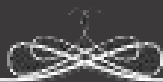




**สถิตอยู่ในใจตราบนิรันดร์
น้อมสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้**



**ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ
ข้าพระพุทธเจ้า คณะกรรมการ ผู้บริหาร อาสาสมัคร และเจ้าหน้าที่
สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย
ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี**



จดหมายข่าว ฉบับที่ 8 วันที่ 31 ตุลาคม 2568



ช่องทางการติดต่อพูดคุย



www.ppat.or.th



029412320



แนะนำ ผู้บริหาร สวท

คุณชนิตา ตันชื้อ (เก้)

ตำแหน่ง : รองผู้อำนวยการ
ด้านการปฏิบัติการโครงการ
การจัดบริการทางการแพทย์
และนวัตกรรม

ส่วนงาน : บริหาร / กลุ่มงาน :
สนับสนุน

เริ่มงานวันที่ 6 ตุลาคม 2568



คุณเอกชาติ นาคาไชย (เอก)

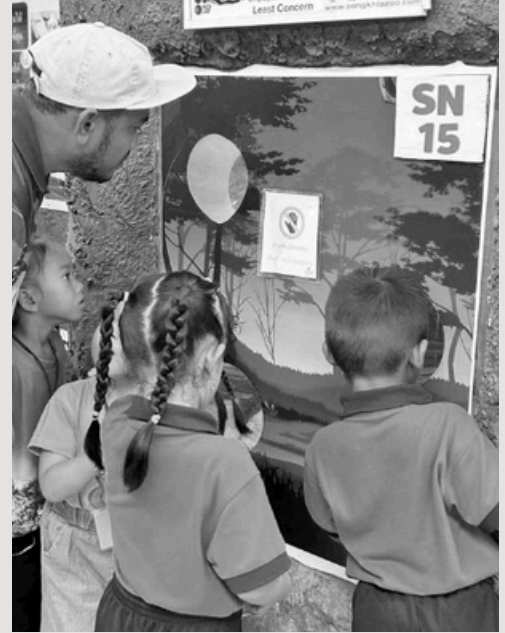
ตำแหน่ง : รองผู้อำนวยการ
ด้านบริหารองค์กรและงาน
สนับสนุน

ส่วนงาน : บริหาร / กลุ่มงาน :
สนับสนุน

เริ่มงานวันที่ 6 ตุลาคม 2568

สวท ปัตตานี พาน้องๆ ศูนย์เรียนรู้ เปิดโลกทัศน์ นอกห้องเรียน ณ สวนสัตว์ สงขลา

เมื่อวันที่ 7 ตุลาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) สำนักงานปัตตานี ร่วมกับ ศูนย์อภิบาลผู้เดินทางทะเลสงขลา (Seafarer Center Songkhla) จัดกิจกรรมทัศนศึกษานอกสถานที่ให้กับเด็ก ๆ ในศูนย์เรียนรู้ ภายใต้ “โครงการศูนย์สวัสดิภาพและธรรมาภิบาลแรงงานประมงสงขลา” กิจกรรมในครั้งนี้มุ่งเน้นการเปิดโอกาสให้เด็ก ๆ ได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง โดยการเยี่ยมชม สวนสัตว์สงขลา ซึ่งเป็นแหล่งเรียนรู้ด้านธรรมชาติและวิถีชีวิตสัตว์ป่าที่สำคัญ มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมทั้งสิ้น 70 คน



การทัศนศึกษาครั้งนี้ไม่เพียงแต่สร้างความสนุกสนานและผ่อนคลายเท่านั้น แต่ยังช่วยเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสัตว์และสิ่งแวดล้อม นอกตำราเรียน พร้อมทั้งปลูกฝังจิตสำนึกด้านการอนุรักษ์ธรรมชาติและสร้างความรัก ความห่วงใยในสัตว์ป่าและสิ่งแวดล้อมให้กับเยาวชน ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาพวกเขาให้เติบโตเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพและมีความรับผิดชอบต่อสังคมในอนาคต



สวท จัดอบรม
เชิงปฏิบัติการ
เข้ม! เตะรียม
พร้อมช่วยเหลือ
ประชากรใน
สถานการณ์
ฉุกเฉิน



ระหว่างวันที่ 7-9 ตุลาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) ได้จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการเจ้าหน้าที่ สวท ภายใต้งานโครงการพัฒนาศักยภาพด้านสุขภาพทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ในสถานการณ์ฉุกเฉิน การอบรมครั้งนี้ได้รับเกียรติจาก ดร.บัณฑิตกาญจน์ สูงสุมาลย์ วุฒแฮม ผู้อำนวยการสมาคมฯ เป็นประธานเปิดและร่วมแลกเปลี่ยนความรู้ พร้อมด้วย คณะผู้บริหารระดับสูง ได้แก่ คุณณัฐกานต์ ยิ้มฤทธิ์ รองผู้อำนวยการสมาคมฯ คุณชนิตา ต้นเชื้อ รองผู้อำนวยการด้านการปฏิบัติการโครงการ การจัดบริการทางการแพทย์ และนวัตกรรม และ คุณเอกชาติ นาคาไชย รองผู้อำนวยการ ด้านบริหารองค์กรและงานสนับสนุน รวมถึงผู้บริหารจากส่วนงานที่เกี่ยวข้องและเจ้าหน้าที่ สวท จากทุกภาคส่วนเป้าหมายสำคัญของการประชุมเชิงปฏิบัติการนี้ คือการระดมสมองเพื่อ จัดทำร่างแนวทางปฏิบัติในการให้บริการสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ในสถานการณ์ฉุกเฉิน (Emergency Preparedness Plan : EPP)

การจัดทำแผน EPP นี้จะช่วยให้การทำงานของ สวท ในการให้ความช่วยเหลือและการบริการที่จำเป็นด้านอนามัยการเจริญพันธุ์แก่ประชาชนในสถานการณ์ฉุกเฉิน เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ รวดเร็ว และทันต่อเวลาที่ เพื่อให้มั่นใจได้ว่าสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ยังคงได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าสถานการณ์ใดจะเกิดขึ้น





อบรม
"รักปลอดภัย
ใช้เลยวัยรุ่น"
เสริมความรู้
ด้านอนามัย
การเจริญพันธุ์
แก่นักศึกษา
ครู



วันพฤหัสบดีที่ 9 ตุลาคม พ.ศ. 2568 เวลา 13.00 - 1
ณ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา





เมื่อวันที่ 9 ตุลาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ (สวท) ร่วมกับ โครงการ Smart Teacher Children: ครูรุ่นใหม่ใส่ใจสุขภาพเด็กไทย และ สภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย จัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ ภายใต้หัวข้อ “รักปลอดภัยใช่เลยวัยรุ่น” ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา โดยมีเป้าหมายเพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ วิธีการคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพ และการใส่ถุงยางอนามัยที่ถูกต้อง ให้แก่นักศึกษาฝึกประสบการณ์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา เพื่อเตรียมความพร้อมให้ครูรุ่นใหม่สามารถให้คำแนะนำด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ที่สำคัญแก่เด็กและเยาวชนได้อย่างถูกต้อง กิจกรรมนี้ได้รับเกียรติจากวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิและเป็นตัวแทนเยาวชน ได้แก่ นางสาวพรปฎิมา วุฒิสารวัฒนา กรรมการเยาวชน (สวท) และ นายภูอัมมัตถ์กัญฟาน สาและ กรรมการเยาวชน สวท ร่วมเป็นแลกเปลี่ยนเรียนรู้และถ่ายทอดประสบการณ์อย่างใกล้ชิด ทำให้การอบรมเป็นไปอย่างสนุกสนาน

การอบรมมุ่งเน้นการสร้างทัศนคติเชิงบวกต่อการดูแลสุขภาพทางเพศอย่างปลอดภัยและรับผิดชอบ พร้อมทั้งเน้นย้ำถึงบทบาทสำคัญของครูในการเป็นผู้ให้ความรู้และเป็นที่ปรึกษาด้านอนามัยการเจริญพันธุ์แก่ศิษย์ ซึ่งถือเป็นการขับเคลื่อนให้เกิดการเรียนรู้ด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ในกลุ่มเด็กและเยาวชนไทยอย่างมีคุณภาพและทั่วถึงต่อไป

ประจำเดือน มา 2 ครั้ง ผิดปกติหรือไม่

เรื่อง : เพชรรัตน์ จันบรรจง

“

ประจำเดือนมาไม่มาเป็นเรื่องที่สาว ๆ
หลายคนกำลังกังวล แต่การที่ประจำเดือน
มา 2 ครั้ง แบบนี้ผิดปกติหรือไม่
คำถามเหล่านี้ถูกส่งเข้ามาเป็นจำนวนมาก
รศ.ร.อ.บพ.มานพชัย ธรรมคันโร ร.น.
นายกสมาคมวางแผนครอบครัว
แห่งประเทศไทยฯ มีคำตอบ

”

ประจำเดือนเกิดจากอะไร

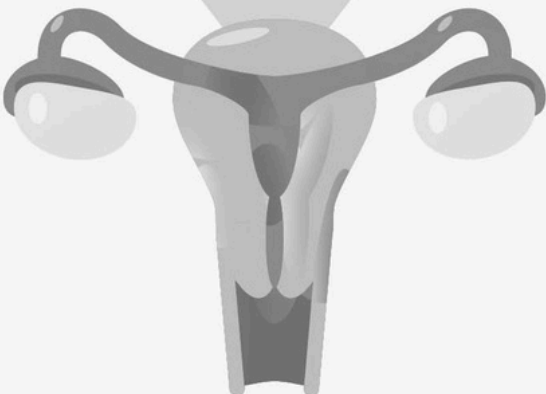
หมอ ประจำเดือนคือเยื่อบุโพรงมดลูก
ที่มีการหลุดลอกจากภายในโพรงมดลูก
ในทุก ๆ เดือน ถือว่าเป็นสัญญาณแสดง
การทำงานของมดลูก ไข่ไข่ และการส่ง
ฮอร์โมนต่อมใต้สมองที่เป็นปกติ



ประจำเดือนแบบโหนดปกติ

หมอ ประจำเดือนที่เป็นปกติ ควรจะมาไม่เกิน 5-7 วัน และไม่ควรมามากจนเป็นลิ่มเลือด ก้อน หรือมีอาการซีด อ่อนเพลียมากๆ ไม่ควรจะมีอาการร่วม เช่น อาการปวดท้องรุนแรงตั้งแต่วันที่ก่อนจะมี ประจำเดือน จนกระทั่งวันสุดท้ายของการมีประจำเดือน ระยะห่างของการมีประจำเดือน ควรอยู่ระหว่าง 21 วัน อาจมาเร็วหรือช้าได้ 7 วัน แต่โดยเฉลี่ยแล้ว ควรมาเดือนละ 1 ครั้งเท่านั้น

หมอ ในช่วงแรกการมีประจำเดือนของวัยรุ่นหญิงพันธุ์ ประจำเดือนอาจจะมาไม่สม่ำเสมอ มาช้าหรือเร็วกว่าที่ควรจะเป็น ในขณะเดียวกันสตรีในช่วงวัย 40 ปีขึ้นไป ก็อาจมีประจำเดือนผิดปกติได้มีหลายสาเหตุ เช่น มีเนื้องอกมดลูก ภาวะน้ำรังไข่ จึงทำให้รอบเดือนหรือฮอร์โมนผิดปกติ ผู้หญิงควรใส่ใจสังเกตความผิดปกติของประจำเดือน เพราะการมาของประจำเดือนถือว่าเป็นกระจกเงาสท้อนความเป็นปกติของผู้หญิงอย่างหนึ่งเหมือนกัน



ประจำเดือนมา 2 ครั้งผิดปกติ

หมอ การที่ประจำเดือนมา 2 ครั้งสามารถเกิดได้จากหลายปัจจัย เช่น การรับประทานฮอร์โมนยาคุมฉุกเฉินอาจจะทำให้รอบเดือนผิดปกติ ในทางการแพทย์จะให้สังเกตดูอาการประมาณ 2-3 รอบเดือน อาการผิดปกติอาจเกิดจาก ผนังมดลูกหนาเกินไป จึงทำให้มีการหลุดลอกของเยื่อบุโพรงมดลูกเดือนหนึ่งถึง 2 ครั้ง หรืออาจมีลักษณะของต่งเนื้อที่จะทำให้รอบเดือนนั้นมีความผิดปกติได้ แม้กระทั่งการรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิด 2-3 วันจะทำให้เกิดภาวะเลือดออกผิดปกติ ดังนั้นหากประจำเดือนมา 2 ครั้งถือว่าผิดปกติมีคำตอบคือ ผิดปกติ

ประจำเดือนไม่มา 3 เดือน แต่ตรวจการตั้งครรภ์ 4 ครั้ง ขึ้น 1 ขีด ไม่ท้อง จิตตกหมด เกิดจากอะไร

หมอ เป็นปกติของระหว่างการใช้ยาคุมกำเนิดที่ประจำเดือนอาจจะขาดหายไปเพราะฮอร์โมนจากยาคุมกำเนิดที่ฉีดนั้น จะไปหยุดการทำงานของรังไข่ ซึ่งไม่ทำให้เกิดอันตรายใดๆ

ปวดตึงหน้าอก แต่ประจำเดือนไม่มาจะท้องหรือไม่?

หมอ อาการปวดตึงที่หน้าอก อาจเกิดจากอาการ premenstrual syndrome เป็นกลุ่มอาการที่เกี่ยวข้องกับฮอร์โมนการตั้งครรภ์โดยเฉพาะฮอร์โมนเอสโตรเจนที่อาจทำให้มีอาการปวดบริเวณหน้าอก อาการนี้ต้องคอยสังเกตการมาของประจำเดือนที่จะมาทุก 28 วันนั้นอาจมีการเลื่อน หรือช้าออกไป หากมาช้า 3-7 วันควรพบสูติรีแพทย์ เพราะอาจเกิดจากฮอร์โมนผิดปกติ หรือเกิดภาวะไข่ไม่ตกในรอบเดือนนั้น

มีเพศสัมพันธ์ ไม่ป้องกัน เดือนที่แล้ว ประจำเดือนมา 2 ครั้ง แต่เดือนนี้ประจำเดือนไม่มาจะท้องหรือไม่

หมอ มีโอกาสท้องได้หากในช่วงที่มีเพศสัมพันธ์เป็นช่วงที่ไข่ตก หากเดือนที่แล้วประจำเดือนมา 2 ครั้ง อาจไม่มีไข่ตกในเดือนที่แล้ว จึงส่งผลในเดือนถัดมา หรือการตกไข่อาจไม่สามารถระบุระยะเวลาที่ชัดเจนได้ ส่วนใหญ่ไข่ไม่ตกในระยะกึ่งกลางของรอบเดือนเช่น หากประจำเดือนในช่วง 26-27-28 ของเดือน ไข่อาจตกช่วงวันที่ 14 เพราะฉะนั้นหากมีเพศสัมพันธ์ในช่วงไข่ตกก็มีโอกาสท้องได้

ความเชื่อที่ประจำเดือนควรมาเยอะๆ

หมอ ประจำเดือนเป็นเลือดไม่ดี ควรออกจากตัวไปเยอะๆ เป็นความเชื่อที่ไม่ถูกต้อง เพราะบางครั้งในภาวะที่ประจำเดือนมามาก จะทำให้เกิดภาวะซีดโลหิตจางหรืออาจมีก้อนเนื้ออกที่มดลูกจึงทำให้ประจำเดือนมามากผิดปกติ ดังนั้นประจำเดือนที่ดีไม่ควรมามากเกินไป มาน้อยดีกว่ามามาก

ประจำเดือนมาวันเดียวแล้วหยุดหายไปเลยเพราะอะไร

หมอ อาจเกี่ยวกับระดับของฮอร์โมนที่ไม่มีการกระตุ้นที่มากพอ หรืออาจเกิดจากน้ำหนักที่ลดมาก หรือเพิ่มขึ้นมากอย่างรวดเร็วจนเกินไป จึงส่งผลกระทบต่อปริมาณของประจำเดือน รวมถึงความผิดปกติของประจำเดือน หรืออาจเพราะรับประทานยาคุมเป็นเวลานานทำให้ผนังมดลูกบางจึงไม่มีการหลุดลอกของเยื่อบุโพรงมดลูกก็เป็นได้

