

MEDICAL CHECK-UP REPORT

รายงานผลตรวจสุขภาพ

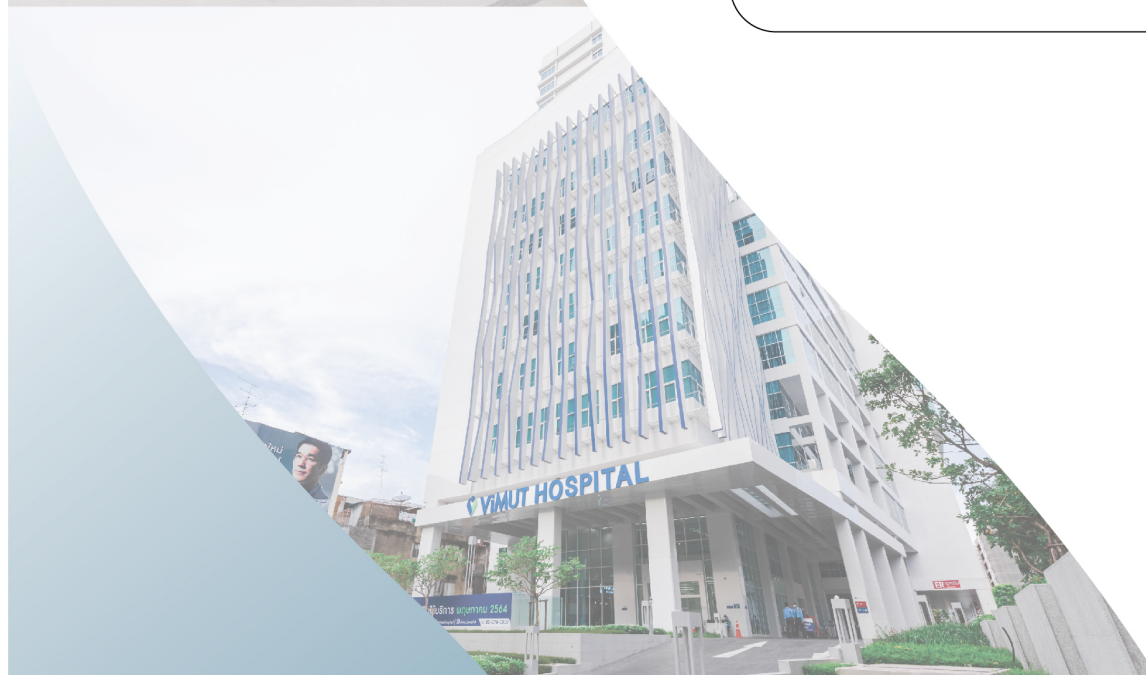
เลขที่ รพ. (HN) : 01-21-020257

ชื่อ-นามสกุล (Full Name) : นางสาว กรเกล้า รวยมาก

อายุ (Age) : 28 ปี เพศ (Gender) : หญิง

วันที่ตรวจ (Checkup date) : 29 ธันวาคม 2566

ทดสอบระบบ



รายงานผลตรวจสุขภาพ

ข้อมูลส่วนตัว / ประวัติสุขภาพ

ชื่อ-นามสกุล (Full Name) :	นางสาว กรเกล้า รวยมาก	เลขที่ รพ. (HN) :	01-21-020257
อายุ (Age) :	28	เพศ (Gender) :	หญิง
โปรแกรม (Program) :		วันที่ตรวจ (Checkup date) :	29 ธันวาคม 2566
หน่วยงาน (Company) :	ทดสอบระบบ	เลขที่พนักงาน (Employee Code) :	
หน่วยงานหลัก (Department) :		หน่วยงานย่อย (Position) :	
ลักษณะงานที่ทำ (Job description) :	-		

ประวัติส่วนตัว (Personal History) :	-
ประวัติการผ่าตัด (Surgical History) :	-
ประวัติการได้รับวัคซีน (Vaccination History) :	-
ยาที่ใช้ประจำ (Current Medication) :	-
สูบบุหรี่ (Smoking History) :	-
แอลกอฮอล์ (Alcohol Drinking History) :	-
สารเสพติด (Substance) :	-
สิ่งคุกคามทางสุขภาพในที่ทำงาน (Occupational Hazard) :	-
การป้องกัน (Protective Equipment) :	-

