



## อนาคตทำนายได้

“.....ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดที่เป็นอยู่แก่เราในวันนี้ย่อมมีต้นเรื่องมาก่อน ต้นเรื่องนั้นคือ เหตุ สิ่งที่ได้รับคือผล และผลที่ท่านมีความรู้ยุคขณะนี้จะเป็นเหตุให้เกิดผลอย่างอื่นต่อไปอีกคือ ทำให้สามารถใช้ความรู้ที่มีอยู่ทำงานที่ต้องการได้ แล้วการทำงานของท่านก็จะเป็นเหตุให้เกิดผลอื่น ๆ ต่อเนื่องกันไปอีกไม่หยุดยั้ง ดังนั้นที่พูดกันว่าให้พิจารณาเหตุผลให้ดีนั้นกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือให้พิจารณาการกระทำหรือกรรมของตนให้ดีนั่นเอง คนเราโดยมากมักนึกว่าอนาคตจะเป็นอย่างไรเราทราบไม่ได้แต่ที่จริงเราย่อมจะทราบได้บ้างเหมือนกันเพราะอนาคต ก็คือ ผลของการกระทำในปัจจุบัน.....”



พระบรมราโชวาท พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ

พิธีพระราชทานปริญญาบัตร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 8 กรกฎาคม 2519

## กันยา...สองหาหาลี่

เดือนกันยายนเป็นเดือนที่มีความสำคัญสำหรับคนทำงานในงานราชการอีกเดือนหนึ่ง เป็นเดือนที่ต้องรายงานการใช้จ่ายบัญชีเงินรายได้ที่ดำเนินการไปตั้งแต่เดือนตุลาคมปีที่แล้ว จนกระทั่งสิ้นเดือนกันยายนในปีนั้น หากเปรียบเหมือนการย้อนดูหนังดูละครก็จะได้เห็นได้จากกิจกรรมที่ดำเนินไปก่อนหน้านี้ว่าคุ้มค่างบเงินทองที่จ่ายออกไปหรือไม่ หากไม่คุ้มค่างก็คงต้องเชิญประชุมกันยกใหญ่ว่าเหตุใดทำงานไม่ออก



นอกจากเรื่องการเงินแล้วยังถึงกาลเกษียณของบุคลากรในทุกหน่วยงานที่มีอายุครบหกสิบปี...วาระเกษียณเวียนคำรบครบรอบเข้ามาให้เพื่อนร่วมงาน พี่ ๆ น้อง ๆ ได้ย้อนเห็นถึงประสบการณ์การทำงานในอดีตถึงปัจจุบันอันมีคุณค่าของผู้เกษียณ



สำหรับแวดวงของนักศึกษาคงหนีไม่พ้นเรื่องการเตรียมตัวสอบปลายภาคเทอมที่หนึ่งกันแล้ว สามเดือนกว่าของการเล่าเรียนจะถึงการสรุปความพร้อมในการเล่าเรียนว่า ที่เรียนผ่านมาแล้วเจ็ดถึงแปดวิชาในช่วงสามเดือนกว่านี้ คู้มค้ำกับเงินทองที่พ่อแม่สละหยาดเหงื่อแรงกาย เพื่อเงินค่าเล่าเรียน และภาษีสังคมหรือไม่... หากไม่คู้มคงต้องตั้งหลักกันใหม่ในเทอมหน้า... ยังไม่สายที่จะตั้งใจเรียนใหม่ในภาคการศึกษาถัดไป

พระบรมราโชวาทที่ยกขึ้นมาก่อนหน้านี้นั้นก็ขอให้เตือนสติถึงทุกท่านไม่ว่าจะเป็นคนทำงานหรือนักศึกษาว่าอนาคตนั้นจะดีหรือไม่อยู่ที่ผลการกระทำของท่านในเวลาปัจจุบัน... ขอให้ดำเนินกิจการทุกอย่างด้วยเจตนาที่ดีและมีความตั้งใจ





## วิธีเก็บรักษายาสามัญประจำบ้าน

ทุกคนรอบตัวมักมียาสามัญประจำบ้านไว้รักษาโรคบางชนิดที่อาการไม่หนักหนาสาหัส เช่น เป็นหวัด ท้องเสีย ก็รับประทานยาเองที่บ้านโดยไม่ต้องไปหาหมอที่โรงพยาบาล แต่ถ้าใช้ยาไม่ถูกต้อง ไม่เพียงแต่รักษาโรคไม่หาย ยังจะทำให้ผลข้างเคียงตามมาด้วย จนกระทั่งมีอันตรายถึงชีวิตได้

ดังนั้นที่บ้านเราควรเตรียมยาและเก็บอย่างไรบ้าง เรามีข้อควรปฏิบัติดังนี้

1. ไม่ต้องเก็บยาไว้เป็นจำนวนมาก ไว้พอใช้ช่วงเวลา 3-5 วันก็พอ
2. ควรเก็บยาตามฤดูกาล เช่น ในฤดูร้อน ควรเตรียมยากันยุงกัดไว้บ้าง เมื่อฤดูหนาวให้เตรียมยาแก้หวัด แก้ไอ และควรตรวจยาสามัญประจำบ้านทุก 3-6 เดือน เพื่อเอายาที่หมดอายุแล้วทิ้งไป และเปลี่ยนใหม่
3. ไม่ควรเก็บยาไว้ในกล่องกระดาษหรือลิ้นชัก เพราะยาจะเสื่อมสภาพได้ง่าย ควรเก็บในกล่องเหล็ก สแตนเลส หรือกล่องพลาสติก และกล่องเก็บยาควรวางในที่อากาศถ่ายเทได้ดี
4. เก็บเอกสารกำกับยาไว้กับตัวยาทุกครั้งไป เพราะบนเอกสารกำกับยานอกจากมีคำอธิบายวิธีการรับประทานยา หรือการใช้ยาแล้ว ยังมีประโยชน์ทางด้านกฎหมายอีกด้วย
5. สร้างความเคยชินในการอ่านสลากก่อนทานยาหรือใช้ยาทุกครั้ง ปัจจุบันยารักษาโรคมีมากมาย หลายนาน และยาชนิดเดียวกันก็มีหลายชื่อ หากรู้แต่ชื่ออย่างเดียวไม่รู้ส่วนประกอบ ก็อาจจะรับประทานยามากเกินควรหรือผิดวิธี
6. ควรตรวจตัวยาให้ละเอียดเพราะว่าบางครั้ง แม้ยายังไม่หมดอายุแต่รสชาติและสีอาจเปลี่ยนไป และไม่ควรทานยาหรือใช้ยานั้น อายุของยาเป็นเพียงอายุที่ยาวที่สุดที่โรงงานผลิตยา กำหนดมา หากบอกหมดอายุแล้วจะรับประทานหรือใช้อีกไม่ได้แน่นอน
7. ในช่วงรับประทานยาจะดื่มสุราหรือสูบบุหรี่ไม่ได้จะทำให้ยาไม่มีผลหรือเกิดพิษได้ และควรรับประทานยากับน้ำอุ่น ไม่ควรรับประทานกับน้ำผลไม้ น้ำชาหรือน้ำนม เพราะสารด่างในน้ำชา สารกรดในน้ำผลไม้และโปรตีนในน้ำนมจะทำลายยาและลดประสิทธิภาพของการรักษาโรค เราควรให้ความระมัดระวังในการเก็บ การรับประทานและการใช้ยาสามัญประจำบ้านให้มาก เพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพของตัวเองและสมาชิกในครอบครัว

ที่มา : วิธีเก็บรักษายาสามัญประจำบ้าน (2554). **สายใจไฟฟ้า**, หน้า 40



".....กวนตีนัก..."