กินยาคุม 20 ปี หยุดกินเดือนครึ่งแล้ว ประจำเดือนยังไม่มาเป็นเพราะอะไร

หมอ การกินยาคุมเป็นเวลานานๆ เมื่อหยุดกินจะต้องใช้เวลาให้เยื่อบุโพรงมดลูกสร้างตัวให้หนาขึ้นเพื่อที่จะหลุดลอกออกมาเป็นประจำเดือน หรืออาจเกิดจากวัยทอง เพราะหากกินยาคุมเป็นระยะเวลานานมากๆ เมื่อหยุดอาจเป็นช่วงเดียวกับการเข้าสู่วัยทองจึงอาจทำให้ประจำเดือนไม่มา

ประจำเดือนไม่มา เพราะดื่มน้ำเย็นจริงหรือไม่?

หมอ การดื่มน้ำเย็นไม่มีผลต่อการมาของประจำเดือน เนื่องจากประจำเดือนเป็นการหลุดลอกของผนังเยื่อบุโพรงมดลูก อุณหภูมิของน้ำจึงไม่มีผลต่อความหนาบางและการหลุดลอกของผนังเยื่อบุโพรงมดลูก และไม่มีผลต่อการมาหรือไม่มาของประจำเดือน

มีเพศสัมพันธ์หลังประจำเดือนหมด 1 วัน มีโอกาสในการตั้งครรภ์หรือไม่

หมอ มีโอกาสตั้งครรภ์น้อย เพราะเยื่อบุโพรงมดลูกจะบางไม่พร้อมที่จะรับการฝังตัว

มีเพศสัมพันธ์แล้วหลังในกี่วันจึงจะรู้ว่าท้องหรือไม่ท้อง

หมอ หากประจำเดือนที่จะมาในเดือนถัดไป ช้า 7-10 วัน ก็สามารถตรวจการตั้งครรภ์ได้ หรือ 2 สัปดาห์ขึ้นไป ก็สามารถตรวจการตั้งครรภ์ได้

มีเพศสัมพันธ์แบบใส่ถุงบ้าง ไม่ใส่ถุงบ้าง มีโอกาสตั้งครรภ์หรือไม่

หมอ การใส่ถุงยางอนามัยควรใส่อย่างถูกวิธี จึงจะช่วยให้เกิดการป้องกันที่มีประสิทธิภาพ เพราะสามารถป้องกันท้องและป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ แต่ในทางการแพทย์แล้วแนะนำให้ใช้วิธีการคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพสูงกว่าเช่น การกินยาเม็ดคุมกำเนิด การฝังยาคุมกำเนิด ฉีดยาคุมกำเนิด หรือใส่ห่วงคุมกำเนิด เพราะสามารถลดโอกาสในการตั้งครรภ์ได้กว่า 90%

กินยาเม็ดคุมกำเนิดจะคุมได้ตั้งแต่เม็ดแรกจริงหรือไม่

หมอ คุมกำเนิดไม่ได้ เนื่องจากยาเม็ดคุมกำเนิดจะเริ่มออกฤทธิ์ตั้งแต่การกินต่อเนื่อง 7-10 เม็ดขึ้นไป ประสิทธิภาพจะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ สำคัญคือ ต้องไม่ลืมกิน กินตรงเวลา ดังนั้นการกินยาเม็ดคุมกำเนิดตั้งแต่เม็ดแรกจึงไม่สามารถคุมกำเนิดได้ ข้อแนะนำเพิ่มเติม ถ้าอยากให้ประสิทธิภาพการกินยาเม็ดคุมกำเนิดดีที่สุด ต้องเริ่มกินวันแรกที่ประจำเดือนมา กินต่อเนื่องสม่ำเสมอ และไม่เคยลืม



หยุดกินยาเม็ดคุมกำเนิดสัปดาห์แรกของแผง สามารถกินแวกที่ 2 ของแผงเลยได้หรือไม่

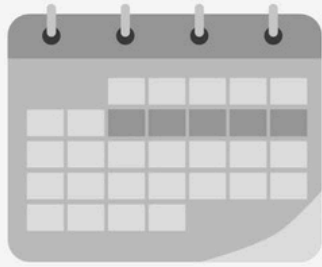
หมอ ไม่สามารถทำได้ ให้หยุดกินแผงนั้นไปแล้วรอให้ประจำเดือนมาแล้วเริ่มกินแผงใหม่ หากหยุดกินยาเม็ดคุมกำเนิด แล้วมีเพศสัมพันธ์อาจต้องระวังการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ได้

หลังหยุดกินยาคุม เดือนแรกประจำเดือนมาปกติ เดือนที่ 2 มาแบบกะปริดกะปรอย แล้วก็หายไป พอเข้าเดือนที่ 3 ประจำเดือนมาตอนนี้นับได้ 22 วันแล้วยังไม่หาย เป็นเพราะผลข้างเคียงของการเลิกกินยาคุมหรือไม่

หมอ อาการเลือดออกกะปริดกะปรอย ในเดือนที่ 2-3 หลังหยุดยาคุมเป็นอาการที่ผิดปกติ ควรที่จะรีบไปพบแพทย์เพื่อตรวจภายใน หากปล่อยไว้นานอาจเกิดผลข้างเคียงคือ ภาวะเสียเลือดเยอะ ภาวะซีด อ่อนเพลียง่าย และทำให้ติดเชื้อในอุ้งเชิงกรานได้ง่าย

ถ้าหยุดกินยาคุมแบบ 28 เม็ด หลังมีเพศสัมพันธ์ 1-2 อาทิตย์จะท้องหรือไม่?

หมอ มีโอกาสที่จะตั้งครรภ์น้อย เนื่องจากหากมีเพศสัมพันธ์ในระหว่างที่กำลังกินยาเม็ดคุมกำเนิดอยู่ โอกาสตั้งครรภ์น้อยหรือแทบไม่มีเลย



หยุดกินยาคุมไป 1 เดือน แต่ประจำเดือนยังไม่มา โดยไม่มีเพศสัมพันธ์ผิดปกติหรือไม่?

หมอ ไม่ผิดปกติ เพราะว่าการกินยาเม็ดคุมกำเนิดนานๆ เมื่อหยุดกินจะต้องใช้เวลาสักระยะกว่าประจำเดือนจะมา แต่หากนานเกิน 3 เดือนผ่านไปแล้วประจำเดือนยังไม่มาควรจะไปพบแพทย์เพื่อตรวจรักษาต่อไป

วิธีสังเกตประจำเดือนขาด ควรสังเกตจากเดือนที่มีเพศสัมพันธ์ หรือเดือนถัดไป

หมอ ควรสังเกตเดือนถัดไปหลังจากมีเพศสัมพันธ์



กินยาคุมกำเนิดได้ 11 วัน แต่จะหยุดกินเพื่อที่จะไปฉีดวัคซีนโควิด-19 จะสามารถหยุดกินกันได้เลยไหม?

หมอ ไม่จำเป็นต้องหยุดกินยาคุมกำเนิด ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย ได้ออกประกาศว่า ผู้ที่กินยาคุมกำเนิดสามารถเข้ารับการฉีดวัคซีนโควิด-19 ได้โดยไม่ต้องหยุดทานยาคุมกำเนิด

หลังจากฉีดวัคซีนโควิด-19 ไปแล้วสามารถมีเพศสัมพันธ์ได้หรือไม่

หมอ สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้หลังจากได้รับวัคซีนครบทั้ง 2 เข็ม และควรระวังการมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่มีความเสี่ยงติดโรคโควิด-19 เพราะหากยังไม่ได้รับวัคซีนครบโดสก็ยังสามารถมีโอกาสในการติดเชื้อโควิด-19 ได้อยู่

