



รายงานความก้าวหน้าตามมาตรฐาน
การพัฒนาสถาบันอุดมศึกษาปลอดบุหรี่ 7 ตัวชี้วัด



สถาบันโภชนาการ



คณะทำงานสถาบันโภชนาการเป็นส่วนงานปลอดบุหรี่



1

มีนโยบายและการดำเนินงานในเรื่อง
สถาบันโภชนาการปลอดบุหรี่
ตามมาตรการทางกฎหมายที่กำหนดไว้ใน
พ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2560

1.1 คำสั่งสถาบันโภชนาการ เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการเป็นส่วนงานปลอดบุหรี่



คำสั่งสถาบันโภชนาการ

ที่ ๐๑๐ /๒๕๖๗

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการเป็นส่วนงานปลอดบุหรี่

ตามที่มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ดำเนินงานเกี่ยวกับการพัฒนามหาวิทยาลัยมหิดลเป็นมหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่มีตั้งแต่ปี ๒๕๖๒ นั้น

เพื่อให้การดำเนินงานดังกล่าวเป็นไปอย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ บรรลุตามวัตถุประสงค์สถาบันโภชนาการจึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการเป็นส่วนงานปลอดบุหรี่ ดังนี้

- | | |
|---|------------------------|
| ๑. ผู้อำนวยการสถาบันโภชนาการ | ที่ปรึกษา |
| ๒. ผู้ช่วยผู้อำนวยการด้านกายภาพและสิ่งแวดล้อม | ประธานคณะกรรมการ |
| ๓. เลขานุการสถาบันโภชนาการ | คณะกรรมการ |
| ๔. นายฤกษ์ชัย ศักดิ์ดี | คณะกรรมการ |
| ๕. นางเพชรเทพสิข | คณะกรรมการ |
| ๖. นางสาวปวีรัตน์ เลิศเลิศ | คณะกรรมการ |
| ๗. นางสาวอิชญา วิฑูรประเจต | คณะกรรมการและเลขานุการ |

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๒๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๗

(รองศาสตราจารย์ ดร.ชลัท ศานติวงารคณา)
ผู้อำนวยการสถาบันโภชนาการ

สถาบันโภชนาการ มีการแต่งตั้งคณะกรรมการ
เพื่อให้การดำเนินงานขับเคลื่อนการเป็นส่วนงาน
ปลอดบุหรี่เป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ
รวมถึงมีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง
เมื่อวันที่ 29 มกราคม 2567

1.2 ประกาศสถาบันโภชนาการ เรื่อง แนวปฏิบัติในการดำเนินการ กรณีที่มีการฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ พ.ศ. 2565



ประกาศสถาบันโภชนาการ

เรื่อง แนวปฏิบัติในการดำเนินการกรณีที่มีการฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่

พ.ศ. ๒๕๖๕

เพื่อให้เป็นไปตามนโยบายของมหาวิทยาลัยมหิดลเกี่ยวกับการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่และการจัดเขตปลอดบุหรี่ไว้เป็นการเฉพาะตามประกาศมหาวิทยาลัยมหิดล เรื่อง นโยบายคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ และจัด “เขตปลอดบุหรี่” เป็นการเฉพาะ พ.ศ. ๒๕๕๖ ฉบับลงวันที่ ๒๘ มีนาคม ๒๕๕๖ และเพื่อให้มีความชัดเจนเกี่ยวกับการป้องกันและปราบปรามมากยิ่งขึ้น ประกอบกับมติที่ประชุมคณะกรรมการดำเนินงานเพื่อปฏิบัติงานตามพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ของมหาวิทยาลัยมหิดล ในการประชุมครั้งที่ ๒/๒๕๕๘ เมื่อวันที่ ๑๕ ตุลาคม ๒๕๕๘ และประกาศมหาวิทยาลัยมหิดล เรื่อง แนวปฏิบัติในการดำเนินการกรณีที่มีการฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ พ.ศ. ๒๕๕๔

เพื่อใช้เป็นแนวทางในการป้องกันและปราบปรามผู้ฝ่าฝืน มาตรการห้ามสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ของสถาบันโภชนาการ ดังนี้

๑. ในประกาศนี้

“มาตรการห้ามสูบบุหรี่” หมายความว่า การห้ามสูบบุหรี่ซิการ์ บุหรี่ซิการ์ บุหรี่อื่น หรือ การใช้ยาเส้น ยาเส้นปรุง รวมถึงการสูบบุหรี่ในรูปแบบต่างๆ หรือยาที่ควบคุมกฎหมายว่าด้วยยาสูบและกฎหมายว่าด้วยการควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ และให้หมายความรวมถึง การห้ามใช้อุปกรณ์ที่ก่อให้เกิดควัน ละอองไอน้ำ หรือระเหย ซึ่งเกิดจากการเผาไหม้ การใช้ความร้อน หรือพลังงานไฟฟ้า ผ่านวัสดุ หรือสิ่งอื่นใดที่มีใบยาสูบเป็นส่วนประกอบ เช่น บารากู บารากูไฟฟ้า หรือบุหรี่ไฟฟ้า ทั่วทุกแห่ง

๒. ให้สถาบันโภชนาการถือปฏิบัติตามมาตรการห้ามสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ ตามประกาศ สถาบันโภชนาการ เรื่อง นโยบายคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ และจัด “เขตปลอดบุหรี่” เป็นการเฉพาะ พ.ศ. ๒๕๖๕ โดยเคร่งครัด

๓. เพื่อให้การดำเนินการตามข้อ ๑ บรรลุผล ให้หัวหน้าส่วนงานแต่งตั้งและมอบหมายรองหัวหน้าส่วนงานคนนั้นเป็นผู้กำกับดูแลให้เป็นไปตามประกาศนี้

