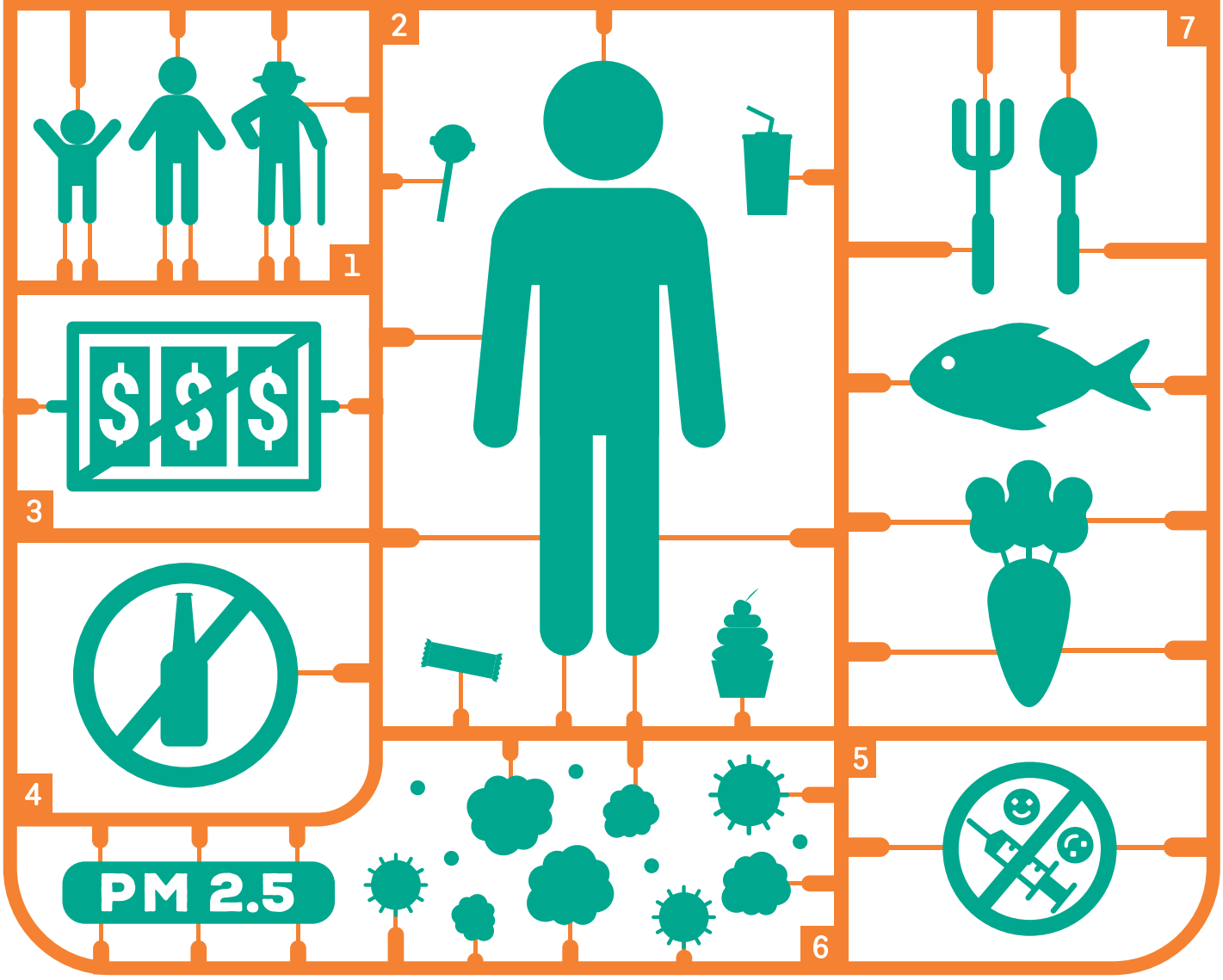
ThaiHealth WATCH 2024

จับตาทิศทาง
สุขภาพคนไทยปี 2567

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ
สานพลัง สร้างนวัตกรรม สื่อสารสุข

# NEXT-GEN LIVING

7 เทรนด์
สุขภาพกับ
คุณภาพชีวิต
ในอนาคต






# ThaiHealth Watch 2024

## จับตาทิศทางสุขภาพคนไทย ปี 2567

# ThaiHealth Watch 2024
# จับตาทิศทางสุขภาพคนไทย ปี 2567

## ที่ปรึกษา

- ดร.สุปรีดา อดุลยานนท์ ผู้จัดการกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
- นางเบญจมาภรณ์ ลิมปิษเฐียร ผู้ช่วยผู้จัดการอาวุโส และรักษาการผู้อำนวยการศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สสส.
- ดร.นพ.ไพโรจน์ เสาน่วม ผู้ช่วยผู้จัดการกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
- ดร.ณัฐพันธุ์ ศุภกา ผู้อำนวยการอาวุโส สำนักพัฒนาภาคีสัมพันธ์และวิเทศสัมพันธ์ และรักษาการผู้อำนวยการสำนักวิชาการและนวัตกรรม (สสส.)

## คณะทำงานรายงานจับตาทิศทางสุขภาพคนไทย

- นายนครินทร์ ภระมรทัต ผู้ช่วยผู้อำนวยการศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ (สสส.)
- นายสุรเชษฐ์ พิทยาพิบูลพงศ์ นักบริหารการเรียนรู้ชำนาญการพิเศษ ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ (สสส.)
- นางสาวหยาดฝน ธัญโชติกานต์ นักพัฒนาการเรียนรู้อาวุโส ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ (สสส.)
- นายเจษฎา วณิชย์ธนารักษ์ นักพัฒนาการเรียนรู้อาวุโส ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ (สสส.)

## กองบรรณาธิการ

- นายจักริน ตรึงจิตวิลาส รองผู้อำนวยการฝ่ายวิเคราะห์ข้อมูลและให้คำปรึกษาด้านการตลาด บริษัท อินเทจ (ประเทศไทย) จำกัด
- นางสาวกฤตยากร ปิติคำพร ผู้จัดการโครงการ บริษัท อินเทจ (ประเทศไทย) จำกัด
- นางสาวสุธิตา เลิศนิมิตร นักวิเคราะห์โครงการ บริษัท อินเทจ (ประเทศไทย) จำกัด
- นางสาววิริยา บุญม่วง นักเขียนและบรรณาธิการ บริษัท อินเทจ (ประเทศไทย) จำกัด

## ออกแบบ

บริษัท โคคูน แอนด์ โค จำกัด


## พิมพ์ครั้งแรก ธันวาคม พ.ศ.2566



ข้อมูลในหนังสือสามารถนำไปเผยแพร่เพื่อประโยชน์สาธารณะ โดยขอให้อ้างอิงแหล่งที่มา



คณะทำงานจับตาทิศทางสุขภาพคนไทย ปี 2567 (ThaiHealth Watch 2024) ขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิ ภาคีเครือข่าย คณะผู้บริหารและนักวิชาการ สสส. ทุกสำนัก ตลอดจนผู้เกี่ยวข้องทุกท่านที่ให้การสนับสนุนข้อมูลสถานการณ์ สถิติ และผลการดำเนินงานต่างๆ เพื่อทำให้รายงานจับตาทิศทางสุขภาพคนไทย ปี 2567 (ThaiHealth Watch 2024) ฉบับนี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น และขอขอบคุณผู้อ่านทุกท่านเป็นอย่างสูงที่ติดตามและให้ความสนใจในรายงานจับตาทิศทางสุขภาพคนไทยของ สสส. มาโดยตลอด หากมีข้อเสนอแนะประการใด คณะผู้จัดทำขอน้อมรับไว้ด้วยความยินดียิ่ง

# บทนำ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยการมีส่วนร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและภาคเอกชน จาก บริษัท อินเทจ (ประเทศไทย) จำกัด ได้ศึกษาคาดการณ์ทิศทางสุขภาพของประเทศไทยด้วยการเชื่อมองค์ความรู้ใน 3 ส่วน ประกอบด้วย 1) สถานการณ์ (Fact) จากภาคีเครือข่ายทางวิชาการ อันได้แก่ รายงานสุขภาพคนไทย สถานการณ์การสูญเสียปีสุขภาวะจากรายงานภาระโรคและการบาดเจ็บของประชากรไทย 2) แนวโน้มความสนใจทางพฤติกรรมสุขภาพที่อยู่ในกระแสทางสังคม (Social Trend) และ 3) ข้อแนะนำจากบทบาทของ สสส. (Solution) เป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยฉายแนวโน้มและปัจจัยสำคัญที่อาจส่งผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงทางสุขภาพในอนาคตต่อคนไทยอย่างครอบคลุมทุกมิติ ร่วมกับการระดมความคิดผู้บริหารภายในหน่วยงาน นักวิชาการ และภาคีเครือข่าย สสส. ผ่านกระบวนการวิเคราะห์ สังเคราะห์ และสรุปผลเพื่อจัดทำประเด็นจับตาทิศทางสุขภาพคนไทย ปี 2567 (ThaiHealth Watch 2024)

ทั้งนี้ คณะทำงานหวังเป็นอย่างยิ่งว่า รายงานจับตาทิศทางสุขภาพคนไทย ปี 2567 (ThaiHealth Watch 2024) จะเป็นเครื่องมือสำคัญที่ทำให้ประชาชนตระหนักถึงแนวโน้มทิศทางสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นอันนำมาซึ่งการป้องกันเตรียมตัวรับมือต่อสถานการณ์ในอนาคต อันเป็นการขยายฐานผู้รับประโยชน์จากองค์ความรู้สุขภาวะให้เกิดผลอย่างกว้างขวางเพื่อนำไปสู่สุขภาวะที่ดีของคนไทยอย่างยั่งยืนต่อไป เพราะการรู้ล่วงหน้า ย่อมเตรียมตัวและจัดการกับสถานการณ์ได้ดีกว่า

คณะทำงานจับตาทิศทางสุขภาพคนไทย
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

# ThaiHealth WATCH 2024

## จับตาทิศทางสุขภาพคนไทยปี 2567 เกิดขึ้นจากการเชื่อมโยงองค์ความรู้ 3 ส่วน



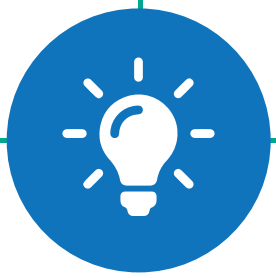
### Situation

สถานการณ์สุขภาพคนไทยปัจจุบันจากรายงานสุขภาพคนไทย ปี 2566 โดย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล (วปส.) ร่วมกับสำนักวิชาการและนวัตกรรม สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เพื่อเข้าใจถึงสถานการณ์สุขภาพปัจจุบันและแนวโน้มภาระโรคของคนไทย



### Social Trend

กระแสความสนใจของคนไทยบนสื่อสังคมออนไลน์ รอบ 1 ปี ที่ผ่านมา เพื่อศึกษาความรู้ความเข้าใจตลอดจนความคิดเห็นของคนไทยต่อแต่ละประเด็นในปัจจุบัน

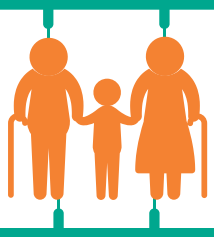


### Solution

ข้อแนะนำ ทั้งในระดับปัจเจกบุคคล และข้อเสนอแนะเชิงนโยบายต่อสังคม อันมีที่มาจากการสานพลังความร่วมมือระหว่างสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และภาคีเครือข่าย

# สารบัญ
## 7 ประเด็นน่าจับตาในปี 2567

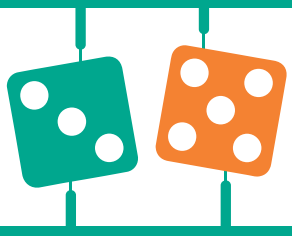

01 ปรับมุมมอง เปลี่ยนความคิด เมื่อวันที่ไทยต้องเป็นครอบครัวข้ามรุ่น หน้า 07



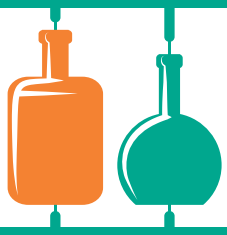
02 ขนมขบเคี้ยว และเครื่องดื่มรสหวาน มิตรยามว่างหรือศัตรูเรื้อรังเด็กไทย หน้า 15



03 เยาวชนไทยบนโลก แห่งการพนันไร้พรมแดน หน้า 25



04 สุราท้องถิ่นนอกระบบ คุณค่าความหลากหลาย บนความเสี่ยงทางการควบคุม หน้า 33



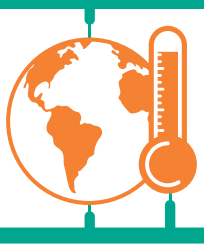
05 เยาวชนกับภูมิคุ้มกัน ในยุคที่ยาเสพติดเข้าถึงง่าย หน้า 45



06 ลมหายใจในม่านฝุ่น ต้นตอปัญหาที่แตกต่างหลากหลาย หน้า 55



07 โลกเดือดสะเทือนไทย ทางออกในวิกฤติ ความมั่นคงทางอาหาร หน้า 69



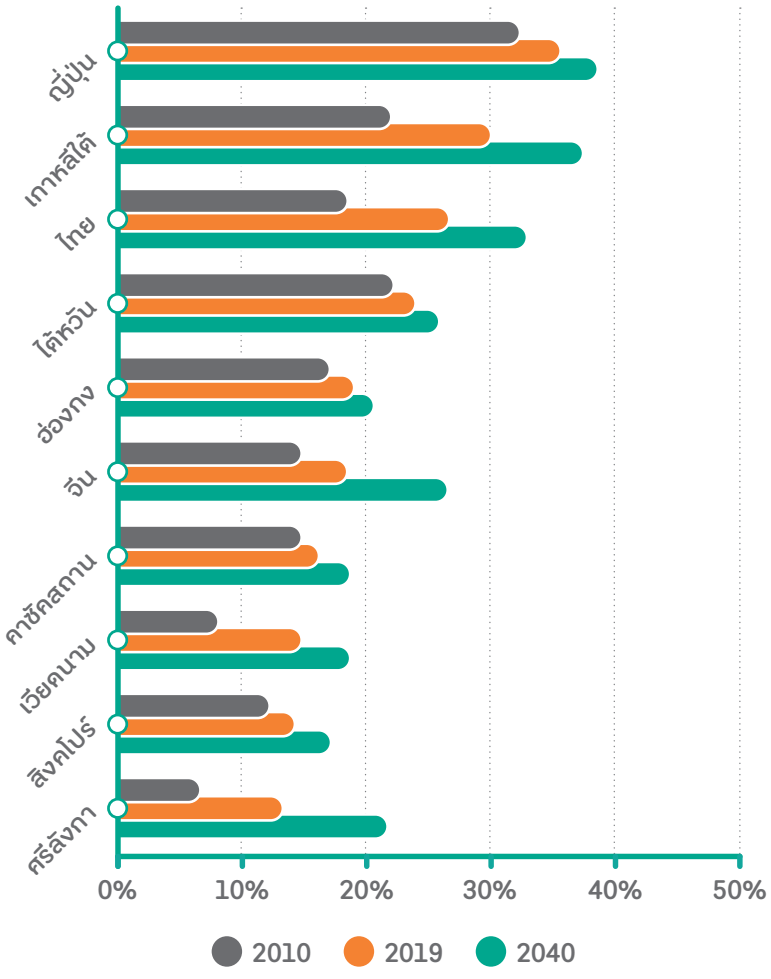
# ThaiHealth WATCH 2024


01
ปรับมุมมอง เปลี่ยนความคิด
ในวันที่สังคมไทยต้องเป็น
“ครอบครัวข้ามรุ่น”

หากอ้างอิงตามการสำรวจของสถาบันยูโรมอนิเตอร์อินเตอร์เนชันแนล (Euromonitor International's Lifestyles Survey) ตั้งแต่ปี 2017[1] จะเห็นได้ว่าผู้คนในภูมิภาคเอเชียตะวันออกกลาง แอฟริกาและละตินอเมริกา ส่วนใหญ่ใช้ชีวิตเน้นครอบครัวเป็นศูนย์กลาง (Family-centric) แต่มาในวันนี้พวกเขากลับอยากหลีกหนีจากกรอบเดิมๆ และต้องการอิสระ จึงเลือกใช้ชีวิตโสด ไม่มีคู่รัก ปัจจัยเหล่านี้นับเป็นแรงกระตุ้นชั้นดีที่ทำให้จำนวนคนโสดในยุคนี้เพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็ว



**10 อันดับประเทศในภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก ที่มีครัวเรือนที่มีสมาชิกคนเดียว ประมาณการปี ค.ศ. 2010-2040**




**หนุ่มสาวที่โสดอยู่ร่วมกับพ่อ แม่ และปู่ ย่า ตา ยายมากขึ้น ครอบครัวข้ามรุ่น (Multi-generation) ในสังคมไทยจึงมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น**

พร้อมกันนี้ คนโสดบางส่วนก็ไม่ได้แยกออกไปจากครอบครัวเดิมเพราะไม่ได้แต่งงาน ขณะที่หลายครอบครัวกำลังมีแนวโน้มที่อาศัยอยู่ร่วมกันในแบบที่มีสมาชิกหลายช่วงวัย (Multigenerational Homes) หนุ่มสาวที่โสดอยู่ร่วมกับพ่อแม่และปู่ ย่า ตา ยาย เป็นครอบครัวข้ามรุ่นในสังคมไทย (Multi-generation) จึงมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นโดยปริยาย[2]

โดยคนโสดที่เพิ่มมากขึ้นนี้ ส่วนใหญ่ก็ยังอาศัยอยู่ในครอบครัวเดิม ซึ่งมีคนหลายวัยอยู่ด้วยกัน ตั้งแต่ เด็ก วัยรุ่น วัยทำงาน ไปจนถึงผู้สูงอายุ ปรากฏการณ์นี้จึงมีส่วนทำให้สังคมไทยกลายเป็น สังคมแห่งครอบครัวข้ามรุ่น โดยเทรนด์นี้เกิดขึ้นชัดเจนตั้งแต่ปี 2019 ซึ่งการอยู่ร่วมกันของคนหลายเจเนอเรชันนี้เอง ที่เป็นความท้าทายใหม่ของครัวเรือนไทย เพราะทัศนคติของคนแต่ละวัยไม่เหมือนกัน ส่งผลให้แต่ละเจเนอเรชันแสดงออกต่างกัน[3] เช่น



**เบบี้บูมเมอร์ (Baby boomer)**

**กลุ่มคนที่เกิดระหว่างปี พ.ศ. 2489-2507**

ไม่ชอบถูกมองว่าตนเองเป็นคนหัวโบราณ ความคิดล้าหลัง



**Gen X**

**กลุ่มคนที่เกิดระหว่างปี พ.ศ. 2508-2522**

มองว่าการถูกเรียกว่ามนุษย์ป้าหรือมนุษย์ลุง คือการบูลลี่ประเภทหนึ่ง



**มิลเลนเนียล (Millennial / Gen Y)**

**กลุ่มคนที่เกิดระหว่างปี พ.ศ. 2523-2543**

มักยกตนเองว่าเป็นคนทันโลกและบุกเบิกโลกดิจิทัลก่อนใครๆ จึงไม่ระวังการใช้คำพูดบนสื่อโซเชียล และบูลลี่คนกลุ่มอื่น



**Gen Z**

**คนที่เกิดหลัง พ.ศ. 2543-2553**

ไม่ยอมรับการถูกมองว่าเป็นเด็กและชอบปล่อยมีมที่เป็นกระแสบนสื่อโซเชียลมากมาย เช่น OK Boomer ที่เสียดสีการถูกตักเตือนจากผู้ใหญ่ที่เกิดในยุคเบบี้บูมเมอร์, การทำตัวเป็นรุ่นพี่ที่เชี่ยวชาญบนแอปพลิเคชัน มากกว่าคนรุ่นอื่น อีกทั้งยังโจมตีวัฒนธรรมการดื่มกาแฟและอ่านหนังสือ Harry Potter ซึ่งเป็นที่นิยมมากในคนรุ่นมิลเลนเนียล

ดังนั้น การทำความเข้าใจเทรนด์ครอบครัวข้ามรุ่นหรือ Multi-generation ให้ครบทุกมิติ จึงนำมาซึ่งการรู้เท่าทันและการปรับตัวที่ถูกต้องที่พร้อมต่อยอดสู่การอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขและการมีสุขภาวะที่ดีของคนทุกช่วงวัย

# จับตาเทรนด์คนโสด พ.ศ. นี้ ปรากฏการณ์สำคัญ ที่นำมาสู่ยุค Multi-generation



โดยก่อนที่จะไปรับรู้ว่าปรากฏการณ์ที่สังคมไทยมีครอบครัวข้ามรุ่นเพิ่มมากขึ้นก่อให้เกิดผลกระทบต่อคนในทุกช่วงวัยอย่างไรบ้าง ขอมาเจาะลึกถึงหนึ่งในสาเหตุที่ทำให้สังคมไทย เดินตามรอยเทรนด์โลก และก้าวสู่การมีครอบครัวแบบ Multi-generation หรือครอบครัวข้ามรุ่น ซึ่งหนีไม่พ้น “เทรนด์คนโสด” อย่างที่เกริ่นมาข้างต้น เนื่องจากเทรนด์นี้อธิบายพฤติกรรมของคนรุ่นใหม่ในยุคนี้ที่มักจะ “อยู่คนเดียวกันมากขึ้น แต่งงานช้าลง และไม่อยากมีลูก” ได้เป็นอย่างดี

ที่ผ่านมาเทรนด์คนโสดนี้เกิดขึ้นไปทั่วโลก ทางสถาบันยูโรมอนิเตอร์ อินเตอร์เนชันแนล (Euromonitor) พบว่า ในปี 2021 ผู้คนเลือกใช้ชีวิตคนเดียว (Single person households) มากถึง 414 ล้านคน และขยายตัวเฉลี่ยต่อปีตั้งแต่ปี 2543-2565 อยู่ที่ 3.29% ซึ่งสัดส่วนของประชากรโสดจะอยู่ในภูมิภาคเอเชียแปซิฟิกมากเป็นอันดับหนึ่ง โดยคิดเป็นสัดส่วนที่ 41.76% ของจำนวนคนโสดทั่วโลก รองลงมา ได้แก่ ยุโรปตะวันตก 17.68% และตะวันออกกลางและแอฟริกาเหนือ 11.72%[4]

และที่สำคัญประเทศที่ประเทศไทยซึ่งเป็นหนึ่งในภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก ก็ติดอันดับมีประชากรคนโสดถึงลำดับที่ 4 เลยทีเดียว โดยอยู่ที่ราวๆ 7.07 ล้านต่อครัวเรือน และคาดว่าในอีก 19 ปีข้างหน้า ประเทศไทยจะมีคนโสดเพิ่มขึ้นเป็น 9.12 ล้านต่อครัวเรือน ซึ่งเท่ากับเพิ่มขึ้นไปอีกเกือบ 30% จากจำนวนเดิม (7.07 ล้านต่อครัวเรือน)

สอดคล้องกับรายงานผลสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติที่พบว่า "วัยทำงาน" ในกลุ่ม Gen Y ที่เกิดในช่วงปี พ.ศ. 2523-2543 หรือผู้ที่มีอายุระหว่าง 22-42 ปี มีค่านิยมในการใช้ชีวิตคู่ที่เปลี่ยนไป คือ มุ่งทำงานให้ประสบความสำเร็จ ครองตัวเป็นโสด ไม่สมรส และไม่มีลูก มีแนวโน้มสูงขึ้นติดต่อกัน 5 ปี นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2560–2564

ยังมีข้อมูลสำรวจจากกลุ่มผู้หญิงวัยเจริญพันธุ์ (อายุ 15-49 ปี) ที่พบอีกด้วยว่า คนไทยแต่งงานช้าลงโดยจากช่วงอายุจากเดิมราว 24 ปีใน 2533 มาเป็น 28 ปี ในปี 2553 และประมาณการณ์ว่า ปัจจุบันในช่วงปี 2564-2565 อายุเฉลี่ยของผู้หญิงที่ตัดสินใจแต่งงานจะมากขึ้นอีก[5]

