

**วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี**  
**แบบบันทึกการทำ Faculty Practice ของอาจารย์พยาบาล**  
**ปีการศึกษา 2566**

ชื่อ-สกุล.....อ.รวิกันต์ จันทะสิม..... ตำแหน่ง.....พยาบาลวิชาชีพ..... สังกัดภาควิชา.....การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต.....

ความเชี่ยวชาญ (Specific area) /ความสนใจเฉพาะทาง (Interest area).....การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต.....

ปฏิบัติ Faculty Practice ในสาขา.....การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต..... ระหว่างวันที่..... 28 พ.ย. 66 – 15 ม.ค. 67..... สถานที่ปฏิบัติ.....แผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช.....

ประเด็นการปฏิบัติ Faculty Practice	ผลลัพธ์/เป้าหมาย		แนวทางการดำเนินงาน			
	ระยะสั้น	ระยะยาว	ใคร (Who)	ทำอะไร/อย่างไร (What/How)	ที่ไหน (Where)	เมื่อไร (When)
การพัฒนาแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในกลุ่มผู้ป่วยจิตเวชที่มารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช	<p>1. เพื่อลดอัตราการฆ่าตัวตายซ้ำของผู้ป่วยจิตเวช</p> <p>2. ได้ประเด็นปัญหาที่ต้องการพัฒนาในการปฏิบัติ faculty practice</p> <p>3 เกิดความร่วมมือในการพัฒนาคุณภาพการพยาบาลระหว่างหน่วยบริการกับสถานศึกษา</p>	<p>1. เพื่อพัฒนาความเชี่ยวชาญจากการปฏิบัติงานและสามารถนำไปใช้ในระดัปลัดไป</p> <p>2. เพื่อให้เกิดแนวทางหรือแนวปฏิบัติในการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำที่สอดคล้องกับความต้องการและปัญหาที่พบของแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช</p> <p>3. พยาบาลหน่วยบริการมีความเข้าใจและมีทักษะในการค้นหา evidence การappraise และการพัฒนากิจกรรมหรือแนวทางเพื่อพัฒนาความเชี่ยวชาญจากการปฏิบัติงาน</p> <p>4. เพื่อสามารถนำข้อมูลไปใช้ในการทำวิจัยหรือเขียนบทความวิชาการร่วมกันกับหน่วยบริการ</p>	<p>1. อ.อรรณญา บุญธรรม</p> <p>2. อ.อณนพร บัวเหลือง</p> <p>3. อ.พิมพ์รัตน์ โทกุล</p> <p>4. อ.รวิกันต์ จันทะสิม</p> <p>5. พยาบาลวิชาชีพประจำแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช โรงพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี</p>	<p><b>ดำเนินการพัฒนาการพยาบาลใน 4 ขั้นตอน คือ</b></p> <p><b>ขั้น Evidence trigger</b></p> <p>1. ร่วมค้นหาปัญหาที่ต้องการพัฒนาในประเด็น การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวชที่มีความคิดฆ่าตัวตาย โดย</p> <p>1.1 ศึกษาปัญหาสถานการณ์การฆ่าตัวตายซ้ำ และปัจจัยที่มีผลต่อการฆ่าตัวตายซ้ำของผู้ป่วยจิตเวชที่มีความคิดฆ่าตัวตายจากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยจิตเวชที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช รพ.พระปกเกล้า จันทบุรี</p> <p>1.2 ศึกษาแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในกลุ่มผู้ป่วยจิตเวชที่มีความคิดฆ่าตัวตาย เพื่อหาแนวทางในการพัฒนา</p> <p>2. ประชุมปรึกษากับพยาบาลบนแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช เพื่อออกแบบและวางแผนแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในกลุ่มผู้ป่วยจิตเวชที่มีความคิดฆ่าตัวตาย</p>	<p>แผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช</p> <p>รพ.พระปกเกล้า จันทบุรี</p>	<p>28 พ.ย. 66</p> <p>08.00 – 16.00 น.</p> <p><u>รวม 8 ชม</u></p>

ประเด็นการปฏิบัติ Faculty Practice	ผลลัพธ์/เป้าหมาย		แนวทางการดำเนินงาน			
	ระยะสั้น	ระยะยาว	ใคร (Who)	ทำอะไร/อย่างไร (What/How)	ที่ไหน (Where)	เมื่อไร (When)
<p>1. เพื่อลดอัตราการฆ่าตัวตายซ้ำของผู้ป่วยจิตเวช</p> <p>2. ได้ประเด็นปัญหาที่ต้องการพัฒนาในการปฏิบัติ faculty practice</p> <p>3 เกิดความร่วมมือในการพัฒนาคุณภาพการพยาบาลระหว่างหน่วยบริการกับสถานศึกษา</p>	<p>1. เพื่อพัฒนาความเชี่ยวชาญจากการปฏิบัติงาน และสามารถนำไปใช้ในระดับถัดไป</p> <p>2. เพื่อให้เกิดแนวทางหรือแนวปฏิบัติในการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำที่สอดคล้องกับความต้องการและปัญหาที่พบของแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช</p> <p>3. พยาบาลหน่วยบริการมีความเข้าใจและมีทักษะในการค้นหา evidence การappraise และการพัฒนากิจกรรมหรือแนวทางเพื่อพัฒนาความเชี่ยวชาญจากการปฏิบัติงาน</p> <p>4. เพื่อสามารถนำข้อมูลไปใช้ในการทำวิจัยหรือเขียนบทความวิชาการร่วมกับหน่วยบริการ</p>	<p>1. อ.อรัญญา บุญธรรม</p> <p>2. อ.ธันยพร บัวเหลือง</p> <p>3. อ.พิมพ์รัตน์ โทกุล</p> <p>4. อ.รวิภานต์ จันทะสมิ</p> <p>5. พยาบาลวิชาชีพประจำแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช โรงพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี</p>	<p><b>ขั้น Evidence support</b></p> <p>1. ศึกษาค้นคว้า evidence เกี่ยวกับ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- สถานการณ์การฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย</li> <li>- ปัจจัยที่มีผลต่อการฆ่าตัวตายซ้ำของผู้ป่วย</li> <li>- แนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำ</li> </ul> <p>โดยมีวิธีการค้นหา evidence ดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- กำหนดคำในการค้นหา</li> <li>- ค้นหา evidence จากฐานข้อมูลวิชาการต่างๆ</li> </ul> <p>2. ประเมินคุณภาพของ evidence ( appraise)</p> <p>3. พัฒนาแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย โดยการนำ evidence ที่ได้จาก ข้อ 1 มาเป็นข้อมูลในการพัฒนา และกำหนดผลลัพธ์ของการใช้แนวทางที่พัฒนาขึ้น</p> <p>4. ร่วมกันตรวจสอบคุณภาพของแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย โดยพยาบาลวิชาชีพและหัวหน้าแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช รพ. พระปกเกล้า จันทบุรี</p>	<p>แผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช รพ.พระปกเกล้า จันทบุรี</p>	<p>4 ธ.ค. 66</p> <p>08.00 – 16.00 น. (8 ชั่วโมง)</p> <p>6 ธ.ค. 66</p> <p>08.00 – 16.00 น. (8 ชั่วโมง)</p> <p>12 ธ.ค. 66</p> <p>13.00 – 16.00 น. (8 ชั่วโมง)</p> <p>18 ธ.ค. 66</p> <p>08.00 – 16.00 น. (8 ชั่วโมง)</p> <p>19 ธ.ค. 66</p> <p>08.00 – 16.00 น. (8 ชั่วโมง)</p> <p>รวม 40 ชม</p>	

ประเด็นการปฏิบัติ Faculty Practice	ผลลัพธ์/เป้าหมาย		แนวทางการดำเนินงาน			
	ระยะสั้น	ระยะยาว	ใคร (Who)	ทำอะไร/อย่างไร (What/How)	ที่ไหน (Where)	เมื่อไร (When)
<p>1. เพื่อลดอัตราการฆ่าตัวตายซ้ำของผู้ป่วยจิตเวช</p> <p>2. ได้ประเด็นปัญหาที่ต้องการพัฒนาในการปฏิบัติ faculty practice</p> <p>3 เกิดความร่วมมือในการพัฒนาคุณภาพการพยาบาลระหว่างหน่วยบริการกับสถานศึกษา</p>	<p>1. เพื่อพัฒนาความเชี่ยวชาญจากการปฏิบัติงาน และสามารถนำไปใช้ในระดับถัดไป</p> <p>2. เพื่อให้เกิดแนวทางหรือแนวปฏิบัติในการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำที่สอดคล้องกับความต้องการและปัญหาที่พบของแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช</p> <p>3. พยาบาลหน่วยบริการมีความเข้าใจและมีทักษะในการค้นหา evidence การappraise และการพัฒนากิจกรรมหรือแนวทางเพื่อพัฒนาความเชี่ยวชาญจากการปฏิบัติงาน</p> <p>4.เพื่อสามารถนำข้อมูลไปใช้ในการทำวิจัยหรือเขียนบทความวิชาการร่วมกับหน่วยบริการ</p>	<p>1. อ.อรัญญา บุญธรรม</p> <p>2. อ.ธันยพร บัวเหลือง</p> <p>3. อ.พิมพ์รัตน์ โทกุล</p> <p>4. อ.รวิกันต์ จันทะสมิ</p> <p>5. พยาบาลวิชาชีพประจำแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช โรงพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี</p>	<p><b>ขั้น Evidence observe</b></p> <p>1. ทดลองใช้แนวทางหรือกิจกรรมในการพัฒนาคุณภาพแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย จำนวน 5 ราย</p> <p>2. ประเมินผลลัพธ์ตามที่กำหนด</p> <p>3. ประเมินความเป็นไปได้ของการใช้แนวทางหรือกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น ร่วมกับพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานบนแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช รพ. พระปกเกล้า จันทบุรี</p> <p>4. วางแผน และปรับปรุงแนวทางหรือกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นตามผล และความเป็นไปได้ในการใช้จริงให้เหมาะสมกับผู้ป่วยที่มารับบริการและแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช</p>	<p>แผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช รพ.พระปกเกล้า จันทบุรี</p>	<p>26 ธ.ค. 66 08.00 – 16.00 น. (8 ชั่วโมง)</p> <p>8 ม.ค. 67 08.00 – 16.00 น. (8 ชั่วโมง)</p> <p>9 ม.ค. 67 08.00 – 16.00 น. (8 ชั่วโมง)</p> <p><u>รวม 24 ชม</u></p>	

ประเด็นการปฏิบัติ Faculty Practice	ผลลัพธ์/เป้าหมาย		แนวทางการดำเนินงาน			
	ระยะสั้น	ระยะยาว	ใคร (Who)	ทำอะไร/อย่างไร (What/How)	ที่ไหน (Where)	เมื่อไร (When)
<p>1. เพื่อลดอัตราการฆ่าตัวตายซ้ำของผู้ป่วยจิตเวช</p> <p>2. ได้ประเด็นปัญหาที่ต้องการพัฒนาในการปฏิบัติ faculty practice</p> <p>3 เกิดความร่วมมือในการพัฒนาคุณภาพการพยาบาลระหว่างหน่วยบริการกับสถานศึกษา</p>	<p>1. เพื่อพัฒนาความเชี่ยวชาญจากการปฏิบัติงานและสามารถนำไปใช้ในระดับถัดไป</p> <p>2. เพื่อให้เกิดแนวทางหรือแนวปฏิบัติในการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำที่สอดคล้องกับความต้องการและปัญหาที่พบของแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช</p> <p>3. พยาบาลหน่วยบริการมีความเข้าใจและมีทักษะในการค้นหา evidence การ appraise และการพัฒนากิจกรรมหรือแนวทางเพื่อพัฒนาความเชี่ยวชาญจากการปฏิบัติงาน</p> <p>4. เพื่อสามารถนำข้อมูลไปใช้ในการทำวิจัยหรือเขียนบทความวิชาการร่วมกับหน่วยบริการ</p>	<p>1. อ.อริญา บุญธรรม</p> <p>2. อ.ธัญพร บัวเหลือง</p> <p>3. อ.พิมพ์รัตน์ โทกุล</p> <p>4. อ.รวิกานต์ จันทะสิม</p> <p>5. พยาบาลวิชาชีพประจำแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช โรงพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี</p>	<p><b>ชั้น Evidence base</b></p> <p>1. ใช้แนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย ที่พัฒนาขึ้นกับผู้ป่วย เพื่อป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำ</p> <p>2. ประเมินผลลัพธ์กำหนดตามแนวทางหรือกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น</p> <p>3. นำเสนอแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตายให้กับพยาบาลที่ปฏิบัติงานแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช</p> <p>4. วางแผนการเขียนบทความวิชาการที่เกี่ยวกับแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย เพื่อป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยจิตเวชที่มีความคิดฆ่าตัวตาย</p>	<p>แผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช รพ.พระปกเกล้า จันทบุรี</p>	<p>15 ม.ค. 67 08.00 – 16.00 น. (8 ชั่วโมง)</p> <p><u>รวม 8 ชม</u></p>	

วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี

รายงานผลการดำเนินงานปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)

ชื่อ-สกุล..... อ.รวิกันต์ จันทะสีม..... ตำแหน่ง..... พยาบาลวิชาชีพ..... สังกัดภาควิชา..... การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต.....

ความเชี่ยวชาญ (Specific area) /ความสนใจเฉพาะทาง (Interest area)..... การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต.....

ปฏิบัติ Faculty Practice ในสาขา.....การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต..... ระหว่างวันที่..... 28 พ.ย. 66 – 15 ม.ค. 67..... สถานที่ปฏิบัติ..... แผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช.....

วัน/เดือน/ปี/เวลา	กิจกรรม/รายละเอียดของงานที่ปฏิบัติ/ สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อนำไปพัฒนา	จำนวนชั่วโมงที่ ศึกษาข้อมูล และ จัดทำแนวทาง	จำนวนชั่วโมงที่ ปฏิบัติใน รพ.พปก.	ผู้รับรอง/หลักฐาน
28 พ.ย. 66 – 15 ม.ค. 67	การพัฒนาแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในกลุ่มผู้ป่วยจิตเวชที่มารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช			
	ขั้น Evidence trigger			
	<p>1. ร่วมค้นหาปัญหาที่ต้องการพัฒนาในประเด็น การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวชที่มีความคิดฆ่าตัวตาย โดย</p> <p>1.1 ร่วมปรึกษากับทีมพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช โรงพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี ประกอบไปด้วย พยาบาลประจำแผนกจิตเวช อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต เกี่ยวกับประเด็นปัญหาสถานการณ์การฆ่าตัวตายซ้ำ และปัจจัยที่มีผลต่อการฆ่าตัวตายซ้ำของผู้ป่วยจิตเวชที่มีความคิดฆ่าตัวตาย จากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยจิตเวชที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช รพ.พระปกเกล้า จันทบุรี</p> <p>1.2 ศึกษาแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในกลุ่มผู้ป่วยจิตเวชที่มีความคิดฆ่าตัวตาย เพื่อหาแนวทางในการพัฒนาร่วมกับทีม</p>		8	

วัน/เดือน/ปี/เวลา	กิจกรรม/รายละเอียดของงานที่ปฏิบัติ/ สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อนำไปพัฒนา	จำนวนชั่วโมงที่ ศึกษาข้อมูล และ จัดทำแนวทาง	จำนวนชั่วโมงที่ ปฏิบัติใน รพ.พปก.	ผู้รับรอง/หลักฐาน
	2. ประชุมปรึกษากับพยาบาลบนแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช เพื่อออกแบบและวางแผน แนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในกลุ่มผู้ป่วยจิตเวชที่มีความคิดฆ่าตัวตาย			
	<b>ชั้น Evidence support</b>			
	1. ศึกษาค้นคว้า evidence เกี่ยวกับ - สถานการณ์การฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย - ปัจจัยที่มีผลต่อการฆ่าตัวตายซ้ำของผู้ป่วย - แนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำ โดยมีวิธีการค้นหา evidence ดังนี้ - กำหนดคำในการค้นหา - ค้นหา evidence จากฐานข้อมูลวิชาการต่างๆ	20		
	2. ประเมินคุณภาพของ evidence (appraise)			
	3. พัฒนาแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย โดย การนำ evidence ที่ได้จาก ข้อ 1 มาเป็นข้อมูลในการพัฒนา และกำหนดผลลัพธ์ ของการใช้แนวทางที่พัฒนาขึ้น		20	
	4. ร่วมกันตรวจสอบคุณภาพของแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มี ความคิดฆ่าตัวตาย โดยพยาบาลวิชาชีพและหัวหน้าแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช รพ. พระปกเกล้า จันทบุรี			

วัน/เดือน/ปี/เวลา	กิจกรรม/รายละเอียดของงานที่ปฏิบัติ/ สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อนำไปพัฒนา	จำนวนชั่วโมงที่ ศึกษาข้อมูล และ จัดทำแนวทาง	จำนวนชั่วโมงที่ ปฏิบัติใน รพ.พปก.	ผู้รับรอง/หลักฐาน
<b>ชั้น Evidence observe</b>				
1. ทดลองใช้แนวทางหรือกิจกรรมในการพัฒนาคุณภาพแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย จำนวน 5 ราย			20	
2. ประเมินผลลัพธ์ตามที่กำหนด				
3. ประเมินความเป็นไปได้ของการใช้แนวทางหรือกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น ร่วมกับพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานบนแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช รพ. พระปกเกล้า จันทบุรี				
4. วางแผน และปรับปรุงแนวทางหรือกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นตามผล และความเป็นไปได้ในการใช้จริงให้เหมาะสมกับผู้ป่วยที่มารับบริการและแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช		4		
<b>ชั้น Evidence base</b>				
1. ใช้แนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย ที่พัฒนาขึ้นกับผู้ป่วย เพื่อป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำ			8	
2. ประเมินผลลัพธ์กำหนดตามแนวทางหรือกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น				
3. นำเสนอแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตายให้กับพยาบาลที่ปฏิบัติงานแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช				
4. วางแผนการเขียนบทความวิชาการที่เกี่ยวกับแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย เพื่อป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยจิตเวชที่มีความคิดฆ่าตัวตาย				
5. มีการนำแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตายซ้ำในผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย มาใช้ในรายวิชาภาคปฏิบัติ พย.1324 ปฏิบัติสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช ในภาค		4		

วัน/เดือน/ปี/เวลา	กิจกรรม/รายละเอียดของงานที่ปฏิบัติ/ สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อนำไปพัฒนา	จำนวนชั่วโมงที่ ศึกษาข้อมูล และ จัดทำแนวทาง	จำนวนชั่วโมงที่ ปฏิบัติใน รพ.พปก.	ผู้รับรอง/หลักฐาน
	การศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2566 กับนักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 3 โดย การสอนในคลินิกเรื่องการประเมินภาวะซึ่มเศร้า การประเมินความคิดฆ่าตัวตาย และแนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตาย การค้นหาผู้ป่วยที่มีภาวะซึ่มเศร้าและเคยมี ประวัติการทำร้ายตนเองหรือการฆ่าตัวตายในชุมชน เพื่อให้นักศึกษาประเมิน ให้ การพยาบาล ให้คำปรึกษา ได้ทันท่วงที			
	รวมจำนวนชั่วโมง	28	56	
	รวมจำนวนชั่วโมงทั้งหมด	84		