จุลสาร ไทย สเตมไลฟ์ ฉบับที่ 2/2016

ตุลาคม - ธันวาคม 2559
October - December 2016

THAI StemLife

ไทย สเตม ไลฟ์

สดใสร่าเริงไปกับ ‘แม่แอฟ - ทักษอร และ น้องปีใหม่’

Happy Together with ‘Aff - Taksa-orn & Peemai’.

12 สัญญาณอันตราย ที่คุณแม่ตั้งครรภ์ ควรรีบไปพบแพทย์

12 danger signs pregnant moms should RECOGNIZE and immediately consult with their doctors.

ขบวนการต่อต้านวัคซีน

Anti-Vaxxer

12 เทคนิคง่ายๆ ที่จะช่วยให้ ลูกของเรามีสุขภาพแข็งแรง และมีความสุข

12 Check Lists to make our children Healthy and Happy.

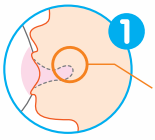
pigeon
ผู้เชี่ยวชาญพัฒนาการเด็กและทารก

MEET THE EXPERT
PIGEONLITTLEMOMENTSCLUB.COM

SofTouch™ Peristaltic PLUS

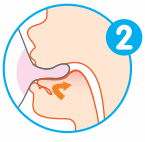
ให้ความรู้สึกเสมือน ดูดนมจากอกมารดา หมดปัญหาสับสนจุก

พัฒนาผลิตภัณฑ์จากศูนย์วิจัยญี่ปุ่น
ที่ศึกษาการดูดนมตามธรรมชาติของทารก 3 ขั้นตอน



1 **Latching on**

ลูกจะเผยอปากออกเพื่ออมบริเวณลานหัวนม
Sucking fossa
รูเล็กๆ ตรงขากรรไกรบนพบเฉพาะในเด็กทารกเท่านั้น



2 **Peristaltic tongue movement (sucking)**

การเคลื่อนไหวลิ้นแบบคลื่น (Wave like) จะเป็นการรีดน้ำนมจากอกมารดา

3 **Swallowing**

ลิ้นช่วงในสุดจะกระดกขึ้น เพื่อลำเลียงน้ำนมสู่หลอดอาหาร

จุกเสมือนนมมารดารุ่น SofTouch™ Peristaltic PLUS

ใช้สลับกับการให้นมจากอกมารดาได้

- รูจุกนมเหมาะสมกับพัฒนาการแต่ละช่วงวัย น้ำนมไหลตามปริมาณที่ทารกต้องการ
- ขนาดจุกนมพอดีกับรู Sucking Fossa ของเด็ก
- น้ำนมไหลตามปริมาณที่ทารกต้องการ
- รอยเส้นตรงป้องกันการฟีบแบนขณะดูด ช่วยให้ลิ้นเคลื่อนไหวอย่างเป็นธรรมชาติ
- ผิวสัมผัสแบบด้าน ช่วยกระชับริมฝีปากเป็นอย่างดี

ขวดนม WIDE NECK ขวดสีชา

- ผลิตจาก **วัสดุเกรดพรีเมี่ยม PPSU**
- มีสีน้ำตาล ตามธรรมชาติของวัตถุดิบ ไม่ผ่านการเติมสารแต่งสี
- เนื้อวัสดุใช้กันอย่างกว้างขวางในวงการแพทย์
- ปากขวดกว้าง ช่วยให้ทำความสะอาดได้หมดจด

PPSU Bottle BPA BPS FREE

ทนความร้อน 180 องศา

ขวดนม WIDE NECK ขวดสีขาว

- ผลิตจาก **วัสดุคุณภาพสูง PP**
- ปากขวดกว้าง ช่วยให้ทำความสะอาดได้หมดจด

PP Bottle BPA BPS FREE

ทนความร้อน 110 องศา

mypigeonlittlemomentsclub Like

ผู้เชี่ยวชาญด้านผลิตภัณฑ์ 02-020-8989

Editor's Talk

ใกล้เปิดเทอมใหม่กันแล้ว คุณพ่อคุณแม่หลายท่านอาจจะดีใจที่จะได้มีเวลาเพิ่มขึ้น หลังจากที่ทุ่มเทให้เจ้าตัวเล็กมาตลอด 1 เดือน แต่พอถึงเวลาที่ลูกๆ ของเราไปโรงเรียน ก็คงมีแอบเหงาบ้างเหมือนกัน ยิ่งได้มองเห็นพวกเค้าเติบโตขึ้น นอกจากจะรู้สึกภูมิใจแล้ว คงต้องมีแอบใจหายกันบ้างล่ะ ใช่ไหมคะ?

ฉบับนี้ นิตยสาร ไทย สเตมไลฟ์ จะพาคุณไปสัมผัสกับพัฒนาการของเด็กในแต่ละช่วงวัย รวมถึงสาระความรู้ใหม่ๆ ที่จะมาอัพเดทให้คุณพ่อคุณแม่ได้ปรับไปใช้อย่างเหมาะสม เพื่อให้ลูกของเราได้รับในสิ่งที่ดีที่สุด

เริ่มตั้งแต่คอลัมน์ "Stem Cell Update" ที่จะทำให้คุณพ่อคุณแม่มองเห็นความสำคัญและวิวัฒนาการที่ก้าวหน้าขึ้นของการใช้สเต็มเซลล์ในการรักษาภาวะบาดเจ็บทางสมอง, คอลัมน์ "Talk to Doctor" ที่คุณหมอวรัชยา จะมาแนะนำให้คุณพ่อคุณแม่ได้รู้จักกับการเก็บเสต็มเซลล์ในผู้ใหญ่แบบใหม่ Mini PBSC, คอลัมน์ "Celeb Family Interview" ที่ครั้งนี้เราได้รับเกียรติจากคุณแอฟ – ทักษอร ที่จะมาพูดคุยกับเราในเรื่องของการเลี้ยงลูก ซึ่งใครที่ได้เห็นน้องปีใหม่ ต่างก็ตกหลุมรักในความสดใสร่าเริงกันทั้งนั้น

และที่ขาดไม่ได้ คือ คอลัมน์สุดโปรดของคุณพ่อคุณแม่หลายท่าน "Diary to my Kid" ที่จะมาให้ความรู้ความเข้าใจในการดูแลเจ้าตัวเล็กในแต่ละช่วงวัยได้อย่างดีเยี่ยมมากขึ้น

สุดท้ายนี้ ไทย สเตมไลฟ์ ขอขอบพระคุณทุกท่านที่ติดตามนิตยสารของเรามาโดยตลอดนะคะ หากใครอยากพูดคุยกับเรา สามารถกด like แฟนเพจ **THAI StemLife Family** ของ ไทย สเตมไลฟ์ ได้เลยค่ะ

บรรณาธิการบริหาร
ไทย สเตมไลฟ์

Nearly back to school, parent might feel relievedly to have more time after spending all day to take care of our children but I'm so sure that you will be a lonely one when all kids back to school, moreover, when the kids grow, certainly, we feel so proud of them but loneliness also come to our feeling in the same time.

THAI StemLife magazine would like you to understand children's growth in each ages including informativeness which THAI StemLife proudly to present to all the parent to properly adapt for our family.

"Stem Cell Update" Column, to update Stem Cell's evolution for Neurological Disorders treatment, "Talk to Doctor" Column, Doctor Warachaya introduces Mini PBSC, the new procedure that is simpler, "Celeb Family Interview" Column, interview Khun Aff-Taksa-orn how does she take care of her kid,

And your favorite ones "Diary to my Kid" Columns which always give you more understanding about the children in each ages.

THAI StemLife would love to say 'Thank you so much' to all the readers who always give attention to read our THAI StemLife magazine, please also visit our fan page 'THAI StemLife Family' on facebook!

Editor
THAI StemLife

Contents

Stem Cell Update 3
- ทำไมเราต้องให้ความสำคัญกับการรักษาภาวะบาดเจ็บทางสมองในเด็ก
- Why should we pay attention to Neurological Disorders in Children?

Talk to Doctor 5
- Mini PBSC

Celeb Family Interview 7
- สดใสร่าเริงไปกับ 'แม่แอฟ - ทักษอรและน้องปีใหม่'
- Happy Together with 'Aff - Taksa-orn & Peemai'.

Pregnancy 9
- 12 สัญญาณอันตราย ที่คุณแม่ตั้งครรภ์ควรรีบไปพบแพทย์
- 12 danger signs pregnant moms should RECOGNIZE and immediately consult with their doctors.

Diary to my Kid 11
(Newborn - Age 2)
- ขบวนการต่อต้านวัคซีน
- Anti - Vaxxer

Diary to my Kid 13
(Age 3-5)
- วิธีป้องกันลูกของเราให้ห่างไกลจากไข้หวัดในช่วงเปิดเทอม
- Back to School : How to avoid our children away from flu.

Diary to my Kid 15
(Age 6-11)
- 12 เทคนิคง่ายๆ ที่จะช่วยให้ลูกของเรามีสุขภาพแข็งแรงและมีความสุข
- 12 Check Lists to make our children be Healthy and Happy.

Diary to my Kid 17
(Age 12-18)
- วิธีรับมือเมื่อลูกเราเข้าสู่วัยรุ่น
- How to deal with PUBERTY.

Bon Voyage 19
- 3 ที่เที่ยวแห่งใหม่ เหมาะกับฤดูฝน
- 3 - Brand New & Interesting Place for Rainy Day Trip

News in Town 20

Genetic Disease 21
- โรคเนื้องอกกระดูก (HMO)
- Hereditary Multiple Osteochondromas (HMO)

ทำไมเราต้องให้ความสำคัญกับการรักษาภาวะบาดเจ็บทางสมองในเด็ก

จากการคำนวณทางสถิติขององค์การอนามัยโลก (WHO) ได้ประมาณการว่า ในปี 2020 การบาดเจ็บทางสมองจะเป็นสาเหตุอันดับ 3 ของภาวะทุพพลภาพทั่วโลก และช่วงอายุที่เกิดการบาดเจ็บทางสมองมากที่สุดคือ เด็กอายุ 0-14 ปี

สเต็มเซลล์มีส่วนเกี่ยวข้องกับการรักษาภาวะบาดเจ็บทางสมองอย่างไร

ช่วงเวลาที่สำคัญที่สุดของชีวิตมนุษย์ช่วงหนึ่งคือขณะคลอด ซึ่งนับตั้งแต่ช่วงเวลาก่อนคลอดจนถึงทันทีที่คลอด ไม่ว่าจะเป็นการติดเชื้อ ภาวะแทรกซ้อนจากการคลอด การขาดออกซิเจน สามารถรบกวนกระบวนการเจริญเติบโตของทารกและเป็นสาเหตุของความพิการ ซึ่ง 1 ในนั้นคือ ภาวะทารกขาดออกซิเจนในระยะแรกคลอด หรือที่เรียกว่า CP (Cerebral Palsy)

ไม่นานมานี้ ทีมวิจัยในสหรัฐอเมริกาได้ใช้สเต็มเซลล์จากเลือดในรกและสายสะดือรักษาภาวะบาดเจ็บทางสมอง ซึ่งผลเป็นที่น่าพอใจ ในขณะที่การแพทย์ปัจจุบันไม่มีวิธีการรักษาอื่นที่ประสบความสำเร็จ ที่สำคัญคือ สเต็มเซลล์ที่จะใช้ได้ผลนั้นต้องมาจากเลือดในรกของผู้บาดเจ็บเองเท่านั้น ไม่สามารถขอจากผู้อื่นได้ ไม่ว่าผู้นั้นจะเป็นพ่อแม่พี่น้องก็ตาม เนื่องจากร่างกายผู้ป่วยจะต่อต้านเซลล์ของผู้อื่น และการรับสเต็มเซลล์จากผู้อื่นอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนที่อันตรายต่อชีวิตได้

ไทย สเตมไลฟ์ เป็นธนาคารสเต็มเซลล์เอกชนแห่งแรกในโลกที่ตีพิมพ์ผลงานวิจัยในวารสารทางการแพทย์ชั้นแนวหน้า รวมทั้งถูกนำไปอ้างอิงในอีกหลายการศึกษาที่ทำการรักษาผู้ป่วยภาวะบาดเจ็บทางสมองด้วยสเต็มเซลล์จากเลือดในรก รวมถึงธนาคารสเต็มเซลล์อื่นๆ ในไทยต่างอ้างอิงผลการศึกษาของ ไทย สเตมไลฟ์ ไม่มีใครสามารถมองข้ามประสบการณ์และความชำนาญของ ไทย สเตมไลฟ์ในด้านนี้ได้อีกแล้ว

ไทย สเตมไลฟ์ มีผลงานวิจัยภาวะบาดเจ็บทางสมองอย่างไร

แนวโน้มการรักษาภาวะบาดเจ็บทางสมองเป็นอย่างไร

ในสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกับภาวะขาดออกซิเจนในสมอง เช่น เส้นโลหิตสมองตีบตันหรือแตก อุบัติเหตุทางสมองอื่นๆ ดูเหมือนว่าการรักษาด้วยสเต็มเซลล์มีแนวโน้มที่ให้ผลดี แต่ยังคงต้องอาศัยการวิจัยเพิ่มเติมมากกว่านี้ และ ไทย สเตมไลฟ์ ให้ความสำคัญต่อการวิจัยโรคในกลุ่มนี้เป็นอย่างมาก

Why should we pay attention to **Neurological Disorders** in Children?

The assessment of patients with brain injuries by the World Health Organization (WHO) has estimated that in 2020 brain injuries will became the third cause of disability in the world. The most common age of brain injuries is found in children aged 0-14 years old.

One of the most important moments in a child's life is the time of delivery. Equally important periods comprise the days before and immediately after delivery, collectively known as the perinatal period. Infections, delivery complications, lack of oxygen, all can interfere with normal child development and can cause a wide range of disabilities. Cerebral Palsy or CP can be one of them.

What role can **stem cell** play a role in brain injury treatment?

Recently, medical researchers in United States have used cord blood stem cells to treat brain injury with very encouraging results. One needs to remember that there are no alternatives in traumatic brain injuries that offer a curative effect. What is also important to understand is that the cord blood stem cells used MUST be AUTOLOGOUS, meaning they must come from the same person that has sustained the injury and NOT from anyone else. Not the parents or siblings or donated. Such cells WILL be REJECTED and there is a life threatening risk for the life of the recipient.

How has THAI StemLife contributed in brain injury research?

THAI StemLife is the WORLD's FIRST stem cell bank that has published reputable research in peer reviewed journals on similar types of brain injuries using the patient's OWN cord blood. The WORLD is quoting THAI StemLife and so do other cell banks in THAILAND. THAI StemLife's experience and expertise is unsurpassable in this field.

What are the future trends in neurological disorders?

In similar conditions where lack of OXYGEN predominates like STROKES, brain vessel OCCLUSIONS, and other TRAUMATIC BRAIN INJURIES, cell treatment has shown to bring encouraging improvements but more research is needed to establish the benefits. THAI StemLife has a keen research interest in these conditions.

สเต็มเซลล์ มีบทบาทสำคัญต่อการรักษาโรคและฟื้นฟูสุขภาพมากขึ้นเรื่อยๆ
สำหรับประเทศไทย ไทย สเตมไลฟ์ เป็นธนาคารสเต็มเซลล์เอกชนแห่งแรก ซึ่งก่อตั้งมานานกว่า 12 ปี ในช่วงเริ่มแรก ไทย สเตมไลฟ์ ให้บริการเก็บสเต็มเซลล์จากเลือดในรกและสายสะดือ และการเก็บสเต็มเซลล์จากกระแสโลหิตในผู้ใหญ่ แต่ในสถานการณ์ปัจจุบันที่มีรูปแบบการใช้สเต็มเซลล์หลากหลาย เพื่ออำนวยความสะดวกและตอบสนองความต้องการของคนไข้ ไทย สเตมไลฟ์ จึงพัฒนาการใช้สเต็มเซลล์ในการรักษาโรคอย่างต่อเนื่อง

ไทย สเตมไลฟ์ เป็นบริษัทเอกชนแห่งเดียวในประเทศไทย ที่มีศักยภาพในการเก็บและรับฝากสเต็มเซลล์ทั้งจากเลือดในรกและสายสะดือ รวมถึงการเก็บจากกระแสโลหิตในผู้ใหญ่ ซึ่งอย่างหลังมีขั้นตอนที่ออกจะซับซ้อนและใช้เวลานาน ดังนั้น ไทย สเตมไลฟ์ จึงได้พัฒนาการเก็บสเต็มเซลล์รูปแบบใหม่ที่ตอบสนองความต้องการของผู้ใหญ่ที่ไม่มีเวลาและอยากใช้สเต็มเซลล์ สำหรับการใช้ในจำนวนที่ไม่มากนัก เรียกว่า การทำมินิ พีบีเอสซี (Mini PBSC)

มินิ พีบีเอสซี
(Mini PBSC) คืออะไร

มินิ พีบีเอสซี หรือการเก็บสเต็มเซลล์จากกระแสโลหิตอย่างย่อ เป็นวิธีการเก็บสเต็มเซลล์จากกระแสโลหิตแบบใหม่ เพื่อรองรับความต้องการของผู้ป่วยที่ต้องการสเต็มเซลล์ในปริมาณน้อย กระบวนการนี้จะเรียบง่ายกว่า ใช้เวลาน้อยกว่า

อะไรที่ทำให้ มินิ พีบีเอสซี มีความแตกต่าง

มินิ พีบีเอสซีแตกต่างที่ความสะดวกสบายในด้านของเวลา กระบวนการเก็บนี้ใช้เวลาเพียง 5 นาที ซึ่งน้อยกว่าเวลาที่ใช้ในการเก็บสเต็มเซลล์จากกระแสโลหิตต้นแบบมาก แต่ก็สามารถได้สเต็มเซลล์เพียงพอสำหรับการใช้ กระบวนการเริ่มต้นด้วยการฉีดยากระตุ้นการสร้างสเต็มเซลล์จากไขกระดูก G-CSF (เหมือนการฉีดวัคซีนหรือฮอร์โมนอินซูลิน) เป็นเวลา 5 วัน เมื่อความเข้มข้นของสเต็มเซลล์ในเลือดถึงระดับที่กำหนด ก็ทำการเก็บเลือดวิธีเดียวกับการบริจาคโลหิตซึ่งใช้เวลาเพียง 5 นาที ก็จะได้ปริมาณเลือดตามเกณฑ์ที่จะนำไปคัดแยกและแช่แข็งรอการเบิกใช้ในอนาคต

มินิ พีบีเอสซี
ใช้ได้กับการรักษาแบบไหน?

นวัตกรรมทางการแพทย์สมัยใหม่ เช่น การรักษาข้อเข่าเสื่อมในระยะแรก แผลที่เกิดจากเบาหวานหรือโรคผิวหนังอื่นๆ ที่ต้องการใช้สเต็มเซลล์จำนวนน้อยๆ การเก็บมินิ พีบีเอสซีจะเหมาะสมที่สุด วิธีนี้จะทำให้ผู้ป่วยไม่เสี่ยงกับภาวะแทรกซ้อนที่อันตรายจากการรับสเต็มเซลล์ของผู้อื่น การใช้สเต็มเซลล์ของผู้อื่นอาจเป็นอันตรายต่อชีวิต หลายๆ ครั้งที่ปฏิกิริยาต่อต้านสเต็มเซลล์เป็นอันตรายต่อตัวผู้ป่วย

Talk to Doctor

แพทย์หญิงวรัชยา ฟองศรัณย์
กุมารแพทย์เฉพาะทางโลหิตวิทยาและมะเร็งในเด็ก
ผู้อำนวยการด้านการแพทย์ บริษัท ไทย สเตมไลฟ์ จำกัด

Warachaya Fongsarun, M.D.,
M.Sc., Board of Pediatrics, Sub-board of Pediatrics Hemato-Oncology
Medical Director of THAI StemLife Co. Ltd.,

ผู้เก็บ มินิ พีบีเอสซี ต้องทำอะไรบ้าง

ไทย สเตมไลฟ์ ที่ยืนหยัดมายาวนานด้วยชื่อเสียงที่สังคมยอมรับ ประวัติการวิจัย และการตีพิมพ์ผลงานวิชาการระดับสากล ล้วนแล้วแต่เป็นหลักประกันความปลอดภัยของผู้เก็บและคุณภาพของสเต็มเซลล์ที่ได้ ผู้ป่วยจะต้องผ่านขั้นตอนการตรวจสุขภาพเพื่อให้แน่ใจว่าสุขภาพพร้อมสำหรับการเก็บสเต็มเซลล์ เรามีแพทย์เฉพาะทางที่จะควบคุมดูแลกระบวนการตามมาตรฐานสากลระดับสูงสุด
จากการศึกษาพบว่า มีเฉพาะการใช้สเต็มเซลล์ของตัวเองเท่านั้นที่ปลอดภัย นอกนั้นมีโอกาสเสี่ยงที่จะถูกร่างกายปฏิเสธซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อชีวิต การเลือกธนาคารสเต็มเซลล์ที่ผิดโดยเฉพาะโรงพยาบาลหรือคลินิกที่ไม่เคยมีการตีพิมพ์ผลการวิจัยที่ผ่านการรับรองจากองค์กรอิสระในระดับสากล อาจหมายถึงสถานที่เหล่านั้นไม่มีความรู้หรือประสบการณ์จริง ควรคิดให้รอบคอบและตัดสินใจอย่างชาญฉลาด

Stem Cells play an increasingly important role in treating diseases and improving lives.

In Thailand, THAI StemLife is the Kingdom's FIRST private stem cell bank and was established more than 12 years ago. Initially, THAI StemLife collected cord blood stem cells and peripheral blood stem cells but nowadays, more modalities exist. Since cord blood stem cells are collected at birth, adults have missed their chance.

In Thailand, THAI StemLife is the only private company capable of collecting and keeping stem cells cord blood, cord tissue (in newborns) and peripheral blood (in adults), the latter being more complicated and time consuming. Therefore, THAI StemLife has recently developed a NOVEL collection method that may suit busy adults that only need a fraction of stem cells for various applications. This procedure is called Mini PBSC.

What is Mini PBSC?

Mini PBSC or Mini Peripheral Blood Stem Cell collection is a new procedure that is simpler, less time consuming, unlike that original collection method.

What makes Mini PBSC different?

Mini PBSC is different because it is more convenient in term of time. The procedure would take only 5 minutes, far less than the initial method but still deliver enough stem cells for specific applications. The procedure starts by injecting G-CSF (similar to vaccination simple vaccination or insulin shot) for 5 days to stimulate Stem Cell production in the bone marrow. Once the stem cell numbers have reached the desired levels, a 5 minute blood collection, exactly like a blood donation will provide the blood to harvest and extract the stem cells needed that will subsequently be frozen and stored until needed for future uses.

What can Mini PBSC be used for?

Medical innovative treatments like Early Knee Osteoarthritis, Diabetic or other types of Skin Ulcers that require lower stem cell volumes are particularly suitable for mini PBSC. This way the patient AVOIDS life threatening risks if FOREIGN stem cells are used. Using another person's stem cells can be life threatening and WILL ALWAYS be rejected by your body anyway. Many times this rejection is particularly dangerous. Only your own stem cells are safe!

What will a person need to do in Mini PBSC procedure?

THAI StemLife's long establishment, its illustrious track record, its research history and academic publications, all guarantee your safety and quality of stem cell collection. The patient will need to undergo a health assessment in order to ensure his/her physical suitability for Stem Cell harvest. Our Medical Specialists will ensure that the process is held to the highest international standards. Remember ONLY your OWN Stem Cells are SAFE. Anything else implies a RISK for REJECTION that can be life threatening. The wrong choice of Stem Cell bank, especially those without PEER REVIEWED PUBLISHED RESEARCH means that there is no in house knowledge or experience. Choose WISELY.

