



## การฝึกยกระดับฝีมือ

หลักสูตร การนวดระบายน้ำเหลือง  
(Lymphatic Drainage Massage )  
รหัสหลักสูตร 9920017430342

สถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สำหรับอุตสาหกรรมบริการสุขภาพ  
กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

|                                |  |                              |
|--------------------------------|--|------------------------------|
| ผู้อนุมัติหลักสูตร             | นางสาวลักขณา รุ่งเรือง<br>ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์<br>สำหรับอุตสาหกรรมบริการสุขภาพ |                              |
| วันที่อนุมัติ 16 / มี.ค. /2565 | จำนวน....6...แผน   | ปรับปรุงครั้งที่ ...../..... |

การฝึกยกระดับฝีมือ  
หลักสูตร การนวดระบายน้ำเหลือง  
(Lymphatic Drainage Massage)

รหัสหลักสูตร 9920017430342

สถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สำหรับอุตสาหกรรมบริการสุขภาพ  
กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

1. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ ทักษะ และมีความพร้อมทั้งด้านร่างกายจิตใจ ตลอดจนมีทัศนคติที่ดี  
ต่อในกิจการนวดระบายน้ำเหลือง โดยสามารถ

- 1.1 มีความรู้ด้านธุรกิจสปาเพื่อส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย
- 1.2 ปฏิบัติการนวดระบายน้ำเหลืองได้

2. ระยะเวลาการฝึก

ผู้รับการฝึกจะได้รับการฝึกทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ โดยหน่วยงานสังกัดกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน  
หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ระยะเวลาการฝึก 30 ชั่วโมง

3. คุณสมบัติของผู้เข้ารับการฝึก

- 3.1 เป็นผู้ผ่านการฝึกอบรมหลักสูตรการนวดสวีดิช 150 ชั่วโมง หรือผ่านการฝึกอบรมหลักสูตร  
การนวดด้วยน้ำมันหอมระเหย 150 ชั่วโมง หรือผ่านการทดสอบมาตรฐานฝีมือแรงงานแห่งชาติ สาขาอาชีพนวดส่งเสริม  
สุขภาพแบบองค์รวมสปาตะวันตก (หัตถบำบัด) ระดับ 1
- 3.2 อายุตั้งแต่ 18 ปี ขึ้นไป
- 3.3 มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงไม่เป็นอุปสรรคต่อการฝึก และสามารถเข้ารับการฝึกอบรมได้ตลอดหลักสูตร

4. วุฒิบัตร

ชื่อเต็ม : วุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน หลักสูตร การนวดระบายน้ำเหลือง

ชื่อย่อ : วพร. การนวดระบายน้ำเหลือง

ผู้รับการฝึกต้องมีระยะเวลาการฝึกอบรมตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 และผ่านการประเมินผล  
ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติรวมกันตามเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 จึงจะถือว่าผ่านการฝึก และได้รับวุฒิบัตร  
จากกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน



## 5. หัวข้อวิชา

| รหัส       | หัวข้อวิชา   | ชั่วโมง |         |
|------------|--|---------|---------|
|            |  | ทฤษฎี   | ปฏิบัติ |
| 9924310201 | บุคลิกภาพและการแต่งกาย   | 0.5     | 0       |
| 9924310202 | มาตรฐานการต้อนรับ และจัดสถานที่                                  | 0.5     | 0       |
| 9924310203 | ทัศนคติและจรรยาบรรณของผู้ให้บริการ                               | 0.5     | 0       |
| 9924310204 | สุขอนามัยในสปาและโรคเบื้องต้น                                    | 0.5     | 0       |
| 9924310205 | ทบทวนกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา                                  | 2       | 0       |
| 9924310206 | ประวัติความเป็นมาของการนวดะบายน้ำเหลือง                          | 1       | 0       |
| 9924310207 | ประโยชน์และข้อห้าม ข้อควรระวังของการนวดะบายน้ำเหลือง             | 1       | 0       |
| 9924310208 | ความรู้เกี่ยวกับการนวดและการนวดท่าต่าง ๆ บริเวณทุกส่วนของร่างกาย | 1       | 18      |
| 9924310209 | การให้คำปรึกษา และคำแนะนำหลังการนวด                              | 1       | 1       |
| 9924319901 | การวัดและประเมินผล   | 1       | 2       |
| รวม        |  | 9       | 21      |
|            |  | 30      |         |

## 6. เนื้อหาวิชา

- 9924310201 บุคลิกภาพและการแต่งกาย (0.5 : 0)  
 วัตถุประสงค์รายวิชา  
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับบุคลิกภาพและการแต่งกายให้เหมาะสม  
 คำอธิบายรายวิชา  
 ศึกษาเกี่ยวกับการแต่งกาย บุคลิกภาพ เสื้อผ้า การแต่งหน้า การแต่งผม และสุขอนามัย  
 ส่วนตัวที่เกี่ยวข้องกับการรักษาความสะอาดในการให้บริการแก่ลูกค้า เพื่อให้มีลักษณะของความเป็นผู้เชี่ยวชาญ  
 เรื่องการแต่งกาย การแต่งหน้า การแต่งผมและสุขอนามัยส่วนตัวที่เกี่ยวข้องกับการรักษาความสะอาด
- 9924310202 มาตรฐานการต้อนรับและการจัดสถานที่ (0.5 : 0)  
 วัตถุประสงค์รายวิชา  
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ในมาตรฐานการต้อนรับและการจัดสถานที่  
 คำอธิบายรายวิชา  
 ศึกษาเกี่ยวกับมาตรฐานการต้อนรับและการจัดเตรียมสถานที่ เตรียมงาน สามารถบอกขั้นตอน  
 การจัดเตรียมห้องปฏิบัติการนวด เช่น การเตรียมเตียง ผ้าคลุมเตียง ผ้าขนหนู เสื้อคลุม รถเข็น อุปกรณ์ต่าง ๆ  
 แฉ่งขั้นตอนต่าง ๆ ในห้องปฏิบัติงานและยึดถือความสะอาดมีระเบียบตามกฎหมายของสปาที่ได้มาตรฐานตามแบบ  
 ที่ถูกต้อง



- 9924310203 ทักษะทัศนคติและจรรยาบรรณของผู้ให้บริการ (0.5 : 0)  
 วัตถุประสงค์รายวิชา  
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับทัศนคติและจรรยาบรรณของผู้ให้บริการ เช่น การตรงต่อเวลา รักษาระเบียบวินัย มีความซื่อสัตย์ เข้าใจจรรยาบรรณของการเป็นผู้ให้บริการ  
 คำอธิบายรายวิชา  
 ศึกษาเกี่ยวกับทัศนคติในการปฏิบัติงาน เช่น การตรงต่อเวลา รักษาความมีระเบียบวินัย มีความซื่อสัตย์ วางตัวเป็นแบบอย่างที่ดี มีทักษะในการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ และสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ มีทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ คุณภาพการให้บริการ การทำงานร่วมกับผู้อื่น และสามารถจัดการกับข้อร้องเรียนของลูกค้าได้
- 9924310204 สุขอนามัยในสปาและโรคเบื้องต้น (0.5 : 0)  
 วัตถุประสงค์รายวิชา  
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยในสปาและโรคเบื้องต้น  
 คำอธิบายรายวิชา  
 ศึกษาเกี่ยวกับการรักษาสุขอนามัยในสถานที่ทำงาน สุขอนามัยของการเป็นผู้ให้บริการ และโรคผิวหนังจากเชื้อโรค การเลือกใช้วิธีการกำจัดเชื้อโรคอย่างเหมาะสม ตามกฎระเบียบของสถานประกอบการที่ได้มาตรฐาน รักษาสุขอนามัยในสถานที่ทำงาน สุขอนามัยผู้ให้บริการ และโรคผิวหนังจากเชื้อโรค การเลือกใช้วิธีกำจัดเชื้อโรคอย่างเหมาะสม
- 9924310205 ทบทวนกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา (2 : 0)  
 วัตถุประสงค์รายวิชา  
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับการทบทวนกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา กายวิภาคศาสตร์ และสรีรวิทยาของร่างกาย ระบบการไหลเวียนโลหิต ระบบการไหลเวียนน้ำเหลือง ระบบภูมิคุ้มกัน  
 คำอธิบายรายวิชา  
 ศึกษาเกี่ยวกับความรู้เบื้องต้นกายวิภาคศาสตร์ และสรีรวิทยาของร่างกาย โดยเน้นศึกษาระบบการไหลเวียนของโลหิต ระบบการไหลเวียนน้ำเหลือง ระบบภูมิคุ้มกัน เพื่อให้ผลที่ดีในการนำไปใช้นวดระบายน้ำเหลืองเพื่อการดูแลสุขภาพที่ดีสามารถนำไปใช้ในการฝึกปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง โดยเน้นความสัมพันธ์ระบบดังกล่าว สามารถนำไปใช้ในการฝึกปฏิบัติกับผลของการนวดระบายน้ำเหลืองเพื่อสุขภาพที่ดี
- 9924310206 ประวัติความเป็นมาของการนวดระบายน้ำเหลือง (1 : 0)  
 วัตถุประสงค์รายวิชา  
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของการนวดระบายน้ำเหลือง และเทคนิคการนวดท่าต่าง ๆ บริเวณร่างกาย  
 คำอธิบายรายวิชา  
 ศึกษาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของการนวดระบายน้ำเหลือง และเทคนิคการเคลื่อนไหวมือและการนวดท่าต่าง ๆ บริเวณร่างกาย

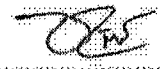



- 9924310207 ประโยชน์และข้อห้าม ข้อควรระวังของการนวดระบายน้ำเหลือง (1 : 0)  
 วัตถุประสงค์รายวิชา  
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์และข้อห้าม ข้อควรระวังของการนวดระบายน้ำเหลือง  
 คำอธิบายรายวิชา  
 ศึกษาเกี่ยวกับ ประโยชน์และข้อห้าม ข้อควรระวังของการนวดระบายน้ำเหลืองผลของการนวด  
 และปฏิกิริยาตอบสนอง (Reaction) ของร่างกายได้อย่างถูกต้อง
- 9924310208 ความรู้เกี่ยวกับการนวดและการนวดท่าต่าง ๆ บริเวณทุกส่วนของร่างกาย (1 : 18)  
 วัตถุประสงค์รายวิชา  
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับเทคนิคการเคลื่อนไหวมือท่าต่าง ๆ  
 และเทคนิคการนวดบริเวณร่างกายทุกส่วน  
 คำอธิบายรายวิชา  
 ศึกษาเกี่ยวกับเทคนิคการเคลื่อนไหวมือ และเทคนิคการนวดท่าต่าง ๆ บริเวณทุกส่วนของร่างกาย  
 โดยเน้นความสัมพันธ์กับระบบการไหลเวียนที่เกี่ยวข้องกับการนวดระบายน้ำเหลือง เพื่อขจัดของเสียออกจากร่างกาย  
 ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการนวด และการนวดท่าต่าง ๆ บริเวณทุกส่วนของร่างกายได้ถูกต้อง  
 โดยเน้นการนวดระบายน้ำเหลือง และการขจัดของเสียออกจากร่างกาย เพื่อผลที่ตามมาในการดูแลสุขภาพ
- 9924310209 การให้คำปรึกษา และคำแนะนำหลังการนวด (1 : 1)  
 วัตถุประสงค์รายวิชา  
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีทักษะเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา และคำแนะนำหลังการนวด  
 คำอธิบายรายวิชา  
 ศึกษาเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเพื่อตรวจสอบสุขภาพร่างกายของลูกค้ำ เช็ครอคประจำตัว  
 ข้อห้าม - ข้อควรระวัง การดำเนินชีวิตของลูกค้ำก่อนการรับบริการนวด และคำแนะนำหลังการนวดระบายน้ำเหลือง  
 ปฏิบัติต่าง ๆ และนัดครั้งต่อไปเพื่อติดตามผลอย่างต่อเนื่อง เช็ครอคประจำตัว ข้อห้ามข้อควรระวัง  
 การดำเนินชีวิตก่อนการรับบริการนวดและคำแนะนำหลังการนวดระบายน้ำเหลืองปฏิบัติต่าง ๆ และนัดครั้ง  
 ต่อไปเพื่อติดตามผลอย่างต่อเนื่อง  
 ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา และคำแนะนำหลังการนวดได้ถูกต้อง การให้คำปรึกษา  
 เพื่อตรวจสอบสุขภาพร่างกายของลูกค้ำ
- 9924319901 การวัดประเมินผล (1 : 2)  
 ประเมินความรู้และทักษะของผู้รับการฝึก โดยการทดสอบภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ




## คณะผู้จัดทำหลักสูตร

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| 1. นางธนพร วิจิตพันธ์ุ         | วิทยากรด้านสปาและความงาม  |
| 2. นางสาวณัฐนันท์ แต้มใจ       | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานปฏิบัติการ<br>สถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สำหรับอุตสาหกรรม<br>บริการสุขภาพ |
| 3. นางสาวชุตिकाญจน์ แก้ววรรณดี | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงาน<br>สถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สำหรับอุตสาหกรรม<br>บริการสุขภาพ           |

ลงนาม..........ผู้เสนอหลักสูตร  
(นางสาวชุตिकाญจน์ แก้ววรรณดี)  
นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงาน

ลงนาม..........ผู้เห็นชอบหลักสูตร  
(นางสาวณัฐนันท์ แต้มใจ)  
นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานปฏิบัติการ

ลงนาม..........ผู้อนุมัติหลักสูตร  
(นางสาวลักขณา รุ่งเรือง)

ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สำหรับอุตสาหกรรมบริการสุขภาพ

