

หยุดภัยน้ำเมา!

ระวัง “งานเข้า” ช่วงสงกรานต์

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นสารเสพติดที่คนไทยนิยมบริโภคมาอย่างช้านาน และมากที่สุดในทุกกลุ่มคน ชนชั้น/ฐานะ ซึ่งการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีผลต่อตัวบุคคลและสังคมในหลายๆด้าน อาทิเช่น ทำให้เกิดโรคต่างๆ (ได้แก่ โรคตับแข็ง โรคพิษสุราเรื้อรัง ฯลฯ) อุบัติเหตุ รวมถึงปัญหาทางครอบครัว (ได้แก่ ปัญหาความรุนแรง อาชญากรรม ฯลฯ) ซึ่งในปัจจุบันแนวโน้มข้อมูลจำนวนผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของประชาชนไทย ยังคงอยู่ในอัตราที่สูงอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อพิจารณาถึงปริมาณเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่บริโภคเฉลี่ยต่อประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป ก็พบว่า มีปริมาณเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงถึงกว่าหลายร้อยล้านลิตรต่อปี

ภาพแสดงปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เฉลี่ยต่อประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไปในประเทศไทย พ.ศ.2531-2549

ผิดพลาด! ไม่พบการเชื่อมโยงที่ถูกต้อง ที่มา : กรมสรรพสามิต กระทรวงการคลัง

จากการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2550 โดย สำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า ประเภทเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ประชาชนไทยนิยมดื่มมาก 3 อันดับแรก คือ เบียร์ ร้อยละ 45.7 สุราขาว ร้อยละ 39.2 และสุรายี่ห้อไทย ร้อยละ 20.7

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่เพียงส่งผลต่อสุขภาพ แต่ยังนำไปสู่ปัญหาต่างๆ มากมาย โดยเฉพาะในปัจจุบันมีจำนวนผู้เสียชีวิตจากการเมาแล้วขับเป็นจำนวนมาก ซึ่งจากการศึกษาพบว่า ผู้บาดเจ็บจากอุบัติเหตุจากรถที่เสียชีวิตและไม่เสียชีวิตร้อยละ 60 เมื่อตรวจพิสูจน์แล้ว จะพบแอลกอฮอล์ในเลือดสูงกว่าที่กฎหมายกำหนด (มากกว่า 50 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์) อาการและผลต่อร่างกายจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นผลโดยตรงกับระดับแอลกอฮอล์ในเลือด (มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์) (ดังตารางที่ 1) รวมถึงการเพิ่มความเสี่ยงต่อโอกาสของการเกิดอุบัติเหตุจากรถด้วยเช่นกัน (ดังตารางที่ 2)

ตารางที่ 1 ระดับแอลกอฮอล์ในเลือดกับอาการแสดงของผู้ดื่มสุรา

ระดับแอลกอฮอล์ในเลือด (ม.ก.%)	อาการและผลต่อร่างกาย
30	สนุกสนาน ร่าเริง
50	ขาดการควบคุมการเคลื่อนไหว
100	เดินไม่ตรงทาง
200	สับสน
300	ง่วง งง ซึม
400	สลบ อาจถึงตาย

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ของระดับแอลกอฮอล์ในเลือดกับโอกาสเกิดอุบัติเหตุจากรถ

ระดับแอลกอฮอล์ ในเลือด(ม.ก.%)	สมรรถภาพในการขับรถ	โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุเมื่อเทียบกับ คนที่ไม่ดื่มสุรา
20	มีผลเพียงเล็กน้อยเฉพาะบางคน	ใกล้เคียงกับคนที่ไม่ดื่มสุรา
50	ลดลงโดยเฉลี่ยร้อยละ 8	โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุเป็น 2 เท่า
80	ลดลงโดยเฉลี่ยร้อยละ 12	โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุเป็น 3 เท่า
100	ลดลงโดยเฉลี่ยร้อยละ 15	โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุเป็น 6 เท่า
150	ลดลงโดยเฉลี่ยร้อยละ 33	โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุเป็น 40 เท่า
มากกว่า 200	ลดลงเป็นสัดส่วนกับระดับแอลกอฮอล์ในเลือด	ไม่สามารถวัดได้เนื่องจากควบคุมการทดลองไม่ได้

ที่มา : มูลินธิเมาไม่ขับ

ในเดือนเมษายนที่กำลังจะมาถึง ถือเป็นเทศกาล “ดื่มหนัก” อีกครั้งหนึ่งในรอบปีของคนไทย
อย่าให้บรรยากาศความสดชื่นรื่นเริงของประเพณีสงกรานต์ต้องปนเปื้อนด้วยความเศร้าสลดจากความ
สูญเสียจากอุบัติเหตุและความรุนแรงอันมาที่มาจาก “น้ำเมา” อีกเลย...

ที่มา บทความ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดย ไกรยง วิฑูรย์ แผนงานพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสารสุขภาพ