



# คู่มือปฐมนิเทศนิสิตใหม่ ปีการศึกษา 2565

หลักสูตร  
การแพทย์แผนไทยบัณฑิต

TTM-TSU



สาขาวิชาการแพทย์แผนไทย  
คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ

[www.fhss.tsu.ac.th](http://www.fhss.tsu.ac.th)

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำกล่าวต้อนรับนิตินิตใหม่	2
ปรัชญา และความสำคัญของหลักสูตร	3
ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง	5
การประเมินนิตินิตที่เป็นไปตาม ELOs	6
อาจารย์ประจำและบุคลากรสาขาวิชาการแพทย์แผนไทย	9
ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับหลักสูตร	11
หลักสูตรและแผนการศึกษา	12
เกณฑ์การสำเร็จการศึกษาตามหลักสูตร	18
เส้นทางสู่ผู้ประกอบการโรคศิลปะสาขาการแพทย์แผนไทย	19
วิธีสอบใบประกอบโรคศิลปะ	21
ตารางเวลาการจัดชั่วโมงให้คำปรึกษานิตินิตรายบุคคล	22
ช่องทางการให้คำปรึกษาของอาจารย์ที่ปรึกษา	23
ช่องทางการติดต่อเจ้าหน้าที่ประจำสาขาฯ	24
รายชื่อนิตินิตรหัส 65 และที่ปรึกษา	25
การทำกิจกรรมในรั้วมหาวิทยาลัย	27
บันทึก	28

คำกล่าวต้อนรับนิสิตใหม่  
สาขาวิชาการแพทย์แผนไทย  
คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ

ยินดีต้อนรับนิสิตใหม่ทุก ๆ คน จากตัวแทนคณาจารย์ในสาขาวิชาการแพทย์แผนไทย ขอแสดงความยินดีกับนิสิตทุกคนในการก้าวสู่รั้วมหาวิทยาลัย นิสิตก็เป็นดอกไม้ชนิดหนึ่งในหลาย ๆ ชื่อของช่อราชวดี ก็ขอให้ นิสิตตั้งใจเรียน ฝึกฝนทักษะวิชาชีพ มีจิตใจเข้มแข็ง และประสบความสำเร็จในชีวิตที่ตั้งทุกคนตั้งใจ เพื่อเป็นกำลังหลักในการพัฒนาประเทศต่อไป

## ปรัชญา และความสำคัญของหลักสูตร

### ปรัชญา

ปัญญา จริยธรรม นำการแพทย์แผนไทยมุ่งสู่การพัฒนาสุขภาพที่ยั่งยืน

### ความสำคัญของหลักสูตร

ปัจจุบันเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุขมีความเจริญก้าวหน้ามากขึ้น แต่ในขณะเดียวกันยังมีข้อจำกัดต่าง ๆ ซึ่งทำให้ประชาชนเริ่มมองหาทางเลือกในการดูแลสุขภาพเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะระบบสุขภาพแบบดั้งเดิมที่ใช้ภูมิปัญญาไทย สมุนไพรไทย หรือที่เรียกว่า การแพทย์แผนไทย ซึ่งเป็นกระบวนการทางการแพทย์ที่เกี่ยวข้องกับการตรวจ วินิจฉัย บำบัดหรือป้องกันโรค หรือการส่งเสริมและฟื้นฟูสุขภาพของประชาชนซึ่งประกอบด้วย เวชกรรมไทย เภสัชกรรมไทย การผดุงครรภ์ไทย การนวดไทย โดยอาศัยความรู้หรือตำราที่ได้รับการถ่ายทอดและสืบทอดต่อกันมา จากแนวโน้มและสถานการณ์ดังกล่าว เป็นผลให้ประเทศไทยให้ความสำคัญกับการพัฒนา ด้านการแพทย์แผนไทย และการประยุกต์ภูมิปัญญาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพไทย โดยกำหนดไว้ในยุทธศาสตร์และแผนพัฒนาต่าง ๆ เช่น แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 – 2554) แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 10 แผนยุทธศาสตร์ชาติ การพัฒนาภูมิปัญญาไทย สุขภาพวิถีไทย พ.ศ. 2550 – 2554 และแผนยุทธศาสตร์การพัฒนา ระบบบริการปฐมภูมิระยะ 5 ปี โดยเน้นการพัฒนาการแพทย์แผนไทย ภูมิปัญญาสุขภาพ เพื่อผลิตบัณฑิต สาขาวิชาการแพทย์แผนไทยที่มีคุณธรรม จริยธรรม ความรับผิดชอบ

หลักสูตร พท.บ. การแพทย์แผนไทย เปิดสอนครั้งแรกในปีการศึกษา 2556 โดยได้รับความเห็นชอบจากสภาวิชาการ ในการประชุมสมัยสามัญ ครั้งที่ 1/2554 เมื่อวันที่ 26 เดือนมกราคม พ.ศ. 2554 ได้รับอนุมัติจากสภามหาวิทยาลัยทักษิณ ในการประชุมสมัยสามัญ ครั้งที่ 4/2555 เมื่อวันที่ 20 เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2555 และได้รับรองการเป็นสถาบันการศึกษาการแพทย์แผนไทยจากคณะกรรมการวิชาชีพ การแพทย์แผนไทย เมื่อวันที่ 29 สิงหาคม 2555

เนื่องจากหลักสูตรการแพทย์แผนไทยบัณฑิต สาขาวิชาการแพทย์แผนไทย หลักสูตรใหม่ พ.ศ. 2555 ได้ดำเนินการเปิดสอนเป็นปีแรกเมื่อปีการศึกษา 2556 และผลิตบัณฑิตมาอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลา 9 ปี โดยจะดำเนินการเรียนการสอนครบ 10 ปีในปีการศึกษา 2565 ประกอบกับสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาได้ออกประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง เกณฑ์มาตรฐานหลักสูตรระดับปริญญาตรี พ.ศ. 2558 จึงมีความจำเป็นต้องปรับปรุงหลักสูตรเพื่อให้สอดคล้องต่อประกาศดังกล่าว สอดคล้องต่อกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2552 และสอดคล้องต่อเกณฑ์การประกันคุณภาพการศึกษาที่กำหนดให้มีการปรับปรุงหลักสูตรในรอบระยะเวลา 5 ปี ประกอบกับร่างมาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรี สาขา การแพทย์แผนไทย ทั้งนี้ ได้นำข้อเสนอแนะจากหลายภาคส่วน ได้แก่ คณาจารย์ ผู้ทรงคุณวุฒิ มาพิจารณาดำเนินการปรับปรุงหลักสูตร โดยปรับปรุงหลักสูตรให้มีความทันสมัยและทันต่อการพัฒนาทางด้านเศรษฐกิจ สังคม วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีใน ศตวรรษที่ 21 และตรงต่อความต้องการของผู้ใช้บัณฑิตในปัจจุบัน

## ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง (Expected Learning Outcome, ELO)

หลักสูตรฯ มีวัตถุประสงค์ในการผลิตบัณฑิตสาขาวิชาการแพทย์แผนไทยที่มีคุณธรรม จริยธรรม ความรับผิดชอบ และมีความคาดหวังในผลการเรียนรู้ของบัณฑิตไว้อย่างชัดเจนว่า บัณฑิตที่จบไปต้องมีผลการเรียนรู้ (ELOs) ดังนี้

ELO1 แสดงให้เห็นถึงความรับผิดชอบ ตรงต่อเวลา มีระเบียบวินัย สู้งาน ซื่อสัตย์ มีทัศนคติที่ดีและมีจิตสาธารณะ

ELO2 อธิบายหลักการและทฤษฎีการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน รวมถึงพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ

ELO3 ค้นหา รวบรวม เลือกใช้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือ เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการอ้างอิง และแก้ไขปัญหาอย่างมีวิจารณญาณ

ELO4 ประยุกต์องค์ความรู้ และสร้างสรรค์ผลงานวิจัยหรือนวัตกรรมทางสังคม ด้านการแพทย์แผนไทย

ELO5 แสดงออกถึงมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความมั่นใจ กล้าแสดงออก สามารถสื่อสารและทำงานเป็นทีมร่วมกับสหวิชาชีพและชุมชนได้

ELO6 มีทักษะทางภาษาไทย ภาษาต่างประเทศ และใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ ในการปฏิบัติงาน พร้อมเรียนรู้สิ่งใหม่และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ

ELO7 ประยุกต์ใช้องค์ความรู้ เพื่อวิเคราะห์สภาวะสุขภาพ วินิจฉัย วางแผนการรักษา ทำหัตถการและให้คำแนะนำด้วยกรรมวิธีทางการแพทย์แผนไทย



การประเมินนิสิตที่เป็นไปตาม ELOs หลักสูตรการแพทย์แผนไทยบัณฑิต  
คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ  
ประจำปีการศึกษา 2565

ประเมินตามเกณฑ์ ELO	เกณฑ์ที่ใช้
ELO1 แสดงให้เห็นถึงความรับผิดชอบ ตรงต่อเวลา มีระเบียบวินัย สู้งาน ซื่อสัตย์ มีทัศนคติที่ดีและมีจิตสาธารณะ ELO2 อธิบายหลักการและทฤษฎี การแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน รวมถึงพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ	<p><b>ประเมินระหว่างเรียน:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. สอบผ่านตามเกณฑ์การประเมินผลการเรียนการสอน ในแต่ละวิชา</li><li>2. หลักสูตรยังจัดเสริมให้กับผู้เข้าเรียนโดยให้รุ่นพี่ติวใน รายวิชาที่คาดว่าจะรุ่นน้องจะมีผลการเรียนต่ำ</li></ol> <p><b>ประเมินก่อนจบ:</b></p> <p>สอบประมวลผลความรู้ 4 ด้าน ผ่านเกณฑ์ร้อยละ 60 ขึ้น ไป ขั้นตอนการดำเนินการสอบประมวลผลความรู้ 4 ด้าน ได้แก่ เวชกรรมไทย เกษัตริกรรมไทย นวดไทยและผดุง ครรภ์ไทย โดยการสอบประมวลผลความรู้ (Comprehensive Examination) นิสิตจะต้องสอบ ประมวลผลความรู้ โดยมีหลักเกณฑ์และวิธีการ ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. สาขาฯ จะแต่งตั้งอาจารย์ผู้รับผิดชอบในการ ดำเนินการสอบแต่ละด้านตามความเหมาะสมเพื่อ ดำเนินการออกข้อสอบข้อเขียน และหรือการสอบปาก เปล่า การควบคุมการสอบและการตรวจข้อสอบให้ได้ มาตรฐาน</li><li>2. สาขาฯ จะจัดให้มีการสอบประมวลผลความรู้ ภาคการศึกษาที่ 2 วิธีการและหลักเกณฑ์การสอบให้อยู่ ในดุลยพินิจของอาจารย์ผู้รับผิดชอบ โดยการอนุมัติของ ประธานสาขาวิชา</li><li>3. นิสิตที่มีสิทธิสมัครสอบประมวลผลความรู้ ต้องมี คุณสมบัติต่อไปนี้</li></ol> <p>3.1 ลงทะเบียนเรียนรายวิชาแต่ละด้านครบตามหลักสูตร</p>

	<p>และได้ค่าระดับชั้นในแต่ละรายวิชา ไม่ต่ำกว่า D เฉลี่ย สะสมนับถึงภาคการศึกษาที่ผ่านมาไม่น้อยกว่า 2.00</p> <p>3.2 ผ่านการประเมินจากคณะกรรมการบริหารหลักสูตร ว่าสมควรเข้าสอบประมวลความรู้ได้</p> <p>3.3 นิสิตที่ประสงค์จะสอบประมวลความรู้ ต้องยื่นคำร้อง ขอสอบโดยผ่านอาจารย์ที่ปรึกษาและคณะกรรมการ บริหารหลักสูตรเพื่อให้ประธานสาขาวิชาอนุมัติ</p> <p>3.4 นิสิตที่สอบประมวลความรู้ครั้งแรกไม่ผ่าน มีสิทธิ์ที่จะ สอบใหม่ได้อีกไม่เกิน 2 ครั้ง</p>
	<p><b>ประเมินก่อนจบ:</b> นิสิตชั้นปีที่ 4 ทุกคน สามารถทำวิจัยและสามารถ นำเสนอผลงานในรูปแบบต่าง ๆ ได้</p>
<p>ELO4 ประยุกต์องค์ความรู้ และ สร้างสรรค์ผลงานวิจัยหรือนวัตกรรมทาง สังคมด้านการแพทย์แผนไทย</p> <p>ELO5 แสดงออกถึงมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มี ความมั่นใจ กล้าแสดงออก สามารถ สื่อสารและทำงานเป็นทีมร่วมกับสห วิชาชีพและชุมชนได้</p> <p>ELO6 มีทักษะทางภาษาไทย ภาษาต่างประเทศ และใช้เทคโนโลยี สารสนเทศในการปฏิบัติงาน พร้อม เรียนรู้สิ่งใหม่และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ</p> <p>ELO7 ประยุกต์ใช้องค์ความรู้ เพื่อ วิเคราะห์สภาวะสุขภาพ วินิจฉัย วาง แผนการรักษา ทำหัตถการและให้ คำแนะนำด้วยกรรมวิธีทางการแพทย์ แผนไทย</p>	<p><b>ประเมินระหว่างเรียน:</b> <b>นิสิตชั้นปีที่ 1</b> ต้องเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการบริการ วิชาการของสาขา ในกิจกรรมนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● กิจกรรมปลูกสมุนไพร และดูแลสวนสมุนไพร ของสาขา</li> </ul>
	<p><b>ประเมินระหว่างเรียน:</b> นิสิตชั้นปีที่ 2 ต้องเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการบริการ วิชาการของสาขา ในกิจกรรมนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● กิจกรรมการบริการลดมลพิษหลังคลอด</li> <li>● กิจกรรมหนึ่งหมอบหนึ่งบ้าน</li> </ul>
	<p><b>ประเมินระหว่างเรียน:</b> <b>นิสิตชั้นปีที่ 3</b> ต้องเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการบริการ วิชาการของสาขา ในกิจกรรมนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● กิจกรรมการบริการลดมลพิษหลังคลอด</li> <li>● กิจกรรมหนึ่งหมอบหนึ่งบ้าน</li> <li>● กิจกรรมออกหน่วยแพทย์ฯ</li> </ul>
	<p><b>ประเมินระหว่างเรียน และก่อนจบ:</b> <b>นิสิตชั้นปีที่ 4</b> ต้องเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการบริการ วิชาการของสาขา ในกิจกรรมนี้</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>● กิจกรรมหนึ่งหมอบหนึ่งบ้าน</li> <li>● กิจกรรมการอยู่เวรคลินิกการแพทย์แผนไทยของสาขาวิชา</li> </ul>
<p>ELO4 ประยุกต์องค์ความรู้ และสร้างสรรค์ผลงานวิจัยหรือนวัตกรรมทางสังคมด้านการแพทย์แผนไทย</p> <p>ELO6 มีทักษะทางภาษาไทย ภาษาอังกฤษ และใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการปฏิบัติงาน พร้อมเรียนรู้สิ่งใหม่และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ</p>	<p><b>ประเมินผลก่อนจบ:</b></p> <p><b>นิสิตชั้นปีที่ 4</b> นิสิตสามารถร่วมพัฒนางานให้กับองค์กรชุมชน และสังคมได้ ผ่านการทำงานวิจัยร่วมกัน</p>
<p>ELO3 ค้นหา รวบรวม เลือกใช้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือ เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการอ้างอิง และแก้ไขปัญหาอย่างมีวิจารณญาณ</p> <p>ELO4 ประยุกต์องค์ความรู้ และสร้างสรรค์ผลงานวิจัยหรือนวัตกรรมทางสังคมด้านการแพทย์แผนไทย</p>	<p><b>ประเมินผลก่อนจบ:</b></p> <p><b>นิสิตชั้นปีที่ 4</b> นิสิตสามารถพัฒนางานวิจัยได้ และสามารถนำเสนอผลงานที่มีคุณภาพระดับชาติ ได้ อย่างน้อย ร้อยละ 20</p>



อาจารย์ประจำสาขาวิชาการแพทย์แผนไทย



อ.ดร.ยมล พิทักษ์ภาศุทธิ  
ประธานสาขาวิชาการแพทย์แผนไทย



อ.ดร.นิตา นุ้ยเด็น



รศ.ดร.กุสุมาลย์ น้อยผา



อ.ศิริรัตน์ ศรีรักษา



อ.ปิยะนุช สุวรรณรัตน์



อ.ดร.สุกาญจนา กำลั้งมาก



อ.ดร.พิรุณรัตน์ แซ่ลิ้ม



อ.ดร.ศรสวรรค์ คงภักดี



อ.ดร.สุพัตรา พรหมอินทร์



อ.ชวนชม ชุนเอียด  
ลาศึกษาต่อ

บุคลากรประจำสาขาวิชาการแพทย์แผนไทย



นางสาวอุทัยวรรณ สุทธิพงษ์



นายสมศักดิ์ เสงี่ยมัย



นายวิทวัส หมาดอี



## ข้อมูลทั่วไป

### 1. รหัสและชื่อหลักสูตร

รหัสหลักสูตร : 254550221103403

ภาษาไทย : หลักสูตรการแพทย์แผนไทยบัณฑิต สาขาวิชาการแพทย์แผนไทย

ภาษาอังกฤษ : Bachelor of Thai Traditional Medicine Program in Thai  
Traditional Medicine

### 2. ชื่อปริญญาและสาขาวิชา

ชื่อเต็ม (ไทย) : การแพทย์แผนไทยบัณฑิต (การแพทย์แผนไทย)

ชื่อย่อ (ไทย) : พท.บ. (การแพทย์แผนไทย)

ชื่อเต็ม (อังกฤษ) : Bachelor of Thai Traditional Medicine (Thai Traditional  
Medicine)

ชื่อย่อ (อังกฤษ) : B.TM. (Thai Traditional Medicine)

## หลักสูตรและแผนการศึกษา

หลักสูตรการแพทย์แผนไทยบัณฑิต สาขาวิชาการแพทย์แผนไทย  
เป็นหลักสูตร 4 ปี ดังนี้

แสดงแผนการศึกษา

หลักสูตรการแพทย์แผนไทยบัณฑิต  
หน่วยกิตรวมตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่า 148 หน่วยกิต

<b>ชั้นปีที่ 1</b>	<b>ภาคการศึกษาที่ 1</b>	<b>หน่วยกิต</b>
	วิชาศึกษาทั่วไปบังคับ	3
0000111	ภาษาไทยเพื่อการสื่อสาร	3(2-2-5)
	วิชาศึกษาทั่วไปเลือก	6
(เลือกจากกลุ่มรายวิชาศึกษาทั่วไปเลือก 2 รายวิชา)		(x-x-x)
	วิชาพื้นฐานวิชาชีพ	13
0204104	เคมีทั่วไป	3(3-0-6)
0204194	ปฏิบัติการเคมีทั่วไป	1(0-3-0)
0207101	หลักชีววิทยา 1	1(0-3-0)
0207128	ปฏิบัติการชีววิทยา 1	3(3-0-6)
0207106	กายวิภาคศาสตร์พื้นฐานของมนุษย์ 1	2(1-2-3)
0505101	พยาธิสรีรวิทยาการแพทย์แผนไทย 1	3(2-3-4)
<b>รวมหน่วยกิต</b>		<b>22</b>
<b>ชั้นปีที่ 1</b>	<b>ภาคการศึกษาที่ 2</b>	<b>หน่วยกิต</b>
	วิชาศึกษาทั่วไปบังคับ	6
0000121	ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร	3(2-2-5)
0000131	การจัดการนวัตกรรมเพื่อโลกอนาคต	3(2-2-5)

**วิชาพื้นฐานวิชาชีพและวิชาชีพเฉพาะ**

0207107	กายวิภาคศาสตร์พื้นฐานของมนุษย์ 2	2(1-2-3)
0505102	พยาธิสรีรวิทยาการแพทย์แผนไทย 2	3(2-3-4)
0505111	ปรัชญาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์พื้นบ้าน	3(2-3-4)
0505112	กฎหมายและจรรยาบรรณวิชาชีพแพทย์แผนไทย	2(2-0-4)
0505131	พฤกษศาสตร์พื้นบ้าน	3(2-2-5)
0505151	หัตถเวชกรรมไทย 1	3(1-6-2)

**รวมหน่วยกิต** 22

**ชั้นปีที่ 2 ภาคการศึกษาที่ 1** หน่วยกิต

**วิชาศึกษาทั่วไปบังคับเลือก** 3

0000241	ชุดความคิดการเป็นผู้ประกอบการและการพัฒนาธุรกิจเชิงนวัตกรรม	3(2-2-5)
---------	--	----------

**วิชาศึกษาทั่วไปเลือก** 3

(เลือกจากกลุ่มวิชาเพื่อการสื่อสาร 1 รายวิชา) 3(x-x-x)

**วิชาพื้นฐานวิชาชีพและวิชาชีพเฉพาะ** 16

0204241	ชีวเคมีพื้นฐาน	3(3-0-6)
0204296	ปฏิบัติการชีวเคมีพื้นฐาน	1(0-3-0)
0505203	เภสัชวิทยาและพิษวิทยา	3(2-2-5)
0505204	ซักประวัติและตรวจร่างกาย	3(2-2-5)
0505241	ผดุงครรภ์ไทย 1	3(2-3-4)
0505252	หัตถเวชกรรมไทย 2	3(1-6-2)

**รวมหน่วยกิต** 22

**ชั้นปีที่ 2 ภาคการศึกษาที่ 2** หน่วยกิต

**วิชาศึกษาทั่วไปบังคับเลือก** 3

0000xxx	ปฏิบัติการชุมชน/ทักษิณศึกษา	3(2-3-4)
---------	-----------------------------	----------

**วิชาศึกษาทั่วไปเลือก** 3

(เลือกจากกลุ่มวิชาเพื่อการสื่อสาร 1 รายวิชา)

3(x-x)

x)

	<b>วิชาพื้นฐานวิชาชีพและวิชาชีพเฉพาะ</b>	<b>15</b>
0207115	จุลชีววิทยาและปรสิตวิทยาสำหรับวิทยาศาสตร์สุขภาพ	3(2-3-4)
0505221	เวชกรรมไทย 1	3(2-3-4)
0505232	เภสัชกรรมไทย 1	4(3-3-6)
0505242	ผดุงครรภ์ไทย 2	2(1-3-2)
0505253	หัตถเวชกรรมไทย 3	3(1-6-2)
<b>รวมหน่วยกิต</b>		<b>21</b>
<b>ชั้นปีที่ 3</b>	<b>ภาคการศึกษาที่ 1</b>	<b>หน่วยกิต</b>

### วิชาศึกษาทั่วไปเลือก

0000xxx (เลือกจากวิชาศึกษาทั่วไปเลือก 1 รายวิชา)

3(x-x-x)

	<b>หมวดวิชาพื้นฐานวิชาชีพและวิชาชีพเฉพาะ</b>	<b>11</b>
0505322	เวชกรรมไทย 2	3(2-3-4)
0505333	เภสัชกรรมไทย 2	3(2-3-4)
0505305	ระบาศติศาสตร์สำหรับการแพทย์แผนไทย	2(2-0-4)
0505371	ระเบียบวิธีวิจัยทางการแพทย์แผนไทย	2(1-2-3)
0505372	การสัมมนาทางการแพทย์แผนไทย	1(0-2-1)
	<b>หมวดวิชาเลือกเสรี</b>	<b>2-3</b>
.....	.....	.....
	<b>วิชาชีพเลือก</b>	<b>4-5</b>
.....	.....	2(.....)
.....	.....	2-3(.....)
<b>รวมหน่วยกิต</b>		<b>20-22</b>

<b>ชั้นปีที่ 3</b>	<b>ภาคการศึกษาที่ 2</b>	
	<b>วิชาพื้นฐานวิชาชีพและวิชาชีพเฉพาะ</b>	<b>17</b>
0505313	ระบบสุขภาพของไทย	1(1-0-2)
0505314	สุขภาพจิตสำหรับการแพทย์แผนไทย	1(1-0-2)
0505315	สังคมวิทยาและมนุษยวิทยาสำหรับการแพทย์แผนไทย	1(1-0-2)
0505323	เวชกรรมไทย 3	3(2-3-4)
0505324	เวชกรรมไทย 4	3(2-3-4)
0505334	เภสัชกรรมไทย 3	3(2-3-4)
0505335	เคมีเภสัชวัตถุ	3(2-2-5)
0505343	สูตินรีเวชวิทยากับการแพทย์พื้นบ้านภาคใต้	2(1-3-2)
	<b>หมวดวิชาเลือกเสรี</b>	<b>2-3</b>
.....	.....	2(x-x-x)
.....	.....	2-3(.....)
<b>รวมหน่วยกิต</b>		<b>21-22</b>



