

## 6 โรคที่ผู้หญิงมักเป็นบ่อย กัยเจ็บที่ต้องหมั่นตรวจเช็กก่อนสาย



ร่างกายของผู้หญิงแตกต่างจากผู้ชาย และระบบต่าง ๆ อาจมีความซับซ้อนมากกว่าอีกด้วย ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพที่แตกต่างกันไปของผู้หญิงแต่ละคน เพราะโรคบางชนิดอาจพบได้บ่อยและโรคบางชนิดอาจไม่มีอาการชัดเจนที่สังเกตได้ง่าย การเข้ารับตรวจสุขภาพของเพศหญิงประจำปีจึงมีความสำคัญอย่างมาก แต่ถ้าสาว ๆ ยังไม่มีเวลา แนะนำลองสังเกต 6 ปัญหาสุขภาพที่ผู้หญิงมักพบได้บ่อย เพื่อหาเวลาตรวจกับแพทย์และรักษาได้ทันเวลาก่อนลุกลามหนักๆ ตามนี้

### 6 ปัญหาสุขภาพที่ผู้หญิงมักพบได้บ่อย

#### 1. PCOS

โรคถุงน้ำในรังไข่หลายใบ หรือ Polycystic Ovary Syndrome: PCOS เป็นโรคทางฮอร์โมนที่มักพบในผู้หญิงวัยรุ่นหรือผู้ที่ยังไม่ถึงวัยหมดประจำเดือน สาเหตุที่แน่ชัดของโรคยังไม่ชัดเจน แต่มีแนวแบะบางอย่างที่นำไปสู่การตกไข่ไม่ปกติ คือ การฮอร์โมนเพศชายมากเกินไป และภาวะดื้อต่ออินซูลิน ส่งผลให้รังไข่ขยายใหญ่ขึ้นและมีซีสต์ผิดปกติขึ้นมามากมาย โดยปกติ รังไข่จะมีซีสต์เล็กๆ ไม่กี่ซีสต์ แต่ผู้หญิงที่เป็นโรค PCOS จะมีซีสต์ผิดปกติจำนวนมากกระจายตัวอยู่ อาการที่ได้มาก คือ ประจำเดือนมาไม่ปกติ ประจำเดือนมาไม่บ่อย หรือไม่มีประจำเดือน และอาจประจำเดือนมายาวนานเกินไป นานหนักขึ้น และสัญญาณของฮอร์โมนเพศชายมากเกินไป เช่น มีลิ้นหอย ผิวมัน ผมหันและร่วงมากเกินไป หรือศีรษะล้าน หากไม่ได้รับการรักษา PCOS อาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพอื่น ๆ ตามมาในอนาคต

#### 2. ภาวะถุงน้ำ

โรคกระดูกพรุน คือ ภาวะที่กระดูกสูญเสียมวลเร็วที่จะสร้างใหม่ได้ ส่งผลให้กระดูกมีความแข็งแรงน้อยลง โรคนี้มักพบในผู้

หญิง โดยเฉพาะผู้ที่อยู่ในวัยหมดประจำเดือน ปัจจัยเสี่ยงอื่น ๆ ของโรคกระดูกพรุน คือ อายุที่เพิ่มขึ้น พันธุกรรม ระดับแคลเซียมในร่างกายต่ำ การใช้ยาสเตียรอยด์เป็นเวลานาน การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ และโรคเรื้อรังบางชนิด เพื่อลดความเสี่ยงของโรคกระดูกพรุน ผู้หญิงที่มีอายุมากกว่า 65 ปีขึ้นไป ควรเข้ารับการตรวจความหนาแน่นของกระดูกเป็นประจำ

#### 3. อดิโอมมุน

โรคภูมิคุ้มกันทำลายตนเอง หรือที่เรียกอีกอย่างว่าอดิโอมมุน เป็นกลุ่มอาการที่ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำงานผิดปกติ ส่งผลให้ระบบภูมิคุ้มกันสร้างแอนติบอดีมาโจมตีเซลล์และเนื้อเยื่อของตัวเอง พบว่าผู้หญิงมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคนี้นอกจากผู้ชายหลายเท่าเลยล่ะ ส่วนสาเหตุก็ยังไม่ชัดเจน แต่อาจมาจากพันธุกรรม ปัจจัยด้านฮอร์โมน และอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาของโรคได้ด้วย

#### 4. ซึมเศร้า

ภาวะซึมเศร้า เป็นปัญหาสุขภาพจิตที่ส่งผลกระทบต่อผู้คนทุกเพศทุกวัย แต่มักเกิดขึ้นกับผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย โดยมักเกิดขึ้นบ่อยถึง 2 เท่า สาเหตุของภาวะซึมเศร้าเกิดจากความผิดปกติหรือความไม่สมดุลของสารสื่อประสาทในสมอง เช่น นอร์เอพิเนฟริน โดปามีน และเซโรโทนิน รวมถึงปัจจัยอื่น ๆ จากการศึกษา ความเครียดสะสม เกิดเหตุการณ์สำคัญด้านในชีวิต และประวัติครอบครัวที่มีภาวะซึมเศร้ามาก่อนแล้ว ผู้ที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าควรเข้ารับการปรึกษาจากจิตแพทย์ ซึ่งอาจต้องใช้ยา การบำบัด หรือทั้ง 2 การรักษาร่วมกัน

#### 5. ติดเชื้อระบบทางเดินปัสสาวะ

การติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ คือ การติดเชื้อตั้งแต่กระเพาะปัสสาวะไปจนถึงไต สาเหตุหลัก คือ แบคทีเรียที่เข้าสู่ช่องคลอด

ความเสี่ยงมากกว่าผู้ชาย เนื่องจากมีท่อปัสสาวะที่สั้นกว่า ทำให้แบคทีเรียเข้าไปในกระเพาะปัสสาวะได้ง่ายมาก พร้อมเกิดปัจจัยต่าง ๆ เช่น การใช้สายสวนปัสสาวะและระบบภูมิคุ้มกันที่อ่อนแอ ยิ่งเพิ่มความเสี่ยงต่อการติดเชื้อทางเดินปัสสาวะอีกด้วย

#### 6. มะเร็งเต้านม

มะเร็งเต้านมเป็นมะเร็งที่พบบ่อยที่สุดในผู้หญิงไทย และสามารถเกิดกับผู้ชายได้เช่นกัน แต่พบได้น้อยกว่า มะเร็งชนิดนี้ไม่มีต้นกำเนิดมาจากเซลล์ผิดปกติในเนื้อเยื่อเต้านม ซึ่งสามารถแพร่กระจายไปยังเนื้อเยื่อและอวัยวะใกล้เคียงได้ ทั้งยังสามารถเกิดขึ้นได้ในทุกวัย แต่ความเสี่ยงจะเพิ่มขึ้นเมื่อผู้หญิงอายุมากขึ้น และมีปัจจัยเสี่ยงบางประการ การตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้หญิงทุกคน โดยผู้หญิงวัย 20 ปีขึ้นไป ควรตรวจเต้านมด้วยตนเองทุกเดือน ส่วนผู้หญิงที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไป ควรได้รับการตรวจเต้านมโดยแพทย์เป็นประจำทุกปี

ปัญหาสุขภาพที่ผู้หญิงต้องเผชิญในปัจจุบัน มีความหลากหลายและซับซ้อนมากขึ้น ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตใจ เป็นประเด็นสำคัญที่ต้องคำนึงถึงให้มากค่ะ และโรคต่าง ๆ ที่พบได้ทั่วไปในผู้หญิงจำนวนมาก จำเป็นต้องได้รับการตรวจคัดกรองเป็นประจำ เพื่อเพิ่มโอกาสในการรักษาให้หายขาด การดูแลสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ การตรวจสุขภาพประจำปี และมาตรการป้องกัน มีความสำคัญอย่างยิ่งในการรักษาสุขภาพของผู้หญิงและป้องกันไม่ให้เกิดโรคขึ้น จึงจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการดูแลตัวเอง เพื่อช่วยให้ผู้หญิงห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บและหาวิธีป้องกันก่อนที่จะเกิดโรค



วันที่ 14 ธันวาคม 2567

เรื่อง ขอเชิญประชุมผู้ถือหุ้นสามัญครั้งที่ 1 ประจำปี 2567

เรียน ท่านผู้ถือหุ้น บริษัท เซล อีน โดเซ็ท จำกัด

ตามที่คณะกรรมการบริหารและผู้ถือหุ้นของ บริษัท เซล อีน โดเซ็ท จำกัด มีมติให้เรียกประชุม  
วิสามัญผู้ถือหุ้น ครั้งที่ 1/2567 ในวันที่ 22 ธันวาคม 2567 เวลา 10:00-11:00 น. ณ บ้านเลขที่ 19/76 หมู่ที่ 3  
หมู่ 3 บ้านป่าไร่ ตำบลวังน้ำเย็น อำเภอบึงสามพัน จังหวัดบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์ 33000 เพื่อพิจารณาเรื่อง  
ต่างตามที่แนบมาขอแจ้งให้

วาระที่ 1 พิจารณาเปลี่ยนแปลงกรรมการผู้ดำรงตำแหน่งประธานกรรมการบริษัท  
วาระที่ 2 พิจารณาเปลี่ยนแปลงอำนาจและหน้าที่ความรับผิดชอบของกรรมการ  
วาระที่ 3 พิจารณาเรื่องอื่น(ถ้ามี)

จึงเรียนมาเพื่อทราบและโปรดเข้าประชุมตาม วัน เวลา และสถานที่ดังกล่าว

Sail in Asia Co., Ltd



ขอแสดงความนับถือ

(นายเฉลิม ฑารณินทร์)  
กรรมการ



Head Office: 6/37 Ao Yon Bay, Moo 8, Boeary- Khaokad Rd, Tambon Vichit,  
Amphur Muang, Phuket 83100 Thailand - Tel / Fax: +66 (0)76 305 062 - Mobile: +66 (0)87 281 0458  
Website: [www.sailinasia.com](http://www.sailinasia.com) Email: [info@sailinasia.com](mailto:info@sailinasia.com)



ลูกหลานเอ๋ย  
การทำหน้าที่คือการปฏิบัติธรรม  
จงทำหน้าที่งอตนเองให้ดีที่สุด  
อย่าได้ทุจจริตต่อหน้าที่เลย  
หลวงปู่คุณ ปริสุทโธ

ที่มา: ขอขอบคุณ: <https://www.sanook.com/>





แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน  
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๖๖๒/ชธ๖๒**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เลขประจำตัวประชาชน ๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๓๗ ปี อาชีพ นักธุรกิจ

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๗๔๓/๓๗ หมู่ที่ - ซอย ไชยสิทธิ์ ๒ ถนน เสียบฯฝั่งเหนือ

แขวง / ตำบล หนองแขม เขต / อำเภอ หนองแขม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ 249 สื่อออนไลน์

มีวัตถุประสงค์ เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายวัน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้ สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นผู้พิมพ์



สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นผู้โฆษณา

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นบรรณาธิการ

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่วันที่ ๗ เดือน กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๖๒

(ลงชื่อ) นางสาวกมล ศักดาเดช

(นางสาวกมล ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร