



'ชาวประจักษ์'
ภาพประชาสัมพันธ์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น

244

ประจำวันพุธที่ 12 พฤศจิกายน 2523

1026. ขอเชิญร่วมงานกรีนของ มช.

มหาวิทยาลัยขอนแก่นโดยการนำของอธิการบดี พร้อมด้วยคณาจารย์ ข้าราชการ นักศึกษา ลูกจ้าง คนงาน ตลอดจนผู้มีจิตศรัทธาจะไ้เข้ามากรีนไปทอดถวาย ณ วัดสิงห์ทอง บ้านหัวฝาย ต. เบ็ญน้อย กิ่ง อ. เบ็ญน้อย จ.ขอนแก่น โดยตั้งองค์กรีน ณ กองกลาง เพื่อรับบริจาคจนถึงวันที่ 13 พฤศจิกายน เคลื่อนองค์กรีนไปตั้ง ณ สโมสรนักศึกษา เพื่อสมโภช ในวันที่ 14 พฤศจิกายน และนำองค์กรีนจากสโมสรนักศึกษาไปทอดถวาย ณ วัดสิงห์ทอง เวลา 8.00 น. วันที่ 15 พฤศจิกายน 2523

มหาวิทยาลัยขอนแก่นจึงขอเชิญอาจารย์ ข้าราชการ นักศึกษา ลูกจ้างคนงาน ร่วมบริจาคจตุปัจจัยตามกำลังศรัทธา และร่วมเดินทางไปทอดกรีนโดยทั่วกัน ทั้งนี้จะมีรถของมหาวิทยาลัยออกจากโรงอาหารเก่าในวันที่ 15 พฤศจิกายน 2523 เวลา 8.30 น.

1027. ทีมบาสเกตบอลจีนแดงมาเล่นที่ขอนแก่น

ทีมบาสเกตบอลเยาวชนจีนแดง จะมาเล่นกับทีมบาสเกตบอลทีมรวมจังหวัดขอนแก่น เย็นวันศุกร์ที่ 14 พฤศจิกายน นี้ เวลา 18.00 น. ที่สนาม ร.ร.ขอนแก่นวิทยายน ในคอนเซ็ปต์วันเดียวกันนักบาสเกตบอลจีนจะมาเยี่ยมชมมหาวิทยาลัยขอนแก่นด้วย

1028. เชิญร่วมงานทอดผ้าป่าหลวงพอมอกินแดง

เวลา 9.00 น. วันศุกร์ที่ 14 พฤศจิกายน นี้ ขอเชิญร่วมพิธีทอดผ้าป่าหลวงพอมอกินแดง, พระพุทธรูปราชจำลอง ที่หน้าโรงพยาบาลศรีนครินทร์ (คณะแพทยศาสตร์)

1029. เชิญชมลิเก

ในวันเสาร์ที่ 15 และอาทิตย์ที่ 16 พฤศจิกายน นี้ จะมีลิเกลอดงเงาพอมอกินแดง ที่หน้าศาลพระภูมิ ขอเชิญทุกท่านชมลิเกโดยทั่วกัน

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์



1030. ขอเชิญชมมูโค

ชมรมมูโคฯ ขอเชิญชมการคัดเลือกนักกีฬา มูโคฯ ทีมแทนจังหวัดขอนแก่น ในวันที่ 14 พฤศจิกายน 2523 ตั้งแต่เวลา 9.00 น. ณ โรงยิมมูโค ซ้างหอ 3

1031. คณะวิศวกรรมฯ เปิดบริการถ่ายเอกสาร

คณะวิศวกรรมศาสตร์ได้เปิดบริการถ่ายเอกสารแบบยอส่วนและแบบธรรมดา แก่บุคคลทั่วไปแล้ว โดยแยกออกเป็นขนาดต่าง ๆ ดังนี้

- แขนใหญ่พิเศษขนาด A 3 หรือ B 4 ราคาแผ่นละ 2 บาท
- ยอส่วนขนาด A 4 หรือ B 5 ราคาแผ่นละ 2.50 บาท
- แบบธรรมดา ราคาแผ่นละ 1.50 บาท

ผู้สนใจขอรับบริการได้ที่งานบริการการศึกษา ตึกกลางคณะวิศวกรรมศาสตร์

1032. นิทรรศการหมากกระดาน

ชมรมหมากกระดาน ขอเชิญนิทรรศการหมากกระดานครั้งที่ 2 ณ บริเวณโรงอาหารเก่า (หน้าหอ 13) ในวันอาทิตย์ที่ 16 พฤศจิกายน 2523 เวลา 9.00 - 16.00 น.

- สาขิการเลนหมากรุกไทย หมากฮอส และหมากรุกสากลโดยผู้ทรงคุณวุฒิ
- เสนอผลการแข่งขันกีฬาหมากกระดานในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยครั้งที่ 8 ที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- โชว์ค่ารายการเลนหมากกระดาน พร้อมทั้งเอกสารที่น่าสนใจอีกมากมาย
- บริการสอน - เล่น หมากรุกไทย หมากรุกสากล หมากรุกจีน หมากฮอส และสะก

1033. ผู้ที่เบื่องานหมอนแนะนำ 5 ข้อรักษาไต

แพทย์ระบุทุกวันนี้คนป่วยเป็นโรคเชิงกันมาก ถ้าถึงระบาคอยู่ทั่วไปเวลานี้จากการสำรวจพบว่าโรคเชิงเป็นมากกว่าโรคมมาเลเรีย โรคบิดหรือโรคท้องเดินเสียอีกโรคดังกล่าวเกิดจากเรื่องงาน ทำให้เกิดอาการเชิงอย่างรุนแรง จึงเสนอวิธีแก้รวม 5 ข้อ

ทั้งนี้ เป็นข่าวจากเอกสารเผยแพร่ของโรงพยาบาลสวนปรุง เชียงใหม่ ซึ่งนำออกเผยแพร่ เมื่อเร็ว ๆ นี้ ได้ให้ความหมายและแนะนำวิธีแก้โรคเชิง ซึ่งกำลังระบาคอยู่ทั่วไปในปัจจุบัน และมีจำนวนผู้ป่วยมากกว่าผู้ป่วยด้วยโรคมมาเลเรีย หรือโรคบิดหรือโรคท้องเดินเสียอีก

เอกสารดังกล่าว ให้ความหมายโรคเข็งว่าเป็นคำบรรยายอาการทางจิตอย่างหนึ่ง ซึ่งใช้คำอื่นอธิบายก็ไม่ตรง เป็นอาการของความเบื่อ ซมเซา ไม่สดชื่น ซึ่งเกิดจากเหตุต่างๆ ประการ อาจเป็นเรื่องราวไม่ถูกต้องกับคนใกล้ชิด ปัญหาเศรษฐกิจ ความจำเจ ความไม่รู้จะทำอะไร เป็นต้น

โรคเข็งเป็นอันตรายในแง่ที่ว่า ทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ท้อถอย หดหู่ไม่มี ความสุขและชักนำให้เกิดโรคอื่น ๆ ต่อไปเช่นทำให้ยุ่งกับปัญหาไม่พอใจ เพื่อนร่วมงานไม่พอใจ ซึ่งจะทำให้มีอาการของ โรคเข็งรุนแรงขึ้น เอกสารของโรงพยาบาลสวนปรุง เชียงใหม่ เสนอแนะวิธี แก่โรคเข็งไว้หลายประการดังนี้

1. หายใจลึก ๆ เมื่อเกิดอาการเบื่อหรือเข็ง การกระทำดังกล่าวติดกันหลาย ๆ ครั้งจะรู้ว่าทำให้สดชื่นได้อย่างน่าประหลาด
2. ออกกำลังกายเช่นวิ่งขึ้น กระจกลูกเชือก เล่นบิงปอง ก็จะคลายโรคเข็งได้
3. ทำงานอดิเรก ในกรณีนี้เองไว้แก่โรคเข็งที่เกิดจากไม่รู้จะทำอะไรดี เช่น ปลูกต้นไม้ อ่านหนังสือ ฯลฯ
4. การพักผ่อน วิธีนี้เหมาะสำหรับแก่โรคเข็ง เกิดจากการทำงานทุกวันโดย ไม่หยุดวันเสาร์ วันอาทิตย์ ก็ไม่หยุด จะทำให้เกิดอาการเบื่อหน่าย ไม่สบาย ควรจะขอมหาครายได้ พักผ่อนสักหนึ่งวันในหนึ่งสัปดาห์
5. นอกจากนี้ยังมีวิธีแก้เข็งอื่น ๆ อีกเช่นทำประโยชน์ต่อส่วนรวมร่วมกับผู้อื่น หางานอะไรก็ได้ เช่นถ้าอยู่บ้านเกิดเข็งขึ้นมาก็นับไม้กวาดบ้าน การเจริญสมาธิ แผ่เมตตา เจริญสติ และเจริญปัญญา อันหมายถึงการรู้จักสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง ก็จะทำให้หลุดพ้นจากความ เห็นแก่ตัว มีความสุขสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ

เอกสารกล่าวแนะนำในคราวนี้ว่า ความเข็งที่เกิดขึ้นควบคู่ไปกับความวิตกกังวล บางครั้งนายแพทย์คงให้ยากผ่อนประสาท เช่นโคอาซีแอม หรือถ้าเป็นความเข็งควบคู่ไปกับความซึมเศร้า เช่นเบื่ออาหาร อกุญ นอกไม่แสบ บางครั้งก็ให้ยาแก้ซึมเศร้า ถ้าซึมเศร้าประเภทเคียดแค้นไม่โงาย ไซบาอิมหรือฟลิโธลีน คอนเย็นและกอนนอน ถ้าเป็นอาการซึมเศร้าชนิดซึมกระเทือ แยกตัว แพทย์อาจให้ยานอร์ทรียลีนคอนเย็นและกอนนอน