



ส่งเสริมสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี

ในปีการศึกษา 2564 มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษมได้จัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีอย่างต่อเนื่อง ดังนี้

การส่งเสริมการจัดทำธรรมนูญสุขภาพ

มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษมร่วมกับสำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ ได้จัดทำธรรมนูญสุขภาพระดับเขตพื้นที่ อันถือเป็นข้อตกลงด้านสุขภาพของชุมชน และเป็นเครื่องมือสำคัญในการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของประชาชนในพื้นที่ที่จะผลักดันให้เกิดกิจกรรมและการดำเนินงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพของคนในชุมชนที่สอดคล้องกับแต่ละบริบทพื้นที่ โดยในปีการศึกษา 2564 มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษมได้ร่วมกับสำนักงานเขตพื้นที่ในการผลักดันให้เกิดธรรมนูญสุขภาพทั้ง 3 เขต ได้แก่ เขตลาดพร้าว เขตวังทองหลาง และเขตบึงกุ่ม



โครงการพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุ

มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษมตระหนักถึงสภาพสังคมที่กำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการให้ความสำคัญกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเมือง ดังนั้นสาขาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์จึงได้จัดโครงการเพื่อพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตชุมชนสามัคคีเทวสุนทรขึ้นเพื่อให้คำปรึกษา และคำแนะนำในการตรวจทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตในเบื้องต้น





กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ ออกกำลังกายและส่งเสริมสุขภาพ

คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษมได้จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพ โดยประเมินสมรรถภาพร่างกายของคนในชุมชนเป้าหมายเพื่อให้ทราบแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพ รูปแบบการออกกำลังกายและการดูแลรักษาสุขภาพให้เหมาะสมกับแต่ละวัย ผลจากการจัดกิจกรรมพบว่า คนในชุมชนมีสุขภาพดีขึ้น เช่น ระดับความดันโลหิตและชีพจรการทำงานของปอด ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ เป็นต้น



โครงการแพทย์จีนบริการวิชาการ เพื่อสังคม

มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม โดยวิทยาลัยการแพทย์ทางเลือกได้จัดกิจกรรมแพทย์จีนรวมใจภักดีจิตอาสาเพื่อประชาชนโรค “เรียนรู้ สู้โรค” กับวิทยาลัยการแพทย์ทางเลือก” เพื่อมุ่งเน้นให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ การป้องกันโรค และการใช้สมุนไพร ซึ่งช่วยให้คนในชุมชนตระหนักถึงความสำคัญและประโยชน์ของการดูแลสุขภาพตนเองโดยเฉพาะในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19 นอกจากนี้คนในชุมชนยังได้ใช้สมุนไพรในการป้องกันและรักษาโรค รวมถึงการดูแลสุขภาพตนเอง ตลอดจนได้รับการอบรมเรื่องโภชนาการสำหรับผู้สูงวัย และการออกกำลังกายโดยใช้ผ้าขาวม้าและไม้พลองซึ่งเป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับคนในชุมชน

