

ไขมันปลาเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ผู้สูงอายุ

เวลาที่อายุมากขึ้นมวลกล้ามเนื้อจะลดลงและพลังกำลังจะถดถอย ซึ่งเรียก
ภาวะนี้ว่า “sarcopenia” ซึ่งการทำตัวให้กระฉับกระเฉง คล่องแคล่วและ
ออกกำลังกายแบบ resistance exercise จะช่วยป้องกันมวลกล้ามเนื้อลดลงและ
เสริมสร้างพลังกำลังให้แข็งแรงได้ นอกจากนี้อาหารก็สามารถช่วยได้อีกแรงหนึ่ง

การศึกษาวิจัยชี้แนะว่า การรับประทานโปรตีนที่มีคุณภาพมีความสำคัญ
ในการรักษามวลกล้ามเนื้อ มีรายงานการวิจัยใหม่จากประเทศอังกฤษแนะว่า ใน
ผู้สูงอายุการบริโภคไขมันจากปลาทะเลจะช่วยเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ
โดยเฉพาะอย่างยิ่งสามารถเพิ่มกำลังแรงจับได้

การรับประทานปลาช่วยเพิ่มกำลังแรงจับ

งานวิจัยขนาดใหญ่ที่ชื่อว่า Hertfordshire Cohort Study ซึ่งศึกษาในหญิง
และชายรวมเกือบ 3,000 คน อายุ 59-73 ปี เพื่อประเมินความสัมพันธ์ของอาหาร
และสารอาหารกับแรงจับวัตถุ ผลการวิจัยพบว่า อาหารประเภทผักผลไม้และ
ธัญพืชไม่ขัดสีสามารถเพิ่มแรงจับวัตถุให้มากขึ้น แต่อาหารจากปลาทะเลเพิ่มได้มาก
กว่าในกลุ่มผู้หญิง แต่ครั้งที่รับประทานอาหารที่มีไขมันจากปลา พบว่าสามารถ
เพิ่มแรงจับได้ 1 ปอนด์ (0.45 กิโลกรัม) ในภาพรวมทั้งหญิงและชายที่มีการบริโภค
อาหารจากปลามากกว่าสัปดาห์ละ 1 ครั้ง จะช่วยเพิ่มแรงจับได้มากกว่าเมื่อเทียบกับ
กับผู้ที่ไม่บริโภคปลาถึง 3.5 ปอนด์ (1.6 กิโลกรัม) โดยนักวิจัยใช้วิธีการหมุนลูกบิด
ประตู เปิดขวดฝาเกลียวและอื่นๆ ในการประเมินความแตกต่างของแรงจับ

นักวิจัยเชื่อว่า กรดไขมันโอเมก้า 3 ซึ่งมีฤทธิ์ช่วยในการต้านการอักเสบอาจให้
ประโยชน์ต่อการทำงานของกล้ามเนื้อ ถ้าเป็นเช่นนั้นจริงก็เป็นอีกเหตุผลหนึ่งที่ควร
บริโภคปลาเพิ่มมากขึ้นในมื้ออาหาร เช่น ปลาแซลมอน ทูน่า ชาร์ดีน เป็นต้น

Journal of the American Geriatrics Society, Jan. 2008.



“เมษายน” เดือนที่อากาศร้อนอบอ้าวจนทำเอา
หลายๆ คนไม่อยากออกจากบ้าน เพราะไม่เพียงแคแสงแดด
ที่แผดเผาผิวกายให้ร้อนเท่านั้น แต่ยังทำให้ร่างกายสูญเสีย
น้ำมากขึ้น จนส่งผลให้เราเหนื่อยและเพลียง่าย และยังมี
พิษภัยที่เกิดจากความร้อนอื่นๆ อีก ประกอบกับสภาพ
อากาศเช่นนี้ยิ่งเอื้อต่อการเจริญเติบโตและแพร่ระบาดของ
เชื้อโรคหลายชนิด ไม่ว่าจะเป็นอุจจาระร่วง อหิวาตกโรค อาหารเป็นพิษ ฯลฯ
เราทุกคนจึงต้องระวังเรื่องอาหารการกินเป็นพิเศษ หมั่นล้างมือบ่อยๆ พร้อม
กับดื่มน้ำเพิ่มขึ้น เพื่อเพิ่มความสดชื่น ผ่อนคลายให้กับตัวเอง

สำหรับ Cerebos Nutrition Update ฉบับนี้มีข่าวสารด้านสุขภาพและ
โภชนาการมาอัพเดทข้อมูลให้สมาชิกทุกท่านทราบอีกเช่นเคย เริ่มจาก
ไขมันปลาเพิ่มความแข็งแรงกล้ามเนื้อผู้สูงอายุ ระดับวิตามินซีในเลือดสูงช่วย
ลดสโตรก ผลไม้เบอร์รี่ป้องกันโรคหัวใจ โยโยอาหารสูงลดมะเร็งในมดลูก
สารสกัดจากใบแปะก๊วยช่วยเสริมความจำ เป็นต้น

อากาศร้อนถือเป็นเรื่องธรรมชาติ อย่ายึดมั่นแค้นใจ ทำอารมณ์ให้
เบิกบานอยู่เสมอ คุณก็จะไม่เครียดและสามารถป้องกันจุดเดือดของอารมณ์
ตัวเองได้

คณะที่ปรึกษาฝ่ายวิชาการ

ศ.เกียรติคุณ นพ.จอมจักร จันทรสกุล
ศ.กิตติคุณ นพ.หทัย เทพพิสัย
ศ.เกียรติคุณ พญ.อุรษา เทพพิสัย
ผศ.นพ.พันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์
รศ.นพ.สรนิต ศิลธรรม
รศ.นพ.สุรเดช หงส์อิง
ภญ.อรรวรรณ เกตุเจริญ
ภญ.อุบลรัตน์ ประดิษฐ์กุล
ภญ.อินทรา วงศ์อุดมณีกุล

USSSA ภัทรา

อ.ศัลยา คงสมบูรณ์เวช

กอบอัสลาภัทรา

พญ.สุภาณี ศุกระฤกษ์
นพ.มิ่งเมือง วรวัฒนะกุล
รศ.ดร.สุวิมล กิริติพิบูล
รศ.ภก.ดร.มนัส พงษ์ชัยเดชา
ดร.สุกัญฉวี นพจินดา
รศ.ลาวัลย์ ผลสมภพ
อ.กรรณา ศิริบุญญา
อ.ศิริยา โชควิวัฒนวนิช

ศุนย์โภชนาบำบัด คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล
ภาควิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี
ภาควิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี
อาจารย์พิเศษภาควิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี
ศุนย์โภชนาบำบัด คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล
หัวหน้าโครงการโรคมะเร็งในเด็ก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี
หัวหน้างานเภสัชสนเทศ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
แผนกยาและเวชภัณฑ์ สำนักงานบรรเทาทุกข์และประชานามัยพิทักษ์ สภากาชาดไทย
กลุ่มงานเภสัชกรรม โรงพยาบาลเลิดสิน

Registered Dietitian (U.S.A.) (นักกำหนดอาหารขึ้นทะเบียนวิชาชีพ ประเทศสหรัฐอเมริกา)

อายุรแพทย์และแพทย์ผิวหนัง
กุมารแพทย์ สาขาทางเดินอาหาร Pediatric Gastroenterology
คณะวิทยาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร
ศุนย์วิจัย โรงพยาบาลรามาธิบดี
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
อาจารย์พิเศษด้านโภชนาการ คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยคริสเตียน
ศุนย์โภชนาบำบัด โรงพยาบาลศิริราช



อัตรากลูเตนและบีทาอินสัมพันธ์กับการลดการอักเสบในร่างกาย

นักวิจัยชาวกรีกพบว่า การรับประทานอาหารที่มีโคเลสเตอรอลและบีทาอิน (Betaine) สูง จะสัมพันธ์กับการลดการอักเสบในร่างกาย

นักวิจัยติดตามชายและหญิง จำนวน 3,042 คน อายุระหว่าง 18 – 89 ปี โดยดูจากข้อมูลการวิจัย ATTICA พบว่า ผู้ที่บริโภคอาหารที่มีโคเลสเตอรอลและบีทาอินสูงที่สุดมีระดับตัวชี้วัดการอักเสบต่ำสุด รวมทั้งค่า CRP ไฮโมซิสทีน Interleukin-6 และ Tumor necrosis factor ด้วย

อาหารที่มีปริมาณโคเลสเตอรอลสูง ได้แก่ ไข่ จมูกข้าวสาลี เนื้อหมู เนื้อวัว ปลาสด ไข่ กุ้ง แซลมอน รำข้าวโอ๊ต (oat bran) แขนงผัก บร็อคโคลี่ และดอกกะหล่ำ

อาหารที่มีปริมาณบีทาอินสูง ได้แก่ รำข้าวสาลี จมูกข้าวสาลี ผักโขม กุ้ง และบีท

ประโยชน์ของสารทั้ง 2 ชนิดนี้คือ โคเลสเตอรอล ช่วยในการสร้างสารสื่อประสาทและไขมันที่ผนังเซลล์ ส่วนบีทาอินจะช่วยลดระดับไฮโมซิสทีน ผลการวิจัยนี้ชี้แนะว่า ทั้งโคเลสเตอรอลและบีทาอินอาจเป็นตัวสำคัญในการลดการอักเสบซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการป้องกันโรคหัวใจและโรคเรื้อรังอื่นๆ

American Journal of Clinical Nutrition, Feb. 2008.



ระดับวิตามินซีในเลือดสูงช่วยลดสโตรริก

นักวิจัยชาวอังกฤษร่วมกับ European Prospective Investigation into Cancer ติดตามศึกษาชายและหญิงวัยกลางคน จำนวน 20,000 คน เกือบ 10 ปี พบว่า ผู้ที่มีระดับวิตามินซีในเลือดสูงที่สุดมีโอกาสเกิดสโตรริกลดลงร้อยละ 42 เมื่อเทียบกับผู้ที่มีระดับวิตามินซีในเลือดต่ำสุด และเมื่อนำปัจจัยเสี่ยงการเกิดสโตรริก เช่น สูบบุหรี่ ขาดการออกกำลังกาย ความดันโลหิตสูง อายุมาก มาพิจารณาแล้วก็ให้ผลเช่นเดียวกัน

The American Journal of Clinical Nutrition, Jan 2008.

วิตามินดีในเลือดต่ำเพิ่มความเสี่ยงโรคหัวใจและสโตรริก

งานวิจัย Framingham Heart Study ได้ติดตามชายและหญิง จำนวน 1,739 คน เป็นระยะเวลาเกือบ 5½ ปี พบว่าผู้ที่มีระดับวิตามินดีในเลือดต่ำมีโอกาสเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจมากกว่าผู้ที่มีระดับวิตามินดีในเลือดสูงถึงร้อยละ 62 และสำหรับผู้ที่มีวิตามินดีในเลือดต่ำร่วมกับมีความดันโลหิตสูง ความเสี่ยงโรคหลอดเลือดหัวใจสูงขึ้นเป็น 2 เท่า

Circulation, Jan. 2008.

โยโยอาหารสูงลดมะเร็งในมดลูก

นักวิจัยได้ทำการวิเคราะห์งานวิจัยในประชากร 8 กลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า ผู้หญิงที่บริโภคโยโยอาหารมากที่สุด (~วันละ 15 กรัม) มีโอกาสเป็นมะเร็งในมดลูกน้อยกว่าผู้หญิงที่บริโภคโยโยอาหารต่ำสุด (~วันละ 5 กรัม) โยโยอาหารอาจทำงานโดยการลดระดับเอสโตรเจนในร่างกายด้วยการเร่งการเคลื่อนตัวของอาหารเข้าสู่ลำไส้เล็ก ซึ่งจะป้องกันการดูดซึมสารที่นำไปใช้สร้างเอสโตรเจน



The American Journal of Clinical Nutrition, Jan 2008.
Environmental Nutrition, Mar. 2008.



น้ำมันมะพร้าวช่วยเร่งหรือป้องกันการอุดตันของหลอดเลือดแดง

ปัจจุบันเราจะเห็นว่าเมื่อพูดถึงน้ำมันมะพร้าว ข้อมูลจะกล่าวถึงแต่สิ่งดีๆ โดยเฉพาะ **Organic virgin coconut oil** ซึ่งตรงกันข้ามกับข้อมูลที่เคยทราบกันมาว่า น้ำมันมะพร้าวไม่ดีต่อสุขภาพหัวใจ

น้ำมันมะพร้าวเป็นน้ำมันพืชในเขตร้อนเช่นเดียวกับน้ำมันปาล์ม แต่แตกต่างกับน้ำมันพืชอื่นๆ ตรงที่น้ำมันมะพร้าวมีกรดไขมันอิ่มตัวสูง และถูกนำมาใช้ทดแทนน้ำมันที่มีองค์ประกอบของไขมันทรานส์ในอุตสาหกรรมอาหาร

น้ำมันมะพร้าวอุดตันหลอดเลือดหรือไม่

เนื่องจากน้ำมันมะพร้าวมีกรดไขมันอิ่มตัวสูง ซึ่งมีผลต่อการเพิ่มคอเลสเตอรอลในเลือด แต่ผลการวิจัยทั้งในสัตว์และในคนให้ผลทั้งบวกและลบต่อสุขภาพหลอดเลือดหัวใจ

นักวิจัยบางคนชี้ว่า น้ำมันมะพร้าวอาจเพิ่มความเสี่ยงโรคหัวใจ แต่งานวิจัยในคนในประเทศอินโดนีเซีย ฟิลิปปินส์ และอินเดีย ซึ่งบริโภคกะทิ น้ำมันมะพร้าว และน้ำมันมะพร้าวกันมาก พบว่า การบริโภคมะพร้าวในคนเหล่านั้นไม่สัมพันธ์กับการเกิดโรคหัวใจ แต่นักวิจัยอื่นๆ พบว่า น้ำมันมะพร้าวสัมพันธ์กับการผลิตคอเลสเตอรอลในร่างกายลดลง และ LDL คอเลสเตอรอลถูก oxidised น้อยลง และช่วยให้การสลายตัวของลิ่มเลือด fibrinolysis ดีขึ้น

ถึงจุดนี้นักวิชาการเริ่มสับสนอะไรคือคำตอบที่แท้จริง

ไขมันอิ่มตัวทุกชนิดไม่เหมือนกัน

คำอธิบายขณะนี้ก็คือ ไขมันอิ่มตัวในน้ำมันมะพร้าวต่างจากไขมันอิ่มตัวในผลิตภัณฑ์สัตว์ เกือบครึ่งหนึ่งของไขมันอิ่มตัวในน้ำมันมะพร้าวเป็นกรด Lauric ซึ่งเป็นไขมันสายสั้นๆ มีคุณสมบัติต่างจากไขมันอิ่มตัวสายยาวในผลิตภัณฑ์สัตว์ และกลไกการทำงานในร่างกายแตกต่างกัน บางงานวิจัยชี้แนะว่าวิธีการที่ไขมันสายสั้นทำงานทำให้โอกาสที่จะอ้วนลดลง ซึ่งเป็นเรื่องที่นักวิจัยกำลังศึกษาเพื่อพิสูจน์ข้อเท็จจริง

ข้อสรุปขณะนี้คือ ดูเหมือนน้ำมันมะพร้าวจะไม่ทำให้หลอดเลือดตีบเหมือนกรดไขมันอิ่มตัวชนิดอื่น แต่ก็คงไม่ได้หมายความว่าน้ำมันมะพร้าวจะดีไปเสียในการบริโภค ในการบริโภคให้ถือว่า เป็นกลางเหมือนกรดสเตียริกในช็อกโกแลตดำ (dark chocolate) แต่ก็ขอให้บริโภคอย่างมีสติ เพราะไขมันล้วนแต่มีพลังงานเท่ากัน (1 ช้อนโต๊ะ = 120 กิโลแคลอรี) และหากผลิตภัณฑ์ที่ชื่อมีคำว่า **"partially hydrogenated coconut oil"** ในองค์ประกอบของผลิตภัณฑ์ ก็หมายความว่ามีส่วนไขมันทรานส์ในผลิตภัณฑ์ชนิดนั้นๆ ด้วยซึ่งจะต้องระวังการบริโภคให้มากขึ้น

Environmental Nutrition, April 2008.



สารสกัดใบแปะก๊วยช่วยเสริมความจำ



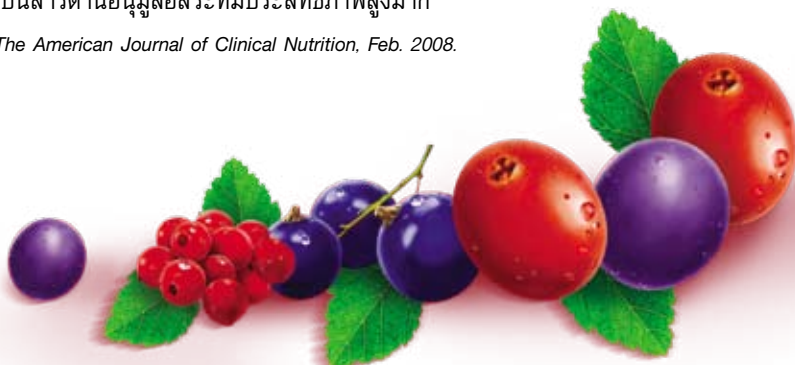
ใบแปะก๊วย (Ginkgo biloba) เป็นที่รู้จักกันมานานมากกว่าพันปีแล้วว่าเป็นสมุนไพรจีนที่ช่วยรักษาอาการป่วยต่างๆ เพราะเนื่องจากในใบแปะก๊วยมีสารฟลาโวนอยด์ไกลโคไซด์ ซึ่งมีฤทธิ์ในการต้านอนุมูลอิสระ และยังมีการรายงานว่าสามารถช่วยป้องกันการเสื่อมของระบบประสาทในสัตว์ทดลองได้อีกด้วย มีรายงานล่าสุดพบว่าการรับประทานสารสกัดจากใบแปะก๊วยเสริมซึ่งมีสาร terpene lactones อย่างน้อยร้อยละ 6 และสาร flavone glycosides สามารถช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดปัญหาเรื่องของความจำในผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 68 ปีขึ้นไปได้ โดยการทดลองนี้ทำในผู้สูงอายุที่มีความจำปกติ อายุ 85 ปี จำนวน 118 คน โดยให้รับประทานสารสกัดจากใบแปะก๊วยเสริมซึ่งมีสาร terpene lactones อย่างน้อยร้อยละ 84 ขึ้นไปของปริมาณที่ต้องรับประทาน จะมีความเสี่ยงในการเกิดปัญหาเรื่องความจำลดลงร้อยละ 68 แต่ก็มีรายงานว่าสารสกัดจากใบแปะก๊วยอาจจะเพิ่มความเสี่ยงของ stroke หรือ mini stroke ได้ ในการวิจัยครั้งนี้มีอาสาสมัครที่เกิด stroke จำนวน 7 คน เมื่อเทียบกับผู้ที่ได้รับยาหลอกซึ่งไม่เกิด stroke จึงจำเป็นต้องมีการศึกษาถึงประโยชน์ของสารสกัดจากใบแปะก๊วยในด้านอื่นๆ ต่อไปในอนาคต

Neurology, Feb, 2008.

ผลไม้เบอร์รี่ป้องกันโรคหัวใจ

นักวิจัยชาวฟินแลนด์ศึกษาในชายและหญิงวัยกลางคน จำนวน 72 คน ที่มีความเสี่ยงโรคหลอดเลือดหัวใจ โดยให้บริโภคผลไม้เบอร์รี่วันละ 2 ครั้ง เป็นเวลา 8 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่าสามารถช่วยลดความดันโลหิต คือมีค่า HDL-c ซึ่งเป็น คอเลสเตอรอลที่ดีเพิ่มขึ้นและเกล็ดเลือดแข็งตัวลดลง ซึ่งเป็นการป้องกันการแข็งตัวของเลือดได้ ทั้งนี้เพราะผลไม้เบอร์รี่มีสารธรรมชาติอย่างโพลีฟีนอลซึ่งเป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่มีประสิทธิภาพสูงมาก

The American Journal of Clinical Nutrition, Feb. 2008.



Cerebos Awards 2008

ผลงานวิจัยสร้างชาติ
บริษัท เซเรบอส (ประเทศไทย) จำกัด
สนับสนุนผลงานวิจัยของนักวิชาการไทยสู่สากล
มอบทุนวิจัย Cerebos Awards ครั้งที่ 8



"เซเรบอส อวอร์ด" สนับสนุนวิชาการต่อเนื่อง
พร้อมเพิ่มทุนวิจัยเป็น **500,000** บาท

ส่งผลงานเพื่อขอรับทุนวิจัย
ตั้งแต่วันที่ 1 ถึง 31 พฤษภาคม 2551

รับใบสมัครได้ที่

<http://www.brandsworld.co.th>

หรือ โทร. 0-2650-9777

ประเภทของงานวิจัย

ทุนวิจัยประเภทวิจัยไม่เกิน 500,000 บาทต่อปี

โดยแบ่งได้สำหรับโครงการวิจัยไม่เกิน 5 โครงการต่อปี

- การวิจัยประยุกต์ การวิจัยทางคลินิก และการวิจัยพัฒนา
- การวิจัยพื้นฐาน
- การวิจัยภาคสนาม

สาขาที่ทำการวิจัย

อาหาร ผลิตภัณฑ์อาหาร สุขภาพและยา
รวมถึงพฤติกรรมผู้บริโภคที่มีต่อผลิตภัณฑ์
และการส่งเสริมสุขภาพ ตลอดจนสาขาที่เกี่ยวข้อง
โดยก่อให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ เพื่อการนำไปประยุกต์ใช้
ในมิติประโยชน์ต่อสังคม

คุณสมบัติผู้สมัคร

แพทย์ เภสัชกร วิศวกร นักวิทยาศาสตร์ นักวิทยาศาสตร์สาขาชีววิทยาการแพทย์

Cerebos Awards 2008

“เซเรบอส อวอร์ด” สนับสนุนวิชาการต่อเนื่อง พร้อมเพิ่มทุนวิจัยเป็น **500,000** บาท

กว่า 7 ปีที่บริษัท เซเรบอส (ประเทศไทย) จำกัด ได้มีโครงการมอบทุนวิจัย “เซเรบอส อวอร์ด” เพื่อสนับสนุนนักวิชาการไทยสู่สากล ซึ่งได้รับความสนใจจากนักวิชาการสาขาต่างๆ ส่งผลงานเข้ามาสมัครขอรับทุนและได้รับการคัดเลือกให้ได้รับทุนหลายโครงการและมีผลการวิจัยสำเร็จลุล่วงจนสามารถนำมาใช้และก่อให้เกิดประโยชน์กับประชาชน ในปีนี้โครงการฯ จึงได้พิจารณาเพิ่มทุนวิจัยเป็นจำนวนเงิน 500,000 บาท เพื่อเพิ่มโอกาสให้กับงานวิจัยใหม่ๆ ที่มีประโยชน์ต่อประชาชนและประเทศชาติต่อไปในอนาคต

โครงการทุนวิจัย เซเรบอส อวอร์ด (Cerebos Awards) ครั้งที่ 8 มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนการค้นคว้าวิจัยทางโภชนาการศาสตร์ สมุนไพร เกษษศาสตร์ และสาขาที่เกี่ยวข้องให้แก่แพทย์ เกษษกร นักโภชนาการ พยาบาล นักวิทยาศาสตร์ และนักวิชาการทั่วไป เพื่อยกระดับความสามารถในการแข่งขันทางวิชาการของประเทศไทยกับนานาประเทศ โดยมี ศ.นพ.จอมจักร จันทรสกุล เป็นประธานคณะกรรมการพิจารณาโครงการทุนวิจัยฯ และ ดร.ลักขณา ลีละยุทธโยธิน ประธานกรรมการบริหาร บริษัท เซเรบอส (ประเทศไทย) จำกัด เป็นผู้ให้การสนับสนุนโครงการฯ ได้เพิ่มทุนวิจัยประเภทวงเงินไม่เกิน 500,000 บาทต่อปี ซึ่งสามารถแบ่งให้สำหรับโครงการวิจัยไม่เกิน 5 โครงการต่อปี ซึ่งที่ผ่านมาผู้ได้รับทุนจากโครงการแล้วหลายท่าน อาทิ ผศ.น.พ. รุ่งโรจน์ พิทยศิริ ศ.น.พ.สุรัตน์ โคมินทร์ ผศ.ดร.สุพัตรา พรศูพัฒนา รศ.พ.ญ.ดร.สุรางค์ นุชประยูร ผศ.ดร.วารุณี เงินงามเลิศ เป็นต้น

ทั้งนี้ทางโครงการฯ ขอเชิญชวนผู้สนใจรับทุนโดยส่งแบบเสนอโครงการวิจัย (ตามแบบฟอร์มด้านล่าง) มาได้ตั้งแต่วันที่ 31 พฤษภาคม 2551 นี้ที่ประธานกรรมการโครงการทุนวิจัย เซเรบอส อวอร์ด เลขที่ 140/1 อาคารเคียนทรวง 2 ชั้น 15 ถนนวิบูลย์ ลุมพินี ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 0-2650-9777 <http://www.brandsworld.co.th>

หลักเกณฑ์การพิจารณาทุนวิจัยเซเรบอส (Cerebos Awards)

1. ทุนวิจัยนี้มีชื่อว่า **“ทุนวิจัยรางวัลเซเรบอส”** (Cerebos Awards)
2. ทุนนี้มีจำนวนเงินทั้งสิ้น **500,000 บาท** (ห้าแสนบาทถ้วน) ต่อปี สามารถแบ่งให้สำหรับโครงการวิจัยไม่เกิน 5 โครงการต่อปี
3. คณะกรรมการพิจารณาทุน ได้แก่
 - 1) ศ.นพ.จอมจักร จันทรสกุล ประธานคณะกรรมการฯ
 - 2) แพทย์หญิงคุณสรวรรยา เดชอุดม กรรมการ
 - 3) รศ.นพ.สรนิต ศิลธรรม กรรมการ
 - 4) รศ.ดร.นัยพินิจ คชภักดี กรรมการ
 - 5) รศ.นพ.สุรเดช หงส์อิง กรรมการ
 - 6) รศ.พญ.ปริยานุช แยมวงษ์ กรรมการ
 - 7) รศ.ดร.สุรพจน์ วงศ์ใหญ่ กรรมการ
 - 8) รศ.ภก.ดร.มนัส พงศ์ชัยเดชา กรรมการ
 - 9) รศ.ดร.สุวิมล กิริติพิบูล กรรมการ
 - 10) รศ.นพ.รุ่งโรจน์ พิทยศิริ กรรมการ
 - 11) ผศ.ดร.เรวดี จงสุวัฒน์ กรรมการ
 - 12) ดร.สุภัจฉรา นพจินดา กรรมการ
 - 13) ดร.ชนิดา บีชดีการ กรรมการ
 - 14) รศ.ลาวัญญ์ ผลสมภพ กรรมการ
 - 15) รศ.ชวลิต รัตนกุล กรรมการ
 - 16) อาจารย์ศัลยา คงสมบูรณ์เวช กรรมการและเลขานุการ
4. ผู้ที่จะขอทุนวิจัยต้องส่งแบบฟอร์มเสนอโครงการตามหัวข้อ ตามแบบเสนอโครงการ พร้อมสำเนาจำนวน 16 ชุด



5. โครงการที่จะขอรับทุนต้องเป็นโครงการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอาหาร ผลิตภัณฑ์อาหาร สมุนไพร และยา รวมทั้งพฤติกรรมกรรมกรโรคที่มีผลต่อโภชนาการและการส่งเสริมสุขภาพ โดยก่อให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม
6. ผู้รับทุนวิจัยจะเสนอโครงการรับทุนวิจัย Cerebos Awards ได้เพียง 1 โครงการในแต่ละปี โดยต้องไม่มีชื่อในโครงการอื่นที่จะเสนอขอทุน Cerebos Awards ในปีนั้นๆ อีก
7. การพิจารณาของคณะกรรมการถือเป็นการตัดสินขั้นเด็ดขาด
8. แนวทางการพิจารณาของคณะกรรมการสามารถกำหนดได้ดังนี้
 - 8.1 ให้ในรูปคะแนน
 - 8.2 โดยแบ่งเป็นหัวข้อหลัก 4 หัวข้อ คือ
 - 8.2.1 การนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อไป (Impact factors) คะแนนเต็ม 30 คะแนน
 - 8.2.2 ความคิดริเริ่ม (Innovation) คะแนนเต็ม 20 คะแนน
 - 8.2.3 โอกาสที่งานวิจัยจะทำให้สำเร็จ (Feasibility) คะแนนเต็ม 20 คะแนน
 - 8.2.4 ความสำคัญทางวิชาการ วิธีการวิจัยและการดำเนินงาน (Academic quality) คะแนนเต็ม 30 คะแนน
9. การแบ่งจ่ายเงินของทุนวิจัยจะแบ่งให้เป็นระยะ ดังนี้
 - 9.1 ระยะแรก หลังได้รับพิจารณาให้ทุนเป็นจำนวน 40% ของทุนที่ได้รับทั้งหมด
 - 9.2 ระยะที่สอง จะได้รับเงินอีกจำนวน 40% ของทุนที่ได้รับทั้งหมด หลังจากมีการส่งรายงานความก้าวหน้างานวิจัยที่น่าพอใจภายใน 3-6 เดือน
 - 9.3 ระยะที่สาม จะได้รับเงินอีกจำนวน 20% ของทุนที่ได้รับทั้งหมด หลังจากงานวิจัยได้รับการพิจารณาตีพิมพ์ในวารสารซึ่งเป็นที่ยอมรับแล้ว
10. หลังจากทำวิจัยเสร็จสิ้นแล้ว ให้ผู้ได้รับทุนส่งรายงานผลการวิจัยฉบับสมบูรณ์ และ/หรือรายงานที่ได้รับการตีพิมพ์ในวารสารวิชาการทางการแพทย์ สาธารณสุข หรือวิทยาศาสตร์ ซึ่งเป็นที่ยอมรับในประเทศ หรือต่างประเทศให้แก่คณะกรรมการและให้มีการแสดงกิตติกรรมประกาศชื่อทุนในงานวิจัยนั้นๆ
11. โครงการวิจัยที่ได้รับทุนจะเป็นโครงการที่รับทุนจากแหล่งทุนอื่นๆ อีกก็ได้ แต่ต้องได้รับการยินยอมเป็นลายลักษณ์อักษรจากเจ้าของทุนเดิมมาแสดงให้แก่คณะกรรมการพิจารณาทุนด้วย



เปิดแข่งขัน “แบรนด์ซูโดกุ ซิงแชมป์ประเทศไทยและนานาชาติ 2008”

พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชทินนิตตามาตุ เสด็จเป็นประธานเปิดการแข่งขัน “แบรนด์ ซูโดกุ ซิงแชมป์ประเทศไทยและนานาชาติ 2008” ซึ่งถ้วยประทานพระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลีฯ และเงินรางวัลรวมกว่า 300,000 บาท จัดโดย บริษัท เซเรบอส (ประเทศไทย) จำกัด สมาคมซูโดกุแห่งประเทศไทย กระทรวงศึกษาธิการ และบริษัท เซ็นทรัลพัฒนา จำกัด (มหาชน) โดยมี ดร.ลักขณา ลีละยุทธโยธิน พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร ตลอดจนผู้เข้าร่วมแข่งขัน เฝ้ารับเสด็จ ทั้งนี้กิจกรรมดังกล่าวได้สนับสนุนให้ประชาชนได้ฝึกกลับสมอง ด้วยการถอดรหัสตัวเลข ซึ่งถือเป็นการจัดการแข่งขันซูโดกุในระดับนานาชาติเป็นครั้งแรกของประเทศไทย โดยมีนักกีฬาซูโดกุเข้าร่วมแข่งขันกว่า 1,000 คน ณ ห้างสรรพสินค้า เซ็นทรัลเวิร์ล



ร่วมออกหน่วยแพทย์อาสา (พอ.สว.) เพื่อถวาย เป็นพระกุศลสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอฯ

ดร.ลักขณา ลีละยุทธโยธิน นำคณะผู้บริหาร พร้อมด้วย 2 ครอบครัว พิธีเชนเตอร์คนดัง แพทย์-สุธาสินี พุทธินันท์ และ โต้-ศักดิ์สิทธิ์ เวชสุภาพร ร่วมออกหน่วยกับมูลนิธิแพทย์อาสา ในโครงการ “แบรนด์...การให้ที่ไม่สิ้นสุด เพื่อมูลนิธิแพทย์อาสาสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี” ในฐานะอาสาสมัครสมทบช่วยเหลือผู้ป่วยยากไร้ในถิ่นทุรกันดาร เพื่อถวายเป็นพระกุศลแด่ สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ โดยมีคุณแม่เอ็ด-อรุยา และน้องพีช-ลิตาธรรม์ พุทธินันท์ และคุณแม่อนภรณ์ เวชสุภาพร ร่วมออกหน่วยในครั้งนี้ด้วย ณ โรงเรียนบ้านลั่นช้าง อ.หนองหญ้าปล้อง จ.เพชรบุรี

ยินดีกับสมาชิกวุฒิสภา

ท่านแก้วขวัญ-ท่านผู้หญิงเพ็ญศรี วัชโรทัย พร้อม ดร.ลักขณา ลีละยุทธโยธิน เลี้ยงแสดงความยินดีกับ คุณถาวร ลีบุตรพงษ์ ที่ได้รับแต่งตั้งเป็นสมาชิกวุฒิสภา (ส.ว.) โดยมี คุณณรรณี ลีบุตรพงษ์ Mr. Renato Petruzzi คุณจักรพันธ์ เจริญพานิช และ ภก.ดร.อภิสิทธิ์ ฉัตรทนานนท์ มาร่วมงานดังกล่าว ณ ห้องอาหารลอร์ด จิมส์ โรงแรมโอเรียนเต็ล



เยี่ยมเชมคณ:การแพทย์แพนตะวันออก

มร.ฮาจิเมะ นาโก รองประธานฝ่ายวิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์ บริษัท เซเรบอส แปซิฟิก จำกัด เข้าเยี่ยมคณะกรรมการแพทย์แพนตะวันออก มหาวิทยาลัยรังสิต เพื่อชมเทคโนโลยีอุตสาหกรรมทันสมัยในการพัฒนาสมุนไพรระดับส่งออก ซึ่งประกอบด้วย ยา อาหารเสริมสุขภาพ และเครื่องสำอาง โดยมี รศ.ดร.สุรพจน์ วงศ์ใหญ่ คณบดี และ ภก.ดร.อภิสิทธิ์ ฉัตรทนานนท์ ให้การต้อนรับ ณ มหาวิทยาลัยรังสิต



บริษัท เซเรบอส (ประเทศไทย) จำกัด

140/1 อาคารเคียนทรวง 2 ชั้น 15 ถนนวิบูลย์ ลุมพินี ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

ชำระค่าบริการเป็นเงินเชื่อ
ใบอนุญาติพิเศษที่ 94/2545
ไปรษณีย์รอมเมือง

เหตุขัดข้องนำจ่ายผู้รับไม่ได้

จำหน้าไม่ชัดเจน

ไม่มีเลขที่บ้านตามจำหน้า

ไม่ยอมรับ

ไม่มีผู้รับตามจำหน้า

ไม่มารับภายในกำหนด

เลิกกิจการ

ย้ายไม่ทราบที่อยู่

อื่นๆ

ลงชื่อ