ประจำเดือนมา 2 ครั้ง เป็นประเด็นที่สาว ๆ หลายคนกำลังประสบปัญหา ทำให้เครียด นอนไม่หลับ ยิ่งส่งผลต่อการมาของประจำเดือน ดังนั้น หลังจากได้รับความรู้จากอาจารย์หมอน่าจะช่วยให้หลายคนคลายความกังวลลงได้ การดูแลรักษาสุขภาพร่างกาย ออกกำลังกายสม่ำเสมอ กินอาหารที่มีประโยชน์พักผ่อนให้เพียงพอ ไม่เครียด จะช่วยให้ประจำเดือนมาตรงตามปกติได้ สามารถติดตามรับชมรายการรู้รอบครอบครัวปี 3 ได้ที่ เพจ/สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ หรือติดตามชมคลิปความรู้ได้ที่ YouTube/PPAT CHANNEL หากใครมีประเด็นคำถามสามารถปรึกษาได้ตามช่องทาง Social Media ของ สวท



คลินิกเวชกรรม สวท 9 แห่ง บริการวางแผนครอบครัวอย่างมีคุณภาพ

ภาคเหนือ

คลินิกเวชกรรม สวท เชียงใหม่

เลขที่ 200/3 ถนนบำรุงราษฎร์ ตำบลวัดเกต
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50000
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 08.30-16.30 น.
วันเสาร์ เปิดเวลา 09.00-15.00 น.
ปิดวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 053 249 406

คลินิกเวชกรรม สวท เชียงราย

เลขที่ 810/1-3 ถนนพหลโยธิน ตำบลเวียง
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย 57000
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
ปิดวันเสาร์ วันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 053 713 090

คลินิกเวชกรรม สวท ลำปาง

เลขที่ 152/53-54 ถนนลำปาง-แม่ทะ ตำบลพระบาท
อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง 52000
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
วันเสาร์ เปิดเวลา 09.00-12.00 น.
ปิดวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 054 209 577

ภาคใต้

คลินิกเวชกรรม สวท หาดใหญ่

เลขที่ 8-12 ราษฎร์อุทิศ ซอย 9 ถนนราษฎร์อุทิศ
ตำบลหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่
จังหวัดสงขลา 90110
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
ปิดทำการวันเสาร์ วันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 074 252 691 และ 085 585 9580

คลินิกเวชกรรม สวท ภูเก็ต

เลขที่ 14/1 อาคารเซ็นทรัลแมนชั่น ชั้นที่ 1
ห้องเลขที่ 107-108 ถนนวิชิตสงคราม
ตำบลวิชิต อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต 83000
เปิดบริการวันศุกร์ เวลา 09.00-14.00 น.
โทร. 087 969 3702 และ 085 585 9580

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

คลินิกเวชกรรม สวท ขอนแก่น

เลขที่ 752-754 ถนนศรีจันทร์ อำเภอเมือง
จังหวัดขอนแก่น 40000
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ 10.00-18.00 น.
วันเสาร์ - วันอาทิตย์ เปิดเวลา 09.00-17.00 น.
หยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 043 223 627 สายด่วน 095 661 6551

คลินิกเวชกรรม สวท อุบลราชธานี

เลขที่ 154-156 ถนนศรีณรงค์ อำเภอเมือง
จังหวัดอุบลราชธานี 34000
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์
เวลา 08.30-16.30 น.
ปิดบริการวันเสาร์ - วันอาทิตย์
และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 045 243 380

กรุงเทพมหานคร

คลินิกเวชกรรม สวท บางเขน

เลขที่ 8 ซอยวิภาวดีรังสิต 44 ถนนวิภาวดีรังสิต
แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 08.30-16.30 น.
วันเสาร์ - วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์
เปิดบริการเวลา 09.00-17.00 น.
ปิดบริการ วันหยุดต่อเนื่องที่ตรงกับวันเสาร์ - วันอาทิตย์
โทร. 0 2941 2320 ต่อ 181-182

คลินิกเวชกรรม สวท ปิ่นเกล้า

เลขที่ 3/20-21 ถนนอรุณอมรินทร์
แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย
กรุงเทพมหานคร 10700
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
วันเสาร์ เวลา 09.00-17.00 น.
ปิดทำการวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 0 2433 9077, 0 2433 3503, 0 2433 6561

สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย

ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

เลขที่ 8 ซอยวิภาวดีรังสิต 44 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงลาดยาว
เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900

โทรศัพท์. 0 2941 2320 โทรสาร. 0 2561 5130 www.ppat.or.th