

# โครงการฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับ

## Sleep Technician-Fast Track program

### หลักสูตร 3 เดือน

## สมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย

### ครั้งที่ 8

#### 1. หลักการและเหตุผล

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

ที่ผ่านมาสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทยได้จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับเป็นประจำปีละครั้ง โดยแบ่งเป็นการอบรมในระดับพื้นฐานและการอบรมในระดับชำนาญการ และมีการจัดสอบใบประกาศนียบัตรความรู้ความชำนาญเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับแห่งประเทศไทยเพื่อเป็นการรับรองความรู้ความสามารถของเจ้าหน้าที่ในการปฏิบัติงานต่อไป โดยหนึ่งในเกณฑ์ของผู้ที่จะสามารถสอบใบประกาศนียบัตรความรู้ความชำนาญเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับด้วยตนเองอย่างน้อย 50 ราย ทำให้ผู้ที่สนใจจะเป็นเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับที่ไม่ได้ทำงานอยู่ที่ห้องปฏิบัติการตรวจการนอนหลับไม่สามารถมีประสบการณ์การตรวจการนอนหลับเพียงพอที่จะสามารถเข้าทำการสอบใบประกาศนียบัตรความรู้ความชำนาญเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับแห่งประเทศไทยได้ ทำให้ขณะนี้ปัญหาการขาดแคลนเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับนั้นยังคงมีอยู่ ร่วมกับขณะนี้พบว่าจำนวนห้องปฏิบัติการตรวจการนอนหลับนั้นเพิ่มจำนวนขึ้นตามจำนวนผู้ป่วยที่เพิ่มขึ้นทางสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทยจึงเล็งเห็นปัญหาและมีโครงการที่จะจัดการฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ระยะสั้น 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

## 2. วัตถุประสงค์

- 2.1 เพื่อให้ความรู้แก่ผู้เข้าอบรมให้มีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับ โรคจากการหลับ มีความรู้ทางด้านเทคนิคในการตรวจการนอนหลับหรือการตรวจอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างถูกต้อง มีความสามารถในการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่อาจเกิดขึ้นขณะทำการตรวจ รวมไปถึงจนถึงการอ่านแปลผลการตรวจการนอนหลับได้อย่างถูกต้องแม่นยำ โดยจะมีการประเมินคุณภาพการทำงานของผู้เข้าอบรมหลังสิ้นสุดการอบรมด้วยโดยการประเมินจากอาจารย์แพทย์ด้านโรคความผิดปกติจากการนอนหลับและเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับที่รับผิดชอบดูแลในขณะเข้าฝึกอบรม
- 2.2 เพื่อให้เจ้าหน้าที่มีความรู้ความสามารถที่เพียงพอจนสามารถสอบใบประกาศนียบัตรความรู้ความชำนาญเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับแห่งประเทศไทยได้

## 3. หน่วยงานที่รับผิดชอบ

- 3.1 สมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย
- 3.2 ศูนย์นันทราเวช โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย
- 3.3 ศูนย์นันทรรักษ์ศิริราช โรงพยาบาลศิริราช
- 3.4 ศูนย์โรคการนอนหลับ โรงพยาบาลรามารินทร์
- 3.5 ศูนย์โรคการนอนหลับ สถาบันโรคทรวงอก

#### 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 7 ตุลาคม 2566 ถึง วันที่ 11 ตุลาคม 2566 ณ โรงพยาบาลรามารชิบดี
2. เข้าอบรมเชิงปฏิบัติการในสถาบัน วันที่ 12 ตุลาคม 2566 ถึง วันที่ 5 มกราคม 2567 โดยสถานที่ที่จะเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการนั้นเจ้าหน้าที่เข้าทำการฝึกอบรมสามารถเลือกได้ ประกอบไปด้วย
  1. ศูนย์นันทราเวช โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย
  2. ศูนย์นันทรรักษ์ศิริราช โรงพยาบาลศิริราช
  3. ศูนย์โรคการนอนหลับ โรงพยาบาลรามารชิบดี
  4. ศูนย์โรคการนอนหลับ สถาบันโรคทรวงอก กรมการแพทย์

โดยจะให้ผู้เข้ารับการอบรมเลือกสถานที่ที่ต้องการเข้ารับการอบรมมากที่สุดเรียงจากมากที่สุดไปน้อยที่สุด โดยถ้ามีการเลือกซ้ำกันของผู้เข้ารับการอบรม จะถือว่าผู้ที่เลือกก่อนจะได้สิทธิ์ในการเลือกก่อน

#### 7. ตารางการอบรม

1. การอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับระดับพื้นฐานประจำปีของสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย ระหว่างวันที่ 7 ตุลาคม ถึง 11 ตุลาคม 2566 ณ โรงพยาบาลรามารชิบดี

**วันเสาร์ที่ 7 ตุลาคม 2566**

07.30 – 08.15 น. ลงทะเบียน

08.15 – 09.00 น. พิธีเปิด

Lecture: Overview of Polysomnography

ศ.พญ.อรุณวรรณ พฤทธิพันธุ์

อดีตนายกสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย

09.00 – 10.00 น. Lecture: Physiology of Human Sleep

ศ.นพ.วิษณุ บรรณศิริรัฐ

10.00 – 10.30 น. **รับประทานอาหารว่าง**

10.30 – 12.00 น. Lecture: Equipment, Electrode placement and Bio-calibration

รศ.พญ.ลัดลียา ธรรมประทานกุล

12.00 – 13.00 น. **รับประทานอาหารกลางวัน**

13.00 – 16.00 น. Workshop (แบ่ง 6 กลุ่มย่อย)

คุณวรกต สุวรรณสถิตย์ (คุ่มวง)

**Equipment, Electrode placement and Bio-calibration (6 กลุ่มย่อย)**

คุณเอี่ยมพร ศขลชัย (กลุ่มที่ 1)

คุณศันสนีย์ พวงทวาย (กลุ่มที่ 2)

คุณสุวรรณา กันทะเรื่อน (กลุ่มที่ 3)

คุณภาควุฒิ เชยชีพ (กลุ่มที่ 4)

คุณพัชรินทร์ กล้าหาญ (กลุ่มที่ 5)

คุณรุ่งฤดี สิงห์เปี่ยม (กลุ่มที่ 6)

## วันอาทิตย์ที่ 8 ตุลาคม 2566

- 08.00 – 08.30 น.      แนะนำการใช้ Computer Software PSG Program
- 08.30 – 10.00 น.      Lecture: **Sleep Stages Scoring**  
รศ.พญ.นฤชา จีรกาลวสาน  
คุณวรกต สุวรรณสถิตย์      คุณศิวัชพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม  
คุณเอื้อมพร คชลัย
- 10.00 – 10.30 น.      **รับประทานอาหารว่าง**
- 10.30 – 12.00 น.      Workbook: **Sleep Stages Scoring (ต่อ)**  
รศ.พญ.นฤชา จีรกาลวสาน  
คุณวรกต สุวรรณสถิตย์      คุณศิวัชพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม  
คุณเอื้อมพร คชลัย
- 12.00 – 13.00 น.      **รับประทานอาหารกลางวัน**
- 13.00 – 15.00 น.      Computer Practice: **Sleep Stages Scoring**  
อ.พญ.ณัฐวรรณ สงวนวงษ์  
คุณวรกต สุวรรณสถิตย์      คุณศิวัชพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม  
คุณเอื้อมพร คชลัย
- 15.00 – 16.00 น.      Lecture: **Role of Sleep Technicians**  
คุณเจนจิรา เพ็งแจ่ม  
คุณเอื้อมพร ศิริพันธ์

## วันจันทร์ที่ 9 ตุลาคม 2566

08.00 – 08.30 น.	แนะนำการใช้ Computer Software PSG Program
08.30 – 10.00 น.	Lecture: Arousal, Seizure, Artifact รศ.นพ.ทนายาท ดีสุดจิต
10.00-10.10 น.	<b>ชี้แจงการสอบและการฝึกอบรม Fast track เจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับ</b> รศ.พญ.นฤชา จีรกาลวสาน
10.10 – 10.30 น.	<b>รับประทานอาหารว่าง</b>
10.30 – 12.00 น.	Lecture : Periodic Limb Movements, Bruxism, Multiple Sleep Latency Test & Maintenance of Wakefulness Test (MSLT, MWT) รศ.นพ.วัฒน์ชัย โชตินัยวัตรกุล
12.00 – 13.00 น.	<b>รับประทานอาหารกลางวัน</b>
13.00 – 16.00 น.	Workbook + Computer Practice: Arousal, Seizure, Artifact, Periodic Limb Movements, Bruxism, MSLT, MWT รศ.นพ.วัฒน์ชัย โชตินัยวัตรกุล คุณวรกต สุวรรณสถิตย์      คุณนงลักษณ์ ทับประทุม คุณธณัฏฐกร ไตรยุทธ

