

# โครงการฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับ

## Sleep Technician-Fast Track program

### หลักสูตร 3 เดือน

## สมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย

### ครั้งที่ 9

#### 1. หลักการและเหตุผล

แม้ศาสตร์ทางด้านความผิดปกติจากการนอนหลับจะเป็นศาสตร์ใหม่ แต่ได้รับความสนใจอย่างกว้างขวาง โดยเฉพาะในช่วงระยะเวลา 10 ปีที่ผ่านมา เนื่องจากโรคความผิดปกติจากการนอนหลับนั้นพบได้บ่อยและมีความสำคัญต่อสุขภาพของประชากรในวงกว้าง โดยเฉพาะภาวะหยุดหายใจขณะหลับจากการอุดกั้น หรือ Obstructive Sleep Apnea ซึ่งพบได้บ่อยถึงประมาณ 15.4% ในผู้ชายและ 6.3% ในผู้หญิง<sup>1</sup> โรคนี้พบที่มีความสัมพันธ์กับโรคที่สำคัญอื่นๆ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง หัวใจวาย โรคหัวใจขาดเลือด เป็นต้น การที่จะวินิจฉัยภาวะผิดปกติจากการนอนหลับนอกจากจะได้จากการซักประวัติ ตรวจร่างกาย แล้วนั้น การตรวจการนอนหลับ (Polysomnography) นั้นมีความสำคัญมาก ซึ่งขณะนี้การตรวจการนอนหลับนั้น ทำได้ล่าช้าไม่เพียงพอต่อความต้องการ โดยพบว่าปัญหาหลักปัญหาหนึ่งคือภาวะขาดแคลนเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับ (Sleep Technician) เนื่องจากเป็นเจ้าหน้าที่ที่ต้องได้รับการฝึกอบรมเฉพาะและต้องผ่านการฝึกปฏิบัติที่ยาวนานกว่าจะเป็นเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับที่มีคุณภาพที่จะมาทำหน้าที่ได้

ที่ผ่านมาสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทยได้จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับเป็นประจำปีละครั้ง โดยแบ่งเป็นการอบรมในระดับพื้นฐานและการอบรมในระดับชำนาญการ และมีการจัดสอบใบประกาศนียบัตรความรู้ความชำนาญเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับแห่งประเทศไทยเพื่อเป็นการรับรองความรู้ความสามารถของเจ้าหน้าที่ในการปฏิบัติงานต่อไป โดยหนึ่งในเกณฑ์ของผู้ที่จะสามารถสอบใบประกาศนียบัตรความรู้ความชำนาญเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับด้วยตนเองอย่างน้อย 50 ราย ทำให้ผู้ที่สนใจจะเป็นเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับที่ไม่ได้ทำงานอยู่ที่ห้องปฏิบัติการตรวจการนอนหลับไม่สามารถมีประสบการณ์การตรวจการนอนหลับเพียงพอที่จะสามารถเข้าทำการสอบใบประกาศนียบัตรความรู้ความชำนาญเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับแห่งประเทศไทยได้ ทำให้ขณะนี้ปัญหาการขาดแคลนเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับนั้นยังคงมีอยู่ร่วมกับขณะนี้พบว่าจำนวนห้องปฏิบัติการตรวจการนอนหลับนั้นเพิ่มจำนวนขึ้นตามจำนวนผู้ป่วยที่เพิ่มขึ้นทางสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทยจึงเล็งเห็นปัญหาและมีโครงการที่จะจัดการฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ระยะสั้น โดยจะเน้นในด้านของการฝึกปฏิบัติจริงที่ห้องปฏิบัติการตรวจการนอนหลับ เมื่อปี 2558 ทางสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทยได้จัดโครงการฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับ

ครั้งที่ 1 หลักสูตร 4 เดือน ระหว่างเดือนกันยายน 2558 ถึง ธันวาคม 2558 ขึ้นและโดยมีผู้ผ่านการอบรม  
จำนวนทั้งสิ้น 4 ท่าน

ในปี 2560 ทางสมาคมเล็งเห็นถึงความขาดแคลนเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับและต้องการผลิต  
เจ้าหน้าที่จำนวนมากขึ้น จึงได้ทำการปรับปรุงหลักสูตรเพื่อให้กระชับขึ้น จึงปรับหลักสูตรเป็น 3 เดือน  
และมีผู้ผ่านการอบรมแล้วจำนวนทั้งสิ้นตามปีดังนี้

- ปี 2560 จำนวน 6 ท่าน
- ปี 2561 จำนวน 9 ท่าน
- ปี 2562 จำนวน 8 ท่าน
- ปี 2563 จำนวน 9 ท่าน
- ปี 2564 จำนวน 10 ท่าน
- ปี 2565 จำนวน 9 ท่าน
- ปี 2566 จำนวน 13 ท่าน

## 2. วัตถุประสงค์

- 2.1 เพื่อให้ความรู้แก่ผู้เข้าอบรมให้มีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับโรคจากการหลับ มีความรู้ทางด้าน  
เทคนิคในการตรวจการนอนหลับหรือการตรวจอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างถูกต้อง มีความสามารถในการ  
การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่อาจเกิดขึ้นขณะทำการตรวจ รวมไปถึงจนถึงการอ่านแปลผลการ  
ตรวจการนอนหลับได้อย่างถูกต้องแม่นยำ โดยจะมีการประเมินคุณภาพการทำงานของผู้เข้า  
อบรมหลังสิ้นสุดการอบรมด้วยโดยการประเมินจากอาจารย์แพทย์ด้านโรคความผิดปกติจากการ  
นอนหลับและเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับที่รับผิดชอบดูแลในขณะเข้าฝึกอบรม
- 2.2 เพื่อให้เจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความสามารถที่เพียงพอจนสามารถสอบใบประกาศนียบัตรความรู้ความ  
ชำนาญเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับแห่งประเทศไทยได้

## 3. หน่วยงานที่รับผิดชอบ

- 3.1 สมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย
- 3.2 ศูนย์นันทราเวช โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย
- 3.3 ศูนย์นันทรรักษ์ศิริราช โรงพยาบาลศิริราช
- 3.4 ศูนย์โรคการนอนหลับ โรงพยาบาลรามธิบดี
- 3.5 ศูนย์สหเวชศาสตร์การนอนหลับสุรศักดิ์มนตรี โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า
- 3.6 ศูนย์โรคการนอนหลับ สถาบันโรคทรวงอก กรมการแพทย์
- 3.7 ศูนย์การนอนหลับธรรมศาสตร์ งานตรวจวินิจฉัยทางการแพทย์ โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิม  
พระเกียรติ

#### 4. วิทยากร

- 4.1 แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคความผิดปกติจากการหลับ
- 4.2 พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการตรวจการนอนหลับ
- 4.3 เจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับผู้ชำนาญการ

#### 5. กลุ่มเป้าหมาย

บุคคลที่สนใจพัฒนาตนเองเป็นเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับ (Polysomnography) จากทั้งหน่วยงานของรัฐและเอกชน เช่นนักเทคนิคการแพทย์ พยาบาล เป็นต้น

#### 6. ระยะเวลาดำเนินการ

จัดการอบรม 1 ครั้งต่อปี โดยประกอบไปด้วย

1. การอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับระดับพื้นฐานและงานประชุมวิชาการประจำปีของสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย ระหว่างวันที่ 16 พฤศจิกายน 2567 ถึง วันที่ 20 พฤศจิกายน 2567 ณ โรงพยาบาลศิริราช
2. เข้าอบรมเชิงปฏิบัติการในสถาบัน วันที่ 25 พฤศจิกายน 2567 ถึง วันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2568 โดยสถานที่ที่จะเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการนั้นเจ้าหน้าที่เข้าทำการฝึกอบรมสามารถเลือกได้ ประกอบไปด้วย
  1. ศูนย์นันทราเวช โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย
  2. ศูนย์นันทรักษ์ศิริราช โรงพยาบาลศิริราช
  3. ศูนย์โรคการนอนหลับ โรงพยาบาลรามาริบัติ
  4. ศูนย์สหเวชศาสตร์การนอนหลับสุรศักดิ์มนตรี โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า
  5. ศูนย์โรคการนอนหลับ สถาบันโรคทรวงอก กรมการแพทย์
  6. ศูนย์การนอนหลับธรรมศาสตร์ งานตรวจวินิจฉัยทางการแพทย์ โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ

โดยจะให้ผู้เข้ารับการอบรมเลือกสถานที่ที่ต้องการเข้ารับการอบรมมากที่สุดเรียงจากมากที่สุดไปน้อยที่สุด โดยถ้ามีการเลือกซ้ำกันของผู้เข้ารับการอบรม จะถือว่าผู้ที่เลือกก่อนจะได้สิทธิ์ในการเลือกก่อน

#### 7. ตารางการอบรม

1. การอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับระดับพื้นฐานประจำปีของสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย ระหว่างวันที่ 16 พฤศจิกายน 2567 ถึง วันที่ 20 พฤศจิกายน 2567 ณ โรงพยาบาลศิริราช