หลังจากฝนตก ท้องฟ้าจะสดใสเสมอ แต่ต่อให้ฟ้าหลังฝน จะมีแดดเจิดจ้าแค่ไหน ท้องฟ้าก็ยังไม่สดใสเท่าเด็กน้อยคนนี้

วันนี้ ไทย สเตมไลฟ์ โชคดีมากๆ ที่ได้รับเกียรติจาก

“ครอบครัวเตชะณรงค์”

ให้เราได้เข้ามาพบกับความสดใสร่าเริง ของหนูน้อย **‘ปีใหม่’** ลูกสาวคนเก่งของ **‘แม่แอฟ – ทักษอร’** ค่ะ

“แอฟกับปีใหม่ไปไหนมาไหนด้วยกันตลอด นอกจากทำงานแล้ว 80% เราจะอยู่ด้วยกัน ยิ่งตอนนี้เขาเริ่มโตแล้ว เราก็พาเขาไปได้ด้วยเกือบทุกที่เหมือนแฝดสยาม โชคดีมากที่ปีใหม่เป็นเด็กรับแขก (หัวเราะ) ชอบเล่นกับคนอื่น ชอบมีเพื่อนเยอะๆ เขาจะแฮปปี้เวลาที่ได้ออกไปข้างนอก” อย่างที่ทุกคนทราบกัน ยิ่งถ้าใครติดตาม Instagram ของคุณแอฟจะรู้เลยว่า “ปีใหม่” เป็นเด็กที่ร่าเริงสดใสมากๆ ใครอยู่ด้วยก็มีความสุข ขนาดวันที่ไปสัมภาษณ์ สาวน้อยคนนี้ก็ทำทีมงานหัวใจละลายกันไปทั้งทีมด้วยความน่ารักของเธอ “ไม่กล้าพูดเลยว่าเขาเป็นเด็กแบบนี้ได้เพราะใคร แอฟคิดว่ามันเป็นที่นิสัยส่วนตัวของเขามากกว่า ความคึกคักแบบนี้ Energy สูงแบบนี้ไม่ได้มาจากแอฟแน่ๆ (หัวเราะ) แอฟคิดว่าการที่เขาเป็นเด็กอารมณ์ดีแบบนี้ ส่วนหนึ่งมาจากตอนที่เราท้อง เราพยายามทำจิตใจให้ผ่อนคลาย ไม่เครียด แน่นอนว่าเราหลีกเลี่ยงความเครียดในชีวิตประจำวันหรือจากการทำงานไม่ได้ แต่เราก็พยายามคุมอารมณ์ตัวเองให้ดี ฟังเพลง ออกไปเดินสวน ทำทุกอย่างที่ทำได้ค่ะ(ยิ้ม)”

“แอฟว่าการพาเขาออกมาเจอผู้คน รวมถึงทำกิจกรรมต่างๆ มีผลต่อการเรียนรู้ของปีใหม่เยอะมากๆ ทุกครั้งที่ออกไปข้างนอก เขาจะเรียนรู้อะไรใหม่ๆ ได้เสมอ มันทำให้เขาเติบโตอย่างเป็นธรรมชาติและรวดเร็ว ตัวน้องเองก็มีความสุข”

การพาลูกออกไปนอกบ้านบ้างเป็นเรื่องที่ดี แต่คุณพ่อคุณแม่หลายคนก็คงมีความกังวลกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพของลูก เช่น ความสะอาดหรือเชื้อโรค “ช่วงแรกที่เขายังเล็กแอฟจะห่วงสุขภาพของลูกมาก แต่ตอนนี้ก็เบาใจมากขึ้น แอฟพยายามจะไม่กังวลไปก่อนนะคะ แต่จะใช้วิธีป้องกัน พาไปฉีดวัคซีนตลอด แล้วก็จะพยายามระมัดระวังให้มากที่สุด พยายามติดตามข่าวสาร เวลาลูกเป็นอะไรเราก็จะปรึกษาคุณหมอ”

อย่างเรื่องที่เธอตัดสินใจเก็บสเต็มเซลล์ให้ “น้องปีใหม่” ก็เช่นกัน “สุขภาพของลูก คือ สิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับแอฟนะคะ การเก็บสเต็มเซลล์ก็คล้ายกับการทำประกันชีวิตให้ลูก เพราะการหาสเต็มเซลล์ที่เข้ากับเราได้มันยากมาก เก็บให้ลูกไปเลยอย่างไรก็ดีกว่า”

“ก่อนจะตัดสินใจว่าจะเก็บสเต็มเซลล์ที่ไหน แอฟก็ลองศึกษาจากหลายๆ ที่ค่ะ แต่เลือก ไทย สเตมไลฟ์ เพราะเป็นบริษัทเอกชนแห่งแรกของไทย เปิดให้บริการมานานกว่า 11 ปี และมีมาตรฐานความเป็นสากล มีเครือข่ายทางการแพทย์อยู่มากมาย ทั้งในสิงคโปร์ ฮ่องกง มาเลเซีย อินโดนีเซีย และที่นี่ก็มีงานวิจัยและศึกษาเรื่องสเต็มเซลล์ออกมาตลอด ทำให้เรามั่นใจว่าต่อไปเขาจะสามารถพัฒนาการใช้สเต็มเซลล์ในการรักษาโรคได้มากขึ้น”

คุณแอฟยังเสริมอีกว่า “แอฟประทับใจในการบริการของ ไทย สเตมไลฟ์ ที่ดูแลเราอย่างดี สะดวกสบาย ไทย สเตมไลฟ์ ให้บริการเก็บสเต็มเซลล์ได้หลายประเภท แอฟมั่นใจว่า ไทย สเตมไลฟ์ เป็นบริษัทที่แอฟไว้วางใจที่สุด เพราะเขามีการวิจัย เพื่อนำสเต็มเซลล์ไปใช้ในการรักษาโรคอย่างต่อเนื่องโดยผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน อย่างที่ทราบ มีการรักษาโรคธาลัสซีเมีย ภาวะบาดเจ็บทางสมอง และโรคอื่นๆ อีกทั้งสถานที่เก็บสเต็มเซลล์มีมาตรฐานสูงสุด ทำให้แอฟรู้ว่าหากมีเหตุจำเป็นที่จะต้องใช้สเต็มเซลล์ ไทย สเตมไลฟ์ จะสามารถเป็นที่ปรึกษาที่ดีให้กับครอบครัวของเราได้อย่างแน่นอนค่ะ”

There is a beautiful rainbow after the rain. But there might be no rainbow as wonderful as this little one. It is THAI StemLife's honor to have a chance to meet with the Dechanarongs, especially with 'Peemai' – the gorgeous daughter of Thailand's superstar 'Aff – Taksa-orn'.

"Peemai and I are together all the time. 80% out of my working hours will be spent together. The more she grows up, the more we are together like Siamese-twins. I am lucky that Peemai is very friendly (laugh). She loves being among people and going outside." To followers in Aff's Instagram account, Peemai is obviously a delightful girl giving people around her an upbeat. We, working team, fall in love with her right on the day we meet. "I have no idea where she gets this energetic personality from. It is definitely not from me (laugh). I think one of the reasons she is a happy girl is that I tried to set my mind at ease during pregnancy. We may not be able to avoid every stressful circumstance in daily life, or at work. But we can control our own minds to focus on something that make us feel good such as, listening to music, walking in the park, or anything else we can (smile)."

"Taking her to meet people and attend activities allows my daughter to learn a lot. Every time we go out, she will see something new and that make her grow and develop naturally, and rapidly, while she is also having fun."

Spending time with children outside is a good idea. However, many parents are worried about health related issues such as cleanliness and illness.

"When Peemai was younger, I was worried about her health. But I am more relaxed now and try not to think too far ahead because preventing is better solution. Vaccination is one way to ensure my child is shielded. I also keep my eyes open, follow up with news and consult with her doctor whenever she is not well. Likewise, storing stem cells for Peemai is one of her choices.

"Her health is really important to me. Storing stem cells is nothing less than giving my child an insurance because stem cells that matches one particular person are very rare to obtain when needed. It is better to keep her own for her."

"I spent a lot of time doing research about stem cell storing before making decision. I choose THAI StemLife because it is the first privately own company that offers this service."

"Having been established for more than 11 years with international standards and a strong network of expert physicians and PhD level scientists in Singapore, Hong Kong, Malaysia, Indonesia, is already an assurance. Plus, THAI StemLife publishes stem cell research and studies continuously. It gains my trust that the organization will effectively cure illness with its development and implementation."

"THAI StemLife's service quality is also impressive", added Aff. "They can collect many types of stem cells. I am confident that THAI StemLife is the best place to put my trust in because they have ongoing expert research in stem cell use to cure illnesses in Thalassemia, Cerebral Palsy. The company also has highest standards for their stem cell storing location. I am positive that THAI StemLife will be a good helping hand and consultant whenever our family needs them."

12 danger signs pregnant moms should RECOGNIZE and immediately consult with their doctors.

คุณแม่ที่กำลังตั้งครรภ์หลายท่าน อาจมีอาการแปลกๆ ระหว่างตั้งครรภ์ บ้างก็เป็นอาการปกติทั่วไป บ้างก็เป็นสัญญาณอันตรายที่ควรรีบไปปรึกษาแพทย์ แล้วเราจะรู้ได้อย่างไรว่าอาการไหนที่เป็นอันตราย

Pregnant moms may experience several strange symptoms during their pregnancy. Some are normal and can be ignored but some are alarming and future moms should rush to see their doctors and talk about them. It can be overwhelming trying to figure out which symptoms are the dangerous type, and here in this article, THAI StemLife can help you on the way.

วันนี้ ไทย สเตมไลฟ์ มีคำตอบมาให้ค่ะ

1 มีเลือดออกทางช่องคลอด
ไม่ว่าจะมากหรือน้อย มีสีเข้มหรือจาง ล้วนเป็นสัญญาณอันตราย
Bleeding (Vaginal)
Any amount or color of vaginal bleeding is a serious sign and you should consult your physician immediately.

2 กระหายน้ำจัด
อาจเกิดจากอาการของโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์
Thirst
Increasing thirst and urge to drink water or other liquids can be a sign of increased blood sugar and gestational diabetes. Immediately consult your physician.

3 ปวดหลังอย่างรุนแรง
อาจเกิดจากไตทำงานผิดปกติ ติดเชื้อที่ไต นิ่วในไต หรือท่อไตอุดตัน
Severe back pain
A severe back pain that does not relent can be caused by kidney infections, kidney stones and/or obstruction.

4 แขน-ขา-นิ้วบวม
อาจเกิดจากอาการของโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ ไธรอยด์ หรือการทำงานของไตผิดปกติ
Swelling of legs, feet and/or fingers
Increasing and/or persisting swellings can be a sign of gestational diabetes, thyroid condition or kidney malfunction. Consult your physician.

5 แพ้ท้องอย่างรุนแรง
ทั้งคลื่นไส้ อาเจียน น้ำหนักลด นอนไม่หลับ อาจเป็นอาการของโรคไธรอยด์
Severe morning sickness
This includes nausea, dizziness, weight loss, and insomnia can be a sign of thyroid condition. Consult your physician to check your thyroid hormone levels.

6 คันผิวหนังอย่างรุนแรง
อาจเป็นอาการของน้ำดีหยุดหลั่งขณะตั้งครรภ์
Severe skin itchiness
Gallbladder related conditions.

7 เจ็บท้องคลอดก่อนกำหนด
มีอาการมดลูกบีบตัวทุกๆ 10-15 นาที ต้องไปพบแพทย์ทันที
Premature labor pains
Contractions every 10 -15 minutes.
Immediately consult your physician.

8 น้ำเดินหรือน้ำคร่ำแตก
แสดงว่าจะมีการคลอดเกิดขึ้นภายใน 24 ชั่วโมง
Water break or premature rupture of membranes
A sign that the labor is due within 24 hours.
Immediately consult your physician.

9 ปวดท้องน้อย
อาการปวดท้องที่เพิ่มมากขึ้น แม้จะนอนพักผ่อนแล้วก็ยังไม่ดีขึ้น ควรรีบไปพบแพทย์
Abdominal pain
An increasing and persisting abdominal discomfort that does not go away even after you have taken a rest/nap is a sign that you should consult your physician.

