรกลีเซอไรด์
7. ตรวจหาปริมาณครีเอตินิน
8. ตรวจปริมาณยูเรียไนโตรเจนในเลือด
9. ตรวจปริมาณ SGOT
10. ตรวจปริมาณ SGPT
11. ตรวจสมรรถภาพของตับ
12. ตรวจปัสสาวะ
13. ตรวจอุจจาระ
14. เอ็กซเรย์ทรวงอก