นอกจากนี้ จากการสำรวจคน Gen Z โดยนิตยสารรูบี้โฮมเรียลเอสเตท (Ruby Home Real Estate) พบว่า จากกลุ่มตัวอย่าง มีเพียง 52% เท่านั้นที่นับว่าการมีลูกหรือรับเลี้ยงลูกเป็นเป้าหมายในชีวิตที่ต้องทำให้สำเร็จ ในงานวิจัยดังกล่าวยังตั้งคำถามกับกลุ่มตัวอย่างด้วยว่าอยากมีลูกกี่คน ซึ่งมีอยู่ถึง 27% ที่ตอบว่าไม่อยากมีเลยแม้แต่คนเดียวโดยเหตุผลที่ไม่อยากมีลูกนั้น โดยมากมาจากพวกเขาชอบการใช้ชีวิตที่ยืดหยุ่นและการมีลูกก็ใช้เงินมากเกินไป อีกทั้งพวกเขาให้ค่ากับเวลาที่ได้อยู่คนเดียวมากเกินกว่าจะอยากมีลูก ตรงกับเป้าหมายชีวิตสูงสุดของ Gen Z นั่นคือการมีชีวิตที่การเงินมั่นคงและสะดวกสบาย[6]

ข้อมูลที่กล่าวมาข้างต้นสอดคล้องกับบทสรุปที่ศูนย์วิจัยเศรษฐกิจและธุรกิจ ธนาคารไทยพาณิชย์ (SCB EIC)[7] ที่ระบุว่าคนไทยเป็นโสดกันมากขึ้น จากจำนวนการแต่งงานที่ลดลงและการหย่าร้างที่เพิ่มขึ้น พร้อมให้เหตุผลสนับสนุนว่าจากการวิเคราะห์ข้อมูลการจดทะเบียนสมรสและจดทะเบียนหย่าของกรมการปกครองพบว่า จำนวนการจดทะเบียนสมรสของคนไทยลดลงจาก 3.13 แสน ในปี 2550 มาอยู่ที่ 2.98 แสน ในปี 2560 (ลดลง 5.1%) สวนทางกับจำนวนการจดทะเบียนหย่าที่เพิ่มขึ้นจาก 1.02 แสน มาเป็น 1.22 แสน (เพิ่มขึ้น 19.7%)

ด้วยเหตุที่คนรุ่นใหม่ “ครองชีวิตโสด” กันเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องเช่นนี้นี่เองที่ทำให้พวกเขายังคงอยู่อาศัยกับครอบครัวเดิมเพราะไม่ได้แต่งงานออกไป ในหลายครอบครัวจึงกำลังมีแนวโน้มที่สมาชิกหลากหลายช่วงวัยต้องอาศัยอยู่รวมกัน (Multigenerational Homes) หนุ่มสาวโสดอยู่ร่วมกับพ่อแม่และปู่ ย่า ตา ยาย จึงมากขึ้นเรื่อยๆ แบบหลีกเลี่ยงไม่ได้

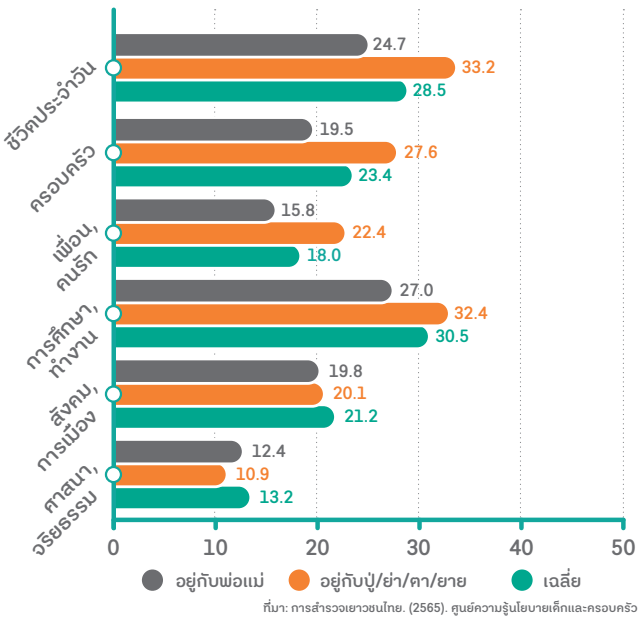
# รู้ทันผลเสียต่อสุขภาพจิตของคนทุกวัย เมื่อเทรนด์ Multi-generation หรือครอบครัวข้ามรุ่น เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ในสังคมไทย



แน่นอนว่าเมื่อสังคมไทยมีครอบครัวที่มีสมาชิกหลายช่วงวัย หรือ Multi-generation เพิ่มขึ้น แต่ละครอบครัวจึงหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่จะเผชิญกับปัญหาช่องว่างระหว่างวัยที่อาจส่งผลถึงความขัดแย้งทางความคิด และทำให้ขาดการสื่อสารในประเด็นอื่นๆ ได้

จากรายงานสุขภาพคนไทย 2566[8] ที่จัดทำโดย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม (วปส.) มหาวิทยาลัยมหิดล และสำนักวิชาการและนวัตกรรม สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) มีการวิเคราะห์ไว้ว่า โครงสร้างของครอบครัวที่เปลี่ยนแปลงไปส่งผลต่อสุขภาพจิตของสมาชิกในครอบครัวโดยเฉพาะเยาวชนและวัยรุ่นไม่น้อย โดยจากผลสำรวจเยาวชนไทยในปี 2565 พบว่าเยาวชนที่อยู่ในครอบครัวข้ามรุ่นจะมีความขัดแย้งทางความคิดในประเด็นการศึกษา การทำงาน การใช้ชีวิตประจำวัน ความสัมพันธ์ในครอบครัว และความสัมพันธ์กับเพื่อนและคนรัก

**สัดส่วนเยาวชน (15-25 ปี) มีความคิดขัดแย้งกับผู้ใหญ่ในครอบครัว**



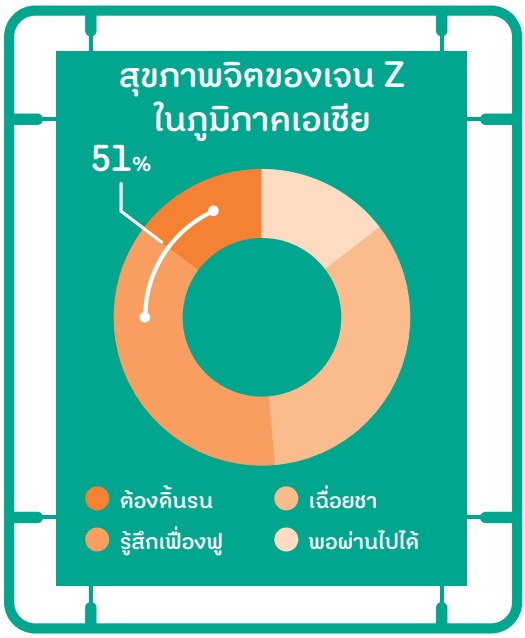

ที่มา: การสำรวจเยาวชนไทย. (2565). ศูนย์ความรู้นโยบายเด็กและครอบครัว

ยิ่งถ้าแบ่งตามเจเนอเรชัน คนแต่ละวัยที่จำเป็นต้องมาอยู่ในครอบครัวเดียวกันก็มักจะเกิดปัญหากระทบกระทั่งกันทั้งทางวาจา ทางความคิด ไปจนถึงการกระทำ ยกตัวอย่างคนในเจเนอเรชันมิลเลนเนียล (Millennial) หรือ Gen Y หรือกลุ่มคนที่มีอายุระหว่าง 20 ต้น จนถึง 30 ปีปลายๆ ถือเป็นช่วงวัยนักศึกษา กลุ่มคนที่เพิ่งจะเริ่มทำงานใหม่ ณ ตอนนี้ ไล่ไปจนถึงทำงานมาได้สักพัก ซึ่งมีแนวโน้มรักอิสระ มีความสุขจากการใช้ชีวิต มีความทันสมัยทันโลกเพราะเกิดมาภายใต้ยุคเทคโนโลยีที่ดี แต่ต้องมาอยู่ร่วมชายคาเดียวกันกับคนกลุ่มเบบี้บูมเมอร์ (Baby Boomer) คือคนในช่วงวัย 50-68 ปี ซึ่งก็คือรุ่นพ่อแม่ ลุงป้า หรือระดับหัวหน้าของมิลเลนเนียล (Millennial) ซึ่งคนในวัยนี้นั้นมีความมั่นคงในชีวิตแล้วจากการเก็บหอมรอมริบจากการทำงาน ไม่ชอบความเปลี่ยนแปลง และมีแนวโน้มจะเป็นนักอนุรักษ์นิยม จนก่อให้เกิดความแตกต่างทางความคิด อันเกิดจากพฤติกรรมการใช้ชีวิต การเสพข่าว การเข้าถึงเทคโนโลยี เกิดช่องว่างที่ใหญ่ขึ้นเรื่อยๆ ระหว่างสองวัย ซึ่งช่องว่างนี้ก็เห็นอย่างชัดเจนทั้งในบ้านและที่ทำงาน

ส่วนคน Gen Z มีผลการวิจัยล่าสุดจาก AXA Study of Mind Health and Wellbeing[9] ประจำปี 2566 ยืนยันว่าคน Gen Z (อายุ 18-24 ปี) ได้รับผลกระทบจากวิกฤติโรคระบาดนี้เป็นอย่างมากโดยเฉพาะผลกระทบทางสุขภาพจิตใจ โดยมากกว่าครึ่งหนึ่งของคนกลุ่ม Gen Z ทั่วโลก (53%) และในเอเชีย (51%) เข้าข่ายมีสุขภาพจิตที่ย่ำแย่ การวิจัยนี้ยังพบอีกว่ากลุ่มคน Gen Z มีสัดส่วนสูงสุดที่เผชิญกับความเครียดทางอารมณ์และความบกพร่องทางจิตใจ โดยทั่วโลกมีสัดส่วนถึง 18% และในเอเชียถึง 14% ซึ่งมากกว่ากลุ่มอายุอื่นๆ ในขณะที่ทั่วโลกกลุ่มคนอายุระหว่าง 18-24 ปี มีเพียง 13% เท่านั้นที่มีสุขภาพจิตใจแข็งแรง และในเอเชียมีสัดส่วน 15% ซึ่งต่ำที่สุดในทุกกลุ่มอายุ ทำให้กลุ่มคนอายุ 18-24 ปีเป็นกลุ่มเดียวที่มีภาวะด้านความเครียดทางอารมณ์สูงกว่าทุกกลุ่ม[10]

ทว่า เมื่อมาดูในคนกลุ่ม Gen X ที่เป็น ช่วงวัยซึ่งอยู่ตรงกลางระหว่างเบบี้บูมเมอร์ (Baby Boomer) ที่เป็นพ่อแม่ของพวกเขากับ Gen Z ที่เป็นลูกของตัวเอง ทำให้พวกเขาแบกความรับผิดชอบสูงมากในบ้าน ยิ่งช่วงเกิดการล็อกดาวน์

ที่ผ่านมา ความเครียดเรื่องการเงินตกอยู่กับคนช่วงวัยนี้เต็มๆ รายงานเจาะเทรนด์โลกจาก TCDC ปี 2566 ระบุว่า 65% ของ Gen X รู้สึกเครียดกับปัญหาทางการเงิน 26% รู้สึกไม่มั่นใจว่าจะเกษียณได้อย่างสบาย และอีก 22% รายได้ของบ้านลดลงมากกว่าครึ่ง ซึ่งปัญหาทางการเงินของ Gen X ที่เป็นเสาหลักของครอบครัวส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้เงินของคนทั้งบ้านอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้[11]




ด้วยปัจจัยทั้งภายในตัวบุคคลในแต่ละช่วงวัย และปัจจัยภายนอกที่รุมเร้าดังที่กล่าวมา ปัญหาความขัดแย้งระหว่างวัยในครอบครัวข้ามรุ่นจึงมีแนวโน้มเกิดขึ้นมาก โดยเราจะเห็นได้จากแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย ซึ่งเป็นช่องทางหลักที่คนยุคนี้ใช้สื่อสารกัน พบว่า มีข้อความจากในโซเชียลมีเดียที่โพสต์ถึงประเด็นเรื่องความไม่เข้าใจกันในครอบครัวต่างคนต่างวัยและความแตกต่างทางทัศนคติในโลกออนไลน์มากมาย จากการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนมีนาคม-เดือนสิงหาคม 2566[12] ในแพลตฟอร์มหลักที่คนไทยใช้ ไม่ว่าจะเป็นเฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ (ที่ตอนนี้เปลี่ยนชื่อเป็น X) อินสตาแกรม ติ๊กต๊อก ยูทูปและพันทิป พบว่ามีการโพสต์ข้อความที่เป็นเสียงสะท้อนจากคนรุ่นใหม่ผ่านทางแพลตฟอร์มออนไลน์และโซเชียลมีเดียเหล่านี้มากถึง 3,160 ข้อความ

โดยเฉพาะทางทวิตเตอร์ (X) ซึ่งเนื้อความในการโพสต์ส่วนใหญ่มักจะเป็นการสื่อสารเกี่ยวกับปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวของตัวเอง ดังนั้น ความคิดต่างของคนแต่ละเจเนอเรชันจึงกำลังก่อตัวเป็นชนวนปัญหาครอบครัวของสังคมไทยในอนาคตแบบหลีกเลี่ยงไม่ได้ จากภาวะที่ต้องอยู่ร่วมกันแต่มีความต้องการหรือการแสดงความคิดเห็น รวมถึงมุมมองการใช้ชีวิตที่ไม่ตรงกัน







ขณะที่การได้รับการเลี้ยงดูและเติบโตมาในรูปแบบที่แตกต่างกันก็เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่ส่งผลต่อทัศนคติในรุ่นลูกกับรุ่นพ่อแม่ หรือคนรุ่นใหม่กับคนรุ่นเก่าในบ้านจนเป็นบ่อเกิดของความขัดแย้ง การไม่เข้าใจกัน การไม่มีเวลาให้กัน หรือการไม่เว้นพื้นที่ส่วนตัวซึ่งกันและกัน ยิ่งเมื่อความต้องการของคนรุ่นใหม่ไม่ตรงกับความต้องการของคนรุ่นเก่า ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ปู่ย่าตายาย โดยเฉพาะเรื่องสำคัญในชีวิตประจำวันอย่างการเรียน ความรัก รวมถึงทัศนคติทางการเมืองก็ยิ่งเป็นปัจจัยที่จุดฉนวนให้ความขัดแย้งบานปลาย ยากที่จะกลับมาเข้าใจกันได้อีกด้วย

ดังนั้น ก่อนจะสายเกินไป สังคมไทยจำเป็นต้องสร้างเกราะป้องกันและหาทางออกให้กับปัญหาความขัดแย้งที่เกิดจากช่องว่างระหว่างวัยในครอบครัวข้ามรุ่น สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จึงได้นำเสนอโครงการค่ายนักเล่าความสุขที่ช่วยดูแลสุขภาพจิตใจของคนทุกเพศทุกวัยอย่างได้ผล

# ปั้น “นักสื่อสารสุขภาวะ” ผ่าน โครงการค่ายนักเล่าความสุข สร้างที่ปรึกษาคนทุกเจน ลดปัญหาช่องว่างระหว่างวัยอย่างได้ผล




โครงการค่ายนักเล่าความสุข[13] เป็นโครงการที่ทาง สสส. จับมือกับพันธมิตรหน่วยงานและองค์กรต่างๆ เพื่อเปิดพื้นที่ให้กับเด็ก วัยรุ่น ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุมาแลกเปลี่ยนมุมมองชีวิต สร้างความสุขร่วมกันผ่านการรวมกลุ่มและตั้งเป็นทีมหรือใครอยากจะฉายเดี่ยวก็ได้ ซึ่งทุกคนจะได้เป็น “นักสื่อสารสุขภาวะ” ผ่านการเล่าเรื่องความสุขของตัวเองและครอบครัวในมุมต่างๆ พร้อมรูปภาพในรูปแบบ “สารคดี” เพื่อสร้างพลังบวก กำลังใจ หรือสร้างแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตท่ามกลางโลกที่เปลี่ยนแปลงทางสังคมและเทคโนโลยีอย่างรวดเร็วได้ หัวใจสำคัญของกิจกรรม คือ การลดปัญหาช่องว่างระหว่างวัย หรือ Generation Gap

โดยแนวคิดในการจัดโครงการนี้เกิดขึ้นหลังพบว่าไทยเริ่มเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุและเกิดปัญหาช่องว่างระหว่างวัยมากขึ้น จนเกิดคำว่า “ต่างวัย ต่างความคิด” นำมาสู่ความไม่เข้าใจกันในหลายครอบครัวและในที่ทำงาน ซึ่ง สสส. เห็นว่าการสร้างระบบนิเวศสื่อที่ดี มีส่วนสำคัญต่อการลดความขัดแย้ง หรือช่วยลดปัญหาเรื่องนี้ได้ จึงสานพลังกับภาคีเครือข่าย พัฒนาคนหลากหลายวัยให้เป็นผู้ใช้และผู้สร้างเพื่อร่วมกันสร้างสรรค์งานรูปแบบสารคดีขับเคลื่อนสังคมสุขภาวะขึ้นมา

เพราะ สสส. และพันธมิตรจัดโครงการนี้ความเชื่อตรงกันว่านิยามความสุขของแต่ละคนอาจแตกต่างกันไป และเปลี่ยนแปลงตามวัยหรือจังหวะชีวิตในเวลานั้น แต่การรับฟังด้วยความใส่ใจจะทำให้เราทุกคนเข้าใจกัน สร้างสุขร่วมกัน จนทำให้เกิดระบบนิเวศสื่อที่ดีขึ้นได้ ดังนั้น ไม่ว่าจะทุกข์หรือสุข โครงการค่ายนักเล่าความสุข ก็จะเป็นส่วนหนึ่งในการสื่อสารสุขภาวะให้ทุกคนมีพลังบวกและพร้อมรับมือกับทุกสิ่งที่เกิดในชีวิต อย่างเข้มแข็ง

ทั้งนี้ หนึ่งในพันธมิตรที่มีบทบาทสำคัญในโครงการค่ายนักเล่าความสุขนี้ คือ นิตยสารสารคดี ที่เชื่อว่าทุกคนมีเรื่องเล่าและทุกเรื่องราวสามารถส่งต่อแรงบันดาลใจได้ โดยจะมีทีมงานนิตยสารสารคดีในฐานะที่เป็นผู้วางกระบวนการ สนับสนุนวิทยากรด้านการเขียน การถ่ายภาพ ทำให้เกิดการเรียนรู้ และทำงานระหว่างทางที่ผู้ร่วมทีม “ต่างวัย” จะได้เรียนรู้ซึ่งกันและกัน รวมถึงได้แลกเปลี่ยนแง่มุมความคิดกัน ท้ายที่สุดผลงานจากค่ายนักเล่าความสุขอาจจะส่งต่อแรงบันดาลใจสู่ผู้อ่านมากหรือน้อยนิดก็ได้ แต่อย่างน้อยที่สุดผู้เข้าร่วมโครงการฯ จะได้เรียนรู้และค้นพบความสุขต่างวัย ต่างมุมมองจากเพื่อนร่วมทีม และอาจทำให้เข้าใจกัน และเกิดแรงบันดาลใจต่อกันในการพัฒนาตัวเองต่อไปได้

# อ้างอิง


(1) **“Half the World’s New Single Person Households to Emerge in Asia Pacific”**, สืบค้นเมื่อ 21 กันยายน 2566, จาก https://www.euromonitor.com/article/half-the-worlds-new-single-person-households-to-emerge-in-asia-pacific

(2) **ปัจจัยสังคมกำหนดสุขภาพ (ตอนที่ 2)**, คณะทำงานจัดทำรายงานสุขภาพคนไทย ตัวชี้วัดสุขภาพ ตุลาคม 2565, สืบค้นเมื่อ 21 กันยายน 2566, จาก https://www.thaihealthreport.com/th/articles_detail.php?id=144

(3) **E-book Trend 2022 เจาะเทรนด์โลก : READY SET GO**, ศูนย์สร้างสรรค์งานออกแบบ หรือ Thailand Creative & Design Center (TCDC), สืบค้นเมื่อ 22 กันยายน 2566, จาก https://article.tcdc.or.th//uploads/file/ebook/2564/10/desktop_th/EbookFile_33202_1634128759.pdf

(4) **“รู้จัก “Lonely Economy” เมื่อความเหงาสร้างรายได้”**, creativethailand.org, สืบค้นเมื่อ 22 กันยายน 2566, จาก https://www.creativethailand.org/view/article-read?article_id=33878

(5) **“เปิดสาเหตุทำไมคน "Gen Y" เน้นเป็นโสด ไม่มีลูก มุ่งทำงานมากขึ้น?”**, กรุงเทพธุรกิจออนไลน์, สืบค้นเมื่อ 22 กันยายน 2566, จาก https://www.bangkokbiznews.com/social/1022317

(6) **“ทำไมคนรุ่นใหม่ถึง ‘ไม่อยากมีลูก?’ และการที่เด็กเกิดน้อยจะส่งผลกระทบในด้านเศรษฐกิจอย่างไร”**, wearecp, สืบค้นเมื่อ 22 กันยายน 2566, จาก https://www.wearecp.com/new-generation-no-child-trending/

(7) **“EIC Data Infographic: #โสดFeelGood, EIC Data Infographic : คนไทยเป็นโสดกันมากขึ้นจากจำนวนการแต่งงานที่ลดลงและการหย่าร้างที่เพิ่มขึ้น**, SCB EIC, สืบค้นเมื่อ 22 กันยายน 2566, จาก https://www.scbeic.com/th/detail/product/6102

(8) **รายงานสุขภาพคนไทย 2566**, สถาบันวิจัยประชากรและสังคม (วปส.) มหาวิทยาลัยมหิดล และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), สืบค้นเมื่อ 22 กันยายน 2566, จาก https://www.thaihealth.or.th/wp-content/uploads/2023/05/รายงานสุขภาพคนไทย-2566.pdf

(9) **ผลสำรวจ AXA Study of Mind Health and Wellbeing 2023**, AXA Asia Afica, จาก https://www.axafittoflourish.com/pdf/AXA_MHW_2023_FactSheet.pdf

(10) **ผลการวิจัยชี้ชัด Gen Z มากกว่าครึ่งในเอเชีย กำลังมีสุขภาพจิตย่ำแย่ ประเทศไทยเจ๋ง! จำนวนคนมีสุขภาพจิตดีสูงสุด”**, สยามรัฐออนไลน์, สืบค้นเมื่อ 23 กันยายน 2566, จาก https://siamrath.co.th/n/431201

(11) **“สรุป Consumer Insight 2023 ทุก Generation Baby boomer, Gen X, Gen Y, Gen Z และ Alpha”**, everydaymarketing.co, สืบค้นเมื่อวันที่ 23 กันยายน 2566, จาก https://www.everydaymarketing.co/trend-insight/consumer-insight-all-generation-baby-boomer-gen-x-gen-y-millennial-gen-z-alpha-from-tcdc/

(12) **“เพราะความฝันของเราต่างกัน : คนรุ่นใหม่และคนรุ่นก่อนกับทัศนคติที่สวนทาง”**, way magazine, สืบค้นเมื่อ 23 กันยายน 2566, จาก https://waymagazine.org/what-is-the-difference-between-the-old-generation-and-this-generation/

(13) **“ค่ายนักเล่าความสุข รุ่นที่ 3 ปั้น “นักสื่อสารสุขภาวะ” ลดปัญหาช่องว่างระหว่างวัย”**, สสส., สืบค้นเมื่อ 23 กันยายน 2566, จาก https://www.thaihealth.or.th/ค่ายนักเล่าความสุข-รุ่น/

02

# ขนมขบเคี้ยว และเครื่องดื่มรสหวาน

## มิตรยามว่างหรือศัตรูเรื้อรังเด็กไทย



# ขนมขบเคี้ยว เครื่องดื่มรสหวาน ของโปรดเด็กไทย ที่พร้อมแปลงร่างเป็นมฤตยูร้ายทำลายสุขภาพได้ไม่รู้ตัว

ปัญหา “เด็กอ้วน” นับเป็นปัญหาสาธารณสุขระดับโลกในช่วงสิบปีที่ผ่านมา โดย “โรคอ้วนในเด็ก” เป็นโรคร้ายลำดับต้นๆ ที่กำลังคุกคามสุขภาวะของเยาวชนทั่วโลก โดยเฉพาะประเทศในกลุ่มยุโรป สหรัฐอเมริกา เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ส่งผลให้เกิดโรคโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ในเด็ก ซึ่งเป็นปัญหาที่จะต้องจัดการในระดับโลก **ดร.สุชีรา บันลือสินธุ์** ผู้แทนองค์การอนามัยโลกประจำประเทศไทย (WHO) กล่าวในโอกาสที่ สสส.-สธ.ผนึกกำลัง 100 ภาคีสุขภาพ ระดมสมองสร้างกลไกแก้ปัญหาเด็กอ้วน โดยได้รายงานอยู่ในหนังสือพิมพ์ไทยโพสต์ ฉบับวันที่ 20 กันยายน 2565

พร้อมกันนี้ยังชี้ให้เห็นอีกว่า “เด็กอายุ 5-9 ปีมีน้ำหนักเกิน 340 ล้านคนทั่วโลก เพิ่มจำนวนสูงขึ้นกว่า 40 ปีที่ผ่านมา ซึ่งสาเหตุหลักเป็นเพราะวัยเด็กส่วนใหญ่ยังมีดุลพินิจไม่สมบูรณ์เท่าผู้ใหญ่ และขาดความรู้ ความเข้าใจในการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารและเครื่องดื่มที่ไม่ดีต่อสุขภาพ เช่น ขนมขบเคี้ยว เครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของน้ำตาล รวมถึงไม่เท่าทันเทคนิคทางการตลาดที่เข้าถึงตัวเด็กง่ายและรวดเร็ว”

ทั้งนี้ การที่เด็กไทยมีภาวะเริ่มอ้วน เกิดจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม โดยเฉพาะอาหารที่มีไขมัน น้ำตาล โซเดียมสูง เช่น ขนมขบเคี้ยว เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลเป็นส่วนผสม อาหารทอดหรือฟาสต์ฟู้ด สาเหตุส่วนหนึ่งเกิดจากการทำการตลาดที่กระตุ้นให้เด็กบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพมากขึ้น จนส่งผลให้ในช่วง 2 ทศวรรษที่ผ่านมา เด็กไทยอ้วนเพิ่มขึ้นกว่า 2 เท่า โดยเด็กเล็ก 1-5 ปี เพิ่มเป็น 11.4% และเด็กวัยเรียน 6-14 ปี เพิ่มเป็น 13.7% รวมทั้งเด็กวัยรุ่นพบ 13.1% ซึ่งยังเป็นปัญหาสาธารณสุขไทยที่สำคัญนำไปสู่ความเสี่ยงต่อการเกิดโรค NCDs อาทิ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ มะเร็ง อันเป็นสาเหตุหลักของการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร[1]

โดยสิ่งที่ยืนยันถึงพฤติกรรมของเด็กไทย ที่นำมาซึ่งภาวะอ้วนและโรคร้ายได้ คือผลสำรวจของกรมอนามัย[2] ที่ยืนยันว่า 1 ใน 3 ของเด็กไทยดื่มนมรสหวานทุกวัน, 1 ใน 3 ของเด็กไทยกินขนมขบเคี้ยวทุกวัน, 1 ใน 5 ของเด็กไทยดื่มน้ำหวาน/น้ำอัดลมทุกวัน และ 4 ใน 5 ของเด็กไทยกินอาหารฟาสต์ฟู้ด 3 วันต่อสัปดาห์




**1 ใน 3 ของเด็กไทย**
**ดื่มนมรสหวานทุกวัน**

**1 ใน 3 ของเด็กไทย**
**กินขนมขบเคี้ยวทุกวัน**

**1 ใน 5 ของเด็กไทย**
**ดื่มน้ำหวาน/น้ำอัดลมทุกวัน**

**4 ใน 5 ของเด็กไทย**
**กินอาหารฟาสต์ฟู้ด**
**3 วันต่อสัปดาห์**

ขณะที่ สหพันธ์โรคอ้วนโลก (World Obesity Federation) คาดการณ์ว่าภาวะน้ำหนักเกิน และอ้วนในประชากรกลุ่มอายุต่ำกว่า 20 ปี จะเพิ่มสูงมากกว่า 50 เปอร์เซ็นต์ ในปี 2573 โดยยังมีอีกข้อค้นพบหนึ่งที่น่าตกใจไม่แพ้กัน คือ กลุ่มคนที่เป็นเบาหวาน ความดัน เริ่มต้นมาจากเด็กที่อ้วนมาก่อนถึง 22% และเด็กอ้วนมีแนวโน้มเป็นผู้ใหญ่อ้วนถึง 5 เท่าถ้าไม่ทำอะไรเลย[3]




จากข้อมูลที่กล่าวมาข้างต้นนี้ ปัญหาเด็กอ้วนและเป็นโรคอ้วน จึงถือเป็นภัยคุกคามที่เกิดขึ้นกับเยาวชนไทย ซึ่งถ้าไม่ได้รับการแก้ไข ย่อมส่งผลระยะยาวต่อสุขภาพผู้ที่กำลังจะเติบโตเป็นอนาคตกำลังคนของประเทศ ด้วยเหตุนี้ทุกฝ่ายจึงควรรู้เท่าทันปัญหานี้ในทุกมิติ ที่จะนำมาสู่ทางออกของปัญหานี้อย่างยั่งยืน

# ชี้ชัดต้นทางก่อปัญหาเด็กอ้วน เพราะกลยุทธ์การตลาดอาหารและเครื่องดื่มขั้นเทพ ยิงตรงโดนใจวัยติดโซเชียล

ที่ผ่านมา แม้ประเทศไทยจะมีมาตรการแก้ไขปัญหาเด็กอ้วนอย่างต่อเนื่อง ทั้งการส่งเสริมสุขภาพ สร้างความรอบรู้และสนับสนุนให้มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดี แต่มาตรการปกป้องเด็กจากการตลาดอาหารและเครื่องดื่มที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ เป็นมาตรการสำคัญที่ต้องดำเนินการควบคู่กันไป

เนื่องจากกลยุทธ์การตลาดเป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อและบริโภคของเด็ก โดยเฉพาะวัยที่เริ่มมีกำลังซื้อด้วยตนเอง ที่ผ่านมาประเทศไทยมีการควบคุมการตลาดอาหารและเครื่องดื่มบางส่วน แต่ยังไม่ครอบคลุมเทคนิคการตลาด ขาดกลไกการบังคับใช้ ติดตาม และประเมินผลอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยความจำเป็นเร่งด่วนนี้เอง ที่ทำให้กรมอนามัยและภาคีเครือข่ายสุขภาพร่วมกันพัฒนามาตรการทางกฎหมายเพื่อปกป้องเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปีจากการตลาดอาหารและเครื่องดื่มที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ควบคู่กับการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพโดยคาดหวังสร้างสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพของเด็กไทยอย่างยั่งยืน[1]



โดยที่ผ่านมาการเตือนภัยเกี่ยวกับ “ขนมเด็ก” หลากหลายประเภทก็ยังคงมีออกมาอย่างต่อเนื่อง เนื่องจากขนมเหล่านี้มักใช้วิธีการโฆษณาชวนเชื่อผ่านช่องทางออนไลน์หรือสื่อโซเชียลที่เด็กๆ เข้าถึงง่ายเพื่อสร้างการจดจำ แล้วไปจำหน่ายผ่านทั้งช่องทางแบบดั้งเดิมที่สะดวก เช่น วางขายในร้านขายขนมหน้าโรงเรียน หรือแม้กระทั่งวางขายออนไลน์ เป็นต้น




ยกตัวอย่างล่าสุด มีรายงานข่าวว่าได้ตรวจพบการวางขายขนมเด็กที่มีลักษณะแปลกใหม่ บรรจุในขวดมีหัวเป็นลูกกลิ้ง หรือที่เรียกกันโดยทั่วไปว่า โรลออน ซึ่งดึงดูดเด็กวัยเรียนให้ซื้อมารับประทาน โดยจะใส่สีสันสดใส มีกลิ่นรสแปลกใหม่ หรือการนำขนมมาบรรจุในภาชนะรูปแบบต่างๆ ที่มีสีสันสดใสแปลกใหม่เพื่อดึงความสนใจเด็กๆ ซึ่งการวางจำหน่ายใกล้โรงเรียน หรือจำหน่ายผ่านช่องทางออนไลน์ โดยผลิตภัณฑ์ดังกล่าวเป็นผลิตภัณฑ์ที่ลักลอบนำเข้า ไม่ได้รับอนุญาต ไม่มีฉลากภาษาไทยและไม่มีเลข อย. ไม่ทราบสูตรส่วนประกอบหรือส่วนผสม ไม่มีผู้นำเข้า ด้วยเหตุนี้ ทางสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา หรือ อย.4 จึงได้ออกมาแถลงเพื่อเตือนว่าไม่ควรซื้อมารับประทาน เพราะจะทำให้เสี่ยงได้รับสารที่อาจเป็นอันตราย หรือใช้วัตถุกันเสีย สี วัตถุแต่งกลิ่นที่ไม่ได้รับอนุญาต หรือเกินปริมาณที่กฎหมายกำหนด หรือมีสารปนเปื้อนจากการผลิต และภาชนะบรรจุที่ไม่ได้มาตรฐาน

และยังมีอีกหนึ่งผลสำรวจที่ยืนยันถึงภัยคุกคามเด็กไทยที่มาทางช่องทางโซเชียลมีเดีย หรือแพลตฟอร์มออนไลน์ซึ่งเข้าถึงกลุ่มเยาวชนไทยดีกว่าช่องทางอื่น โดยผลสำรวจ Social Media Data จาก Wisesight ได้ยืนยันถึงข้อมูลในโซเชียลมีเดียที่พูดถึงขนมเด็ก น้ำหวานเครื่องดื่มต่างๆ ในโลกออนไลน์ ซึ่งเก็บข้อมูลระหว่างเดือนพฤษภาคม-เดือนสิงหาคม ปี 2566 ในแพลตฟอร์มหลักที่คนไทยใช้ ไม่ว่าจะเป็นเฟซบุ๊ก

ทวิตเตอร์ (X) อินสตาแกรม ติ๊กต๊อก ยูทูปและพันทิป พบว่ามีจำนวนมากถึง 6,253 ข้อความ และมักจะเจอโพสต์ที่รีวิวขนมและเครื่องดื่มมากมายที่ส่งผลต่อโภชนาการอาหาร

ไม่ว่าจะเป็นการพูดถึงขนมเด็กที่ชอบกินใน “เทรดส์” (Threads)[i] เด็กอ้วน มุมเด็กอ้วน รีวิวขนมอร่อย #อร่อยบอกต่อ #ขนมขบเคี้ยว ยี่ห้อหรือชื่อขนมขบเคี้ยวซึ่งมีการพูดถึงอย่างมากในโลกออนไลน์หรือรีวิวขนมของเด็กอ้วน มุมเด็กอ้วน พฤติกรรมที่มักจะทานขนมไปด้วยตอนนั่งเล่นหรือดูหนังก็หยิบมาทานได้ การนำขนมมาเก็บไว้ในห้องนอน การทานมากและไม่ได้ออกกำลังกายที่ส่งผลทำให้มีภาวะอ้วนโดยไม่รู้ตัว นอกจากนี้ก็มีบางโพสต์เป็นการทวิตข้อความเตือนถึงพฤติกรรมที่ทำลายสุขภาพจากการกินของไม่มีประโยชน์ กินมื้อเย็นดึก ชา กาแฟ น้ำอัดลม ขนมขบเคี้ยว และนอนน้อย หลังจากนี้จะต้องเริ่มจริงจังเรื่องสุขภาพมากขึ้นก่อนที่จะสายเกิน







การสำรวจนี้ยังเผยข้อมูลสำคัญว่า กลุ่มเยาวชน วัยรุ่นไทยยังโพสต์เกี่ยวกับของหวานประเภทเครื่องดื่มที่มีรสหวานอย่าง ชาไทย ชาเขียว โกโก้ เครื่องดื่มเหล่านี้จึงได้รับความนิยมและถูกพูดถึงในโลกออนไลน์ ซึ่งปัจจุบันความนิยมในเรื่องของการทำน้ำหวาน น้ำชงต่างๆ ดื่มเองได้ที่บ้านเพราะดูจากรีวิวในออนไลน์ก็กำลังได้รับความนิยมเพราะสามารถปรับความหวานได้ตามใจชอบ หรือเลือกยี่ห้อของเครื่องดื่มแบบชงได้หลากหลายมากขึ้น สะดวก รวดเร็วและที่สำคัญสามารถทำกินเองตอนไหนก็ได้ เป็นต้น[5]

แต่อย่างไรก็ดี มีอีกหนึ่งความน่าเป็นห่วงปรากฏขึ้นจากการสำรวจผลิตภัณฑ์อาหารที่จำหน่ายในตลาด ที่พิจารณาตามเกณฑ์องค์การอนามัยโลกภาคพื้นเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และ Healthier Choice โดยผลจากการสำรวจผลิตภัณฑ์อาหารที่พิจารณาตามเกณฑ์องค์การอนามัยโลกภาคพื้นเอเชียตะวันออกเฉียงใต้จำนวน 17,030 ผลิตภัณฑ์ พบว่าผลิตภัณฑ์ที่ทำการตลาดในเด็กได้ (ผ่านเกณฑ์) มีแค่ 10% และผลจากการวิเคราะห์ผลิตภัณฑ์ตามเกณฑ์ Healthier Choice จำนวน 12,280 ผลิตภัณฑ์พบว่า มีถึง 88% ไม่เข้าเกณฑ์ที่จะได้ Healthier Choice นอกจากนั้น เมื่อได้พิจารณาผลิตภัณฑ์จำพวกอาหารแปรรูป พบว่าเกือบ 80% เป็นกลุ่มที่แปรรูปสูงที่มีความเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น ขนมกรุบกรอบ ทอฟฟี่ เครื่องดื่ม เป็นต้น[6]

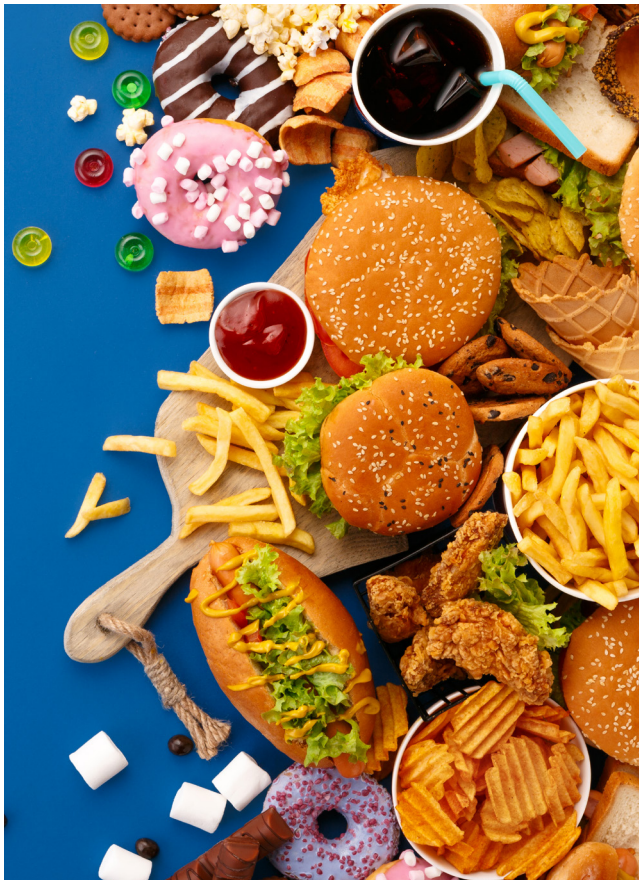
---

[i] *เทรดส์” (Threads) แอปพลิเคชันสังคมออนไลน์ใหม่ ที่ มาร์ก ซักเคอร์เบิร์ก ผู้ก่อตั้งบริษัท เมตา เจ้าของเฟซบุ๊กและอินสตาแกรม คิดค้นขึ้นเพื่อมาเป็นคู่แข่งของ X หรือ ทวิตเตอร์ (ชื่อเดิม) ของอีลอน มัสก์ โดยหลังเปิดให้ดาวน์โหลดใช้งานเมื่อเดือนกรกฎาคม 2566 ที่ผ่านมา ภายใน 10 ชั่วโมง มีผู้ใช้งานทั่วโลกเกิน 10 ล้านคนแล้ว (https://www.bbc.com/thai/articles/cv2j2dqq803o)*

# รู้ทันวิถีชีวิตทางสุขภาพเด็ก ที่อาจส่งผลไปถึงวัยผู้ใหญ่ ผ่าน “โรคอ้วน”



**นางสาวพวงทอง ว่องไว** ผู้รับผิดชอบโครงการฯ มูลนิธิพะเยาเพื่อการพัฒนา กล่าวในเวทีมหกรรมสร้างการเรียนรู้การปรับพฤติกรรมการบริโภค เพื่อลดภาวะอ้วนในสถานศึกษาและสรุปบทเรียน เพื่อการขับเคลื่อนชุมชนอาหารปลอดภัยและขยายการทำงานของพื้นที่จังหวัดพะเยา เมื่อเดือนมีนาคม 2564 ว่า “โรคอ้วน” ที่เกิดขึ้นในวัยเด็กได้กลายเป็นปัญหาสาธารณสุขระดับชาติ ส่งผลต่อสุขภาพกายไปจนถึงสุขภาพจิตจนทำให้เด็กขาดความมั่นใจในตัวเองและกลายเป็นโรคซึมเศร้า โดยเด็กอ้วนมีจำนวนเพิ่มขึ้น 2-3 เท่าตัวนับจากทศวรรษ 1980[7] ซึ่งแพทย์ผู้เชี่ยวชาญได้วิเคราะห์ว่าโรคอ้วนในเด็กและเยาวชนยังมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นในทุกปี และปัญหาสุขภาพที่มักเกิดขึ้นกับเด็กที่มีโรคอ้วนมากที่สุดมีอยู่ 5 อย่าง คือ ปัญหาหัวใจและหลอดเลือด ปัญหาระบบหายใจ ซึ่งมีผลต่อความสามารถในการเรียนรู้ของเด็ก ปัญหานิ่วในถุงน้ำดี ปัญหาที่ให้เกิดโรคเรื้อรัง เช่น โรคไต โรคมะเร็งตับอ่อน เป็นต้น[8]



**“โรคอ้วน” ที่เกิดขึ้นในวัยเด็ก ได้กลายเป็นปัญหาสาธารณสุขระดับชาติ ส่งผลต่อสุขภาพกายไปจนถึงสุขภาพจิต จนทำให้เด็กขาดความมั่นใจในตัวเอง และกลายเป็นโรคซึมเศร้า โดยเด็กอ้วน มีจำนวนเพิ่มขึ้น 2-3 เท่าตัว นับจากทศวรรษ 1980**

และเนื่องจากพฤติกรรมการบริโภคของเด็กไทยก็มีนิสัย “ติดหวาน” จึงมักชอบกิน ขนมขบเคี้ยว น้ำอัดลม ชาเขียว เครื่องดื่มที่มีปริมาณน้ำตาลมาก ยิ่งในยุคนี้ ด้วยสภาพสังคมที่เร่งรีบ ผู้ปกครองอาจต้องให้เด็กกินอาหารนอกบ้าน พวกเขาจึงมีความเสี่ยงจากการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด อย่างเช่น ไก่ทอด แฮมเบอเกอร์ เฟรนฟรายด์ ยิ่งขึ้นไปอีก หรือรับประทานอาหารตามร้านขายอาหารที่มีปริมาณน้ำมัน แคลอรีสูงเป็นประจำ เช่น ข้าวผัด ข้าวมันไก่ รวมถึงอาหารกล่องตามร้านสะดวกซื้อและบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป รวมทั้งผลไม้ที่นิยมรับประทานยังเป็นผลที่เสี่ยงต่อสารเคมีตกค้าง เช่น องุ่น และแอปเปิ้ล เป็นต้น

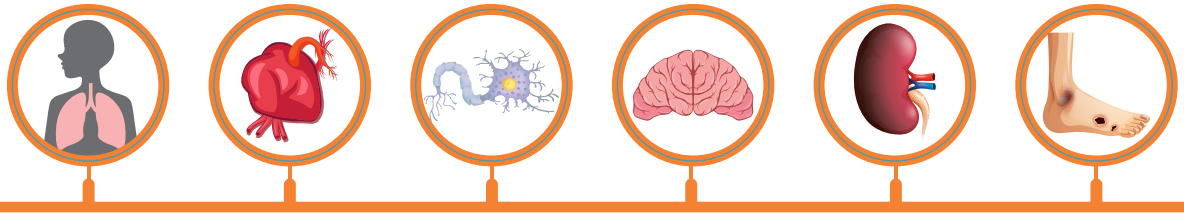
**นมที่มีประโยชน์ ควรมีแคลเซียม 30% หรือมากกว่า ผู้ปกครองควรเลือกนมจืดให้เด็กรับประทานแทนนมหวาน นมช็อกโกแลต นมสตรอว์เบอร์รี นมเปรี้ยว ซึ่งแม้จะมีรสชาติอร่อย แต่มีคุณค่าน้อยกว่านมจืดธรรมดา**

ไม่เพียงเท่านั้น นอกจากอาหารแล้ว เด็กๆ ในวัยเจริญเติบโตยังต้องการสารอาหารจากนมค่อนข้างมาก นมที่เด็กๆ ดื่มจึงต้องไม่ทำให้เด็กเป็นโรคอ้วน ในการเลือกผลิตภัณฑ์นม ผู้ปกครองควรดูที่ส่วนประกอบข้างกล่องหรือกระป๋องว่า ประกอบด้วยอะไรบ้าง คิดเป็นร้อยละเท่าไหร่ และควรหลีกเลี่ยงผลิตภัณฑ์ที่มีไขมันเกลือและน้ำตาลปริมาณมาก เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นสาเหตุทำให้เกิดอ้วนได้ ซึ่งโดยหลักการแล้วควรดูที่ฉลากข้างกล่องว่า มีแคลเซียมปริมาณเท่าใด บางชนิดในกล่องมีแคลเซียม 25% บางชนิดมี 35% นมที่มีประโยชน์ควรมีแคลเซียม 30% หรือมากกว่า ผู้ปกครองควรเลือกนมจืดให้เด็กรับประทานแทนนมหวาน นมช็อกโกแลต นมสตรอว์เบอร์รี นมเปรี้ยว ซึ่งแม้จะมีรสชาติอร่อย แต่มีคุณค่าน้อยกว่านมจืดธรรมดา นอกจากนี้ในอนาคตอันใกล้ กระทรวงสาธารณสุขอาจประกาศให้นมเปรี้ยวเป็นนมที่สตรีมีครรภ์และเด็กควรดื่มในปริมาณที่เหมาะสมและด้วยความระมัดระวัง ทั้งนี้ เราคงต้องติดตามประกาศอย่างเป็นทางการของกระทรวงสาธารณสุขต่อไป

หากยังคงปล่อยให้บุตรหลานรับประทานได้แบบ “ตามใจปาก” พวกเขาย่อมมีความเสี่ยงต่ออาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับระบบการทำงานของร่างกายและจิตใจจากการเป็นโรคอ้วนได้ ดังนี้[2]

- **ระบบทางเดินหายใจ** เด็กอ้วนอาจเกิดภาวะนอนกรน หยุดหายใจขณะหลับ จากภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น ทำให้สมองขาดออกซิเจน การเรียนแย่ลง หากไม่ได้รับการรักษา จะเกิดความดันเลือดในปอดสูง นำมาซึ่งภาวะหัวใจล้มเหลว
- **ระบบหัวใจและหลอดเลือด** เกิดความดันในเลือดสูงขึ้นกว่าปกติ มีผลทำให้หลอดเลือดแดงมีผนังหนาและอุดตัน ทำให้กล้ามเนื้อ หัวใจขาดเลือดได้
- **ระบบต่อมไร้ท่อ** เกิดเบาหวานชนิดที่สอง ไขมันในเลือดสูง กลุ่มอาการเมตาบอลิก นอกจากนี้ในเด็กหญิงก่อนเข้าวัยรุ่นอาจมีภาวะเป็นสาวก่อนวัย หลังเข้าวัยรุ่นอาจมีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ มีสิว ขนดก หนวดขึ้น ซึ่งเกิดจากกลุ่มอาการถุงน้ำจำนวนมากในรังไข่หรือที่เรียกว่า Polycystic ovary syndrome (PCOS)
- **ระบบความนึกคิด** ทำให้เด็กขาดความมั่นใจถูกเพื่อนล้อ และอาจมีอาการซึมเศร้าได้
- **ระบบทางเดินอาหารและตับ** ทำให้เกิดภาวะไขมันพอกตับ และตับอักเสบได้
- **ระบบกระดูกและข้อ** น้ำหนักมากทำให้เกิดแรงกดที่เซลล์กระดูกอ่อนในข้อเข่ามากขึ้น ทำให้ไม่สามารถเจริญเติบโตได้ จึงเกิดอาการขาโก่ง เด็กมักมีอาการปวดเข่า เข่าไม่มั่นคง และอาจเกิดกระดูกสะโพกเคลื่อนได้ด้วย

*ที่มา : เว็บไซต์ รพ.สินแพทย์*



## ป้องกันก่อนสาย

# สสส. เดินหน้า โครงการ “อย่าปล่อยให้เด็กอ้วน” รณรงค์ลดหวาน มัน เค็ม สร้างเกราะป้องกันเยาวชนไทยห่างไกลโรคอ้วน






“อย่าปล่อยให้เด็กอ้วน” คือ อีกหนึ่งโครงการที่แสดงถึงความตั้งใจในการมีส่วนร่วมสร้างเกราะป้องกัน เยาวชนไทย ให้อยู่ห่างไกลจากโรคอ้วนของ สสส.[10] โดยโครงการนี้เกิดขึ้นจากความร่วมมือของหลายหน่วยงานพันธมิตร ได้แก่ แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.) ร่วมกับ สำนักการศึกษากรุงเทพมหานคร, สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, สำนักงานบริหารแผนงานอาหารและโภชนาการ, เครือข่ายเด็กไทยไม่กินหวาน, เครือข่ายคนไทยไร้พุง และเครือข่ายลดบริโภคเค็ม

โดยในปี 2565 ที่ผ่านมา ทาง สำนักการศึกษา กรุงเทพมหานคร ภาคีเครือข่ายสำคัญที่ร่วมจัดกิจกรรมรณรงค์โครงการอย่าปล่อยให้เด็กอ้วน The New normal ลดหวาน มัน เค็ม เพิ่มผัก และผลไม้ ปี 4 ได้เน้นย้ำถึงความสำคัญของโรคอ้วนในเด็กที่นำสู่การทำงานเชิงรุก ยกระดับมาตรฐานโภชนาการดีมีคุณภาพ ภายใต้โรงเรียนในสังกัดทั้งสิ้น 437 แห่ง ผ่านนโยบายที่ทำให้โรงเรียนเป็นแหล่งโภชนาการที่มีคุณภาพกับเด็กและเยาวชน ทั้งมื้อเช้าและมื้อกลางวัน โดย กทม. ได้ปรับเปลี่ยนหลักการจัดโภชนาการในโรงเรียนโดยคำนึงถึง 3 เรื่องสำคัญ คือ

1. เน้นคุณภาพอาหารโภชนาการ ครบ 5 หมู่
2. คุณภาพอาหารเช้า/กลางวัน ให้โรงเรียนดำเนินการตามระบบ Thai School Lunch for BMA
3. จัดให้ในแต่มื้อได้รับอาหารที่มีประโยชน์ สะอาด ถูกหลักโภชนาการ ประกอบด้วยผักผลไม้ และลดหวาน มัน เค็ม และมีปริมาณเพียงพอ




*ภาพ : คู่มือดำเนินงานโครงการ “อย่าปล่อยให้เด็กอ้วน (New Normal)” โดยแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส.*




*ภาพ : วันที่ 18 ธ.ค.2565*
*นายศานนท์ หวังสร้างบุญ*
*รองผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร*
*ร่วมเปิดโครงการอย่าปล่อย*
*ให้เด็กอ้วน The New normal*
*ลดหวาน มัน เค็ม เพิ่มผัก*
*และผลไม้ ปี 4*
*ณ Lido Connect*

ทั้งนี้ ทั้ง 3 เป้าหมายที่กำหนดขึ้น ก็เพื่อทำให้เด็กมีโภชนาการที่ดี โดย กทม. ได้ผลักดัน ให้โรงเรียนเป็นตัวกลางแจกจ่ายอาหารให้กับนักเรียนและชุมชน เพื่อไม่ผลักภาระการดูแลเด็กนักเรียนกับผู้ปกครองเพียงฝ่ายเดียว และจะร่วมกับภาคเอกชนและภาคประชาสังคมออกแบบเมนูอาหารสร้างสรรค์ ที่นักเรียนสามารถเลือกอาหารที่ต้องการได้ แต่ต้องคำนึงถึงคุณค่าทางอาหารครบถ้วนตามหลักโภชนาการ และจัดทำอาหารที่สอดคล้องกับความต้องการของกลุ่มคน บริบท และสิ่งแวดล้อมตามโรงเรียนแต่ละพื้นที่





ดังนั้น หากวิเคราะห์รอบด้านแล้ว ภาวะเด็กอ้วนและโรคอ้วนที่คุกคามเยาวชนของชาติอยู่ในขณะนี้นั้น สามารถป้องกันและบรรเทาได้ก็ด้วยความร่วมมือของทุกฝ่าย ทุกภาคส่วน ที่ต้องตระหนักและมุ่งมั่นร่วมมือกันเพื่อหาทางออก โดยหนึ่งในงานต้นแบบที่ สสส. และภาคีเครือข่ายหวังให้เกิดการนำไปปรับใช้ได้จริงอย่างกว้างขวางคือ โครงการ “อย่าปล่อยให้เด็กอ้วน” ยิ่งไปกว่านั้น ทุกภาคส่วนควรเน้นให้ความรู้ในทุกมิติกับเด็ก ผู้ปกครอง อย่างต่อเนื่อง ซึ่งวิธีการทำให้เยาวชนเข้าถึงความรู้ที่ถูกต้องนี้อาจอาศัยช่องทางการสื่อสารที่โดนใจเยาวชนในยุคดิจิทัลในรูปแบบที่แปลกใหม่ สร้างสรรค์ หากถ้าทำได้เช่นนี้ ความหวังที่เป็นเหมือนแสงสว่างจะเริ่มเด่นชัดขึ้น ภาพของมีสังคมเด็กไทยมีสุขภาวะที่ดี เติบโตอย่างสมวัยจึงเกิดขึ้นได้จริง

# อ้างอิง


(1) **“เด็กทั่วโลกอ้วนลงพุงสูงถึง340ล้านคน เด็กไทยติดอันดับ 2 กลุ่มอาเซียน”**, ไทยโพสต์, สืบค้นเมื่อ 25 กันยายน 2566, จาก https://www.thaipost.net/public-relations-news/225147/

(2) **“กรมอนามัยจับมือภาคี ดันกฎหมายควบคุมการตลาดอาหารเครื่องดื่มฯ ยุติโรคอ้วนในเด็ก”,** ไทยรัฐออนไลน์, สืบค้นเมื่อ 26 กันยายน 2566, จาก https://www.thairath.co.th/news/local/2697738

(3) **“เด็กไทยอ้วนติดอันดับ3 ในอาเซียน สถิติเด็กอายุ 0-5 ปีอ้วนพุ่ง”**, tnnthailand.com, สืบค้นเมื่อ 25 กันยายน 2566, จาก https://www.tnnthailand.com/news/social/140385/

(4) **“อย.เตือนอย่าซื้อ "ขนมโรลออน" ลอบนำเข้า เสี่ยงอันตราย”**, ไทยพีบีเอส, สืบค้นเมื่อ 26 กันยายน 2566, จาก https://www.thaipbs.or.th/news/content/331992

(5) **“Use Case Campaign Monitoring ติดตามชานมไข่มุก 3IN1 ใน Social listening #sociallistening #wisesight”** Anantachai Ittiworapong, Youtube Channel, สืบค้นเมื่อ 27 กันยายน 2566, จาก https://www.youtube.com/watch?v=TC9iAQhob_Q

(6) **“ห่วงเด็กไทยอ้วนอันดับ 3 ในอาเซียน สธ. เร่งยกร่าง พ.ร.บ. จำกัดโฆษณาขนมในกลุ่มเด็ก”,** Thaihealth.com, สืบค้นเมื่อ 27 กันยายน 2566, จาก https://www.thaihealth.or.th/ห่วงเด็กไทยอ้วนอันดับ-3/

(7) **“โรคอ้วนในเด็ก”,** Bamrungrad International Hospital, สืบค้นเมื่อ 27 กันยายน 2566, จาก https://www.bumrungrad.com/th/health-blog/August-2017/child-obesity

(8) **“โรคอ้วนในเด็ก ภัยสุขภาพที่ป้องกันได้”**, Thaihealth.com, สืบค้นเมื่อ 27 กันยายน 2566, จาก https://www.thaihealth.or.th/โรคอ้วนในเด็ก-ภัยสุขภาพ/

(9) **“โรคอ้วนในเด็กผลเสียรอบด้าน”**, โรงพยาบาลสินแพทย์, สืบค้นเมื่อ 27 กันยายน 2566, จาก https://www.synphaet.co.th/โรคอ้วนในเด็กผลเสียรอบ/

(10) **“เดินหน้าโครงการ “อย่าปล่อยให้เด็กอ้วน” รณรงค์ลดหวาน มัน เค็ม ป้องกันอาหารและเครื่องดื่ม ส่งผลกระทบต่อสุขภาพเด็ก”**, Thaihealth.com, สืบค้นเมื่อ 27 กันยายน 2566, จาก https://www.thaihealth.or.th/เดินหน้าโครงการ-อย่าปล/

03

# เยาวชนไทยบนโลกแห่งการพนันไร้พรมแดน





วันรุ่นคือวัยอยากรู้อยากลอง ไม่แปลกที่วัยนี้ จะเดินทางไปสู่เส้นทางแห่งอบายมุข หนึ่งในนั้นคือเส้นทางของการพนัน ที่ปัจจุบันแผ่ขยายไร้พรมแดนไปสู่เยาวชนของไทย ด้วยโลกที่เปลี่ยนแปลงไปจากเทคโนโลยี ทำให้การพนันมีแพลตฟอร์มออนไลน์ ที่สามารถเชิญชวนเยาวชนให้เข้าไปเล่นได้ตลอด 24 ชั่วโมง คล้ายติดกับดักจนถอนตัวไม่ขึ้น และนำไปสู่ปัญหาที่เป็นวาระใหม่ให้ต้องแก้ไข เพราะเยาวชนคือกำลังของชาติ หากเยาวชนหลงเดินทางผิดสู่อบายมุข ก็เท่ากับประเทศชาติกำลังสูญเสียกำลังขับเคลื่อนไปข้างหน้า

## ยอดนักพนันหน้าใหม่พุ่ง อะไรคือสาเหตุ

ในอดีตภาพจำของเราเกี่ยวกับนักพนันนั้นมักเป็นผู้ใหญ่ที่อยากเสี่ยงโชคหรือหวังรวยทางลัด และผู้สูงอายุที่เล่นพนันในยามว่าง ทว่าปัจจุบันนักพนันหน้าใหม่กลับเป็นเยาวชนมากขึ้น ผลการศึกษาจากศูนย์ศึกษาปัญหาการพนัน คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย[1] ระบุว่า ในปี 2566 มีผู้เล่นพนันที่เป็น “คนรุ่นใหม่” หลงเข้าสู่วงการเล่นพนันออนไลน์ถึง 3 ล้านคน

ขณะที่ **รศ.ดร.นวลน้อย ตรีรัตน์** ผู้อำนวยการศูนย์ศึกษาปัญหาการพนัน เปิดเผยตัวเลขที่น่าสนใจจากการเก็บข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างอายุ 15-25 ปี พบว่า ในช่วง 2-3 ปีหลัง มีนักพนันหน้าใหม่เข้าสู่การพนันออนไลน์มากขึ้น โดยร้อยละ 88 เห็นโฆษณาชวนให้เล่นพนันผ่านโซเชียลมีเดีย เกือบครึ่งหนึ่งเห็นแล้วอยากลองเล่น ร้อยละ 14 จึงตัดสินใจลองเล่น และมีอีกส่วนที่แชร์และบอกต่อ โดยสาเหตุหลักมาจาก 3 ปัจจัย ได้แก่

- **สถานการณ์หลังโควิด-19** ส่งผลกระทบให้บ่อนแบบดั้งเดิมถูกปิด ทำให้กลุ่มผู้เล่นพนันต่างพากันเคลื่อนย้ายหันหน้าเข้าหาการพนันออนไลน์มากยิ่งขึ้น ซึ่งช่องทางออนไลน์นั้นเป็นช่องทางที่เยาวชนไทยใช้เป็นประจำทุกวัน
- **การโฆษณาออนไลน์** เพราะการแข่งขันที่สูงขึ้นและความเข้มแข็งของการตลาดและโฆษณาสำหรับบริการการพนันออนไลน์ อาจมีผลสร้างแรงจูงใจต่อผู้คนให้ติดการพนัน
- **คนดังชักชวนผ่านสื่อโซเชียล** หรือที่เรียกว่าอินฟลูเอนเซอร์ (Influencers) โดยถูกจ้างจากเว็บพนันให้รีวิวเว็บไซต์พนัน ซึ่งเป็นวิธีที่ดึงดูดผู้เล่นหน้าใหม่เข้ามา หรือแม้กระทั่งคนที่เล่นพนันอยู่แล้ว ก็จะยิ่งมั่นใจที่จะเล่นพนันต่อไป เพราะได้รับการยืนยันจากคนที่มีชื่อเสียง



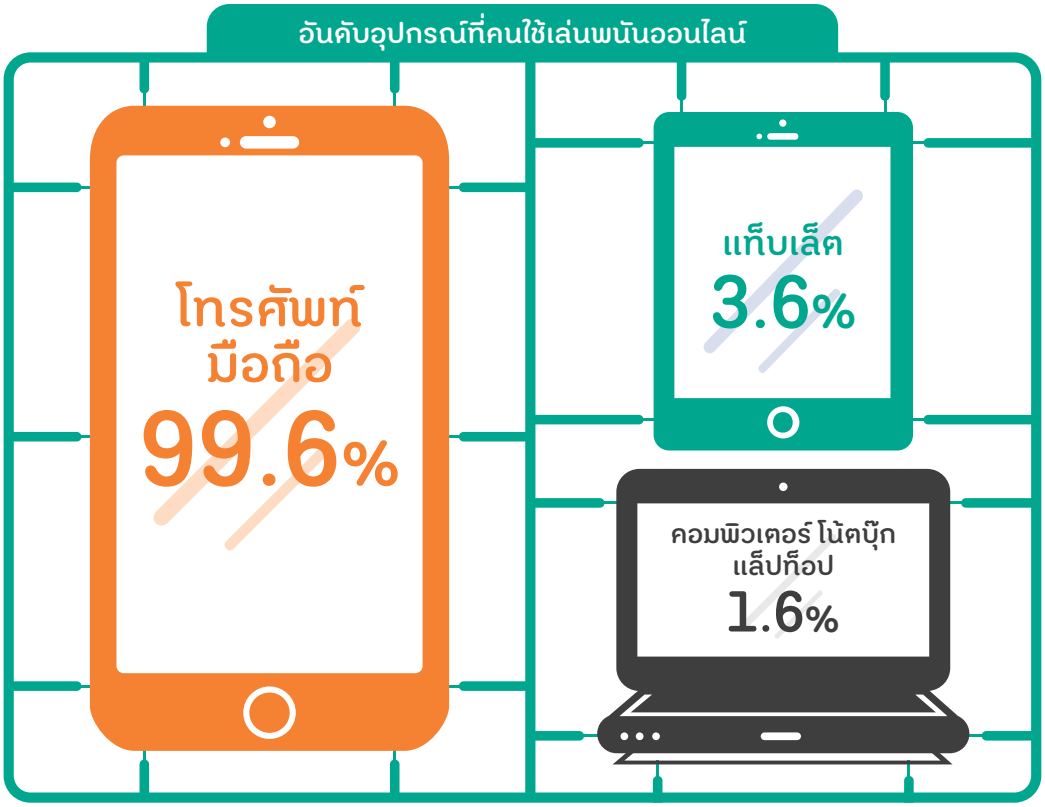

ทั้งนี้ปัจจัยคนดังชักชวนผ่านสื่อโซเชียลกำลังเป็นที่นิยมในหมู่เจ้าของเว็บพนัน ซึ่งข้อมูลที่ได้มาจากเลขาธิการมูลนิธิรณรงค์หยุดพนัน[2] **นายธนากร คมกฤส** ก็ยืนยันได้เป็นอย่างดี เพราะปัจจุบันเว็บพนันมักทำการตลาดโดยใช้อินฟลูเอนเซอร์โฆษณาชักชวนให้คนเล่นการพนัน โดยเฉพาะวัยรุ่น ซึ่งเป็นกลุ่มที่อินฟลูเอ็นเซอร์มีอิทธิพลต่อความเชื่อ ความคิด

เมื่อการใช้การตลาดคนดังออนไลน์เช่นนี้กำลังแพร่หลายในเว็บไซต์การพนัน ทำให้หลายคนเข้าใจผิดหรือมองเป็นเรื่องปกติในการทำการตลาด เรื่องนี้เจ้าหน้าที่รัฐจึงกวดขันอย่างเข้มงวด เพื่อไม่ให้เกิดความเข้าใจผิดกันไปมาก ดังที่เราจะเห็นได้จากข่าวคราวการจับกุมอินฟลูเอ็นเซอร์ที่มีให้เห็นมาโดยตลอด ตามที่เป็นข่าวดัง เช่น ออย รอยจูบ หรือ นางสาวปภาวี หนึ่งในอินฟลูเอนเซอร์ที่รับงานโฆษณาเว็บพนันออนไลน์ ที่ไม่เคยรู้มาก่อนว่าผิดกฎหมาย จึงรับงานรีวิวมาในราคา 4,500 บาท ซึ่งเมื่อถูกจับกุมและรู้ถึงผลเสียก็ได้ฝากเตือนประชาชนและเยาวชนว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดี ไม่ควรเอาเยี่ยงอย่าง

# โทรศัพท์มือถือช่องทางเล่นพนันมากที่สุด “เกมสล็อต” ครองแชมป์ยอดนิยม




ศูนย์ศึกษาการพนันรายงานตัวเลขที่น่าสนใจว่า นับตั้งแต่ปี 2562 จนถึงปี 2565 พบวงเงินหมุนเวียนในตลาดพนันบ่อนออนไลน์ถึงแสนล้านบาท (107,078)[3] และเล่นพนันออนไลน์ประมาณล้านกว่าคน (1.947) ด้วยเหตุผลคือ สะดวก ง่าย เล่นได้ทุกที่ ทุกเวลา




การพนันออนไลน์ที่ได้รับความนิยมสูงสุดจากการศึกษาของ **นายณัฐกร วิทิตานนท์** อาจารย์ประจำคณะรัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ นักวิจัยศูนย์ศึกษาปัญหาการพนัน คือ เกมสล็อต โดยนายณัฐกรให้สัมภาษณ์ว่า

“การพนันออนไลน์มีหลายประเภทให้เลือก แต่ที่ได้รับความนิยมค่อนข้างสูง คือ เกมสล็อต เพราะเล่นง่าย เข้าถึงได้ทุกกลุ่มช่วงวัย ปัจจุบันมีหลายเจ้า ทำให้มีการแข่งขันสูง จึงมักมีการจัดโปรโมชัน การแนะนำผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์ เพื่อชักชวนให้ผู้เล่นเข้าสู่วังวนของการเดิมพัน”



โดยเทคนิคเพื่อดึงดูดให้ผู้คนติดกับดักพนันการเล่นเกมสล็อตออนไลน์ก็คือการใช้ซอฟแวร์ที่ออกแบบขึ้นเอง เนื่องจากการเล่นพนันออนไลน์เป็นการเล่นบนซอฟต์แวร์ ถึงแม้จะดูเหมือนว่ามีคนมายืนแจกไพ่ถ่ายทอดสดให้เราเห็นจริงๆ เขาก็มีเทคนิค ภาพที่เราเห็นอาจจะเป็นภาพที่ฉายเวียนซ้ำแล้วซ้ำเล่า อาจจะไม่ใช่ภาพเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นตามเวลาจริง

ข้อมูลที่ณัฐกรได้จากการสัมภาษณ์โปรแกรมเมอร์ที่ทำเว็บพนันออนไลน์ยังทำให้ได้ข้อมูลเชิงลึกอีกว่า ซอฟต์แวร์จะถูกออกแบบเพื่อกำหนดค่าให้ช่วงของผู้เล่นเข้ามาใหม่มีโอกาสชนะมากกว่าเจ้ามือ ยกตัวอย่าง 70 ต่อ 30 เพื่อให้รู้สึกว่า เล่นแล้วได้ หลังจากนั้นระบบจะเรียนรู้และเปลี่ยนค่าเป็น 50 ต่อ 50 หรืออาจจะเพิ่มโอกาสให้เจ้ามือเป็นฝ่ายได้มากกว่าผู้เล่น เป็น 70[4] ต่อ 30 ซึ่งค่าเหล่านี้โปรแกรมเมอร์เว็บพนันออนไลน์ยืนยันว่าล็อกค่าได้!

เขายังให้ข้อมูลทิ้งท้ายอีกว่า จากการพูดคุยกับผู้ที่ติดการพนันพบว่า เจ้ามือจะมีเทคนิคมากมายที่ทำให้นักพนันเสียเปรียบ ซึ่งถือเป็นกลยุทธ์ในการหาเงินจากคนที่เป็นนักพนัน การที่ผู้เล่นจะเป็นฝ่ายชนะแทบจะมองไม่เห็นเลยสำหรับพนันออนไลน์



## เมื่อพนันออนไลน์เข้าถึงง่าย เด็กไทย คือผู้ได้รับผลกระทบ

จากปัจจัยต่างๆ ข้างต้น ทำให้การเข้าถึงพนันออนไลน์นั้นเป็นไปได้ง่าย โดยเฉพาะกับเยาวชนที่ใช้ช่องทางออนไลน์เป็นประจำ และมักถูกชักจูงได้ง่าย จากการเก็บข้อมูลของ **ผศ.ดร.ไพฑูรย์ สอนทน** อาจารย์ประจำคณะวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี ม.ราชภัฏเพชรบูรณ์ พบว่าเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จากโรงเรียน 4 แห่งในจังหวัดเพชรบูรณ์จำนวน 3,744 คน เริ่มเล่นพนัน 14.7 % หรือห้าร้อยกว่าคน และส่วนใหญ่มองว่าการพนันเป็นสิ่งไม่อันตราย

การที่เด็กส่วนหนึ่งมองว่าการพนันไม่ใช่เรื่องอันตรายร้ายแรงนี้สอดคล้องกับผลสำรวจของ**นายอุบล สวัสดิ์ผล**[5] นักวิชาการอิสระที่สะท้อนมุมมองด้านการพนันของเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตพื้นที่ชายแดนไทย-กัมพูชาว่าเมื่อเด็กอยู่ใกล้ชิดกับแหล่งที่มีการเล่นพนัน เด็กก็มองเห็นว่าการพนันเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ผู้คนในชุมชนต่างก็มีส่วนร่วม ทั้งยังสอดคล้องกับอีกผลสำรวจในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนจำนวน 400 คน ช่วงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2565 - เดือนมีนาคม พ.ศ. 2566 ที่ระบุว่าเด็กนักศึกษาที่คุ้นชินกับสื่อโฆษณาพนันออนไลน์จะไม่คิดว่าเป็นเรื่องหลอกลวงหรือร้ายแรงแต่อย่างใด

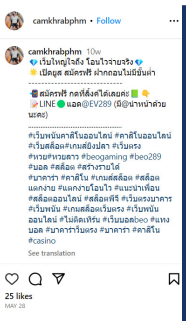
ผลสำรวจเหล่านี้ทำให้เราพออนุมานได้ว่าเยาวชนไทยตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษาจนถึงระดับอุดมศึกษามีทัศนคติว่าการพนันไม่ใช่สิ่งอันตรายหรือเป็นปัญหารุนแรงแต่อย่างใด พวกเขามีแนวโน้มไม่ออกห่างหรือหลีกเลี่ยงต่อปัจจัยเสี่ยงดังกล่าว จนถึงขั้นพาตนเองเข้าไปยุ่งเกี่ยวจากความอยากรู้อยากลอง นำมาซึ่งผลกระทบที่เกิดขึ้นเมื่อเด็กติดการพนัน หรือเคยติดแต่ต้องการเลิกแต่ยังเลิกไม่ได้เด็ดขาดจะกลายเป็นคนที่สูญเสียความมั่นใจ และเมื่อครอบครัวรู้จะเกิดความขัดแย้งกับครอบครัว ทะเลาะเบาะแว้ง และอาจนำไปสู่พฤติกรรมที่เลวร้าย เช่น ขโมยเงินคนรอบตัวเพื่อเล่นพนัน กู้ยืมเงิน ไม่มีสมาธิเรียน ผลการเรียนตกต่ำ เกิดความเครียด อาจถึงขั้นหันไปพึ่งพาอบายมุขอื่นๆ เช่น เหล้า บุหรี่ กัญชา หรืออื่นๆ[6]

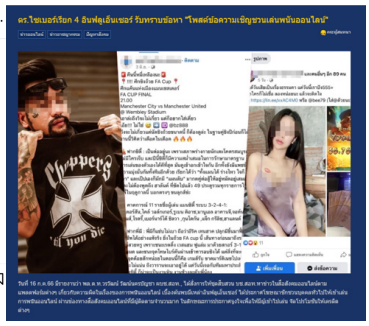
**เมื่อเด็กอยู่ใกล้ชิดกับแหล่งที่มีการเล่นพนัน เด็กก็มองเห็นว่าการพนันเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ผู้คนในชุมชนต่างก็มีส่วนร่วม**

