



For Excellence in Hospitality Education

Dusit Thani College

Aroma Massage

Arj. Jutarat Piriyanbenjawat





ประวัติผู้สอน

- อาจารย์หัวหน้าหลักสูตรการจัดการธุรกิจสุขภาพ สปา และความงาม คณะการจัดการ โรงแรมและรีสอร์ท วิทยาลัยดุสิตธานี
- ประธานอนุกรรมการ หลักสูตรการจัดการสปา วิทยาลัยดุสิตธานี
- ประธานอนุกรรมการด้านการศึกษาของสมาคมสปาไทย ปี 2558-2560

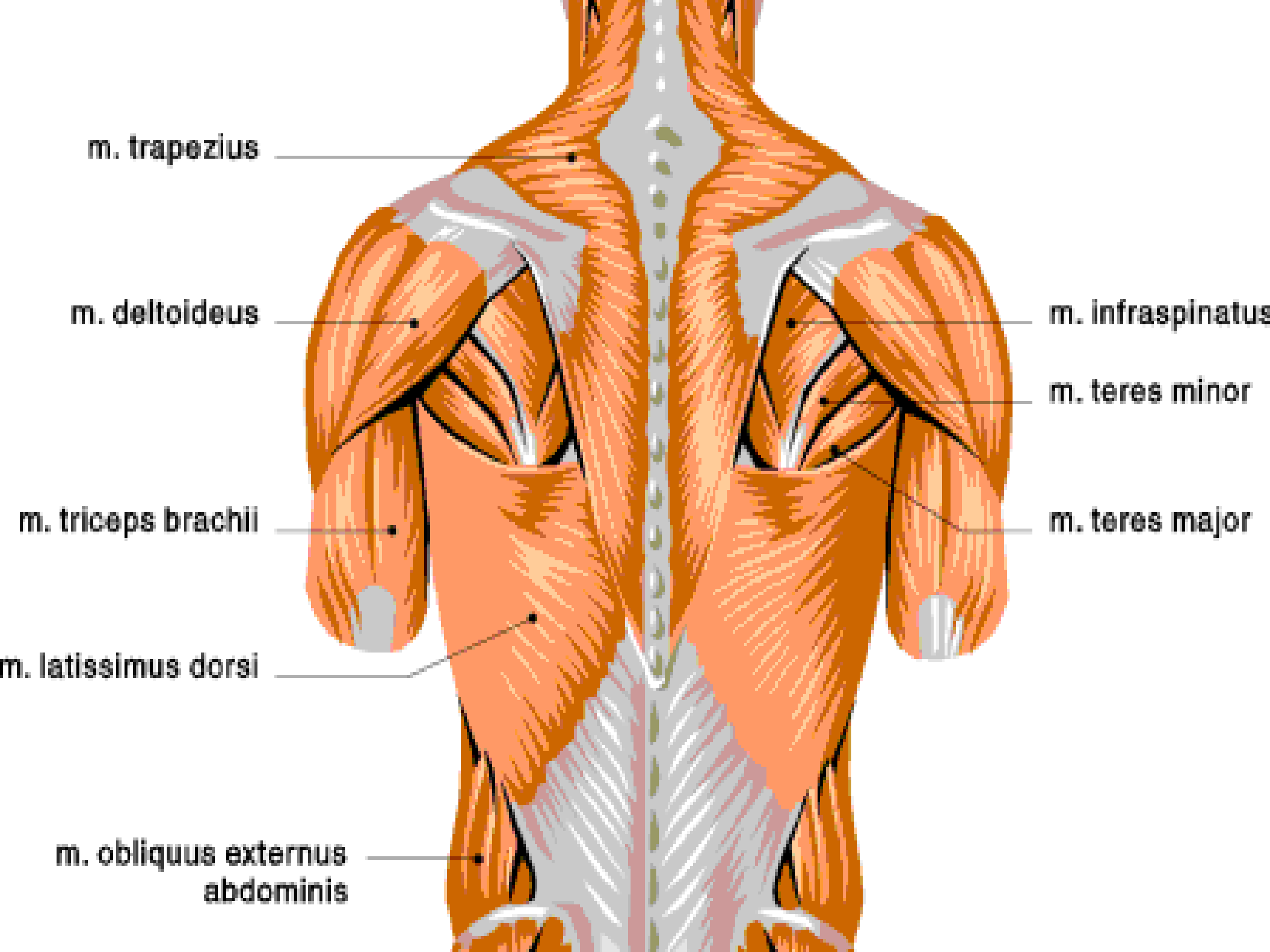
การศึกษา

- ปริญญาตรี สาขากายภาพบำบัด
- ปริญญาโท บริหารธุรกิจ
- CIBTAC Diploma (Aesthetic Treatments) From UK
- CIDESCO Diploma (Full Course in Spa Management and Spa Treatment) From Switzerland



กล้ามเนื้อของลำตัว (Muscle of the Trunk)

- 1. กล้ามเนื้อของหลัง (Muscle of the back)
- 2. กล้ามเนื้อของทรวงอกด้านหน้า (Muscles of the chest)
- 3. กล้ามเนื้อของท้อง (Muscle of the abdomen)



m. trapezius

m. deltoideus

m. triceps brachii

m. latissimus dorsi

m. obliquus externus
abdominis

m. infraspinatus

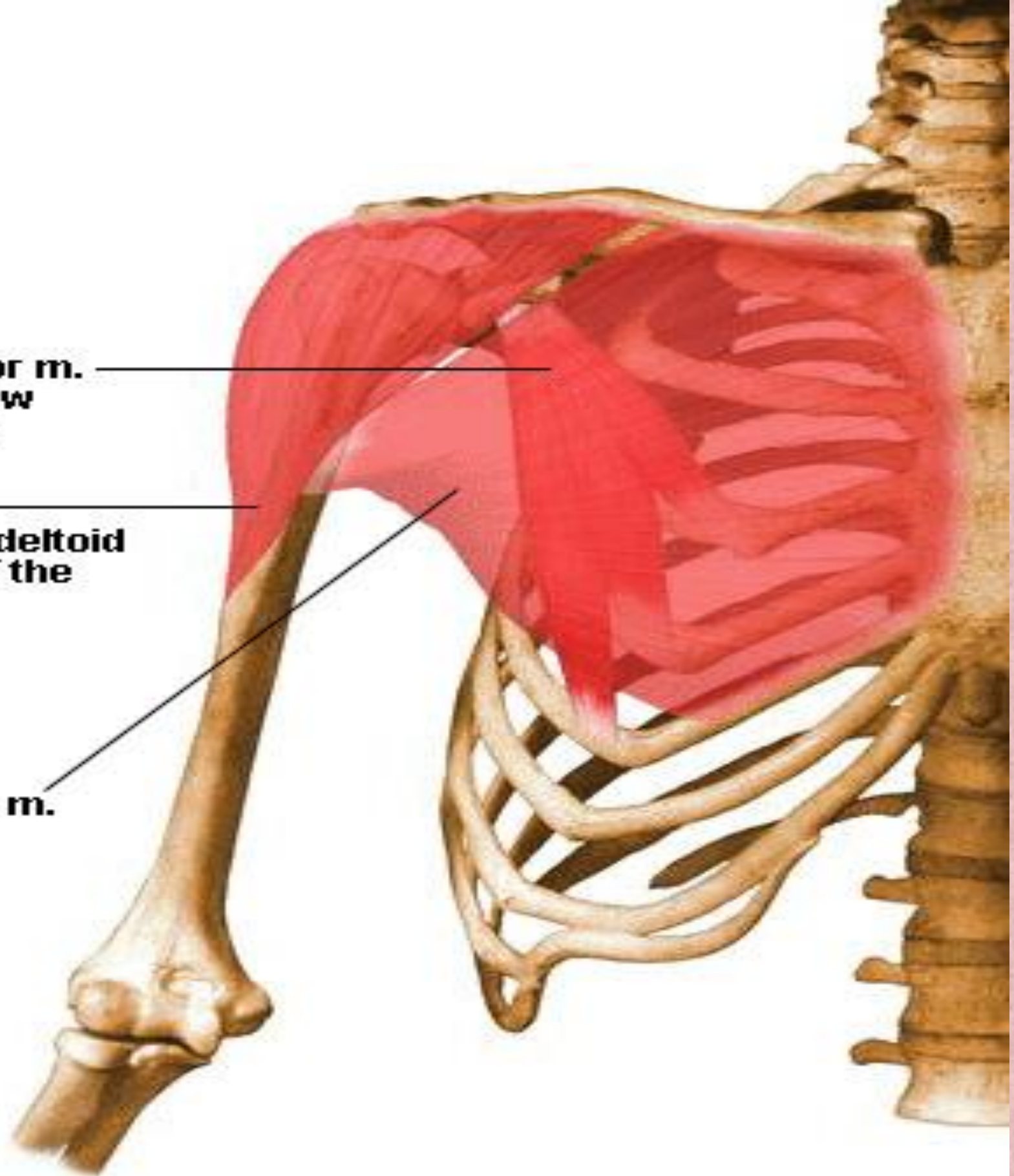
m. teres minor

m. teres major

Pectoralis minor m.
(in phantom view
deep to major)

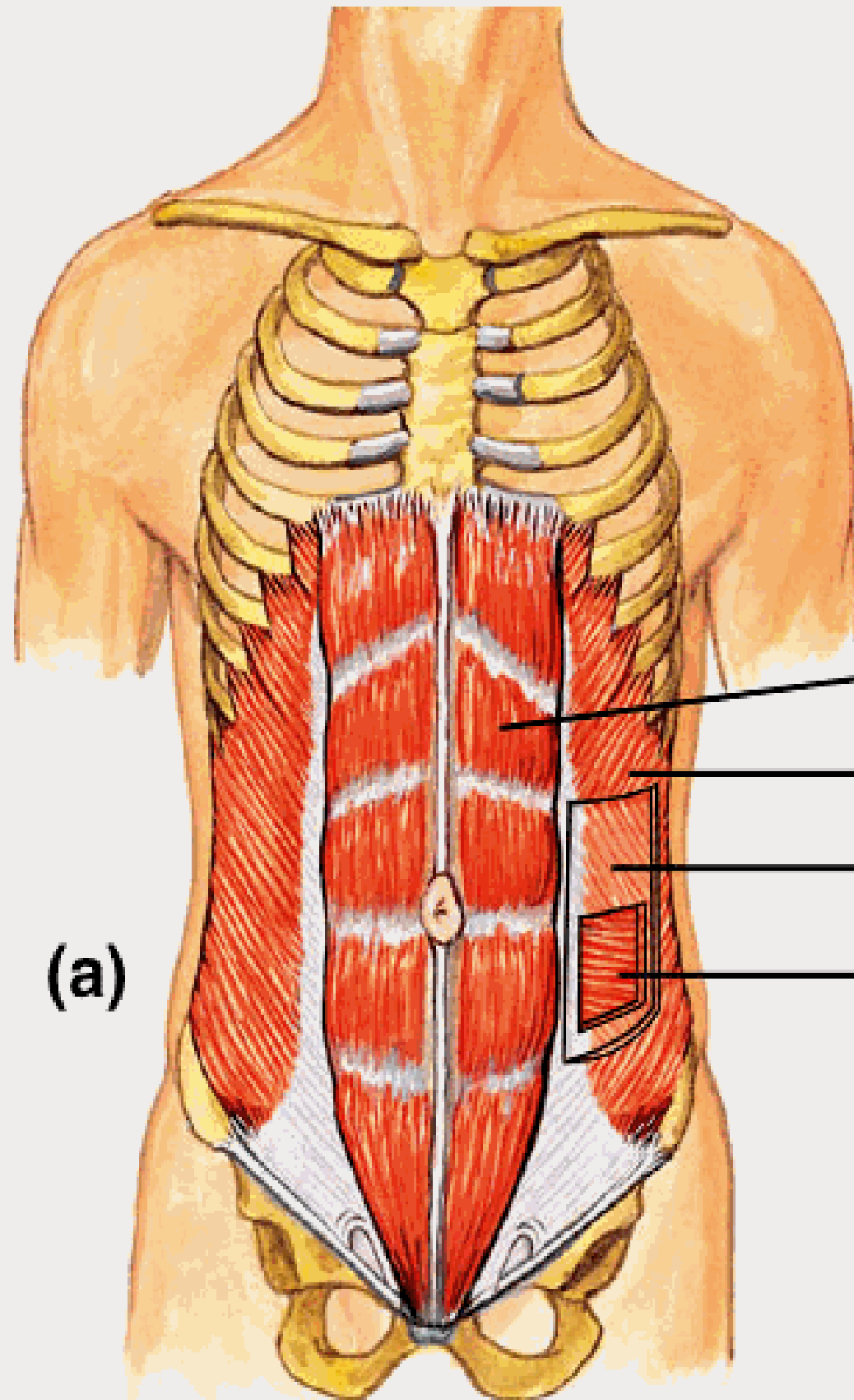
Deltoid m.
attaching to deltoid
tuberosity of the
humerous

Pectoralis major m.





Abdominal Wall Muscles (1)



(a)

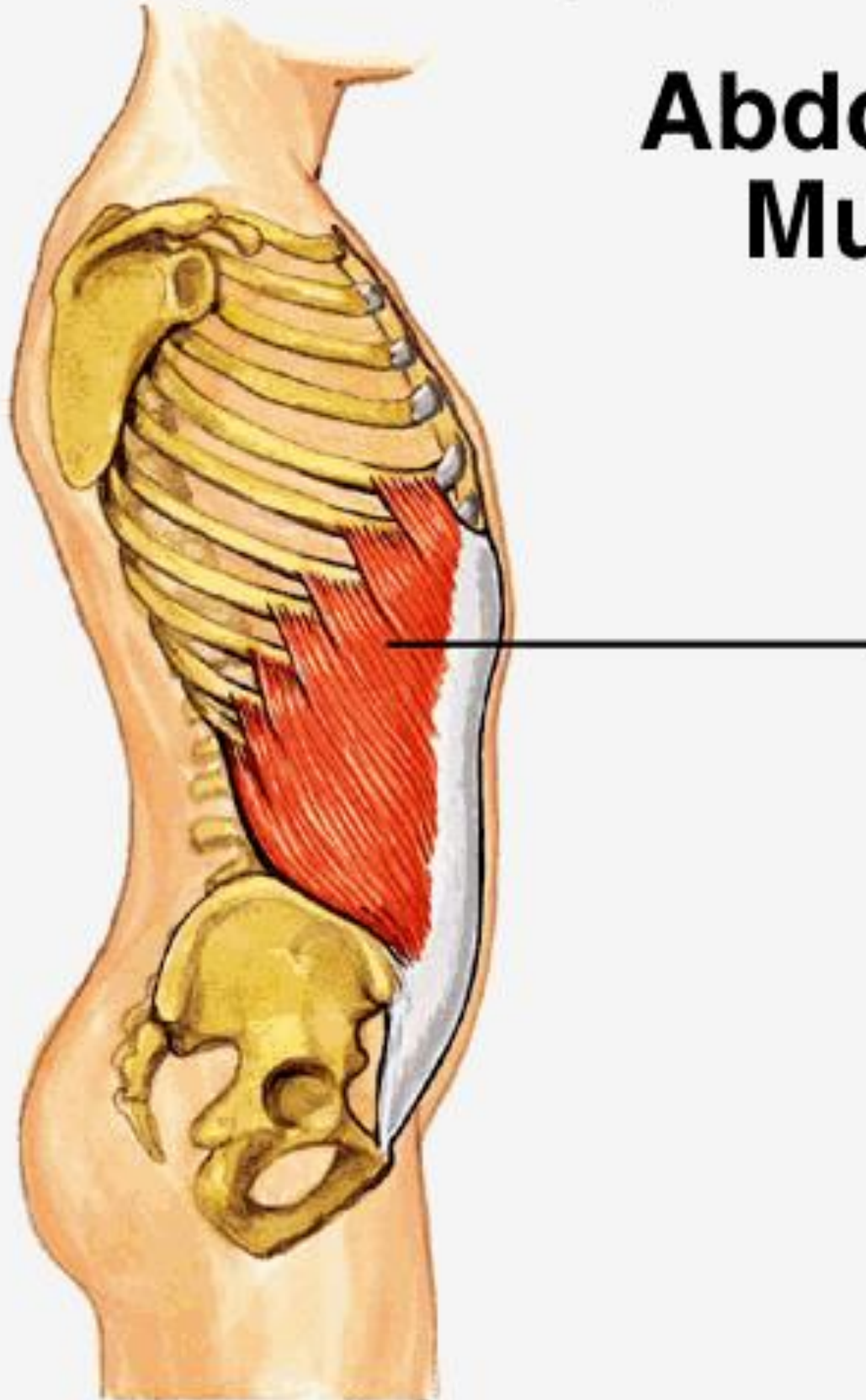
Rectus abdominis

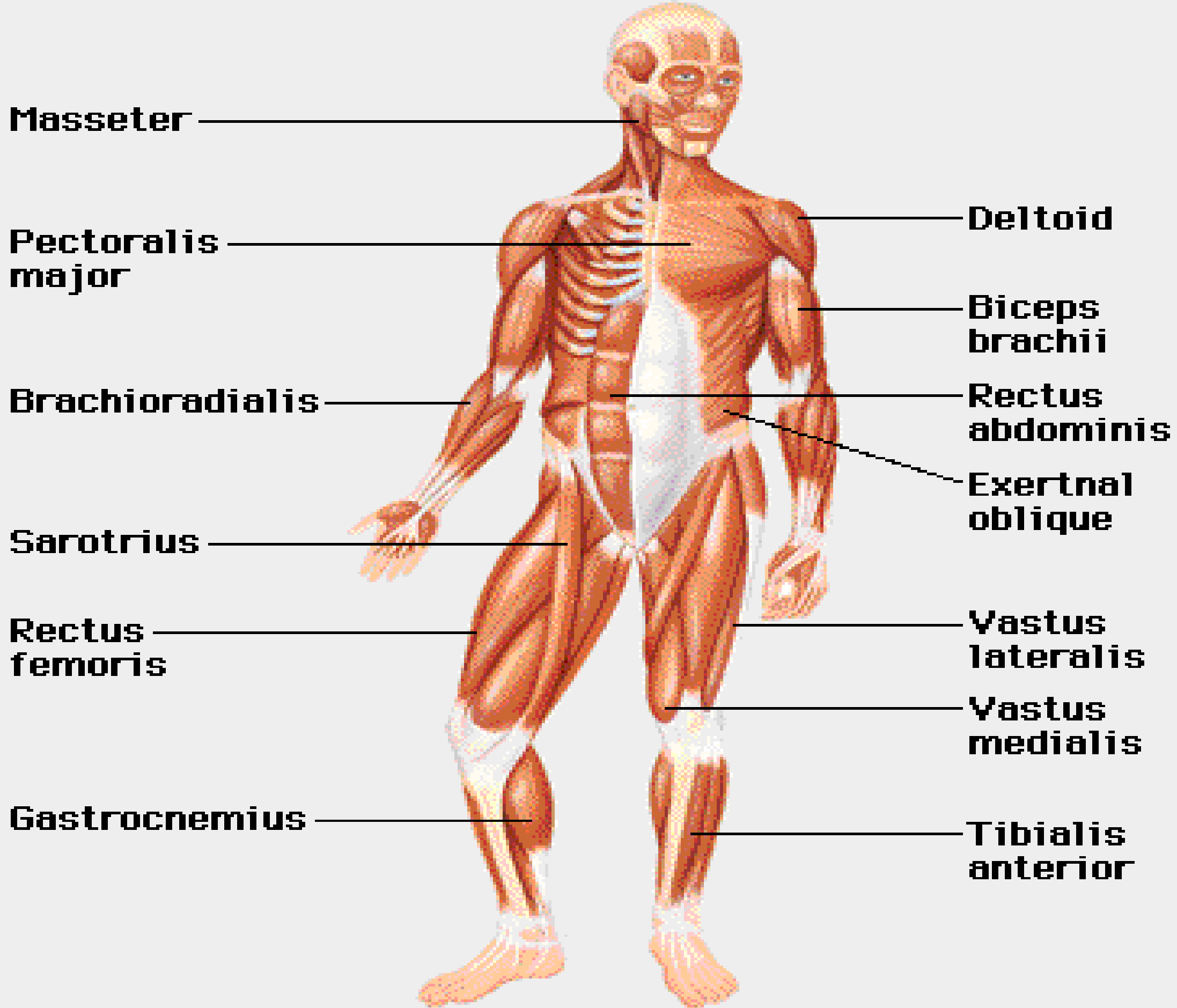
External oblique

Internal oblique

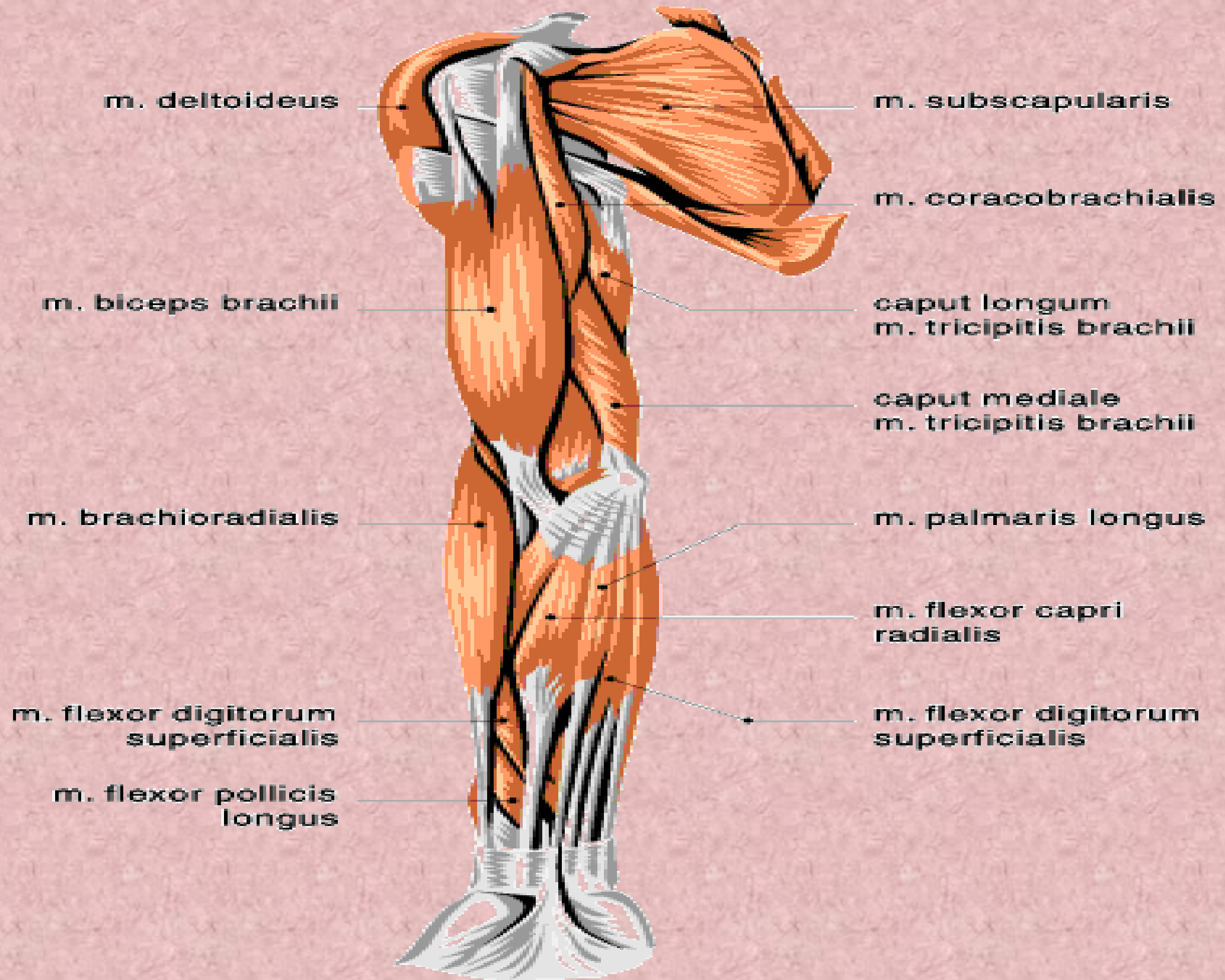
Transversus abdominis

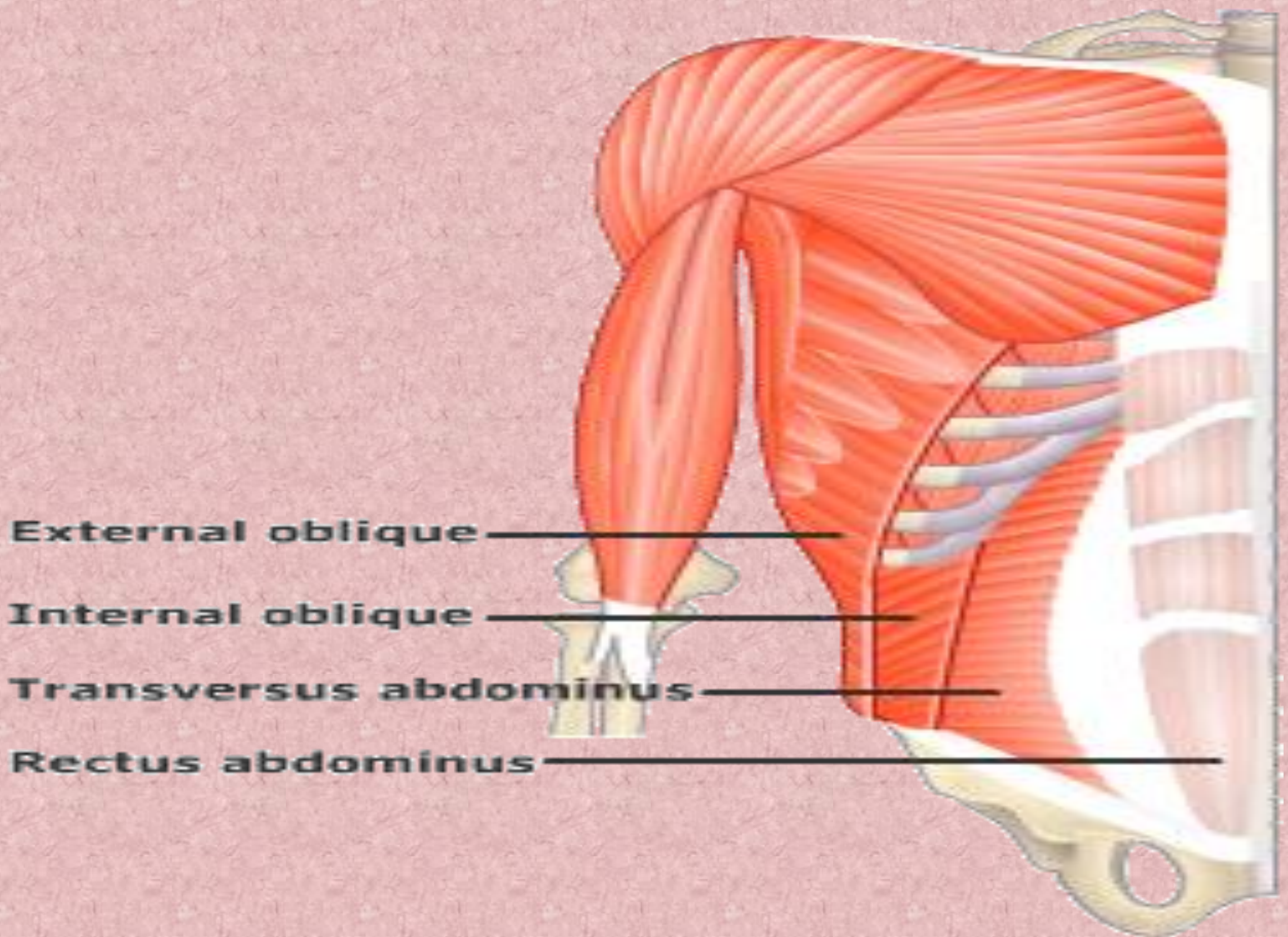
Abdominal Wall Muscles (2)