10 ลูกดิ้นน้อยลงกว่าปกติหรือไม่ดิ้นเลย
หากอายุครรภ์ 5-6 เดือนแล้ว แต่ลูกยังไม่ดิ้นหรือดิ้นน้อยลง ควรปรึกษาแพทย์ทันที
Baby's movement level significantly declines or none
Immediately consult with your doctor if there is decreasing or no baby movements when more than 5-6 months pregnant.

11 มีไข้สูงหรือเป็นหวัดเรื้อรัง
อาจเกิดจากการติดเชื้อไวรัสหรือแบคทีเรีย
Chronic flu or high fever
Flu and fever can be due to virus or bacterial infection.

12 จุกหน้าอก / ปวดหัวอย่างรุนแรง / ตาพร่า
ลองเช็คความดันดูนะคะ เพราะอาจมีสาเหตุมาจากความดันโลหิตสูง ซึ่งอาจเกิดจาก "ครรภ์เป็นพิษ" ได้
Chest pain, persistent severe headache, visual disturbances
These symptoms can be signs of high blood pressure which could be caused by preeclampsia. Have your blood pressure checked immediately and consult with your physician.

12 สัญญาณอันตราย ที่คุณแม่ตั้งครรภ์ควรรีบไปพบแพทย์

สุขภาพและความปลอดภัยของทุกคนในครอบครัวถือเป็นหัวใจสำคัญ นอกจากการดูแลคนอื่นๆ ในครอบครัวแล้ว คุณแม่ทั้งหลายก็ต้องดูแลสุขภาพของตัวเองด้วยนะคะ หมั่นสังเกตอาการของตัวเองอย่างสม่ำเสมอ จะได้มีแรงไว้ดูแลครอบครัวที่เรารักต่อไปค่ะ

ไทย สเตมไลฟ์ ขอให้ว่าที่คุณแม่ทุกท่าน มีสุขภาพที่แข็งแรงกันทั้งแม่และลูกในท้อง คลอดอย่างปลอดภัยกันทุกคนเลยนะคะ

We all know that health and safety of our family members is important. It is recommended that mother-to-be pays attention to her own symptoms at all time and always consults her physician when in doubt.

THAI StemLife wishes all lovely moms-to-be and their little ones good health, and a safe delivery.

Anti-Vaxxer
ขบวนการต่อต้านวัคซีน

วิวัฒนาการทางการแพทย์ล้วนเกิดขึ้นเพื่อส่งผลที่ดีต่อสุขภาพของทุกชีวิต บุคคลากรทางการแพทย์เองก็ได้พยายามอย่างหนัก ทั้งเพื่อช่วยชีวิต รวมไปถึงป้องกันพวกเราจากโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ในขณะเดียวกันกลับมีกลุ่มคนในต่างประเทศที่เรียกตัวเองว่า ขบวนการต่อต้านวัคซีน (Anti-Vaxxer / Anti-Vaccine Movement) ซึ่งอาจมีความเข้าใจผิดเกี่ยวกับวัคซีน สาเหตุหลักมาจากความเชื่อว่าวัคซีนเป็นสาเหตุของโรคออทิสติกนั่นเอง

กลุ่มโรคออทิสติก (Autism Spectrum Disorder - ASD) คือ อาการที่เกิดขึ้นจากพัฒนาการแบบผิดปกติทางสมองซึ่งมีเหตุจากความแตกต่างของการทำงานภายในสมองนั่นเอง ผู้ที่มีอาการออทิสติกมักจะมีลักษณะการสื่อสาร การมีปฏิสัมพันธ์ พฤติกรรม และการเรียนรู้ที่แตกต่างออกไปจากคนปกติ ประเด็นเรื่องวัคซีนเป็นสาเหตุของอาการออทิสติกเป็นที่รู้จักครั้งแรกเมื่อ นายแพทย์แอนดรูว เวคฟิลด์ แพทย์โรคทางเดินอาหารชาวอังกฤษ และเพื่อนร่วมงานได้ตีพิมพ์รายงานในวารสาร เดอะ แลนเซท ฉบับวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 1998 โดยระบุเรื่องราวของเด็ก 8 คน ที่เกิดอาการออทิสติกหลังจากรับวัคซีนโรคหัดคางทูม-หัดเยอรมันไป 1 เดือน แต่รายงานฉบับนี้ถูกตีตกไปและรายงานฉบับอื่นๆ ก็ได้แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่า การรับวัคซีนไม่มีความเกี่ยวข้องกับพัฒนาการของสมองที่นำไปสู่อาการออทิสติก

ในปี 2011 สถาบันการแพทย์ The Health and Medicine Division (HMD) ได้รายงานว่า วัคซีนทั้ง 8 ชนิด ที่ใช้ในเด็กและผู้ใหญ่มีความปลอดภัยสูงมาก ในปี 2013 ศูนย์ควบคุมโรค (Center of Disease Control: CDC) รายงานสนับสนุนว่าวัคซีนไม่สามารถทำให้ป่วยเป็นกลุ่มโรคออทิสติกได้ โดยการศึกษาดังกล่าวมุ่งศึกษาจำนวนแอนติเจน (สารในวัคซีนที่ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายสร้างแอนติบอดี้เพื่อต่อสู้กับเชื้อโรคต่างๆ) จากวัคซีนที่ทารกได้รับในช่วง 2 ปีแรก ผลการศึกษาพบว่าจำนวนแอนติเจนที่เด็กๆ ซึ่งมีอาการออทิสติกได้รับจากวัคซีนนั้นเท่ากันกับเด็กๆ ที่ไม่มีอาการ ทั้งนี้วัคซีนเป็นสารทางการแพทย์ที่ถูกผลิตขึ้นจากเชื้อโรคที่ตายแล้ว หรืออ่อนแรงมากจนไม่สามารถก่อให้เกิดโรคได้ แพทย์ฉีดวัคซีนเข้าไปในร่างกายเพื่อกระตุ้นภูมิคุ้มกันของร่างกายของทารกให้พัฒนาจำนวนแอนติบอดี้หรือตัวช่วยป้องกันโรค ทารกจะได้ไม่ตกเป็นเหยื่อของโรคร้ายต่างๆ ได้

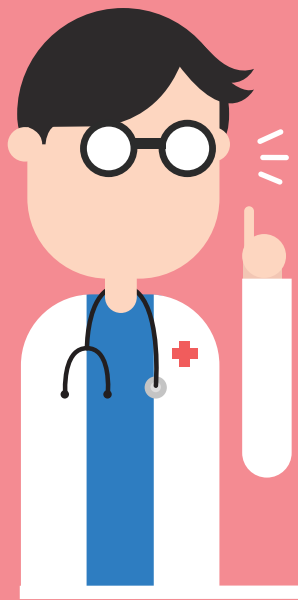
เมื่อมีหลายครอบครัวไม่ยอมให้ลูกฉีดวัคซีน เด็กๆ เหล่านี้อาจเจ็บป่วยจากการติดเชื้อโรคที่ป้องกันได้ด้วยวัคซีนจนถึงแก่ชีวิต และสถานการณ์ที่เลวร้ายที่สุด คือ โรคหลายโรคที่เคยถูกกำจัดด้วยวัคซีนกลับมาระบาดอีกครั้ง ไม่ว่าจะเป็นโรคฝีดาษ โรคโปลิโอ ซึ่งจะเป็นอันตรายมากหากมีการระบาดทั่วโลก ท้ายที่สุด กลุ่มคนที่ไม่ได้รับวัคซีนก็จะเป็นกลุ่มแรกที่เสี่ยงต่ออันตรายนี้โดยตรง

ถึงแม้ว่าขบวนการต่อต้านวัคซีนจะยังไม่เป็นที่แพร่หลายในประเทศไทย แต่ ไทย สเตมไลฟ์ ก็อยากให้คุณพ่อคุณแม่ได้รับข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้อง จะได้ไม่หลงเชื่อในข้อมูลผิดๆ เพื่อให้ครอบครัวของเราปลอดภัยจากโรคภัยไข้เจ็บที่สามารถป้องกันได้ค่ะ

Medical innovations helps better people's health. Medical experts are working hard not only to save lives but also to prevent diseases from harming humankind. Meanwhile, in another parts of our world, there are groups of people, Anti-Vaxxer / Anti-Vaccine Movement who may have misunderstood and/or being misled about the meaning of vaccines. The main issue is that these groups believe that vaccines cause autism. Autism Spectrum Disorder (ASD) is a developmental disability that is caused by differences in how the brain functions. People with ASD may communicate, interact, behave, and learn in different ways. The whole issue started when Andrew Wakefield, a British gastroenterologist, and colleagues published a paper in The Lancet on 28 February 1998, that described 8 children whose first symptoms of autism appeared within 1 month after receiving an MMR vaccine. This report has since been discredited and many studies have strongly shown that there is no link between receiving vaccines and developing ASD. In 2011, The Health and Medicine Division (HMD) report on eight vaccines given to children and adults found that with rare exceptions, these vaccines are very safe. A 2013 Center of Disease Control (CDC) study added to the research showing that vaccines do not cause ASD. The study looked at the number of antigens (substances in vaccines that cause the body's immune system to produce disease-fighting antibodies) from vaccines during the first two years of life. The results showed that the total amount of antigen from vaccines received was the same between children with ASD and those that did not have ASD. Vaccines are made from weakened or killed virus or bacteria that cannot cause disease. A physician injects vaccine in to a baby's body to prompts a baby's immune system to develop antibodies, or defenders, against the disease. Successful vaccinations prevent us from getting lethal diseases.

When many families refuse vaccination, their children may get infected to vaccine-preventable diseases and perish. The worst case scenario is that many diseases which have been eradicated may resurface such as Smallpox, Polio, among others– A dangerous situation in a global scale. At the end, the first ones that are in direct danger are the ones that are not vaccinated, that is usually the ones that support the anti-vaccination movement but also many in the population that have not received vaccines for already eradicated diseases!

Even though the anti-vaccination movement has not gained ground in Thailand, THAI StemLife would like to ensure that Thai parents have the correct information in order to reach an informed decision in order to protect their family members from preventable lethal diseases.



1998

แพทย์ท่านหนึ่งออกมาบอกว่า วัคซีนเป็นสาเหตุของออทิสติก

Lancet published a paper by Dr.Andrew Wakefield, a dramatic study that found a connection between autism and vaccines

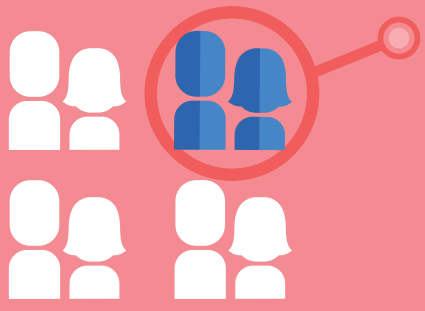
1999-2012

วงการแพทย์ได้ศึกษาเรื่องนี้อย่างหนัก

ผลของความเกี่ยวข้องระหว่างวัคซีนกับออทิสติกเท่ากับ 0%

No link to autism was found in any case

In all of the studies



1 ใน 4 ของพ่อแม่ในสหรัฐอเมริกา

ไม่ยอมพาลูกไปฉีดวัคซีนเพราะหลงเชื่อแนวคิดของกลุ่ม

Anti-Vaxxer

1/4 U.S. parents believe some vaccines cause autism in healthy children

In the U.S. whooping cought shot up in 2012

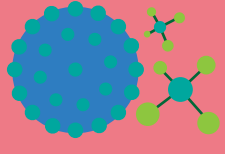
TO NEARLY 50,000 CASES

Number of cases (person)

1960s	Number of whooping cought cases in U.S. ก่อนมีวัคซีนป้องกันไอกรนมีผู้ป่วยในสหรัฐอเมริกามากกว่า	**150,000 คน**
1970s	After getting vaccine พอมีการฉีดวัคซีนลดลงเหลือเพียง	**5,000 คน**
1980s	Decreased to... ลดลงเรื่อยๆ จนเหลือเพียง	**2,900 คน**
2004	After **Anti-Vaxxer** movement หลังจากมีกลุ่ม **Anti-Vaxxer** มีผู้ป่วย ไอกรนในสหรัฐอเมริกาเพิ่มขึ้นเป็น	**26,000 คน**
2012	Increased to... เพิ่มขึ้นสูงถึง	**50,000 คน** 20 deaths in the U.S. และเสียชีวิต 20 ราย

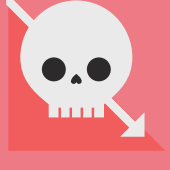
วัคซีนไม่ได้ทำให้เกิดออทิสติก แต่วัคซีน...

Positive effects of vaccines

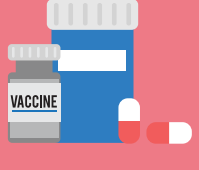


กำจัดไข้ทรพิษ
Help eradicate Smallpox

ช่วยชีวิตกว่า 8 ล้านคน ในทุกๆ ปี
Save about 8 million lives every year



ลดการเกิดโรคได้อย่างมีนัยยะสำคัญ
Significantly reduce disease in the world



วัคซีนใหม่ๆ ช่วยชีวิตเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี จากการเสียชีวิต ได้เกือบ 4 ล้านคน ในปี 2015

New and underutilized vaccines could avert nearly 4 million deaths of children under the age 5 by 2015

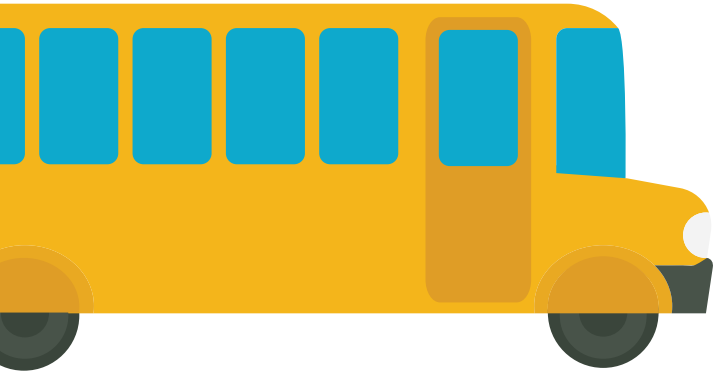
Source : http://www.hiso.or.th , http://www.upworthy.com

Refutations Refutations to Anti-Vaccine Memes | Protecting Children and Communities through Vaccination - Global Network

วิธีป้องกันลูกของเราให้ห่างไกลจากไข้หวัดในช่วงเปิดเทอม

Back to School : How to avoid our children away from flu.

ปัญหาโลกแตกของคุณพ่อคุณแม่ที่จะหลีกเลี่ยงเด็กๆ จากไข้หวัด โดยเฉพาะสำหรับเด็กที่ต้องไปโรงเรียนในหน้าฝนแบบนี้ เพราะเด็กจะมีโอกาสที่ได้สัมผัสกับเชื้อไวรัสและแบคทีเรียมากกว่าการอยู่บ้าน พ่อแม่ทุกคนต่างก็อยากให้ลูกของตัวเองมีภูมิคุ้มกันที่ดีพอที่จะป้องกันไข้หวัดและลดความเสี่ยงในการเกิดโรคภูมิแพ้ได้ วันนี้ ไทย สเตมไลฟ์ มีคำแนะนำง่ายๆ ที่จะมาเป็นตัวช่วย ช่วยให้ลูกของคุณห่างไกลจากไข้หวัดได้ค่ะ



It is never easy to avoid the Flu and Common Cold, especially for the young ones, and going back to school makes it even more complicated. We also want the young ones to be exposed to viruses and bacteria as these instances increase and fortify their immunity and also reduces their risk for autoimmune diseases that is misdirected attacks of their own immune system. Below we will give you some advice to make it simpler for you but also for them.

แม้จะไม่มีหลักฐานทางการแพทย์ที่ระบุว่าวิตามินซีอัดเม็ดสามารถช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันได้ แต่การกินผักและผลไม้ จะทำให้สุขภาพดีและสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเจ้าตัวน้อยของเรา
There is NO MEDICAL evidence that vitamin C in tablets improves immunity. But, eating fruits and vegetables as a part of a complete and healthy diet improves immunity through mechanisms unknown to us.

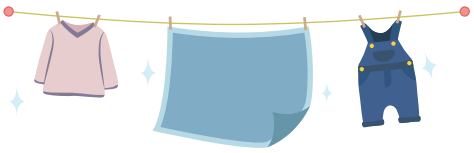
เด็กๆ ควรหลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้ป่วย เพราะจะติดหวัดมาได้ง่าย แม้เด็กๆ อาจจะแยกคนป่วยไม่ออก แต่พ่อแม่อย่างเราก็ต้องช่วยกันดูแลอย่างใกล้ชิดค่ะ
Stay clear of patients with the flu, but that is not always easy for children to know so that's why they have parents!

ไม่ปล่อยให้เด็กๆ อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นมลพิษ และอันที่จริงแล้วไม่มีเครื่องปรับอากาศใดที่จะช่วยลดแบคทีเรียหรือไวรัสอย่างที่พูดกันในโฆษณาทางทีวี เด็กที่อยู่ในห้องแอร์มากๆ มักจะเป็นหวัดได้ง่ายมากขึ้น
Don't let your children in polluted environments, AND do not believe that there are air conditioners that reduce bacteria and viruses as many TV ads claim.

เด็กเล็กควรได้กินนมแม่ เพื่อเพิ่มภูมิคุ้มกันให้ร่างกายแข็งแรง
To improve your childs immunity, BREASTFEED them.

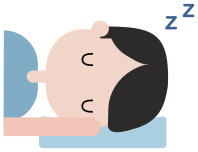
อุณหภูมิที่เปลี่ยนแปลงอาจทำให้รู้สึกไม่สบายตัว แต่ไม่ทำให้เกิดการติดเชื้อ
Changes of temperature may make people uncomfortable but do not cause infections!

ควรสร้างนิสัยการออกกำลังกายทุกวัน โดยให้เด็กๆ ร่วมออกกำลังกายด้วย เพื่อให้ร่างกายแข็งแรง
Make is a habit to exercise every day.
Have the children participate too!



ทำความสะอาดของใช้ของลูกด้วยน้ำและสบู่เท่านั้น โดยไม่จำเป็นต้องใช้น้ำยาฆ่าเชื้อ
Clean with water and soap only.
Do not over do it! You do NOT need disinfectants!

เด็กๆ ควรได้รับการพักผ่อนวันละ 10-12 ชั่วโมง
Children should sleep 10-12 hrs. per day.



ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ โดยไม่จำเป็นต้องล้างด้วยสบู่ฆ่าเชื้อ เพราะจะเป็นการลดการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเด็ก แบคทีเรียส่วนใหญ่ที่อยู่ในบ้านจะไม่อันตราย เด็กๆ ควรล้างมือทุกครั้งหลังจากเข้าห้องน้ำและเมื่อสัมผัสกับสิ่งสกปรก
Wash your hands with simple water and simple soap. Do not overdo it with disinfectant grade soaps. They cost more and also may reduce children's immunity in adult life. Most bacteria on surfaces at home are NOT harmful. Always wash hands AFTER a toilet visit. Do not touch anything in a toilet AFTER you washed your hands.

ควรให้ลูกดื่มน้ำให้เหมาะสมกับที่ร่างกายต้องการ และดื่มมากขึ้นขณะออกกำลังกาย
Drink as much as you feel thirsty.
Drink while you exercise.

หากลูกเป็นหวัดหรือมีไข้ ควรงดไปโรงเรียนจนกว่าจะหาย เพื่อให้ลูกหายไข้ และป้องกันอาการอ่อนเพลีย
If you child gets the flu keep them from school as they may have a fever and will be tired.

สอนลูกให้ปิดปากและจมูกเมื่อไอหรือจาม
Teach your children to close their mouth and nose when cough or sneeze.

ใส่ผ้าปิดปาก เมื่อต้องอยู่ใกล้ชิดผู้ป่วย หรือเมื่อป่วยเป็นหวัดหรือมีไข้
Use mask if you wish.

หากโดนฝนหรือสัมผัสกับละอองฝน ควรให้เด็กๆ ได้อาบน้ำทำความสะอาดร่างกายด้วยสบู่
If you get wet in the rain dry yourself but be not afraid. It is viruses and not rain that cause disease. If you have been exposed for dirty water while in the rain, wash with water and soap.

ไม่ควรปล่อยให้ลูกเอานิ้วเข้าปากหรือจมูก เพราะอาการติดเชื้อในร่างกายส่วนใหญ่มักเกิดจากเชื้อโรคที่สัมผัสมากับนิ้วมือ
Do NOT ever put your fingers in your NOSE and MOUTH! Teach children this. Never, ever, fingers in mouth or nose. All tummy and all respiratory infections are unusually transmitted via your OWN FINGERS.

หากเด็กๆ มีไข้เกิน 3 วัน หรือมีการอาเจียน หรือเกิดสิ่งผิดปกติตามผิวหนัง ควรรีบพาไปพบแพทย์ รวมถึงอาการแทรกซ้อนอื่นๆ เช่น ปวดคอ หรือปวดหัว เพราะโดยปกติแล้ว ประมาณ 85-90% อาการหวัดหรือไข้หวัดใหญ่จะดีขึ้นภายใน 3 วัน
If a fever persists for more than 3 days, continuous vomiting or if skin changes occur, see your doctor. Watch for other symptoms as throat pain or headache that doesn't not go away, Finally, usually 85 to 90% of the flu and common cold improve within 3 days.

12 เทคนิคง่ายๆ ที่จะช่วยให้ลูกของเรา มีสุขภาพแข็งแรงและมีความสุข

สิ่งสำคัญที่สุดของคนเป็นพ่อแม่ก็คงไม่พ้นการอยากให้ลูกของเรามีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง มีพัฒนาการการเรียนรู้ที่เป็นไปตามวัย วันนี้ ไทย สเตมไลฟ์ มีเทคนิคง่ายๆ ในการทำให้เด็กๆ แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจเลยค่ะ

1. ชั่งน้ำหนัก/วัดส่วนสูงลูกอย่างสม่ำเสมอ

เด็กวัยนี้กำลังโตเลยค่ะ ลองเทียบดูนะคะว่าน้ำหนักและส่วนสูงของตัวแสบเป็นไปตามมาตรฐานหรือไม่

2. ฝึกตั้งคำถามให้ลูกตอบ

เช่น ถามเส้นทางการกลับบ้านระหว่างนั่งรถด้วยกัน เป็นต้น

3. สนับสนุนให้ลูกมีกิจกรรมที่หลากหลาย

เช่น ดนตรี, งานฝีมือ, ศิลปะ, กีฬา เป็นต้น

4. ฝึกระเบียบวินัยในชีวิตประจำวัน

เด็กวัยนี้เรียนรู้ได้อย่างรวดเร็ว การฝึกระเบียบวินัยนอกจากจะช่วยให้พ่อแม่สังเกตเห็นพัฒนาการของลูกแล้ว สิ่งที่เราฝึกเขายังเป็นหัวใจสำคัญที่จะช่วยให้ลูกเติบโตอย่างแข็งแรงอีกด้วยค่ะ

การกิน: ทานอาหารอย่างตรงเวลาให้ครบ 3 มื้อ ของว่างที่มีคุณค่าทางอาหาร 1-2 มื้อต่อวัน เลือกทานแต่ของที่มีประโยชน์ ฝึกให้ทานอาหารได้หลากหลายและครบ 5 หมู่ หากลูกไม่ยอมทาน แนะนำว่าให้คุณพ่อคุณแม่ใช้วิธีสนุกๆ บิ๊วแทนการบังคับนะคะ

การนอน: เด็กวัยนี้ควรนอนหลับคืนละ 10-11 ชั่วโมง การพักผ่อนที่ไม่เพียงพออาจเป็นสาเหตุของปัญหาความประพฤติและจะมีผลเสียกับสมาธิในการเรียนที่โรงเรียนค่ะ

กิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการ: เด็กๆ ควรมีกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกายอย่างน้อยวันละ 1 ชั่วโมง เช่น การเล่นกีฬา การวิ่งเล่น เป็นต้น คุณพ่อคุณแม่ควรลดอาการ **“ ติดจอ ”** ของลูกๆ ด้วยนะคะ ทั้งทีวี, สมาร์ทโฟน หรือคอมพิวเตอร์ ไม่ควรให้ใช้เกินวันละ 2 ชั่วโมงค่ะ

5. ตรวจสอบร่างกายของเจ้าตัวแสบอยู่เสมอ

ฟันผุหรือไม่ สะโพก, เข่า และข้อเท้ามีปัญหาอะไรหรือเปล่า เด็กบางคนเริ่มเข้าสู่วัยหนุ่มสาวตั้งแต่ 7 ขวบเลยก็มีนะคะ

6. รับวัคซีนให้ครบตามที่หมอนัด

การได้รับวัคซีนตามนัด ช่วยให้ลูกของเราไม่ต้องพบกับการเจ็บไข้ได้ป่วย

7. ชื่นชมในความสำเร็จของลูก

สนับสนุนให้ลูกลดข้อจำกัดในความสามารถของตัวเอง ให้กำลังใจลูกเวลาต้องทำในสิ่งใหม่ๆ ที่เขาไม่เคยทำมาก่อน

8. สังเกตผลการเรียนของลูก

ไม่ใช่ว่าเราจะไปเคร่งครัดหรือกดดันลูกของเราให้เรียนเก่งนะคะ แต่ผลการเรียนที่ไม่ดีอาจมีผลกระทบต่อจิตใจของเด็ก รวมถึงอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้ลูกของเราถูกกลั่นแกล้งในโรงเรียน หากผลการเรียนของลูกไม่ดีเท่าที่ควร ควรรีบหาสาเหตุและแก้ไขอย่างตรงจุดค่ะ

9. อธิบายให้ลูกเข้าใจถึงความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย

พูดคุยกับเขาให้เข้าใจว่าเมื่อเราโตขึ้นร่างกายของเราจะเปลี่ยนแปลงไป และนี่คือเรื่องธรรมชาติโดยเฉพาะเรื่องที่ยากที่สุดของพ่อแม่คนไทยอย่างเพศศึกษา เมื่อถึงเวลาก็ต้องอธิบายให้เขาเข้าใจอย่างตรงไปตรงมา และที่สำคัญที่สุดพ่อแม่ต้องสอนให้ลูกรู้ว่าถ้ามีผู้ใหญ่มาบอกให้ทำอะไรที่เป็นความลับ สิ่งนั้นคือสิ่งอันตราย ให้บอกพ่อหรือแม่ทันที รวมถึงย้ำให้ลูกรู้ว่าไม่ควรมีใครมาสัมผัสแตะเนื้อต้องตัวเราในส่วนที่อาจเป็นการลวนลามทางเพศ เพื่อให้ลูกของเราฉลาดทันคน ไม่ตกเป็นเหยื่อของการถูกคุกคามทางเพศในทุกทางค่ะ

10. สุขภาพช่องปากและฟันของลูกนั้นสำคัญมาก

แปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ฝึกใช้ไหมขัดฟันอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง และพาไปพบหมอฟันทุกๆ 6 เดือน

11. ลงโทษเมื่อลูกทำผิด

แม้จะทำใจลำบาก แต่เมื่อเด็กๆ ทำความผิดหรือทำผิดกฎที่ตกลงกันไว้ เราในฐานะพ่อแม่ควรดูแลและลงโทษอย่างเหมาะสมนะคะ อย่างไรก็ตามการดุด่าเสียงดังหยาบคายหรือการทำร้ายร่างกายไม่ควรถูกนำมาใช้ในการลงโทษเด็ดขาดค่ะ

12. ฝึกให้ลูกมีความรับผิดชอบ

ถึงเราจะมองว่าลูกยังเด็ก แต่จริงๆ แล้วเด็กวัยนี้มีความรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายได้มากกว่าที่คิดนะคะ ลองฝึกให้ลูกมีส่วนร่วมในการทำงานบ้านง่ายๆ เช่น เก็บที่นอนของตัวเอง พับผ้าที่ตากแล้ว ฯลฯ รับรองว่าคุณจะต้องทึ่งในความรับผิดชอบของเจ้าตัวแสบแน่นอนค่ะ

การเลี้ยงลูกให้เติบโตได้ดีสักคนไม่ใช่เรื่องง่ายนะคะ สิ่งสำคัญที่สุดคือการดูแลเอาใจใส่ และเด็กวัยนี้ถึงแม้ว่าเรายังอยากจะทำทุกอย่างให้เขา แต่สิ่งสำคัญคือการฝึกให้ลูกสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ และรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเท่าทันคน เพื่อให้ลูกของเราเติบโตอย่างแข็งแรงและมีความสุข เข้ากับสังคมได้ เป็นที่รักใคร่ของคนทั่วไปค่ะ

12 Check Lists to make our children Healthy and Happy.

The most important thing for parent like us is about to let our children be healthy and have their development as they should be.
THAI StemLife has some technics to make our little monsters to be healthy and happy.

1. Check your child's weight and height, calculate body mass index (BMI), and plot the measurements on growth charts.
2. Ask questions, for example, address concerns, etc.
3. Encourage your child to participate in a variety of activities, including music, arts and crafts, sports, after-school clubs, and other activities of interest.
4. Offer advice about your child's,

Eating : Schedule three meals and one or two nutritious snacks a day, keep offering a variety of healthy foods for your child to choose from. Kids should be encouraged to give new foods a try, but don't force them to eat them.

Sleeping : Kids this age generally need about 10–11 hours of sleep per night. Lack of sleep can cause behavior problems and make it difficult to pay attention at school.

Physical activity : Children this age should get at least 60 minutes of physical activity per day. Limit screen time, including TV, DVDs, video games, smartphones, tablets, and computers, to no more than 2 hours per day of quality children's programming.

5. **Perform a physical exam,** examining teeth for cavities, and checking your child's hips, knees, and ankles, because some children start to show signs of puberty as early as age 7.
6. **Update immunizations,** immunizations can protect kids from serious childhood illnesses, so it's important that your child receive them on time.
7. **Praise accomplishments,** and provide support in areas where your child is struggling.
8. **Poor school performance could be a sign of a learning disability,** or of being bullied. Get to the heart of the problem now so your child can receive the help needed to succeed.
9. **Explain to your child that his or her body will change,** as he or she gets older and that this is normal. Teach the proper names for sexual body parts and explain their functions. Let your child know that it's never OK for an adult to ask a child to keep a secret. No one should look at or touch your child's private parts, or ask him or her to look at or touch theirs.
10. **Make sure your child brushes his or her teeth twice daily,** flosses once a day, and sees a dentist once every 6 months.
11. **Establish reasonable consequences for breaking the rules,** spanking or other corporal punishment should not be used.
12. **Give your child a sense of responsibility by letting him or her participate in simple chores,** like making the bed and setting the table.

These checkup sheets are consistent with the American Academy of Pediatrics (AAP)/Bright Futures guidelines.

Source : *kidshealth.org*

วิธีรับมือเมื่อลูกเราเข้าสู่วัยรุ่น

วิธีรับมือเมื่อลูกเราเข้าสู่วัยรุ่น

เมื่อลูกเข้าสู่วัยหนุ่มสาว ร่างกายของพวกเขาก็จะพัฒนา และเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เป็นเรื่องสำคัญที่พ่อแม่ควรเข้าใจว่าสิ่งเหล่านี้ เป็นเรื่องปกติธรรมชาติที่ทุกคนจะต้องผ่าน ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน เป็นเด็กหญิงหรือเด็กชาย ไม่มีใครที่เหมือนกันหมด แต่มีสิ่งหนึ่งที่ผู้ใหญ่ทุกคนเหมือนกัน นั่นคือทุกคนต่างก็ผ่านช่วงเวลาแห่งการเข้าสู่วัยหนุ่มสาวทั้งสิ้น

ถึงเวลาแห่งการเปลี่ยนแปลง

เมื่อวันนั้นมาถึง สมองจะหลั่งฮอร์โมนพิเศษที่เริ่มต้นวัยหนุ่มสาว เรียกว่า Gonadotropin -Releasing Hormone(GnRH) ซึ่งกระตุ้นต่อมใต้สมองให้ผลิตฮอร์โมนของวัยหนุ่มสาวเพิ่มขึ้นมาอีก 2 ฮอร์โมน ชื่อว่า Luteinizing Hormone (LH) และ Follicle-Stimulating Hormone (FSH) ซึ่งทั้ง 2 เพศมีเหมือนกัน แต่การทำงานของ 2 ฮอร์โมนนี้ในแต่ละเพศ แตกต่างกัน โดยปกติแล้ววัยหนุ่มสาวจะเริ่ม ต้นเมื่ออายุ 7-13 ปี ในเด็กผู้หญิง ในขณะที่เด็กผู้ชายจะเข้าสู่วัยรุ่นช้ากว่านิดหน่อย คือช่วง 9-15 ปี แต่อาจมีเด็กบางคนที่เข้าสู่วัยหนุ่มสาวเร็วหรือช้ากว่าเด็กทั่วๆ ไป นั่นคือเหตุผลที่พ่อแม่อาจจะเห็นเพื่อนๆ ของลูกเราดูเด็กหรือดูเป็นผู้ใหญ่กว่าลูกของตัวเอง

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

นอกจากตัวสูงขึ้น น้ำหนักเพิ่มขึ้น มีกล้ามเนื้อมากขึ้น เสียงเปลี่ยน หน้าอกใหญ่ขึ้นแล้ว ในเด็กผู้ชายอวัยวะเพศก็จะใหญ่ขึ้น ส่วนในเด็กผู้หญิง รูปร่างจะเริ่มมีส่วนโค้งส่วนเว้ามากขึ้น สะโพกและหน้าอกขยาย บางครั้งหน้าอกทั้ง 2 ข้างอาจจะขยายได้ไม่พร้อมกันแต่จะเท่ากันภายหลัง รวมไปถึงอาจมีอาการคัดหน้าอก ซึ่งถือเป็นเรื่องปกติ สิ่งที่พบมากในเด็กผู้หญิง คือ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นเด็กผู้หญิงจะรู้สึกมีไขมันเพิ่มขึ้น และอาจเจ็บหน้าอกซึ่งเป็นเรื่องปกติ

น้ำหนักตัวเพิ่มเป็นส่วนหนึ่งของการเข้าสู่วัยสาว การอดอาหารเพื่อคุมน้ำหนักจะส่งผลเสียต่อสุขภาพ และสิ่งสำคัญที่สุดสำหรับเด็กผู้หญิงคือการมีประจำเดือน นอกจากนี้ขนที่ขึ้นตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย และสิวบนใบหน้าก็เป็นปัญหาใหญ่ของวัยรุ่นหลายคนเช่นกัน

ไม่ชินกับการเปลี่ยนแปลง

ฮอร์โมนทั้งหลายไม่เพียงแต่ทำให้สรีระภายนอกเปลี่ยนแปลงเท่านั้น แต่ภายในจิตใจของลูกก็เปลี่ยนแปลงไปเช่นกัน เมื่อเข้าสู่ช่วงวัยหนุ่มสาว เด็กๆ มักจะรู้สึกสับสน มีความดราม่าที่พ่อแม่จะไม่เคยเห็นมาก่อน พวกเขามักมีความกังวลเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงในร่างกาย รวมไปถึงอาจมีความอ่อนไหว แปรปรวน หัวเสียได้ง่าย เด็กบางคนเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นจะมีอารมณ์รุนแรง โมโหร้าย ซึ่งมักจะเป็นกับเพื่อนและครอบครัว หลายๆ ครั้งที่คนเป็นพ่อแม่มักรู้สึกหนักใจในการรับมือเมื่อลูกเข้าสู่วัยรุ่น เป็นเรื่องสำคัญที่ต้องเข้าใจว่า อารมณ์โกรธอาจไม่ได้เกิดจากเพื่อนหรือครอบครัว แต่อาจเกิดจาก “สมองของวัยหนุ่มสาว” ที่กำลังปรับตัว ซึ่งอาการเหล่านี้มักจะหนักหนาสาหัสในช่วงแรกๆ เท่านั้น การพูดคุยกับคนที่ไว้วางใจจะสามารถช่วยให้ผ่านช่วงเวลานี้ไปได้มากขึ้น ซึ่งถ้าพ่อแม่สามารถเป็นคนๆ นั้นของลูกได้จะส่งผลดีเป็นอย่างมาก เพราะคงไม่มีใครหวังดีกับลูกของเราได้มากเท่าคนในครอบครัว

How to deal with PUBERTY.

Puberty is the time in the life of a child the body begins to develop and change. It's really important to remember that everybody goes through it. No matter where you live, whether you're a boy or a girl. No two people are exactly alike. But one thing all adults have in common is they made it through puberty.

Time to Change

When the body reaches a certain age, the brain releases a special hormone that kickstarts the changes of puberty. It's called Gonadotropin -Releasing Hormone(GnRH) When GnRH reaches the pituitary gland, this gland releases into the blood-stream two more puberty hormones: Luteinizing Hormone (LH) and Follicle-Stimulating Hormone (FSH). Boys and girls have both of these hormones in their bodies but work on different parts of the body depending on the sex of the individual.

Puberty usually starts sometime between age 7 and 13 in girls and 9 and 15 in boys. Each person is a little different, so everyone starts and goes through puberty on his or her body's own schedule. This is one of the reasons why some of your child's friends might still look like kids, whereas others look more like adults.

Taking Shape

The body grows taller, gains weight, and become more muscular. Boys' voices will become deeper. Boys will notice other changes, too, like the lengthening and widening of the penis. Girls' bodies usually become curvier. They gain weight on their hips, and their breasts develop. Sometimes one breast might develop more quickly than the other, but they soon even out. With all this growing and developing going on, girls will notice an increase in body fat and occasional soreness under the nipples as the breasts start to enlarge - and that's normal.

Gaining some weight is part of developing into a woman, and it's unhealthy for girls to go on a diet to try to stop this normal weight gain. The most important things for girls is their first menstrual period. Hair and Acne also their problems in puberty age.

Change Can Feel Kind of Strange

Just as those hormones create changes in the way the body looks on the outside, they also create changes on the inside. While the body is adjusting to all the new hormones, so is your mind. During puberty, teenagers might feel confused or have strong emotions never experienced before. They may feel anxious about how the changing body looks.

They might feel overly sensitive or become easily upset. Some teens lose their tempers more than usual and get angry at their friends or families. Sometimes it can be difficult to deal with all of these new emotions. It is important to tell the youths that people aren't trying to hurt their feelings, be inconsiderate or upset you on purpose. It important for them to realize that it might not be the family or friends making them angry — it might be the new "puberty brain" trying to adjust. And while the adjustment can feel difficult in the beginning, it will gradually become easier. It can help to talk to someone and share the burden to a friend or, even better, a parent, older sibling, or adult who's gone through it all before.

Source : *kidshealth.org*

3-Brand New
& Interesting Place for Rainy Day Trip

หน้าฝนนี้จะพาเด็กๆ ไปเที่ยวเล่นที่ไหนกันดี วันนี้ ไทย สเตมไลฟ์ มีสถานที่ใหม่ๆ ที่น่าสนใจมาแนะนำค่ะ รับรองว่าเด็กๆ จะได้ทั้งความสนุกสนาน ส่งเสริมความรู้และพัฒนาการ ทั้งยังช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัวได้อย่างดีเยี่ยมอีกด้วยค่ะ

Where should we take our children to in this Rainy season? THAI StemLife recommends 3-Brand New Place for your family where you and your children gonna have fun together!

สวรรค์สำหรับทุกคนในครอบครัว ณ ใจกลางเมืองพัทยา ที่ๆ คุณและเด็กๆ จะสามารถสนุกสนานร่วมกัน ที่นี่คุณจะได้พบกับสวนสนุกในร่มที่ใหญ่ที่สุดในอาเซียน, KIDZOONA สวนสนุกในฝันของเด็กๆ ที่ส่งตรงมาจากประเทศญี่ปุ่น, เอาใจวัยรุ่นด้วย "JUMP XL" TRAMPOLINE PARK จากยุโรป สาขาที่ 15 ของโลก, MARIOLAND เกมเซ็นเตอร์ที่ใหญ่ที่สุดในพัทยา และอื่นๆอีกมากมาย เรียกได้ว่ามาที่เดียวเที่ยวกันได้ทุกวัย

The Family Paradise where you and your children can pleasantly enjoy with The Largest Indoor Playground in ASEAN, KIDZOONA - Global Theme Park from Japan The Largest Branch in Thailand, JUMP XL - No.1 TRAMPOLINE PARK from Europe, MARIOLAND - The Biggest Arcade Game Center in Pattaya, and more.

Credit : http://www.harbor.co.th

ดาวดวงใหม่ใจกลางกรุงเทพฯ ที่เดียวที่คุณจะได้ทำความรู้จักกับสิ่งมีชีวิตสุดยิ่งใหญ่ในอดีตกาล สวนสนุกที่ให้คุณได้มากกว่าความบันเทิง เต็มเปี่ยมด้วยแหล่งเรียนรู้ที่มีข้อมูลและการนำเสนอที่สมบูรณ์แบบที่สุดในอาเซียน เปิดให้คุณและครอบครัวได้เข้าไปสัมผัสแล้ววันนี้ – 31 มกราคม 2560 เท่านั้น

Beyond Nova in a heart of Bangkok Dinosaur Planet is more than just an entertainment destination. It is complete edutainment center in ASEAN. Perfect for all the family members. Open daily, Now – January 31st, 2017.

Credit : http://www.dinosaurplanet.net

โครงการป่าในกรุง (PTT Green in the City) แม้ว่าโครงการแห่งนี้จะมีมานานแล้ว แต่ยังไม่เป็นที่นิยมเท่าไหร่ โครงการดีๆ ที่จะมาช่วยให้กรุงเทพฯ ของเราน่าอยู่ยิ่งขึ้น แหล่งการเรียนรู้แห่งนี้ตั้งอยู่บนถนนสุขาภิบาล 2 ที่ๆ คุณจะได้พาลูกๆ มาสูดอากาศบริสุทธิ์ สัมผัสกับต้นไม้สีเขียวขจีในหน้าฝน โดยไม่ต้องขับรถออกไปไกล เพื่อให้เด็กๆ ได้สัมผัสกับธรรมชาติอย่างแท้จริง และคุณพ่อคุณแม่ก็ได้ชาร์จแบตอย่างสดชื่น ช่วยผ่อนคลายให้จิตใจแจ่มใสในวันหยุดอีกด้วยค่ะ

This nice place locates on Sukhapibarn 2 Road, where you can let your children breath perfectly fresh air and feel the real green in this rainy season. Moreover, the parent also get the great relaxation on weekend.

Credit : http://www.pttreforestation.com

News in Town

มหกรรมวิชาการและหนังสือภาคใต้ครั้งที่ 3
Southern Book Expo 2016

2-11 กันยายน 2559
ชั้น 5 หาดใหญ่ฮอลล์
ศูนย์การค้าเซนทรัลเฟสติวัล หาดใหญ่, สงขลา
2-11 September 2016
5th Floor Central Festival Hatyai, Songkla

http://www.facebook.com/bookthai

รักลูก แฟมิลี่ เฟสติวัล 2016
Rakluke Family Festival 2016

30 กันยายน - 2 ตุลาคม 2559
ไบเทคบางนา
30 September - 2 October 2016
Bitec Bangna

http://www.rakluke.com

สมาร์ทฮาร์ท พรีเซนต์ เพ็ทวาไรตี้ 2016
SmartHeart presents Pet Variety 2016

6-9 ตุลาคม 2559
อิมแพค เมืองทองธานี
6-9 October 2016
Impact Muang Thong Thani

http://www.pet-variety.com

งานมหกรรมหนังสือระดับชาติ ครั้งที่ 21
Book Expo Thailand 2016

13-24 ตุลาคม 2559
ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์
13-24 October 2016
Queen Sirikit National Convention Center

http://www.facebook.com/bookthai

งานประเพณีรับบัว 2559
Lotus Festival 2016

15 ตุลาคม 2559
อ.บางพลี จ.สมุทรปราการ
15 October 2016
Bangpli, Samutprakarn

http://www.painaidii.com

งานไทยแลนด์ เบบี้ แอนด์ คิดส์
เบสท์ บาย ครั้งที่ 26
26th Thailand Baby & Kids
Best Buy 2016

27-30 ตุลาคม 2559
ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์
27-30 October 2016
Queen Sirikit National Convention Center

http://www.thailandbabybestbuy.com

งานดอกไม้ ฟลอร่า พาร์ค
Flora Park Festival

1 พฤศจิกายน 2559 - 28 กุมภาพันธ์ 2560
วังน้ำเขียว
1 November 2016 - 28 February 2017
Wangnamkeaw

http://www.facebook.com/FloraparkWNK

งานคอมมาร์ท เวิร์ก 2016
Commart Work 2016

3-6 พฤศจิกายน 2559
ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์
3-6 November 2016
Queen Sirikit National Convention Center

http://www.commartthailand.com

เทศกาลหนังสืออุดรธานี ครั้งที่ 3
Udon Book Festival 2016

4-13 พฤศจิกายน 2559
ชั้น 4 เซ็นทรัลพลาซ่า อุดรธานี
4-13 November 2016
4th Floor Central Plaza Udonthani

http://www.facebook.com/bookthai

ประเพณีลอยกระทงสายไหลประทีป
1000 ดวง ปี 2559
1000 Krathongs Festival 2016

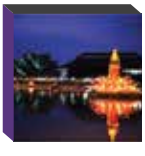
10-14 พฤศจิกายน 2559
จังหวัดตาก
10-14 November 2016
Tak

http://www.facebook.com/taktravel

ประเพณีลอยกระทง เผาเทียน เล่นไฟ
Loy Krathong, Candles, Fireworks

12-14 พฤศจิกายน 2559
สุโขทัย
12-14 November 2016
Sukhothai

http://thai.tourismthailand.org



งานลอยกระทงตามประทีป ศูนย์ศิลปาชีพ
บางไทรฯ ปี 2559
Loy Krathong at Bang Sai Royal
Folk Arts and Crafts Center 2016

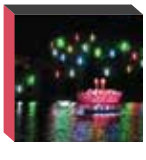
12-14 พฤศจิกายน 2559
ศูนย์ศิลปาชีพบางไทรฯ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
12-14 November 2016
Bang Sai Royal Folk Arts
And Crafts Center , Ayutthaya

http://www.facebook.com/bangsaiarts

ประเพณียี่เป็งเชียงใหม่
Yee Peng Festival

13-15 พฤศจิกายน 2559
จังหวัดเชียงใหม่
13-15 November 2016
Chiangmai

http://thai.tourismthailand.org



ประเพณีลอยกระทงเมืองสองแคว
ประจำปี 2559
Loy Krathong at Song Kwae 2016

14 พฤศจิกายน 2559
จังหวัดพิษณุโลก
14 November 2016
Phitsanulok

http://thai.tourismthailand.org

มหกรรมการศึกษาเด็กไทย
ก้าวไกล ทั่วโลก ครั้งที่ 2
Education Expo 2016

25-27 พฤศจิกายน 2559
อิมแพค เมืองทองธานี ฮอลล์ 3
25-27 November 2016
Impact Muang Thong Thani Hall 3

http://www.exhibition1960group.com

ดนตรีพื้นฐานสำหรับเด็ก
Music for Children

เปิดรับสมัครนักเรียนอายุ 3 ปี 4 เดือนขึ้นไป
เรียนวิชาดนตรีพื้นฐานสำหรับเด็ก
วิทยาลัยดุริยางคศิลป์ มหาวิทยาลัยมหิดล
For 3Y 4M years old and up
Primary Music Class for Children
College of Music, Mahidol University

http://www.mcgp-mahidol.com

Hereditary Multiple Osteochondromas (HMO)

โรคเนื้องอกกระดูก (HMO)

โรคเนื้องอกกระดูก เป็นหนึ่งในโรคทางพันธุกรรม เป็นภาวะที่เซลล์ของกระดูกและข้อมีการเจริญเติบโตผิดปกติ ทำให้กระดูกและข้อถูกทำลาย หรือมีก้อนเกิดขึ้นอย่างผิดปกติ

Hereditary Multiple Osteochondromas (HMO) is a genetic condition which disrupt bone growth and the presence of the bony outgrowths and skeletal deformities.

