

โครงการอบรมวิชาการระยะสั้น ด้านธาราบำบัด

เรื่อง Aquatic Specific Therapy (AST-M)

1. ชื่อกิจกรรม Aquatic Specific Therapy (AST-M)

2. หน่วยงานรับผิดชอบ คลินิกกายภาพบำบัดแม่ปิง อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่
ผู้รับผิดชอบโครงการ ผศ.ดร.ประภาส โปธิทองสุนันท์
ผู้อำนวยการคลินิกกายภาพบำบัดแม่ปิง

3. หลักการและเหตุผล

ธาราบำบัด (Hydrotherapy or Aquatic therapy) เป็นรูปแบบหนึ่งของการรักษาทางกายภาพบำบัดสำหรับผู้ที่มีปัญหาทางกายเกี่ยวกับการทรงตัวและการเคลื่อนไหว ผลที่ได้รับจากธาราบำบัดมีหลายประการ คือ ลดความเจ็บปวด เพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ เพิ่มความทนทานของกล้ามเนื้อ ลดปัญหาข้อยึดติด ผีกสมดุลงทรวงตัวตลอดจนการผ่อนคลายความเครียดทางกายและใจ ธาราบำบัดยังสามารถส่งเสริมสุขภาพของร่างกาย การปฏิบัติการในน้ำมีรูปแบบเทคนิคเฉพาะวิธีในการฝึกการควบคุมการเคลื่อนไหวในน้ำของผู้ที่มีปัญหา เป็นเทคนิคสำหรับนักกายภาพบำบัดด้านธาราบำบัดที่ต้องทราบหลักการและวิธีการขั้นตอนในการดำเนินการแก่ผู้ทีล่งสระ ซึ่งวิธีการนี้ เรียกว่า Aquatic specific therapy (AST) เป็นเทคนิคเฉพาะ ที่มีหลากหลายเทคนิคที่ผู้คิดค้นหรือต้นแบบในอดีตได้นำมาเผยแพร่ในวงการกายภาพบำบัดในประเทศซีกโลกตะวันตก สำหรับในประเทศไทยยังไม่เป็นที่นิยมและเผยแพร่กันน้อยด้วยเหตุปัจจัยหลากหลาย การอบรมครั้งนี้เป็นการรวบรวมองค์ความรู้ธาราบำบัดพื้นฐานเพื่อนำมาให้บริการแก่ผู้ที่มีความผิดปกติในการเคลื่อนไหว

คลินิกกายภาพบำบัดแม่ปิง เห็นถึงความสำคัญในพัฒนาองค์ความรู้ AST นี้แก่นักกายภาพบำบัดไทย ซึ่งยังไม่เคยหน่วยงานใดจัดอบรมเช่นนี้มาก่อน ประกอบกับคลินิกกายภาพบำบัดแม่ปิงได้ดำเนินการรักษาด้านธาราบำบัดโดยมีนักกายภาพบำบัดประจำและสระธาราบำบัดที่มีความพร้อมด้านสถานที่จัดอบรม จึงจัดอบรมเรื่องนี้เพื่อให้ นักกายภาพบำบัดนำความรู้ไปปฏิบัติงานได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิผลที่ดีต่อผู้รับบริการต่อไป

4. วัตถุประสงค์ เมื่อสิ้นสุดการอบรม ผู้เข้าอบรมสามารถ

1. อธิบายพลศาสตร์ของของไหลและประยุกต์ใช้ในงานธาราบำบัดได้อย่างถูกต้อง
2. เชื่อมโยงการรักษาทางธาราบำบัดกับ concept of evidence based-practice และ ICF
3. คำนี้ถึงสมดุลงทรวงกายในส่วนที่ปกติและผิดปกติ
4. วางแผนจัดการผู้รับบริการทางธาราบำบัดได้อย่างมีประสิทธิภาพ
5. ทราบและนำเทคนิค Aquatic specific therapy ในการฝึกผู้ที่มีปัญหาได้อย่างถูกต้อง
6. นำหลักการของการเรียนรู้การเคลื่อนไหวและการป้อนข้อมูลย้อนกลับมาออกแบบโปรแกรมการฝึกได้ในแต่ละระยะช่วงเวลาของปัญหา
7. ทราบการวัดและการประเมินผู้รับบริการในน้ำได้ด้วยวิธีการ Halliwick @-ICF

5. วิธีการดำเนินการ

ในสถานการณ์ยุคโรคระบาดของไวรัส COVID-19 ที่ไม่ทราบว่าจะเบาบางลงหรือยุติการแพร่ระบาดอย่างถาวร และสังคมทั่วโลกจะเข้าสู่รูปแบบ New Normal ที่มีการปรับเปลี่ยนแนวปฏิบัติของพฤติกรรมและระบบใหม่ในการดำเนินชีวิตของมวลมนุษยชาติ ดังนั้น คลินิกกายภาพบำบัดจัดระบบการอบรมวิชาการใน

แนวใหม่ คือ การอบรมนอกห้องบรรยาย เรียนรู้แบบไร้ขอบเขตด้วยการใช้เทคโนโลยีสื่อสารทันสมัยที่ทุกคนคุ้นเคยและเริ่มเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตใหม่ในกิจวัตรประจำวัน

การอบรมครั้งนี้เป็นรูปแบบผสมผสานโดยมีชั่วโมงบรรยายสด (video conference) ผ่านระบบอินเทอร์เน็ต และเรียนด้วยตนเองได้ตลอดเวลา (online) โดยผู้เข้าอบรมต้องเข้าสู่ระบบการเรียนตามกำหนดวันเวลานัดหมาย ภายใต้การกำกับควบคุมจากทีมงานผู้จัด ซึ่งจะมีการตรวจสอบผู้เข้าอบรมได้ตลอดเวลา ทั้งยังต้องเรียนรู้จากสื่อวิดีโอ วิดิทัศน์การฝึกธรรมาบำบัดในผู้ที่มีปัญหาและทำแบบทดสอบหรือส่งงานที่ได้รับมอบหมาย ตามกำหนดเวลา

ผู้เข้าอบรมสามารถสื่อสารโดยตรงขณะที่มีการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตกับวิทยากรตลอดเวลาที่ทำการบรรยายสดและสามารถซักถามปัญหาต่อวิทยากรผู้สอนได้นอกเวลาบรรยายสดด้วยการสื่อสารระบบข้อความและ/หรือ บันทึกเสียงได้ ในช่วงระยะเวลาเปิดการอบรม

หากผู้เข้าอบรม มิได้เข้าระบบตามเวลากำหนดและ/หรือไม่ทำแบบทดสอบ ไม่ส่งงานที่มอบหมายคืนภายในกำหนดเวลา หรือมิได้รับฟังการบรรยายสดตามวันเวลาที่กำหนดไว้ ทีมงานผู้จัดตรวจสอบและบันทึกหลักฐานแล้วแจ้งต่อวิทยากร วิทยากรขอสงวนสิทธิ์ในการงดส่งรายชื่อเพื่อขึ้นคะแนนต่อศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง

6. วิทยากร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภ.ภ.ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์
ผู้อำนวยการคลินิกกายภาพบำบัดแม่ปิง อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่
อดีตอาจารย์ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

7. คุณสมบัติและจำนวนผู้เข้าอบรม

นักกายภาพบำบัดที่มีใบอนุญาตประกอบวิชาชีพและยังไม่หมดอายุ จำนวน 80 คน ทั้งนี้เพื่อคุณภาพในการอบรม การตอบรับขึ้นอยู่กับลำดับก่อนหลังของการสมัครที่สมบูรณ์

8. ระยะเวลา จัด 2 รุ่น โดยจัดแบ่งเป็น 2 รูปแบบ คือ แบบ video conference และ online

8.1 เรียนแบบสัมมนาสด Video conference

รุ่นที่ 1 คือ วันที่ 5,12,19,26 กุมภาพันธ์ 2565 ช่วงเวลา 13.30-16.45 น.

รุ่นที่ 2 คือ วันที่ 9,16,23,30 กรกฎาคม 2565 ช่วงเวลา 13.30-16.45 น.

8.2 เรียนรู้ด้วยตนเอง แบบออนไลน์ online ทุกเวลา เข้าระบบได้ช่วงวันที่

รุ่นที่ 1 คือ วันที่ 5-26 กุมภาพันธ์ 2565

รุ่นที่ 2 คือ วันที่ 9-30 กรกฎาคม 2565

9. สถานที่แพร่สื่อ คลินิกกายภาพบำบัดแม่ปิง ตั้งอยู่เลขที่ 225/182 หมู่ 13 ถนนเชียงใหม่-ฮอด ตำบลบ้านแหวน อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ 50230

10. งบประมาณ ค่าลงทะเบียน คนละ 5,000 บาท

เมื่อชำระค่าลงทะเบียนเรียบร้อยแล้วการสมัครสมบูรณ์และจะได้รับหนังสือตอบรับ จัดส่งทางอีเมลตามลำดับการลงทะเบียนที่สมบูรณ์

ผู้ประสานงานในการลงทะเบียน ได้แก่ นางสาวณัฐธิดา เฟ็งบุญ (ปิ๊อบ) หมายเลขโทรศัพท์ 053-441942 และ 090-2825942

การยกเลิกการสมัครเรียน ให้ผู้สมัครแจ้งเป็นลายลักษณ์อักษร

ก่อนกำหนดเรียน 20 วัน ได้รับคืนจำนวน 4,500 บาท
ก่อนกำหนดเรียน 10 วัน ได้รับคืนจำนวน 4,000 บาท
ก่อนกำหนดเรียน น้อยกว่า 10 วัน ได้รับคืนจำนวน 3,000 บาท
ซึ่งเงินที่ถูกหักเป็นค่าดำเนินการที่ได้จัดเตรียมไปแล้วล่วงหน้า

11. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 11.1. ประหยัดงบประมาณและเวลา ได้เรียนรู้องค์ความรู้นี้ภายในประเทศภายใต้สถานการณ์จำกัด
- 11.2. มีโอกาสได้รับความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับ AQST เบื้องต้นจากวิทยากรและได้มีโอกาสซักถามแลกเปลี่ยนแนวคิด ฝึกทักษะในการรักษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- 11.3. ได้แนวทางที่ถูกต้องในการฝึกทางธรรมาบำบัด สามารถวิเคราะห์ปัญหาและวางแผนเทคนิคการรักษาได้อย่างถูกต้องปลอดภัยและมีความมั่นใจเพิ่มขึ้น
- 11.4. สามารถสร้างเครือข่ายด้านธรรมาบำบัดในประเทศไทย

12. ตัวชี้วัด

ร้อยละ 80 ของจำนวนผู้เข้าอบรม ปฏิบัติตามเงื่อนไขและข้อตกลงตามที่กำหนด

13. การประเมินการดำเนินงานกิจกรรม

โดยการประเมินจากวิทยากรและการประเมินจากผู้เข้ารับการอบรมด้วยแบบสอบถาม ผลสรุปการประเมินมีค่าเฉลี่ยทุกด้านไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 สรุปผลและข้อเสนอแนะนำมาวิเคราะห์เพื่อปรับปรุงต่อไป

Aquatic Specific Therapy (AST-M) 5-26 February 2022, Group 1

ข้อตกลงและเงื่อนไข

- ผู้เข้าอบรมต้องเข้าระบบเรียนแบบสด LIVE ครบ จำนวน 4 ครั้ง ตามวันเวลาที่กำหนดไว้ มิฉะนั้น ถือว่าขาดการอบรมและไม่ได้รับคะแนน
- ผู้เข้าอบรมต้องเข้าระบบสื่อออนไลน์ ทำการศึกษาคลิปวิดีโอและทำงานส่งตามกำหนดเวลาที่ระบุไว้

LIVE 1 on	February 5, 2022		
13.30-15.00	Introduction and Pretest		
	Concept of Aquatic Wellness and approaches	0.75	hr.
	Evidence Based AQT and ICF	0.75	hr.
15.15-16.45	The aging adult : Biomechanics of soft tissue loading in aquatic therapy	1.5	hrs.
LIVE 2 on	February 12, 2022		
13.30-15.00	Optimal loading in aquatic exercise for MSK conditions	1.5	hrs.
15.15-16.45	The effects of High intensity interval training in aquatic exercise	1.5	hrs.
LIVE 3 on	February 19, 2022		
13.30-15.00	Halliwick 10 point program discussion	1.5	hrs.
15.15-16.45	Homework discussion	1.5	hrs.
LIVE 4 on	February 26, 2022		
13.30-15.00	The aging adult : system specific loading in aquatic therapy central nervous tissue loading	1.5	hrs.
15.15-16.45	Posttest and discussion	1.5	hrs.
	Total	12.0	hrs.

Self study VDO within 3 weeks, February 5-26, 2022

VDO Contents

1	Evidence based WST and ICF	0.5	hr.
2	The Halliwick 10 point program (10PP)	2.0	hrs.
3	Introduction : Water Specific Therapy (WST)	0.5	hr.
4	Water Specific Therapy (WST) guidelines	1.5	hrs.
5	Fluid mechanics & Therapeutic Effect	0.75	hr.
6	Patient assessment & recording	1.0	hr.
7	Homework assignment	0.75	hr.
8	Motor strategies & Sensory strategies	1.5	hrs
9	Training Static and Dynamic Stability	0.5	hr
10	WST-Halliwick in fall prevention	1.0	hr.
11	Case assignments	1.0	hr.
12	Principle of Hydrotherapy prescription	1.0	hr.
13	Recreational Hydrotherapy	1.0	hr.
14	Modes of pool exercise	1.0	hr.
	Total	14.0	hrs.
	Total hours	26	PTCEU

รหัสกิจกรรม คือ 101XXXX ได้คะแนน 26 PTCEU

Aquatic Specific Therapy (AST-M) 9-30 July 2022, Group 2

ข้อตกลงและเงื่อนไข

- ผู้เข้าอบรมต้องเข้าระบบเรียนแบบสด LIVE ครบ จำนวน 4 ครั้ง ตามวันเวลาที่กำหนดไว้ มิฉะนั้น ถือว่าขาดการอบรมและไม่ได้รับคะแนน
- ผู้เข้าอบรมต้องเข้าระบบสื่อออนไลน์ ทำการศึกษาคลิปวิดีโอและทำงานส่งตามกำหนดเวลาที่ระบุไว้

LIVE 1 on July 9, 2022

13.30-15.00	Introduction and Pretest		
	Concept of Aquatic Wellness and approaches	0.75	hr.
	Evidence Based AQT and ICF	0.75	hr.
15.15-16.45	The aging adult : Biomechanics of soft tissue loading in aquatic therapy	1.5	hrs.

LIVE 2 on July 16, 2022

13.30-15.00	Optimal loading in aquatic exercise for MSK conditions	1.5	hrs.
15.15-16.45	The effects of High intensity interval training in aquatic exercise	1.5	hrs.

LIVE 3 on July 23, 2022

13.30-15.00	Halliwick 10 point program discussion	1.5	hrs.
15.15-16.45	Homework discussion	1.5	hrs.

LIVE 4 on July 30, 2022

13.30-15.00	The aging adult : system specific loading in aquatic therapy central nervous tissue loading	1.5	hrs.
15.15-16.45	Posttest and discussion	1.5	hrs.
	Total	12.0	hrs.

Self study VDO within 3 weeks, July 9-30, 2022

VDO Contents

1	Evidence based WST and ICF	0.5	hr.
2	The Halliwick 10 point program (10PP)	2.0	hrs.
3	Introduction : Water Specific Therapy (WST)	0.5	hr.
4	Water Specific Therapy (WST) guidelines	1.5	hrs.
5	Fluid mechanics & Therapeutic Effect	0.75	hr.
6	Patient assessment & recording	1.0	hr.
7	Homework assignment	0.75	hr.
8	Motor strategies & Sensory strategies	1.5	hrs
9	Training Static and Dynamic Stability	0.5	hr
10	WST-Halliwick in fall prevention	1.0	hr.
11	Case assignments	1.0	hr.
12	Principle of Hydrotherapy prescription	1.0	hr.
13	Recreational Hydrotherapy	1.0	hr.
14	Modes of pool exercise	1.0	hr.
	Total	14.0	hrs.
	Total hours	26	PTCEU

รหัสกิจกรรม คือ 101XXXX ได้คะแนน 26 PTCEU