กล้ามเนื้อแขนและกล้ามเนื้อมือ





External oblique —————

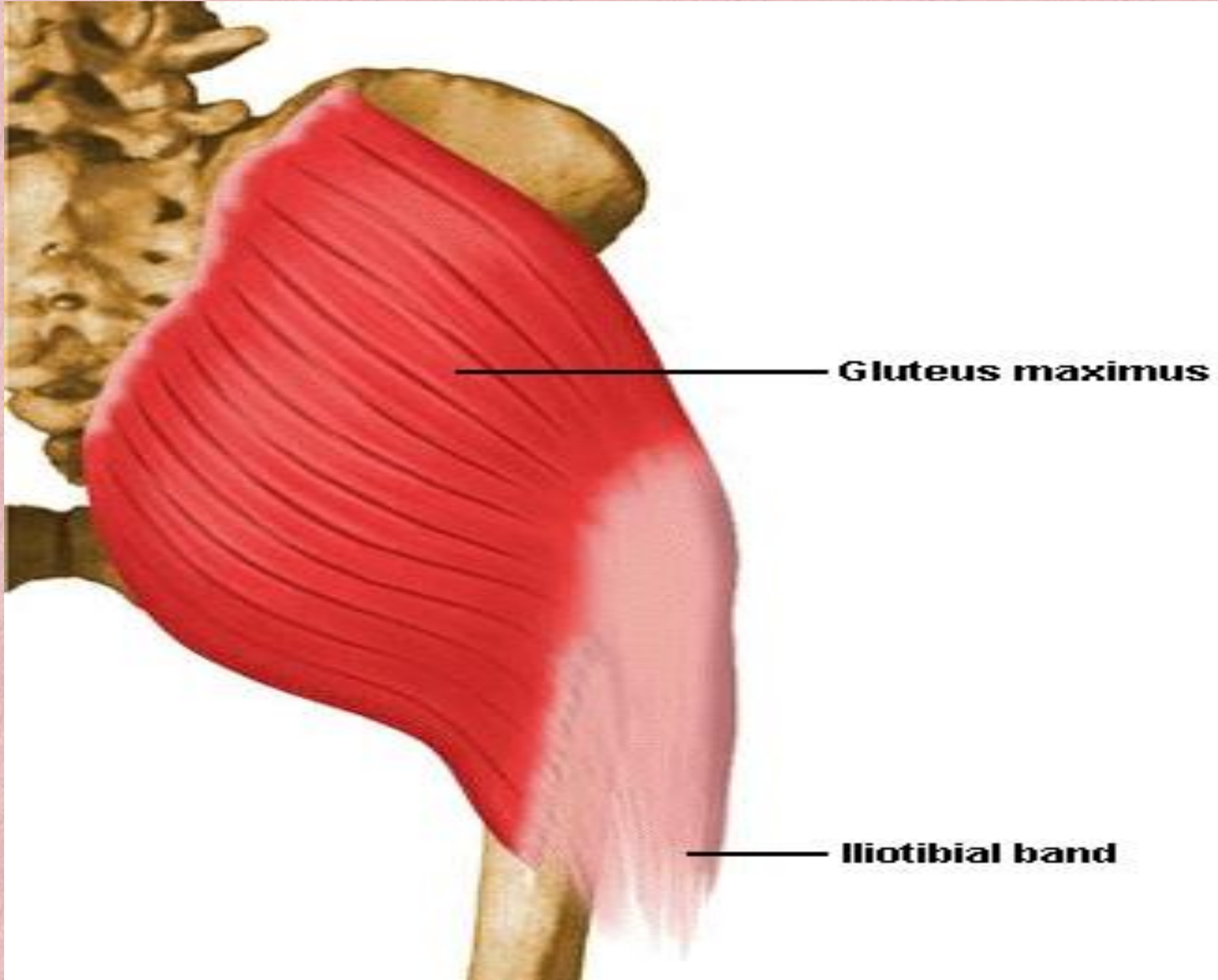
Internal oblique —————

Transversus abdominis —————

Rectus abdominis —————

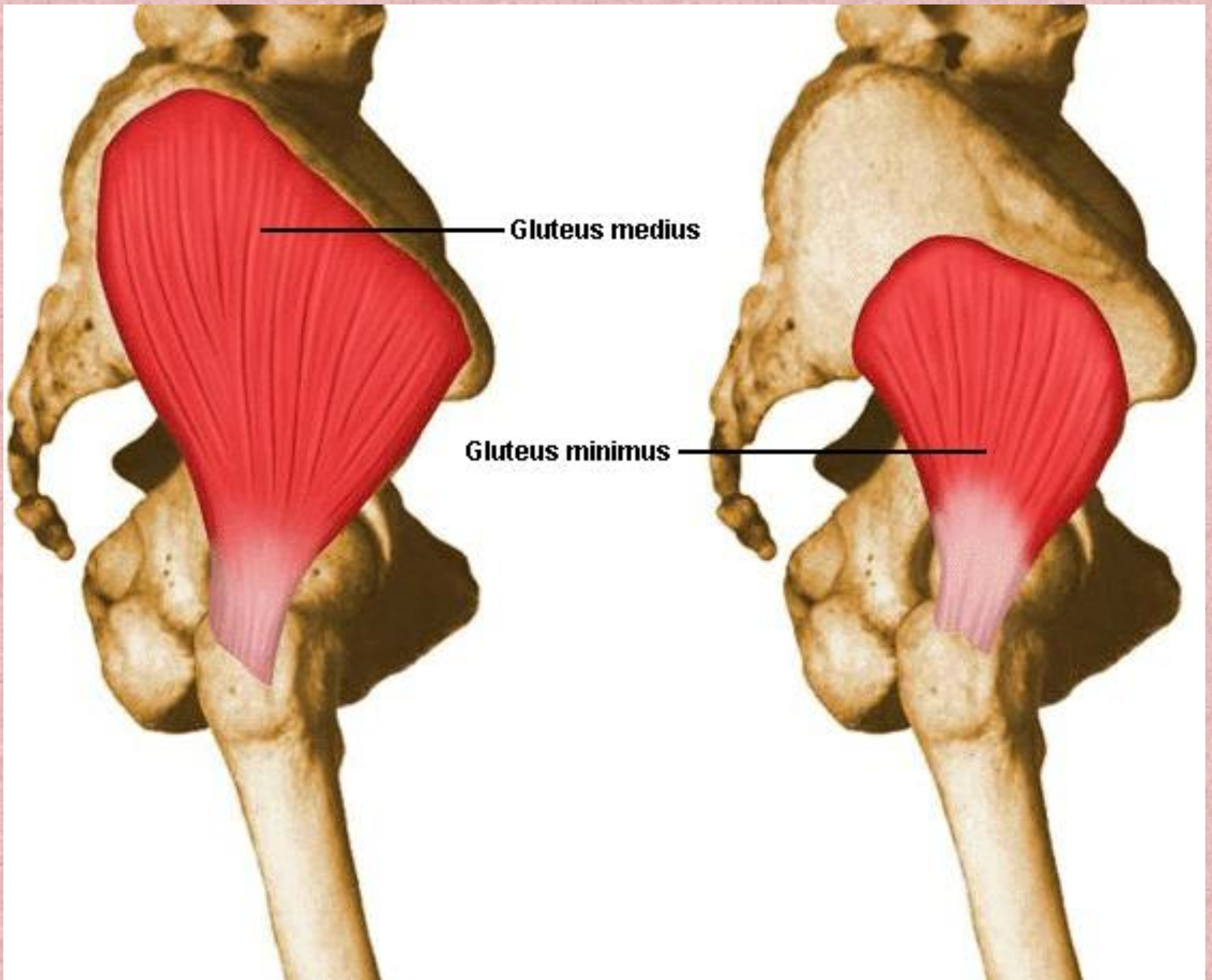
กล้ามเนื้อของขา (Muscle of the buttocks hip and upper leg)

1. กล้ามเนื้อบริเวณสะโพก
2. กล้ามเนื้อของต้นขา
 - 2.1 กล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้า
 - 2.2 กล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง
3. กล้ามเนื้อของปลายขา
4. กล้ามเนื้อของเท้า

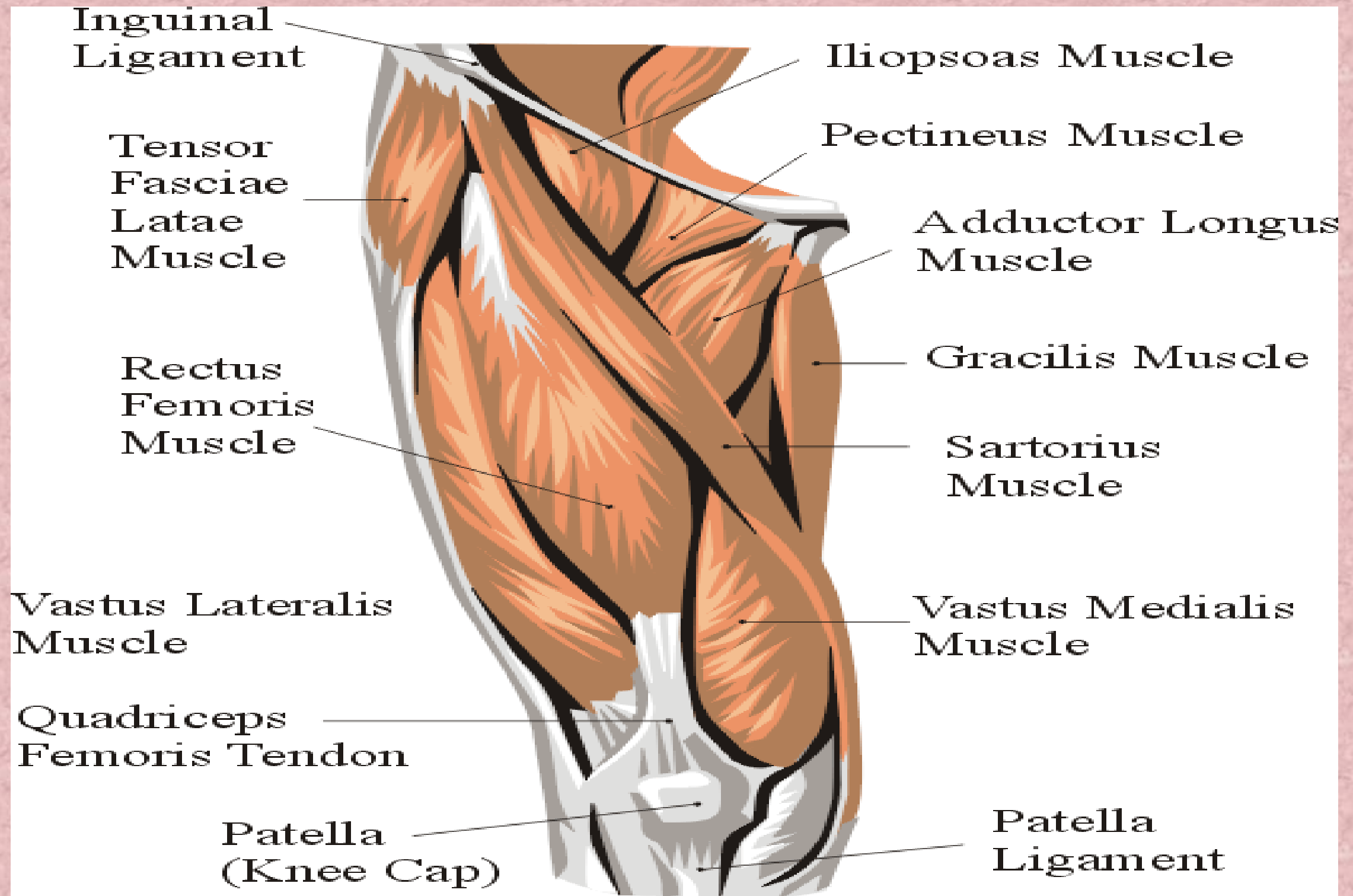


Gluteus maximus

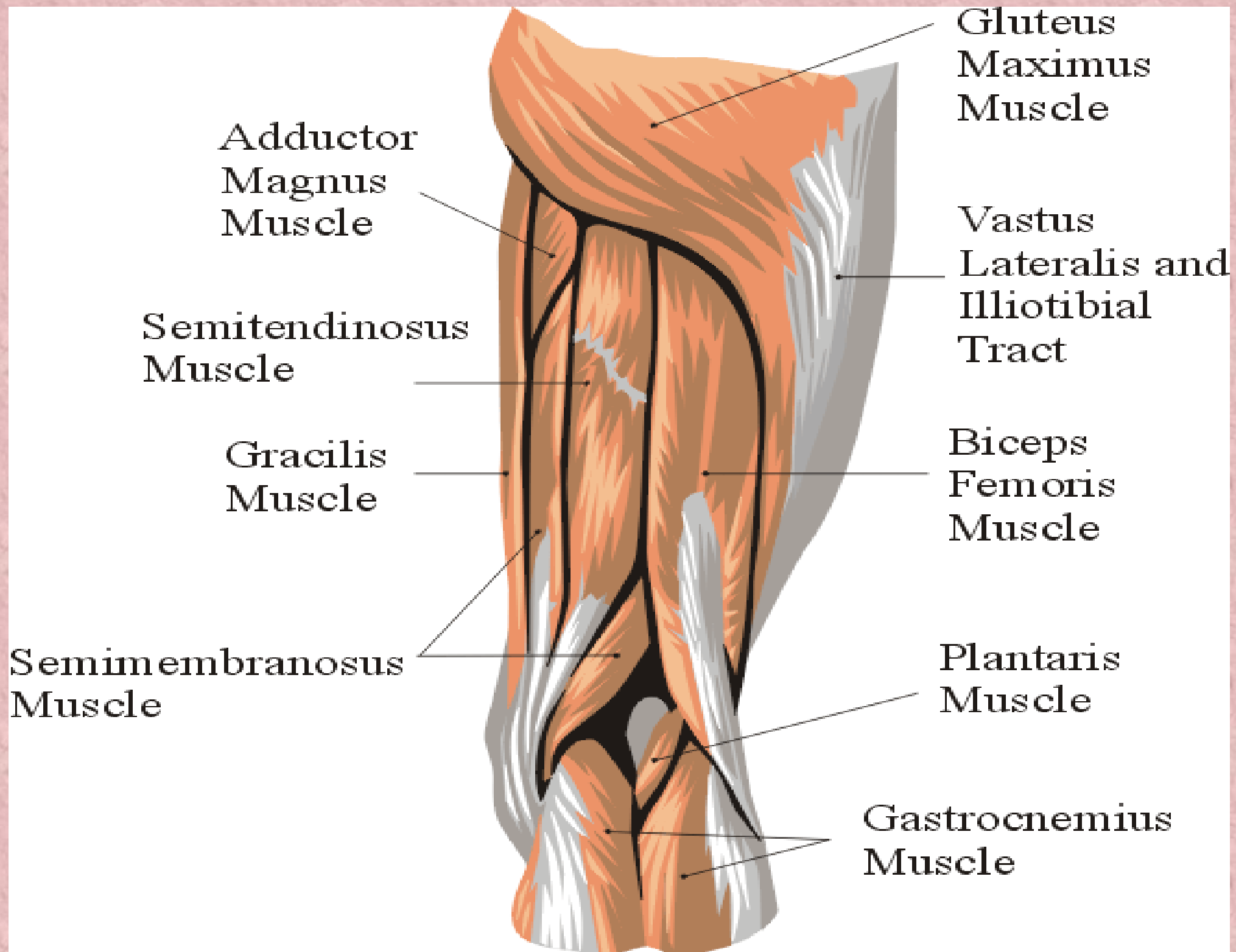
Iliotibial band



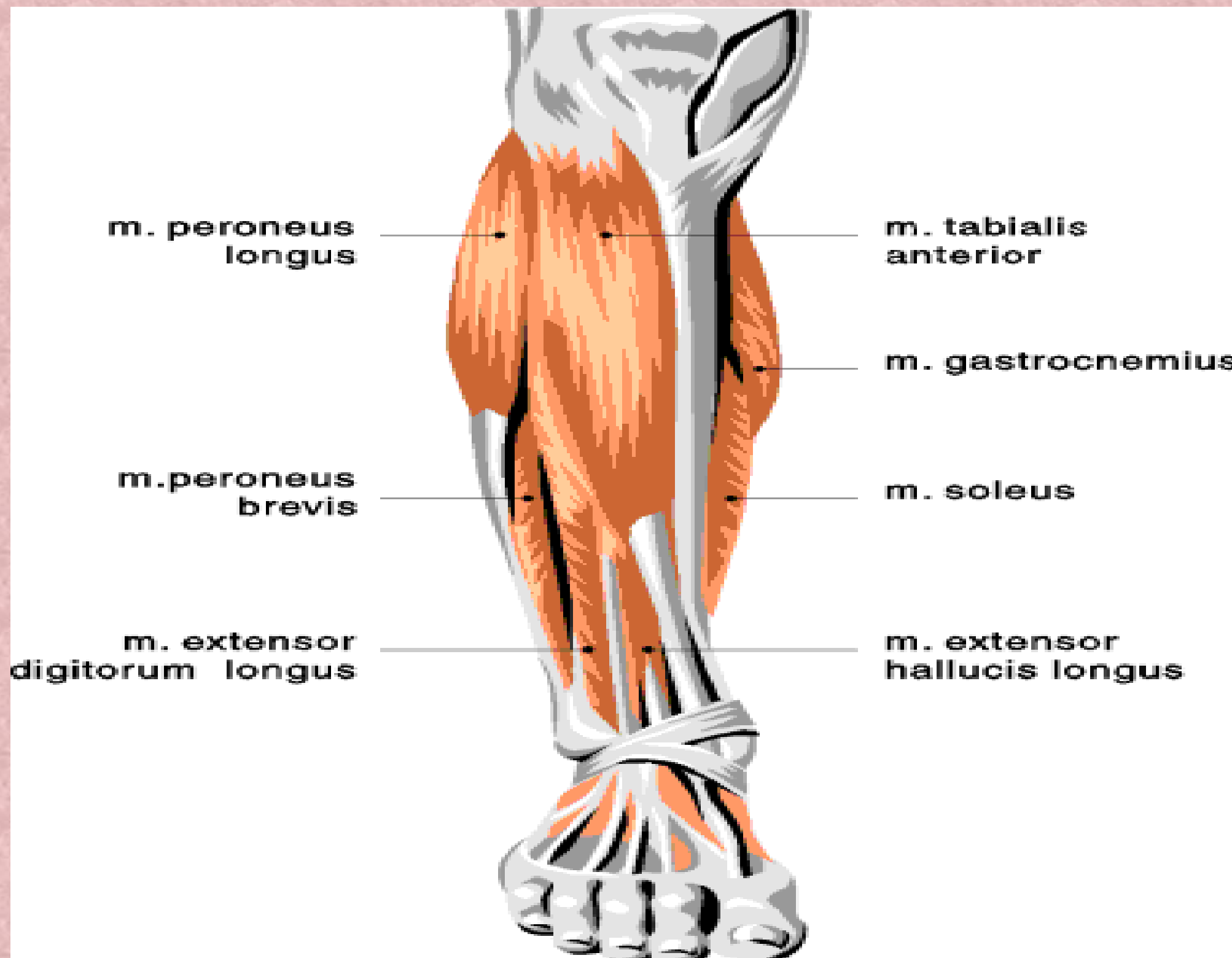
กล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้า

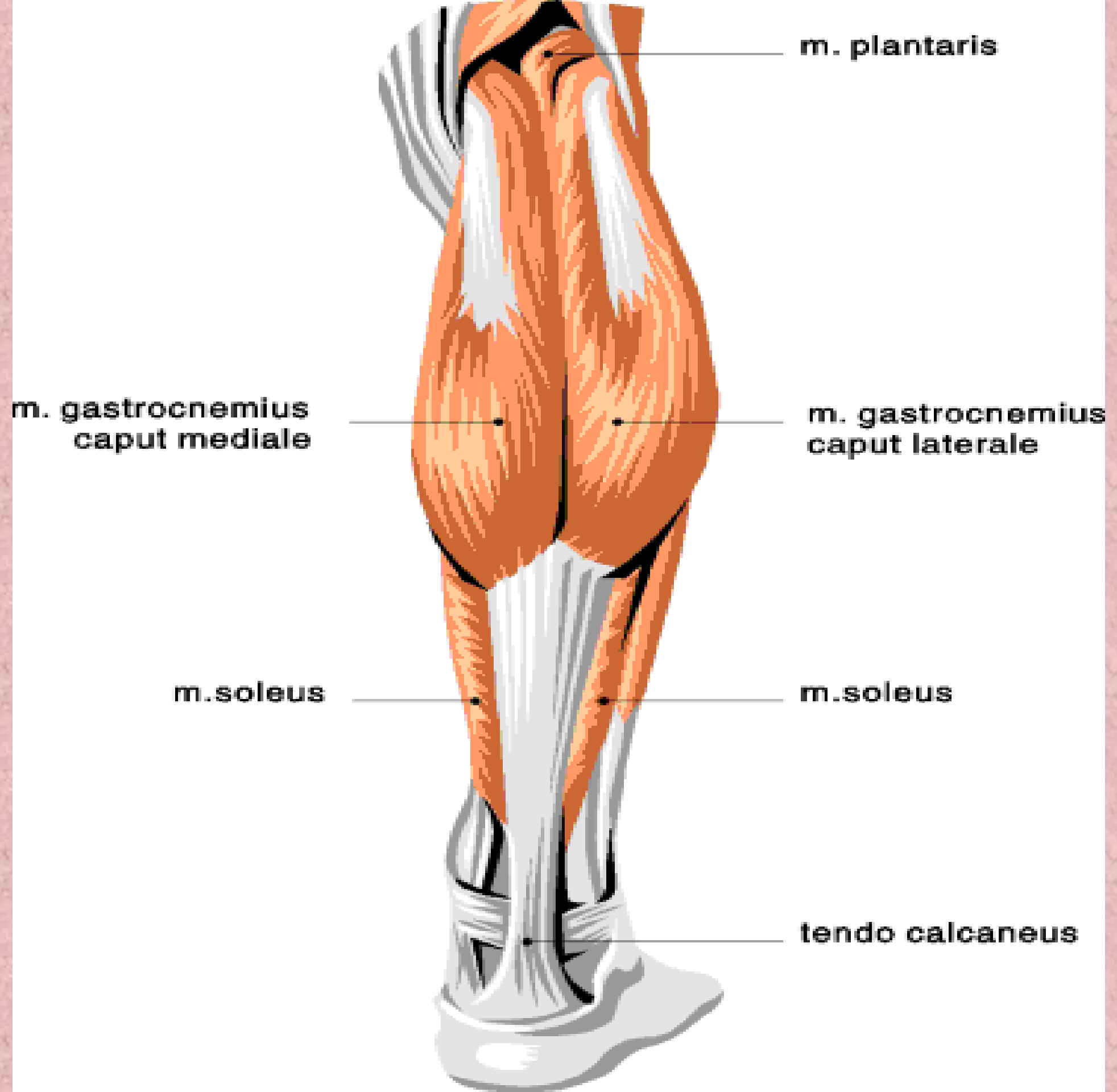


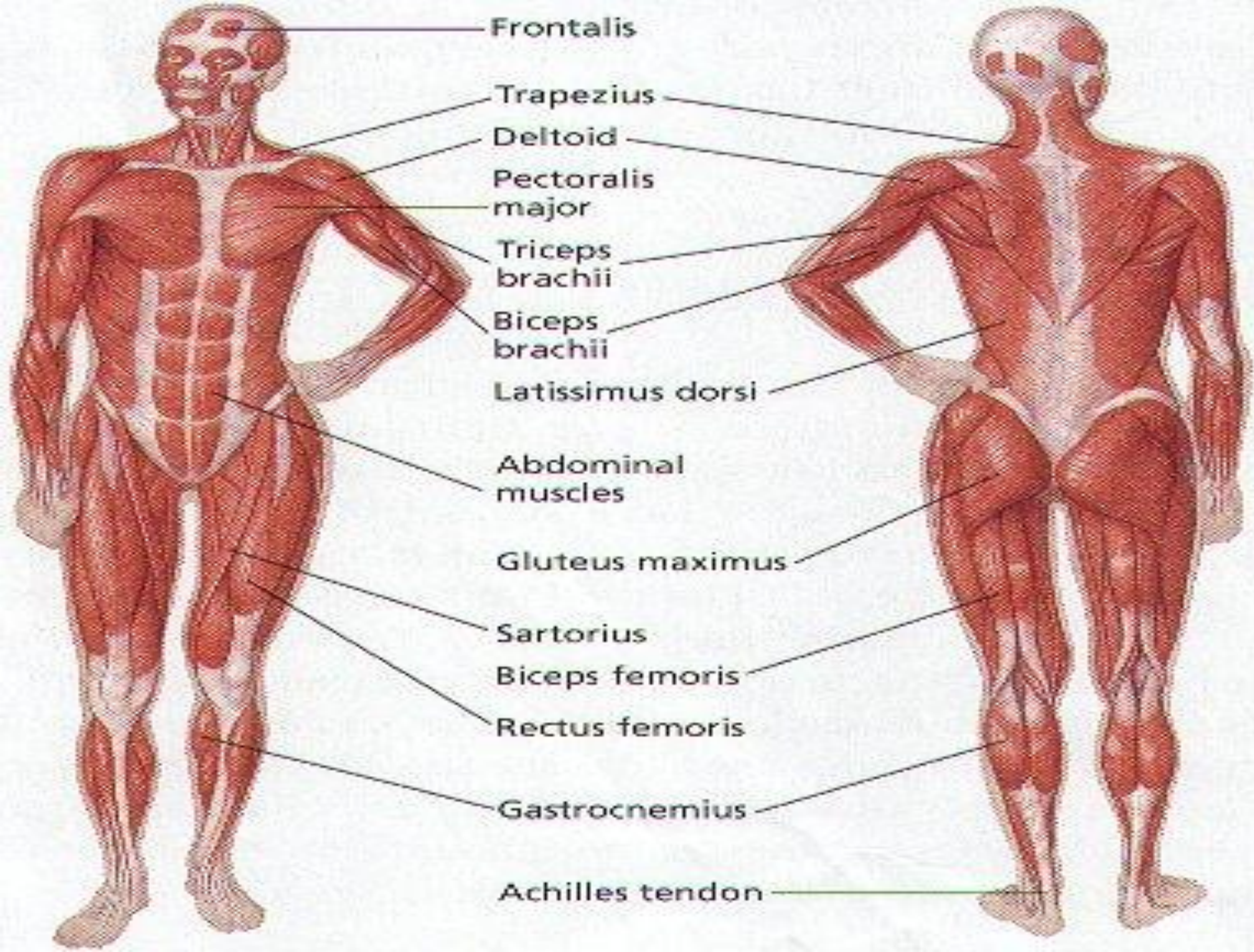
กล้ามเนื้อสะโพกและกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง



กล้ามเนื้อปลายขาและกล้ามเนื้อเท้า







Frontalis

Trapezius

Deltoid

Pectoralis major

Triceps brachii

Biceps brachii

Latissimus dorsi

Abdominal muscles

Gluteus maximus

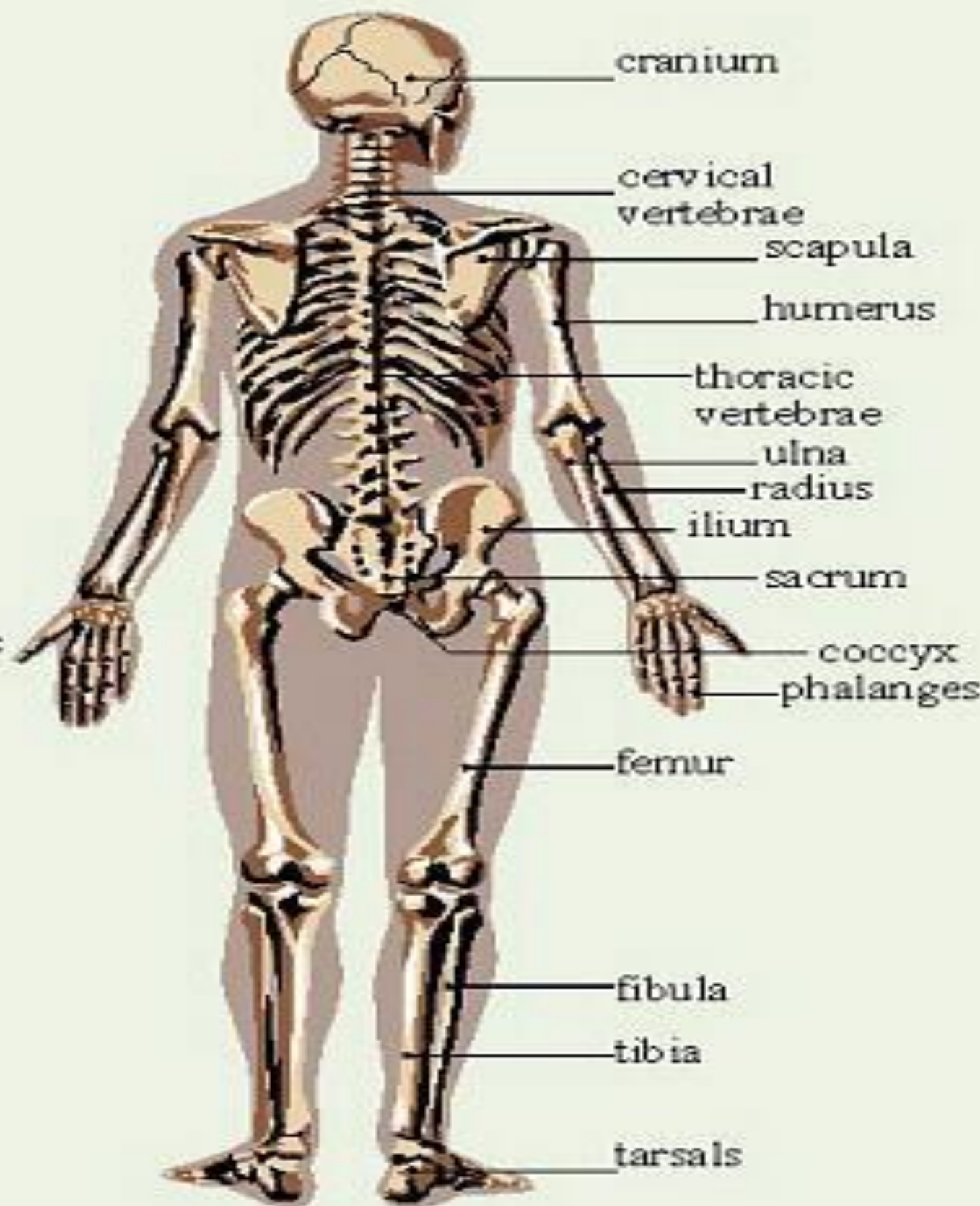
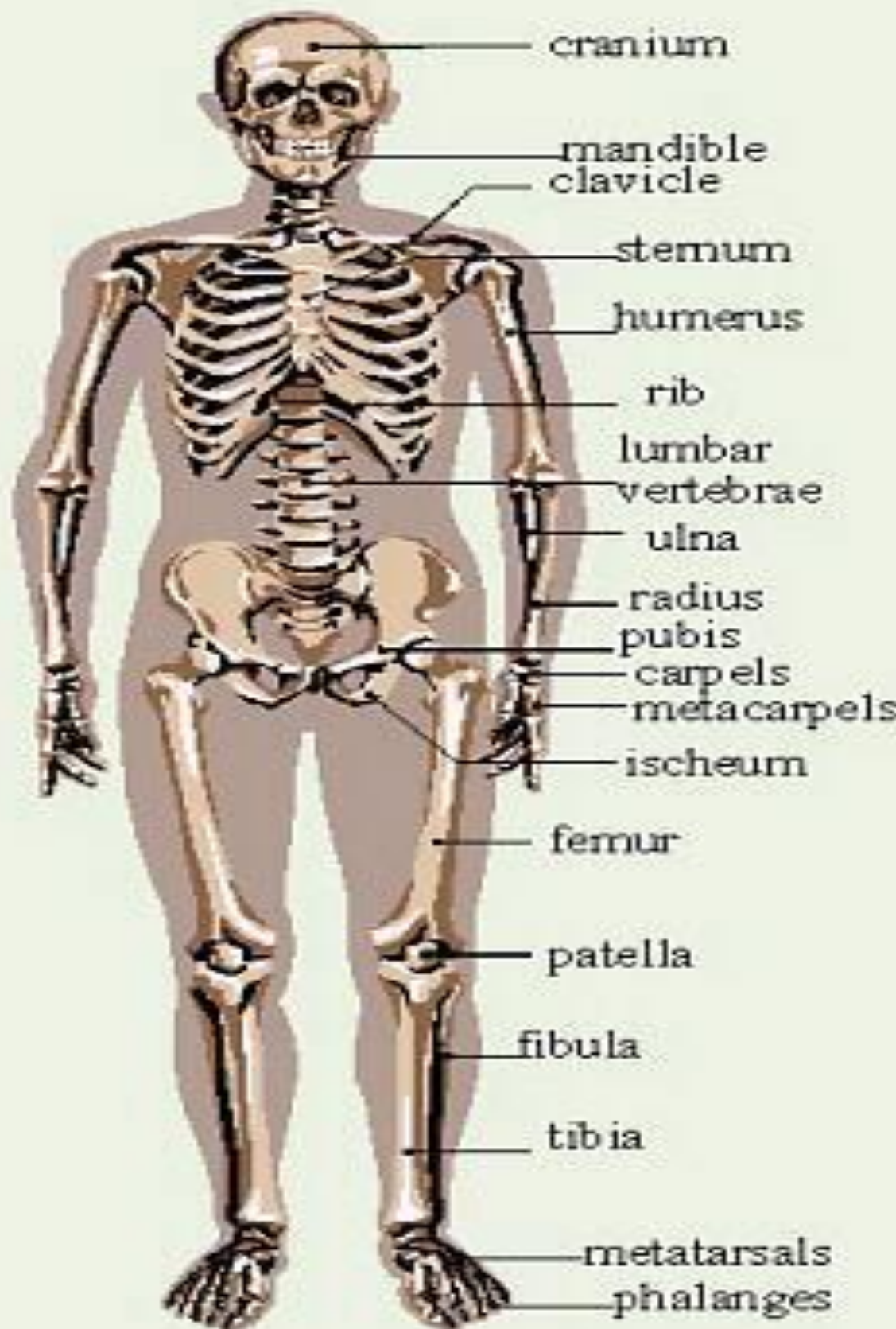
Sartorius