# Social Trend สะท้อนความกังวลต่อพนันออนไลน์

ข้อมูล Social Media จาก Wisesight ที่รวบรวมการพูดถึงประเด็นปัญหาการพนันออนไลน์โดยเก็บข้อมูลระหว่างเดือนพฤษภาคม-สิงหาคม 2566 ในสื่อออนไลน์หลักที่คนไทยใช้ ไม่ว่าจะเป็นเฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ (X) อินสตาแกรม ติ๊กต็อก ยูทูป และพันทิป พบว่ามีจำนวนมากถึง 22,253 ข้อความ โดยเฉพาะช่องทางเฟซบุ๊กและทวิตเตอร์ (X) ที่มีการโฆษณาเว็บพนันออนไลน์อย่างโจ่งแจ้ง รวมถึงเหล่าไอดอล อินฟลูเอนเซอร์ดังวัยรุ่นที่ทำคอนเทนท์ชักชวนให้เยาวชนไทยเล่นพนันออนไลน์ผ่านสื่อโซเชียล เหล่านี้แสดงให้เห็นว่าการพนันออนไลน์เข้าถึงง่ายกว่าที่เราคิด

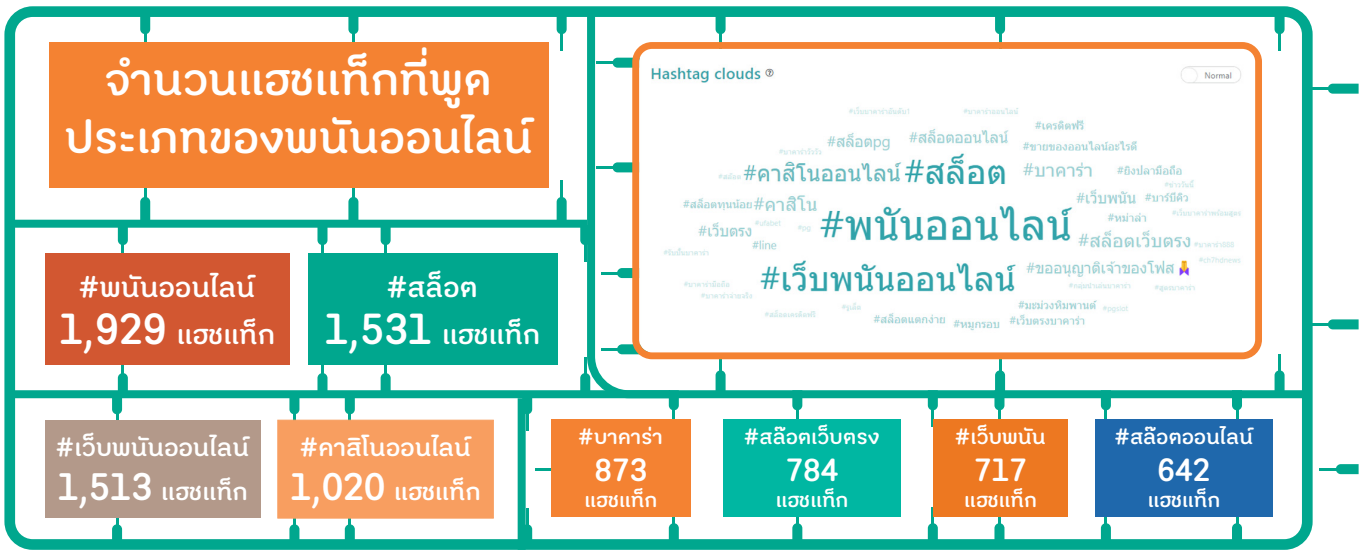


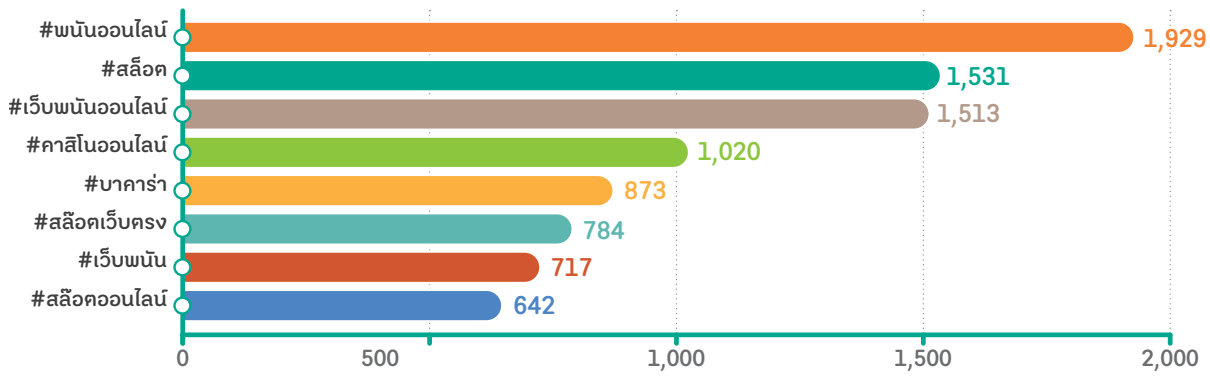






เมื่อดูจากจำนวนแฮชแท็กในโลกออนไลน์พบว่าแฮชแท็ก #พนันออนไลน์ มีมากที่สุด รองลงมาคือ #สล็อต จะเห็นได้ว่าประเภทของสล็อตออนไลน์มีการโฆษณาอย่างโจ้งแจ้งและพยายามที่จะเชิญชวนให้คนในโลกออนไลน์เข้าไปเล่น



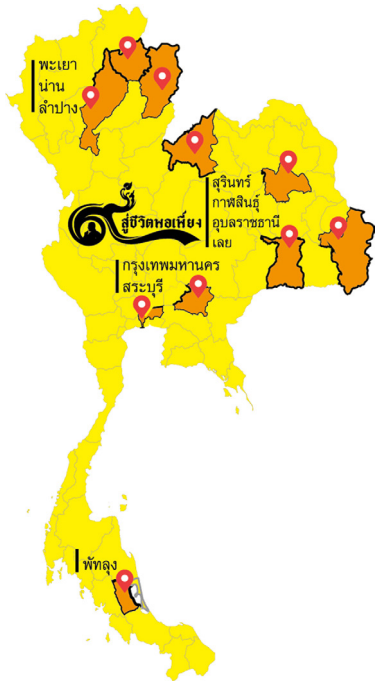
# รณรงค์หยุดพนันในพื้นที่ชุมชน สร้างภูมิคุ้มกันแก่เยาวชน โดยไม่เพิ่มพื้นที่การพนัน




เมื่อการพนันรุกคืบเข้าใกล้ผ่านช่องทางโซเชียลจนเกิดผู้เล่นพนันหน้าใหม่ในอัตราที่สูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ยิ่งไปกว่านั้น เยาวชนที่เติบโตมาพร้อมกับการท่องโลกออนไลน์ยังถูกชักจูงเข้าสู่วังวนของการพนันได้ง่าย การแก้ไขจึงอาจไม่ทันการณ์ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จึงร่วมกับมูลนิธิรณรงค์หยุดพนัน และภาคีภาคประชาชน 9 จังหวัด ดำเนินโครงการ “๙ สู่ชีวิตพอเพียง” หยุดเลี่ยงพนันมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2560 เพื่อเน้นสร้างภูมิคุ้มกันและสภาพแวดล้อมที่ปกป้องเด็กและเยาวชนโดยไม่เพิ่มพื้นที่การพนัน และเพื่อรณรงค์ส่งเสริมให้ประชาชนดำเนินชีวิตตามแนวทางของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ถวายเป็นปฏิบัติบูชาต่อพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชบรมนาถบพิตร โดยอาศัยแนวทางนี้รณรงค์ให้ลดละเลิกการพนัน

สสส. และมูลนิธิรณรงค์หยุดพนันได้ดำเนินโครงการในกลุ่มเป้าหมายพื้นที่ชุมชน 9 จังหวัด ได้แก่ ลำปาง น่าน พะเยา กาฬสินธุ์ สุรินทร์ อุบลราชธานี เลย สระบุรี และพัทลุง เพื่อสร้างความตระหนักรู้ต่อปัญหาการพนัน

**นางสาวรุ่งอรุณ ลิ้มพหะภัณ**[7] ซึ่งดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการอาวุโส สำนักสนับสนุนการควบคุมปัจจัยเสี่ยงหลัก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ให้ข้อมูลว่า ปัญหาการพนันนั้นเข้าถึงทุกครอบครัว ทาง สสส. จึงพยายามเสริมศักยภาพให้ชุมชนเข้าใจ และรู้เท่าทันการพนัน เพื่อให้ชุมชนมีกลไกปกป้องครอบครัว ดึงผู้ที่เคยประสบปัญหาพนันโดยเฉพาะหวย กลับใจ ลด ละ เลิก และลุกขึ้นมาเป็นแกนนำเพื่อยืนยันความสำเร็จการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยนำเอาแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาปรับใช้ทำให้ชุมชนเข้าใจเข้าถึงได้อย่างดีด้วยการใช้ชีวิตแบบพอเพียง




โดยกลุ่มเป้าหมายพื้นที่ทั้ง 9 จังหวัด ประสบผลสำเร็จได้จากการทำงานร่วมกันคิด ร่วมกันทำของชุมชน โรงเรียน ผู้สูงวัย เด็กและเยาวชน ขณะเดียวกันยังได้ร่วมผลักดันให้มีการปรับปรุงกฎหมาย นโยบาย มาตรการหรือกลไกกำกับควบคุมการพนันและลดผลกระทบจากการพนันระดับพื้นที่ รวมถึงการสร้างแกนนำคนเลิกพนัน เพื่อพัฒนาศักยภาพให้เป็นแกนนำนักรณรงค์จนเกิดเป็นเครือข่ายเฝ้าระวังและสื่อสารสร้างความรู้เท่าทันการพนัน

จากกรณีศึกษาเมื่อปีที่ผ่านมา ณ โรงเรียนบ้านหนองคูน้อย อำเภอท่าตูม จังหวัดสุรินทร์ ชุมชนได้มีการสร้างการเรียนรู้ผ่านการแสดงละคร “คนเล่นหวย” และ “คนทรงเจ้า” โดยทีมเยาวชนรณรงค์หยุดพนันของชุมชน และการสร้างกระบวนการเปิดใจอดีตเจ้ามือหวยที่กลับตัวกลับใจหันมาทำอาชีพสุจริต “เปลี่ยนเงินหวยให้เป็นเงินออม” เพื่อรณรงค์และส่งเสริมการดำเนินชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ถวายเป็นปฏิบัติบูชาต่อพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชบรมนาถบพิตร โดยพื้นที่ จ.สุรินทร์ หวยนับว่าเป็นตัวนำ ทั้งหวยใต้ดินและสลากกินแบ่งรัฐบาล ซึ่งชุมชนท้องถิ่นหวยใต้ดิน เป็นการพนันที่มีอิทธิพลสูงมาก หากทำให้ชาวบ้านเรียนรู้ผ่านเรื่องผลกระทบจากการเล่นหวยได้ เชื่อว่าก็จะสามารถปลูกฝังความตระหนักรู้ของการพนันชนิดอื่นได้ไม่ต่างกัน[8]

นอกจากนี้ทางโครงการยังร่วมผลักดันให้มีการปรับปรุงกฎหมาย นโยบาย มาตรการหรือกลไกกำกับควบคุมการพนันและลดผลกระทบจากการพนันทั้งระดับชาติและระดับพื้นที่ และยังคงมุ่งมั่นสร้างแกนนำคนเลิกพนัน เพื่อพัฒนาศักยภาพให้เป็นแกนนำนักรณรงค์จนเกิดเป็นเครือข่ายเฝ้าระวังและสื่อสารสร้างความรู้เท่าทันการพนันด้วย

แม้จะเป็นโครงการนำร่องที่ริเริ่มในพื้นที่ 9 จังหวัดในแต่ละชุมชน แต่เชื่อเหลือเกินว่าพลังของ สสส. และหน่วยภาคีทั้งหลายที่จับมือกันมั่นจะช่วยผลักดัน และปลูกฝังหยั่งรากสร้างภูมิคุ้มกันป้องกันการเล่นพนันในระดับหน่วยย่อยของสังคมตั้งแต่ครอบครัว ชุมชน หมู่บ้าน จังหวัด และแผ่ขยายไปสู่ระดับที่ใหญ่ขึ้น เพราะโลกหมุนไปไวเกินกว่าจะต้าน อบายมุขต่างๆ ก็ย่อมมีช่องทางเข้ามาล่อลวงเยาวชนเราได้ในทุกรูปแบบ แต่หากทุกฝ่ายร่วมมือกันสร้างเกราะป้องกันให้เยาวชน ภัยพนันที่ไร้พรมแดนก็พ่ายแพ้ให้กับการรู้เท่าทันของเยาวชนที่ได้รับการปลูกฝังมาจากทุกฝ่ายที่ร่วมมือกัน



# อ้างอิง


(1) **วัยรุ่นไทยติดพนันพุ่ง อายุน้อยเหยื่อโฆษณา**, ไทยรัฐ ออนไลน์, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.thairath.co.th/news/local/2712250#google_vignette

(2) **อิทธิพล-อินฟลูเอนเซอร์ ติดจรวด...พนันออนไลน์**, เดลินิวส์ ออนไลน์, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.dailynews.co.th/articles/2552924/

(3) **ปี 64 ไทยมีนักพนันหน้าใหม่ เกือบ 8 แสนคน บ่อนออนไลน์โตเป็นประวัติการณ์**, PPTV 36, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.pptvhd36.com/ news/สังคม/176883

(4) **พนันออนไลน์ ภัยร้ายแค่ปลายนิ้ว**, Thai PBS, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.thaipbs.or.th/news/content/326040

(5) **ผลวิจัยชี้ เด็กเยาวชนไทยเล่นพนันออนไลน์กว่า 3 ล้านคน เพราะเห็นโฆษณาบ่อย-คนดังชวนพนัน เร่งสานพลังมุ่งสร้างสภาพแวดล้อมที่ดี ให้เด็กเยาวชนรู้เท่าทันภัยพนัน**, สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.thaihealth.or.th/?p=339839

(6) **การพนันระบาดในเด็กไทย อันตรายที่ไม่ควรมองข้าม**, ลงทุนศาสตร์, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.investerest.co/society/youth-with-gambling/

(7) **สร้างภูมิคุ้มกันคนไทยห่างไกลการพนัน**, แนวหน้า, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.naewna.com/politic/columnist/51903

(8) **สสส. ร่วมกับมูลนิธิรณรงค์หยุดพนัน สร้างภูมิคุ้มกันชุมชนลดพื้นที่การพนัน ปกป้องเด็กเยาวชน**, ผู้จัดการออนไลน์, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://mgronline.com/politics/detail/9650000059418

04



# สุราท้องถิ่นนอกระบบ คุณค่าความหลากหลาย บนความเสี่ยงทางการควบคุม

วัฒนธรรมการดื่มนั้นอยู่คู่กับประเทศต่างๆ มายาวนาน หากกล่าวถึงไวน์ต้องนึกถึงประเทศฝรั่งเศส สาเกที่เมื่อเดินทางไปญี่ปุ่นหลายคนต้องลิ้มลอง หรือเมื่อไปเกาหลีโซจูก็คือเครื่องดื่มที่คนแนะนำให้สั่งสักครั้งเพื่ออรรถรสของการกินตามแบบฉบับคนพื้นที่



ประเทศไทยถือเป็นประเทศที่มีวัตถุดิบสำหรับผลิตสุราท้องถิ่นอยู่จำนวนมาก ไม่ว่าจะเป็นข้าว อ้อย ข้าวโพด และอื่นๆ ทั้งยังมีเครื่องดื่มที่เกิดจากภูมิปัญญาไทย ที่หากแบ่งจริงๆ สุราพื้นบ้านจะมีด้วยกัน 4[1] ชนิด คือ 1.สาโทหรือน้ำขาว 2.อุหรือเหล้าไห 3.กะแช่หรือน้ำตาลเมา 4.สุราหรือเหล้ากลั่น

ในช่วงที่ผ่านมา เราได้เห็นความพยายามของหลายภาคส่วนที่จะปลดล็อกสุราพื้นบ้านให้มีศักยภาพในการผลิตและส่งขายทั่วประเทศ รวมทั้งเป็นสินค้าส่งออก ด้วยเหตุนี้จึงมีหลายฝ่ายออกมาแสดงความคิดเห็น ซึ่งบทความนี้จะพาไปสำรวจเรื่องนี้กันทุกแง่มุม

## ปลดล็อกสุราท้องถิ่น เพิ่มขีดความสามารถให้รายเล็ก ลดการกีดกันจากรายใหญ่

ความพยายามในการปลดล็อกสุราพื้นบ้านนั้นเกิดขึ้นจากความพยายามส่งเสริมเศรษฐกิจชุมชน สร้างมูลค่าเพิ่มภูมิปัญญาท้องถิ่น และเพิ่มรายได้แก้จน จากการประชุมคณะกรรมาธิการการแก้ปัญหาความยากจนและลดความเหลื่อมล้ำที่มี**นายสังศิต พิริยะรังสรรค์** สมาชิกวุฒิสภา ประธานคณะกรรมาธิการการแก้ปัญหาความยากจนและลดความเหลื่อมล้ำเป็นประธานการประชุม[2] เคยมีการเสนอแนะว่า การปลดล็อกสุราพื้นบ้านของไทยนั้นต้องทำด้วยกัน 3 ข้อ คือ

1. ปลดล็อกเรื่องการผลิต โดยการขยายกำลังแรงเครื่องจักรการผลิตสุราให้กับกลุ่มวิสาหกิจชุมชน
2. ประสานขอความร่วมมือกับสำนักงานควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อให้การประชาสัมพันธ์เป็นไปอย่างถูกกฎหมาย
3. ศึกษาแนวทางที่จะทำให้ธุรกิจเล็กๆ โดยเฉพาะกลุ่มวิสาหกิจชุมชนได้เติบโต

นอกจากนี้ ศูนย์นโยบายเพื่ออนาคตของพรรคก้าวไกล (Think Forward Center)[3] ยังได้นำเสนอว่าหากการปลดล็อกธุรกิจสุราเกิดขึ้นจริง ประเทศไทยจะมีศักยภาพในด้านเศรษฐกิจที่เอื้อต่อรายเล็ก และส่งผลดีต่อเศรษฐกิจโดยรวม เช่น

- สร้างงานและผู้ประกอบการรุ่นใหม่ และทำให้เกิดเศรษฐกิจหมุนเวียนในชุมชนไม่น้อยกว่า 30,000 ล้านบาท/ปี
- เสริมสร้างบรรยากาศการท่องเที่ยว ให้มีผลิตภัณฑ์ที่เป็นเอกลักษณ์ และมีกิจกรรมที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตและภูมิปัญญาของแต่ละท้องถิ่น
- ลดการนำเข้าสุราและเบียร์ และเพิ่มมูลค่าการส่งออกสุราและเบียร์ ทำให้เพิ่มดุลการค้าให้กับประเทศไทยได้มากกว่า 3,500 ล้านบาท/ปี

# สุราท้องถิ่น ช่วยเพิ่มมูลค่าสินค้าเกษตร

นอกจากช่วยลดช่องว่างของการจำหน่ายสินค้าและช่วยให้ผู้ผลิตรายย่อยเข้าถึงตลาดผู้บริโภคมากขึ้นแล้ว สุราท้องถิ่นยังเพิ่มมูลค่าสินค้าเกษตรได้เช่นเดียวกัน เนื่องจากบางฤดูกาลสินค้าเกษตรก็ประสบปัญหาราคาตกต่ำ เช่น ในปี 2564 ราคาข้าวไทยตกต่ำที่สุดในรอบ 14 ปี ราคาข้าวเปลือกหอมมะลิเหลือไม่ถึง 10,000 บาท/ตัน หรือในปี 2565 ที่ราคามังคุดและเงาะตกต่ำจนไม่คุ้มกับต้นทุนการผลิต



ปัจจุบันปลายข้าว กิโลกรัมละ 12 บาท เมื่อแปรรูปเป็นสุราพื้นบ้านและสุราคราฟท์แล้วจะมีมูลค่ามากกว่า 150-2,000 บาท ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับคุณภาพของผลิตภัณฑ์สุราที่แปรรูป นอกจากข้าวแล้ว การแปรรูปสุราพื้นบ้าน สุราคราฟท์ เบียร์คราฟท์ ยังสามารถนำมาใช้ในการเพิ่มมูลค่าให้กับผลิตผลอีกหลายชนิด ไม่ว่าจะเป็นข้าวโพด อ้อย มัน มะพร้าว ตาลต้นจาก และยังนำสมุนไพรของไทยอีกหลายชนิดมาร่วมเป็นวัตถุดิบ เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว เรียกได้ว่าเป็นการเปลี่ยน “โภคภัณฑ์” ที่มีราคาถูก ให้กลายเป็น “ผลิตภัณฑ์” ที่มีราคาแพงขึ้นได้



นอกจากนี้การเปิดตลาดสุราพื้นบ้าน สุราคราฟท์ เบียร์คราฟท์ จะทำให้ผลิตภัณฑ์เหล่านี้มีส่วนแบ่งการตลาด 10% โดยไม่จำเป็นต้องเพิ่มยอดขายรวมของทั้งตลาด คาดว่าศักยภาพของการสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับผลิตผลการเกษตรจากการแปรรูปสุราคราฟท์จะมีมูลค่ารวมกันไม่น้อยกว่า 5,000 ล้านบาท/ปี

ประการสุดท้าย กากที่เหลือจากกระบวนการหมักสุราพื้นบ้าน สุราคราฟท์ และเบียร์คราฟท์ ยังมีคุณค่าทางโภชนาการมากพอที่จะสามารถนำมาพัฒนาใช้เป็นอาหารสัตว์เพื่อลดต้นทุนอาหารสัตว์ หรือการทำก๊าซชีวภาพเพื่อใช้ในครัวเรือนหรือในการแปรรูปได้อีกทางหนึ่งด้วย[4]



*ภาพ : การผลิตสุราพื้นบ้าน*

**จากงานวันข้าวและชาวนาแห่งชาติ ประจำปี 2566 ที่จัดขึ้นบริเวณ กรมการข้าวสุราท้องถิ่น ของจังหวัดแพร่ ขายดีจนหมดสต๊อก ซึ่งเป็นกระแสจากการโปรโมต ของกลุ่มเครือข่ายสุราก้าวหน้า**

ผลจากกระแสการสนับสนุนสุราท้องถิ่น ทำให้ผู้ผลิตได้รับการตอบรับที่ดีจากประชาชน ดังเห็นได้จากตัวอย่างจากงานวันข้าวและชาวนาแห่งชาติ ประจำปี 2566[5] ที่จัดขึ้นบริเวณกรมการข้าวสุราท้องถิ่นของจังหวัดแพร่ ขายดีจนหมดสต๊อก ซึ่งเป็นกระแสจากการโปรโมตของกลุ่มเครือข่ายสุราก้าวหน้า เรื่องนี้ได้รับการถ่ายทอดผ่าน**นางกัญญาภัค ออมแก้ว** ประธานชุมชนกลุ่มวิสาหกิจชุมชนสุราสักทอง ที่เห็นว่าสุราท้องถิ่นนั้นเป็นสินค้าท้องถิ่นที่เข้มแข็ง และมีตลาดของตัวเองที่สามารถยกระดับราคาสินค้าเกษตรอย่างข้าวให้มีมูลค่าเพิ่ม และส่งออกไปสู่ตลาดโลกได้ด้วย



*ภาพ : ตัวอย่างสุราท้องถิ่นวางจำหน่ายในงานวันข้าว และชาวนาแห่งชาติ ประจำปี 2566*




*ภาพ : ชุมชนสุราสักทองแพร่บ้านดอนชัย ตำบลสะเอียบ อำเภอสอง จังหวัดแพร่*

## สุรานอกระบบภาษี ผลกระทบจากสุราชุมชนที่เลี่ยงไม่ได้

แม้จะมีข้อดีที่ช่วยเพิ่มผลผลิตทางการเกษตร และลดการผูกขาดทางเศรษฐกิจ ทว่า หากมองในอีกมิติ การปลดล็อกสุราก็อาจก่อปัญหาที่หลายฝ่ายต้องรับมือ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการควบคุมการผลิตและจัดจำหน่าย ประเด็นนี้ถือได้ว่าจำเป็นต้องใช้กฎหมายหรือการตรวจสอบจากเจ้าหน้าที่ภาครัฐมากขึ้น ไม่เช่นนั้นก็อาจเป็นความท้าทายและความน่ากังวลที่จะทำให้เกิดสุรานอกระบบภาษี หรือเหล้าเถื่อนนั่นเอง

เมื่อดูบริบทการดื่มสุราของคนไทยกับบริบทสากลจากเอกสารวิชาการแบบแผนและแนวโน้มพฤติกรรมการดื่มสุราของประชากรไทย และเอกสารวิชาการในชุดสถานการณ์เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของศูนย์วิจัยปัญหาสุราพบว่า ประเทศไทยมีปริมาณการดื่มแอลกอฮอล์ต่อหัวประชากร 8.3 ลิตรต่อคนต่อปี ซึ่งสูงเป็นอันดับที่ 2 ในกลุ่มประเทศอาเซียน เท่ากับประเทศเวียดนาม และรองจาก สปป.ลาว (10.4 ลิตรต่อคนต่อปี) ส่วนการดื่มสุรานอกระบบภาษี ประชากรไทยดื่มสุรานอกระบบภาษีในสัดส่วน ร้อยละ 20.5[6] ของปริมาณการดื่มทั้งหมดซึ่งต่ำกว่าค่าเฉลี่ยในกลุ่มประเทศอาเซียน (ร้อยละ 39.8 ของปริมาณการดื่มทั้งหมด) แต่สูงกว่าประเทศรายได้สูงกว่า 2 เท่า (ร้อยละ 11.4 ของปริมาณการดื่มทั้งหมด)

รูปแบบการดื่มประเทศไทยเปรียบเทียบกลุ่มประเทศอาเซียน ญี่ปุ่น เกาหลีใต้และจีน

| | รูปแบบการดื่ม | ระดับโลก | HICs* | Upper Mis** | อาเซียน *** | ไทย | กัมพูชา | พม่า | ฟิลิปปินส์ | สปป.ลาว | เวียดนาม | สิงคโปร์ | ญี่ปุ่น | เกาหลีใต้ | จีน |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ปริมาณการดื่ม | ปริมาณแอลกอฮอล์ต่อหัวประชากร (ลิตรต่อคนต่อปี) | 6.4 | 9.8 | 7.0 | 6.7 | 8.3 | 6.7 | 4.8 | 6.6 | 10.4 | 8.3 | 2.0 | 8.0 | 10.2 | 7.2 |
| | ปริมาณแอลกอฮอล์ต่อนักดื่ม (ลิตรต่อนักดื่มต่อปี) | 15.1 | - | - | 18.7 | 20.3 | 21.7 | 17.6 | 19.9 | 25.9 | 22.8 | 2.9 | 14.1 | 16.0 | 12.9 |
| | ปริมาณการดื่มสุรานอกระบบภาษี (ลิตรต่อคนต่อปี) | 1.6 | 1.1 | 1.5 | 2.7 | 1.7 | 3.2 | 3.2 | 2.1 | 3.4 | 5.3 | 0.3 | 1.1 | 1.2 | 1.5 |
| | สัดส่วนการดื่มสุราในระบบ:นอกระบบ | 2.9 | - | - | 2.3 | 3.9 | 1.1 | 0.5 | 2.1 | 2.1 | 0.6 | 6.0 | 6.3 | 7.6 | 3.8 |
| | % ปริมาณการดื่มสุรานอกระบบภาษี | 25.0 | 11.4 | 21.4 | 39.8 | 20.5 | 47.8 | 66.7 | 31.8 | 32.7 | 63.9 | 15.0 | 13.8 | 11.8 | 20.8 |
| ความถี่การดื่ม | % นักดื่มปัจจุบัน (ในกลุ่มประชากร) | 43.0 | 67.3 | 47.7 | 39.8 | 40.9 | 30.9 | 27.1 | 33.1 | 40.0 | 36.6 | 70.0 | 57.0 | 63.9 | 55.9 |
| | % ประชากรที่ไม่เคยดื่มตลอดชีวิต | 44.5 | - | - | 36.3 | 34.5 | 45.6 | 50.1 | 43.1 | 35.5 | 38.6 | 6.7 | 9.1 | 7.1 | 42.1 |
| | % นักดื่มหญิงที่ดื่มในปัจจุบัน | 32.4 | - | - | 27.8 | 27.7 | 19.6 | 16.5 | 21.0 | 27.0 | 23.9 | 58.8 | 43.7 | 51.2 | 42.6 |
| | สัดส่วนนักดื่มนักดื่มชาย:นักดื่มหญิง | 1.7 | 1.4 | 1.6 | 1.6 | 1.4 | 2.2 | 0.2 | 2.2 | 2.0 | 2.1 | 1.4 | 1.6 | 1.5 | 1.6 |
| การดื่มอย่างหนัก | % นักดื่มหนักอายุ 15 ปีขึ้นไป (ในกลุ่มประชากร) | 18.2 | 38.7 | 40.7 | 15.8 | 15.7 | 11.5 | 9.1 | 12.6 | 17.5 | 14.4 | 30.0 | 22.8 | 30.5 | 22.7 |
| | % นักดื่มหนักอายุ 15 ปีขึ้นไป (ในกลุ่มนักดื่ม) | 39.5 | - | - | 39.0 | 38.4 | 37.3 | 33.4 | 38.0 | 43.8 | 39.3 | 42.9 | 40.0 | 26.6 | 40.7 |
| | % นักดื่มหนักอายุ 15-19 ปี (ในกลุ่มประชากร) | 13.6 | - | - | 12.9 | 13.0 | 8.1 | 6.3 | 9.0 | 12.9 | 10.7 | 30.4 | 25.0 | 29.5 | 20.4 |
| | % นักดื่มหนักอายุ 15-19 ปี (ในกลุ่มนักดื่ม) | 45.7 | - | - | 45.6 | 47.4 | 42.1 | 38.8 | 43.2 | 48.7 | 45.9 | 53.2 | 54.9 | 58.5 | 49.4 |
| | % นักดื่มหญิงที่ดื่มหนัก (ในกลุ่มประชากรหญิง) | 19.9 | 20.6 | 21.0 | 5.0 | 4.9 | 3.2 | 2.3 | 2.2 | 5.8 | 2.8 | 13.8 | 8.9 | 13.6 | 8.6 |

*กลุ่มประเทศรายได้สูง (High-income countries)

** กลุ่มประเทศรายได้ปานกลางระดับสูง (Upper middle income countries)

***กลุ่มประเทศอาเซียน ประกอบไปด้วย ไทย กัมพูชา พม่า ฟิลิปปินส์ สปป.ลาว เวียดนาม สิงคโปร์ โดยไม่รวมประเทศมุสลิม (บรูไน มาเลเซีย อินโดนีเซีย)

*ภาพ : แบบแผนและแนวโน้มพฤติกรรมการดื่มสุราของประชากรไทย,*
*ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ หาดใหญ่ สงขลา พฤษภาคม 2565,*
*สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://cas.or.th/wp-content/uploads/ 2022/05/FF-chapter-1-For-Print.pdf*

**หากย้อนไปในอดีตการผลิตสุรา ไม่ว่าจะเพื่อจำหน่ายหรือดื่มเอง ไม่สามารถทำได้อย่างเสรี เนื่องจากมีกฎหมายสุราควบคุมอยู่**

จากสัดส่วนการดื่มสุรานอกระบบที่ไม่น้อยนั้น บทความนี้จึงขอให้ความรู้เรื่องภาษีสุราแก่ผู้อ่านเพิ่มเติม โดยหากย้อนไปในอดีต การผลิตสุราไม่ว่าจะเพื่อจำหน่ายหรือดื่มเอง ไม่สามารถทำได้อย่างเสรี เนื่องจากมีกฎหมายสุราควบคุมอยู่ โดยกฎหมายการอนุญาตผลิตสุรา พ.ศ. 2560 ได้ระบุเกี่ยวกับการผลิตสุราไว้ว่าการต้มสุรากินเองผิดกฎหมาย โรงผลิตเบียร์ ต้องมีกำลังผลิต 10 ล้านลิตร/ปี ทุนจดทะเบียนเบียร์ ไม่ต่ำกว่า 10 ล้านบาท เหล้ากลั่นชุมชน ต้องมีเครื่องจักรต่ำกว่า 5 แรงม้า คนงานน้อยกว่า 7 คน และสามารถผลิตได้แค่เหล้าขาวเท่านั้น เป็นต้น

แต่ปัจจุบันกฎกระทรวงการผลิตสุรา พ.ศ. 2565 ล่าสุด ได้มีการแก้ไขปรับปรุงกฎกระทรวงการอนุญาตผลิตสุรา พ.ศ. 2560 และมีผลบังคับใช้แล้ว โดยระบุว่า การต้มสุรากินเองสามารถทำได้แต่ต้องผ่านหลักการดังนี้

- ขออนุญาตต่ออธิบดี และผลิตไม่เกิน 200 ลิตรต่อปี
- โรงผลิตเบียร์ ไม่กำหนดกำลังผลิตขั้นต่ำ แต่ต้องมีกระบวนการบรรจุภาชนะที่ติดตั้งระบบการพิมพ์เครื่องหมายเสียภาษี
- เหล้ากลั่นชุมชนไม่กำหนดทุนจดทะเบียนขั้นต่ำ แต่ยังผลิตได้แค่เหล้าขาว 28 ดีกรี กำลังผลิต 9 หมื่นลิตรต่อวัน

อย่างไรก็ตาม แม้ว่ากฎหมายจะปลดล็อก และให้อิสระกับการผลิตสุราเพื่อดื่มเองในครัวเรือนได้มากขึ้น แต่ก็ยังคงมีเงื่อนไข[7] ที่ผู้ผลิตสุรายังต้องทำตามที่กฎหมายกำหนดอยู่ บางประการ ไม่ว่าจะเป็นการแจ้งต่อกรมสรรพสามิตก่อนผลิตสุรา ผู้ผลิตต้องมีอายุตั้งแต่ 20 บริบูรณ์ปีขึ้นไป และเสียภาษีเช่นเดียวกับการผลิตสุราเพื่อจำหน่าย เพื่อให้การผลิตสุราเพื่อดื่มในครัวเรือนได้มาตรฐาน ปลอดภัย โดยเฉพาะสถานที่ผลิตต้องมีพื้นที่เพียงพอไม่ก่อให้เกิดอันตราย พร้อมกับต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของผู้บริโภค และสิ่งแวดล้อมรอบข้างเป็นสำคัญด้วย

# ศึกกฎหมายสุราไทย ปลดล็อก แต่ยังล็อกอยู่

| | กฎกระทรวง พ.ศ. 2560 (ฉบับเดิม) | กฎกระทรวง พ.ศ. 2565 (ฉบับปรับปรุง) | พ.ร.บ. สุราก้าวหน้า (ถูกคว่ำ) |
|---|---|---|---|
| ผลิตบริโภคเอง | ผิดกฎหมาย | ต้องขออนุญาต ผลิตไม่เกิน 200 ลิตร/ปี | ไม่ต้องขออนุญาต แค่เพียงจดแจ้ง ไม่จำกัดจำนวนขั้นต่ำ |
| เหล้ากลั่นชุมชน | เครื่องจักรต่ำกว่า 5 แรงม้า หรือน้อยกว่า 7 คน ผลิตเหล้าขาวเท่านั้น | เพิ่ม “ขนาดกลาง” (น้อยกว่า 50 แรงม้า) ผลิตเหล้าขาวเท่านั้น เพิ่มข้อกำหนดด้านสิ่งแวดล้อมและสาธารณสุข | ไม่กำหนดเกณฑ์เครื่องจักรและกำลังคน ไม่จำกัดชนิดเหล้า |
| โรงผลิตเบียร์ | กำลังการผลิต ไม่ต่ำกว่า 10,000,000 ลิตร/ปี ทุนจดทะเบียน 10,000,000 บาท | ไม่มีกำหนดกำลังการผลิตขั้นต่ำทุนจดทะเบียน เพิ่มข้อกำหนดด้านสิ่งแวดล้อมและสาธารณสุข | ผู้ถือหุ้นสัญชาติไทย ไม่น้อยกว่า 51% |
| BREWPUB | กำลังการผลิต ไม่ต่ำกว่า 100,000 ลิตร/ปี ทุนจดทะเบียน 1,000,000 บาท | ไม่มีกำหนดกำลังการผลิตขั้นต่ำ เครื่องจักรต้องได้มาตรฐาน เพิ่มข้อกำหนดด้านสิ่งแวดล้อมและสาธารณสุข | |
| โรงผลิตสุราขาว | กำลังการผลิต ไม่ต่ำกว่า 90,000 ลิตร/วัน | | ไม่กำหนดกำลังการผลิตขั้นต่ำ |
| วิสกี้ บรั่นดี และยิน | กำลังการผลิต ไม่ต่ำกว่า 30,000 ลิตร/วัน | | ไม่กำหนดกำลังการผลิตขั้นต่ำ |

# ความเสี่ยงทางสุขภาพหากควบคุมไม่ทั่วถึง

แม้การผลิตสุราท้องถิ่นจะเป็นภูมิปัญญาที่สืบทอด และอยู่คู่ชุมชนมานาน แต่สิ่งที่ต้องคำนึงถึงที่สุดคือ ผลกระทบด้านสุขภาพทั้งทางตรงที่เกิดจากตัวของสุราเอง และทางอ้อมที่เกิดจากกระบวนการผลิตและวัตถุดิบ

ข้อมูลจากเอกสารแจกฟรีเผยแพร่ทางเว็บไซต์ของกองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค[8] เผยว่า ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2551-2562 พบผู้ป่วยที่ได้รับพิษจากเมทานอลทั้งหมด 573 ราย และมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น โดยพบในเพศชายมากกว่าเพศหญิงประมาณ 2 เท่า ปี ในปี พ.ศ. 2562 พบการกระจายของผู้ป่วยมากที่สุดในภาคเหนือ อาการที่พบในผู้ป่วยมากที่สุด คือ สับสน คลื่นไส้ หมดสติ หากรักษาไม่ทันอาจทำให้เสียชีวิต




ความเสี่ยงจากสุราเถื่อนมีได้หลากหลายรูปแบบ โดยส่วนใหญ่มักเกิดจากการที่ผู้ผลิตต้มและกลั่นสุราเองโดยที่ไม่มีมาตรฐาน พบได้บ่อยในยาดองเหล้า ซึ่งชาวบ้านอาจมีการนำสารแปลกปลอมมาผสม เพื่ออ้างสรรพคุณด้านชูกำลัง หรือเสริมสมรรถนะทางเพศ ได้แก่ พิษจากสัตว์มีพิษ เช่น แมงป่อง สารเคมีกำจัดวัชพืช สารเคมีกำจัดแมลง หรือผงซักฟอก เป็นต้น นอกจากนี้อาจพบการผสมแอลกอฮอล์ชนิดที่เป็นพิษ เรียกว่า “เมทิลแอลกอฮอล์” หรือ “เมทานอล” เพื่อลดต้นทุน เนื่องจากเมทานอลมีราคาถูกกว่าเอทานอล ซึ่งเป็นแอลกอฮอล์ที่ปลอดภัยสำหรับเป็นอาหารหรือเครื่องดื่ม

วัตถุมีพิษที่พบในสุราเถื่อนโดยทั่วไปแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

- วัตถุมีพิษที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติในกระบวนการผลิตสุรา เช่น ฟูเซลออย (Fusel Oil), ไนโตรซามีน (Nitrosamine), ไอโซเอมิลแอลกอฮอล์ (Isoamyl Alcohol), ไอโซบิวธิล แอลกอฮอล์ (Isobutyl Alcohol) และเอ็นโปรปิแอลกอฮอล์ (n-Propyl Alcohol) เป็นต้น ซึ่งสารบางชนิดพบว่าเป็นสารเร่งให้เกิดมะเร็งและเป็นสารก่อมะเร็ง
- วัตถุมีพิษที่ผู้ผลิตจงใจผสมหรือเติมลงไปในกระบวนการผลิต โดยหวังแต่ผลประโยชน์ มิได้ตระหนักถึงอันตรายที่จะเกิดแก่ผู้บริโภค เช่น ยาฆ่าหญ้า ยาฆ่าแมลง และผงซักฟอก เป็นต้น

นอกจากวัตถุดิบอันตรายที่อยู่ในส่วนผสมของสุราเถื่อนแล้ว สิ่งหนึ่งที่ต้องระวังไม่ต่างกันคือกระบวนการผลิตและอุปกรณ์ที่ใช้ในการผลิต ที่มักไม่สะอาดและต่ำกว่ามาตรฐาน

จากงานวิจัยสุราเถื่อนในสังคมไทยที่ได้ลงพื้นที่สำรวจผู้ผลิตสุราเถื่อนจำนวน 10 แห่งตามภูมิภาคต่างๆ พบว่าภาชนะและบรรจุภัณฑ์สำหรับใส่สุราเถื่อนทุกพื้นที่นำภาชนะเก่าที่เคยใส่น้ำดื่ม เบียร์ เหล้า กลับมาใช้ซ้ำ ซึ่งขนาดแตกต่างกัน เช่น น้ำดื่มใสขนาด 250 มล. 600 มล. ขวดเบียร์ ขวดเหล้า (ทั้งแบบขวดและแบน) ขวดเครื่องดื่มบำรุงกำลัง ถังดื่มน้ำขนาด 20 ลิตร และถุงพลาสติก เป็นต้น ด้านพื้นที่การผลิตก็มักจะตั้งอยู่ในสถานที่ปกปิด เข้าถึงยาก ในสวน ในป่ายางพารา การกลั่นสุราไม่สะอาดเท่าโรงกลั่นที่ได้รับอนุญาตให้ผลิตอย่างถูกต้อง[9]



*ภาพ : สรรพสามิต-ตร.บุกจับแหล่งผลิตเหล้าเถื่อนรายใหญ่ นครปฐม ปี พ.ศ. 2558*

เช่นเดียวกับข้อมูลจากงานวิจัยสุราชุมชน สถานการณ์ปัญหาในสังคมไทย ที่ได้เผยแพร่ถึงสุขลักษณะของโรงกลั่นสุราชุมชนไว้ว่า ส่วนมากมักจะอยู่ภายในบริเวณบ้านพักอาศัยของผู้ประกอบการ ในเขตชุมชนซึ่งเป็นบริเวณที่มีการทำสุรากลั่นอยู่หลายครอบครัว มักจะมีแหล่งกำเนิดน้ำเสียอยู่ ไม่ว่าจะเป็นน้ำเสียจากส่าเหล้า น้ำเสียจากการล้างภาชนะ น้ำเสียจากการล้างขวด น้ำเสียจากการล้างวัสดุหมัก (โดยเฉพาะข้าวเหนียวและข้าวโพด) โดยน้ำเสียเหล่านี้มีความสกปรกสูงและในพื้นที่ที่มีการจัดการไม่ดีจะส่งผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่ของคนในชุมชนด้วย[10]




## จับตาสุราชุมชน เทรนด์ฮิตใน Social Media

กระแสปลดล็อกสุราท้องถิ่นนั้นเป็นที่พูดถึงอย่างกว้าง โดยเฉพาะในโซเชียลมีเดีย ดังจะเห็นได้จากข้อมูลจากเว็บไซต์ Wisesight ที่รวบรวมการพูดถึงประเด็นสุราก้าวหน้าและสุราชุมชน โดยเก็บข้อมูลระหว่างเดือนเมษายนถึงเดือนสิงหาคมปี 2566 ในโซเชียลมีเดีย แพลตฟอร์มหลักที่คนไทยใช้ ไม่ว่าจะเป็นเฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ (X) อินสตาแกรม ติ๊กต๊อก ยูทูป และพันทิป พบว่าทั้งหมดมีจำนวนมากถึง 32,154 ข้อความ

ในแพลตฟอร์มทวิตเตอร์ (X) มีการติดแฮชแทก #สุราก้าวหน้าถึง 29,847 ข้อความ โดยเฉพาะในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนมิถุนายน ปี 2566 ซึ่งเป็นช่วงการหาเสียงเลือกตั้งและการจัดตั้งรัฐบาล ส่วนข้อความอื่นที่เกี่ยวกับสุราท้องถิ่นมีจำนวนดังต่อไปนี้ สุราชุมชน 2,527 ข้อความ, สุราท้องถิ่น 788 ข้อความ, ช่วยผลผลิตทางการเกษตร 199 ข้อความ, สุราชุมชน/สุราเถื่อน 56 ข้อความ และเกษตรแปรรูปเป็นสุรา 19 ข้อความ

**สุราก้าวหน้า**
**29,847 ข้อความ**

**สุราชุมชน**
**2,527 ข้อความ**

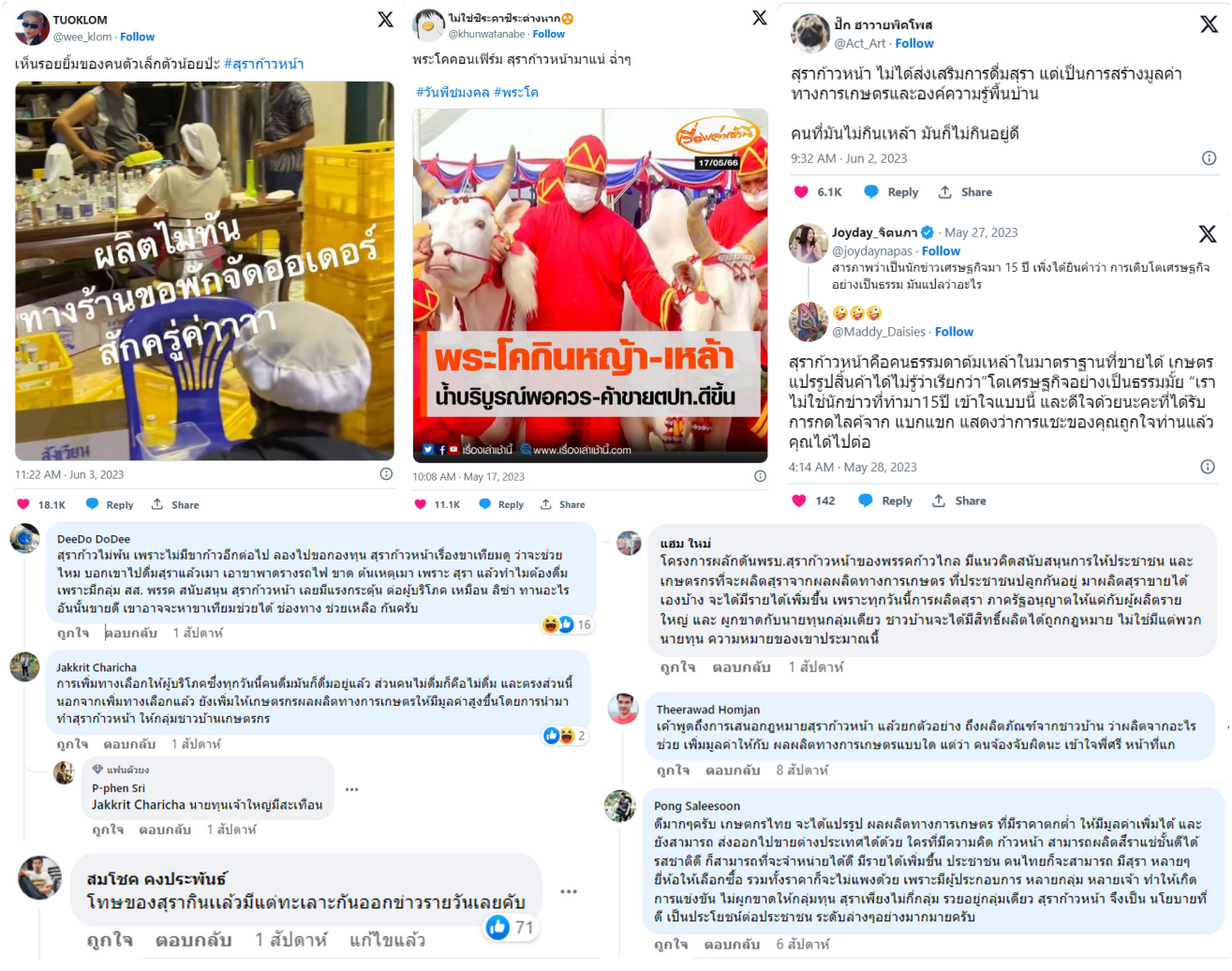
**สุราท้องถิ่น**
**788 ข้อความ**

**ช่วยผลผลิตทางการเกษตร**
**199 ข้อความ**

**สุราชุมชน/สุราเถื่อน**
**56 ข้อความ**

**พูดถึงเกษตรแปรรูปเป็นสุรา**
**19 ข้อความ**

โดยหลายเนื้อหาในข้อความมองว่า เรื่องสุราก้าวหน้าไม่ได้ส่งเสริมหรือมีผลให้คนไทยหันดื่มสุรามากขึ้น แต่เป็นการสร้างมูลค่าทางการเกษตร การแปรรูปผลผลิตทางการเกษตรให้กับชุมชนเพื่อให้คนไทยในกลุ่มอาชีพนี้มีรายได้มากขึ้นในขณะที่อีกหลายความคิดเห็นของคนบนโลกออนไลน์พูดถึงประเด็นสุราก้าวหน้าหรือสุราชุมชนว่าอาจมีแนวโน้มทำให้คนในสังคมหันมาดื่มสุรามากขึ้น และอาจนำไปสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุและทะเลาะวิวาทได้



# โครงการ “น้องตั้งใจ” แชตบอตเพื่อนสนิท ตัวช่วยเลิกเหล้า

แม้การปลดล็อกสุราชุมชนจะมีข้อดีในมิติเศรษฐกิจ ส่งเสริมวัฒนธรรมท้องถิ่นผ่านการดื่ม และลดช่องว่างในการผลิต แต่ปฏิเสธไม่ได้ว่าผลข้างเคียงที่เกิดจากสุราที่เราต่างรู้กันดีนั้นมีมากมาย ไม่ว่าจะเป็นผลข้างเคียงที่เด่นชัดอย่างปัญหาสุขภาพ หรือปัญหาที่ตามมาอย่างความรุนแรง การทะเลาะวิวาท อุบัติเหตุ เป็นต้น ปัญหาดังกล่าวจะยิ่งทวีความรุนแรงมากขึ้น เมื่อการดื่มสุรานั้นเป็นอาการเสพติด และส่งผลเสียต่อชีวิตด้านอื่นๆ ข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติปี 2564 พบว่าสถานการณ์การดื่มของคนไทยในปัจจุบันมีแนวโน้มที่ดีขึ้น พบผู้ที่เคยดื่มหนักในรอบ 12 เดือนที่ผ่านมา 5.7 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 10 ซึ่งมีแนวโน้มลดลงมาโดยตลอดจากร้อยละ 14 ในปี 2557[11] สะท้อนว่าพฤติกรรมการดื่มอย่างหนักของคนไทยมีแนวโน้มดีขึ้นบ้างแม้จะไม่รวดเร็วนัก

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เล็งเห็นถึงปัญหาการติดสุรานี้ และจัดโครงการต่างๆ มาช่วยเหลือโดยตลอด ล่าสุดสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ร่วมกับ 1413 สายด่วนเลิกเหล้าและเครือข่าย จัดเวทีเสวนา “อีกก้าวของบริการช่วยเลิกเหล้า" พร้อมเปิดตัว “น้องตั้งใจ” นวัตกรรมแชตบอตช่วยเหลือเลิกเหล้า ที่โรงแรมแมนดาริน สามย่าน




**นางสาวรุ่งอรุณ ลิ้มพหะภัณ** ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุนการควบคุมปัจจัยเสี่ยงหลัก สสส. เผยข้อมูลสถิติว่า “จากรายงานผ่านระบบคลังข้อมูลด้านการแพทย์และสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข เมื่อวันที่ 12 มิ.ย. 2566 พบว่าตั้งแต่ต้นปี ผู้มีปัญหาการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เข้ารับการบำบัดในสถานพยาบาลอยู่ที่ 857,582[12] คน คิดเป็น 65.2% ของผู้ที่ดื่มสุราที่ควรได้รับการบำบัด ซึ่งเพิ่มขึ้นจากปี 2565 อยู่ที่ 63.71%




แม้จะมีผู้เข้ารับการบำบัดเพิ่มมากขึ้น แต่ยังพบข้อจำกัดในการเข้าถึงการรับบริการ ผู้ดื่มขาดความตระหนักรู้เท่าทัน ไม่กล้าขอเข้ารับบริการเพื่อรับคำปรึกษา ไม่ทราบแหล่งที่จะขอรับความช่วยเหลือเมื่อประสบปัญหา ถือเป็นความท้าทายที่ สสส. และภาคีเครือข่ายต้องเร่งพัฒนาการให้บริการเชิงรุกในการส่งเสริมให้ประชาชน ลด ละ เลิก วิธีการหยุดดื่มสุราอย่างถูกต้อง ปลอดภัย และการเตรียมความพร้อมของระบบบริการเพื่อรองรับการให้บริการส่งต่อสถานพยาบาล”

ขณะที่ศูนย์ปรึกษาเพื่อการเลิกสุราและการเสพติด (1413 สายด่วนเลิกเหล้า) ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เปิดเผยข้อมูลการให้บริการ 1413 สายด่วนเลิกเหล้าว่า ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์แบบครบวงจร รวมถึงช่องทางสื่อสังคมออนไลน์ตั้งแต่ปี 2564-2565 มีผู้โทรเข้ามาขอรับคำปรึกษามากถึง 26,176[13] สาย โดยเฉพาะช่วงเข้าพรรษาตั้งแต่เดือนกรกฎาคมถึงกันยายนของทุกปี จะมีคนโทรเข้ามาขอรับบริการปรึกษาเพื่อเลิกเหล้ามากขึ้น

ดังนั้น เพื่อขยายการให้บริการได้อย่างทั่วถึงจึงพัฒนา “น้องตั้งใจ นวัตกรรมแชตบอตช่วยเหลือเลิกเหล้า” ผ่านแอปพลิเคชันไลน์ ผู้ที่สนใจสามารถลงทะเบียนเพื่อดูประวัติส่วนตัว และบันทึกการดื่มย้อนหลัง ตลอดจนประเมินระดับความเสี่ยง และวิธีการเลิกเหล้า ซึ่งเป็นอีกหนึ่งช่องทางช่วยเหลือผู้มีปัญหาจากการดื่มสุราทางออนไลน์ สอดคล้องกับพฤติกรรมการสื่อสารในยุคปัจจุบันที่สามารถเข้าถึงได้ง่าย และเข้าสู่กระบวนการบำบัดรักษาอย่างเหมาะสมต่อไป




ผู้พัฒนาแชตบอตน้องตั้งใจ **พ.ท.นพ.ณัฐพล โชคไมตรี** ภาควิชาจิตเวชและประสาทวิทยา วิทยาลัยแพทยศาสตร์พระมงกุฎเกล้า ให้ความเห็นว่า พัฒนาขึ้นด้วยความตั้งใจที่อยากให้ประชาชนคนไทยได้มีเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการบำบัดปัญหาการเสพติด โดยมีการสำรวจความต้องการและความคาดหวังของกลุ่มเป้าหมายที่คาดว่าจะเป็นผู้ใช้งานกับผู้ให้บริการจาก 1413 สายด่วนเลิกเหล้า โดยจะให้แชตบอตน้องตั้งใจเป็นเหมือนเพื่อนคนหนึ่งที่ใกล้ชิดผู้ดื่ม คอยติดตามและให้คำแนะนำเพื่อลดความเสี่ยงจากการดื่มแอลกอฮอล์ ภายใต้การดูแลจากเจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษา 1413 สายด่วนเลิกเหล้า ซึ่งจากการทดลองใช้แชตบอตจากกลุ่มตัวอย่าง พบจำนวนวันดื่มของผู้ใช้บริการปรึกษาเลิกเหล้าผ่านแชตบอตมีแนวโน้มลดลงมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ใช้ และระดับความรุนแรงของความเสี่ยงในการดื่มก็ลดลง




**จากการทดลองใช้แชตบอตจากกลุ่มตัวอย่าง พบจำนวนวันดื่มของผู้ใช้บริการปรึกษาเลิกเหล้าผ่านแชตบอตมีแนวโน้มลดลงมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ใช้ และระดับความรุนแรงของความเสี่ยงในการดื่มก็ลดลง**

น้องตั้งใจดูแลผู้ป่วยได้จำนวนมาก แต่นักดื่มที่มีโอกาสเข้าถึงการบริการยังมีน้อย หากมาโรงพยาบาลจะมีขั้นตอนยุ่งยาก ให้เลือกใช้แอปไลน์สื่อสารอัตโนมัติ ทำแบบประเมินผ่านไลน์ ต้องมีการวางแผนลดการดื่มให้เสี่ยงน้อยที่สุด ถ้าไม่อยากใช้โทรศัพท์ปรึกษาก็เลือกใช้ไลน์ได้

ทั้งนี้ ผู้ที่สนใจใช้บริการแชตบอตน้องตั้งใจ สามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่เฟซบุ๊กเพจ 1413 สายด่วนเลิกเหล้า เพราะไม่ว่าสุราท้องถิ่นจะได้รับการปลดล็อกแบบเต็มระบบหรือไม่ สิ่งสำคัญเหนือสิ่งอื่นใดคือ สุขภาพของประชาชน โดยเฉพาะในกลุ่มนักดื่มที่มีแนวโน้มเสพติด รวมไปถึงผู้ที่มีคนใกล้ชิดดื่มสุรา

# อ้างอิง


(1) **สุราพื้นบ้าน ภูมิปัญญาไทย**, พีพีทีวี เอชดี ช่อง 36, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.pptvhd36.com/news/สังคม/183747

(2) **รัฐบาลควรปลดปล่อย พันธนาการสุราพื้นบ้าน**, ไทยโพสต์, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.thaipost.net/articles-news/22801/

(3) **'ก้าวไกล' แชร์ 7 ข้อ 'ปลดล็อกสุราไทย'**, สเปซบาร์, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://spacebar.th/social/Proposes-liquor-policy-MoveForward-Party

(4) **7 ศักยภาพที่จะเกิดขึ้น หากปลดล็อกการผูกขาดสุราและเบียร์**, ศูนย์นโยบายเพื่ออนาคต, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://think.moveforwardparty.org/article/economy/1980/

(5) **จาก "ข้าว" สู่ "สุราชุมชน" สร้างมูลค่าเพิ่ม-เสริมรายได้ชาวนา**, ประชาชาติธุรกิจ ออนไลน์, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.prachachat.net/economy/news-1316876

(6) **แบบแผนและแนวโน้มพฤติกรรมการดื่มสุราของประชากรไทย**, ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ หาดใหญ่ สงขลา พฤษภาคม 2565, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://cas.or.th/wp-content/uploads/2022/05/FF-chapter-1-For-Print.pdf

(7) **ผลิตสุราดื่มเอง ไม่ขาย ไม่ผิดกฎหมาย แต่ต้องเสียภาษี**, กรุงเทพธุรกิจ, สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2566, จาก https://www.bangkokbiznews.com/finance/investment/1071800

(8) **เหล้าเถื่อนมหันตภัยร้าย คร่าชีวิต**, กองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค, สืบค้นเมื่อ 12 กันยายน 2566, จาก https://ddc.moph.go.th/uploads/publish/1036720200813024432.pdf

(9) **สุราเถื่อนในสังคมไทย**, ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา, สืบค้นเมื่อ 12 กันยายน 2566, จาก https://cas.or.th/wp-content/uploads/2020/07/รายงานโครงการ-สุราเถื่อน.pdf

(10) **สุราชุมชน สถานการณ์ปัญหาในสังคมไทย**, ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา, สืบค้นเมื่อ 12 กันยายน 2566, จาก https://cas.or.th/wp-content/uploads/2019/06/สุราชุมชนสถานการณ์ปัญหาในสังคมไทย.pdf

(11) **"น้องตั้งใจ"แชตบอตเพื่อนสนิท นวัตกรรมช่วยเลิกเหล้าเข้าพรรษา**, ไทยโพสต์, สืบค้นเมื่อ 13 กันยายน 2566, จาก https://www.thaipost.net/public-relations-news/408734/

(12) **สสส. จับมือ 1413 สายด่วนเลิกเหล้า เปิดตัว "น้องตั้งใจ" แชตบอตเพื่อนสนิทตัวช่วยเลิกเหล้า หลังทดลองใช้แล้วได้ผลดี ลดวันดื่ม มั่นใจช่วยกระตุ้นจำนวนคนเข้ารับการบำบัดในสถานพยาบาลได้**, สำนักข่าวสร้างสุข, สืบค้นเมื่อ 13 กันยายน 2566, จาก https://www.thaihealth.or.th/สสส-จับมือ-1413-สายด่วนเลิกเ/

05

# เยาวชนกับภูมิคุ้มกัน ในยุคที่ยาเสพติดเข้าถึงง่าย



ปัญหายาเสพติด เป็นปัญหาที่คุกคามสุขภาวะของคนไทยมาเนิ่นนาน และรุนแรงมากขึ้น ที่สำคัญยังลุกลามไปสู่เยาวชนที่กลายเป็นกลุ่มผู้เสพหน้าใหม่ โดยจากข้อมูลรายงาน World Drug Report 2022 ของสำนักงานว่าด้วยยาเสพติดและอาชญากรรมแห่งสหประชาชาติ (UNODC: United Nations Office on Drugs and Crime) พบว่า ในปี 2563 มีจำนวนประชากรกว่า 284[1] ล้านคนจากทั่วโลก ในช่วงอายุ 15-64 ปี ที่ติดยาเสพติด ซึ่งคิดเป็น 26% เพิ่มขึ้น เมื่อเทียบกับสิบปีที่ผ่านมา นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ติดยาเสพติดมีแนวโน้มที่จะมีอายุน้อยลงเรื่อยๆ เด็กและเยาวชนมีการใช้ยาเสพติดมากกว่าผู้ใหญ่ รวมถึงใช้ในปริมาณที่มากกว่าเช่นเดียวกัน



จากตัวเลขสถิติข้างต้น เราคาดการณ์ได้ว่าสถานการณ์ยาเสพติดในกลุ่มเยาวชนทั่วโลกจัดอยู่ในภาวะสุ่มเสี่ยงอย่างมาก การตระหนักรู้ถึงปัจจัยที่ส่งผลและการป้องกันจึงถือเป็นหนทางที่ช่วยลดอัตราเยาวชนผู้เสพยาหน้าใหม่ลงได้

## ตัวเลขผู้เข้ารับการบำบัด สะท้อนกลุ่มเสี่ยงในยุคยาเสพติดครองเมือง

จากข้อมูลของกรมราชทัณฑ์ นักโทษคดียาเสพติดยังคงครองแชมป์อันดับ 1 อย่างต่อเนื่อง โดยรายงานสถิติผู้ต้องราชทัณฑ์คดี พ.ร.บ. ยาเสพติดทั่วประเทศ ณ วันที่ 1 มกราคม 2566 พบว่า มีผู้ต้องราชทัณฑ์ทั้งสิ้น 206,361 คน หรือเทียบเท่าร้อยละ 78.67 ของผู้ต้องขังทั่วประเทศ คดียาเสพติดจึงจัดว่าเป็นคดีที่พบผู้ต้องหามากที่สุดเมื่อเทียบกับคดีอื่นๆ ในประเทศไทย

ประเภทของยาเสพติด 3 อันดับที่พบมากที่สุด ได้แก่

1. เมทแอมเฟตามีน (ยาบ้า) จำนวน 129,686 คน
2. ยาไอซ์ จำนวน 17,762 คน
3. กัญชา จำนวน 1,051 คน

และเมื่อมาดูสถิติของผู้ป่วยสารเสพติดในไทย จากรายงานผลการดำเนินงาน ตามแบบบำบัดรักษาของกระทรวงสาธารณสุข ในปี 2565 พบว่า มีผู้เข้ารับการบำบัด ทั้งหมด 120,915 คน โดยแบ่งเป็นชายจำนวน 106,709 คน และหญิงจำนวน 14,206 คน โดยจำแนกตามอายุผู้เข้ารับการบำบัดยาเสพติดได้ดังนี้[2]

- น้อยกว่า 12 ปี จำนวน 34 คน
- 12-17 ปี จำนวน 7,983 คน
- 18-24 ปี จำนวน 22,301 คน
- 25-29 ปี จำนวน 21,185 คน
- 30-34 ปี จำนวน 19,255 คน
- 35-39 ปี จำนวน 16,991 คน
- มากกว่า 39 ปี จำนวน 33,166 คน

จะเห็นได้ว่าจากรายงานข้างต้นช่วงอายุที่น่าเป็นห่วงสำหรับการเฝ้าระวังยาเสพติดคือเยาวชน อายุระหว่าง 18-24 ปี ที่มีสถิติเข้ารับการรักษาสูงรองลงมาจากวัยที่มีช่วงอายุมากกว่า 39 ปี

# ปัจจัยหลักทำวัยรุ่นหันไปใช้ยาเสพติด



ยาเสพติดเป็นสิ่งให้โทษและมีการรณรงค์ถึงผลเสียจากการเสพกันอย่างแพร่หลาย แต่สถิติของผู้เสพกลับไม่ลดลง และมีแนวโน้มว่าวัยรุ่นจะหันไปทดลองใช้ยาเสพติดกันมากขึ้นด้วย การวิเคราะห์หาสาเหตุหลักจึงเป็นการช่วยแก้ปัญหาได้ตั้งแต่ต้นทาง



## สาเหตุ 1 ตนเอง

**อ.พญ.จิราภรณ์ อรุณากูร** ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล กล่าวว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่สมองยังพัฒนาได้ไม่เต็มที่โดยเฉพาะเรื่องการคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ จึงหลงผิดได้ง่าย ทำให้เกิดการทดลองใช้สารเสพติด เมื่อได้ลองแล้ว ยาเสพติดออกฤทธิ์กับสมองทำให้เกิดการติด นอกจากความอยากรู้อยากลองเฉพาะบุคคลแล้ว วัยรุ่นยังเป็นวัยที่ต้องการการยอมรับของเพื่อน หากเพื่อนเกี่ยวข้องกับยาเสพติดก็มีโอกาสจะติดด้วย



## สาเหตุ 2 ครอบครัว

ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อบุคคลมากที่สุด หากครอบครัวมีสมาชิกที่ใช้สารเสพติดย่อมทำให้สมาชิกที่อายุน้อยเลียนแบบ และหาช่องทางเข้าถึงสารเสพติดได้ นอกจากนี้ปัญหาที่เกิดภายในครอบครัว เช่น ความรุนแรงในครอบครัว การทะเลาะเบาะแว้ง เป็นต้น เหตุการณ์เหล่านี้ย่อมนำมาซึ่งความทุกข์ใจของสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะวัยรุ่นที่มีแนวโน้มหันไปหาสิ่งชดเชยความสุขทางใจจากสิ่งอื่น



## สาเหตุ 3 เศรษฐกิจ

ปัญหาด้านการเงิน เศรษฐกิจ ไม่ว่าจะเป็น การขาดรายได้ การมีหนี้สิน การว่างงาน เป็นต้น อาจทำให้เกิดความเครียด และมองไม่เห็นทางออกของปัญหา การหันมาใช้สารเสพติดเพื่อหลีกหนีความเครียดและปัญหาเฉพาะหน้า ถือเป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่ทำให้คนเข้าสู่วังวนของยาเสพติด

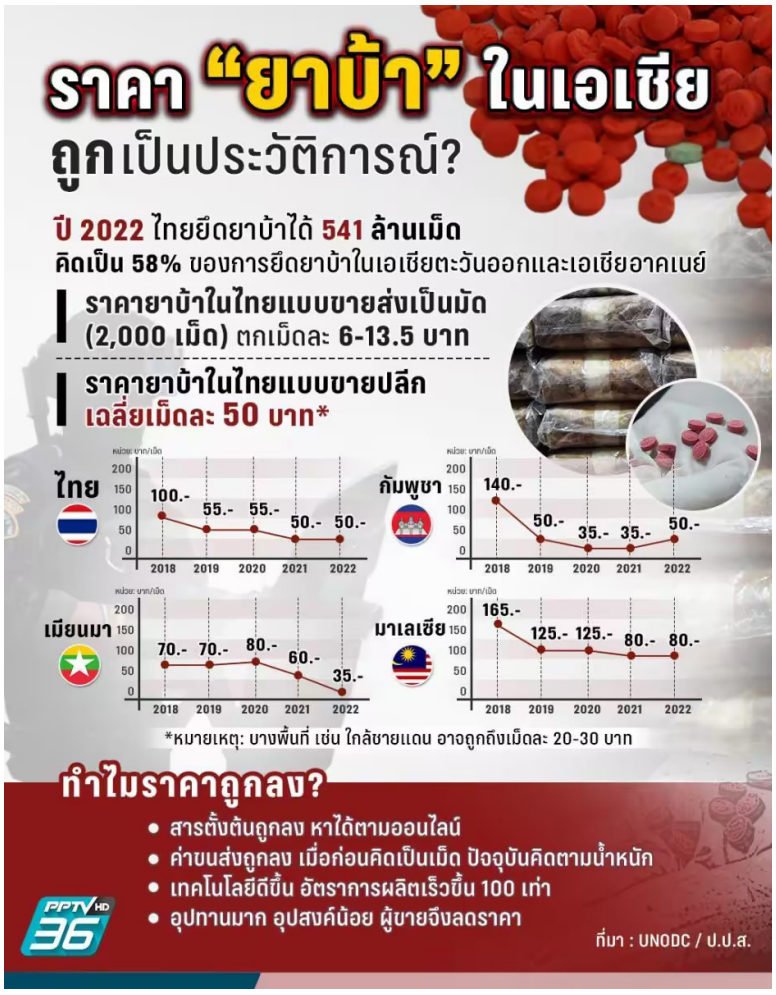


## สาเหตุ 4 สิ่งแวดล้อม

สิ่งแวดล้อมนั้นมีผลต่อปัจเจกบุคคลอย่างชัดเจน การอาศัยอยู่ท่ามกลางผู้ที่เสพยา หรือแหล่งที่เข้าถึงยาเสพติดได้ง่าย ย่อมเป็นการกระตุ้นการอยากรู้อยากลอง รวมไปถึง ได้รับการชักชวนจากเพื่อน คนรู้จัก เพื่อนบ้าน และคนรอบตัว ก็ทำให้วัยรุ่นที่มีความยับยั้งชั่งใจน้อยทดลองเสพยาได้

# จ่ายไม่แพง ปัจจัยใหม่ กระตุ้นวัยรุ่นลองยาเสพติด

นอกจากปัจจัยหลัก 4 ข้อข้างต้นที่ส่งผลให้เยาวชนหันไปพึ่งพายาเสพติดได้แล้ว ปัจจุบันยังมีปัจจัยใหม่ที่เอื้อให้วัยรุ่นหันมาใช้ยาเสพติดเช่นกัน ที่น่าจับตามองก็คือ ปัจจัยใหม่ในภูมิภาค เนื่องจากมีรายงานว่าในภูมิภาคเอเชียตะวันออกและเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ “ราคายาเสพติดกำลังถูกลงเป็นประวัติการณ์”[3]



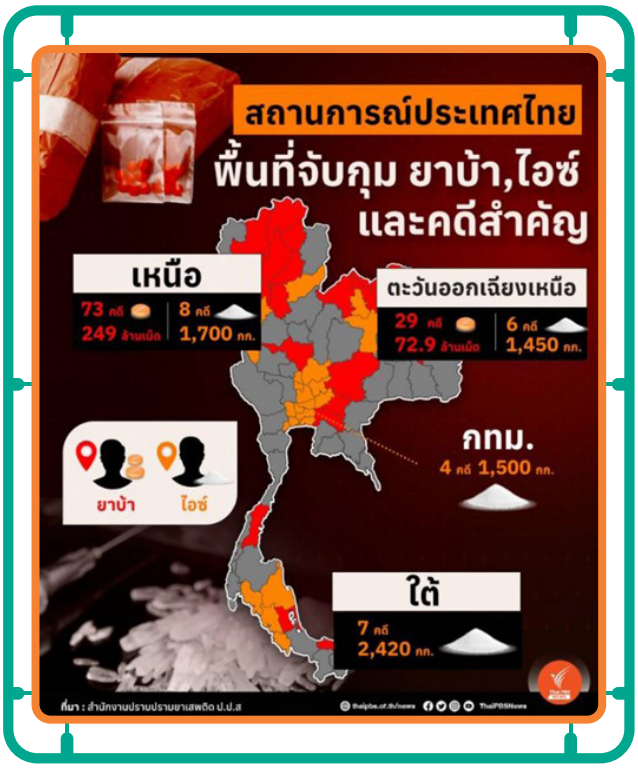

ขณะเดียวกันคำเปรียบเปรยที่ว่า “ยาบ้าถูกกว่าข้าว” ก็เริ่มเป็นที่พูดถึงกันมากขึ้น เมื่อหันมาดูข้อมูลจากหน่วยงานที่ทำการศึกษา ก็พบว่าคำกล่าวนั้นไม่เกินจริงเลย จากข้อมูลในรายงานยาสังเคราะห์ในเอเชียตะวันออกและเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ประจำปี 2023 ของสำนักงานว่าด้วยยาเสพติดและอาชญากรรมแห่งสหประชาชาติ (UNODC) ระบุว่าราคาขายส่งและราคาขายตามท้องถนนของเมทแอมเฟตามีน (ยาบ้าเม็ด) ทั่วทั้งภูมิภาคจากเดิมปี 2018 ตกเม็ดละ 100 บาท ปัจจุบันลดลงมาเหลือ 50-51 บาทเท่านั้น



