

# ข้อมูลสำหรับสื่อมวลชน

## เกาะติดขบวนการ “สำรวจรอยโรค” ภาคสี่

**เบาหวาน ! ความดัน! อ้วนลงพุง!**

นี่คือโรคยอดฮิตของคนไทยทั่วประเทศ ที่นับวันยังมีแนวโน้มเพิ่มสูงเป็นกราฟขาขึ้นที่น่าตกใจ

วันนี้ คนไทยเป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 7 ในผู้หญิง และ ร้อยละ 6 ในผู้ชาย

สภาวะความดันเลือดสูง ร้อยละ 23 ในผู้ชาย และ ร้อยละ 21 ในผู้หญิง

ชายไทย ร้อยละ 15 และหญิงไทย ร้อยละ 36 อยู่ในกลุ่มอ้วนลงพุง

เหล่านี้เป็นข้อมูลส่วนหนึ่งที่ได้จาก การสำรวจสภาวะสุขภาพอนามัยของประชาชนไทย ครั้งที่ 3 เมื่อปี 2546 – 2547

โครงการดังกล่าวถือได้ว่าเป็นการสำรวจสภาวะสุขภาพประชาชนที่ครอบคลุมจำนวนกลุ่มเป้าหมายและประเด็นมากที่สุดเท่าที่เคยมีมาในประวัติศาสตร์การสำรวจสุขภาพในประเทศไทย

**การ**พัฒนาและวางแผนสาธารณสุขเพื่อให้คนไทยมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีต้องอาศัยข้อมูลสำคัญหลากหลายประเด็น เช่น ข้อมูลสถานะสุขภาพของประชากร ขนาดของปัญหาสุขภาพที่สำคัญ และปัจจัยเสี่ยงที่เอื้อต่อการเกิดปัญหา

ที่ผ่านมา ประเทศไทยมีการสำรวจสภาวะสุขภาพอนามัยของประชาชนในระดับประเทศมาแล้ว 3 ครั้งด้วยกัน ครั้งที่ 1 เมื่อปี 2534 – 2535 ครั้งที่ 2 เมื่อปี 2539 – 2540 ครั้งที่ 3 เมื่อปี 2546 – 2547

และครั้งล่าสุด ซึ่งเป็นครั้งที่ 4 จะเริ่มเปิดฉากไล่เสี่ยงกับหนังดัง “อินเดียน่า โจนส์...ขุมทรัพย์สุดขอบฟ้า ภาคสี่” ในเดือนมิถุนายน 2551 นี้

รศ.นพ.วิชัย เอกพลากร ผู้อำนวยการสำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย (สสท.) ชี้แจงว่าการสำรวจสุขภาพทำให้รู้ความต่อเนื่องของปัญหา

“ที่ผ่านมาพบว่า เมื่อวิถีชีวิตของคนเปลี่ยน โรคที่เกิดขึ้นจะเปลี่ยนไปด้วย ข้อมูลสุขภาพที่ได้จากการสำรวจแต่ละครั้งเราจะรู้ว่าคนไทยมีปัญหาสุขภาพด้านใด เพื่อเตรียมแก้ไขป้องกันได้ทันสถานการณ์”

การสำรวจสภาวะสุขภาพอนามัยของประชาชนในระดับประเทศ ทั้งโดยการสัมภาษณ์ การตรวจร่างกาย และการตรวจเลือดหรือตรวจปัสสาวะทางห้องปฏิบัติการ จะทำให้ได้ข้อมูลด้านสุขภาพโดยเฉพาะความชุกของปัญหาสุขภาพต่าง ๆ พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคของบุคคลและระดับชีวะเคมีที่สำคัญ เช่น น้ำตาลในเลือด ไชมัน ตลอดจนระดับชีวะเคมีอื่น ๆ ที่ละเอียดมากกว่าข้อมูลรายงานการเจ็บป่วยในระบบสาธารณสุขที่ดำเนินอยู่ และเมื่อประกอบกับข้อมูลการตายจะทำให้ทราบสถานะสุขภาพและข้อมูลที่ชัดเจนในการแก้ไขปัญหาสุขภาพที่สำคัญได้

สำหรับการสำรวจในปีนี้ได้มีการกำหนดกลุ่มเป้าหมายเพิ่มขึ้นมาจาก 3 ครั้งก่อน กล่าวคือ วัยเด็ก โดยแบ่งการสำรวจ ตามกลุ่มอายุ ตั้งแต่กลุ่มอายุ 1-14 ปี กลุ่มอายุ 15-59 ปี และกลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไป

การสำรวจสุขภาพกลุ่มตัวอย่างจำนวน 32,000 คน นี้ จะเป็นการสำรวจทั้ง ด้านพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อทราบแนวโน้มการกินอาหาร ออกกำลังกาย ผักผลไม้ ด้านการตรวจพิเศษ เช่น วัดระดับน้ำตาลในเลือด

ระดับไขมันในเลือด ตรวจปอด นอกจากนี้ยังเพิ่มประเด็น **การสำรวจในกลุ่มเด็ก** คือ เรื่องประวัติการเลี้ยงดู สถานการณ์กินนมแม่ การกินอาหาร พัฒนาการอารมณ์ สังคม และ เซาว์ปัญญา การสำรวจครอบคลุม 20 จังหวัดทั่วทุกภาคของประเทศ แบ่งเป็นภาคละ 5 จังหวัด โดยการสุ่มตัวอย่างซึ่งร่วมมือกับ สำนักงานสถิติแห่งชาติ และประสานงานเรื่องชื่อประชาชนกับ กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย นอกจากนี้ยังทำงานร่วมกับโรงพยาบาล ศูนย์สุขภาพชุมชน รวมทั้ง เครือข่ายมหาวิทยาลัยทั้งส่วนกลางและภูมิภาค

**ใน**ปัจจุบันข้อมูลจากการสำรวจสภาวะสุขภาพในประเทศ นอกจากใช้วางแผนสาธารณสุขแล้ว ยังใช้สำหรับการประชาสัมพันธ์เชิงรุกให้ประชาชนโดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงและนำไปสู่โครงการรณรงค์เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงต่อโรคเหล่านั้นด้วย เช่น โครงการรณรงค์ให้รับประทานผักและผลไม้ โครงการคนไทยไร้พุงเพื่อลดภาวะน้ำหนักเกินโดยเฉพาะการอ้วนลงพุงที่เป็นสาเหตุสำคัญของโรคเบาหวาน และการวัดความดันเลือดเพื่อควบคุมโรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น

*“คิดง่าย ๆ คนไทย 10 คน เดินมา 2 คน เป็นความดันเลือดสูง 1 คน เป็นเบาหวาน จากการสำรวจครั้งก่อน ทำให้ทราบขนาดปัญหา เพื่อที่จะได้เตรียมรับมือ จากข้อมูลเราจะพบทั้งปัจจัยเสี่ยงและข้อมูลโรคหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงต้องมีแผนดำเนินการรณรงค์ อย่างต่อเนื่อง ที่สำคัญอยากเน้นในเรื่องเรื่องการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันก่อนการรักษา เพราะหากสุขภาพเสียไปแล้วได้รับการรักษามันจะไม่เหมือนเดิม ทางที่ดีป้องกันไว้ก่อน ด้วยการกินอาหารที่ดี มีประโยชน์ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ “*

คุณหมอวิชัยฝากบอกพ่อแม่พี่น้องชาวไทยทั่วทุกภาคว่า ข้อมูลของท่านนับเป็นประโยชน์แก่การวิเคราะห์ปัญหาสถานการณ์สุขภาพในภาพรวมของประเทศ แต่หากตรวจพบว่าท่านใดมีความเสี่ยงต่อโรคหรือมีปัญหาสุขภาพทางทีมงานจะแจ้งข้อมูลกลับไปให้ทราบเพื่อดำเนินการป้องกันรักษาได้ทัน่วงที

ช่วงนี้หากบ้านไหนได้รับจดหมายจากสำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย มี อสม. หรือ หมออนามัยมาเคาะประตูบ้านก็อย่าเพิ่งตกใจ เพราะพวกเขาไม่ได้มาหาเสียงแต่ประการใด...

แต่มาขอเวลาและขอความร่วมมือพ่อแม่พี่น้องในการสำรวจและตรวจสุขภาพนั่นเอง !!

\*\*\*\*\*

### **สาวลิก ผลลัพธ์ “สำรวจรอยโรค” ครั้งล่าสุด**

ผลการสำรวจสภาวะสุขภาพโดยการตรวจร่างกายในประเทศไทยครั้งที่ 3 (ปี 2546 – 2547) ซึ่งตัวอย่างที่ได้จากการสำรวจมีจำนวน 39,290 คน

#### **ก. ปัจจัยเสี่ยงสุขภาพ**

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่สำคัญแสดงว่า ประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป มีพฤติกรรมเสี่ยงในระดับต่าง ๆ ดังนี้

- ด้านการดื่มสุราพบว่า ประชากรชาย ร้อยละ 17 และ ประชากรหญิง ร้อยละ 2 ดื่มสุราอยู่ในระดับที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ
- ประชากรชาย ร้อยละ 46 ยังสูบบุหรี่เป็นประจำทุกวัน ในขณะที่ประชากรหญิงเพียง ร้อยละ 2 มีพฤติกรรมเสี่ยงดังกล่าว

- ด้านกิจกรรมทางกาย ที่วัดออกมาเป็น MET minute (Metabolic Equivalent time) พบว่ามีความแตกต่างกัน ดังนี้
- ประชากรทั้งชายและหญิงประมาณ ร้อยละ 70 มี กิจกรรมทางกายที่พอเพียง อยู่ในระดับสูงและปานกลาง

### ข. ความเสี่ยงและโรคที่น่าจับตา

- ปัญหาที่น่าจับตามองคือ การบริโภคผักและผลไม้ ที่ยังอยู่ในระดับต่ำกว่ามาตรฐานประมาณมากกว่า ร้อยละ 75
- สำหรับความชุกของโรคเรื้อรังที่เกี่ยวข้องกับระบบหัวใจและหลอดเลือด พบว่าประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป ร้อยละ 23 ในชาย และร้อยละ 21 ในหญิง มีสภาวะความดันเลือดสูง
- ระดับไขมันรวมในเลือดสูงพบ ร้อยละ 17 ในหญิง และ ร้อยละ 14 ในชาย
- พบโรคเบาหวาน ร้อยละ 7 ในหญิง และ ร้อยละ 6 ในชาย
- พบภาวะโลหิตจาง ร้อยละ 22 ในหญิง และ ร้อยละ 11 ในชาย

### ค. ภาวะน้ำหนักตัว

ถ้าใช้ค่า BMI เป็นตัวชี้วัดจะพบว่า

- ประชากรชายอายุ 15 ปีขึ้นไปร้อยละ 22.5 เป็นผู้มีน้ำหนักเกินและอ้วน แต่ในหญิงพบภาวะเช่นนี้ร้อยละ 34.4

แต่ถ้าใช้เส้นรอบเอวเป็นเครื่องชี้วัดพบว่า

- ชายไทยร้อยละ 15 และหญิงไทยร้อยละ 36 อยู่ในกลุ่มอ้วนลงพุง (Abdominal Obesity)

### ง. ประเด็นอื่น ๆ ที่น่าสนใจ

- ความชุกของโรคหรือสภาวะเสี่ยงต่อสุขภาพเหล่านี้เปลี่ยนแปลงตามอายุ ถ้าอายุมากมักจะมี ความชุกมากขึ้น และเปลี่ยนแปลงตามสถานที่อยู่ทั้งตามภาค เขตสาธารณสุข เขตเมืองและเขตชนบท
- นอกจากนั้นการสำรวจนี้ยังได้แสดงให้เห็นว่าในกลุ่มผู้ที่มีความผิดปกติ เช่น ความดันเลือดสูง เบาหวาน ว่ามีประชากรจำนวนมากที่ยังไม่รู้ตัวว่าเป็นโรคนี้ และจำนวนผู้ได้รับการรักษาและรักษาได้ผลดี พบว่า ยังมีจำนวนน้อย กล่าวคือ ไม่เกิน ร้อยละ 20 – 30 ของกลุ่มผู้ที่เป็นโรคแล้ว
- นอกจากนั้นการสำรวจครั้งนี้ยังได้แสดงรายละเอียดของสภาวะสุขภาพในผู้สูงอายุ ซึ่งปัญหาสำคัญคือ สุขภาพฟัน อุบัติเหตุจากการหกล้ม และภาวะผิดปกติจากการตรวจคัดกรองสภาพสมองซึ่งเพิ่มขึ้นตามอายุ

ข้อมูลเพิ่มเติมติดต่อ กิติมาภรณ์ 081-4497479

