

# โรงพยาบาลหัวเฉียว จัดอบรมแก่ผู้ป่วยโรคเบาหวาน

วันอังคารที่ 2 ของทุกเดือน / สถานที่ : ศูนย์เบาหวาน ชั้น 4 เวลา 08.30 - 10.00 น.

| ลำดับ | วันเดือน/ปี เดือน            | หัวข้ออบรม                    |
|-------|------------------------------|-------------------------------|
| 1     | วันจันทร์ 8 มกราคม 2562      | สิทธิประโยชน์                 |
| 2     | วันจันทร์ 12 กุมภาพันธ์ 2562 | สาเหตุทางสรีรวิทยาโรค         |
| 3     | วันจันทร์ 12 มีนาคม 2562     | การดูแลฟันในผู้ป่วยโรคเบาหวาน |
| 4     | วันจันทร์ 9 เมษายน 2562      | ประโยชน์ของ อาหารลดโรค        |
| 5     | วันจันทร์ 14 พฤษภาคม 2562    | เบาหวานคืออะไร ไขข้อข้องใจ    |
| 6     | วันจันทร์ 11 มิถุนายน 2562   | ดูแลเท้าผู้ป่วยเบาหวาน        |
| 7     | วันจันทร์ 9 กรกฎาคม 2562     | อันตรายของเบาหวาน             |
| 8     | วันจันทร์ 13 สิงหาคม 2562    | ทำอย่างไรเมื่อเบาหวาน         |
| 9     | วันจันทร์ 10 กันยายน 2562    | เบาหวาน เบาหวาน เบาหวาน       |
| 10    | วันจันทร์ 8 ตุลาคม 2562      | เรื่องของเรื่องเก่า           |
| 11    | วันจันทร์ 12 พฤศจิกายน 2562  | ออกกำลังกายอย่างปลอดภัย       |
| 12    | วันจันทร์ 10 ธันวาคม 2562    | โทษของเบาหวาน                 |

สนใจเข้าร่วมอบรมในวันจันทร์ สัปดาห์ที่ 2

ตารางการจัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ป่วยเบาหวาน ปี 2562

วันอังคารที่ 2 ของทุกเดือน / สถานที่ : ศูนย์เบาหวาน ชั้น 4 เวลา 08.30 - 10.00 น.

| ลำดับ | วันเดือน/ปี เดือน            | หัวข้ออบรม                    |
|-------|------------------------------|-------------------------------|
| 1     | วันจันทร์ 8 มกราคม 2562      | สิทธิประโยชน์                 |
| 2     | วันจันทร์ 12 กุมภาพันธ์ 2562 | สาเหตุทางสรีรวิทยาโรค         |
| 3     | วันจันทร์ 12 มีนาคม 2562     | การดูแลฟันในผู้ป่วยโรคเบาหวาน |
| 4     | วันจันทร์ 9 เมษายน 2562      | ประโยชน์ของ อาหารลดโรค        |
| 5     | วันจันทร์ 14 พฤษภาคม 2562    | เบาหวานคืออะไร ไขข้อข้องใจ    |
| 6     | วันจันทร์ 11 มิถุนายน 2562   | ดูแลเท้าผู้ป่วยเบาหวาน        |
| 7     | วันจันทร์ 9 กรกฎาคม 2562     | อันตรายของเบาหวาน             |
| 8     | วันจันทร์ 13 สิงหาคม 2562    | ทำอย่างไรเมื่อเบาหวาน         |
| 9     | วันจันทร์ 10 กันยายน 2562    | เบาหวาน เบาหวาน เบาหวาน       |
| 10    | วันจันทร์ 8 ตุลาคม 2562      | เรื่องของเรื่องเก่า           |
| 11    | วันจันทร์ 12 พฤศจิกายน 2562  | ออกกำลังกายอย่างปลอดภัย       |
| 12    | วันจันทร์ 10 ธันวาคม 2562    | โทษของเบาหวาน                 |

สนใจเข้าร่วมอบรมในวันอังคาร สัปดาห์ที่ 2 ติดต่อสำรองที่นั่งได้ที่ ศูนย์เบาหวาน ชั้น 4 โทร. 02-223-1351 ต่อ 3403, 3460

ในปัจจุบันโยคะถูกนำมาประยุกต์เป็นการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานซึ่งสามารถช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด รักษาสมดุลของร่างกายพร้อมทั้งช่วยให้จิตใจสงบ ดังนั้น ศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลหัวเฉียว จึงกำหนดจัดอบรมให้ความรู้แก่ผู้ป่วยโรคเบาหวาน เรื่อง “โยคะแบบหวานๆ” เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัว มีความรู้เพียงพอสามารถนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตได้ โดยจัดอบรมในวันอังคารที่ 10 ธันวาคม 2562 เวลา 8.30 – 10.00 น. ณ ศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลหัวเฉียว สนใจติดต่อและสำรองที่นั่งเข้ารับการอบรม.. ฟรี ได้ที่ ศูนย์เบาหวาน โทร. 0-2223-1351 ต่อ 3403