

ต้นฉบับ

เลขที่เอกสารในระบบ E กม2302/ว3306

ฝ่ายบริหารทั่วไป (สกก. รับเอกสารจากภายนอก) รับที่ ขป 17305

วันที่ 15 พ.ย. 2559 / ส.บอ. 6304/99

เรื่อง ขอเชิญร่วมกิจกรรม "ทำดี เพื่อพ่อ" บริจาคโลหิตเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ ในวันศุกร์ที่ 2 ธันวาคม 2559

ขอปล.ลก.

เรียน ผู้บริหารกรม	วันที่กำหนด
<input checked="" type="checkbox"/> เพื่อโปรดพิจารณา <input type="checkbox"/> เพื่อโปรดดำเนินการ <input type="checkbox"/> เพื่อโปรดทราบ	
สำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ ร่วมกับ คณะวนศาสตร์	
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ขอเชิญร่วมกิจกรรม "ทำดี เพื่อพ่อ" บริจาคโลหิตเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ ครบปีญาสมวาร (50 วัน) ในวันศุกร์ที่ 2 ธันวาคม 2559	๒๕๕๙
ตั้งแต่เวลา 09.00-15.00 น. ณ อาคารวนศาสตร์ 72 ปี มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	หมายเหตุ
เห็นควรแจ้งเจ้าหน้าที่ในสังกัดทราบ ผู้ที่สนใจเชิญร่วมบริจาคโลหิตเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่ พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ ครบปีญาสมวาร (50 วัน) โดยติดต่อ	
กับผู้จัดงานโดยตรง ต่อไป	

(นางพวงศรี มโนรถ)

ขอปล.ลก. ปฏิบัติราชการแทน ลนภ. ๕ พย 2559

เรียน ผอ.ส่วน, ผอ.ช.ภค, ทท.๑-๕๖๐ และ ผอ.ท.๖๐.

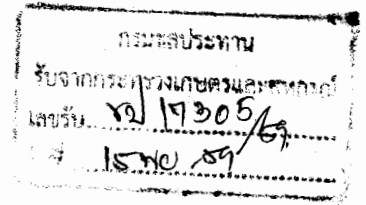
เพื่อโปรดทราบ และประชาสัมพันธ์ให้ทราบทั่วกัน

(นายเลิศชัย ศรีอนันต์)

ส.บอ 17 พ.ย. 2559



เลขที่เอกสารในรายนับ E-Mr 2302/09906



## บันทึกข้อความ

ว.ป.ค.ค.

ส่วนราชการ สำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ กอนนโยบายฯ โทร. ๐๒ ๕๖๑ ๒๒๓๗ ต่อ ๕๓๖๐

ที่ กษ ๒๓๐๒/ว ศ๓๐๖

วันที่ ๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๙

เรื่อง ขอเชิญร่วมกิจกรรม “ทำดี เพื่อพ่อ” บริจาคโลหิตเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ

เรียน อธิบดีกรมชลประทาน

ตามที่ได้มีประกาศสำนักพระราชวัง ลงวันที่ ๑๓ ตุลาคม ๒๕๕๙ เรื่อง พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช มหิตลาธิเบศรรามาธิบดี จักรีนฤพดินทร สยามินทราธิราช บรมนาถบพิตร สวรรคต และสำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ (มกอช.) ได้จัดทำแผนพลังชาวเกษตรร่วมกิจกรรมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ นั้น

สำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ ร่วมกับ คณะวนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้จัดกิจกรรม “ทำดีเพื่อพ่อ” บริจาคโลหิตเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ ครบปัญญาสมวาร (๕๐ วัน) และร่วมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ ในโอกาสนี้ มกอช. จึงขอเรียนเชิญท่านและเจ้าหน้าที่ในหน่วยงานของท่าน เข้าร่วมบริจาคโลหิต ในวันศุกร์ที่ ๒ ธันวาคม ๒๕๕๙ ตั้งแต่เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๕.๐๐ น. ณ อาคารวนศาสตร์ ๗๒ ปี มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ทั้งนี้ มกอช. ได้แนบคุณสมบัติของผู้บริจาคโลหิต เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนบริจาค มาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(นางสาวตุงเดือน ศัสสะนาวัน)

เลขาธิการสำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ



สำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ  
ร่วมกับ คณะวนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ขอเชิญร่วมกิจกรรม

# BLOOD FOR DAD

“ทำดีเพื่อพ่อ”

เพื่อบริจาคโลหิต ถวายเป็นพระราชกุศล  
แด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพล  
อดุลยเดชฯ ครบปัญญาสมวาร (50 วัน)



วันศุกร์ที่ ๒ ธันวาคม ๒๕๕๙  
เวลา ๐๙.๐๐น. - ๑๕.๐๐น.