วันนี้คุณตาอารมณ์ดีไปหาหมอ “ผมเป็นอะไรไม่รู้ครับหมอรู้สึกวุ่นวาย  
มันผิดปกติ”

“อาการมันเป็นยังไงครับ” คุณหมอถาม “มันเป็น...ชา..ครับ” คุณตาตอบ  
“อ้าว...แล้วแขนซ้ายล่ะครับ...เป็นอะไรไหม” คุณหมอถามต่อ  
คุณตาทักหน้าตอบว่า “เป็นครับ...มันเป็นกาแพ”  
คุณหมอออกไปครู่หนึ่ง เมื่อรู้ตัวว่าโดนคุณตาปล่อยมุก จึงอ้ากลับไปข้าง  
“งั้นผมว่าคงต้องรีบตัดแขนขวาทิ้งแล้วล่ะครับ...ปล่อยไว้นานไม่ดีแน่”  
คุณตาหน้าซีดลงทันทีแล้วถามว่า “ถ้าปล่อยมันจะเป็นยังไงครับหมอ”  
คุณหมอตอบว่า “มันคงกลายเป็น...โอเลี้ยง”



".....อยู่ไหน...."

ไมค์เป็นคนซื่อจนออกจะเซ่อ วันหนึ่งพ่อเขาสั่นล้มหัวแตก  
แม่รีบบอกให้ไมค์โทร.ขอความช่วยเหลือที่เบอร์ 911  
ไมค์ยืนทำหน้างง ๆ อยู่หน้าโทรศัพท์  
แม่หันมาเห็นเลยตวาดเขาว่า “เอ้า...ยืนเฉยอยู่ได้ ทำไมไม่โทร.ซะที”  
ไมค์ตอบว่า “เอ่อ...เบอร์สิบเอ็ดอยู่ตรงไหนครับแม่”





นางสาวบุญศรี บุญช่วย  
ตำแหน่ง บรรณารักษ์



นายสมศักดิ์ เหลาะเหม  
ตำแหน่ง นักวิชาการคอมพิวเตอร์

**ขอแสดงความยินดี  
กับผู้ได้รับการคัดเลือกเป็นพนักงานมหาวิทยาลัย สายสนับสนุน  
ของสำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ**

เมื่อวันที่ 15 ส.ค. 2554 ผู้อำนวยการสำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ได้มอบรางวัลพร้อมเกียรติบัตรให้กับผู้ที่ได้รับรางวัลประกวดภาพถ่าย ดังนี้

ชนะเลิศอันดับที่ 1 นางสาวฮาซิกิน เจะและ

ชนะเลิศอันดับที่ 2 นายธีรพล จินคง

ชนะเลิศอันดับที่ 3 นางสาวฐิติมา พรุเพชรแก้ว

รางวัลชมเชย นายวันเฉลิม ลิ้มวรินทร์

รางวัล popular vote นายไกรวิทย์ เพ็ชรเกมแก้ว



ชนะเลิศอันดับที่ 1



รางวัลชมเชย

รางวัล popular vote



ชนะเลิศอันดับที่ 2



ชนะเลิศอันดับที่ 3

เมื่อวันที่ 9-11 ส.ค. 2554 งานเทคโนโลยีสารสนเทศ สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ได้เดินทางไปราชการเพื่อศึกษาดูงานแหล่งเรียนรู้ ณ สำนักงานส่งเสริมอุตสาหกรรมซอฟต์แวร์แห่งชาติ (องค์การมหาชน) จ.ภูเก็ต และ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จ. นครศรีธรรมราช



**บอกต่อด่วนนะ**

ขอเชิญชมนิทรรศการชุด “วัสดุบ้าน ๆ ล้านไอเดีย” (Materials From Nature) จัดแสดงระหว่างวันที่ 17 ส.ค. – 18 ต.ค. 2554 ณ ลานชั้น 1 ตึกเก่า สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ

ผู้ใช้บริการที่ต้องการค้นหาวិทยานิพนธ์ของมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ในประเทศไทย สามารถสมัครสมาชิก ได้ที่ <http://tdc thailis.or.th/tdc/>

ผู้ใช้บริการสามารถขอรับบริการใช้งานฐานข้อมูลออนไลน์ นอกเครือข่ายมหาวิทยาลัยผ่านระบบ VPN ( Virtual Private Network) ได้ที่ฝ่ายประชาสัมพันธ์ ชั้น 1 อาคารบรรณราชนครินทร์

