

ประกาศธุรกิจ

ปีที่ 2 ฉบับที่ 115

วันที่ 22 มิถุนายน 2564

เลขที่ใบอนุญาตจดทะเบียนการพิมพ์ สสช36/2563 ISSN 2730-4019

จริงหรือไม่? ใส่รองเท้าส้นสูง เสี่ยงเป็นหมอนรองกระดูกเคลื่อน

เรื่อง รองเท้าส้นสูง กับผู้หญิงนั้น เรียกได้ว่าเป็นของคู่กัน เพราะเป็นไอเท็มโปรดของใครหลายคน ที่จะช่วยเพิ่มบุคลิกภาพให้ดีขึ้น

แต่อย่างไรก็ตาม การใส่รองเท้าส้นสูง ก็อาจทำให้เสี่ยงเป็น หมอนรองกระดูกเคลื่อนได้

โดย อ.นพ.สรวิทย์ ธรรมรงค์กิจ ศัลยแพทย์กระดูกและข้อ สถาบันการแพทย์จักรีนฤพดินทร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามารวมใจ มหาวิทยาลัยมหิดลเปิดเผยว่า การใส่รองเท้าส้นสูง ทำให้น้ำหนักตัวเอียงไปด้านหน้า และมีการแอ่นตัวไปด้านหลัง ส่งผลให้กล้ามเนื้อบริเวณหลัง เข่า และสะโพก ทำงานหนักผิดปกติ เสี่ยงต่อภาวะเสื่อมและบาดเจ็บของหมอนรองกระดูก

คำแนะนำในการใส่รองเท้าส้นสูง

1. ส้นรองเท้าไม่ควรสูงเกิน 1-2 นิ้ว
2. ให้เท้าได้พักในท่าปกติทุก 2 ชั่วโมง
3. สวมรองเท้าหน้ากว้างที่รองรับเท้าได้ทั้งหมด
4. หากจำเป็นต้องใส่ควรลดเวลาขึ้นหรือเดิน
5. พื้นรองเท้าควรมีความยืดหยุ่นเหมาะสม

แหล่งที่มา https://www.matichon.co.th/lifestyle/news_2790313

ใส่รองเท้าส้นสูง

เสี่ยงเป็น

หมอนรองกระดูกเคลื่อน

จริงหรือไม่?

จริง ✓

การใส่รองเท้าส้นสูง ทำให้น้ำหนักตัวเอียงไปด้านหน้าและมีการแอ่นตัวไปด้านหลัง ส่งผลให้กล้ามเนื้อบริเวณหลัง เหน้าและสะโพก ทำงานหนักผิดปกติ เสี่ยงต่อภาวะเสื่อมและบาดเจ็บของหมอนรองกระดูก

คำแนะนำในการใส่รองเท้าส้นสูง



ส้นรองเท้าไม่ควรสูงเกิน 1-2 นิ้ว



ให้เท้าได้พักในท่าปกติทุก 2 ชั่วโมง



สวมรองเท้าหน้ากว้างที่จะรองรับเท้าได้ทั้งหมด



หากจำเป็นต้องใส่ ควรลดเวลาขึ้นหรือเดิน



พื้นรองเท้าควรมีความยืดหยุ่นเหมาะสม

LINE Ramathibodi

RAMA
CHANNEL

อ. นพ. สรุณี ธรรมมงคลกิจ คณบดีแพทย์กระดูกและข้อ สถาบันการแพทย์จักรีนฤเบศร
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
<https://www.rama.mahidol.ac.th/infographics>

บริษัท บันได ไรร์ฮาร์เนส (ไทยแลนด์) จำกัด

29 อาคารบางกอก บิสซิเนส เซ็นเตอร์ ชั้น 12 ห้องเลขที่ 1203 ซอยสุขุมวิท 63 (เอกมัย) ถนนสุขุมวิท
แขวงคลองตันเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110 ประเทศไทย

22 มิถุนายน 2564

เรื่อง : ขอเชิญประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้นครั้งที่ 1/2564

เรียน : ท่านผู้ถือหุ้น บริษัท บันได ไรร์ฮาร์เนส (ไทยแลนด์) จำกัด

บริษัท บันได ไรร์ฮาร์เนส (ไทยแลนด์) จำกัด (“บริษัท”) จะจัดให้มีการประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้นครั้งที่ 1/2564 ในวันที่ 30 มิถุนายน 2564 เวลา 13:00 น. ณ สำนักงานของผู้ชำระบัญชี เลขที่ 29 อาคารบางกอก บิสซิเนส เซ็นเตอร์ ชั้น 12 ห้องเลขที่ 1203 ซอยสุขุมวิท 63 (เอกมัย) ถนนสุขุมวิท แขวงคลองตันเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110 ประเทศไทย โดยมีระเบียบวาระการประชุมดังนี้

- | | |
|-----------|-------------------------------|
| วาระที่ 1 | รายงานความคืบหน้าการชำระบัญชี |
| วาระที่ 2 | พิจารณาเรื่องอื่น ๆ (ถ้ามี) |

บริษัทจึงขอเรียนเชิญท่านผู้ถือหุ้นทุกท่านเข้าร่วมประชุมในวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าวข้างต้น หากผู้ถือหุ้นท่านใดไม่สามารถเข้าร่วมประชุมได้ด้วยตนเอง อาจมอบฉันทะให้บุคคลอื่นเข้าร่วมประชุมและออกเสียงลงคะแนน และมอบเอกสารมอบฉันทะกับประธานตั้งแต่เมื่อเริ่ม หรือก่อนเริ่มการประชุม

ขอแสดงความนับถือ

野崎浩良

(นายอิโร โยชิ โนซากิ)

ผู้ชำระบัญชี

แบบ พ.๒



หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน กสช ๓๖/๒๕๖๓

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด โดย นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม
เลขประจำตัวประชาชน ๓ ๑๐๑๒ ๐๒๓๔๕ ๐๘ ๔ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๔๔ ปี อาชีพ นักธุรกิจ
ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๕๕/๑ หมู่ที่ - ซอย เอกชัย ๖๖ ถนน -
แขวง / ตำบล คลองบางพราน เขต / อำเภอ บางบอน จังหวัด กรุงเทพมหานคร เป็น เจ้าของ
หนังสือพิมพ์ชื่อ ประกาศธุรกิจ
มีวัตถุประสงค์ เพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารทางด้านธุรกิจ รับประกาศเชิญประชุมผู้ถือหุ้น เพิ่มทุน ลดทุน ย้ายที่ตั้ง กรรมการเข้า ออก
เลิกบริษัท ชำระบัญชี อำนาจกรรมการตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา ๑๑๗๕
ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย
ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นเล่ม
ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายไม่แน่นอน
ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด
ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๕๕/๑ หมู่ที่ - ซอย เอกชัย ๖๖ ถนน เอกชัย
แขวง / ตำบล คลองบางพราน เขต / อำเภอ บางบอน จังหวัด กรุงเทพมหานคร
ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด
ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๕๕/๑ หมู่ที่ - ซอย เอกชัย ๖๖ ถนน เอกชัย
แขวง / ตำบล คลองบางพราน เขต / อำเภอ บางบอน จังหวัด กรุงเทพมหานคร
ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด
ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๕๕/๑ หมู่ที่ - ซอย เอกชัย ๖๖ ถนน เอกชัย
แขวง / ตำบล คลองบางพราน เขต / อำเภอ บางบอน จังหวัด กรุงเทพมหานคร
หนังสือพิมพ์ฉบับนี้ นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม เป็นผู้พิมพ์
นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม เป็นผู้โฆษณา
นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม เป็นบรรณาธิการ
บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์



ออกให้ตั้งแต่วันที่ ๒๑ เดือน กันยายน พุทธศักราช ๒๕๖๓

(ลงชื่อ)

(นางสาวกนกอร คักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนสำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร