

E-News
งานสุขภาพ

สื่อเผยแพร่ความรู้จาก
www.hiso.or.th

ฉบับที่ 3 เดือนพฤษภาคม 2551



อ่านจดหมายข่าวต้นคิด
ทั้งเล่ม! ที่นี่!

News พฤศจิกายน 51

0.7 องศา ร้ายกว่าที่คุณคิด...



จากคอลัมน์ วิถีเสี่ยง จดหมายข่าวรายเดือนประจำเดือนพฤษภาคม 2551
ผลิตโดย สำนักงานพัฒนาระบบทั่วมูลข่าวสารสุขภาพ

วันนี้คนไทย “คงต้องแดง” ขนาดไหน?



© Talk to FRANK

เคยเป็นข่าวโด่งดังไปทั่วโลกในไทยติดอันดับ “ดื่มหนัก” 5 อันดับแรกของโลก

ผลการตรวจสภาวะสุขภาพอนามัยของประชาชนไทย โดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 3 (พ.ศ.2546-2547)
ซึ่งเป็นข้อมูลการสำรวจแบบเจาะลึกครั้งล่าสุด ช่วยสะท้อนภาพในรายละเอียดให้เห็นชัดเจนมากขึ้นว่า คนดื่มหนัก
ที่ว่าคือใคร อุญที่ไหน



สื่อเผยแพร่ความรู้จาก
www.hiso.or.th

ฉบับที่ 3 เดือนพฤษภาคม 2551



อ่านจดหมายข่าวต้นคิด
ทั้งเล่ม! ที่นี่!

News พฤษภาคม 51

0.7 องศา ร้ายกว่าที่คุณคิด...



คนกลุ่มไหน “ดื่ม” หนัก

คนไทยวัย 15 ปีขึ้นไป ผู้ชาย 7 จาก 10 คน ดื่มสุรา ประชากรกลุ่มนี้ ร้อยละ 16.6 เป็นกลุ่มที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับที่อันตรายลีบ อันตรายมาก และในช่วงวัย 15-29 ปี พบร่วมกับเป็นกลุ่มที่มีการดื่มอย่างอันตรายสูง กว่าผู้ชายช่วงวัยอื่น ๆ โดยมีถึง ร้อยละ 21.7 หรือประมาณ 1 ใน 5 ของผู้ชายในช่วงวัยดังกล่าวที่ดื่มเครื่องดื่มที่ผสมปริมาณแอลกอฮอล์เฉลี่ย 40-60 กรัมต่อวัน

ขณะที่ผู้หญิงไทยมีอัตราผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ประมาณ 1 ใน 3 หรือ ร้อยละ 35 ส่วนกลุ่มที่ดื่มหนักถึงขั้นอันตรายถึงอันตรายมาก (ดื่มเครื่องดื่มที่ผสมปริมาณแอลกอฮอล์เฉลี่ย 20 – 40 กรัมต่อวัน) พบร้อยละ 2.1

ตารางที่ 1 แสดงระดับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของคนไทยเพศและวัยต่าง ๆ

ระดับของการดื่ม	อายุ (ปี)						
	15-29	30-44	45-59	60-69	70-79	80+	ทุกอายุ
เพศชาย (N=18,897)							
-ไม่ดื่ม (Abstainer)	21.7	20.4	29.5	49.2	63.7	78.0	27.4
-ดื่มอย่างมีสติ (Responsible)	54.3	57.9	55.5	43.0	31.2	18.4	53.4
-ดื่มอย่างอันตรายมาก (Hazardous)	6.1	6.9	4.3	2.0	1.0	0.9	5.4
ดื่มแต่ไม่ทราบปริมาณ	15.4	12.2	8.3	3.2	1.4	0.1	11.2
เพศหญิง (N=20,313)							
-ไม่ดื่ม (Abstainer)	64.2	56.7	65.3	81.1	87.4	90.0	64.9
-ดื่มอย่างมีสติ (Responsible)	30.6	37.8	29.4	16.0	10.5	8.8	30.2
-ดื่มอย่างอันตราย (Harmful)	0.7	1.0	1.2	0.5	0.4	0.3	0.9
-ดื่มอย่างอันตรายมาก (Hazardous)	1.9	1.2	1.0	0.4	0.3	0.3	1.2
ดื่มแต่ไม่ทราบปริมาณ	2.7	3.3	3.0	1.9	1.4	0.6	2.8

คนที่ไหนเมาน่าห่วง

เมื่อมองในเรื่องของพื้นที่ พบร่วมกับเป็นกลุ่มที่ดื่มอย่างอันตรายชุกกว่าภาคอื่น รองลงมาคือผู้ชายในภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้

สำหรับผู้หญิง พบร่วมกับภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้ โดยผู้หญิงวัย 15 ปีขึ้นไปในกรุงเทพฯ มีอัตราผู้ที่ดื่มในระดับอันตรายสูงสุด และนำภาคอื่น ๆ แบบทึบห่างถึงเกือบ 2 เท่า



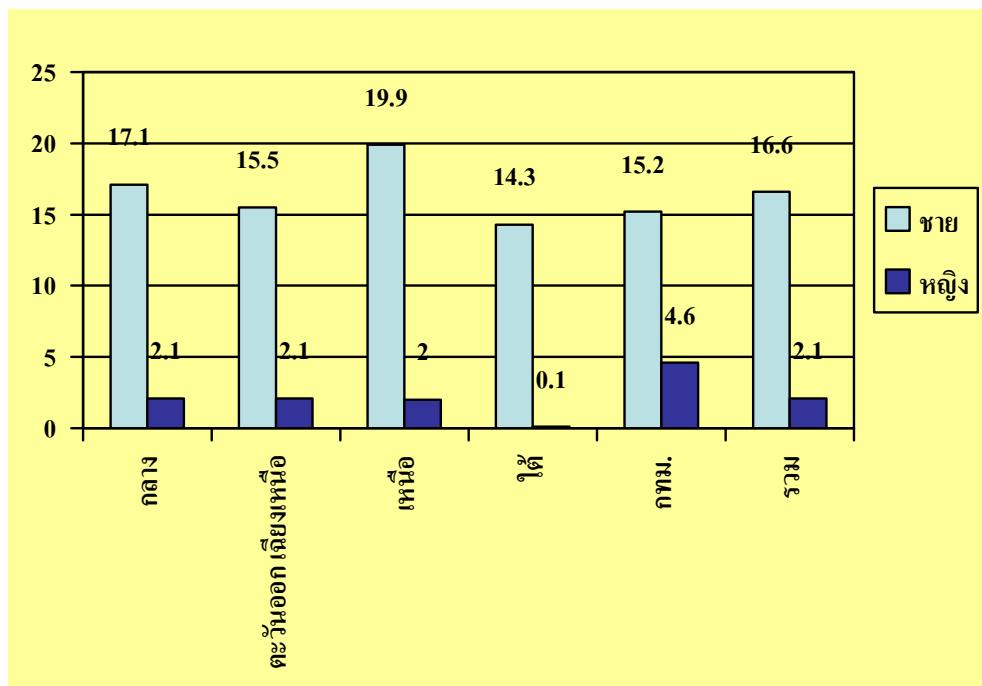
อ่านจดหมายข่าวต้นคิด
ทั้งเล่ม! ที่นี่!

News พฤษภาคม 51

0.7 องศา ร้ายกว่าที่คุณคิด...



ตารางที่ 2 แสดงสถานการณ์การดื่มระดับ “อันตราย” ในภาคต่าง ๆ



สารลึกประสบการณ์ “ดื่มหนัก”

เมื่อเจาะข้อมูลในกลุ่มผู้ที่มีประสบการณ์ดื่มหนัก พบว่า ผู้ชายไทยวัย 15 ปีขึ้นไป มีการดื่มอย่างหนักในครั้งเดียว (binge drinking) ถึง 12 ครั้งต่อปี หรือเฉลี่ยเดือนละครั้ง ขณะที่ผู้หญิงตามมาห่าง ๆ คือประมาณ 3 ครั้งต่อปี

กลุ่มที่นิยมดื่มหนักคือกลุ่มผู้ที่มีอายุน้อย โดยผู้ชายวัย 15-29 ปี ระบุว่ามีประสบการณ์ดื่มหนักถึง ร้อยละ 70 และในรอบหนึ่งปีมีการดื่มหนักในครั้งเดียวถึง 40 ครั้ง หรือมากกว่า 3 ครั้งในแต่ละเดือน

ส่วนผู้หญิงก็พบความซุกสูงสุดของการดื่มหนักในช่วงวัยเดียวกันแต่มีสัดส่วนน้อยกว่า คือ ร้อยละ 24 และพบว่ามีความซุกน้อยลงไปเรื่อย ๆ ตามวัย อายุ 30 ปี สำหรับ “แม่เฒ่า” วัยเลข 80 ปี 3 ราย ที่ดื่มหนักถึง 92 ครั้งในรอบหนึ่งปี!!!



สื่อเผยแพร่ความรู้จาก
www.hiso.or.th

ฉบับที่ 3 เดือนพฤษภาคม 2551



อ่านจดหมายข่าวต้นคิด
ทั้งเล่ม! ที่นี่!

News พฤษภาคม 51

0.7 องศา ร้ายกว่าที่คุณคิด...



เครื่องดื่มยอดฮิต

ตามถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่คนไทยโปรดปราน อันดับหนึ่งได้แก่ เบียร์ ซึ่งเป็นที่ชื่นชอบของทั้งผู้ชาย และผู้หญิง รองลงมา สำหรับผู้ชายคือ วิสกี้ และเหล้าโรง 40 ดีกรี ส่วนผู้หญิง นิยมดื่มวิสกี้ ไวน์คูลเลอร์ หรือเหล้า ผสมน้ำผลไม้

แม้แนวโน้มจากการสำรวจในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า คนไทยลดอัตราการดื่มน้ำอัดลมหรือดื่มระดับอันตรายลง ตามวัย เมื่ออายุผ่านสัญลักษณ์ 3 แต้อัตรา “นักดื่ม” ในสังคมของเรานั้นยังถือว่ามีอยู่มากมาย

และที่น่าเสียดายคือคนหนุ่มคนสาวที่กำลังอยู่ในวัยแข็งแรงสดใส เลือกวิถีบันทกอนพัลส์ในการก้าว ทะยานไปข้างหน้าด้วยการเป็น “นักดื่ม”

บอกกล่าว...

จดหมายข่าว “ต้นคิด” ดำเนินมีแห่งความคิด ที่บ่มเพาะมาจากความรู้และข้อมูลต้านสุขภาพ โดยส่วนหนึ่ง เป็นผลผลิตจากการทำงานของแผนงานพัฒนาระบบทั่วมูลข่าวสารสุขภาพ ซึ่งอยู่ภายใต้ สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) โดยได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เพื่อผลักดันและสนับสนุนการพัฒนาระบบทั่วมูลข่าวสารสุขภาพของประเทศไทย รวมทั้งการนำเสนอข้อมูลข่าวสารที่ มีอยู่มาสื่อสารสู่สาธารณะ และใช้ประโยชน์ในการพัฒนาระบบทั่วมูลข่าวสารสุขภาพของภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง และอีกส่วนหนึ่งเป็นการรวบรวมข้อมูลสถานการณ์ดำเนินสุขภาพจากแหล่งความรู้ต่างๆ เพื่อนำเสนอภาพสะท้อนทางสุขภาพ อันจะนำไปสู่การสร้างความคิดและความตระหนักรู้ของคนในสังคม โดยเน้นไปที่การสร้างบทสรุป ซึ่งความรู้ที่สามารถต่อยอดได้ รวมถึงการประยุกต์ใช้ความรู้ในระดับประชาชนทั่วไป และการใช้ข้อมูลเพื่อ กำหนดนโยบายสาธารณะ มากกว่าการพิสูจน์ความถูกต้องของข้อมูลสถิติ

ดูข้อมูลทั้งหมดได้ใน www.hiso.or.th

สมัครสมาชิก หรือติดต่อ “ต้นคิด”

ตู้ ปณ.2 ถนนฯ.ประดิพัทธ์ 10404

โทรศัพท์. 02-668-2854 โทรสาร. 02-241-0171

อีเมล : info@tonkit.org เว็บไซต์ www.tonkit.org