ขอเชิญ อาจารย์ บุคลากร และนักศึกษาที่สนใจเข้าร่วมโครงการอบรมหลักสูตร การบริหารจัดการสมัยใหม่ รุ่นที่ 6 ประจำปี 2554 โดยบริษัท เอ็นทียู (ประเทศไทย) จำกัด ร่วมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ติดต่อสอบถามรายละเอียดและลงทะเบียนเข้ารับการอบรมได้ ทางโทรศัพท์ 074-336938, 074-336933 ต่อ 181,266 เว็บไซต์ <http://cc.skru.ac.th/train/course.php?proid=6> E-mail: [winiet@hotmail.com](mailto:winiet@hotmail.com)



# ขอเชิญทดลองใช้ฐานข้อมูล



Communication & Mass Media Complete  
ที่รวบรวมเอกสารวิชาการทางด้านนิเทศศาสตร์ ศิลปศาสตร์  
สื่อสารมวลชน และสาขาที่เกี่ยวข้อง ตั้งแต่วันที่ ถึง 31  
ตุลาคม 2554 ทาง <http://arit.skru.ac.th>

Chemistry Central Journal ฐานข้อมูล  
ประเภท open access ให้ข้อมูลบทความ รายงานวิจัย  
และบทวิจารณ์จากวารสารทางด้านเคมี ชีวภาพด้าน  
สิ่งแวดล้อม วัสดุศาสตร์ และสาขาที่เกี่ยวข้อง เข้าใช้งาน  
ได้ทาง [www.journal.chemistrycentral.com](http://www.journal.chemistrycentral.com) หรือ  
<http://arit.skru.ac.th>



## หนังสือ

สมไทย วงศ์เจริญ. (2554). **รอยด้วยยะ. กรุงเทพฯ : โพสต์ พับลิชิ่ง.** 658.022 ส16ร



หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือที่ถอดจากประสบการณ์ส่วนตัว ไม่ใช่วิชาการ แต่เป็นวิชาประสบการณ์ เป็นวิชาทำมาหากิน  
ได้ตลอดชีวิต จะบอกสารพัดวิธีจัดการกับขยะมูลค่า 480 ล้านบาท/วัน ตั้งแต่การจับเก็บ การแปรรูป ข้อควรปฏิบัติและ  
ข้อห้ามในธุรกิจขยะ รวมไปถึงการจัดจำหน่ายในเชิงธุรกิจ โดยปากคำของ ดร.สมไทย วงศ์เจริญ เจ้าของฉายา “ราชาขยะ”  
ผู้ประกอบการขยะรีไซเคิลหมื่นล้าน



เนื่องน้อย ศรัทธา.(2554). **ทำไม? ที่มากที่สุดของคนที่ไปของคนที่สัตว์ สิ่งของ ฯลฯ. กรุงเทพฯ : พิมพ์คำ.** 089.9591 น6112ท

หนังสือแปล เนื้อความเป็นบันทึกของแม่คนหนึ่งที่เคยเลี้ยงลูกสาวที่นำรักรของเธอซึ่งโชคร้ายที่ถูกขังอยู่ใน  
ร่างกายเด็กผู้ชาย คนเป็นแม่จะรู้สึกอย่างไร เธอยังรักลูกของเธออยู่หรือเปล่า และจะจัดการกับปัญหานี้ได้อย่างไร  
หนังสือเล่มนี้จะเป็นสื่อในการสร้างความเข้าใจระหว่างพ่อ แม่ และลูกในการอธิบายตัวตนของตนเองของลูกผู้หญิง  
ข้ามเพศแก่พ่อแม่



## เปิดบริการนอกเวลาราชการ

สำนักวิทยบริการฯ เปิดบริการนอกเวลาราชการ  
ตั้งแต่บัดนี้ ถึง 6 ตุลาคม 2554 เวลา 16.30 - 20.30 น.  
(เว้นวันเสาร์ - อาทิตย์)

### คณะผู้จัดทำ

เจ้าของ : สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ <http://arit.skru.ac.th>  
กองบรรณาธิการ : นายปิยะ มาส่ง, นายกอบศักดิ์ ฉนคร, นางพรพิมล คงอินทร์,  
นางสาวสมศรี หวันชิดนาย, นางสาวเพลิน จันทวงศ์,  
นางสาวศรัณญา โรจนวงศ์ชัย, นางสาวอุไรพรรณ มุสิกรัตน์