ตรวจร่างกาย

สัญญาณชีพ

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
น้ำหนัก (Weight - kg.)	52		
ส่วนสูง (Height - cm.)	148		
ดัชนีมวลกาย (BMI - kg/m2.)	23.7	18.5 - 23.0	น้ำหนักเกิน
ความดันโลหิต (BP - mmHg.)	134/82	90-139/60-89 mmHg	ความดันโลหิตปกติ (เริ่มสูง)
ชีพจร (Pulse - bpm.)	100	60 - 100 /min	ชีพจรปกติ

สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ
(Summary and recommendation)

น้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน ตามเกณฑ์ Asian BMI แนะนำให้มีโภชนาการที่เหมาะสม ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และลดน้ำหนัก

ชีพจรปกติ

ความดันโลหิตปกติ อยู่ในเกณฑ์เริ่มสูง (ตามเกณฑ์สมาคมความดันโลหิตสูงแห่งประเทศไทย 2562) ควรลดอาหารเค็ม ลดอาหารมัน ลดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกาย และวัดความดันโลหิตสม่ำเสมอ ควรปรึกษาแพทย์หากความดันโลหิตที่วัดซ้ำเกินค่าปกติ (มากกว่า 140/90 มม.ปรอท)

** คำแนะนำเพิ่มเติม ** การติดตามค่าความดันโลหิตต่อเนื่อง สามารถทำได้ 2 วิธีคือ

- วัดความดันโลหิตที่สถานพยาบาล 2 ครั้ง ในช่วง 1 เดือน ค่าปกติไม่มากกว่า 140/90 mmHg
- วัดความดันโลหิตด้วยเครื่องชนิดพกพาที่บ้าน วันละ 2 ช่วงเวลาคือ ช่วงเช้า 2 ครั้ง และช่วงเย็น 2 ครั้ง (รวม 4 ครั้ง) เป็นเวลาติดต่อกัน 3-7 วัน

ค่าปกติไม่มากกว่า 135/85 mmHg กรณีที่มีอาการความดันโลหิตเดิมควรรับประทานยาสม่ำเสมอ

หากพบค่าความดันโลหิตยังคงสูงต่อเนื่องควรพบแพทย์เพื่อตรวจเพิ่มเติม และรักษา

ตรวจร่างกายทั่วไปโดยแพทย์

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
ตา (Eyes)	ปกติ		ปกติ
ศีรษะ (Head)	ปกติ		ปกติ
หู (Ears)	ปกติ		ปกติ
จมูก (Nose)	ปกติ		ปกติ
ช่องปาก (Oral Cavity)	ปกติ		ปกติ
คอ (Throat)	ปกติ		ปกติ
ลำคอและต่อมไทรอยด์ (Neck & Thyroid gland)	ปกติ		ปกติ
ปอด (Lung & Chest)	ปกติ		ปกติ
หัวใจ (Heart)	ปกติ		ปกติ
ท้อง (Abdomen)	ปกติ		ปกติ
ผิวหนัง และ แขน ขา (Skin) (Extremities)	ปกติ		ปกติ
แขน ขา (Extremities)	ปกติ		ปกติ

สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ
(Summary and recommendation)

ผลการตรวจร่างกายโดยแพทย์ ปกติ

วัดสายตา

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
สายตาสั้น ข้างซ้าย (Left myopia)	100	0.0 - 0.0	ผิดปกติ
สายตาสั้น ข้างขวา (Right myopia)	125	0.0 - 0.0	ผิดปกติ
สรุปผลตรวจสายตา (Eye summary)	ปกติ		ปกติ

สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ
(Summary and recommendation)

สายตาสั้นข้างขวา ผิดปกติ

สายตาสั้นข้างซ้าย ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจสายตา: ปกติ

ระบบเลือด

ความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
จำนวนเม็ดเลือดขาว (WBC)	6360	4000.0 - 10000.0 /mm ³	ปกติ
จำนวนเม็ดเลือดแดง (RBC)	4.0	4.0 - 5.2 10 ⁶ /mm ³	ปกติ
ความเข้มข้นของเลือด (Hct)	38	36.0 - 48.0 %	ปกติ
ความเข้มข้นฮีโมโกลบิน (Hb)	12.1	12.0 - 16.0 g/dl	ปกติ
ค่าเฉลี่ยปริมาตรเม็ดเลือดแดง (MCV)	96	80.0 - 100.0 fL	ปกติ
ค่าเฉลี่ยระดับฮีโมโกลบิน (MCH)	31	26.0 - 34.0 pg	ปกติ
ความเข้มข้นเฉลี่ยของฮีโมโกลบิน (MCHC)	32	31.0 - 37.0 g/dl	ปกติ
เกล็ดเลือด (Platelet)	364000	150000 - 450000 /mm ³	ปกติ
เกล็ดเลือดจากการดูสไลด์ (Platelet smear)	Adequate	Adequate (> 5/OPF)	ปกติ
นิวโทรฟิล (Neutrophils)	65	46.5 - 75.0 %	ปกติ
ลิมโฟไซต์ (Lymphocytes)	29	12.0 - 44.0 %	ปกติ
โมโนไซต์ (Monocytes)	4	0.0 - 11.2 %	ปกติ
อีโอซิโนฟิล (Eosinophils)	2	0.0 - 9.5 %	ปกติ
เบโซฟิล (Basophils)	0	0.0 - 2.5 %	ปกติ
เม็ดเลือดแดงขนาดปกติ (Normocytic RBC)	Normal	Normal	ปกติ
เม็ดเลือดแดงที่ติดสีปกติ (Normochromic RBC)	Normal	Normal	ปกติ
กระจายตัวของเม็ดเลือดแดง (RDW-CV)	11.8	9.0 - 15.0 %	ปกติ

สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ
(Summary and recommendation)

ความเข้มข้นของเม็ดเลือดแดง และฮีโมโกลบินปกติ เม็ดเลือดแดงปกติ
เม็ดเลือดขาวอยู่ในเกณฑ์ปกติ เกล็ดเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติ

ไต ทางเดินปัสสาวะ

วิเคราะห์ปัสสาวะ

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
สีของปัสสาวะ (Urine Color)	Yellow	Yellow	สีเหลือง
ลักษณะปัสสาวะ (Appearance)	Clear	Clear	ปัสสาวะลักษณะใส
ความถ่วงจำเพาะปัสสาวะ (Sp.gr.)	1.030	1.003 - 1.03	ปกติ
ความเป็นกรดต่าง (Urine pH)	5.5	4.5 - 8.0	ปกติ
น้ำตาลกลูโคส (Urine Glucose)	3+	Negative	ผิดปกติ
โปรตีน (Urine Protein)	3+	Negative	ผิดปกติ
คีโตนในปัสสาวะ (Urine Ketone)	Negative	Negative	ปกติ
บิลิรูบิน (Bilirubin)	Negative	Negative	ปกติ

ไต ทางเดินปัสสาวะ

วิเคราะห์ปัสสาวะ

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
เลือดแดง (Erythrocyte)	Negative	Negative	ปกติ
ยูโรบิลิโนเจน (Urobilinogen)	Negative	Negative	ปกติ
เม็ดเลือดแดง (RBC)	0-1	0 - 5 /HPF	ปกติ
เม็ดเลือดขาว (WBC)	0-1	0 - 5 /HPF	ปกติ
เซลล์เยื่อปู (Epithelial Cells)	3-5	0 - 10 /HPF	ปกติ
แบคทีเรีย (Bacteria)	Few	Not found	พบแบคทีเรียเล็กน้อย
เยื่อเมือก (Mucous)	Few	Not found	พบเล็กน้อย
เอนไซม์ลิวโคไซด์เอสเทอเรสในเม็ดเลือดขาว (Leucocyte Esterase)	Negative	Negative	ปกติ
ไนไตรต์ (Nitrite)	Negative	Negative	ปกติ

สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ (Summary and recommendation)

การตรวจวิเคราะห์ปัสสาวะ (Urine analysis)

- ตรวจทางกายภาพ: พบปัสสาวะมีสีเหลืองใส
- ตรวจทางเคมี: พบน้ำตาลในปัสสาวะ ซึ่งมักพบได้ในผู้ป่วยเบาหวาน ไม่พบคีโตนในปัสสาวะ ไม่พบบิลิรูบินในปัสสาวะ พบโปรตีนไข่ขาวในปัสสาวะ เป็นสัญญาณระวังไตเสื่อม หรือโรคไตเรื้อรัง ไม่พบเลือดในปัสสาวะ
- ตรวจทางกล้องจุลทรรศน์: พบเม็ดเลือดแดงในปัสสาวะในช่วงค่าปกติ ไม่พบเม็ดเลือดขาวในปัสสาวะ และพบเยื่อเมือกเล็กน้อย พบแบคทีเรียในปัสสาวะเล็กน้อย(อาจพบได้ในภาวะปกติ) แนะนำให้ตรวจปัสสาวะซ้ำอีกครั้ง ในอีก 2-3 สัปดาห์

การทำงานของไต

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
ยูเรียไนโตรเจนในเลือด (BUN)	18	7.0 - 18.7 mg/dL	ปกติ
ครีเอตินีน (Cr)	0.43	0.55 - 1.02 mg/dL	ต่ำกว่าปกติ

สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ (Summary and recommendation)

การทำงานของไต อยู่ในเกณฑ์ปกติ (ค่าครีเอตินีนต่ำ อาจพบได้ในภาวะปกติ)

ตับ ทางเดินน้ำดี

การทำงานของตับ

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
เอนไซม์ตับ เอ เอส ที (AST/SGOT)	13	5.0 - 34.0 U/L	ปกติ
เอนไซม์ตับ เอ แอล ที (ALT/SGPT)	14	0.0 - 34.0 U/L	ปกติ
เอนไซม์ตับ เอ แอล พี (ALP)	67	40.0 - 150.0 U/L	ปกติ

สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ (Summary and recommendation)

ระดับเอนไซม์การทำงานของตับ ปกติ (ไม่พบภาวะตับอักเสบที่เกิดจากแอลกอฮอล์ ยา ไวรัส หรือการอุดตันของทางเดินน้ำดี)

เมตาบอลิก และเกลือแร่

ระดับไขมันในเส้นเลือด

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
คอเลสเตอรอล (Cholesterol)	271	200 mg/dL	สูงกว่าปกติ
ไตรกลีเซอไรด์ (Triglyceride)	101	150 mg/dL	ปกติ
ไขมันดี (HDL)	72	50 mg/dL	ปกติ
ไขมันเลว (LDL)	179	0.0 - 100.0 mg/dL	สูงกว่าปกติ

สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ (Summary and recommendation)

ระดับไขมันคอเลสเตอรอลในเลือด: สูงกว่าเกณฑ์

ระดับไตรกลีเซอไรด์ในเลือด: ปกติ

ระดับไขมันคอเลสเตอรอลชนิดดีในเลือด (HDL): อยู่ในเกณฑ์ที่ดี

ไขมันชนิดนี้เป็นไขมันชนิดส่งผลดีต่อร่างกาย ทำหน้าที่จับไขมันคอเลสเตอรอลออกไปทำลายที่ตับ การมี HDL สูงจึงช่วยลดความเสี่ยงของโรคหลอดเลือดหัวใจและสมองได้

ระดับไขมันคอเลสเตอรอลชนิดไม่ดีในเลือด (LDL): สูงกว่าเกณฑ์

ไขมันชนิดนี้เป็นไขมันชนิดไม่ดี ถ้าไขมันชนิดนี้สูงจะไปเกาะผนังหลอดเลือดทำให้การไหลเวียนของเลือดไม่สะดวก ความยืดหยุ่นของหลอดเลือดเสียไป

ไขมันชนิดนี้จึงมีผลต่อการเพิ่มปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ และสมอง

เนื่องจากระดับไขมันในเลือดที่ผิดปกติ อาจนำไปสู่การเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจหรือโรคหลอดเลือดสมอง คำแนะนำการปฏิบัติตัว มีดังนี้

1. ควรลด

- ควบคุมอาหารกลุ่มคาร์โบไฮเดรต ได้แก่ แป้ง น้ำตาล อาหารหวาน เครื่องดื่มที่มีน้ำตาล และ จำกัดการดื่มแอลกอฮอล์
- หลีกเลี่ยงอาหาร หรือเครื่องดื่มที่มีไขมันสูง เช่น ของทอด ของมัน
- ลดไขมันอิ่มตัวจากอาหาร ได้แก่ ของทอด เนื้อสัตว์ติดมัน เครื่องใน เนย ไข่แดง ไอศกรีม หนั๋งเป็ด-ไก่ (ข้าวขาหมู ข้าวมันไก่)

2. ควรเพิ่ม

- เลือกทานอาหารที่มีแคลอรีน้อย เช่น ผัก ผลไม้ โปรตีนไขมันต่ำ ผลิตภัณฑ์นมไขมันต่ำ
- เลือกไขมันที่ดีต่อสุขภาพ เช่น น้ำมันมะกอก น้ำมันถั่ว น้ำมันคาโนลา
- ออกกำลังกายสม่ำเสมอ ควบคุมน้ำหนัก และดัชนีมวลกายให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ (BMI 18.5-23.0)

ควรตรวจติดตามอีกครั้ง 3 - 6 เดือน

ระดับน้ำตาลในเลือด

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
ระดับน้ำตาลในเลือด (FBS)	293	70.0 - 99.0 mg/dL	สูงกว่าปกติ
สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ (Summary and recommendation)			

ระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าเกณฑ์ปกติ อาจจะมีภาวะเบาหวาน (Diabetes)

ควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการรับประทานอาหาร โดยลดอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต อาหารที่มีรสหวาน รวมถึงผลไม้ที่มีรสหวานจัด ร่วมกับควบคุมน้ำหนักด้วยวิธีที่เหมาะสม โดยเลี่ยงอาหารไขมันสูง เลือกรับประทานอาหารที่ให้พลังงานพอเหมาะ เพิ่มการออกกำลังกายที่เหมาะสมในแต่ละบุคคลอย่างน้อยวันละ 20-30 นาที อย่างน้อย 3-4 วัน/สัปดาห์ ร่วมกับปรึกษาแพทย์เพื่อตรวจติดตามอย่างต่อเนื่อง

ระดับกรดยูริก

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
กรดยูริก (Uric acid)	4.4	2.6 - 6.0 mg/dL	ปกติ
สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ (Summary and recommendation)			

ระดับกรดยูริกในเลือด อยู่ในเกณฑ์ปกติ (หมายเหตุ *กรดยูริก เป็นสารที่มีความสัมพันธ์ต่อความเสี่ยงการเกิดภาวะเกาต์)

อาชีวอนามัย

สมรรถภาพทางกาย

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)	ค่าอ้างอิง (Reference)	แปลผล (Summary)
แรงบีบมือ ซ้าย (Left hand)	24.4		
แรงบีบมือขวา (Right hand)	20.5		
สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ (Summary and recommendation)			

การตรวจทางรังสี

เอกซเรย์ทรวงอก

รายการตรวจ (Investigation)	ผล (Result)
เอกซเรย์ทรวงอก (Chest X-ray)	CHEST PA : Heart and aorta are not enlarged. Both lungs are clear. No pleural effusion. Mediastinum and bone are unremarkable.
สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ (Summary and recommendation)	

ผลการตรวจเอกซเรย์ทรวงอก: ปกติ

เนื้อปอดปกติ เยื่อหุ้มปอดปกติ และ ไม่พบน้ำในช่องเยื่อหุ้มปอด ไม่พบภาวะหัวใจโต .

ไม่พบความผิดปกติของกระดูกบริเวณทรวงอก

สรุปผลการตรวจและคำแนะนำ
(Summary and recommendation)

รายงานผลตรวจสุขภาพ (Health summary)

สัญญาณชีพ(Vital Sign)	สัดส่วนร่างกายผิดปกติ สัญญาณชีพอยู่ในเกณฑ์ปกติ
ตรวจร่างกายทั่วไปโดยแพทย์(Physical Examination)	ผลตรวจร่างกายโดยแพทย์ปกติ
วัดสายตา(Visual Acuity)	ผลการตรวจสายตาปกติ
ความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด(Complete Blood Count)	ความสมบูรณ์ของเม็ดเลือดปกติ ไม่พบภาวะซีด(โลหิตจาง) เม็ดเลือดขาวและเกล็ดเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติ
วิเคราะห์ปัสสาวะ(Urine Analysis)	พบความผิดปกติจากการตรวจปัสสาวะ
การทำงานของไต(Kidney Function)	การทำงานของไต อยู่ในเกณฑ์ปกติ
การทำงานของตับ(Liver function)	การทำงานของตับ ทำงานอยู่ในเกณฑ์ปกติ
ระดับไขมันในเส้นเลือด(Lipid profile)	ระดับไขมันในเลือดอยู่ในระดับผิดปกติ แนะนำปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ควบคุมอาหาร ออกกำลังกาย เพื่อลดโอกาสเกิดโรคกลุ่มหัวใจและหลอดเลือด แนะนำให้กลับมาพบแพทย์เพื่อรักษา
ระดับน้ำตาลในเลือด(Fasting Blood Sugar)	ระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ผิดปกติ อยู่ในเกณฑ์เบาหวาน (Diabetes) ควรปรึกษาแพทย์เพื่อตรวจเพิ่มเติม
ระดับกรดยูริก(Uric acid)	ระดับกรดยูริกในเลือด อยู่ในเกณฑ์ปกติ
เอกซเรย์ทรวงอก(Chest X-Ray)	ผลการตรวจเอกซเรย์ทรวงอก ปกติ

ลงชื่อผู้ตรวจสอบ

MEDICAL CHECK-UP REPORT