ตารางอยู่ระหว่างเตรียมการ

## 2. การเข้าอบรมเชิงปฏิบัติการในสถาบัน

วันที่ 25 พฤศจิกายน 2567 ถึง วันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2568

ช่วงเวลา	ตารางการฝึกอบรม
9.00-16.00	ฝึกการติดอุปกรณ์ตรวจการนอนหลับ ฝึกการอ่านผลการตรวจการนอนหลับร่วมกับอาจารย์แพทย์และเจ้าหน้าที่ชำนาญการตรวจการนอนหลับ การฝึกการตรวจการนอนหลับในเวลากลางวัน (multiple sleep latency test และ maintenance of wakefulness test)
19.00-06.00	ฝึกการติดอุปกรณ์ในผู้ป่วยจริง การฝึกการตรวจการนอนหลับร่วมกับเจ้าหน้าที่ชำนาญการตรวจการนอนหลับในเวลากลางคืน ***โดยผู้เข้าอบรมแต่ละคนจะอยู่ ฝึกการตรวจในเวลากลางคืนนี้อาทิตย์ละ 2 คืน (รวมทั้งสิ้น 24 คืนต่อคน)

### 8. รายละเอียดการสมัคร

เปิดรับสมัครตั้งแต่บัดนี้ถึง วันที่ 21 ตุลาคม 2567 โดยผู้สมัครต้องยื่นเอกสารทั้งหมดให้ครบสมบูรณ์ก่อนวันปิดรับสมัคร (ปิดรับสมัครเวลา 16.30)

#### ผู้มีสิทธิ์สมัคร

จบมัธยมศึกษาปีที่ 6 หรือสายวิชาชีพ (ปวส หรือ ปวช) เป็นต้นไป

#### วิธีการส่งเอกสารการสมัคร

1. ส่งเอกสารการลงทะเบียนพร้อมหลักฐานการชำระเงิน โดย scan (pdf.)

มายัง E-mail: [sleepsst@gmail.com](mailto:sleepsst@gmail.com)

#### ค่าสมัคร

- 50,000 บาท สำหรับผู้เข้าอบรมจากสถาบันรัฐบาล
- 75,000 บาท สำหรับผู้เข้าอบรมจากสถาบันเอกชน

\*\* สามารถเบิกค่าใช้จ่ายต่างๆ ได้ตามสิทธิ์ ตามระเบียบของทางราชการ โดยจะต้องได้รับอนุมัติจากผู้บังคับบัญชาและไม่ถือเป็นวันลา \*\*

### การชำระเงินค่าสมัคร

เงินโอนผ่านทางธนาคาร ชื่อบัญชี สมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย  
ธนาคารกรุงเทพ สาขาจตุจักร บัญชีกระแสรายวัน เลขที่บัญชี 209-304-0000

เช็คสั่งจ่าย ในนาม “ สมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย”

เช็คธนาคาร.....สาขา.....  
เลขที่เช็ค.....บริษัท.....

### การแจ้งสิทธิ์เข้ารับการอบรม

หลักฐานสมาคมฯ ตรวจสอบเอกสารต่าง ๆ และพบว่าผู้สมัครมีคุณสมบัติต่างๆ ครบถ้วนตามเกณฑ์ที่  
ระบุไว้เรียบร้อยแล้ว สมาคมฯ จะแจ้งสิทธิ์เข้ารับการอบรมไปยังผู้สมัครทาง email และประกาศใน  
website: [www.sst.or.th](http://www.sst.or.th)

### 9. ตัวชี้วัดและเป้าหมายโครงการ

ตัวชี้วัด	หน่วยนับ	เป้าหมายตามปี							
		2561	2562	2563	2564	2565	2566	2567	2568
1. บุคลากรที่ผ่านการอบรม	คน	9	10	10	10	10	10	10	10
2. ผลการประเมินหลังผ่าน การอบรมอยู่ในระดับดี ขึ้นไป	ร้อยละ	80	90	95	100	100	100	100	100
3. อัตราการสอบผ่านใบ ประกาศฯจากสมาคมโรค จากการหลับแห่งประเทศไทย	ร้อยละ	90	95	95	95	95	95	95	95

### 10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ผลิตเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับที่มีความรู้ความสามารถในการปฏิบัติงานในส่วนที่ขาดแคลนต่อไป

### สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

คุณชนภรณ์ รัตนทากุล (เลขาสมาคมฯ) โทร. 096-712 0005, 062-436 3887