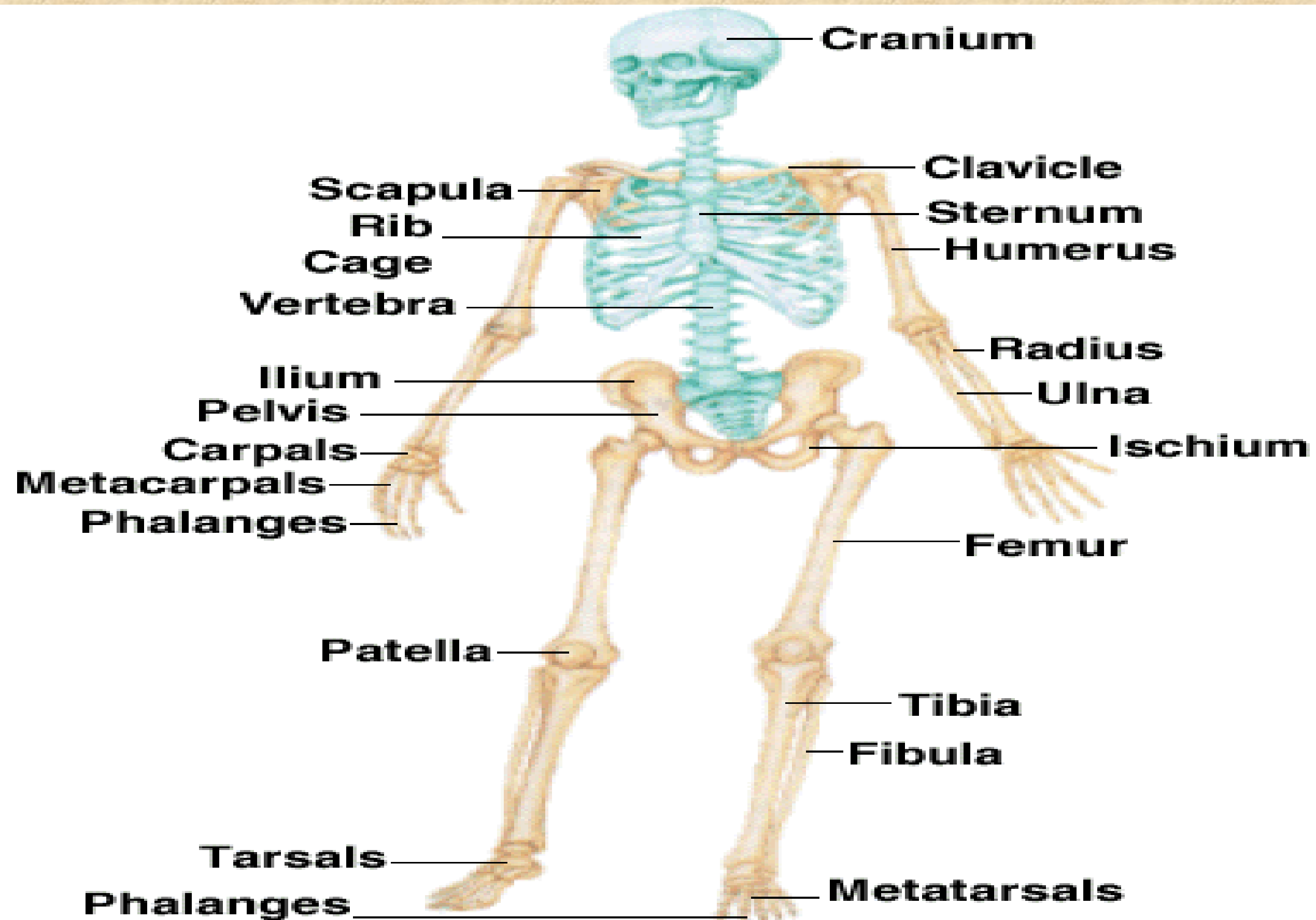
Biceps femoris

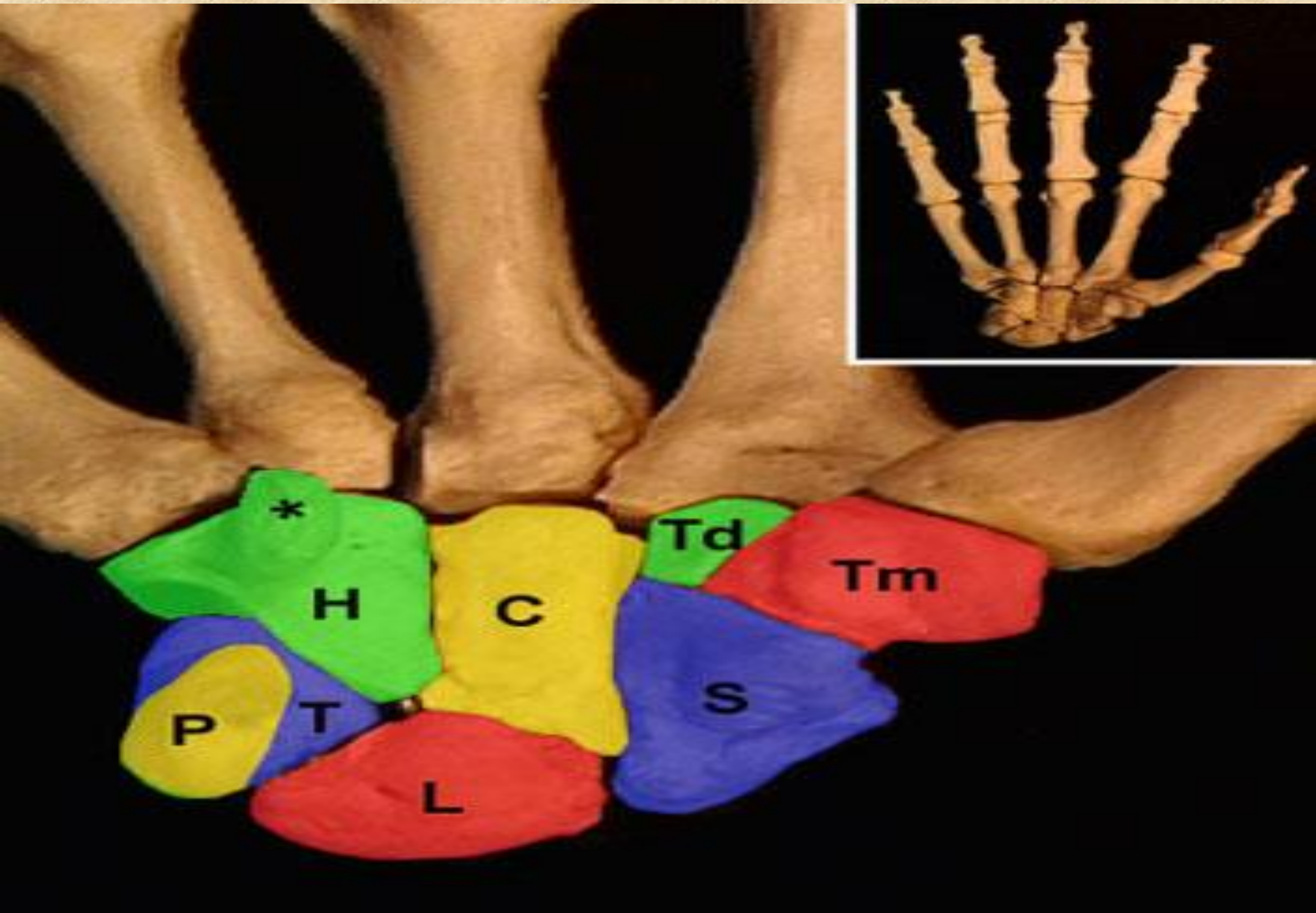
Rectus femoris

Gastrocnemius

Achilles tendon







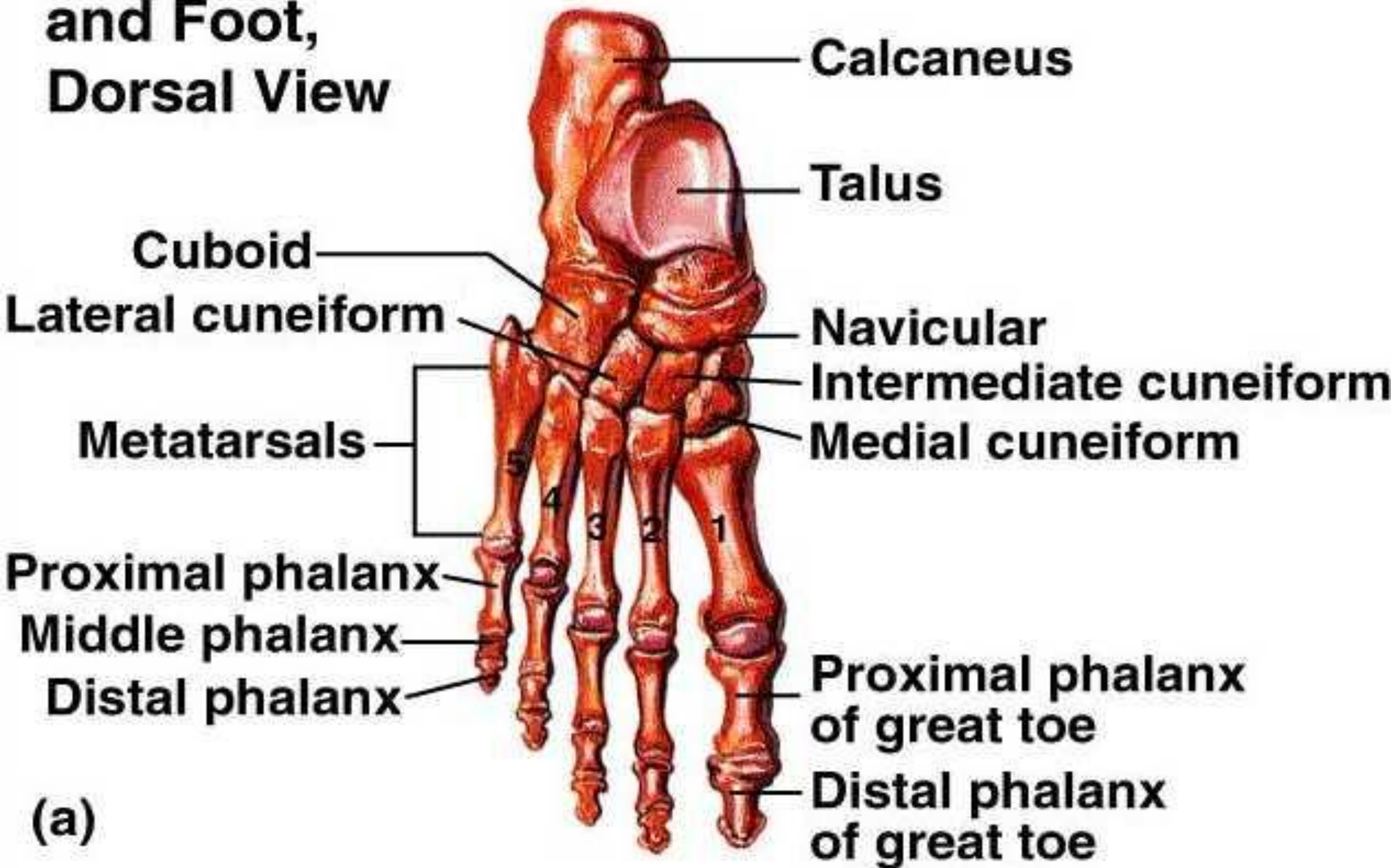
Femur

Fibula

Tibia

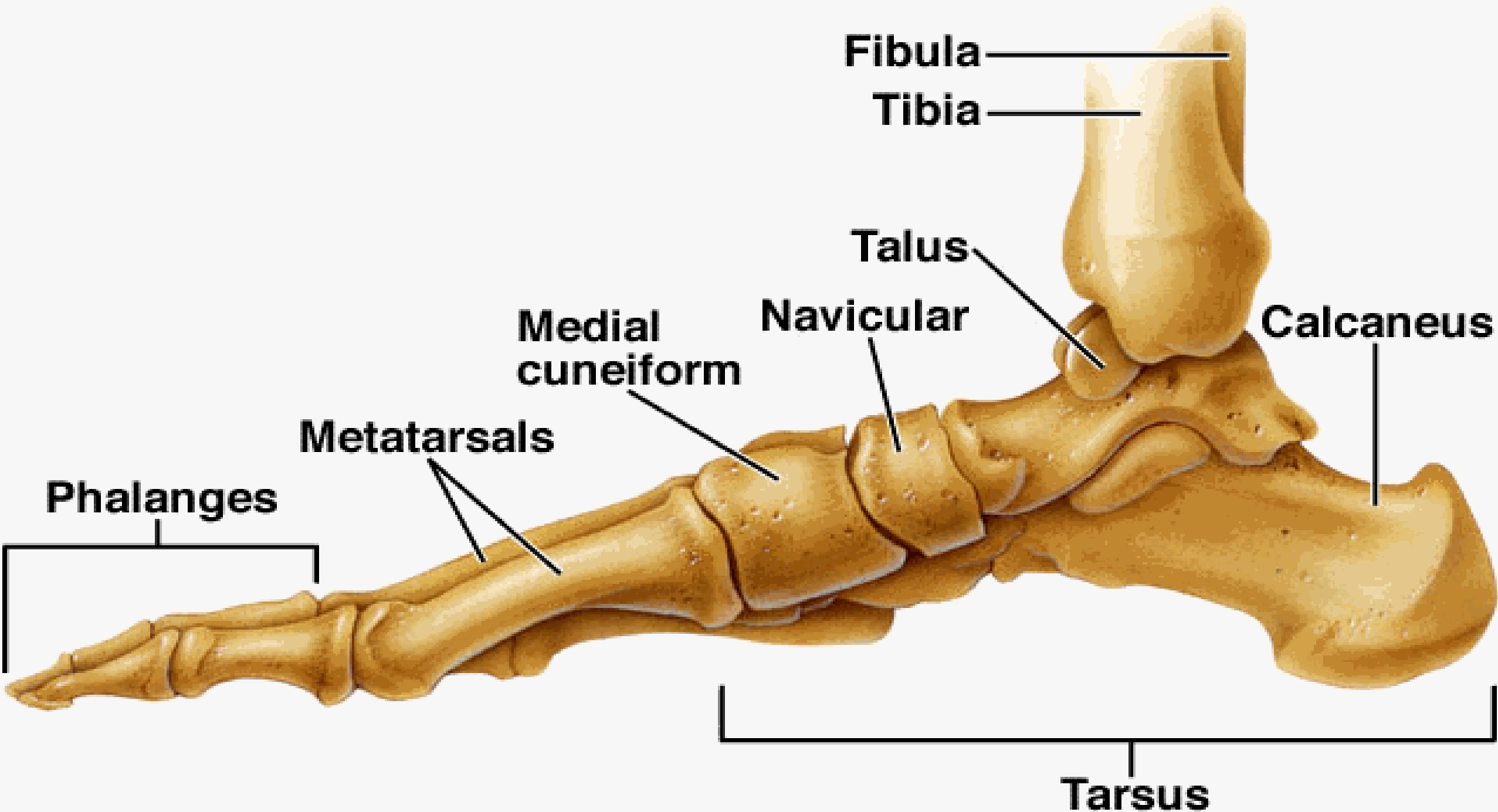


Bones of the Right Ankle and Foot, Dorsal View



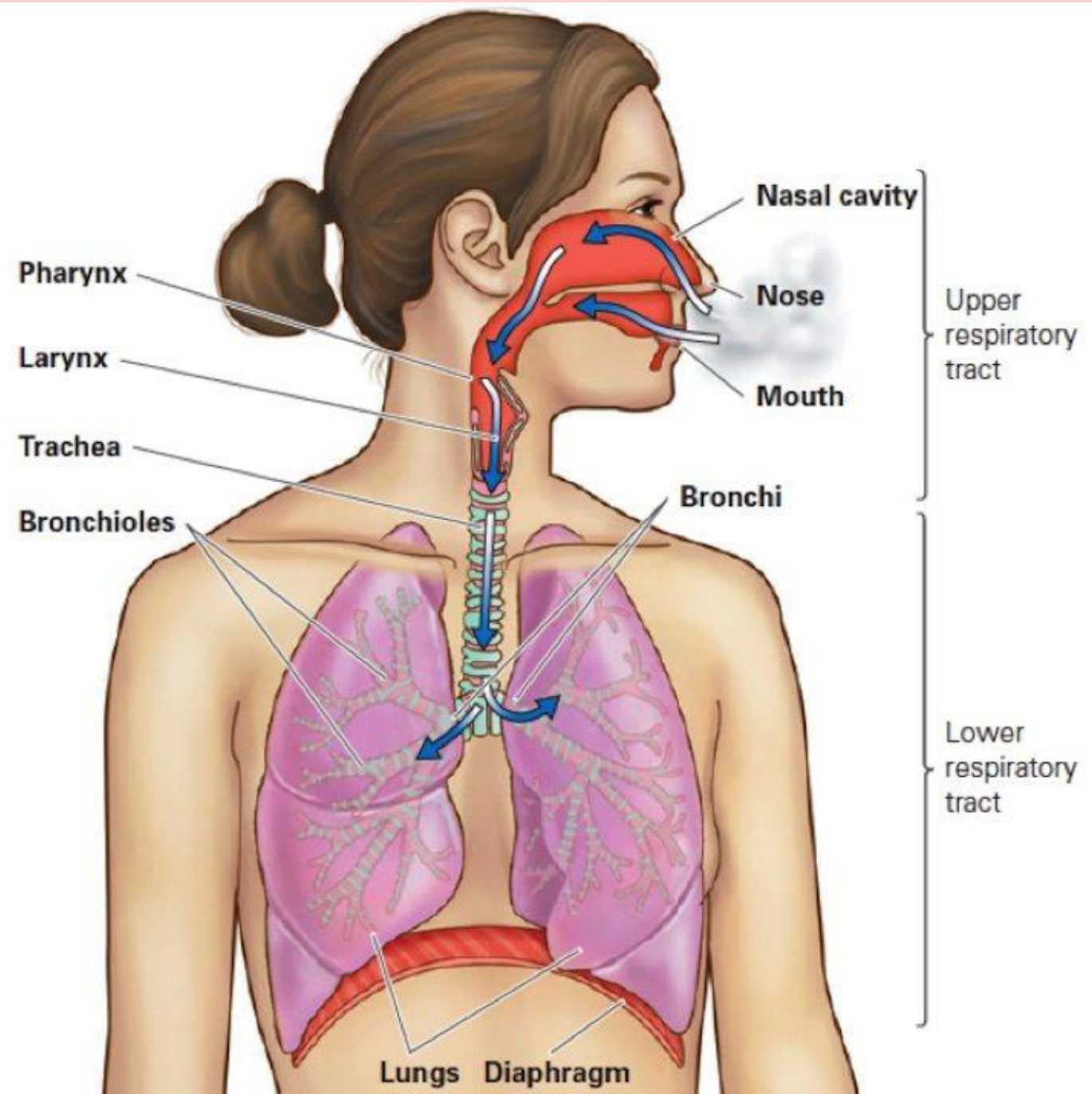
(a)

Bones of the Foot

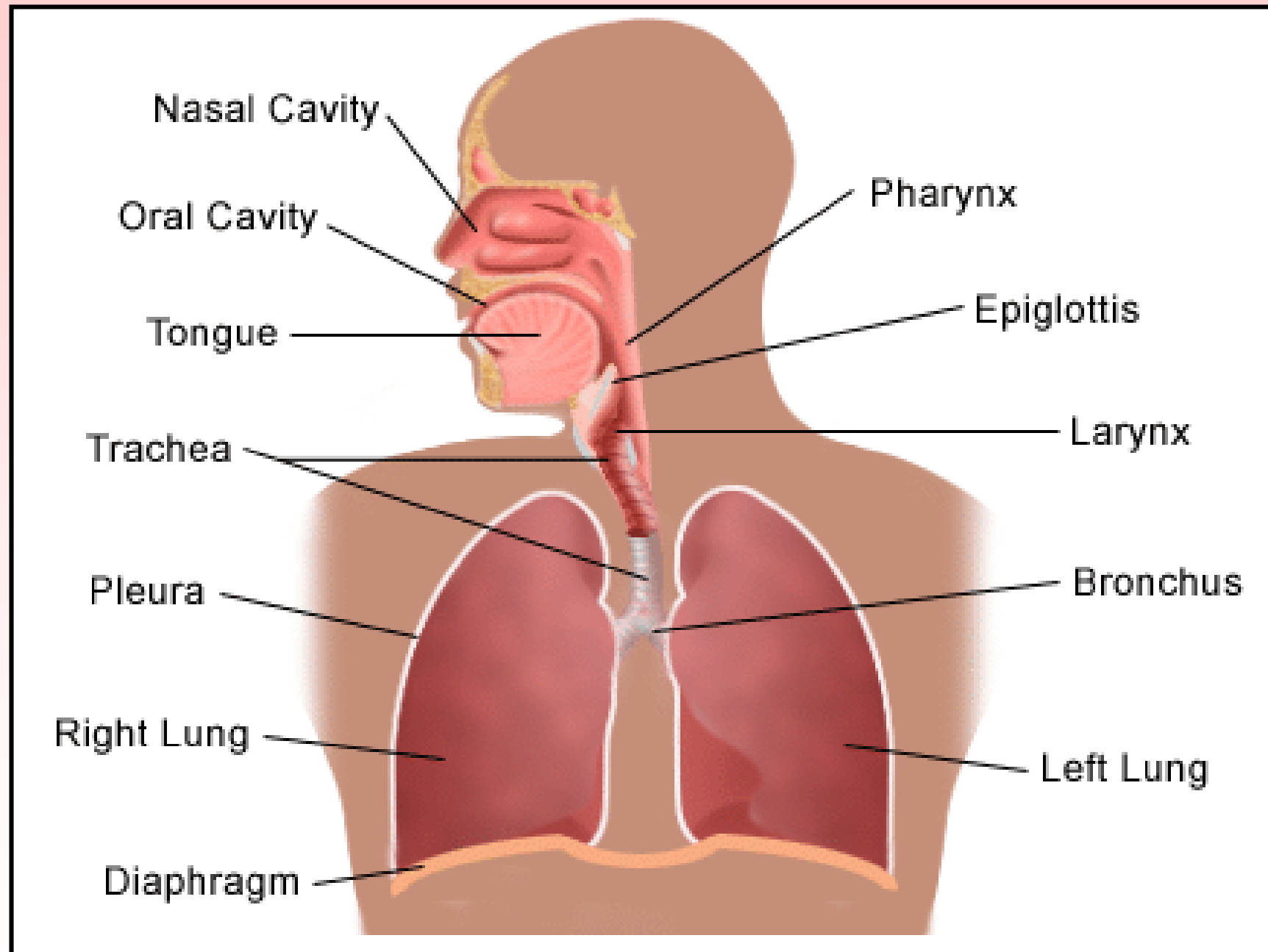


อวัยวะที่ประกอบเป็นระบบหายใจ

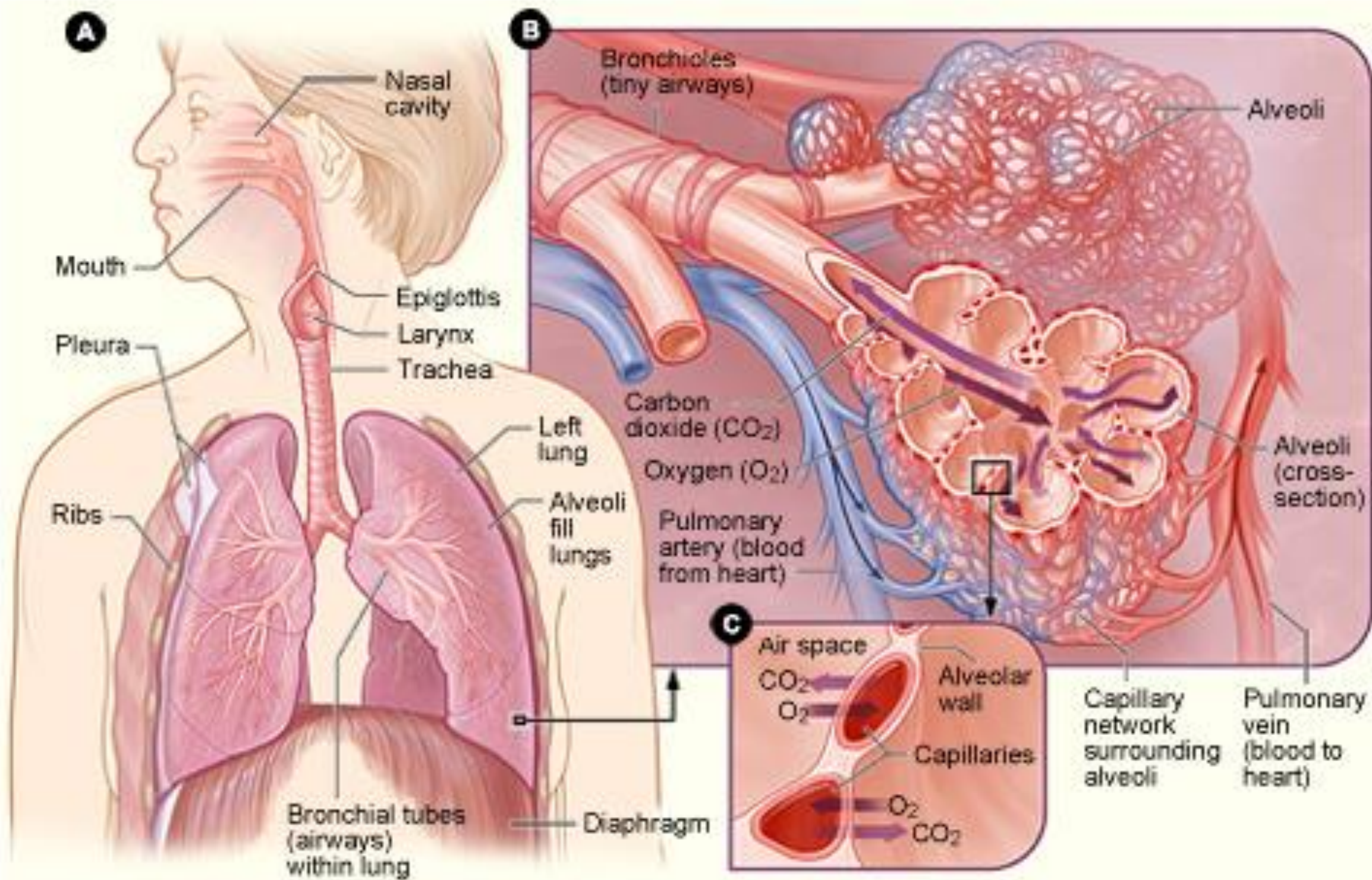
- จมูก (Nose)
- คอหอย (Pharynx)
- กล่องเสียง (Larynx)
- หลอดลม (Trachea)
- ปอด (Lung)



ระบบหายใจ (Respiratory system)



ระบบหายใจ (Respiratory system)

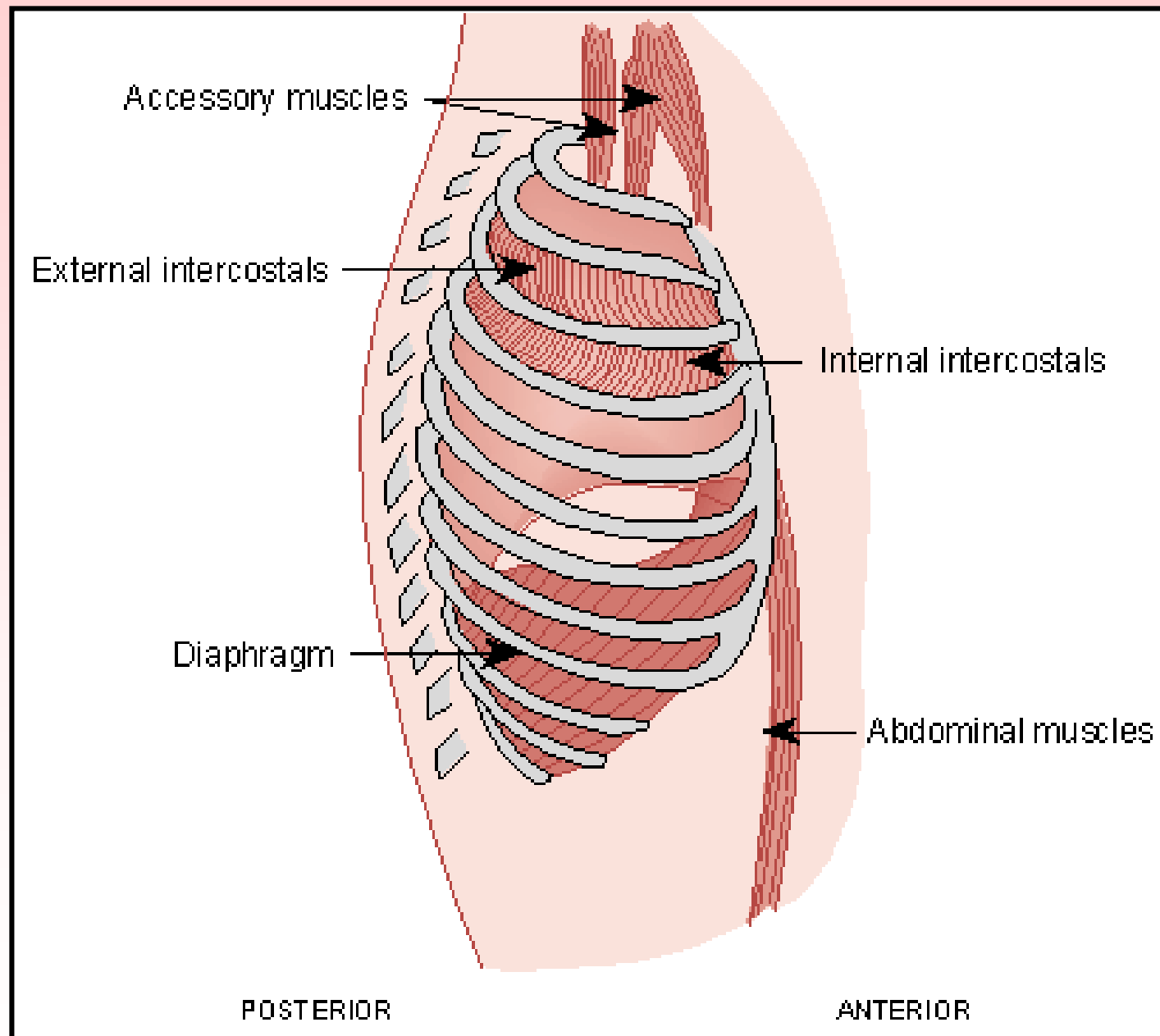


กล้ามเนื้อที่ช่วยในการหายใจ

- กะบังลม (Diaphragm)
- External intercostal muscle
- Internal intercostal muscle
- กล้ามเนื้อหน้าท้อง (Rectus abdominis muscle)



กล้ามเนื้อที่ช่วยในการหายใจ



Muscles Involved in Breathing

Muscles of inspiration

Muscles of expiration

Sternocleidomastoid

Scalenes

External
intercostals

Parasternal
intercostals

Diaphragm

Internal intercostals

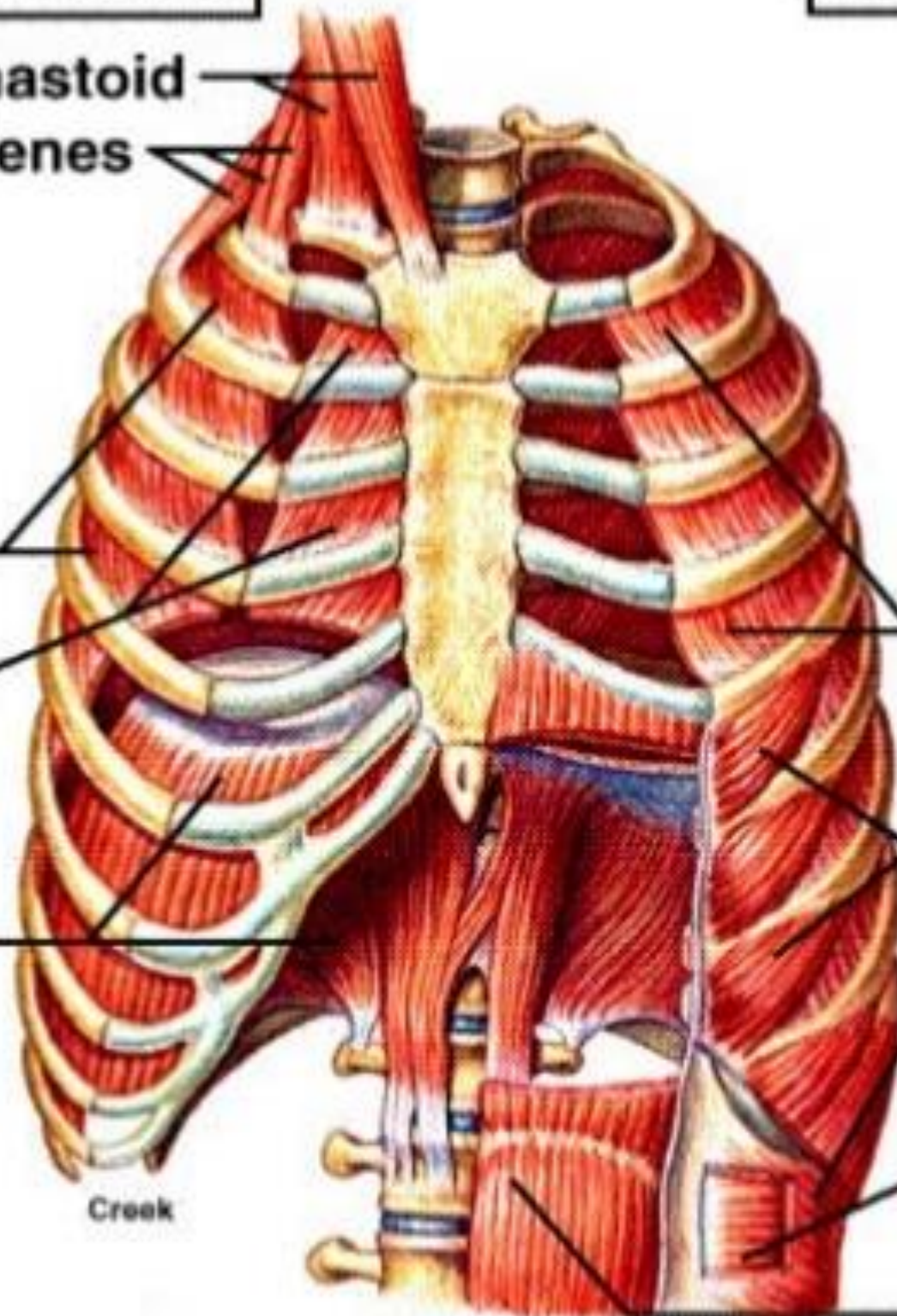
External abdominal
oblique

Internal abdominal
oblique

Transversus
abdominis

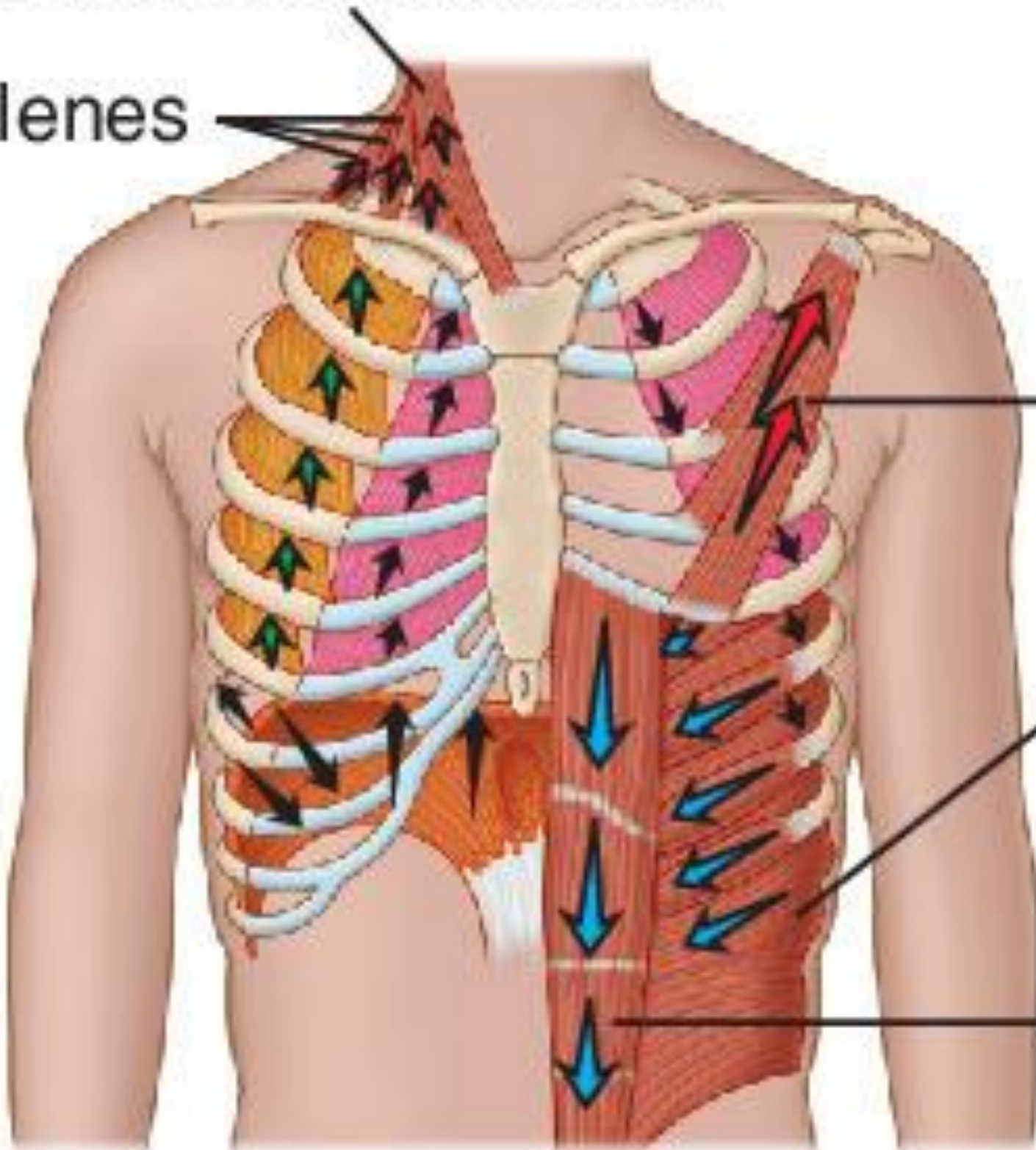
Rectus abdominis

Creek



Sternocleidomastoid

Scalenes



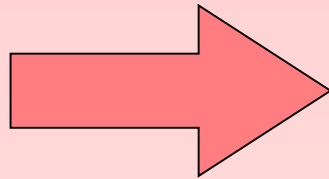
Pectoralis minor

External abdominal oblique

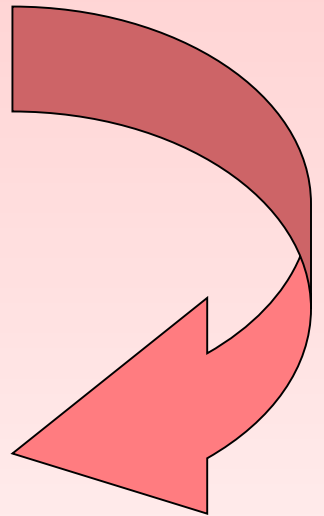
Rectus abdominis

กลไกในการหายใจเข้า

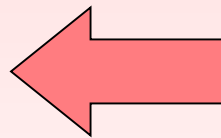
กะบังลมและ External
intercostal m. หดตัว



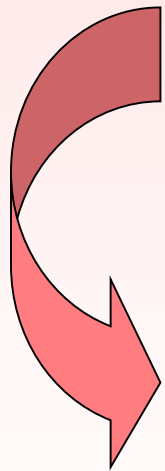
ช่องระหว่าง Ribs
หดตัวลง



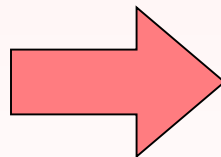
กะบังลมแบนลง



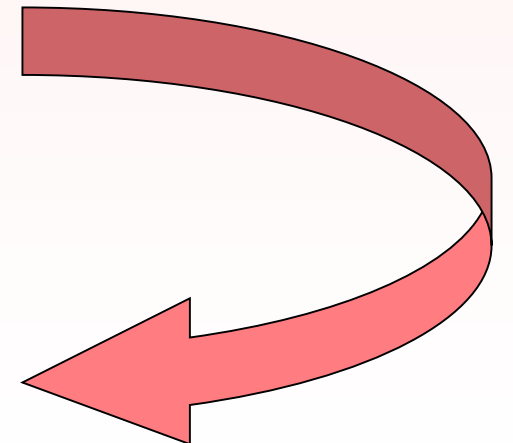
Ribs ถูกยกขึ้นข้างบน



ช่องอกขยายออก



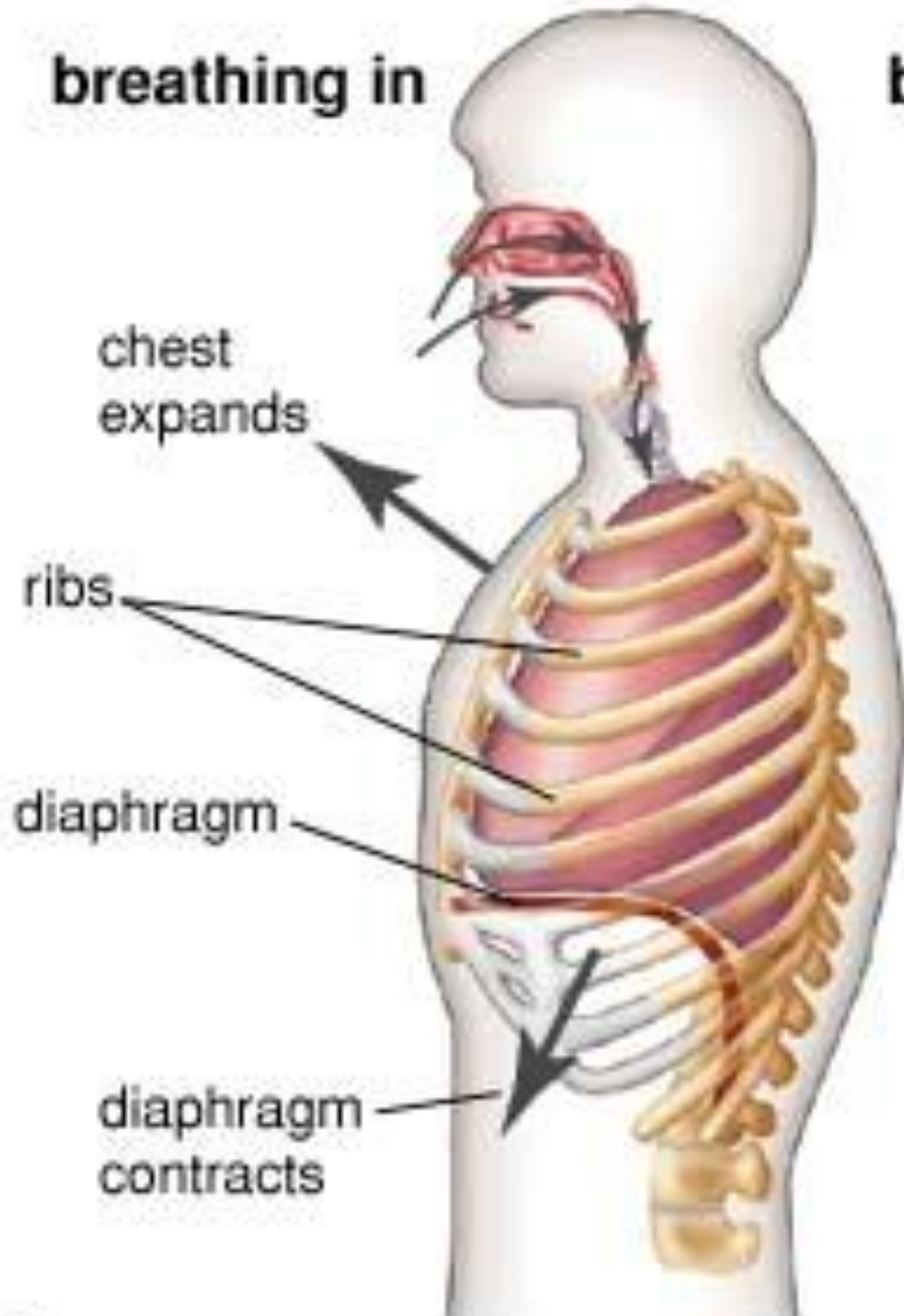
ความดันลดลง



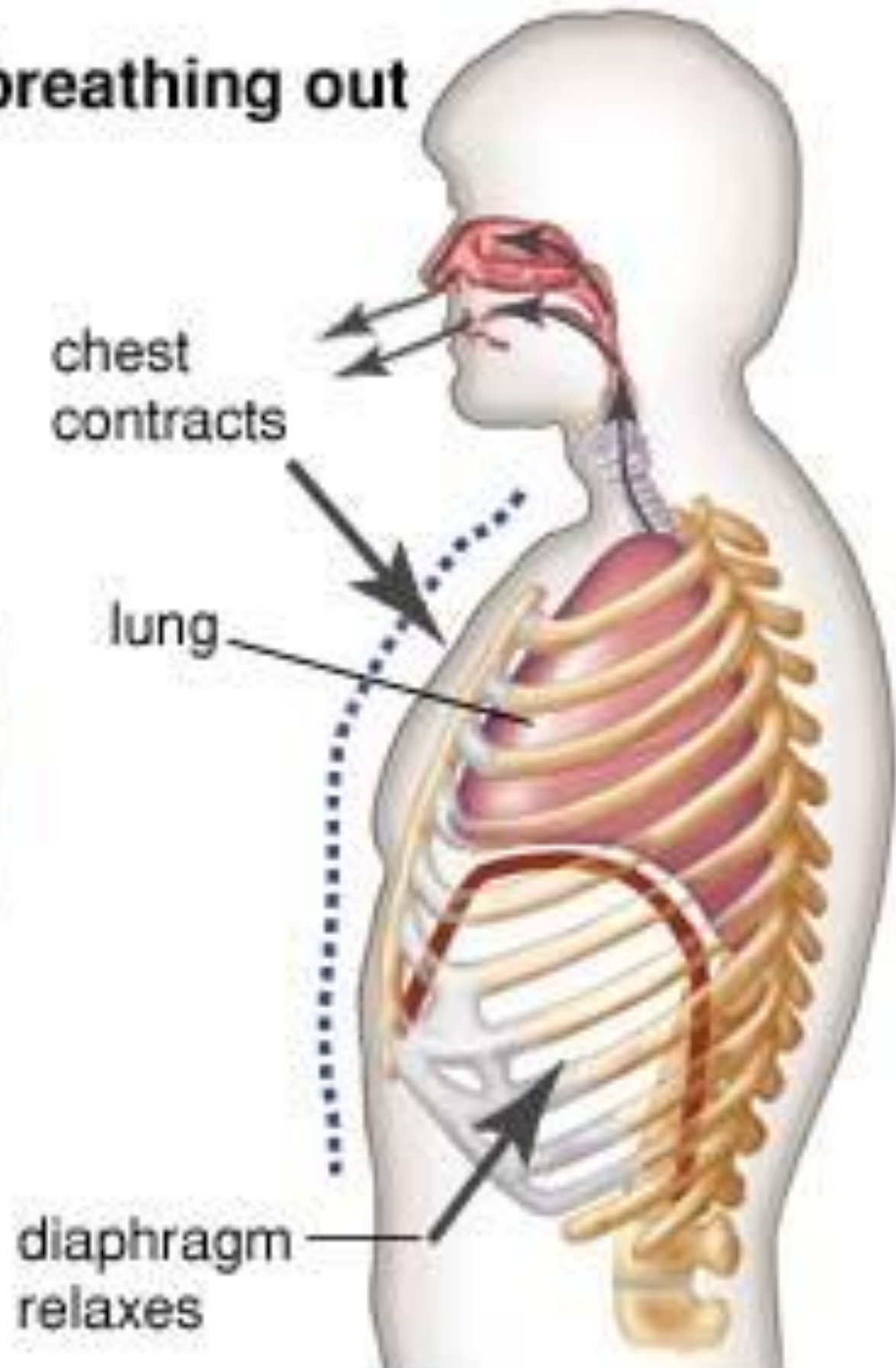
อากาศเข้าปอด



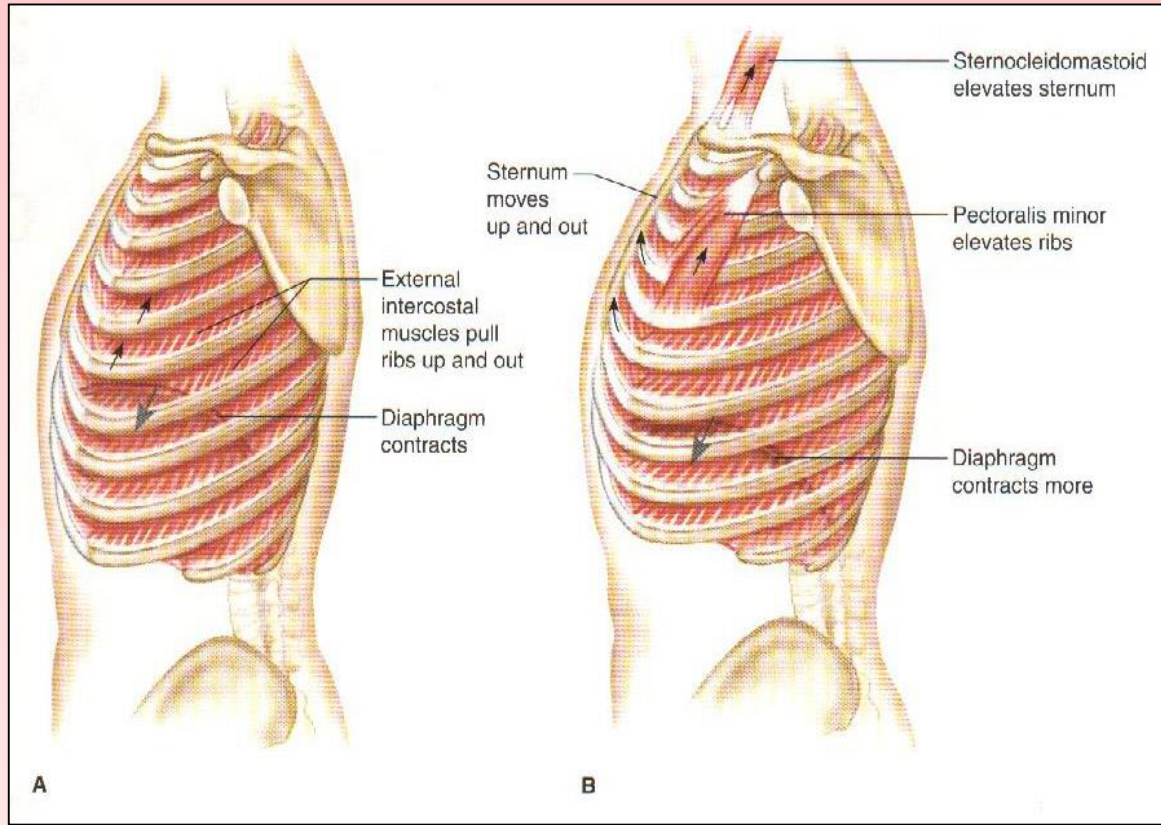
breathing in



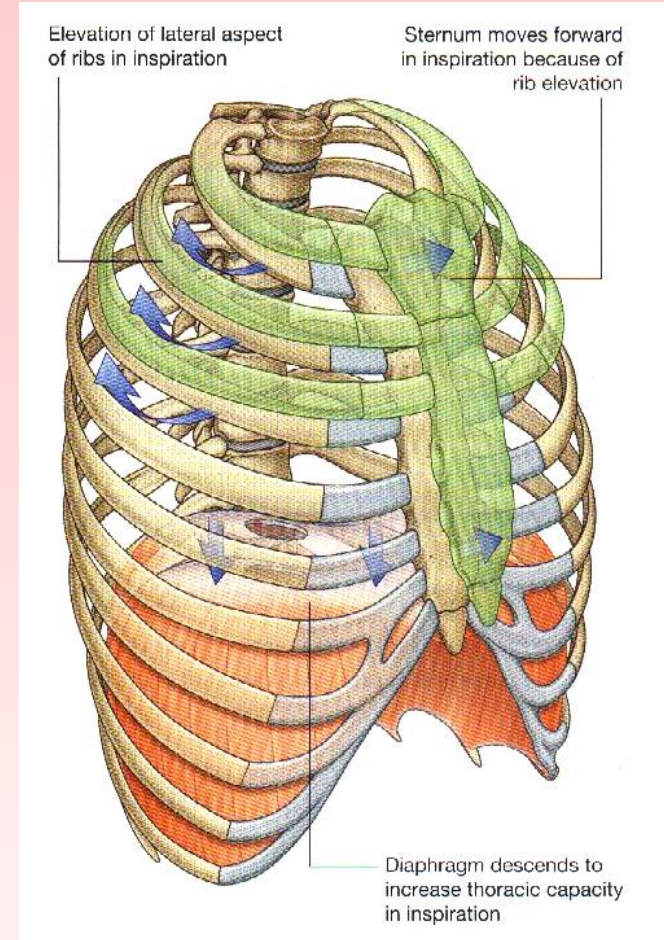
breathing out



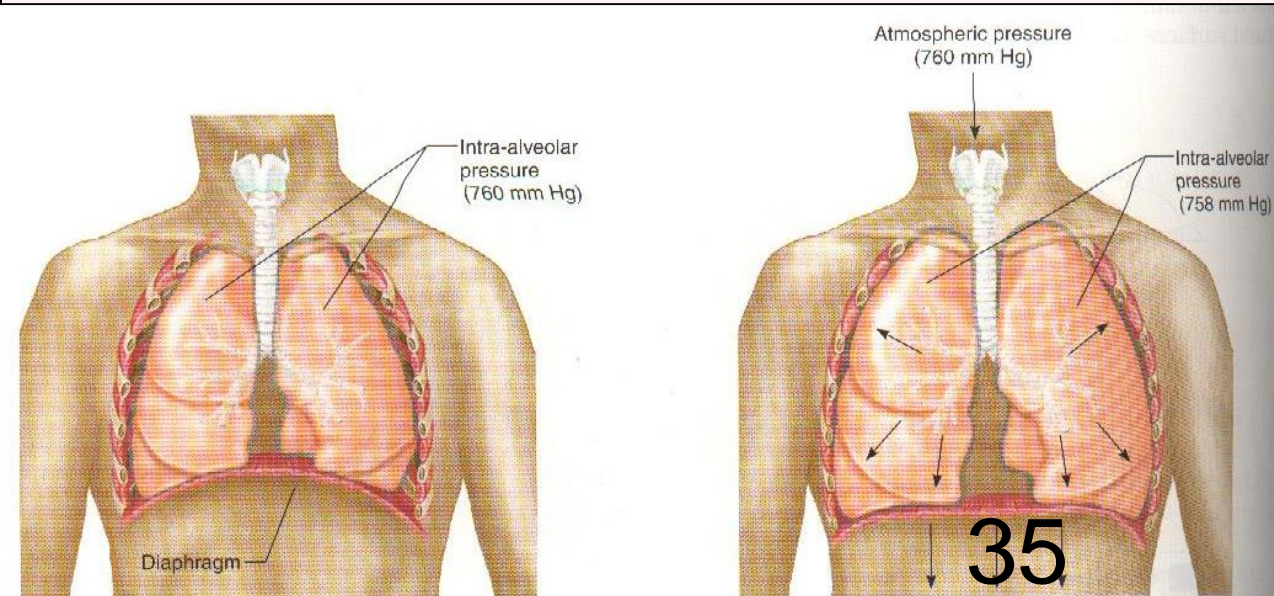
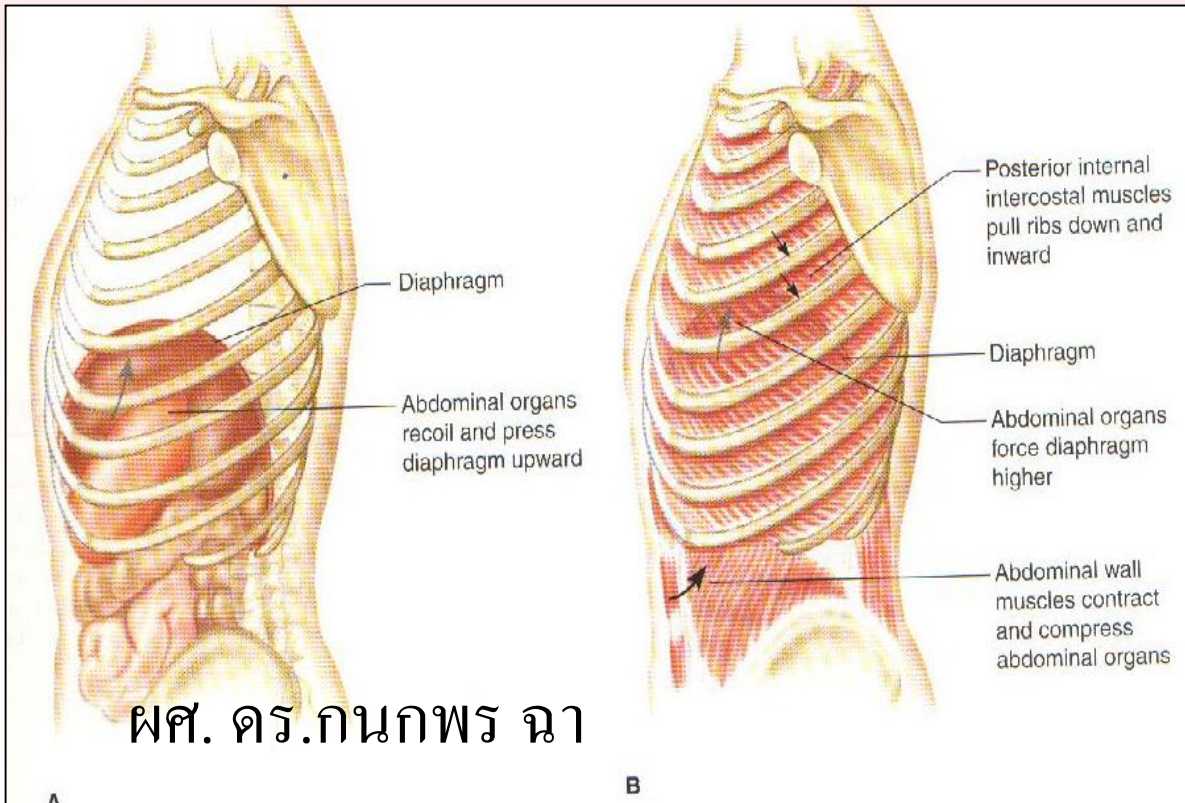
inspiration



Movement of thoracic wall during Respiration



Expiration



พศ. ดร.กนกพร ฉา

กลไกในการหายใจออก

กะบังลม&External
intercostal m. คลายตัว

ช่องอกกลับสู่ขนาดเดิม

Cartilage และการ
ขยายตัวของปอดคืน

กะบังลมแบนลง

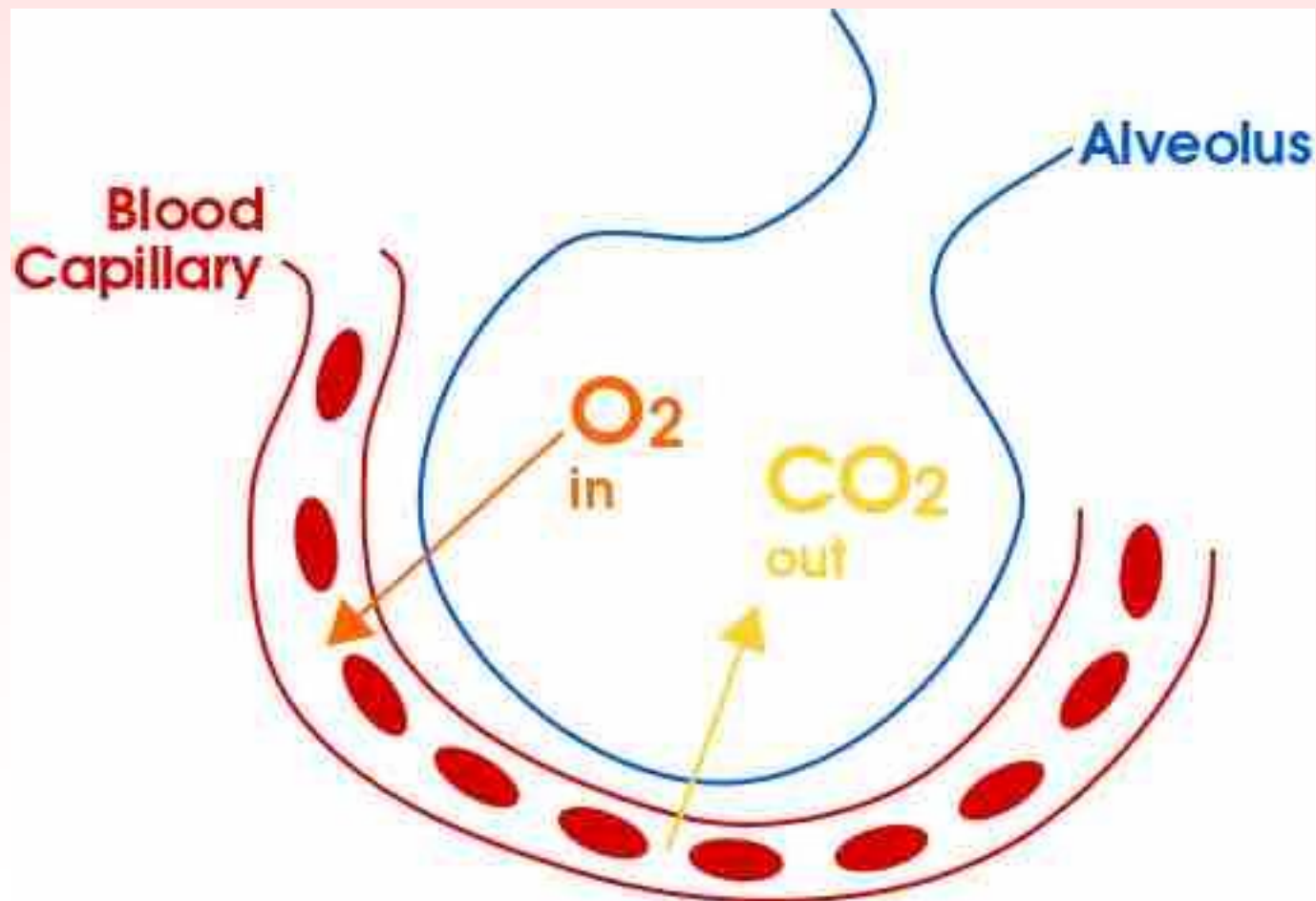
กลับ
ความดันเพิ่มขึ้นเล็กน้อย

อากาศออกจากปอด

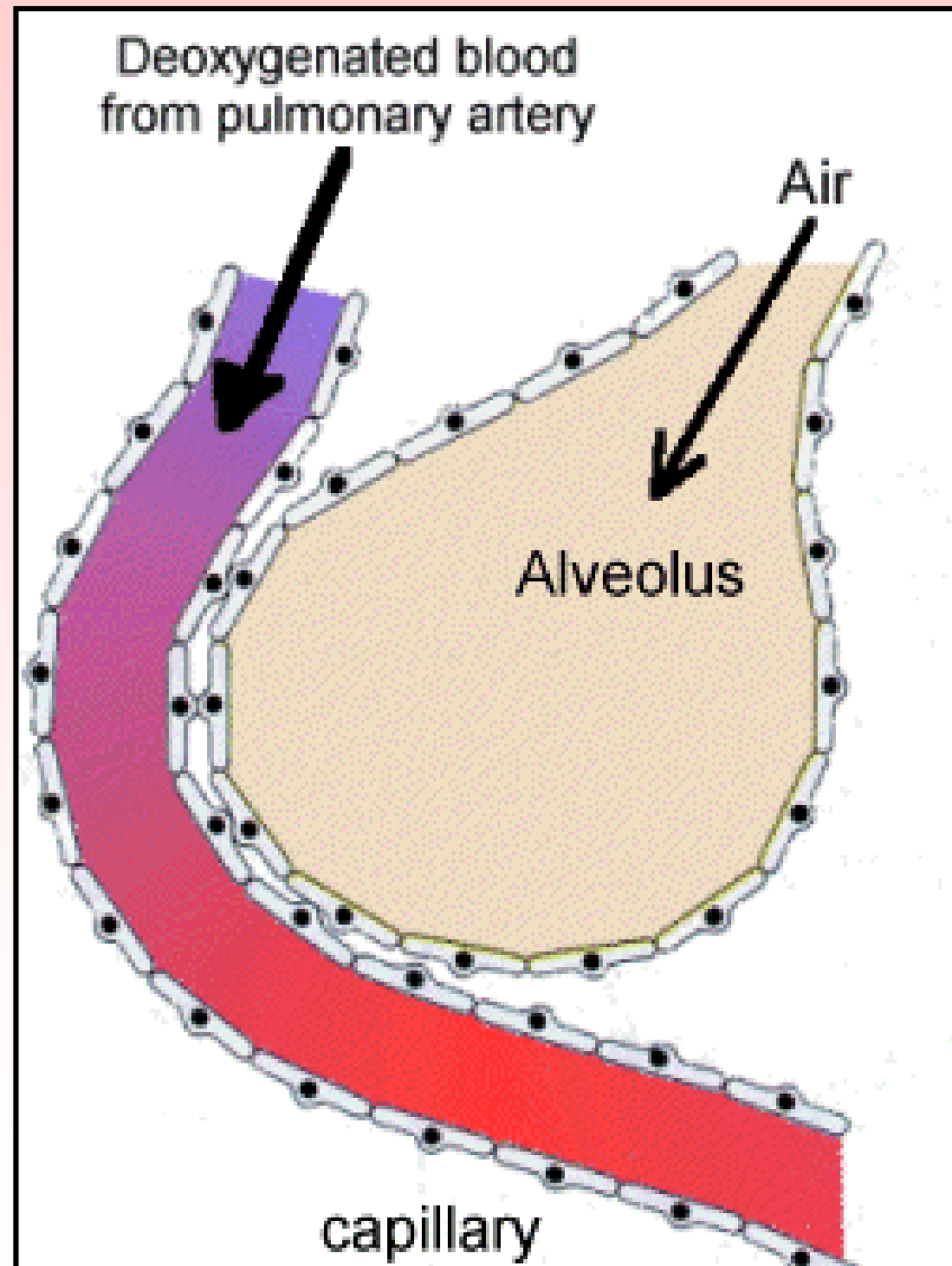


การแลกเปลี่ยนภายในปอด

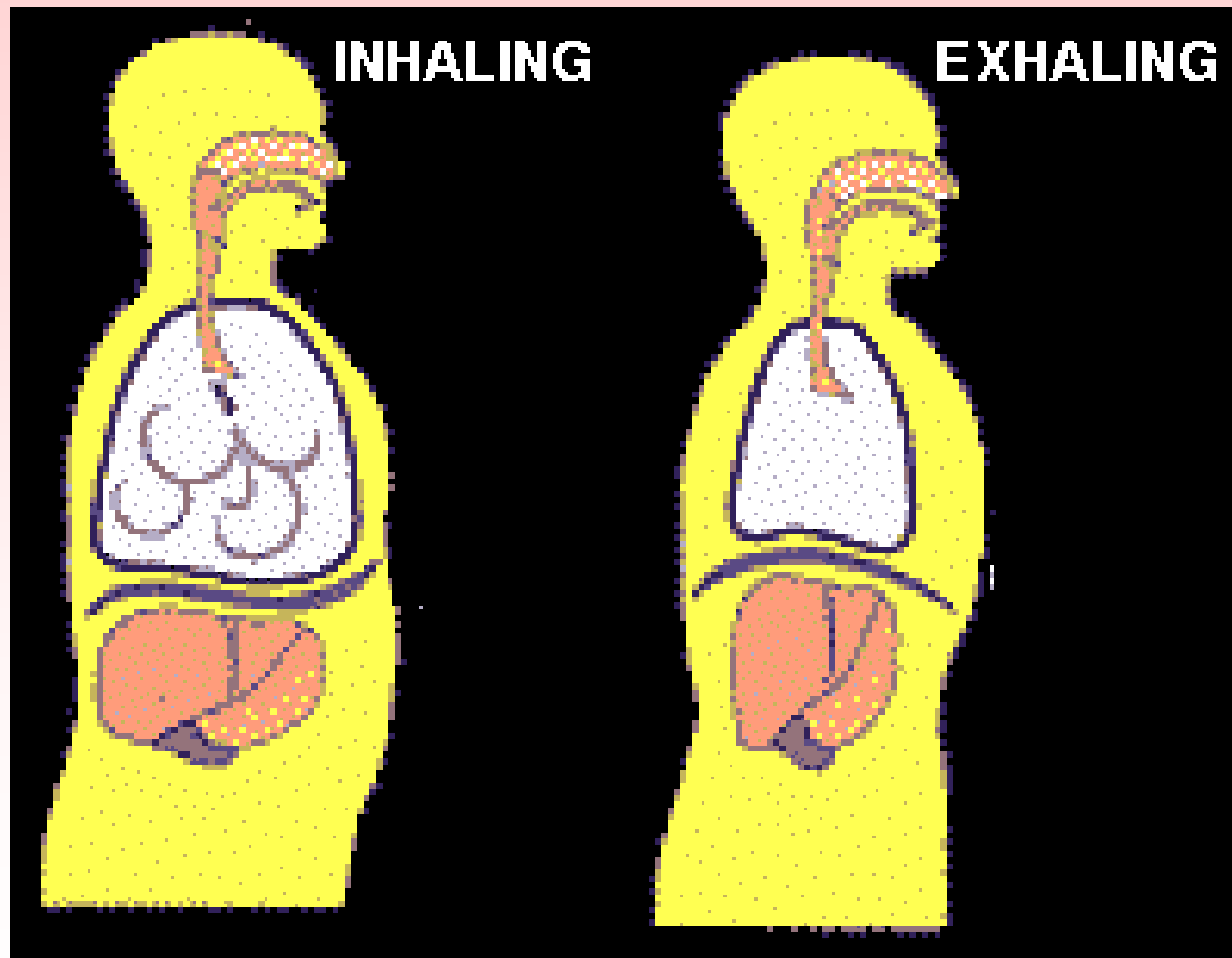
- เริ่มต้นตั้งแต่ที่แขนงปอด ท่อของถุงลม ถุงลม
- O_2 ในอากาศที่หายใจเข้า แพร่ไปสู่อุณหภูมิ
- CO_2 ในเส้นเลือดฝอย ออกไปทางการหายใจออก



การแลกเปลี่ยนก๊าซในปอด

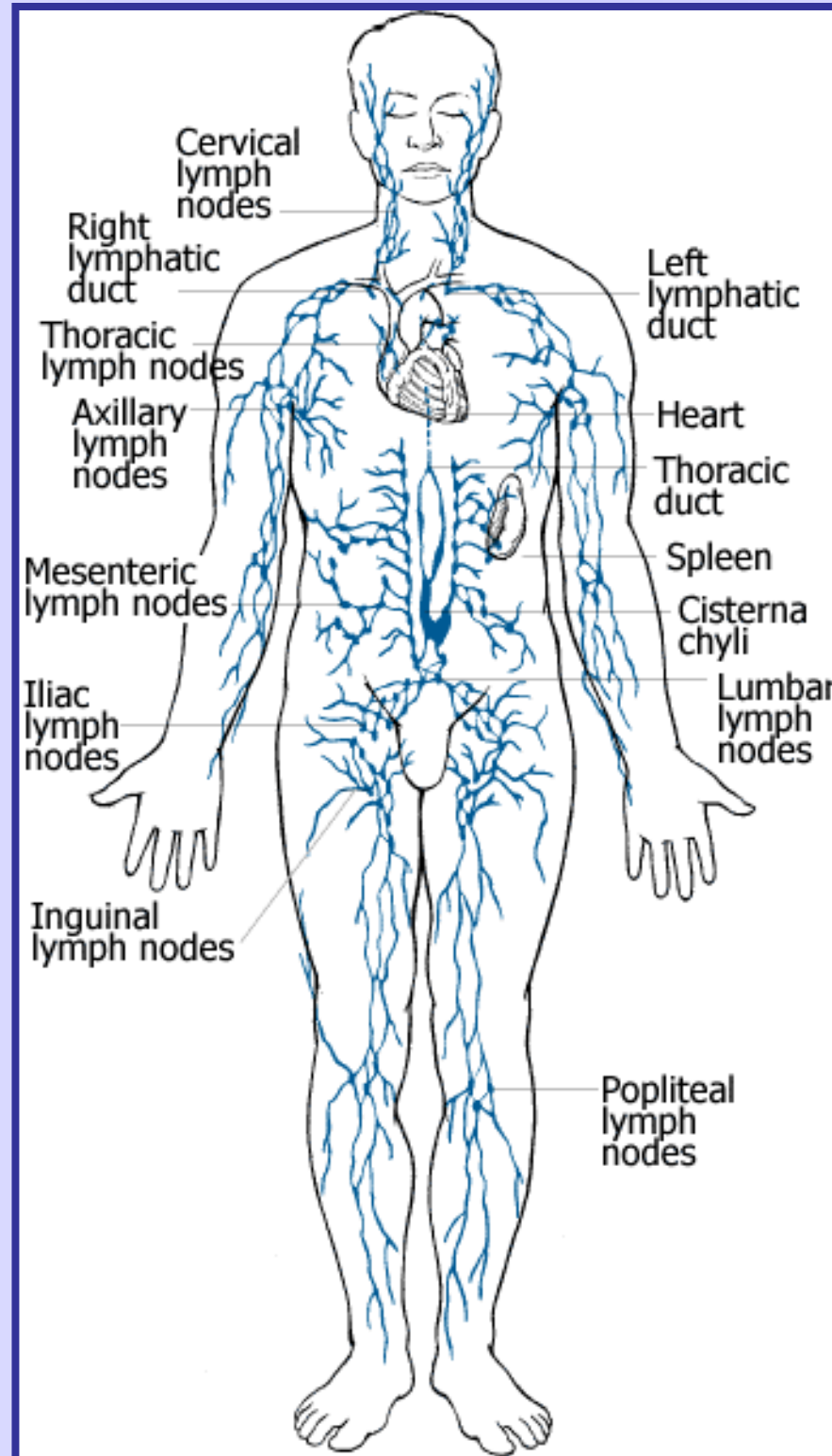


การหายใจที่ถูกต้องวิธี



อวัยวะในระบบน้ำเหลือง

ต่อมน้ำเหลือง

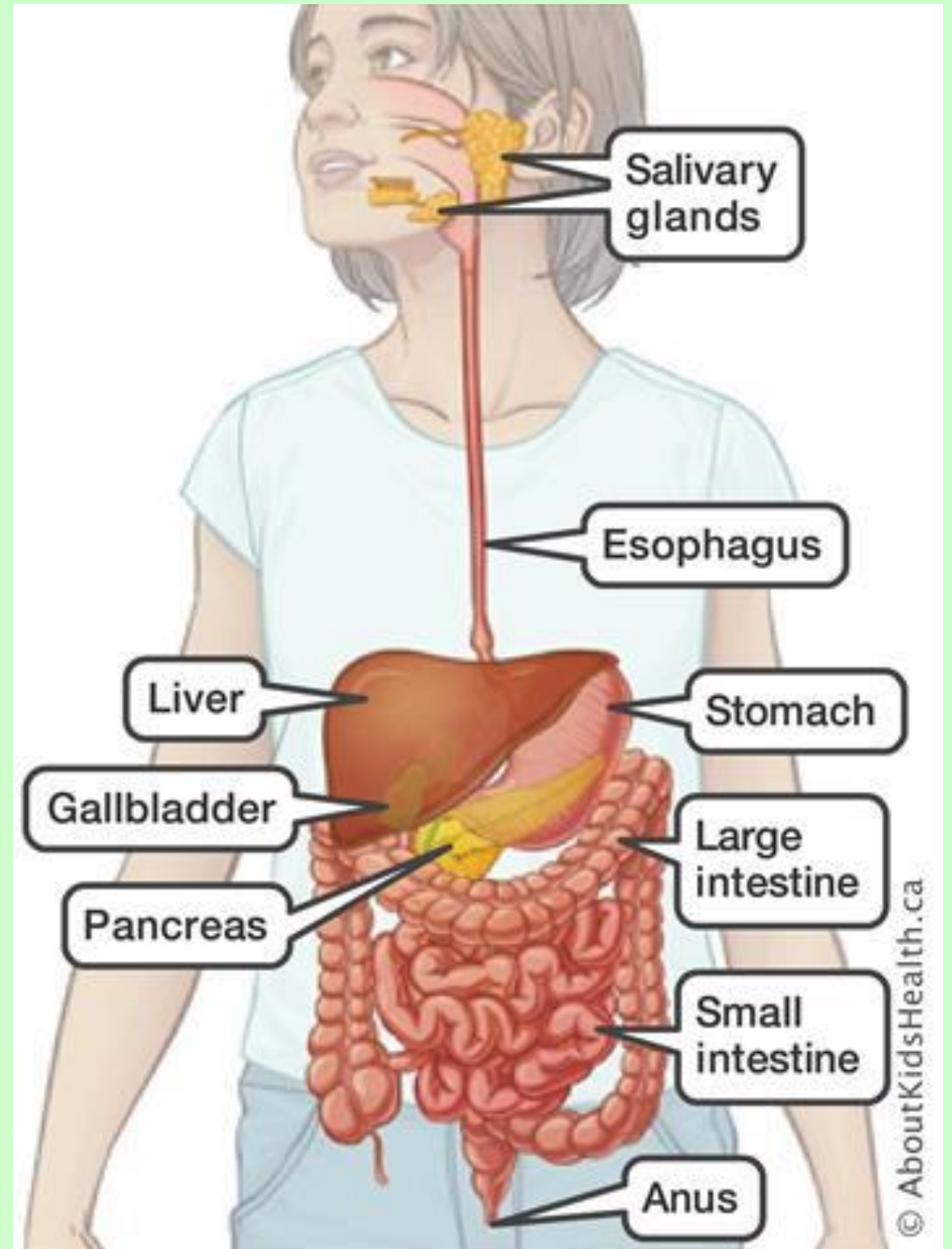


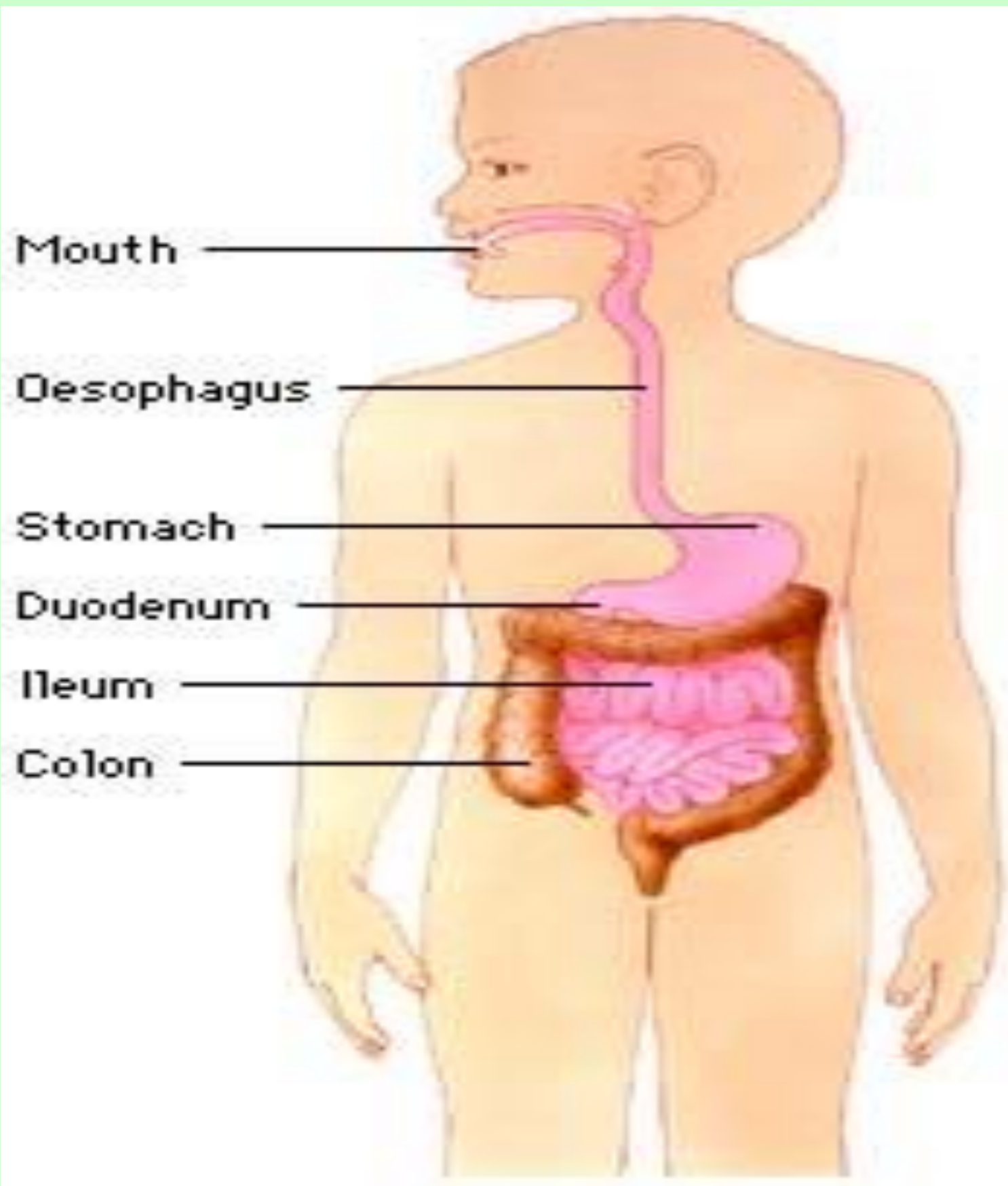
การย่อยอาหาร (Digestion)

- กระบวนการแปรสภาพอาหารที่มีโมเลกุลใหญ่ให้เป็นโมเลกุลเล็กลง เรียกว่า การย่อยอาหาร

อวัยวะในระบบย่อยอาหาร

- ท่อทางเดินอาหาร (Alimentary canal) ประกอบด้วยส่วนต่างๆต่อไปนี้ คือ ปาก (mouth) คอหอย (pharynx) หลอดอาหาร (esophagus) กระเพาะอาหาร (stomach) ลำไส้เล็ก (small intestine) และลำไส้ใหญ่ (large intestine)





Mouth

Oesophagus

Stomach

Duodenum

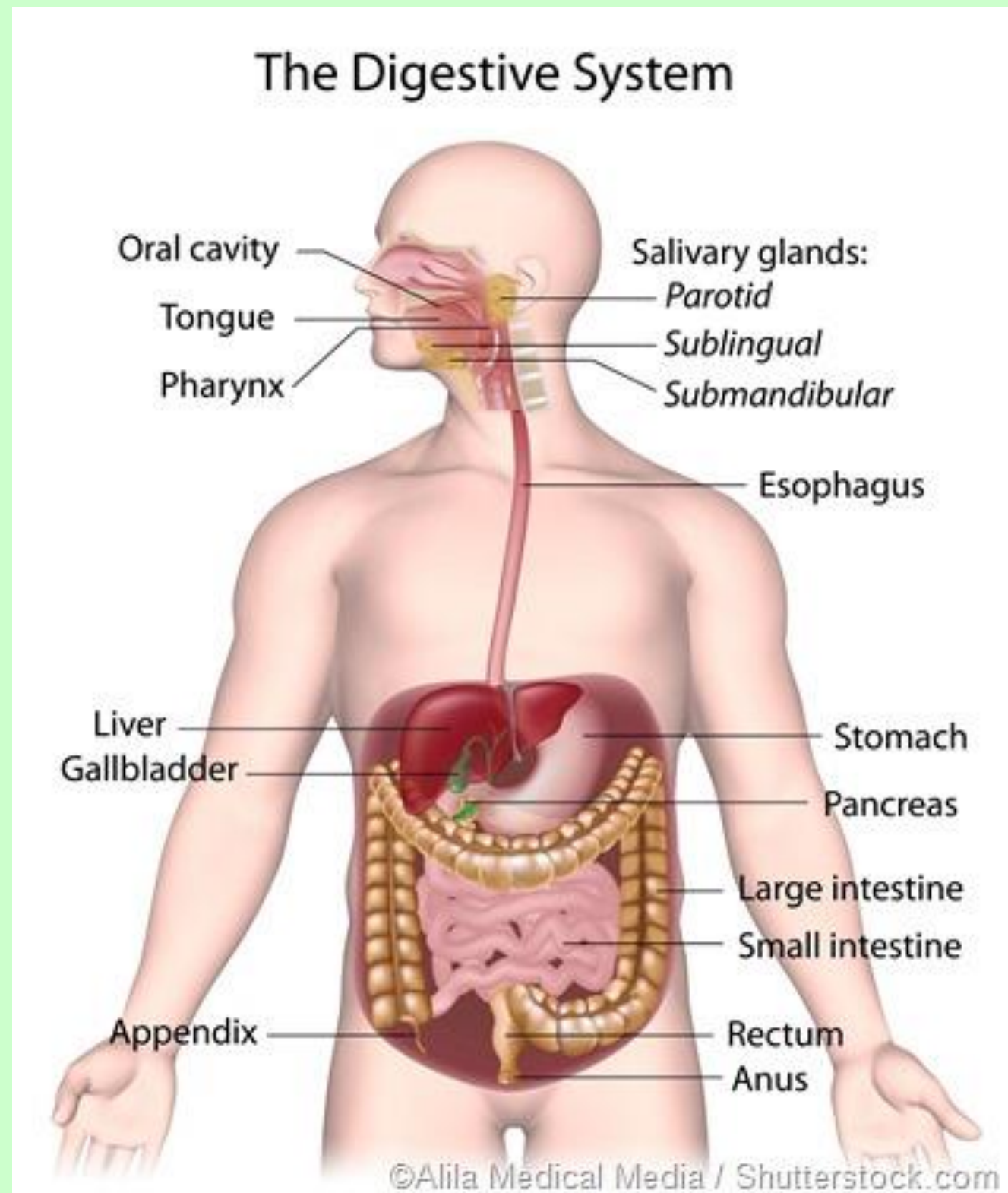
Ileum

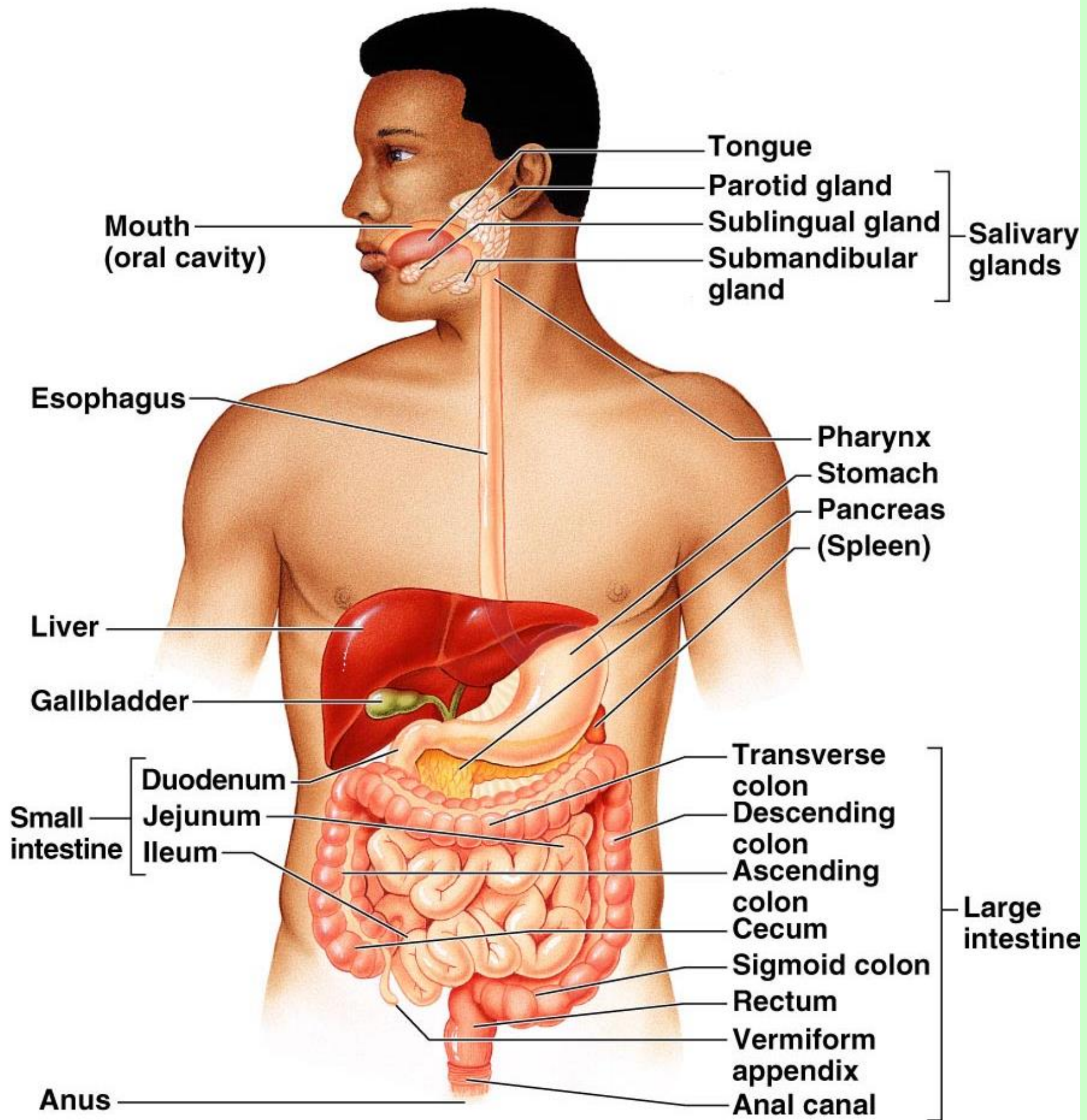
Colon

อวัยวะเสริมในการย่อย

(Accessory digestive organs)

อวัยวะในกลุ่มนี้ได้แก่ ฟัน (teeth) ลิ้น (tongue) ต่อมน้ำลาย (salivary glands) ตับ (liver) ถุงน้ำดี (gall bladder) และตับอ่อน (pancreas)





การย่อยอาหารของส่วนต่าง ๆ

การย่อยอาหารในปาก

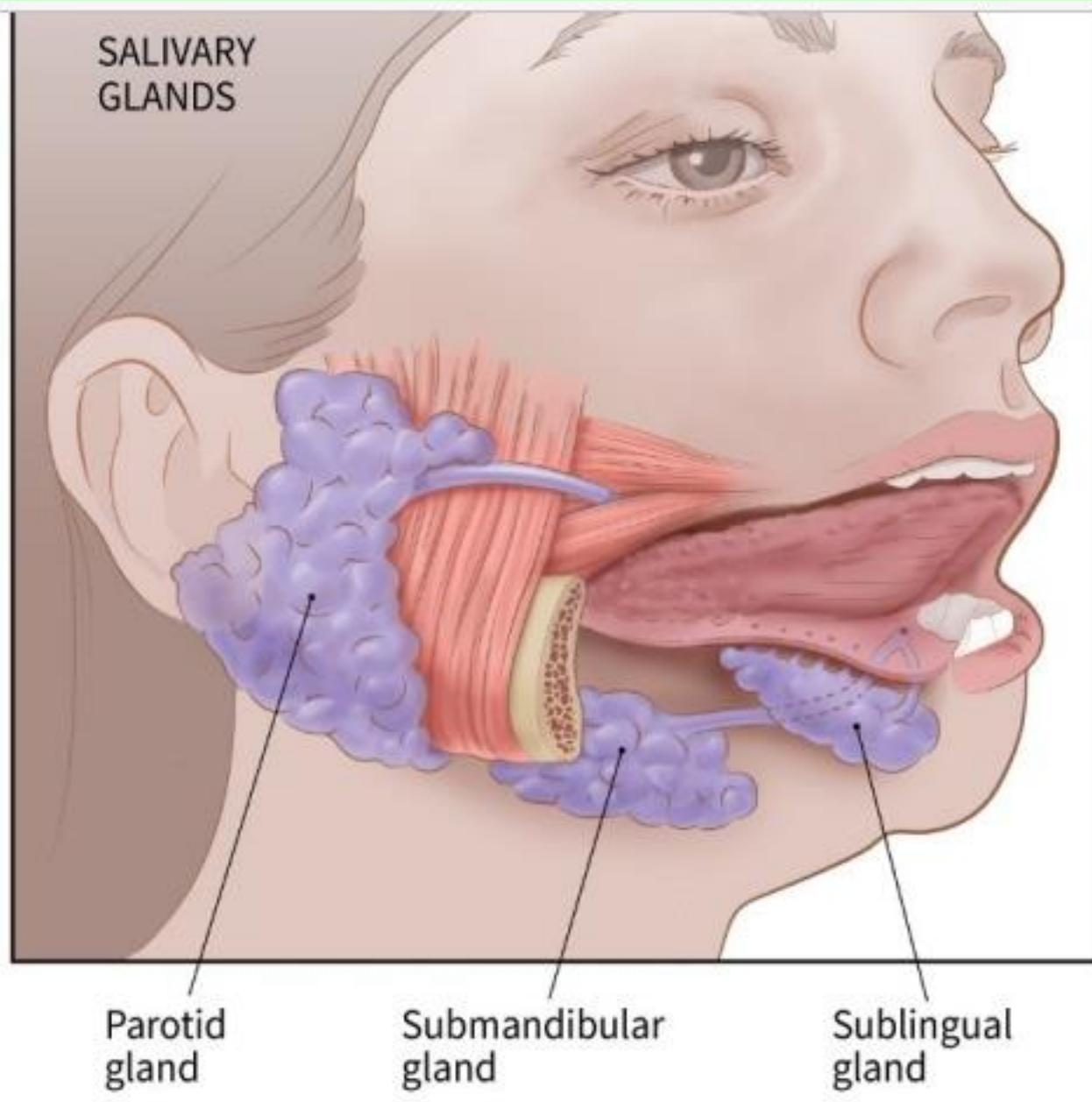
อาหารที่เข้าในปากจะถูกแปรสภาพได้ 2 วิธีคือ

1. การย่อยให้มีโมเลกุลเล็กลงเรียกว่า **การย่อยเชิงกล**
2. การย่อยโดยเอนไซม์หรือน้ำย่อยนี้จะเรียกว่า **การย่อยทางเคมี**

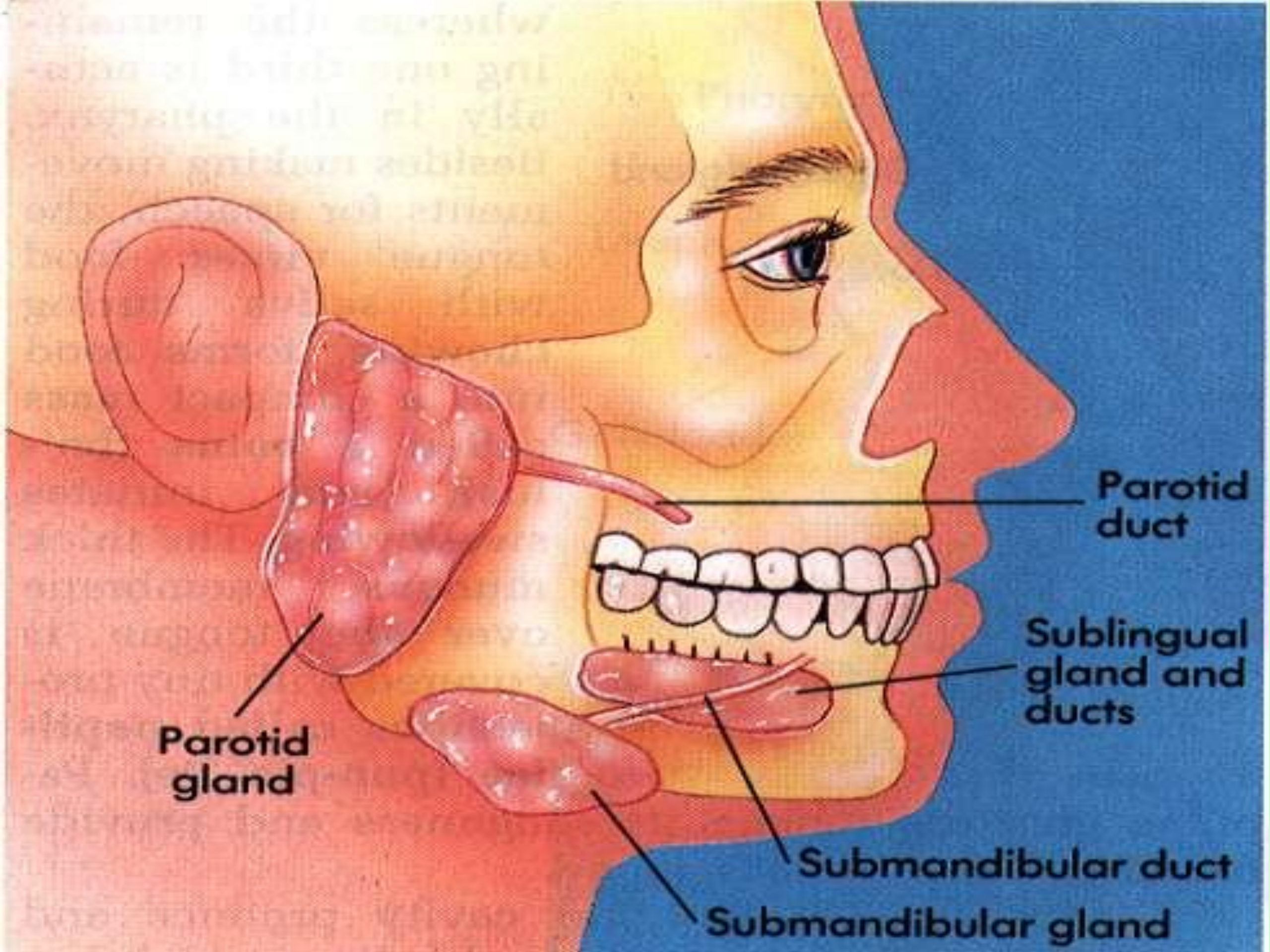
ในปากมีการย่อยทางเคมีโดยน้ำย่อยที่อยู่ในน้ำลาย โดยปกติน้ำลายจะ
หลังออกมาวันละ 1-1.5 ลิตร

น้ำย่อย amylase ในน้ำลายจะย่อยอาหารจำพวกแป้งให้เป็นน้ำตาล

ต่อมน้ำลาย (salivary gland)



- Parotid glands อยู่ทางด้านหน้าของกรูหูโดยอยู่ต่ำกว่าของกรูหูเล็กน้อย
- Submandibular glands วางอยู่ใต้มุมของกระดูกขากรรไกรล่างทางด้านใน
- Sublingual glands อยู่ใต้ลิ้น โดยวางตัวอยู่ใต้เยื่อบุพื้นช่องปาก



Parotid gland

Parotid duct

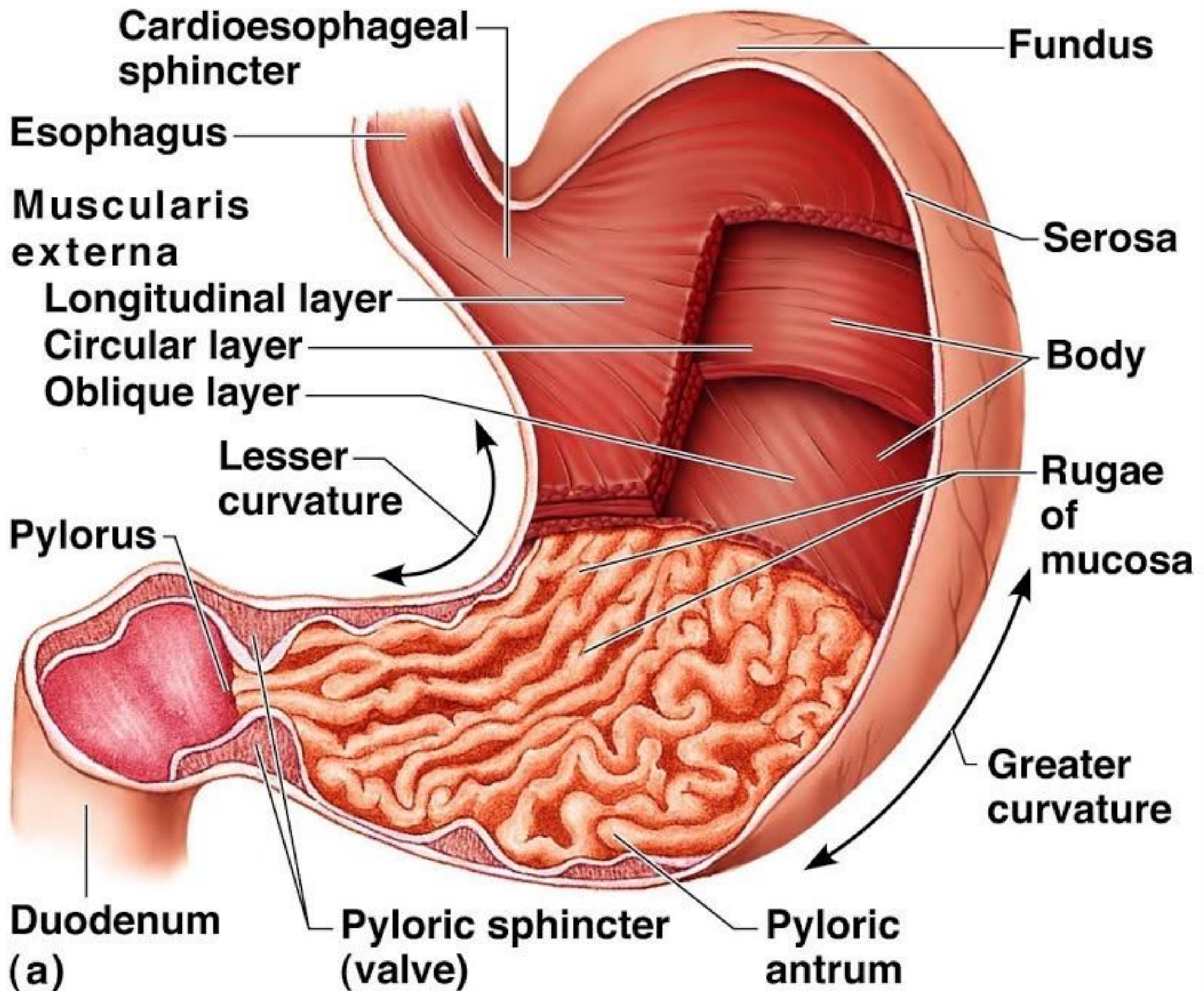
Sublingual gland and ducts

Submandibular duct

Submandibular gland

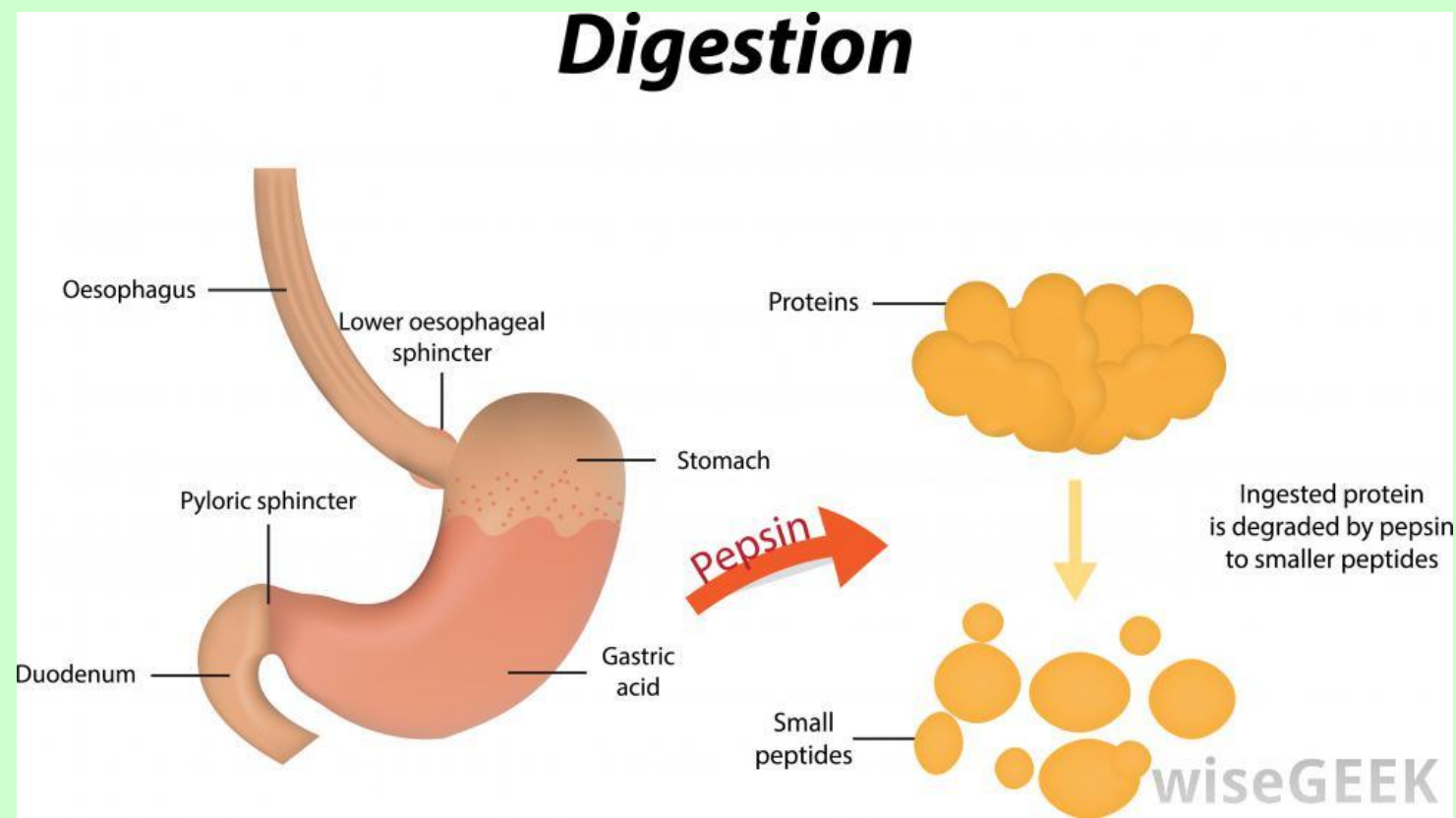
การย่อยอาหารในกระเพาะอาหาร

- กระเพาะอาหารเป็นส่วนของท่อทางเดินอาหารที่โปร่งพองเป็นรูปอักษร J วางตัวอยู่บริเวณลิ้นปี่ ค่อนมาทางบริเวณใต้ชายโครงด้านซ้ายของช่องท้อง
- ผนังกระเพาะอาหารมีกล้ามเนื้อหนาแข็งแรงมาก และมีความยืดหยุ่นขยายขนาดได้ถึงประมาณ 1000-1200 ลูกบาศก์เซนติเมตร



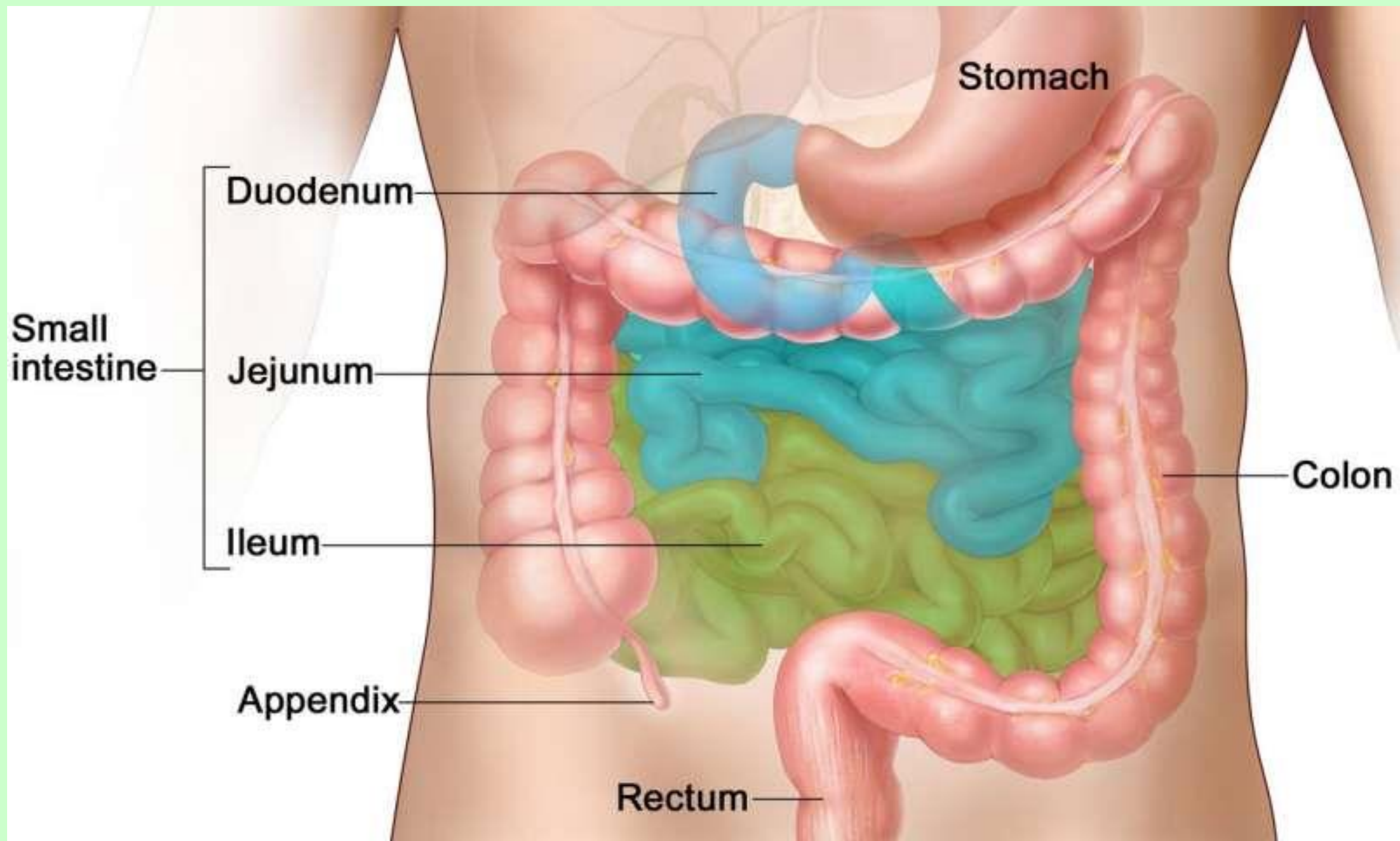
ขณะที่เคี้ยวอาหารจะมีการกระตุ้นให้กระเพาะอาหารมีการหลั่งน้ำย่อย เพปซิน (pepsin) เรนнин (rennin) และไลเปส (lipase)

- อาหารจะถูกคลุกเคล้าในกระเพาะอาหารด้วยการหดตัวและคลายตัวของกล้ามเนื้อที่แข็งแรงของกระเพาะ
- โปรตีนจะถูกน้ำย่อยเพปซิน ย่อยให้เล็กลง แล้วจะส่งต่อไปยังลำไส้เล็ก



การย่อยอาหารในลำไส้เล็ก

- ลำไส้เล็ก แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ
- duodenum เป็นลำไส้เล็กส่วนต้นที่สั้นที่สุด มีความยาวประมาณ 10 นิ้ว
- jejunum เป็นลำไส้เล็กส่วนกลาง ยาวประมาณ 8 ฟุต
- ileum เป็นลำไส้เล็กส่วนปลาย ยาวประมาณ 12 ฟุต ติดต่อกับลำไส้ใหญ่



Stomach

Duodenum

Jejunum

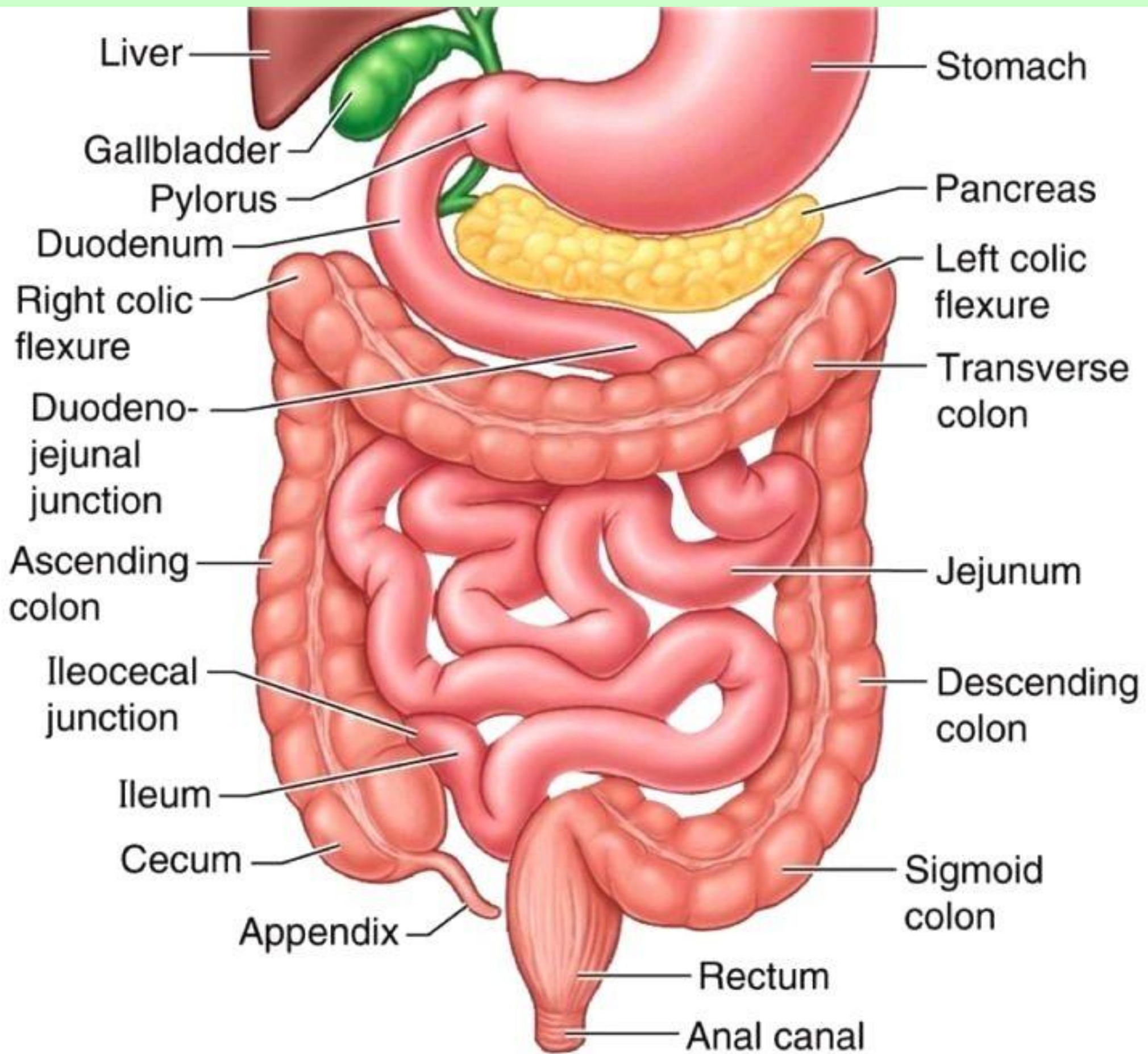
Ileum

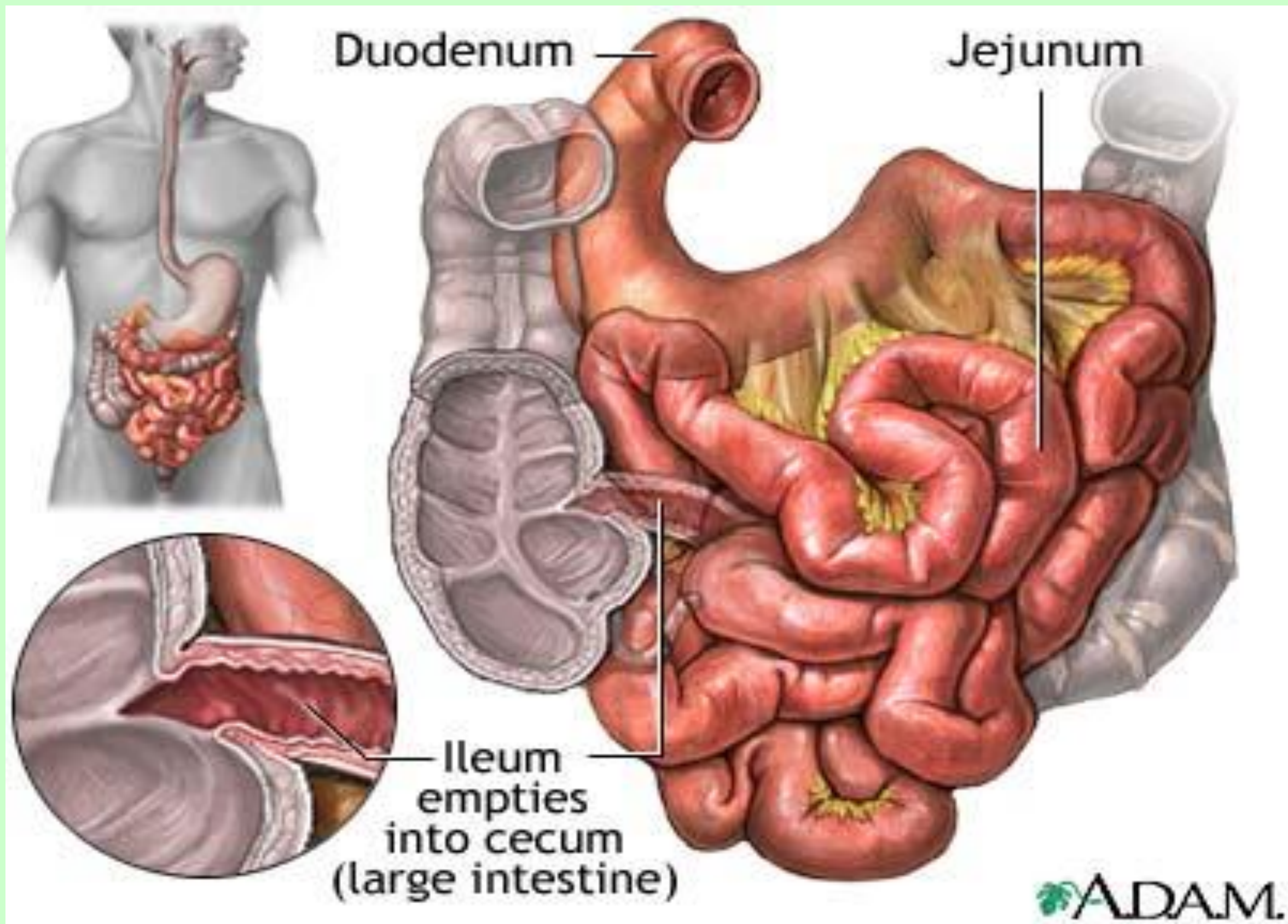
Appendix

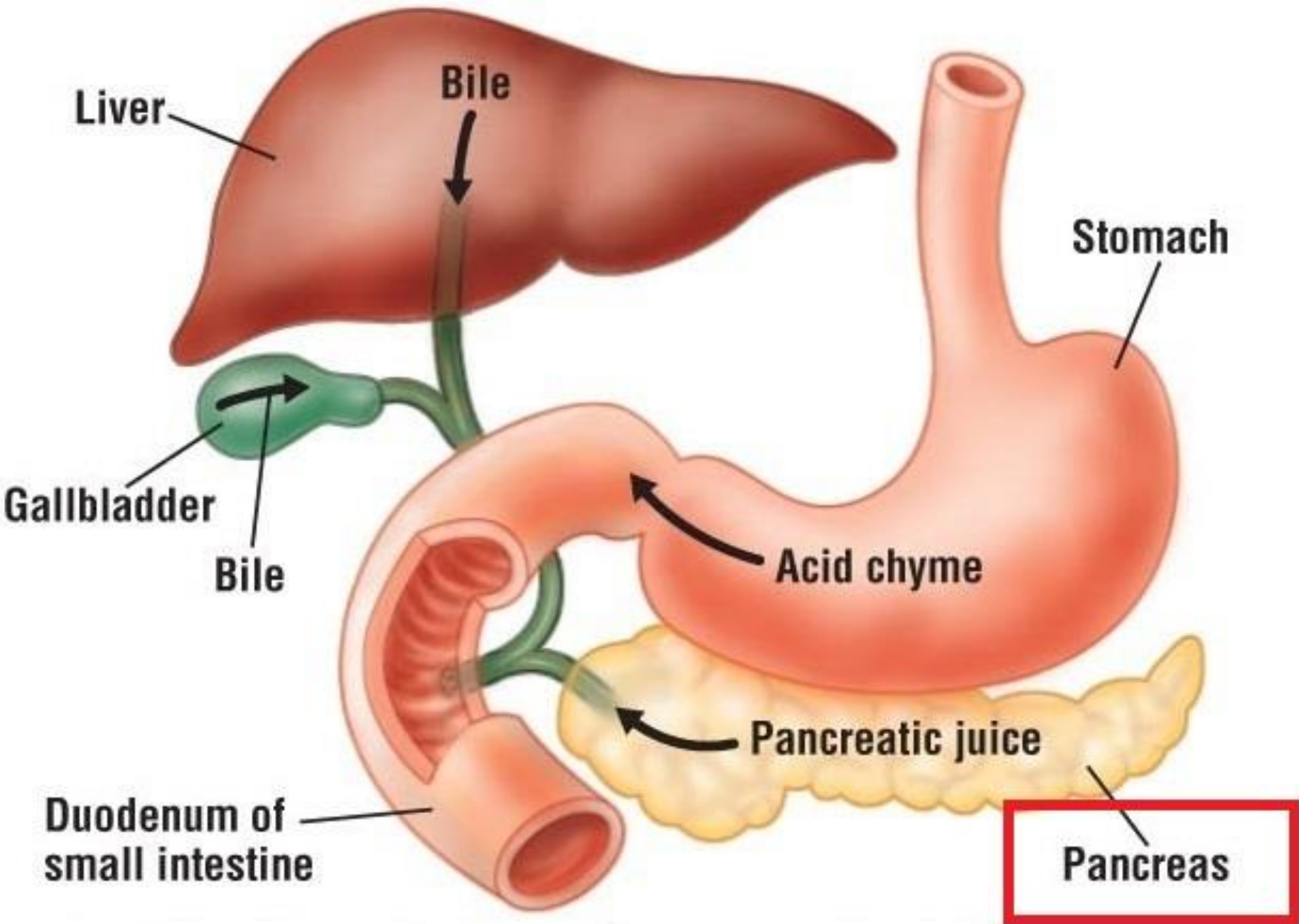
Rectum

Colon

Small intestine







Liver

Bile

Stomach

Gallbladder

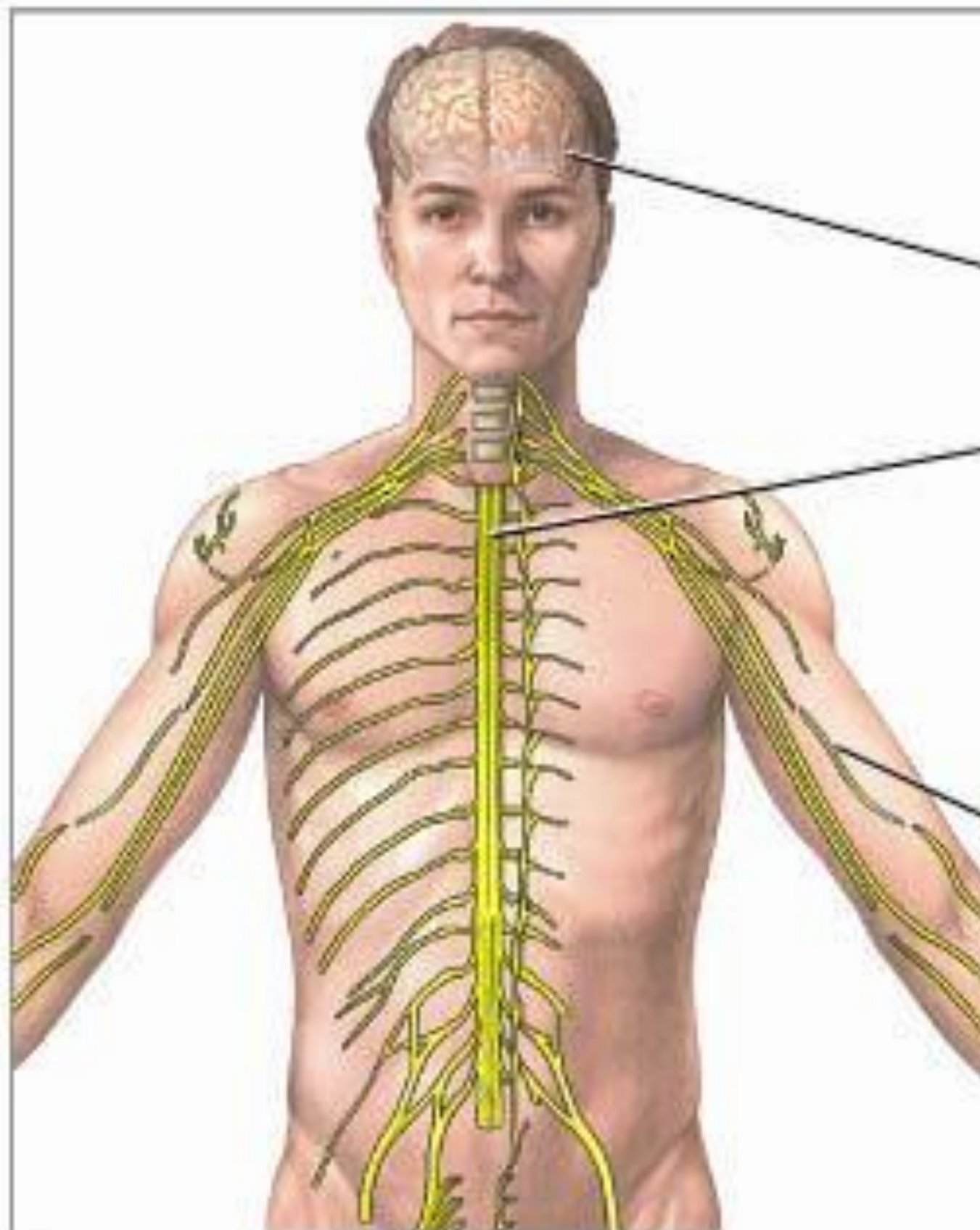
Bile

Acid chyme

**Duodenum of
small intestine**

Pancreatic juice

Pancreas



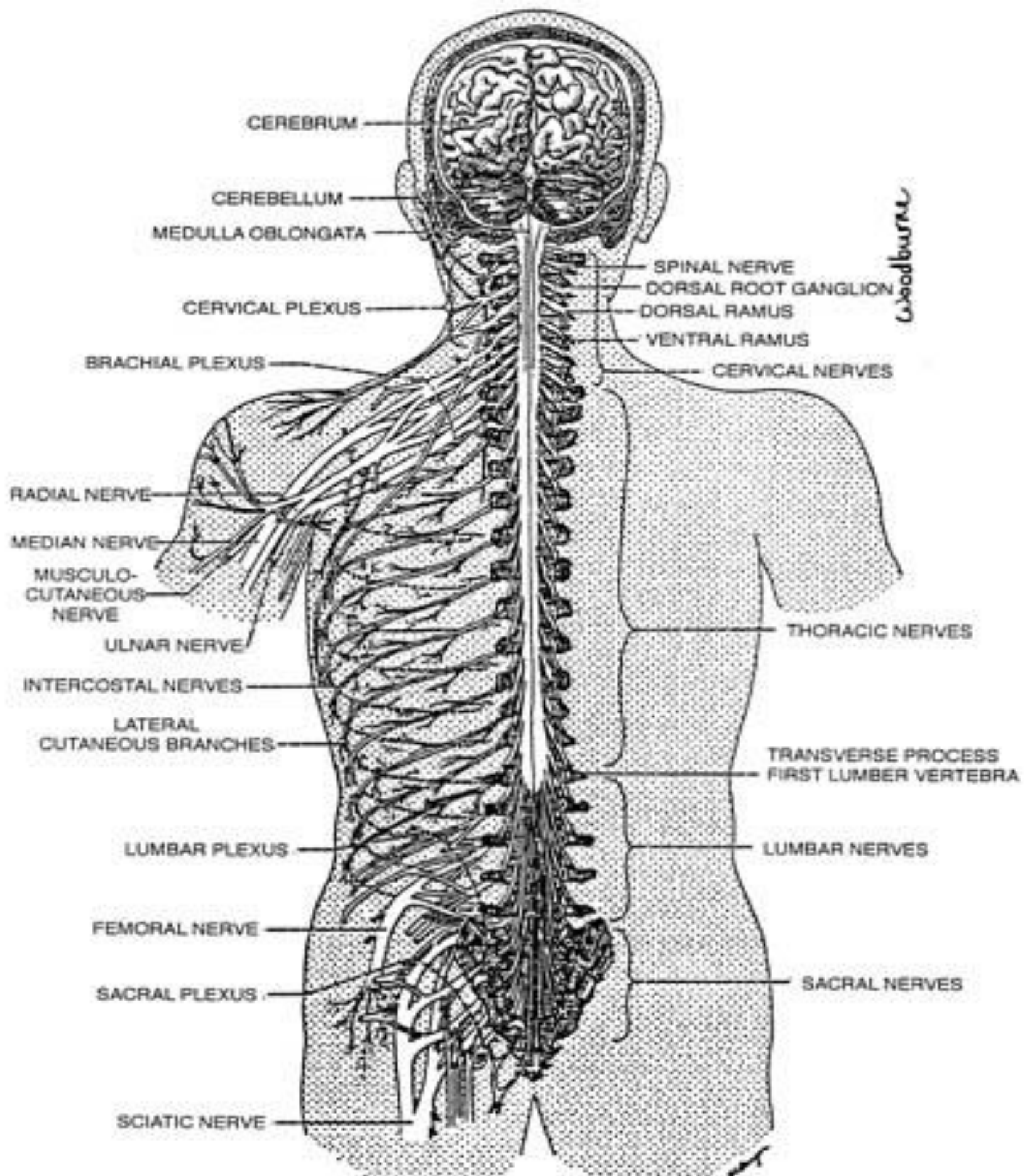
Central nervous system

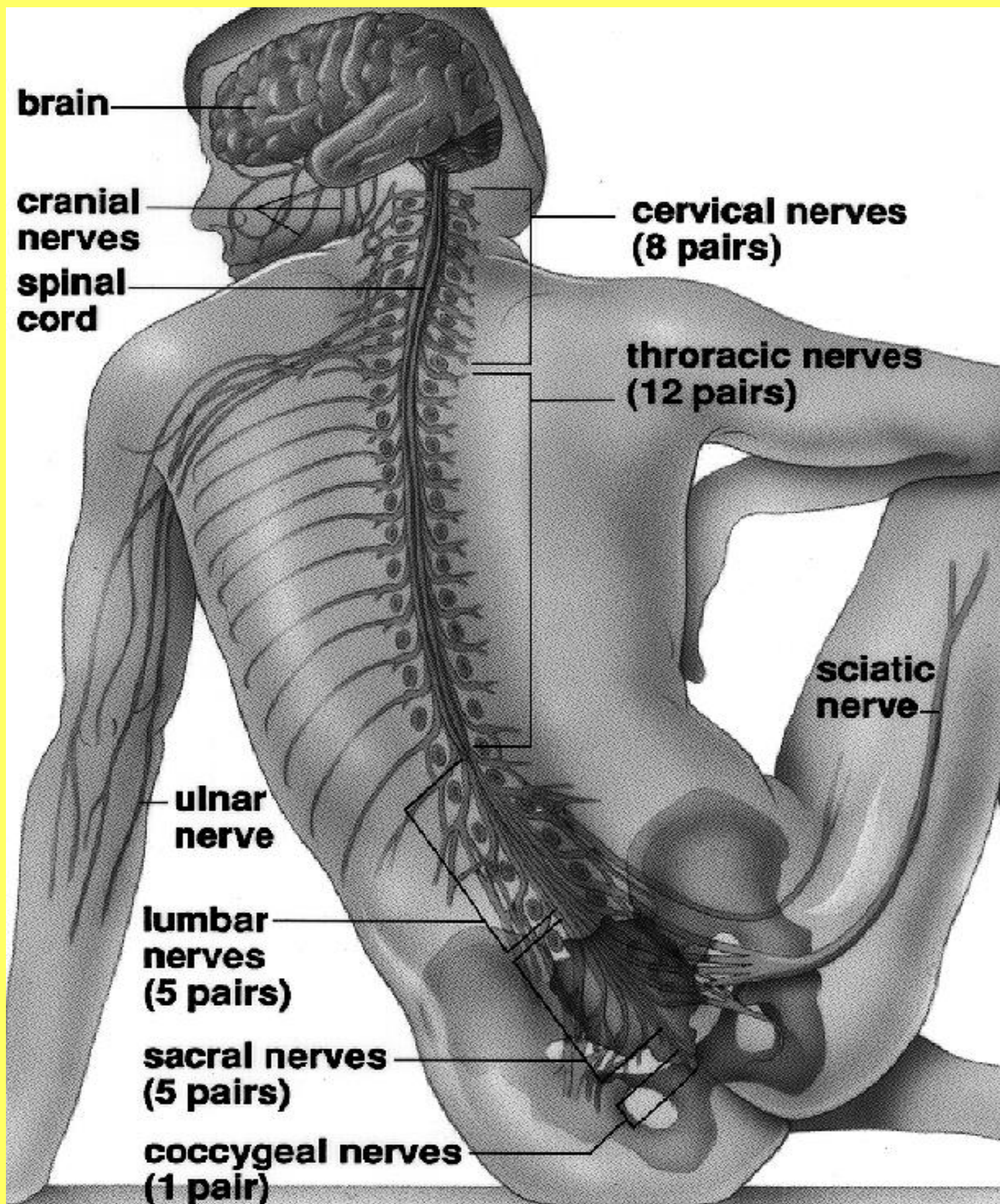
Brain

Spinal cord

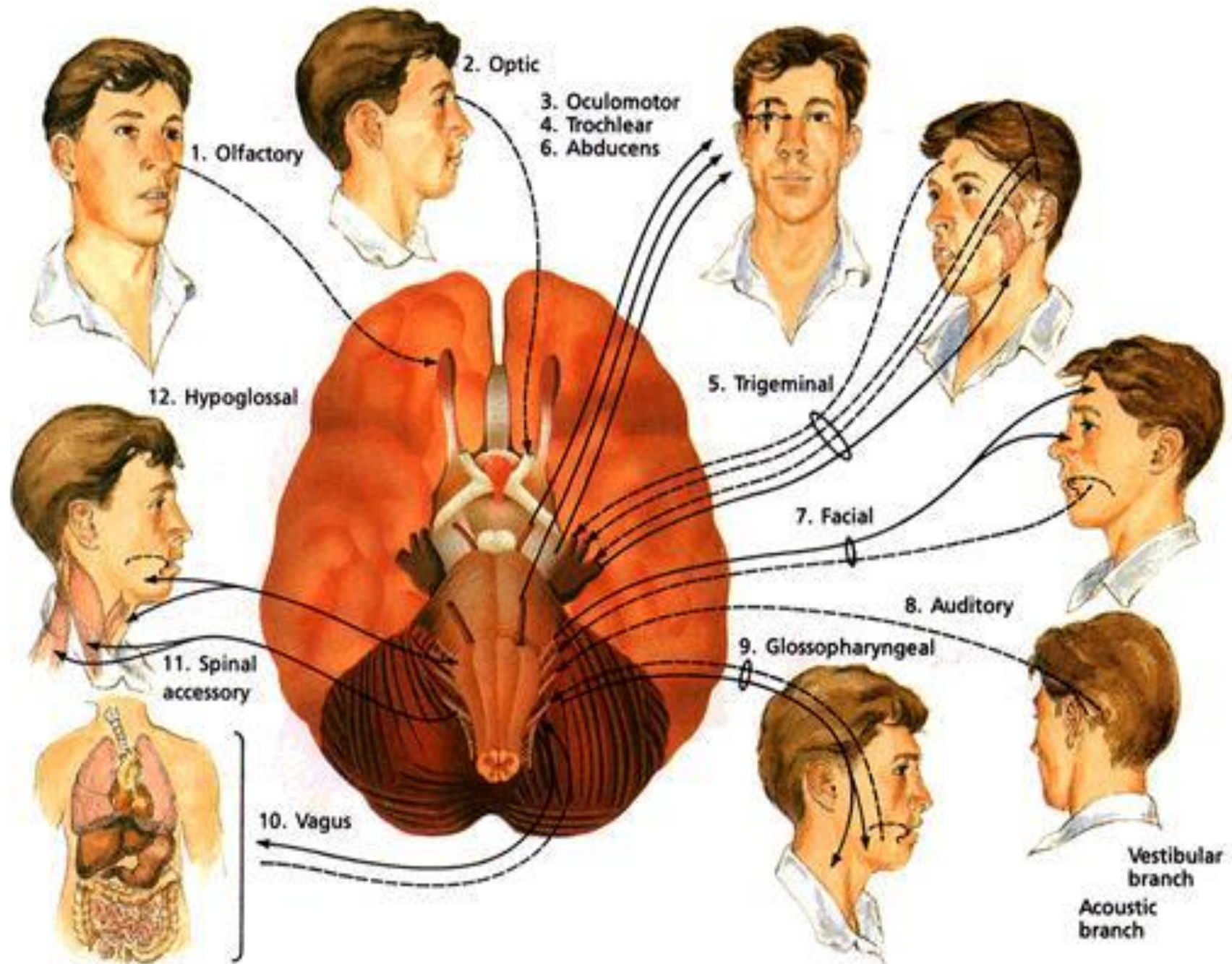
Peripheral nervous system

Peripheral nerve





► The Cranial Nerves











Thank You