ณ อาคารวนศาสตร์ ๓๒ ปี คณะวนศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน

การเตรียมตัวก่อนบริจาคเลือด

๑. พักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อย ๖ ชั่วโมง
๒. อาหารมื้อหลัก งดหวานจัดและมันจัด
๓. ดื่มน้ำ ๓- ๔ แก้ว ช่วง ๒๐ - ๓๐ นาที ก่อนบริจาค
๔. งดแอลกอฮอล์ก่อนบริจาค ๒๔ ชั่วโมง
๕. งดสูบบุหรี่ก่อนและหลังบริจาค ๑ ชั่วโมง
๖. ควรมีสุขภาพสมบูรณ์ไม่เป็นหวัด ห้ามเสียหรืออยู่ระหว่างรับประทานยาแก้แค้นเสบใดๆ

ติดต่อสอบถาม กลุ่มโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริและโครงการพิเศษ มกอช.

โทร. ๐๒ ๕๖๑ ๒๒๗๗/ ตีข ๕๓๕๙-๕๓๖๐

### การเตรียมตัวก่อนบริจาคโลหิต

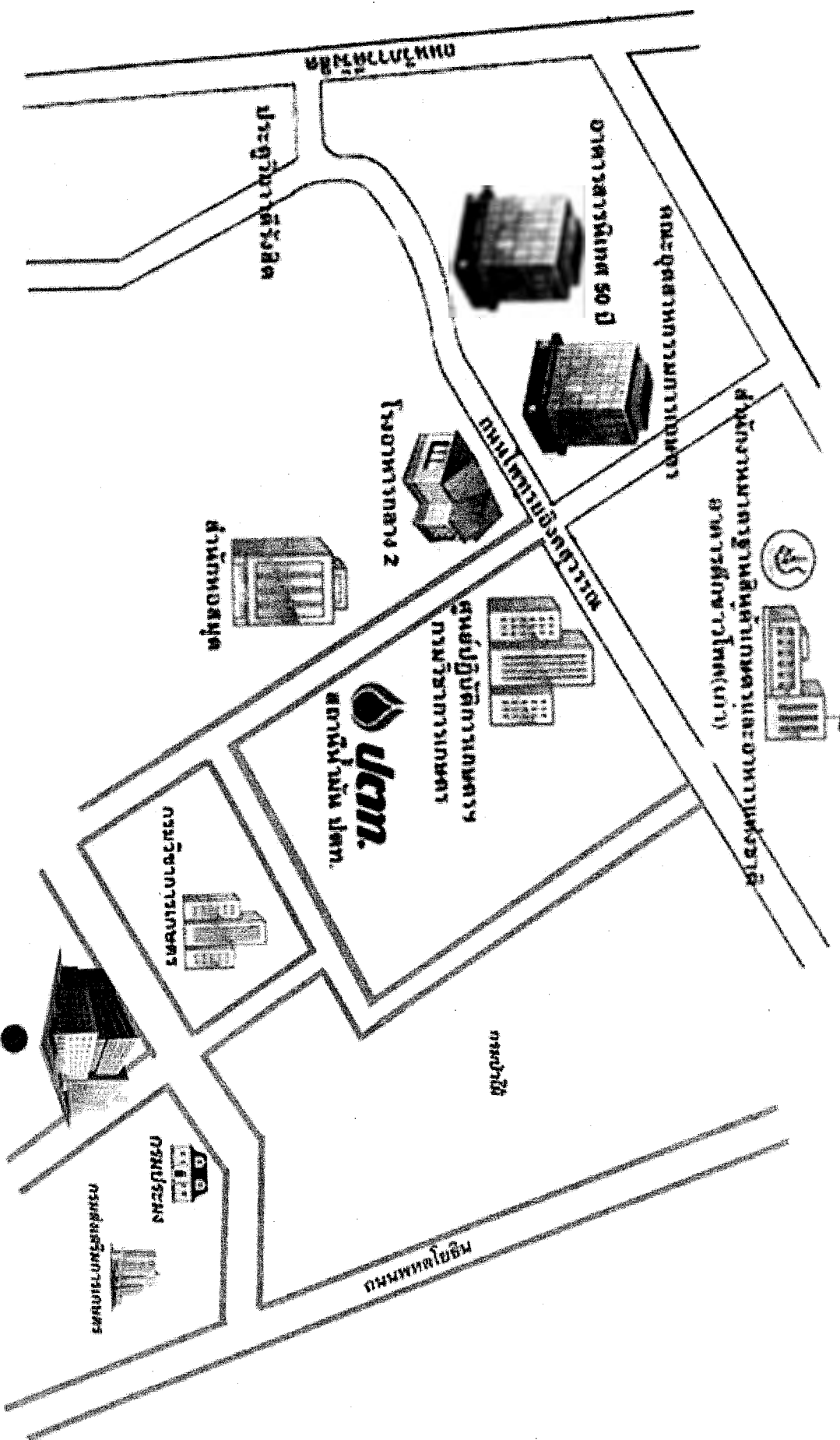
๑. นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพออย่างน้อย ๖ ชั่วโมง ในคืนก่อนวันที่จะมาบริจาคโลหิต
๒. สุขภาพสมบูรณ์ทุกประการ ไม่เป็นไข้หวัด หรืออยู่ระหว่างรับประทานยาแก้อักเสบใดๆ
๓. รับประทานอาหารมื้อหลักก่อนมาบริจาคโลหิต
  - หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง เช่น ข้าวขาหมู ข้าวมันไก่
  - หลีกเลี่ยงอาหารที่ประกอบด้วยกะทิ แกงต่างๆ ของทอด ของหวาน
๔. ดื่มน้ำหรือเครื่องดื่มเหลวเพิ่มเช่น น้ำผลไม้ นม น้ำหวาน ๓ - ๔ แก้ว เพื่อเพิ่มปริมาณ โลหิตในร่างกาย จะช่วยป้องกันการแทรกซ้อน เช่น มึนงง อ่อนเพลีย หรือเวียนศีรษะภายหลังบริจาคโลหิต
๕. งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ก่อนมาบริจาคโลหิตอย่างน้อย ๒๔ ชั่วโมง
๖. งดสูบบุหรี่ก่อนและหลังบริจาคโลหิต ๑ ชั่วโมง เพื่อให้ปอดฟอกโลหิตได้ดี

