

ป่วยหลบใน กั๊กซุ่มเงียบ

ตัวเลขผู้ป่วยด้วยโรคเรื้อรังที่กำลังมาแรงอย่างโรคหัวใจ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง และ มะเร็ง กำลังทะยานขึ้นอย่างน่าระทึกใจ แต่เรายังไม่ได้สะท้อนภาพที่แท้จริงแห่งความป่วยไข้ เพราะ ข้อมูลการเจ็บป่วยอันเป็นที่รับรู้กันอยู่โดยทั่วไปนั้น มีที่มาจากสถิติที่เก็บ ณ สถานพยาบาล

นอกเหนือจากกลุ่มคนที่พาตัวมา “หาหมอ” เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยและรักษาโรค ที่นอกหัวโรงพยาบาลยังมี “คนป่วย” กระจัดกระจายอยู่อีกเท่าไร ไม่มีใครรู้ เพราะคนกลุ่มนี้ถูกมองข้ามมาตลอด จึงกลายเป็นผู้ป่วยแอบแฝง เหมือนกับที่คนจำนวนไม่น้อยยึดถือคาประจำใจว่า

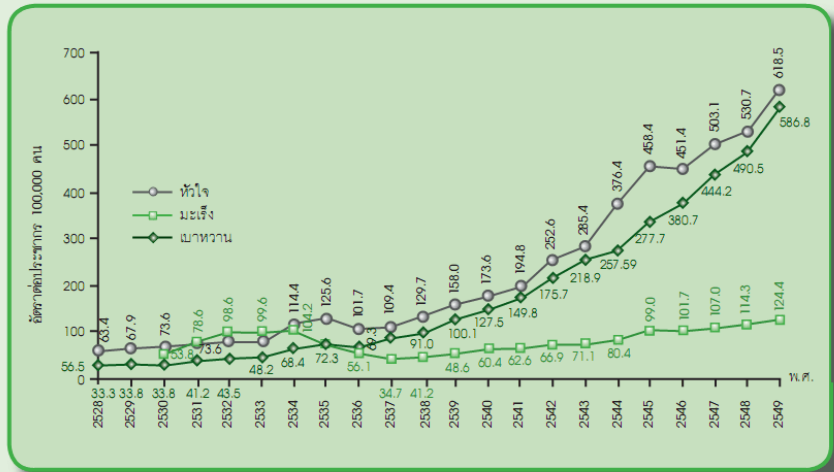
“ไม่หาหมอ ก็ไม่ป่วย”

จนกระทั่งประเทศไทยมีโครงการสำรวจสุขภาพประชาชนที่ “รุก” ออกไปปฏิบัติการนอกเขต โรงพยาบาล กับคนนับหมื่น ทั้งกลุ่มที่คิดและไม่คิดจะมาหาหมอ จึงทำให้รู้ว่าปัญหา “ป่วยหลบใน” เป็น วิกฤติการณ์ที่แฝงเร้นตัวอยู่ในสังคมไทยอย่างเงียบเชียบ

ข้อค้นพบสำคัญประเด็นหนึ่ง จาก รายงานการสำรวจสภาวะสุขภาพอนามัยของประชาชนไทย โดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 3 ที่ดำเนินการระหว่าง พ.ศ.2546-2547 ก็คือ ตามชุมชนทั่วประเทศไทยมี ผู้ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โลหิตจาง ไช้มันในเลือดสูง ฯลฯ อยู่มากมาย

คนเหล่านี้มักไม่รู้ตัวที่กำลังตกอยู่ในสภาพเสมือนพกพา “ระเบิดเวลา” ที่จะก่อวิกฤติให้แก่ ชีวิตในวันข้างหน้า

แผนภาพแสดงอัตราผู้ป่วยโรคหัวใจ มะเร็ง และเบาหวาน ที่นอนรักษาตัวในโรงพยาบาล ระหว่าง พ.ศ.2528-2549



ที่มา รายงานผู้ป่วยใน สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

ตารางแสดงความชุกของผู้ป่วยด้วยโรคเรื้อรังโดยยังไม่ได้รับการวินิจฉัยหรือรักษา

อัตรา (ร้อยละ)	ความดันโลหิตสูง		ไขมันในเลือดสูง		เบาหวาน	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
ความชุกของการเจ็บป่วย (ร้อยละของผู้ที่ไปสำรวจทั้งหมด)	23.3	20.9	13.7	17.1	6.4	7.3
- ไม่เคยได้รับการวินิจฉัย	78.6	63.8	87.6	86.8	65.5	49.2
- ได้รับการวินิจฉัยแต่ไม่รักษา	4.5	5.4	3.1	4.1	1.9	1.7
- รักษาแต่ควบคุมไม่ได้	11.2	19.0	2.7	3.3	24.1	33.9
- รักษาแต่ควบคุมได้	5.7	11.7	6.7	5.9	8.5	15.2

ที่มา รายงานการสำรวจสุขภาพอนามัยของประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 3

● ความดันโลหิตสูง

จากการศึกษาในต่างประเทศพบว่า ความดันโลหิตสูงเป็นปัจจัยเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจ และโรคหลอดเลือดในสมองแตก

ปัญหาความดันโลหิตสูงนั้นมีแนวโน้มสูงขึ้นตามอายุ โดยมากกว่าครึ่งของคนที่มีอายุเกิน 60 ปี พบว่ามีความดันโลหิตสูง และยังพบว่าคนไทยมีแนวโน้มเป็นโรคนี้น่าขึ้นด้วย ดังเห็นได้จากแผนภาพที่นำมาประกอบที่ชี้ว่าผู้ป่วยความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้นจาก ร้อยละ 5.4 ในปี 2534 เป็น ร้อยละ 22 หรือประมาณ 10.1 ล้านคน ในปี 2547

ที่น่าตกใจคือ ตัวเลขข้างต้นยังเป็นแค่ “ส่วนหนึ่ง” ของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงเท่านั้น เพราะผลการสำรวจสภาวะสุขภาพอนามัยของประชาชนไทยฯ ครั้งล่าสุด ชี้ให้เห็นว่ามี “ผู้ป่วยแฝง” ที่มีผลการตรวจร่างกายพบว่าเข้าข่ายความดันโลหิตสูง แต่ไม่เคยไปหาหมอเพื่อรับการตรวจและรักษามากถึง ร้อยละ 78.6 ของผู้ที่ถูกตรวจพบว่าเป็นความดันโลหิตสูง ขณะที่ผู้ที่ได้รับการรักษาไม่ถึง หนึ่งในสาม ของผู้ป่วยที่พบทั้งหมด

● ระดับไขมันคอเลสเตอรอลในเลือดสูง

ภาวะไขมันในเลือดสูงเป็นหนึ่งในปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญของโรคหลอดเลือดหัวใจและสมองตีบ และหากได้รับการวินิจฉัยทันเวลาและได้รับการรักษาลดลงสู่ระดับที่แพทย์กำหนดได้ก็จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคทั้งสองลงได้

“คอเลสเตอรอล” เป็นไขมันชนิดหนึ่งที่พบในเลือดและเป็นตัวชี้บอกระดับสภาวะสุขภาพและความเสี่ยงต่อโรคเรื้อรังอันร้ายแรงทั้งสองได้

คนวัยกลางคนจนถึงผู้สูงอายุเป็นกลุ่มคนที่พบว่ามีความเสี่ยงไขมันในเลือดสูงกว่าคนอายุน้อย และพบในผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย โดยพบในคนกรุงเทพฯ มากที่สุด แต่ปัญหาสำคัญที่วงการสาธารณสุขกำลังเผชิญหน้าคือ มีประชากรที่อยู่ในภาวะไขมันในเลือดสูงแต่ไม่ได้รับการวินิจฉัยและรักษาด้วยยาลดไขมัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้สูงอายุ ซึ่งมีความเสี่ยงสูงต่อโรคหลอดเลือดหัวใจและสมอง

การรายงานการสำรวจสภาวะสุขภาพอนามัยของประชาชนไทยฯ ในครั้งล่าสุดนี้พบว่าภาวะคอเลสเตอรอลสูงเป็นภัยชุมชนที่พบมากที่สุดทั้งในผู้ชายและผู้หญิง โดยผู้ที่มีภาวะคอเลสเตอรอลสูงในเลือดเพียง ร้อยละ 9 เท่านั้น ได้รับการวินิจฉัยและรักษา

- เบาหวาน

นี่คือต้นทางแห่งความเสื่อมของระบบร่างกายอันน่าสะพรึงกลัว อีกทั้งเป็นภัยที่ก่อทุกข์ซ้ำเติมให้กับผู้ที่ป่วยด้วยโรคภัยแรงต่าง ๆ ให้มีอาการย่ำแย่และรักษายากยิ่งเป็นทวีคูณ

เบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่มีระยะเวลาก่อนมีอาการและอาการแสดงของการเป็นเบาหวานค่อนข้างยาวนาน โดยที่ระดับน้ำตาลในเลือดของบุคคลนั้นจะสูงกว่าปกติแต่ยังไม่ถึงระดับของโรคเบาหวาน บุคคลกลุ่มนี้จัดว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะเป็นเบาหวานต่อไป รวมทั้งโรคหัวใจและหลอดเลือดด้วย

อย่างไรก็ตาม ถ้ามีการแทรกแซงความเสี่ยงนี้โดยการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต และที่สำคัญคือการลดน้ำหนักให้ดัชนีมวลกาย (body mass index : BMI) จนอยู่ในระดับปกติ และออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคภัยนี้จะสามารถลดลงได้

ด้วยเหตุนี้ การได้รับการวินิจฉัยล่วงหน้าจากแพทย์เมื่อร่างกายปรากฏสัญญาณเสี่ยงต่อการเกิดเบาหวานจึงเป็นเรื่องสำคัญต่อชีวิตทั้งชีวิตที่เหลืออยู่

ข้อมูลจากรายงานการสำรวจสุขภาพอนามัยของประชาชนฯ ครั้งล่าสุด ชี้ให้เห็นว่า ในกลุ่มคนไทยวัย 15 ปีขึ้นไป ที่มีระดับน้ำตาลในเลือดเข้าข่ายผิดปกติแต่ยังไม่ถึงกับเป็นเบาหวานมีอยู่ ร้อยละ 15.4 ในผู้ชาย และ ร้อยละ 10.6 ในผู้หญิง ที่อยู่ในกลุ่มสำรวจทั้งหมด แต่ผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยยังมีไม่ถึงครึ่งหนึ่งของผู้ที่พบความผิดปกติ จึงนับว่านี่คือหนึ่งในภัยซุ่มเงียบของคนไทยเช่นกัน

นี่คือสถานการณ์ที่สะท้อนให้เห็นว่า แม้ในวันนี้เรามีองค์ความรู้ชัดเจนและเทคโนโลยีที่ดีพอจะบอกได้ว่าสัญญาณใดบ้างในร่างกายของเราที่เตือนถึงอันตรายในวันข้างหน้า

แต่คนส่วนใหญ่ยังอยู่ในอาการ “ไม่นำพา” อย่างน่าเสียดาย

ข้อมูลเพิ่มเติมติดต่อ กิติมาภรณ์ 081-449-7479