<b>ชั้นปีที่ 4</b>	<b>ภาคการศึกษาที่ 1</b>	<b>หน่วยกิต</b>
	<b>วิชาชีพเฉพาะ</b>	<b>5</b>
0505461	ฝึกประสบการณ์วิชาชีพผดุงครรภ์ไทย	2(200)
0505462	ฝึกประสบการณ์วิชาชีพทันตเวชกรรมไทย	3(300)
	<b>วิชาชีพเลือก</b>	<b>4-5</b>
.....	.....	2(.....)
.....	.....	2-3(.....)
<b>รวมหน่วยกิต</b>	<b>9-10</b>	
<b>ชั้นปีที่ 4</b>	<b>ภาคการศึกษาที่ 2</b>	<b>หน่วยกิต</b>
	<b>วิชาชีพเฉพาะ</b>	<b>10</b>
0505463	ฝึกประสบการณ์วิชาชีพเภสัชกรรมไทย	3(300)
0505464	ฝึกประสบการณ์วิชาชีพเวชกรรมไทย	4(400)
0505465	ฝึกบูรณาการประสบการณ์วิชาชีพการแพทย์แผนไทย	3(300)
	<b>วิชาพื้นฐานวิชาชีพและวิชาชีพเฉพาะ</b>	<b>3</b>
0505475	โครงการพิเศษทางการแพทย์แผนไทย	3(0-6-3)
<b>รวมหน่วยกิต</b>		<b>13</b>

## ความหมายของรหัสวิชาการแพทย์แผนไทย

เลขรหัสประจำรายวิชาที่ใช้ในหลักสูตร ประกอบด้วยเลข 7 หลัก  
มีความหมายดังนี้

เลขรหัสสองหลักแรก	หมายถึง	เลขรหัสคณะ
เลข 05	หมายถึง	คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา
เลขรหัสหลักที่สามและสี่	หมายถึง	เลขรหัสสาขาวิชา
เลข 00	หมายถึง	วิชาพื้นฐานด้านวิทยาการสุขภาพ
เลข 01	หมายถึง	สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์
เลข 02	หมายถึง	สาขาวิชาสุขศาสตร์อุตสาหกรรมและความปลอดภัย
เลข 03	หมายถึง	สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
เลข 04	หมายถึง	หลักสูตรการจัดการระบบสุขภาพ
เลข 05	หมายถึง	สาขาวิชาการแพทย์แผนไทย
เลขรหัสหลักที่ห้า	หมายถึง	ชั้นปีที่เปิดสอน
เลข 1	หมายถึง	ชั้นปีที่ 1
เลข 2	หมายถึง	ชั้นปีที่ 2
เลข 3	หมายถึง	ชั้นปีที่ 3
เลข 4	หมายถึง	ชั้นปีที่ 4
เลขรหัสหลักที่หก	หมายถึง	หมวดวิชาหรือกลุ่มวิชา
เลข 0	หมายถึง	กลุ่มพื้นฐานวิทยาศาสตร์ด้านการแพทย์แผนไทย
เลข 1	หมายถึง	กลุ่มพื้นฐานด้านการแพทย์
เลข 2	หมายถึง	กลุ่มเวชกรรมไทย
เลข 3	หมายถึง	กลุ่มเภสัชกรรมไทย
เลข 4	หมายถึง	กลุ่มผดุงครรภ์ไทย
เลข 5	หมายถึง	กลุ่มการนวดไทย
เลข 6	หมายถึง	กลุ่มฝึกประสบการณ์วิชาชีพด้านการแพทย์แผนไทย
เลข 7	หมายถึง	กลุ่มพื้นฐานสำหรับภาควิชาวิจัยด้านการแพทย์แผนไทย
เลขรหัสหลักสุดท้าย	หมายถึง	ลำดับรายวิชาในแต่ละหมวดหรือกลุ่มวิชา

## เกณฑ์การสำเร็จการศึกษาตามหลักสูตร

1. นิสิตต้องลงทะเบียนรายวิชาครบตามโครงสร้างหลักสูตร
2. นิสิตต้องสอบผ่านและมีผลการประเมินโดยสมบูรณ์ทุกรายวิชาที่ลงทะเบียน
3. นิสิตต้องมีค่าเฉลี่ยสะสมไม่น้อยกว่า 2.00 โดยเป็นไปตามข้อบังคับมหาวิทยาลัยทักษิณ ว่าด้วย การศึกษาระดับปริญญาตรี พ.ศ. 2552 หมวดที่ 8 ข้อ 35 และข้อ 36 (ภาคผนวก ง)
4. นิสิตจะต้องเข้าร่วมกิจกรรมตามที่คณะและมหาวิทยาลัยกำหนด
5. นิสิตต้องสอบผ่านการสอบประมวลความรู้ (Comprehensive examination) ครบทั้ง 4 ประเภท คือ เวชกรรมไทย เกษัชกรรมไทย ผดุงครรภ์ไทย และนวดไทย ทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ เป็นเงื่อนไขหนึ่งในการสำเร็จการศึกษา **โดยตั้งเกณฑ์ผ่านไว้ที่ร้อยละ 60 ทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ**



## เส้นทางสู่ ผู้ประกอบการโรคศิลปะสาขาการแพทย์แผนไทย

**การแพทย์แผนไทย** หมายความว่า กระบวนการทางการแพทย์เกี่ยวกับการตรวจ วินิจฉัยบำบัด รักษา หรือป้องกันโรค หรือการส่งเสริมและฟื้นฟูสุขภาพของมนุษย์ การผดุงครรภ์ การนวดไทย และให้หมายความรวมถึง การเตรียมการผลิตยาแผนไทย และการประดิษฐ์อุปกรณ์และเครื่องมือทางการแพทย์ ทั้งนี้ โดยอาศัยความรู้หรือตำราที่ได้ถ่ายทอดและพัฒนาสืบต่อกันมา

**วิชาชีพการแพทย์แผนไทย** หมายความว่า วิชาชีพที่เกี่ยวกับการประกอบวิชาชีพการแพทย์แผนไทยและการประกอบวิชาชีพการแพทย์แผนไทยประยุกต์

*ที่มา : พระราชบัญญัติวิชาชีพการแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2556*

การประกอบโรคศิลปะสาขาการแพทย์แผนไทย แบ่งเป็น 4 ด้าน คือ

- |                     |                  |
|---------------------|------------------|
| (1) เวชกรรมไทย      | (2) เภสัชกรรมไทย |
| (3) การผดุงครรภ์ไทย | (4) การนวดไทย    |

*ที่มา : พระราชบัญญัติวิชาชีพการแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2556*

**เวชกรรมไทย** : การตรวจ การวินิจฉัย การบำบัด การรักษา การป้องกันโรค การส่งเสริมและการฟื้นฟูสุขภาพ รวมถึงการผดุงครรภ์ไทย เภสัชกรรมไทย และการนวดไทย ทั้งนี้ด้วยกรรมวิธีการแพทย์แผนไทย

**เภสัชกรรมไทย** : การกระทำในการเตรียมยา การผลิตยา การประดิษฐ์ยา การเลือกสรรยา การควบคุมและการประกันคุณภาพยา การปรุงยาและการจ่ายยา ตามใบสั่งยาของผู้ประกอบวิชาชีพการแพทย์แผนไทยหรือผู้ประกอบวิชาชีพการแพทย์แผนไทยประยุกต์และการจัดจำหน่ายยาตามกฎหมายว่าด้วยยา ทั้งนี้ด้วยกรรมวิธีการแพทย์แผนไทย

**การผดุงครรภ์ไทย :** การตรวจ การวินิจฉัย การบำบัด การรักษา การส่งเสริมสุขภาพหญิงมีครรภ์ การป้องกันความผิดปกติในระยะตั้งครรภ์และระยะคลอด การทำคลอด การดูแลการส่งเสริมและการฟื้นฟูสุขภาพมารดาและทารกในระยะหลังคลอด ทั้งนี้ ด้วยกรรมวิธีการแพทย์แผนไทย

**การนวดไทย :** การตรวจ การวินิจฉัย การบำบัด การรักษา การป้องกันโรคการส่งเสริมและการฟื้นฟูสุขภาพ โดยใช้องค์ความรู้เกี่ยวกับศิลปะการนวดไทย ทั้งนี้ ด้วยกรรมวิธีการแพทย์แผนไทย

ที่มา : พระราชบัญญัติวิชาชีพการแพทย์แผนไทย พ.ศ.2556



## จบ พท.บ. แพทย์แผนไทย แล้วไปทำงานอะไร?

1. แพทย์แผนไทย สังกัดโรงพยาบาลรัฐและเอกชน
2. พนักงานบริษัทยาสมุนไพร บริษัทเครื่องสำอางค์
3. ธุรกิจสปา และธุรกิจความสวยความงาม
4. เปิดคลินิกการแพทย์แผนไทย
5. เปิดร้านขายยาแผนไทย สมุนไพร
6. เรียนต่อปริญญาโท ปริญญาเอกในสาขาที่เกี่ยวข้อง

ฯลฯ

## วิธีสอบใบประกอบโรคศิลปะ

**การเรียนแพทย์แพทย์ไทยในยุคปัจจุบันก่อนที่จะเข้าสู่ระบบมหาวิทยาลัย**

จะใช้วิธีสอบใบประกอบโรคศิลปะ โดยตรงกับกระทรวงสาธารณสุข มีอยู่ 4 สาขาได้แก่ เวชกรรมไทย เภสัชกรรมไทย การนวดไทย การผดุงครรภ์ไทย ซึ่งจะต้องมีครู (ที่ได้รับการรับรองจากการสภาการแพทย์แผนไทย) ที่จะเซ็นรับรองให้เราไปสอบ เราจะเรียกวิธีการนี้ว่า “การมอบตัวศิษย์” (ปัจจุบันก็ยังมีวิธีการสอบแบบนี้อยู่)

อาจจะเคยได้ยินที่เรียนที่สอนกันบ้าง เช่น โรงเรียนแพทย์แผนไทย วัดโพธิ์ เป็นต้น

**การเรียนแพทย์แผนไทยยุคเข้าสู่ระบบมหาวิทยาลัย**

หลักสูตรจะมีหลายประเภท เช่น ประเภท (ก) หรือ (ข) หรือแผนไทยประยุกต์ ซึ่งความแตกต่างนอกจากการใช้อุปกรณ์แล้ว วิธีการได้ใบประกอบโรคศิลปะจะต่างกัน สำหรับประเภท (ข) หรือแผนไทยประยุกต์ไม่ต้องสอบที่ละใบแต่จะสอบครั้งเดียว 4 ใบ

ประเภท (ก) ก็ยังต้องสอบที่ละใบที่สภาการแพทย์แผนไทยเหมือนเดิม แต่ที่ต่างจากที่เรียนข้างนอกมหาวิทยาลัย คือ มีการรับรองจากกรมการวิชาชีพ

ประเภท (ข) มีค่าธรรมเนียมการสอบตามลำดับขั้นตอนดังนี้

- ค่าธรรมเนียมสอบความรู้ขั้นตอนที่ 1 เท่ากับ 500 บาท

(สอบวิชาพื้นฐานวิชาชีพและวิชากฎหมายและจรรยาบรรณวิชาชีพ)

- ค่าธรรมเนียมสอบความรู้ขั้นตอนที่ 2 ด้านละ 500 บาท (ภาคทฤษฎีของแต่ละด้านที่สมัครสอบ)


- ค่าธรรมเนียมสอบความรู้ขั้นตอนที่ 3 ด้านละ 1,000 บาท (ภาคปฏิบัติของแต่ละด้านที่สมัครสอบ)

**การเข้าไปทำงานในหน่วยงานของรัฐ**

เนื่องจากรัฐบาลกำลังจะจัดหาบุคลากรเกี่ยวกับการแพทย์แผนไทย ซึ่งก็จะกำหนดคุณสมบัติหลัก ๆ ก็คือจะต้องเป็นผู้ที่จบจากสถาบันที่ได้รับการรับรองประเภท (ก) ที่สอบได้ 4 ใบ (ข) หรือ แผนไทยประยุกต์

ตารางเวลาการจัดชั่วโมงให้คำปรึกษานิสิตรายบุคคล  
 นิสิตปริญญาตรี ภาคปกติ หลักสูตรการแพทย์แผนไทยบัณฑิต  
 คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา

วัน/ เวลา	8.00- 9.00	9.00- 10.00	10.00- 11.00	11.00- 12.00	12.00- 13.00	13.00- 14.00	14.00- 15.00	15.00- 16.00	16.00- 17.00	17.00- 18.00
จันทร์										
อังคาร										
พุธ										
พฤหัสบดี										
ศุกร์										


 ช่วงเวลาการทำกิจกรรมของนิสิต สามารถเข้าปรึกษาอาจารย์ทุกท่าน  
 ในสาขาวิชาการแพทย์แผนไทย

ช่องทางกรให้คำปรึกษาของอาจารย์ที่ปรึกษา  
นิติตปริญญาตรี ภาคปกติ หลักสูตรการแพทย์แผนไทยบัณฑิต  
คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา

อ.ดร.ยมล พิทักษ์ภาวศุทธิ (อ.ย้ม)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4605 โทรศัพท์มือถือ : 0861206990 E-mail : yamon.p@tsu.ac.th Facebook : Yamon Yimm M Line : yamonyim
อ.ดร.นิดา นุ้ยเดิน (อ.หนา)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4607 โทรศัพท์มือถือ : 0897352595 E-mail : nnuiden@gmail.com Facebook : nida nuiden Line : 0897352595
รศ.ดร.กุสุมาลย์ น้อยผา (อ.เอ๋)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4601 โทรศัพท์มือถือ : 0866984155 E-mail : kusumarn.n@hotmail.com Facebook : Kusumarn Noipha Line : Kusumarn Noipha
อ.ดร.สุกาญจนา กำลังมาก (อ.ปุ๋ย)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4602 โทรศัพท์มือถือ : 0878846635 E-mail : ksukanjana@gmail.com Facebook : Sukanjana Kamlungmak Line : Pui_sukanjana
อ.ศิริรัตน์ ศรีรักษา (อ.อนิส)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4604 โทรศัพท์มือถือ : 0810999586 E-mail : anisra_orm@hotmail.com Facebook : Sirirat Sriraksa Line : anisra4099
อ.ปิยนุช สุวรรณรัตน์ (อ.ยู๋)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4606 โทรศัพท์มือถือ : 0815408047 E-mail : piyanuch.s@tsu.ac.th Facebook : yui oowoo Line : ooyuiowoo



อ.ดร.พิรุณรัตน์ แซ่ลิ้ม (อ.อุ้ง)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4608 โทรศัพท์มือถือ : 099-2644174 E-mail : pirunrat.s@tsu.ac.th Facebook : Pirunrat Sae-Lim Line : 0992644174
อ.ดร.ศรสวรรค์ คงภักดี (อ.อุ้ย)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4609 โทรศัพท์มือถือ : 084-7644927 E-mail : sonsawan.k@tsu.ac.th Facebook : Yui sonsawan Line : yui_sonsawan
อ.ดร.สุพัตรา พรหมอินทร์ (อ.เมย์)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4610 โทรศัพท์มือถือ : 0847330428 E-mail : supattra.p@tsu.ac.th Facebook : สุพัตรา พรหมอินทร์ Line : 0847330428

ช่องทางการติดต่อเจ้าหน้าที่ประจำสาขาวิชาการแพทย์แผนไทย  
คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง

นางสาวอุทัยวรรณ สุทธิพงษ์ (ป้า Jazzy)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4101 โทรศัพท์มือถือ : 0935829720 E-mail : tsu.uthaiwan@gmail.com Facebook : Jazzy Sutti Line : Jazzy250903
นายสมศักดิ์ เล็งนุ้ย (พี่แจ๊ค)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4109 โทรศัพท์มือถือ : 092-2801307 E-mail : somsak.sa@tsu.ac.th Facebook : Jack's Hub Line : jacknpl19
นายวิฑูรย์ หมดดี (พี่อรรถ)	โทรศัพท์ที่ทำงาน : 074693997 ต่อ 4204 โทรศัพท์มือถือ : 0937121781 E-mail : Lio_zeal@hotmail.com Facebook : Autzme SignInfinity Line : Autzme

รายชื่อนิสิตรหัส 65 และอาจารย์ที่ปรึกษา

ลำดับ	รหัสนิสิต	ชื่อ-สกุล	อาจารย์ที่ปรึกษา
1	652051001	นางสาวกัญญาณัฐ ศรีสุวรรณ	อ.ดร. พิรุณรัตน์ แซ่ลิ่ม
2	652051002	นางสาวกัญญารัตน์ คำเพ็ง	อ.ดร. พิรุณรัตน์ แซ่ลิ่ม
3	652051003	นางสาวกุสุมา ไต้ะกลาง	อ.ดร. พิรุณรัตน์ แซ่ลิ่ม
4	652051004	นางสาวเกาช์ร ตือรี๊ะ	อ.ดร. พิรุณรัตน์ แซ่ลิ่ม
5	652051005	นางสาวซอฟาวดี ดาราแม	รศ.ดร. กุสุมาลย์ น้อยผา
6	652051006	นางสาวชนัญญา กะสิริรักษ์	รศ.ดร. กุสุมาลย์ น้อยผา
7	652051007	นางสาวชูนีชา แซ่สะ	รศ.ดร. กุสุมาลย์ น้อยผา
8	652051008	นางสาวณนททัย ก่อเข็ม	รศ.ดร. กุสุมาลย์ น้อยผา
9	652051009	นางสาวธันัญญา ช่วยรอด	อ.ดร. นิดา น้อยเต็น
10	652051010	นายธรินทร์วิรัช หอมรสกล้า	อ.ดร. นิดา น้อยเต็น
11	652051011	นางสาวนัสริน หมะปะ๊ะ	อ.ดร. นิดา น้อยเต็น
12	652051012	นางสาวนัสริยะห์ ตะโละดิง	อ.ดร. นิดา น้อยเต็น
13	652051013	นางสาวนาชุษา ตอเถาะ	อ.ดร. นิดา น้อยเต็น
14	652051014	นางสาวนาเดีย จินตารา	อ. ศิริรัตน์ ศรีรักษา
15	652051015	นางสาวนาเดียร์ เฮ็ง	อ. ศิริรัตน์ ศรีรักษา
16	652051016	นางสาวนุร์เดียนา อาลี	อ. ศิริรัตน์ ศรีรักษา
17	652051018	นางสาวนุรุลซาฟีนา มามะ	อ. ศิริรัตน์ ศรีรักษา
18	652051019	นางสาวโนริดา แป้นะ	อ. ปิยะนุช สุวรรณรัตน์
19	652051020	นางสาวพัชรินทร์ ช่วยมณี	อ. ปิยะนุช สุวรรณรัตน์
20	652051021	นางสาวพิรดาวัล เจมะมะ	อ. ปิยะนุช สุวรรณรัตน์
21	652051022	นายฟูรกอน เล้าะยิ	อ. ปิยะนุช สุวรรณรัตน์
22	652051023	นางสาวฟูรกอนัน มะหะมะ	อ.ดร. ยมล พิทักษ์ภาวศุทธิ
23	652051024	นางสาวมัยฺมุน ซอโรอะะ	อ.ดร. ยมล พิทักษ์ภาวศุทธิ
24	652051025	นางสาวมร์ฮามะห์ สามะ	อ.ดร. ยมล พิทักษ์ภาวศุทธิ
25	652051026	นางสาวมูเนาว่าเราะห์ เจ๊ะมุดอ	อ.ดร. ยมล พิทักษ์ภาวศุทธิ
26	652051027	นางสาวมูรณี แวนะไล	อ.ดร. สุกาญจนา กำลังมาก
27	652051028	นางสาวรอยฮาน มะรือเสาะ	อ.ดร. สุกาญจนา กำลังมาก
28	652051029	นางสาวรอยฮานิง อาแวก็อจิ	อ.ดร. สุกาญจนา กำลังมาก

29	652051030	นางสาวรีฟาห์ มูรอเดีย	อ.ดร. สุภาภรณ์ กิ่งลังมาก
30	652051031	นางสาววิรดา ดอเสาะอุมา	อ.ดร. ศรสวรรค์ คงภักดี
31	652051032	นางสาวศดานันท์ บุญเพิ่ม	อ.ดร. ศรสวรรค์ คงภักดี
32	652051033	นางสาวสุดารัตน์ ปานคง	อ.ดร. ศรสวรรค์ คงภักดี
33	652051034	นางสาวอัฐิมา เทพพิมพ์	อ.ดร. ศรสวรรค์ คงภักดี
34	652051035	นายอัครคุณอพิศ อาบุญ	อ.ดร. สุพัตรา พรหมอินทร์
35	652051036	นางสาวอวาตีฟ หะยีสาและ	อ.ดร. สุพัตรา พรหมอินทร์
36	652051037	นางสาวอุมพร นครจินดา	อ.ดร. สุพัตรา พรหมอินทร์
37	652051038	นางสาวยุตา แวสะมะแอ	อ.ดร. สุพัตรา พรหมอินทร์

## การทำกิจกรรมในรั้วมหาวิทยาลัย

การทำกิจกรรมในรั้วมหาวิทยาลัยนั้นเป็นสิ่งที่ดี แต่ก็ต้องเลือกดูหน่อยว่ากิจกรรมนั้นมีประโยชน์และสำคัญไหม เช่น กิจกรรมน้องใหม่เป็นกิจกรรมแรกที่จะได้ทำ ไม่ควรพลาดกิจกรรมรับน้อง เพราะจะทำให้เราได้รู้จักเพื่อน ๆ รู้จักการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ซึ่งถ้าพลาดกิจกรรมนี้ไปจะเป็นเรื่องที่น่าเสียดายมาก ๆ เพราะในชีวิตเราก็จะมีเพียงแค่ครั้งเดียว

กิจกรรมถือได้ว่าเป็นการฝึกฝนให้คนเข้าสู่สังคมสาธารณะมากยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้นการเข้าร่วมกิจกรรมหลาย ๆ อย่างจึงเป็นแนวทางที่ดีในการปรับตัวเอง โดยเฉพาะการเข้าร่วมกิจกรรมที่ทำเพื่อประโยชน์สาธารณะหรือแม้กระทั่งกิจกรรมทางวิชาการที่ทางภาควิชาได้จัดขึ้นก็ถือว่ามีความประโยชน์ต่อตัวเองอย่างยิ่ง ไม่ว่าจะเป็นการเข้าฝึกอบรม หรือสัมมนาเรื่องต่าง ๆ หรือแม้แต่กิจกรรมร่วมสัมพันธ์กันระหว่างพี่น้องก็มีประโยชน์มากเลยทีเดียวสำหรับชีวิตเด็กมหาวิทยาลัย

### เคล็ดลับในการทำกิจกรรม และให้ผลการเรียนของเราได้ดี

1. แบ่งเวลาให้ถูก แบ่งความสำคัญว่ากิจกรรมไหนควรทำไม่ควรทำ
2. จัดตารางเวลา อย่างน้อยในอาทิตย์หนึ่ง ควรมีเวลาอ่านหนังสือสัก 3 วัน วันละประมาณ 1 ชั่วโมง
3. ก่อนสอบ 1 เดือน เคลียร์กิจกรรม เคลียร์งานที่ต้องทำให้เสร็จ แล้วตั้งหน้าตั้งตาอ่านหนังสือให้เต็มที่
4. ถ้าเป็นไปได้ ไม่ควรทำกิจกรรมจนตึกตื่น แต่ถ้าจำเป็นจริง ๆ ก่อนหน้านั้น ควรพักผ่อนให้เพียงพอ เพราะถ้าวันรุ่งขึ้นมีเรียน จะได้ไปเรียนได้ ไม่จำเป็นไม่ควรโดดเรียน ถ้าต้องโดดเรียน รีบบอกเพื่อนให้ช่วยเก็บงาน จด lecture ไว้ให้เลย

จำเอาไว้ว่า **“กิจกรรมเป็นแค่ส่วนหนึ่งที่ทำให้ประสบการณ์กับเรา แต่สิ่งที่สำคัญที่สุด คือการเรียน เพราะมันให้อาาคตกับเรา”**

ที่มาจาก : [eduzones.com](http://eduzones.com)

บันทึก

A series of 20 horizontal dotted lines for writing notes.



บันทึก

Lined writing area consisting of 20 horizontal dotted lines for text entry.





บันทึก

Lined writing area consisting of 20 horizontal dotted lines.

บันทึก

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



สาขาวิชาการแพทย์แผนไทย  
คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ

