

ระบบปฏิบัติการ
META REVERSE

คืนสู่สภาวะปกติ

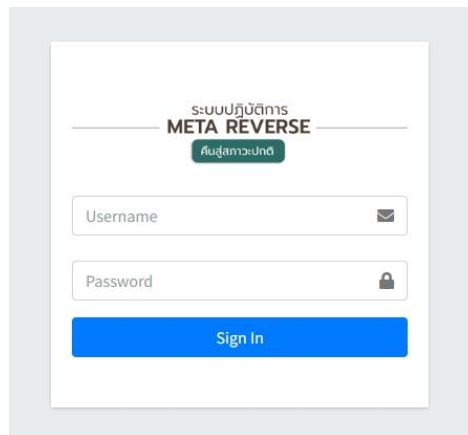
คู่มือการใช้งาน ระบบปฏิบัติการเมต้ารีเวิร์ส

Meta Reverse User Manual

สำหรับเจ้าหน้าที่ รพ.สต.

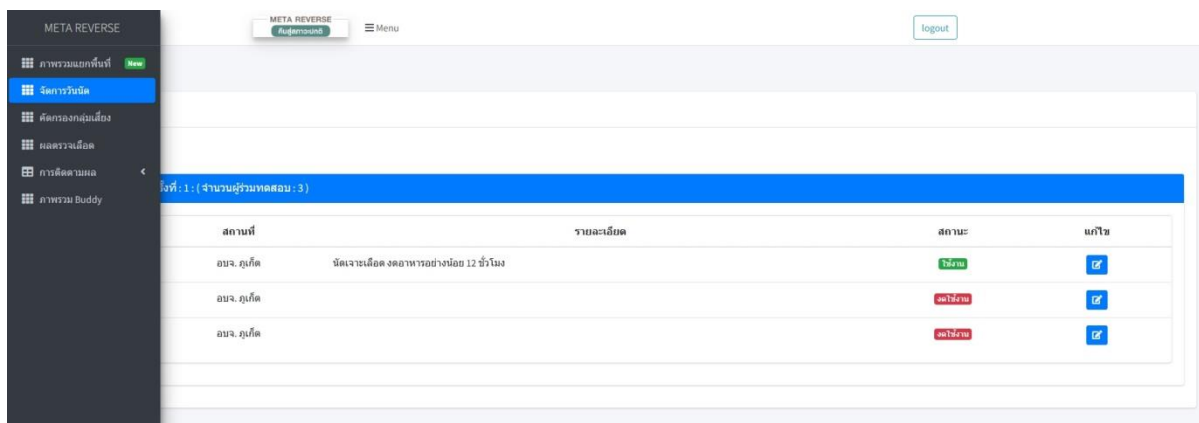
VERSION 1.0.0

1. เข้าใช้ระบบปฏิบัติการ ที่ <https://dm.ไมเคื้อ.com/Login/LoginUser>
โดยใช้ username / password ที่ได้รับสิทธิ์เข้าระบบ