๔. เมื่อหัวหน้าส่วนงาน หรือผู้ที่หัวหน้าส่วนงานมอบหมาย พบเห็นการกระทำที่ฝ่าฝืนประกาศของสถาบันโภชนาการ หรือได้รับรายงานหรือปรากฏหลักฐานพอสมควรให้เชื่อได้ว่ามีการกระทำที่ฝ่าฝืน ให้ถือปฏิบัติ ดังนี้

๔.๑ กรณีเป็นนักศึกษาและบุคลากรของสถาบันโภชนาการ

(๑) ให้ข้าราชการฝ่าฝืนและตักเตือนในที่ที่พบเห็นโดยแสดงตัวต่อผู้ฝ่าฝืน และให้จดบันทึก ชื่อ-สกุล สังกัด รวมทั้งหลักฐานของผู้ฝ่าฝืนไว้เป็นลายลักษณ์อักษร

(๒) หากพบว่าผู้ฝ่าฝืนได้เคยฝ่าฝืนมาตรการห้ามสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่เป็นครั้งที่สองขึ้นไป ให้รายงานเหตุไปยังหัวหน้าส่วนงาน เพื่อพิจารณาดำเนินการทางวินัยหรือจรรยาบรรณตามแต่กรณี

(๓) หากพบว่าผู้ฝ่าฝืนได้เคยถูกดำเนินการทางวินัยหรือจรรยาบรรณมาแล้วและยังคงกระทำการฝ่าฝืนได้อีก ให้ดำเนินการตักเตือนทางอาญากับผู้ฝ่าฝืนตามกฎหมายว่าด้วยการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ตามลำดับต่อไป

เพื่อประโยชน์ตาม ข้อ ๔.๑ (๒) และ (๓) ในกรณียังเป็นนักศึกษา ให้หัวหน้าส่วนงานมีหนังสือแจ้งผู้ปกครองของนักศึกษาได้ทราบเหตุด้วยทุกครั้ง

๔.๒ กรณีบุคคลภายนอกเป็นบริษัท ห้างร้าน หรือนิติบุคคล ซึ่งเป็นคู่สัญญามหาวิทยาลัยและรวมไปถึงเจ้า/คนงาน ของคู่สัญญา

(๑) ให้ข้าราชการฝ่าฝืนและตักเตือนในที่ที่พบเห็นโดยแสดงตัวต่อผู้ฝ่าฝืน และให้จดบันทึกชื่อ-สกุล ของบุคคลดังกล่าวไว้เป็นลายลักษณ์อักษร

(๒) หากพบว่าผู้ฝ่าฝืนได้เคยฝ่าฝืนมาตรการห้ามสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่เป็นครั้งที่สองขึ้นไป ให้รายงานการกระทำตักเตือนไปยังคู่สัญญาต่อหัวหน้าส่วนงาน เพื่อแจ้งเป็นลายลักษณ์อักษรไปยังคู่สัญญาของสถาบันฯ เพื่อให้ผู้ฝ่าฝืนเข้ามาทำงานหรือสิ่งให้ออกจากบริเวณพื้นที่ของสถาบันฯ ตามช่วงเวลาที่เหมาะสม

(๓) หากพบว่าหัวหน้าส่วนงานได้เคยแจ้งตามกรณี (๒) ไปยังคู่สัญญาทราบแล้ว และยังคงกระทำการฝ่าฝืนอีก ให้แจ้งความดำเนินคดีทางอาญากับผู้ฝ่าฝืน ตามกฎหมายว่าด้วยการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ ตามลำดับต่อไป

ประกาศ ณ วันที่ ๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

(รองศาสตราจารย์ ดร.ชลิศ ศานติวงศา)

ผู้อำนวยการสถาบันโภชนาการ

สถาบันฯ ดำเนินการจัดทำแนวปฏิบัติ
ในการดำเนินการกรณีที่มีการฝ่าฝืนสูบบุหรี่
ในเขตปลอดบุหรี่ พ.ศ. 2565
โดยยึดตามแนวปฏิบัติของมหาวิทยาลัยฯ
เสร็จสิ้นเรียบร้อยแล้ว

(ประกาศ ณ วันที่ 5 กรกฎาคม 2565)

2

การประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับนโยบายสถาบันโภชนาการปลอดบุหรี่
ตาม พ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.2560
โดยเฉพาอย่างยิ่งการประชาสัมพันธ์
แจ้งเตือน ควบคุมดูแล ห้ามปราม หรือดำเนินการอื่นใด
เพื่อไม่ให้เกิดการสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ฯ

ประชาสัมพันธ์ภายในสถาบันโภชนาการ

For STAFFS

คณะทำงานสถาบันโภชนาการ มีการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับนโยบายการเป็นปลอดบุหรี่ รวมถึงข้อมูลเกี่ยวกับพิษภัย หรืออันตรายของการสูบบุหรี่ ดังนี้

- แจ้งบุคลากรสถาบันให้รับทราบถึงประกาศของสถาบันฯ การเป็นเขตปลอดบุหรี่ / ประกาศกระทรวง อว. เรื่อง แนวทางปฏิบัติเพื่อควบคุมการสูบบุหรี่ไฟฟ้าในสถาบันอุดมศึกษาและสถานศึกษาในสังกัด/ และนโยบายของมหาวิทยาลัยในการขับเคลื่อนเป็นมหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่

ผ่านช่องทางการสื่อสารภายในผ่าน ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์/ กระดานข่าวประชาสัมพันธ์ บริเวณ โถง ชั้น 1/ ที่ประชุมบุคลากร เมื่อวันที่ 4 มิถุนายน 2567

ประชาสัมพันธ์ภายในสถาบันโภชนาการ

- รณรงค์เรื่องพิษภัยการสูบบุหรี่ ผ่านเพจ Facebook ของสถาบันโภชนาการ เมื่อวันที่ 31 พฤษภาคม วันงดสูบบุหรี่โลก ภายใต้แนวคิด “บุหรี่ไฟฟ้าอันตราย ทำลายปอด”



เวียนแจ้งประกาศให้นักศึกษารับทราบ

ประกาศแนวปฏิบัติในการดำเนินการกรณีที่มีการฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ พ.ศ.2565 และนโยบายคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ และจัด “เขตสูบบุหรี่” เป็นการเฉพาะ พ.ศ.2565 (Guidelines on the smoking violations in non-smoking areas B.E. 2565 (A.D. 2022))



Parichat Laolert

จ. 22/4, 14:58

b.chayanisa@gmail.com; jomjamsivaporn07@gmail.com; samitti.ch@gmail.com; choming_s1@hotmail.com; pr_pornkanok@yahoo.com; chanyangamsamer@gmail.com; อีก +121 คน ✉

👍 ตอบกลับทั้งหมด | ▼



Guidelines on the smoki...
450 กิโลไบต์



ประกาศ นโยบายคุ้มครอง...
376 กิโลไบต์



ประกาศ แนวปฏิบัติในการ...
714 กิโลไบต์

สิ่งที่แนบมา 3 รายการ (2 เมกะไบต์) ดาวน์โหลดทั้งหมด

เรียน นักศึกษาทุกท่าน (English Below)

ขอแจ้งให้ทราบถึงประกาศสถาบันโภชนาการ เรื่องแนวปฏิบัติในการดำเนินการกรณีที่มีการฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ พ.ศ.2565 และ เรื่องนโยบายคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ และจัด “เขตสูบบุหรี่” เป็นการเฉพาะ พ.ศ.2565 ของสถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล รายละเอียดตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

ขอแสดงความนับถือ

หน่วยบริหารการศึกษา

Dear all students,

We would like to inform you about Institute of Nutrition Notification: Guidelines on the smoking violations in non-smoking areas B.E. 2565 (A.D. 2022). Please find attached.

Best Regards,

Educational Unit

Parichat Laolert

Academic Officer, Institute of Nutrition, Mahidol University Salaya,

Nakhon Pathom 73170, Thailand

Email: parichat.lao@mahidol.ac.th, parichat.lao@mahidol.edu

Tel: +66 (0)2 800 2380 ext. 405

For STUDENTS

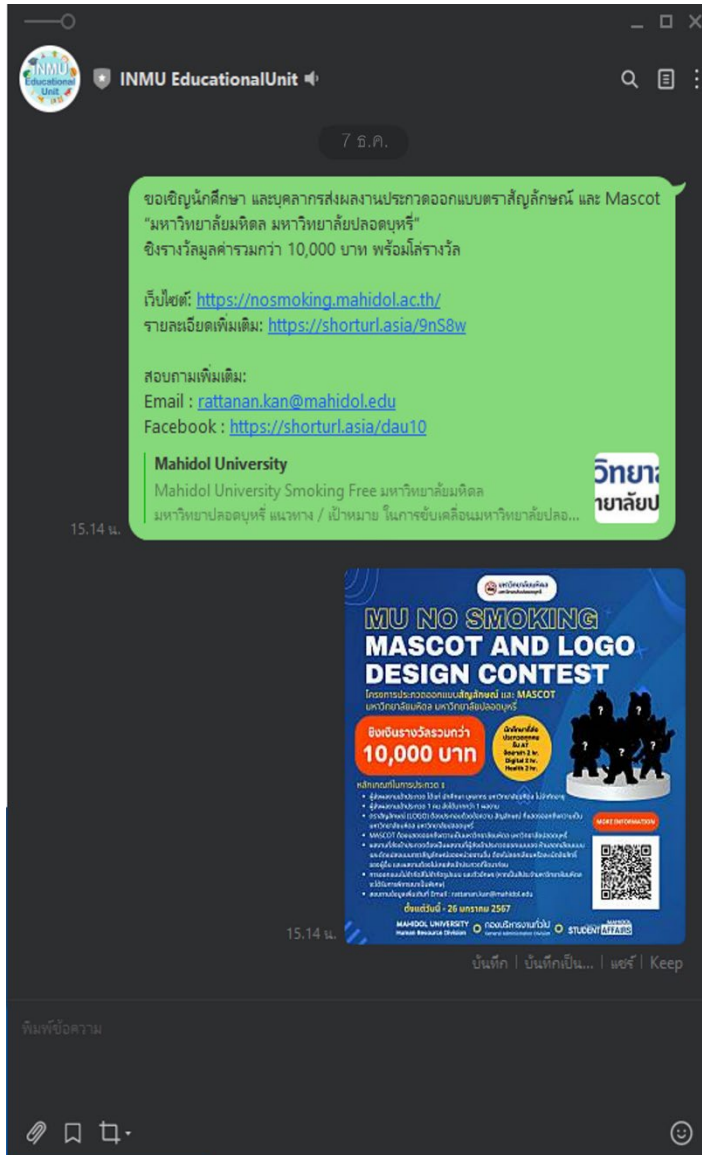
หน่วยบริหารการศึกษา ของสถาบันฯ ได้มีการประชาสัมพันธ์แนวปฏิบัติในการดำเนินการกรณีที่มีการฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ พ.ศ. 2565 และนโยบายคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ และจัด “เขตสูบบุหรี่” เป็นการเฉพาะ พ.ศ. 2565 ให้นักศึกษาทุกชั้นปี ทุกหลักสูตรของสถาบันฯ ได้รับทราบ เมื่อวันที่ 22 เมษายน 2567



ประชาสัมพันธ์ภายในสถานโภชนาการ



ส่งเสริมและประชาสัมพันธ์กิจกรรมของมหาวิทยาลัย/ส่วนงานอื่น



มหาวิทยาลัยมหิดล
มหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่

MU NO SMOKING MASCOT AND LOGO DESIGN CONTEST

โครงการประกวดออกแบบสัญลักษณ์ และ MASCOT มหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่

ชิงเงินรางวัลรวมกว่า 10,000 บาท

นักศึกษาที่ส่งประกวดทุกคน
Su AT
จิตอาสา 2 hr.
Digital 2 hr.
Health 2 hr.