### หลังบริจาคโลหิต

๑. ควรดื่มเครื่องดื่มที่มีบริการให้ และดื่มน้ำมากกว่าปกติ เป็นเวลา ๑ วัน
๒. หลีกเลี่ยงการทำขาน้ำ หรือออกกำลังกายที่ต้องเสียเหงื่อมากๆ งดใช้กำลังแขนข้างที่เจาะ รวมถึงการหัวของหนักๆ เป็นเวลา ๑๒ ชั่วโมง ภายหลังการบริจาคโลหิต เพื่อป้องกันการบวมซ้ำ
๓. ไม่ควรรีบร้อนกลับ ควรนั่งพักจนแน่ใจว่าเป็นปกติ หากมีอาการเวียนศีรษะคล้ายจะเป็นลม หรือรู้สึกผิดปกติ ให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่ทราบทันที
๔. ถ้ามีโลหิตซึมออกมาจากรอยผ้าปิดแผล อย่าตกใจ ให้ใช้นิ้วมืออีกด้านหนึ่งกดลงบนผ้าก๊อซ กดให้แน่นและยกแขนสูงไว้ประมาณ ๓ - ๕ นาที หากยังไม่หยุดซึมให้กลับมายังสถานที่บริจาคโลหิตเพื่อพบแพทย์หรือพยาบาล
๕. ผู้บริจาคโลหิตที่ทำงานป็นปายที่สูง หรือทำงานเกี่ยวกับเครื่องจักรกล ควรหยุดพัก ๑ วัน
๖. รับประทานอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง และรับประทานยาธาตุเหล็กที่ได้รับวันละ ๑ เม็ด จนหมด เพื่อป้องกันการขาดธาตุเหล็ก

# แผนที่ใช้ร่วมบริการโลหิต

## ณ อาคารวิทยาศาสตร์ ๗๒ ปี คณะวนศาสตร์



ถนนพญาไท



จุดบริการโลหิต ณ อาคารวิทยาศาสตร์ ๗๒ ปี  
คณะวนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์