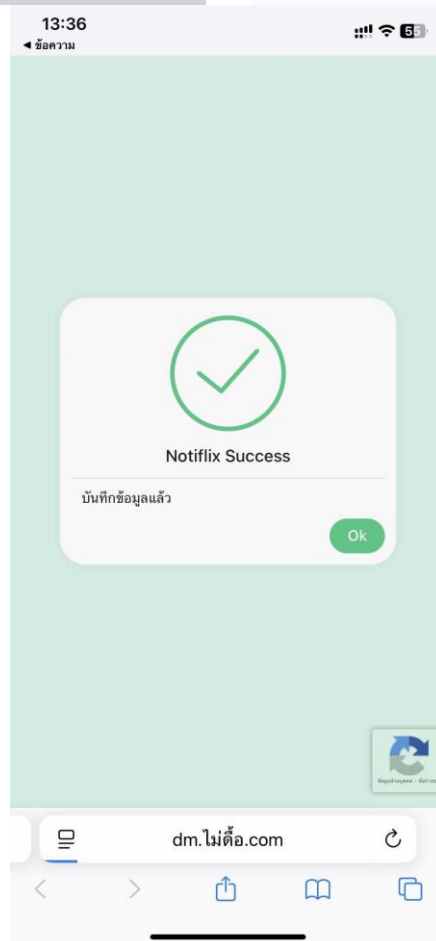
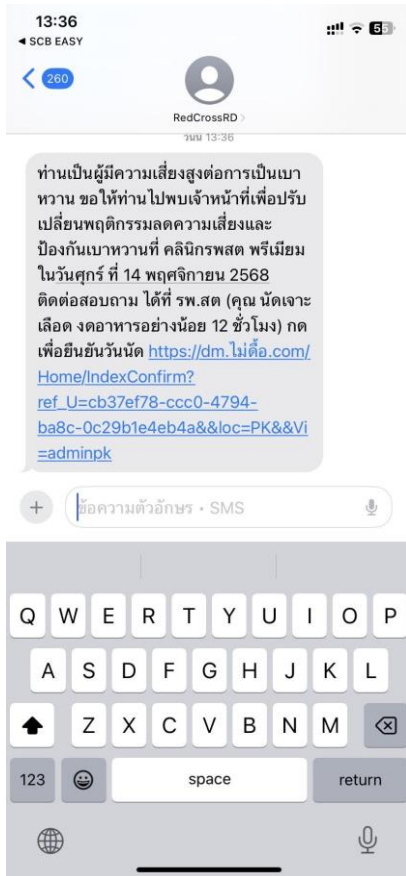
2. การสร้างวัดนัด

2.1 ให้เลือกเมนูจัดการวันนัด



2.2 ใส่วันนัด แล้วเลือก นัดครั้งที่ 1 (กรณีครั้งแรก) แล้วกดใช้งาน





4. การเรียกดูจำนวนและข้อมูลกลุ่มเสี่ยงที่เข้ามามี้นันการใช้บริการคลินิกนอกเวลา ให้เลือกเมนูด้วยซ้ำ
“คัดกรองกลุ่มเสี่ยง”

Appointment List

รายชื่อเข้ารับการตรวจเลือดทั้งหมด

Reload

อัพโหลดผลเลือด

อัพโหลดข้อมูลค่าสังเกต

AI Clustering

Show 30 rows * Excel

Search: 0964454540

วันที่

เลือกทุกรายการ

เลือกทุกรายการ

เลือกทุกรายการ

เลือกทุกรายการ

รหัสผู้ป่วย	ชื่อ-นามสกุล	วันตรวจ	FBS (mg/dL)	FFBG	OGTT (mg/dL)	OGTT	C-peptide (ng/mL)	HOMA2 IR	HOMA2 1G	HOMA2 2G	AI Clustering	ผลการตรวจ (แพทย์)
นาง อรุณ	ข้อมูล: 0964454540 ชื่อ: 0964454540 ชื่อ: 0964454540 ชื่อ: 0964454540 ชื่อ: 0964454540	06/11/2024	100	IFG	-	N/A	-	-	-	-		Subnormal
		14/11/2025	-	N/A	-	N/A	-	-	-	-	กลุ่มเสี่ยง	Subnormal

Showing 1 to 1 of 1 entries (filtered from 283 total entries)

Previous

1

Next

5. การจัดให้อสมดูละกลุ่มเสียงแต่ละราย ให้กดที่ปุ่ม “Add Buddy” รายชื่อ buddy จะแสดงตามพื้นที่ ที่มี
อสม. ลงทะเบียนไว้ในแต่ละหมู่บ้าน

คัดกรองกลุ่มเสี่ยง (Pre-screen)

Format File

Show 30 rows + Excel

META REVEAL

กรุณาเลือกชนิด

logout

Reload

คิวโทรวน Pre Screen

AI Clustering

#4 SMS

Add Buddy

รายการ (โทรศัพท์) ▼ เลือกทุกรายการ (อายุ) ▼ เลือกทุกรายการ (BMI) ▼

วันที่ติดตามผล	ชื่อ-สกุล	สถานะ	ประวัติการ	ข้อมูลของสมาชิกตาม
29/09/2025	โศภิตา มณีมัย หมายเลขบัตร : 0852543115 หมายเลขบัตร : 1339900133174 เพศ : หญิง / 42 ปี / 161.55 น้ำหนัก : 45 กิโลกรัม / 32.2			
29/09/2025	โศภิตา มณีมัย หมายเลขบัตร : 0854543894 หมายเลขบัตร : 1338100070022 เพศ : หญิง / 51 ปี / 161.23.23 น้ำหนัก : 166 กิโลกรัม / 35.6	—	23.23	81
29/09/2025	เกษิณี บุตรพิมาน หมายเลขบัตร : 0808018942 หมายเลขบัตร : 1305100213431 เพศ : หญิง / 32 ปี / 155.25.55 น้ำหนัก : 160 กิโลกรัม / 33.6	—	20.55	32
29/09/2025	เกษิณี บุตรพิมาน หมายเลขบัตร : 0824219230 หมายเลขบัตร : 1307700133333 เพศ : หญิง / 54 ปี / 154.80 น้ำหนัก : 52 กิโลกรัม / 34.7	—	24.06	54
29/09/2025	ศุภณัฐา ชื่นรัตน หมายเลขบัตร : 080834876 หมายเลขบัตร : 1339900133223 เพศ : หญิง / 29 ปี / 161.25.25 น้ำหนัก : 50 กิโลกรัม / 34.4	—	18.59	29
29/09/2025	สุวิทย์ สันติพันธ์ หมายเลขบัตร : 080430004	—	27.27	78

META REVERSE

Menu

Logout

คัดกรองกลุ่มเสี่ยง (Pre-screen)

Format File

Reload

อัพโหลด Pre-Screen

AI Clustering

ส่ง SMS

Add Buddy

Show 30 rows

Excel

Search:

เลือกการฉายการ (เสียง)

เลือกการฉายการ (โตวัด)

เลือกการฉายการ (อายุ)

เลือกการฉายการ (BMI)

วันที่คัดกรอง	ชื่อ-สกุล	เบอร์โทร โทร	BMI	อายุ ≥20 ปี	ค่าเฉลี่ย ไม่แน่นอน	AI Clustering	สถานะ การแจ้งเตือน	ข้อมูลส่วนตัว
29/09/2025	โศภิตา มั่งคั่ง เบอร์โทร : 0902986315 หมายเลขบัตร : 110990031174 เพศ : หญิง 43 BMI : 17.05 น้ำหนัก : 43 ส่วนสูง : 162	—	17.05	—	—	กลุ่มเสี่ยงต่ำ	✓	
29/09/2025	โศภิตา มั่งคั่ง เบอร์โทร : 0902986315 หมายเลขบัตร : 110990031174 เพศ : หญิง 43 BMI : 17.05 น้ำหนัก : 43 ส่วนสูง : 162	—	17.05	—	—	กลุ่มเสี่ยงต่ำ	✓	
29/09/2025	โศภิตา มั่งคั่ง เบอร์โทร : 0902986315 หมายเลขบัตร : 110990031174 เพศ : หญิง 43 BMI : 17.05 น้ำหนัก : 43 ส่วนสูง : 162	—	17.05	—	—	กลุ่มเสี่ยงต่ำ	✓	
29/09/2025	โศภิตา มั่งคั่ง เบอร์โทร : 0902986315 หมายเลขบัตร : 110990031174 เพศ : หญิง 43 BMI : 17.05 น้ำหนัก : 43 ส่วนสูง : 162	—	17.05	—	—	กลุ่มเสี่ยงต่ำ	✓	
29/09/2025	โศภิตา มั่งคั่ง เบอร์โทร : 0902986315 หมายเลขบัตร : 110990031174 เพศ : หญิง 43 BMI : 17.05 น้ำหนัก : 43 ส่วนสูง : 162	—	17.05	—	—	กลุ่มเสี่ยงต่ำ	✓	
29/09/2025	โศภิตา มั่งคั่ง เบอร์โทร : 0902986315 หมายเลขบัตร : 110990031174 เพศ : หญิง 43 BMI : 17.05 น้ำหนัก : 43 ส่วนสูง : 162	—	17.05	—	—	กลุ่มเสี่ยงต่ำ	✓	
29/09/2025	โศภิตา มั่งคั่ง เบอร์โทร : 0902986315 หมายเลขบัตร : 110990031174 เพศ : หญิง 43 BMI : 17.05 น้ำหนัก : 43 ส่วนสูง : 162	—	17.05	—	—	กลุ่มเสี่ยงต่ำ	✓	
29/09/2025	โศภิตา มั่งคั่ง เบอร์โทร : 0902986315 หมายเลขบัตร : 110990031174 เพศ : หญิง 43 BMI : 17.05 น้ำหนัก : 43 ส่วนสูง : 162	—	17.05	—	—	กลุ่มเสี่ยงต่ำ	✓	
29/09/2025	โศภิตา มั่งคั่ง เบอร์โทร : 0902986315 หมายเลขบัตร : 110990031174 เพศ : หญิง 43 BMI : 17.05 น้ำหนัก : 43 ส่วนสูง : 162	—	17.05	—	—	กลุ่มเสี่ยงต่ำ	✓	
29/09/2025	โศภิตา มั่งคั่ง เบอร์โทร : 0902986315 หมายเลขบัตร : 110990031174 เพศ : หญิง 43 BMI : 17.05 น้ำหนัก : 43 ส่วนสูง : 162	—	17.05	—	—	กลุ่มเสี่ยงต่ำ	✓	

รายชื่อ กลุ่มเสี่ยง

×

Show 20 entries

Search: 0964454540

เลือก Buddy

ชื่อ	เบอร์โทร	กลุ่ม	Main Buddy	RootNumber
กาญจนา จันทร์ไตรรัตน์	0964454540	กลุ่มเสี่ยงสูง	test test A-001	B-045

Showing 1 to 1 of 1 entries (filtered from 37 total entries)

Previous

1

Next

ปิด

6. อสม. รายชื่อกลุ่มเสี่ยง ที่ได้รับมอบหมายที่หน้าจกระบบ Meta ใน app smart อสม เพื่อติดตามให้มา
เจาะเลือดตามนัด และติดตามการออกกำลังกาย

15:21

LINE

Buddy Report

Buddy List

► (A-001) test test (3, เวลาสะสม : 0 นาที)
เวลาสะสม : 0 นาที
เฉลี่ย : 0 นาทีต่อวัน , 0 นาทีต่อสัปดาห์
ระยะเวลาร่วมโครงการ : Total Days = 0

Buddy List

Show 10 entries

Search:

เฉลี่ยต่อวัน ▼ เฉลี่ยต่อสัปดาห์ ▼

ชื่อ-นามสกุล	จำนวนวัน ที่ออกกำลังกาย	จำนวนสัปดาห์ ที่ออกกำลังกาย
test test	0	0
สุรศักดิ์ รัศมี ส่องสว่าง	0	0
อาคม สวัสดิ์	0	0
กาญจนา จัน ทรไทรรัตน์	0	0

Showing 1 to 4 of 4 entries

dm.ไม้ดี้อ.com

< >   

7. ขั้นตอนการออกใบสั่งสุขภาพ ให้ไปที่หน้า “คัดกรองกลุ่มเสี่ยง” กดปุ่มสีฟ้า เพื่อออกใบสั่งสุขภาพ

META REVERSE
คัดกรองกลุ่มเสี่ยง (Pre-screen)

Format File Reload ล้างไฟล์ Pre Screen AI Clustering ส่ง SMS Add Buddy

Show 30 rows Excel Search: กลุ่มเสี่ยง เลือกหยาบการ (โคโร) เลือกหยาบการ (อื่นๆ) เลือกหยาบการ (BMI)

วันที่ตรวจ	ชื่อ-สกุล	เลขบัตร ประชาชน	BMI	อายุ ≥30 ปี	อายุ 18-29 ปี ไม่มีโรคเรื้อรัง	AI Clustering	ยืนยัน เข้าระบบ	ใบสั่งสุขภาพ สำเร็จ
29/09/2568	อานนท์ สวัสดิ์ เบอร์โทร : 0954217428 หมายเลขบัตรประชาชน : 16299900162851 เพศ : ชาย : 36 BMI : 30.12 น้ำหนัก : 82 ส่วนสูง : 165	—	30.12	36	—	กลุ่มเสี่ยงสูง	✓	
29/09/2568	สุทธกัญจน์ รุ่งเรืองสว่าง เบอร์โทร : 082717319 หมายเลขบัตรประชาชน : 1638800083841 เพศ : ชาย : 24 BMI : 26.72 น้ำหนัก : 71 ส่วนสูง : 163	—	26.72	24	—	กลุ่มเสี่ยงสูง	✓	
29/09/2568	สิริวิทย์ สีสระกุล เบอร์โทร : 0846307583 หมายเลขบัตรประชาชน : 16299900209686 เพศ : ชาย : 35 BMI : 26.28 น้ำหนัก : 88 ส่วนสูง : 183	—	26.28	35	—	กลุ่มเสี่ยงสูง	✓	
29/09/2568	สมชาย มลลกล เบอร์โทร : 0909911942 หมายเลขบัตรประชาชน : 16388000264082 เพศ : ชาย : 42 BMI : 27.36 น้ำหนัก : 80 ส่วนสูง : 171	—	27.36	42	—	กลุ่มเสี่ยงสูง	✓	
29/09/2568	วัชรพล น้อย เบอร์โทร : 0818021327 หมายเลขบัตรประชาชน : 1603000516278 เพศ : ชาย : 49 BMI : 27.55 น้ำหนัก : 79 ส่วนสูง : 165	—	27.55	49	—	กลุ่มเสี่ยงสูง	✓	
29/09/2568	ศุภวัฒน์ ภูมิพงษ์ เบอร์โทร : 0863033199 หมายเลขบัตรประชาชน : 1601400674093	—	33.33	47	—	กลุ่มเสี่ยงสูง	✓	

เลือกรูปแบบการออกกำลังกาย

คุณ จ. กุเกิด
09127
รหัสผู้ดูแล : null
คุณ ไชยดา มีธนา
อายุ : 41 ปี BMI : 17.15
น้ำหนัก : 45 กก. ส่วนสูง : 162 ซม.

Exercise's dose
รูปแบบการออกกำลังกาย

S-1 A S-2 AR
M-1 A M-2 A M-3 AR
L-1 AR L-2 A
N : เรื่อย ๆ แต่หวังผล

รูปแบบที่ AI แนะนำจะมีสัญลักษณ์ AI

ยังไม่มีรูปแบบการออกกำลังกาย
ออกกำลังกายต่อเนื่อง 12 สัปดาห์

A แอโรบิก R แรงดัน

ออกกำลังกายวันต่อสัปดาห์
ออกกำลังกายนาที่ต่อวัน
ออกกำลังกายนาที่ต่อสัปดาห์

ท่านสามารถปรับวันออกกำลังกายได้
ตามสะดวก

จันทร์ อังคาร
พุธ พฤหัสบดี ศุกร์
เสาร์ อาทิตย์

บันทึก

META REVERSE
คัดกรองกลุ่มเสี่ยง

ใบสั่งออกกำลังกายลดภาวะดีเอ็นเอสูงเกิน
แนะนำโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ / ใช้ระบบ META REVERSE

คลินิก
คลินิกใดก็ได้

ชื่อ นามสกุล
อานนท์ สวัสดิ์

โทร
09127

วันที่
10 พฤศจิกายน 2568

ผู้
นายแพทย์เอก กิ่งนิรันดร์

คำสั่งออกกำลังกาย
ออกกำลังกายตามแอปพลิเคชัน META REVERSE เป็นเวลา 12 สัปดาห์
ออกกำลังกายให้ได้สัปดาห์ละ 150 นาที
หรือ 10 วันออกกำลังกาย 2568 ถึง 2 กุมภาพันธ์ 2569

คำแนะนำ
ออกกำลังกายทุกวันอย่างน้อย 30 นาที

ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีขึ้น

วันที่ออกกำลังกาย
10 พฤศจิกายน 2568

วันที่
10 พฤศจิกายน 2568

การติดตามผล
☐ ไม่มี
☒ มี

วันที่ตรวจ
10 พฤศจิกายน 2568

การปฏิบัติ
เมื่อได้รับใบสั่งออกกำลังกาย
1. กดปุ่มสีฟ้าเพื่อออกคำสั่งออกกำลังกาย ที่ Line @metareverse META REVERSE
2. กดคำสั่งออกกำลังกายตามคำแนะนำ แอปพลิเคชันจะทำการออกคำสั่งออกกำลังกาย
3. เมื่อทำตามคำแนะนำแล้ว กดปุ่มสีฟ้า เพื่อบันทึกผลการออกกำลังกาย

เอกสารนี้เป็นเอกสาร - ลิขสิทธิ์เป็นของ META REVERSE

วันที่ 10 พฤศจิกายน 2568

8. การแจ้งกำหนดวันนัด 4สัปดาห์ 8 สัปดาห์และ 12 สัปดาห์ของกลุ่มเสี่ยงแต่ละรายให้อสม.ที่ดูแลรับทราบ อสม.ติดตามได้ที่หน้า app smart อสม.

9. การเข้าไปดูข้อมูลการออกกำลังกายของกลุ่มเสี่ยง

รายชื่อผู้รวมออกกำลังกายทั้งหมด							
Show 30 rows - Excel	Search: 09644	น้อยกว่า 150 ... x -	น้อยกว่า 150 ... x -	เลือกทุก (พ.ส./บริษั)	มีค่าไฟ -	เลือกทุกรายการ -	เลือกทุกรายการ -
วันที่	ชื่อ นามสกุล	จำนวนที่นอนที่ไม่สบาย	จำนวนที่นอนที่นอนสบาย	จำนวนที่นอนที่นอนสบาย (รายปี)	เฉลี่ยต่อวัน (รายปี)	เฉลี่ยต่อเดือน (รายปี)	HuaweiSyncData
สง. สุทธิ พ.ศ. นายสม	นางสาว จันทิมาใจดี โทร : 0964454540 กลุ่มออกกำลังกายที่สวนสาธารณะแห่งใหม่ [?] รายละเอียดเพิ่มเติม	0	0	0	0	0	Not Connected

Showing 1 to 1 of 1 entries (filtered from 283 total entries)

Exercise Report

ข้อมูลทั่วไป

ชื่อ - นามสกุล : ทานตะวัน อัครศิริธรรม

กลุ่มออกกำลังกาย : กลุ่มออกกำลังกายแบบแอโรบิคผสมแรงดัน

อายุ : 37

เพศ : -

วันที่เริ่มออกกำลังกาย : 10/11/2025 ถึง 10/11/2025

ข้อมูลออกกำลังกายทั้งหมด

Show 12 entries

Search:

สัปดาห์	Sum						วันดี				ดีมธ				พุธ				พฤหัสบดี				ศุกร์				เสาร์			
	Warm Up	Aerobics	Resistance	Other	Cool Down	Total	W	A	R	O	C	W	A	R	O	C	W	A	R	O	C	W	A	R	O	C	W	A	R	O
1 10/11/2025 - 16/11/2025	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2 17/11/2025 - 23/11/2025	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Total	0	0	0	0	0	0																								

Showing 1 to 2 of 2 entries

Previous

1

Next

10. การติดต่อประสานงาน (ส่งข้อมูลและรับข้อมูล) กับกรรมการหมู่บ้านและ อสม. ในการติดตามการออกกำลังกาย สามารถดึงข้อมูลจากระบบออกในรูปแบบของเอกสาร Excel

- ข้อมูลการติดตามการออกกำลังกาย
- ข้อมูลกลุ่มเสี่ยง เมื่อครบ 12 สัปดาห์
- รายงานการส่งมอบข้อมูลการออกกำลังกายของกลุ่มเสี่ยง ให้ สปสช. เพื่อเบิกจ่ายค่าชดเชยบริการ

[illegible]