**วันอังคารที่ 10 ตุลาคม 2566**

08.00 – 08.30 น.	แนะนำการใช้ computer software PSG program
08.30 – 09.30 น.	Lecture + Workbook + Computer Practice: <b>Common Arrhythmia</b> พท.นพ.ประพันธ์ กิตติวาทวิทยกุล
09.30-10.30 น	<b>Respiratory Event</b> อ.พญ.กัลยา ปัญจพรผล คุณศิวะพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม      คุณรุ่งฤดี สิงห์เปี่ยม คุณธนภร เมื่องศรี
10.30 – 11.00 น.	<b>ถ่ายรูปหมุ่และรับประทานอาหารว่าง</b>
11.00 – 12.30 น.	Lecture + Workbook + Computer Practice: <b>Positive Airway Pressure (PAP) and Oxygen titration</b> ศ.นพ.ณัฐพงษ์ เจียมจริยธรรม
12.30 – 13.30 น.	<b>รับประทานอาหารกลางวัน</b>
13:30 – 16:00 น.	Workshop (แบ่ง 7 กลุ่มย่อย) <b>Mask Fitting and Device Setting</b> ผู้คุมวง: คุณวรกต สุวรรณสถิตย์ * คุณนงลักษณ์ ทับประทุม (กลุ่มที่ 1)      คุณเอี่ยมพร ศษลัย (กลุ่มที่ 2) คุณพัชรี กาญจนะ(กลุ่มที่ 3)      คุณภาควุฒิ เชยชีพ (กลุ่มที่ 4) คุณศันสนีย์ พวงทวาย (กลุ่มที่ 5)      คุณรุ่งฤดี สิงห์เปี่ยม (กลุ่มที่ 6) คุณไปรยา ปิ่นทอง (กลุ่มที่ 7)

**วันพุธที่ 11 ตุลาคม 2566**

08.00 – 08.30 น.	แนะนำการใช้ computer software PSG program
08.30 – 10.00 น.	Lecture: <b>Pediatric Scoring</b> ผศ.นพ.ธีรเดช คุปตานนท์
10.00 – 10.30 น.	<b>รับประทานอาหารว่าง</b>
10.30 – 11.00 น.	Workbook + Computer Practice: <b>Pediatric Scoring</b> อ.พญ.อัญชญา ทองแย้ม คุณพิราวรรณ เบ็ญจชาติ คุณพัชรีย์ กาญจนะ คุณวรกต สุวรรณสถิตย์*
11.00 – 12.00 น.	<b>Scoring Practice Case 1</b> อ.นพ.สมประสงค์ เหลี่ยมสมบัติ คุณพิราวรรณ เบ็ญจชาติ คุณพัชรีย์ กาญจนะ คุณวรกต สุวรรณสถิตย์* <b>Scoring Practice Case 2</b> อ.พญ.อัญชญา ทองแย้ม คุณพิราวรรณ เบ็ญจชาติ คุณพัชรีย์ กาญจนะ คุณวรกต สุวรรณสถิตย์*
12.00 – 13.00 น.	<b>รับประทานอาหารกลางวัน</b>
13.00 – 14.00 น.	Lecture: <b>Emergency Recognition and Management</b> รศ.นพ.ทนายท ดิสุจิต
14.00 – 15.00 น.	Lecture: <b>Technician Documentation, Report Generation, Interpretation</b> อ.พญ.พิมล รัตนอำพลวัลย์
15.00 – 15.30 น.	<b>Interactive Q&amp;A</b> วิทยากรทุกท่าน
15.30 – 16.00 น.	<b>รับประกาศนียบัตร</b>

\*หัวหน้าทีมและผู้ประสานงาน



2. การเข้าอบรมเชิงปฏิบัติการในสถาบัน  
วันที่ 12 ตุลาคม 2566 ถึง วันที่ 5 มกราคม 2567

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**

เปิดรับสมัครตั้งแต่วันที่ 15 กันยายน 2566 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

### 9. ตัวชี้วัดและเป้าหมายโครงการ

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

### 10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ผลิตเจ้าหน้าที่ตรวจการนอนหลับที่มีความรู้ความสามารถในการปฏิบัติงานในส่วนที่ขาดแคลนต่อไป

-----

### สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

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