โรคเนื้องอกกระดูก ส่งผลกระทบต่อร่างกายอย่างไรบ้าง?

ผู้ป่วยโรคเนื้องอกกระดูกจะมีก้อนเกิดขึ้นตามส่วนต่างๆ บริเวณกระดูกและข้อของแขน ขา สะโพก ข้อเท้า เป็นต้น อาจส่งผลให้ร่างกายแคระแกร็น รวมไปถึงอาจมีก้อนเนื้อไปกดทับเอ็น เส้นประสาท กล้ามเนื้อไขสันหลัง ส่งผลให้คนไข้เกิดความรู้สึกเจ็บปวดบริเวณนั้นๆ

ความเสี่ยงของโรคมะเร็ง

ผู้ป่วยโรคเนื้องอกกระดูกจะมีความเสี่ยงเล็กน้อยที่เนื้องอกจะกลายเป็นมะเร็งกระดูก ประมาณไม่เกิน 1% เท่านั้น

พันธุกรรมในโรคเนื้องอกกระดูก

โรคเนื้องอกกระดูกที่มาจากพันธุกรรม คือ โรคจะถูกถ่ายทอดผ่านยีนเด่นบนโครโมโซม ลักษณะในการถ่ายทอด คือ พ่อหรือแม่ที่เป็นโรค บุตรจะมีโอกาสเสี่ยงร้อยละ 50 ที่จะได้รับยีนที่ผิดปกติตามมาด้วย การตรวจวินิจฉัยเพื่อหาโรคพันธุกรรมเนื้องอกกระดูกของทารกขณะอยู่ในครรภ์มารดา ทำได้โดยการตัดชิ้นเนื้อจากรกในอายุครรภ์ 10-12 สัปดาห์ หรือการเจาะตรวจน้ำคร่ำในอายุครรภ์ 16-18 สัปดาห์ ซึ่งนั่นหมายถึงคุณพ่อคุณแม่จำเป็นต้องยอมรับผลการตรวจ แม้ว่าทารกในครรภ์อาจได้รับโรค HMO มาแล้ว ดังนั้น การตรวจโรคทางพันธุกรรมก่อนการตั้งครรภ์จึงเป็นสิ่งที่แพทย์แนะนำ

โดยเราสามารถป้องกันการเกิดโรคเนื้องอกกระดูกได้ โดยใช้เทคโนโลยีช่วยการเจริญพันธุ์ ART ร่วมกับการตรวจวินิจฉัยหาความผิดปกติพันธุกรรมตัวอ่อน (PGD) ก่อนการตั้งครรภ์ เพื่อให้ลูกของเราสมบูรณ์พร้อมปราศจากโรคทางพันธุกรรมอย่างสิ้นเชิง

How HMO affects the body?

A patient with HMO has multiple osteochondromas by the time that are located mainly near the joints, the end of long bones and on the flat bones such as the hip. HMO can lead to the shortening and bowing of bones affected a short stature, but this is very variable from patient to patient. Their location the osteochondromas can cause the following problems, tendon, nerves, muscle and spinal cord. The pressure of those osteochondromas on neighboring tissues and organs causes often almost permanent pain.

Cancer risk

Osteochondromas are typically benign, however there is a small risk in some instances these tumors become malignant (cancerous). The risk is less than 1% lifetime risk of developing cancerous osteochondromas (called osteosarcoma).

Genetic aspect in HMO

HMO is an autosomal dominant hereditary disorder. This means that a patient with HMO has a 50% chance of transmitting the disorder to their children.

Prenatal diagnostics through chorionic villus sampling (CVS) at 10-12 weeks gestation or amniocentesis at 16-18 weeks gestation is available that means we might already got HMO baby so it is better to aware Genetic Disorders before pregnancy and we can avoid HMO by using Assisted Reproductive Technology (ART) with Preimplatation Genetic Diagnostics (PGD) before pregnancy.

Superior A.R.T.
ศูนย์รักษาผู้มีบุตรยากและวินิจฉัยพันธุกรรมตัวอ่อน
ตรวจสอบรายละเอียดโรคทางพันธุกรรมที่คัดกรองได้ หรือติดต่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่
www.thaisuperiorart.com

For further details, please visit
www.thaisuperiorart.com

Source : *https://ghr.nlm.nih.gov/condition/hereditary-multiple-osteochondromas#diagnosis*
http://www.mheresearchfoundation.org/tr_simgenetic_sec.html

เพิ่มโอกาสในการตั้งครรภ์ของคุณ
และให้กำเนิดลูกน้อยที่ปราศจากโรคทางพันธุกรรม

ถ้าคู่ของคุณ เป็นคู่ที่มีปัญหาภาวะมีบุตรยาก หรือ มีโรคทางพันธุกรรมขอเชิญปรึกษาเรา....

ซูพีเรีย เอ.อาร์.ที. ศูนย์รักษาผู้มีบุตรยากและวินิจฉัยพันธุกรรมตัวอ่อน เป็นหนึ่งในจำนวนไม่กี่ศูนย์ของเอเชียที่สามารถให้บริการการตรวจวินิจฉัยพันธุกรรมตัวอ่อนก่อนการย้ายฝากโดยเทคนิค PGD-CGH, PGD-PCR และ NGS แบบครบวงจร ที่มีผลสำเร็จจนเป็นที่ยอมรับในสากลซึ่งประกอบไปด้วย

- **ทีมแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ**
- **ทีมนักวิทยาศาสตร์ผู้มากประสบการณ์**
- **เทคโนโลยีที่ทันสมัยที่สุดแห่งหนึ่งในเอเชีย**

3 ปัจจัยหลักสำคัญ ในความสำเร็จที่ช่วยให้คู่สมรสหลายต่อหลายคู่มีบุตรสมดังใจ

ผลงานคุณภาพของ **ศูนย์ซูพีเรีย เอ.อาร์.ที.** ที่เป็นที่ยอมรับในระดับเอเชีย

ปี 2557	ผลงานคุณภาพครั้งแรกในระดับภูมิภาค**เอเชียตะวันออกเฉียงใต้** ช่วยให้คู่สมรสที่มีปัญหาเรื่องโรคพันธุกรรมกล้ามเนื้ออ่อนแรง Spinal Muscular Atrophy Type 1 (SMA1) ได้บุตรปลอดโรคทางพันธุกรรมนี้สมดังใจ
ปี 2556	ผลงานคุณภาพครั้งแรกในระดับ**เอเชีย** ช่วยให้คู่สมรสมีบุตรที่ปลอดโรคธาลัสซีเมีย และมีเซลล์ต้นกำเนิดที่สามารถไปใช้ปลูกถ่ายรักษาบุตรคนพี่ที่ป่วยเป็นโรคธาลัสซีเมียได้จนสำเร็จ ปัจจุบันหายขาดจากโรคธาลัสซีเมียแล้ว
ปี 2554	ผลงานคุณภาพครั้งแรกในระดับ**ประเทศ** ช่วยให้คู่สมรสมีบุตรที่ปลอดโรคธาลัสซีเมีย และมีเซลล์ต้นกำเนิดที่พร้อมจะนำมาปลูกถ่าย เพื่อทำการรักษาโรคธาลัสซีเมียสำหรับบุตรคนพี่ที่เป็นโรคให้หายขาดได้
ปี 2551	ครั้งแรกกับการประสบความสำเร็จในการคัดกรองตัวอ่อนให้ปลอดโรคทางพันธุกรรมธาลัสซีเมีย ด้วยเทคโนโลยีตรวจคัดกรองตัวอ่อน PGD-PCR

ซูพีเรีย เอ.อาร์.ที.

ศูนย์รักษาผู้มีบุตรยากและวินิจฉัยพันธุกรรมตัวอ่อน
ด้วยเทคนิค PGD-PCR / PGD-CGH / NGS ที่ได้รับผลสำเร็จในระดับสากล

ปรึกษาและรับคำแนะนำเพิ่มเติมได้ที่
0 2035 1400 Hotline : **08 1255 2120** Fax : **0 2035 1414**
1126/2 อาคารวานิช 2 ชั้นล็อบบี้ ถนนเพชรบุรีตัดใหม่ แขวงมักกะสัน เขตราชเทวี กทม. 10400
www.thaisuperiorart.com, Email : services@thaisuperiorart.com
เวลาทำการ : จันทร์-ศุกร์ 07.00-19.00 เสาร์-อาทิตย์ 08.00-17.00

THAILAND TRUSTED QUALITY

PRIME MINISTER'S EXPORT AWARD 2012

SUPERIOR A.R.T.
ศูนย์รักษาผู้มีบุตรยากและ
วินิจฉัยพันธุกรรมตัวอ่อน

ร่วมมอบของขวัญที่มีค่าที่สุดสำหรับลูกน้อย
ด้วยการมอบหลักประกันสุขภาพในอนาคตกับ ไทย สเตมไลฟ์

มากกว่า 12 ปี ไทย สเตมไลฟ์ ได้รับความไว้วางใจจากผู้มีชื่อเสียงหลากหลายสาขาให้เป็นตัวแทนในการส่งมอบความรักความห่วงใยจากคุณพ่อคุณแม่สู่ลูกน้อย ดังนั้นจึงมั่นใจได้ว่า ไทย สเตมไลฟ์ คือคำตอบที่ดีที่สุดสำหรับลูกน้อยของคุณเช่นเดียวกัน

ทันตแพทย์หญิง พอลลีน ล่ำซำ
Dr. Pauline Lamsam DDS.

คุณกบ สุวนันท์ ปุณณกันต์
Khun Kob, Suwanan Punnakan

คุณบรู๊ค ดนุพร ปุณณกันต์
Khun Brook, Danuporn Punnakan

คุณฮารุ ยามากูชิ
Khun Haru Yamakuchi

คุณกาย รัชชานนท์ สุขประกอบ
Khun Guy, Ratchanon Sukprakob

คุณเป้ย ปานวาด บุญยรัตกลิน
Khun Pei, Panward boonyaratkalin

คุณป๊อป นิธิ บุญยรัตกลิน
Khun Pop, Nithi boonyaratkalin

คุณบ๊อบ ณัฐธีร์ โกศลพิศิษฐ์
Khun Bob, Nattee Kosolpisit

คุณเฮี้ยง ณัฐสินี โกศลพิศิษฐ์
Khun Heang, Natsinee Kosolpisit

คุณหนิง ปณิตา ธรรมวัฒนะ
Khun Ning, Panita Thumwattana

Join THAI StemLife to bestow the Gift of Gifts to your little ones.
A Unique Insurance personalized for your children's Future Health.

For more than 12 years, THAI StemLife is the Trusted Choice of Medical and Parenting Experts alike for Cord Blood Collection and Storage.

A loving and caring statement of everlasting love from Parents to their Children made possible through the documented expertise of THAI StemLife.

THAI StemLife
STEM CELLS FOR A SAFER FUTURE

บริษัท ไทย สเตมไลฟ์ จำกัด (สำนักงานใหญ่)
566/3 ซอยรามคำแหง 39 (เทพลีลา 1) ถนนประชาอุทิศ แขวงวังทองหลาง เขตวังทองหลาง กรุงเทพมหานคร 10310

THAI StemLife Co.,Ltd. (Headquarters)
566/3 Soi Ramkhamhaeng 39 (Thepleela 1), Prachaouthit Rd., Wangthonglang, Wangthonglang, Bangkok 10310

Tel : +66-2022-7000 Fax : +66-2022-7028 Hotline (24 hrs.) : +668-1340-7676
Email : info@thaistemlife.co.th www.thaistemlife.co.th www.facebook.com/THAIStemLifeFamily Instagram : THAI_STEMLIFE