หลักเกณฑ์ในการประกวด :

- ผู้ส่งผลงานเข้าประกวด ได้แก่ นักศึกษา บุคลากร มหาวิทยาลัยมหิดล ไม่จำกัดอายุ
- ผู้ส่งผลงานเข้าประกวด 1 คน ส่งได้มากกว่า 1 ผลงาน
- ตราสัญลักษณ์ (LOGO) ต้องประกอบด้วยข้อความ สัญลักษณ์ ที่แสดงออกถึงความเป็น มหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่
- MASCOT ต้องแสดงออกถึงความเป็นมหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่
- ผลงานที่ส่งประกวดต้องเป็นผลงานที่ผู้ส่งเข้าประกวดออกแบบเอง ห้ามลอกเลียนแบบ และดัดแปลงแบบตราสัญลักษณ์ของหน่วยงานอื่น ต้องไม่ลอกเลียนหรือละเมิดลิขสิทธิ์ของผู้อื่น และผลงานต้องไม่เคยส่งเข้าประกวดที่ไหนมาก่อน
- การออกแบบไม่จำกัดสีไม่จำกัดรูปแบบ และตัวอักษร (หากเป็นสีประจำมหาวิทยาลัยมหิดล จะได้รับการพิจารณาเป็นพิเศษ)
- สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมที่ Email : rattanan.kan@mahidol.edu

ตั้งแต่วันที่ - 26 มกราคม 2567

MAHIDOL UNIVERSITY Human Resource Division | กองบริหารงานทั่วไป General Administration Division | MAHIDOL UNIVERSITY STUDENT AFFAIRS

สถาบันฯ ได้ดำเนินการส่งเสริมกิจกรรมของมหาวิทยาลัยที่ช่วยสนับสนุนการพัฒนาสถาบันอุดมศึกษาปลอดบุหรี่ โดยการประชาสัมพันธ์โครงการประกวดออกแบบสัญลักษณ์ และ Mascot มหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่ให้นักศึกษาทราบผ่านทาง Line Official Account (INMU Educational Unit) เมื่อวันที่ 7 ธันวาคม 2566

3

ส่งเสริมให้มีการพัฒนาศักยภาพนิสิตนักศึกษา
และผู้รับผิดชอบอื่นๆ ในการพัฒนา
สถาบันอุดมศึกษาปลอดบุหรี่ รวมถึงเครือข่ายในพื้นที่

4

การจัดการเรียนการสอนควบคุมยาสูบ
ในหลักสูตรหรือนอกหลักสูตรอย่างเป็นรูปธรรม

5

สนับสนุนและส่งเสริมให้มีการจัดการความรู้
งานวิจัย นวัตกรรม เพื่อให้เกิดการพัฒนาและ
การเผยแพร่ประชุมแลกเปลี่ยนผลงานของภาคีเครือข่าย
อันจะนำไปสู่การขับเคลื่อนสถาบันอุดมศึกษาตลอดบุหรี

ผลงานวิจัย

อาจารย์นักวิจัยของสถาบันฯ ตระหนักถึงความสำคัญของการศึกษาในสาขาที่ตนเชี่ยวชาญ เพื่อช่วยลดพิษภัยจากการได้รับควันบุหรี่

ตัวอย่างงานผลงานวิจัยล่าสุด

Rice Bran Oil Improves Emphysema in Cigarette Smoke Extract-Induced Mice through Anti-Inflammatory and Antioxidative Effects


โดย รศ.ดร. เอกราช เกตวัลท์ และคณะ

Institute of Nutrition Mahidol University
March 29 · 🌐

📌 New Publication
"Rice Bran Oil Improves Emphysema in Cigarette Smoke Extract-Induced Mice through Anti-Inflammatory and Antioxidative Effects"
** Assoc. Prof. Aikkarach Kettawan **

สถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล

Rice Bran Oil Improves Emphysema in Cigarette Smoke Extract-Induced Mice through Anti-Inflammatory and Antioxidative Effects



★ TOP 10%
QI : Nutrients 2024, 16, 433.
Assoc. Prof. Aikkarach Kettawan

nutrients **MDPI**

Article
Rice Bran Oil Improves Emphysema in Cigarette Smoke Extract-Induced Mice through Anti-Inflammatory and Antioxidative Effects
Aikkarach Kettawan ^{1,2}, Subpatanasorn Kiatgird ³, Thanasorn Hongprong ⁴, Jalin Thongtan ⁵, Anusorn Kiatkaewmanee Kettawan ¹, Nitah Nilmal ⁶ and Sawatchai Sittanan ¹ *

Abstract Lung inflammation and alveolar enlargement are the major pathological conditions of chronic obstructive pulmonary disease (COPD) patients. Rice bran oil (RBO), a natural anti-inflammatory and antioxidant agent, has been used for therapeutic purposes in several inflammatory diseases. This study aimed to investigate the anti-inflammatory and antioxidative effect of RBO on a cigarette smoke extract (CSE)-induced emphysema model in mice. The results indicated that CSE significantly induced alveolar enlargement in mice lung, increased inflammatory cells, macrophage, and TNF- α levels in bronchoalveolar lavage fluid (BALF) score induced in CSE-treated mice. RBO (low and high dose) supplemented mice showed decreased total BALF inflammatory cell, macrophage, and TNF- α levels and PAF-1q16 level (p < 0.05). Additionally, the administration of RBO decreased the mean linear alveolar intercept (LAI) in the CSE-treated group. Additionally, RBO treatment significantly increased the total antioxidant capacity in both serum BALF and organs. However, RBO did not have an effect on the malondialdehyde (MDA) level. These findings suggest that RBO treatment ameliorates lung inflammation in a CSE-induced emphysema mouse model through anti-inflammatory and antioxidant pathways. Therefore, the supplementation of RBO could be a new potential therapeutic to relieve the severity of COPD.

Keywords: cigarette smoke extract; lung inflammation; emphysema; rice bran oil; antioxidant; inflammatory health

6

สนับสนุนและส่งเสริมการป้องกันอันตราย
ทางสุขภาพให้แก่ผู้ที่ไม่สูบบุหรี่
โดยการจัดสิ่งแวดล้อมปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย

สถาบันฯ ให้ความสำคัญกับเรื่องการเป็นเขตปลอดบุหรี่ โดยนอกจากจะไม่อนุญาตให้สูบบุหรี่ภายในบริเวณสถาบันฯ แล้วยังมีการดำเนินการเพื่อส่งเสริมสุขภาพให้กับบุคลากร ดังนี้

- 1) ให้ข้อมูลแนะนำแก่บุคลากร ถึงจุดสูบบุหรี่ที่ได้รับการอนุญาตตามที่มหาวิทยาลัยกำหนด
- 2) สนับสนุนกิจกรรมการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพให้กับบุคลากร ดังนี้
 - กิจกรรมแข่งขันกีฬาบุคลากรมหาวิทยาลัย ประจำปี 2566
 - INMU Healthy Challenge 2023 จำนวน 2 กิจกรรม ได้แก่ เดินวิ่งสะสมก้าว และการเปลี่ยนแปลงองค์ประกอบของร่างกาย

จุดสูบบุหรี่ที่ทางมหาวิทยาลัยจัดให้ 4 จุด

1. บริเวณลานหน้า: <https://goo.gl/maps/9Z7Tg455m1d64W7>

2. สวนพฤกษศาสตร์: <https://goo.gl/maps/3U4Hh6kq9g64g92P>

3. บริเวณลานหน้า: <https://goo.gl/maps/3U4Hh6kq9g64g92P>

4. บริเวณลานหน้า: <https://goo.gl/maps/3U4Hh6kq9g64g92P>

โครงการ ออกกำลังกายสุขภาพ INMU Healthy Challenge 2023
คณะผู้บริหารคณาจารย์และบุคลากรร่วมกับคณะกรรมการสวัสดิการ สถาบันโภชนาการ ปรากฏผลผู้ที่ได้รับรางวัล ไททเนส

"เดิน-วิ่งสะสมจำนวนก้าว"

รางวัล	ชื่อหน่วยงาน	จำนวนผู้เข้าร่วม	จำนวนก้าว	เงินรางวัล
1	วิทยาลัยพยาบาล	45	1,094,814	1,200
2	ศูนย์วิจัยโภชนาการ	45	329,880	1,000
3	เพื่อนชาวต่างชาติ	45	513,035	800

รางวัล 45 อันดับ

รางวัล	ชื่อหน่วยงาน	จำนวนผู้เข้าร่วม	จำนวนก้าว	เงินรางวัล
1	วิทยาลัยพยาบาล	45	901,811	1,200
2	ศูนย์วิจัยโภชนาการ	45	480,355	1,000
3	ศูนย์วิจัยโภชนาการ	45	584,399	800

รางวัลผู้เข้ามามีส่วนร่วม 30 อันดับแรก จาก 45 อันดับได้รับเงินรางวัล 500 บาท

จำนวน	ชื่อหน่วยงาน	จำนวนผู้เข้าร่วม	จำนวนก้าว	เงินรางวัล
300	วิทยาลัยพยาบาล	45	1,094,814	500
300	ศูนย์วิจัยโภชนาการ	45	329,880	500
300	เพื่อนชาวต่างชาติ	45	513,035	500

"ประกวดการเปลี่ยนแปลงองค์ประกอบร่างกาย"
ระยะเวลา 6 เดือน

ลำดับ	ชื่อหน่วยงาน	เงินรางวัล
1	ศูนย์วิจัยโภชนาการ วิทยาลัยพยาบาล	3,000
2	ศูนย์โภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล	2,000
3	ศูนย์โภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล	1,000

รางวัลชนะเลิศ

ชื่อหน่วยงาน	เงินรางวัล
ศูนย์โภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล	500
ศูนย์โภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล	500

หมายเหตุ:
ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถสมัครได้ที่ ศูนย์วิจัยโภชนาการ โทร. 100
สิ้นสุดรับสมัครที่ 20 มีนาคม 2566 (เป็นต้นไป)
ดำเนินการแข่งขันกิจกรรมที่ 20 มีนาคม 2566 ที่ ศูนย์วิจัยโภชนาการ โทร. 117

7

สนับสนุนและส่งเสริมการคัดกรอง บำบัด ฟันฟู
และส่งต่อผู้สูบบุหรี่ที่ต้องการเลิกบุหรี่

จัดทำแบบสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยง “บุหรี่”

For STAFFS

แบบสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยง “บุหรี่” Survey of the situation of risky behavior "cigarettes"

☞ สถาบันโภชนาการ ได้มีการดำเนินงานตามนโยบายของมหาวิทยาลัยมหิดลเป็นมหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่ ดังนี้

📍 กำหนดให้พื้นที่ทั้งหมดเป็นเขตปลอดบุหรี่ (ห้ามสูบบุหรี่)

📍 ผลิตเรื่องบุหรี่ ให้ความรู้แก่บุคลากรและนักศึกษา ผ่านเว็บไซต์ <https://inmu2.mahidol.ac.th/smoking-policy/>

📍 ผลิตสติ๊กเกอร์เอกสารเผยแพร่กิจกรรม ให้ความรู้ในบริเวณต่างๆ ของสถาบันฯ

📍 จัดกิจกรรมสนับสนุนส่งเสริมการป้องกันอันตรายให้แก่ผู้ไม่สูบบุหรี่โดยการจัดสิ่งแวดล้อมปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย เช่น จัดให้มีพื้นที่ออกกำลังกาย มุมกาแฟ มุมพักผ่อน

📄 การเก็บข้อมูลครั้งนี้เพื่อสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษา สำหรับใช้เป็นข้อมูลในการขับเคลื่อนการพัฒนาวิทยาลัยมหิดลเป็นมหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่ โดยสถาบันฯ จะเก็บรักษาข้อมูลไว้เป็นความลับ ข้อมูลจะถูกนำไปวิเคราะห์และนำเสนอในภาพรวม

☞ Institute of Nutrition has implemented the Mahidol University policy of becoming a smoke-free university as follows:

📍 Designating the entire area as a non-smoking area. (no smoking)

📍 Campaign about cigarettes, Provide knowledge to personnel and students Via the website <https://inmu2.mahidol.ac.th/smoking-policy/>

📍 Campaign, put up signs and documents to publicize activities. Providing knowledge in various areas of the institute.

📍 Organize activities to support and promote harm prevention for non-smokers by providing a smoke-free environment according to law. For example, provide an exercise area, a coffee corner, and a relaxation corner.

📄 The purpose of this survey is to explore the smoking behavior of students. To use as information to drive the development of Mahidol University to be a smoke-free university. The institution will keep the information confidential. The data is analyzed and presented as a whole.

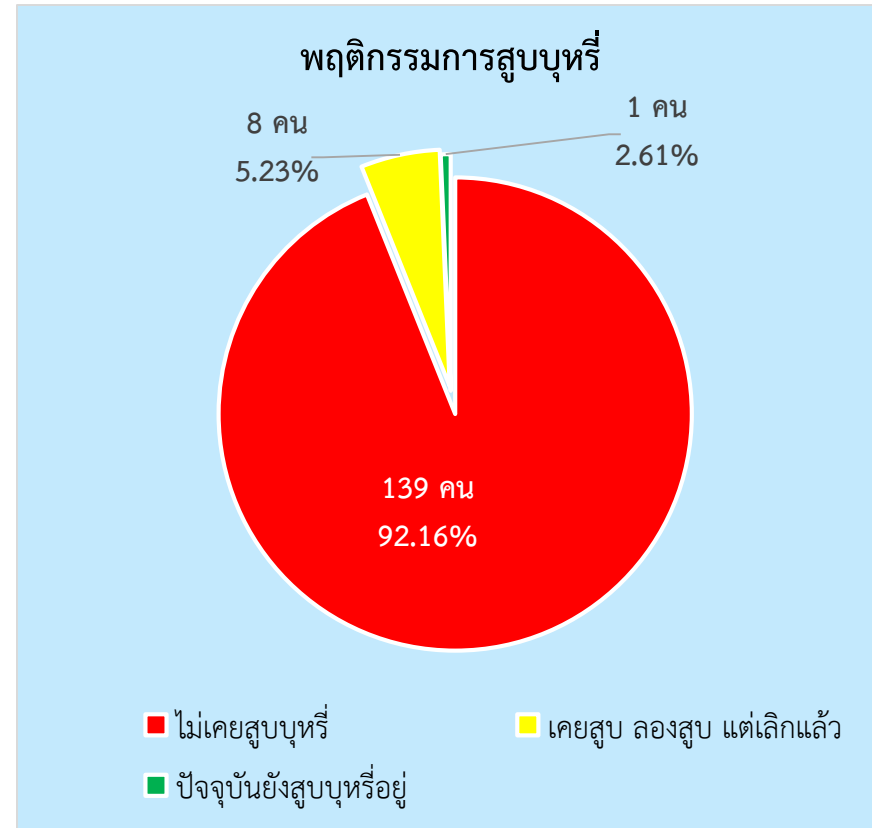
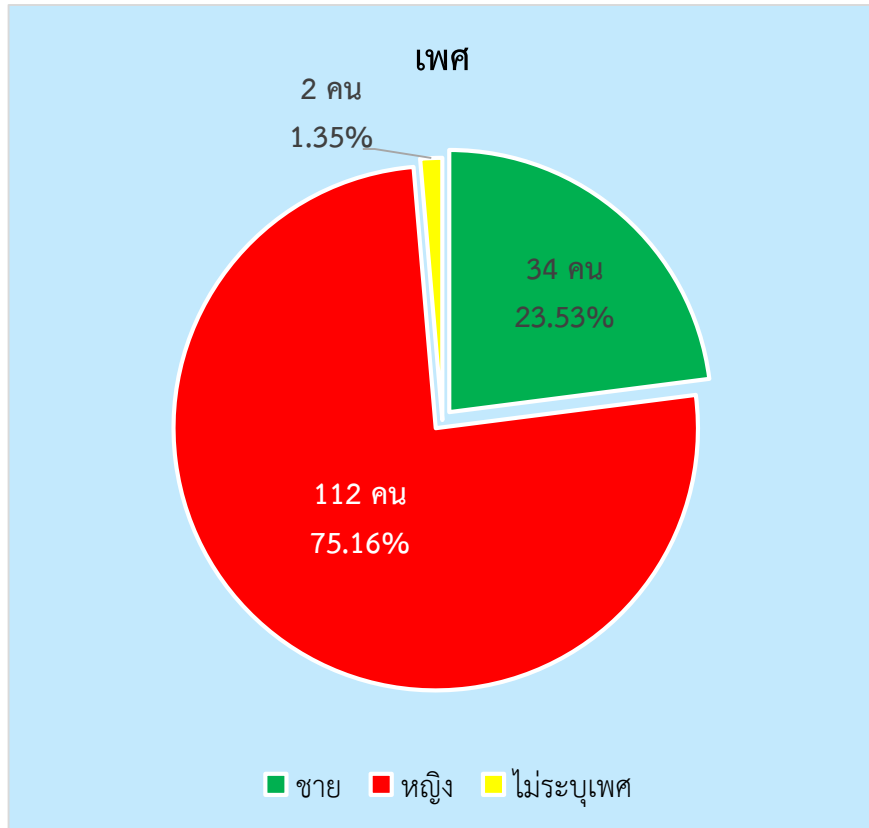
จัดทำแบบสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยง “บุหรี่”

สถาบันฯ ได้ดำเนินการจัดทำแบบสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยง “บุหรี่” เพื่อสำรวจและเก็บข้อมูลพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของบุคลากรในปัจจุบัน เมื่อเดือนพฤษภาคม 2567

โดยจากผลสำรวจพบว่า จากจำนวนบุคลากร ทั้งหมด 148 คน มีผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ ร้อยละ 99.30 และผู้สูบบุหรี่ ร้อยละ 0.70

และจำนวนผู้แจ้งความประสงค์สนใจเข้าร่วมโครงการเลิกบุหรี่ จำนวน 1 คน

ผลการสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยง “บุหรี” ของบุคลากร



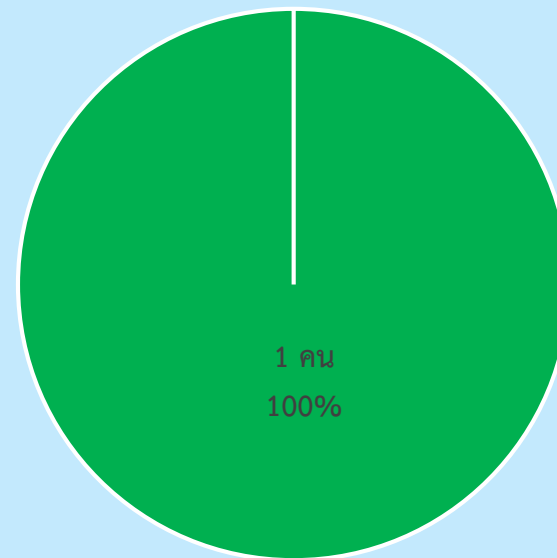
ผลการสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยง “บุหรี” ของบุคลากร

สถานที่สูบบุหรี่



■ นอกพื้นที่มหาวิทยาลัย

ความต้องการที่จะเลิกบุหรี



■ สนใจเข้าร่วมโครงการเลิกบุหรี

จัดทำแบบสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยง “บุหรี่”

For STUDENTS

แบบสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยง “บุหรี่” Survey of the situation of risky behavior "cigarettes"

☹️ สถาบันโภชนาการ ได้มีการดำเนินงานตามนโยบายของมหาวิทยาลัยมหิดลเป็นมหาวิทยาลัยปลอด บุหรี่ ดังนี้

💡 กำหนดให้พื้นที่ทั้งหมดเป็นเขตปลอดบุหรี่ (ห้ามสูบบุหรี่)

💡 รณรงค์เรื่องบุหรี่ ให้ความรู้แก่บุคลากรและนักศึกษา ผ่านเว็บไซต์ <https://inmu2.mahidol.ac.th/smoking-policy/>

💡 รณรงค์ ติดป้ายเอกสารเผยแพร่กิจกรรม ให้ความรู้ในบริเวณต่างๆ ของสถาบันฯ

💡 จัดกิจกรรมสนับสนุนส่งเสริมการป้องกันอันตรายให้แก่ผู้ไม่สูบบุหรี่โดยการจัดสิ่งแวดล้อมปลอดบุหรี่ ตามกฎหมาย เช่น จัดให้มีพื้นที่ออกกำลังกาย มุมกาแฟ มุมพักผ่อน

📄 การเก็บข้อมูลครั้งนี้เพื่อสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษา สำหรับใช้เป็นข้อมูลในการขับเคลื่อนการพัฒนามหาวิทยาลัยมหิดลเป็นมหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่ โดยสถาบันฯ จะเก็บรักษาข้อมูลไว้เป็นความลับ ข้อมูลจะถูกนำไปวิเคราะห์และนำเสนอในภาพรวม

☹️ Institute of Nutrition has implemented the Mahidol University policy of becoming a smoke-free university as follows:

💡 Designating the entire area as a non-smoking area. (no smoking)

💡 Campaign about cigarettes, Provide knowledge to personnel and students Via the website <https://inmu2.mahidol.ac.th/smoking-policy/>

💡 Campaign, put up signs and documents to publicize activities. Providing knowledge in various areas of the institute.

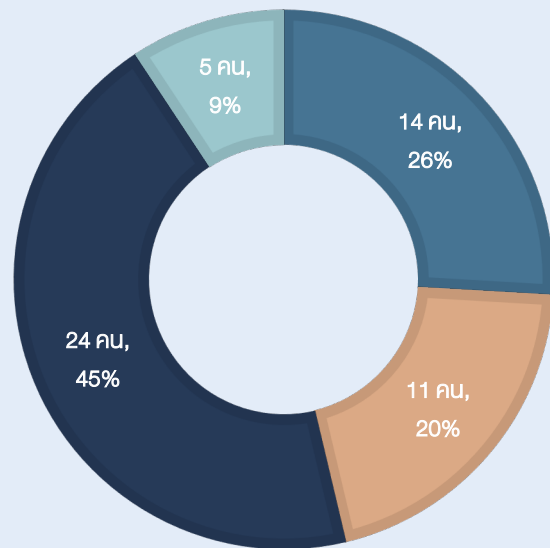
💡 Organize activities to support and promote harm prevention for non-smokers by providing a smoke-free environment according to law. For example, provide an exercise area, a coffee corner, and a relaxation corner.

📄 The purpose of this survey is to explore the smoking behavior of students. To use as information to drive the development of Mahidol University to be a smoke-free university. The institution will keep the information confidential. The data is analyzed and presented as a whole.

หน่วยบริหารการศึกษาดำเนินการ
จัดทำแบบสำรวจสถานการณ์พฤติกรรม
เสี่ยง “บุหรี่” เพื่อสำรวจและ
เก็บข้อมูลพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของ
นักศึกษาในปัจจุบันโดยในสถาบันฯ
มีนักศึกษาอยู่จำนวนทั้งสิ้น 54 คน ได้รับความ
ตอบกลับแบบสำรวจครบถ้วนทั้ง
54 คน คิดเป็น 100%

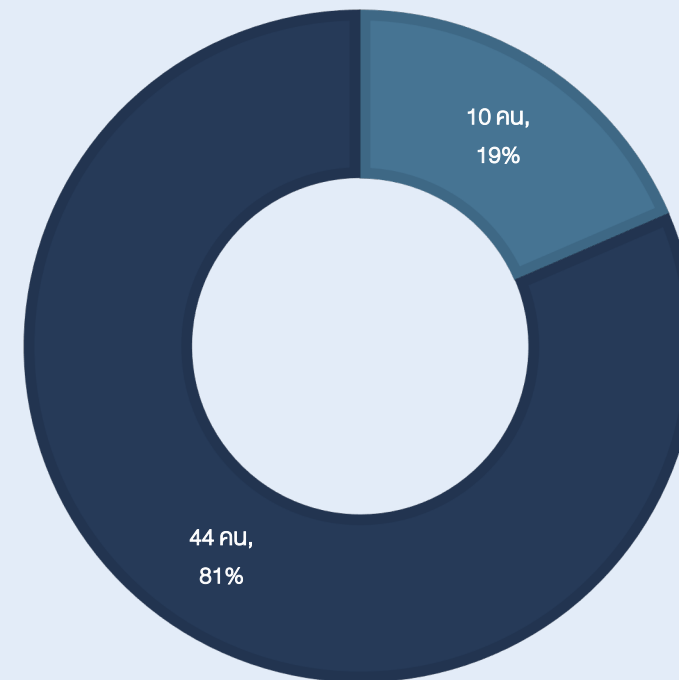
ผลการสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยง “บุหรื” ของนักศึกษา

หลักสูตร



- วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพิษวิทยาและโภชนาการเพื่ออาหารปลอดภัย
- วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพิษวิทยาและโภชนาการเพื่ออาหารปลอดภัย(ภาคพิเศษ)
- วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนาการและการกำหนดอาหาร (หลักสูตรนานาชาติ)
- วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การอาหารเพื่อโภชนาการ (หลักสูตรนานาชาติ)

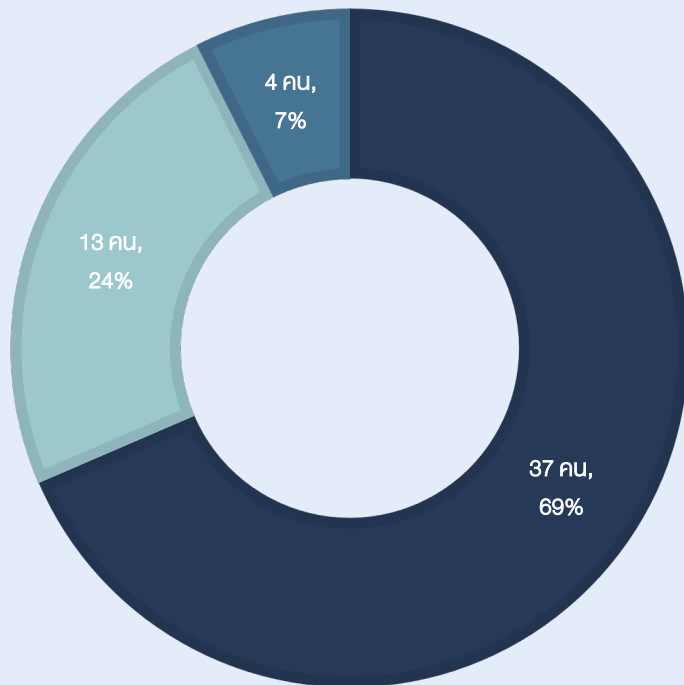
IWC



- ชาย
- หญิง

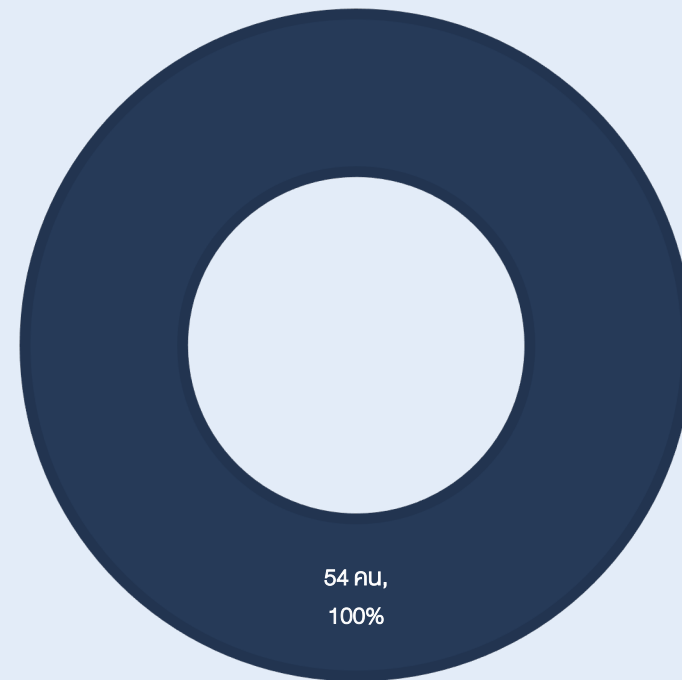
ผลการสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยง “บุหรื” ของนักศึกษา

ช่วงอายุ



■ 20-30 ปี ■ 31-40 ปี ■ 41-50 ปี

พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของท่าน



■ ไม่เคยสูบบุหรี่ ■ เคยสูบ/ลองสูบ แต่ปัจจุบันเลิกสูบบุหรี่แล้ว ■ ปัจจุบันยังสูบบุหรี่อยู่

สถาบันโภชนาการ
INSTITUTE OF NUTRITION

Thank You