ส่วนปัจจัยที่ทำให้ยาเสพติดราคาถูกลงนั้น เลขาธิการคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.) **นายวิชัย ไชยมงคล** สรุปให้ฟังว่าเกิดจากปัจจัย 4 ประการคือ

- **สารตั้งต้นถูกลง** ปัจจุบันเคมีภัณฑ์ตั้งต้นในการผลิตราคาไม่สูงเหมือนเมื่อก่อน และหาซื้อได้ตามแพลตฟอร์มออนไลน์ บางแพลตฟอร์มขายกิโลกรัมหนึ่งไม่ถึง 100 บาท ทำให้ต้นทุนในการผลิตยาเสพติดถูกลงมาก
- **ค่าขนส่งถูกลง** ในอดีตจะลักลอบส่งยาเสพติดโดยใช้รถ ทำให้เจอด่านตรวจ และมีต้นทุนส่งสูง ปัจจุบันผู้ค้าเปลี่ยนวิธีขนส่งมาเป็นจัดส่งทางพัสดุภัณฑ์ ทำให้รวดเร็วและต้นทุนต่ำลง
- **เทคโนโลยีดีขึ้น** อุปกรณ์ผลิตยาเสพติดพัฒนาขึ้น ทำให้อัตราการผลิตยาเสพติดเร็วขึ้นกว่า 100 เท่า รวมทั้งยาเสพติดประเภทที่ไม่สามารถผลิตเองได้ในชายแดนไทย ตอนนี้ก็สามารถผลิตได้เองแล้ว
- **กลไกตลาด** เมื่อต้นทุนการผลิตและขนส่งลดลง ผู้ผลิตจึงสามารถผลิตยาเสพติดออกมาได้ในปริมาณมาก รวมไปถึงการผูกขาดการขายยาเสพติดเฉพาะเพียงผู้มีอิทธิพลอย่างในอดีตค่อยๆ หายไป เพราะผู้ค้ายารายใหม่สามารถขายได้ทางโซเชียลมีเดีย

ปัจจัยที่สำคัญไม่แพ้กันคือปัจจัยด้านการเข้าถึงง่ายที่ทำให้เยาวชนริลอง เพราะสิ่งใกล้ตาใกล้ตัวที่มีให้เห็นทุกวันย่อมซึมซับเข้าสู่พฤติกรรมได้ และข้อมูลที่น่าตกใจก็คือ ยาบ้ายังคงเป็นยาเสพติดที่พบมากที่สุด และประเทศไทยถือเป็นเส้นทางยอดนิยมในการขนส่งยาบ้า เฉพาะในปี 2022 ที่ผ่านมา ยาบ้าถูกยึดแล้วได้มากกว่า 541 ล้านเม็ด คิดเป็น 58% ของยาบ้าทั้งหมดที่ยึดได้ในเอเชียตะวันออกและเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยพื้นที่ที่เสี่ยงคือชายแดนทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นชายแดนด้านตะวันตก ที่พบว่ามีขบวนการค้ายาพยายามลักลอบนำยาเสพติดอีกชนิดหนึ่งซึ่งก็คือยาไอซ์เข้ามาในไทย รวมไปถึงชายแดนภาคเหนือตอนบนและภาคตะวันออก เฉียงเหนือที่ยังเป็นพื้นที่หลักในการนำเข้ายาบ้า เรื่องนี้ทางเจ้าหน้าที่รัฐเองก็พยายามสกัดกั้น แต่กลุ่มนักค้ายาเสพติดได้เปลี่ยนเส้นทางลักลอบนำเข้าสารดังกล่าวจากเวียดนามและลาว มาเข้าทางภาคอีสานของไทย อีกส่วนหนึ่งถูกลำเลียงลงทะเลอันดามันรอยต่อระหว่างไทย เมียนมาและมาเลเซีย จึงไม่ได้ทำให้สถานการณ์ยาเสพติดในไทยดีขึ้น[4]

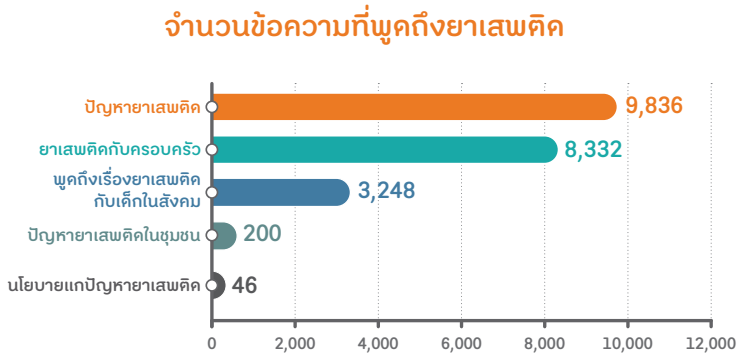


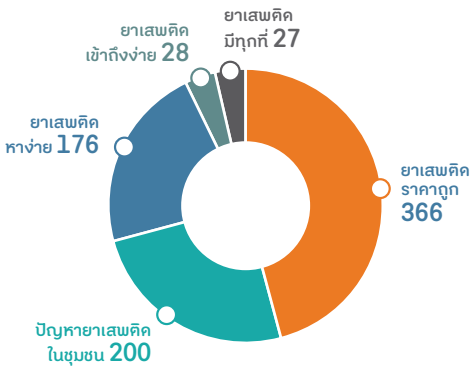

# Social Trend
## สะท้อนปัญหายาเสพติด

WISESIGHT

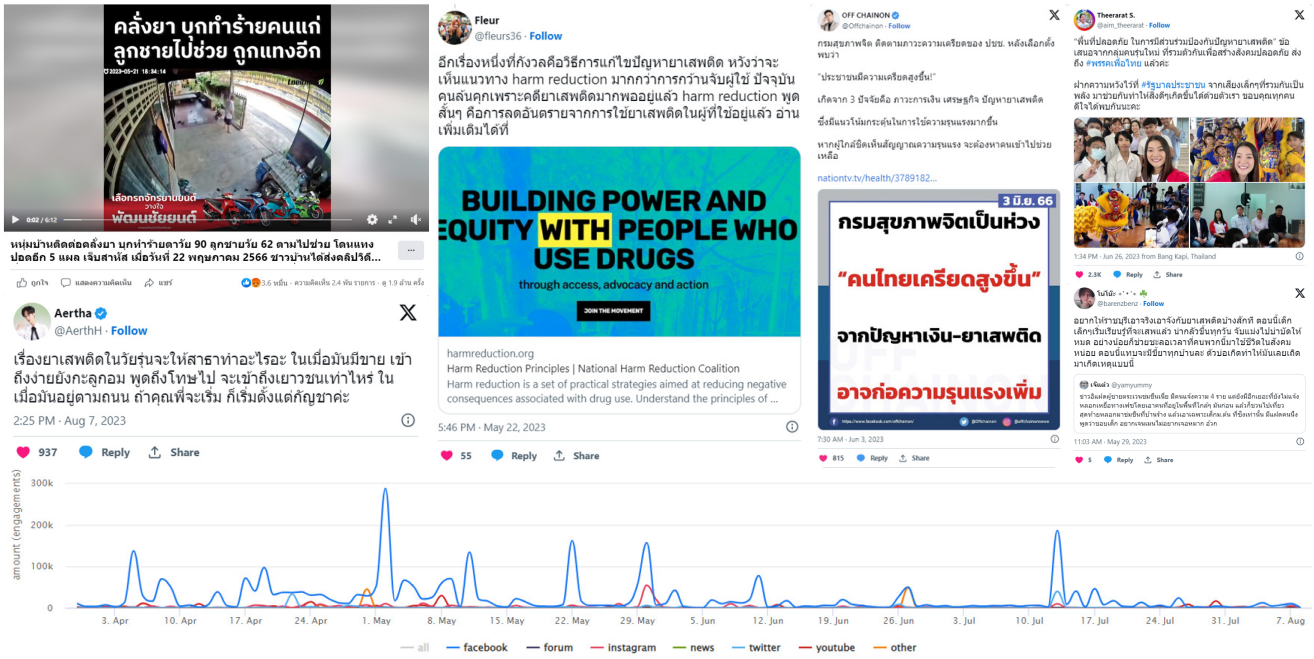
ข้อมูลโซเชียลมีเดียจากเว็บไซต์ Wisesight ที่รวบรวมการพูดถึงประเด็นปัญหายาเสพติดโดยมีการเก็บข้อมูลในระหว่างเดือนมีนาคมถึงเดือนสิงหาคม ปี 2566 บนโซเชียลมีเดีย แพลตฟอร์มหลักที่คนไทยใช้ ไม่ว่าจะเป็นเฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ (X) อินสตาแกรม ติ๊กต๊อก ยูทูป และพันทิป พบว่ามีจำนวนมากถึง 19,275 ข้อความ

จำนวนข้อความที่พูดถึงยาเสพติดมากที่สุด ได้แก่ ปัญหายาเสพติดกว่า 9,000 ข้อความ ยาเสพติดกับครอบครัว ประมาณกว่า 8,000 ข้อความ ยาเสพติดกับเด็กในสังคม เกือบ 4,000 ข้อความ




นอกจากนี้ในทวิตเตอร์ (X) ยังมีการพูดถึงประเด็นวัยรุ่นหาซื้อยาเสพติดได้ง่ายขึ้น เมื่อพ่อแม่เสพยาจะทำให้เด็กรู้จักและเสพยาตามได้ง่าย โดยเฉพาะครอบครัวที่ค่อนข้างยากจน หรือพื้นที่ต่างจังหวัดยิ่งมีความเสี่ยงต่อการเข้าถึงยาเสพติด ยาเสพติดมีขายเกลื่อนเหมือนขนมและราคาถูกกว่าข้าวหรือบุหรี่




ปัญหายาเสพติดในชุมชนนับวันยิ่งน่ากลัว และสิ่งเหล่านี้ก็สะท้อนผ่านโลกออนไลน์ด้วยเช่นกันกับประเด็น “เด็กข้างบ้านก็ติดยา หรือลูกข้างบ้านก็ส่งยา” เช่นเดียวกับข้อมูลจากกรมสุขภาพจิตที่พบว่าคนไทยมีความเครียดมากขึ้นจากปัญหาการเงินปากท้อง และปัญหายาเสพติดเป็นอันดับสาม เห็นได้ว่าสิ่งเหล่านี้กำลังก่อความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ ในอนาคต

## โครงการ “ปิดเทอมสร้างสรรค์ อัศจรรย์วันว่าง ” ปี 66 เปิดกิจกรรมสร้างทักษะ ฝึกอาชีพ ตั้งเป้าเข้าถึงเด็กและเยาวชนไทยทั่วประเทศ




ด้วยเพราะเยาวชนคืออนาคตของชาติ หากเยาวชนตกเข้าสู่วังวนของยาเสพติด ย่อมเท่ากับประเทศชาติกำลังสูญเสียกำลังสำคัญไปอีกหนึ่ง การเสริมสร้างศักยภาพของเยาวชน และสร้างกลไกป้องกันด้วยการจัดกิจกรรมให้เยาวชนใช้เวลาเป็นประโยชน์จึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง

**เยาวชนคืออนาคตของชาติ**
**หากเยาวชนตกเข้าสู่วังวนของยาเสพติด**
**ย่อมเท่ากับประเทศชาติกำลังสูญเสีย**
**กำลังสำคัญไปอีกหนึ่ง**

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จึงสานพลังภาคี 4 ภูมิภาคริเริ่มโครงการ “ปิดเทอมสร้างสรรค์อัศจรรย์วันว่าง” ปี 66 ต่อยอดสู่ “เมืองแห่งการเรียนรู้” เปิดแพลตฟอร์ม happyschoolbreak.com รวม 5,000 กิจกรรมสร้างสรรค์ สร้างทักษะ ฝึกอาชีพ ลดสารพัดปัจจัยเสี่ยง ตั้งเป้าเข้าถึงเด็กและเยาวชนไทยไม่น้อยกว่า 200,000 คน

**ดร.สุปรีดา อดุลยานนท์** ผู้จัดการกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ให้สัมภาษณ์ถึงความสำคัญของแพลตฟอร์มนี้ว่า เป็นการรวบรวมข้อมูล เชื่อมร้อยกิจกรรมสำหรับเด็กหลากหลายช่วงวัย จากหน่วยงาน และเครือข่ายทั่วประเทศ เพื่อเป็นแหล่งข้อมูลให้เด็กและเยาวชนเข้าถึงกิจกรรมได้ง่ายขึ้น เมื่อเด็กมีกิจกรรมที่เข้าถึงง่ายให้ไปเข้าร่วม โอกาสที่จะถูกชักจูงไปสู่การทดลองใช้สารเสพติดก็จะน้อยลง ทาง สสส. ยังร่วมกับภาคีนวัตกรรมซึ่งพัฒนาแอปพลิเคชันให้เยาวชนที่ต้องการหางานพาร์ตไทม์ หลังเลิกเรียนและวันหยุดอีกมากกว่า 1,000 ตำแหน่ง โดยตั้งเป้าที่สร้างกิจกรรมปิดเทอมสร้างสรรค์ ไม่น้อยกว่า 500 องค์กร รวม 5,000 กิจกรรมที่เข้าถึงเด็กและเยาวชนได้โดยตรงไม่น้อยกว่า 200,000 คนทั่วประเทศ ด้วยความมุ่งมั่นว่าเด็กทั่วประเทศจะต้องเข้าถึงกิจกรรมสร้างสรรค์ช่วงวันว่าง

โครงการนี้ยังได้รับความร่วมมือจากจังหวัดต่างๆ มากมาย โดยที่เด่นชัดคือจังหวัดอุตรดิตถ์ที่ได้การสนับสนุนจาก สสส. ในการสร้างพื้นที่เรียนรู้ 105 พื้นที่ รวม 180 กิจกรรมที่หลากหลาย อาทิ การทำขนมสำหรับเด็ก ว่ายน้ำ ศิลปะ Cover Dance เพื่อให้เยาวชนมีกิจกรรมให้เลือกหลากหลาย ค้นหาตัวตนพบ มองเห็นคุณค่าของตนเอง เพื่อเยาวชนที่ได้ทดลองทำกิจกรรมต่างๆ ได้พบเส้นทางของตัวเองจะได้มีความมุ่งมั่นและถูกชักจูงจากกลุ่มคนไม่ดีหรืออบายมุขได้ยาก




*ภาพ : วันที่ 7 มีนาคม 2566 พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา อดีตนายกรัฐมนตรีและรัฐมนตรีว่าการกระทรวงกลาโหม และคณะรัฐมนตรี เยี่ยมชมกิจกรรม “ปิดเทอมสร้างสรรค์” ปี 66 ณ ตึกสันติไมตรีทำเนียบรัฐบาล*

# โครงการเครือข่ายภาคประชาชน สร้างพื้นที่ปลอดภัย จากยาเสพติดและเสริมสร้างชุมชนสุขภาวะ มูลนิธิศูนย์วิชาการสารเสพติด ร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ สสส.







เพราะพื้นที่ปลอดภัยจะทำให้เยาวชนได้เป็นตัวเอง รู้สึกไว้วางใจ และปลดปล่อยพลังแห่งคนรุ่นใหม่ได้เต็มที่ ยิ่งหากเป็นพื้นที่ที่คนรุ่นใหม่เข้าถึงได้ตลอดก็ยิ่งตอบสนองไลฟ์สไตล์คนรุ่นใหม่ พื้นที่นั้นก็คือ เพจสารส้ม สื่อกลางที่ทำหน้าที่คอยแจ้งข่าวสารและเป็นตัวกลางให้เยาวชนได้แลกเปลี่ยน พูดคุย สื่อสาร เติมเต็ม Mindset ดีๆ ต่อการสร้างชีวิตที่ปลอดภัยจากปัญหายาเสพติด

โดยเพจสารส้มนั้นเป็นการร่วมมือกันระหว่างมูลนิธิศูนย์วิชาการสารเสพติดกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เพื่อสร้างแพลตฟอร์มรวบรวมข้อมูล และนำเสนอสื่อสร้างสรรค์ในรูปแบบต่างๆ ที่ให้มุมมองใหม่พร้อมส่งต่อข้อมูลดีๆ ที่หลากหลายให้กับผู้คนที่ต้องการจะทำความเข้าใจและหาทางออกจากปัญหายาเสพติด

ที่มาของชื่อ “สารส้ม” นั้นเกิดจากการตกผลึกทางความคิดว่า สารส้มมีคุณสมบัติพิเศษ ที่เมื่อแกว่งลงไปในน้ำที่ขุ่นมัว จะทำให้น้ำใสและนำไปใช้ประโยชน์ได้ใหม่เฉกเช่นชีวิตคนหากเดินเลี้ยวทางผิดหลงไปในเส้นทางของยาเสพติด ทว่าเมื่อได้รับความรู้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ มีคนพร้อมเข้าใจ และให้โอกาสได้เติมเต็มมุมมองใหม่ ก็สามารถเดินกลับมาสู่เส้นทางที่ปลอดภัยและสร้างชีวิตตัวเองได้ใหม่อย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรี

กิจกรรมของโครงการนั้นมีมากมายหลากหลาย ตัวอย่างล่าสุดที่น่าสนใจคือกิจกรรมที่จังหวัดพัทลุง จัดงานเวทีร่วมคิดสร้างพื้นที่ปลอดภัย ในโรงเรียนและชุมชนพื้นที่ ต.หนองธง อ.ป่าบอน ที่เรียกเสียงหัวเราะ รอยยิ้ม ความสนุกสนานของเด็กๆ และมุมมองความคิดของคนอีกรุ่นทั้งยังเป็นการเปิดใจเพื่อลดช่องว่างของช่วงวัยให้ได้มากที่สุด




จากกิจกรรมก็มีการถอดบทเรียนที่ทำให้ได้เข้าใจความสลับซับซ้อนของปัญหายาเสพติดที่เกิดขึ้นในสังคม โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชน เพิ่มพื้นที่ปลอดภัยผ่านรูปแบบกิจกรรมที่สร้างสรรค์ให้เด็กได้มีโอกาสร่วมคิดร่วมออกแบบ และร่วมแก้ไขปัญหาร่วมรับประโยชน์ และพร้อมจะส่งต่อให้รุ่นน้องต่อไป

โครงการและกิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ล้วนจักเป็นดังเกราะป้องกันเยาวชนไทยให้ห่างไกลจากยาเสพติด ที่แม้ทุกวันนี้ยาเสพติดจะเข้าถึงตัวเยาวชนได้อย่างดาย แต่หากเยาวชนไทยได้รับภูมิคุ้มกันจากทุกภาคส่วนตั้งแต่ครอบครัว ชุมชน โรงเรียน องค์กร เป็นต้น ความเสี่ยงที่เยาวชนจะเดินเข้าสู่วังวนยาเสพติดก็น้อยลง ความหวังที่ประเทศจะได้มีพลังของคนรุ่นใหม่ที่มีคุณภาพ เพื่อขับเคลื่อนไปข้างหน้าก็อยู่ไม่ไกลเกินเอื้อม สนใจศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับเพจสารส้มไปที่ *https://www.facebook.com/join.sarnsom*

# อ้างอิง


(1) **ปัญหายาเสพติดในไทย และแนวทางการแก้ไข ปี 2566**, ภูฟ้าเรสท์โฮม, สืบค้นเมื่อ 13 กันยายน 2566, จาก https://www.phufaresthome.com/blog/drugs-problem-in-thailand-2566/

(2) **สถิติของผู้ป่วยสารเสพติดในไทยปี 65-66 ล่าสุด**, ภูฟ้าเรสท์โฮม, สืบค้นเมื่อ 13 กันยายน 2566 , จาก https://www.phufaresthome.com/blog/thailand-drugs-stats/

(3) **“ยาบ้าถูกกว่าข้าว” จริงหรือ? ชำแหละปัจจัย “ราคายาเสพติด” ถูกลงเรื่อยๆ**, PPTV Online, สืบค้นเมื่อ 13 กันยายน 2566, จาก https://www.pptvhd36.com/news/สังคม/199547

(4) **สถานการณ์ยาเสพติด 2566 แนวรบไม่เคยเปลี่ยน**, Thai PBS, สืบค้นเมื่อ 13 กันยายน 2566, จาก https://www.thaipbs.or.th/news/content/328947

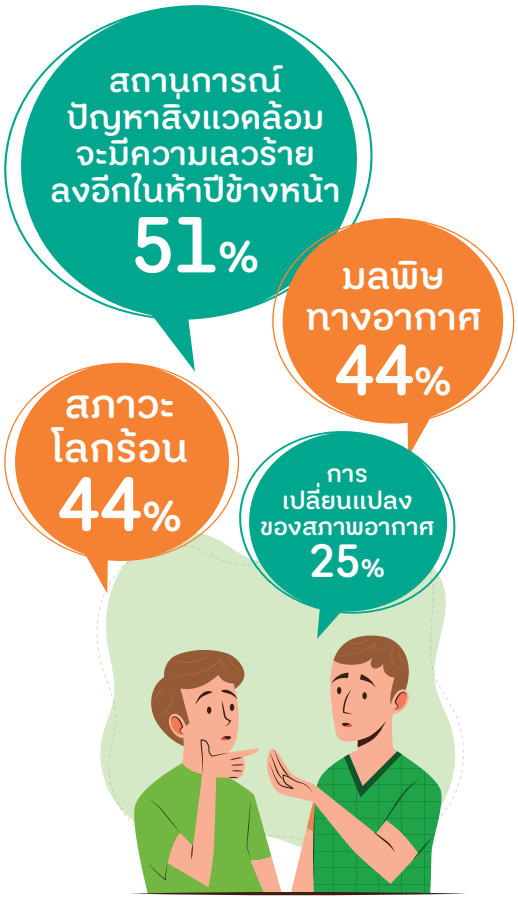
(5) **สานพลังภาคี 4 ภูมิภาค Kick Off “ปิดเทอมสร้างสรรค์ อัศจรรย์วันว่าง” ปี 66 เปิดกิจกรรมสร้างทักษะ ฝึกอาชีพ ตั้งเป้าเข้าถึงเด็กและเยาวชนไทยทั่วประเทศ**, สำนักข่าวสร้างสุข, สืบค้นเมื่อ 13 กันยายน 2566, จาก https://www.thaihealth.or.th/?p=330140

06




# ลมหายใจในม่านฝุ่น ต้นตอปัญหาที่แตกต่างหลากหลาย

# New War and the Environment
# ปัญหาทางสิ่งแวดล้อมกระทบความยั่งยืน




หนึ่งในปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของเราทุกคนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้คือ สิ่งแวดล้อม ทว่าปัจจุบันปัญหาสิ่งแวดล้อมนั้นกลับมีให้เราเห็นมากขึ้น และเพิ่มความวิตกกังวลให้กับทุกฝ่าย จากการสำรวจความคิดเห็นประชาชนซึ่งเป็นการร่วมมือกันระหว่างมาร์เก็ตบัซซและวิทยาลัยโลกคดีศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พบว่าปัญหาสิ่งแวดล้อมอันดับต้นๆ ที่คนไทยวิตกกังวลคือ สภาวะโลกร้อน 44% มลพิษทางอากาศ 44% และการเปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศ 25% นอกจากนี้ กว่า 51% ของคนไทยเชื่อว่าสถานการณ์ปัญหาสิ่งแวดล้อมจะมีความเลวร้ายลงอีกในห้าปีข้างหน้า

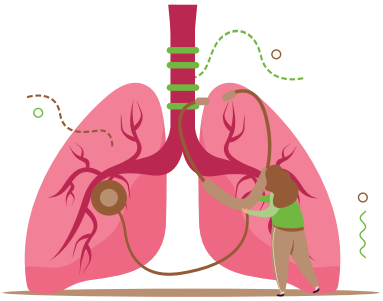
จากตัวเลขด้านบนนั้นถือเป็นตัวเลขความกังวลที่ไม่น้อยเลย ในแง่ดีนับได้ว่าคนไทยมีความตระหนักในปัญหาสิ่งแวดล้อมอย่างดี แต่การตระหนักของบุคคลซึ่งถือเป็นหน่วยเล็กที่สุดของสังคมอาจไม่เพียงพอ ความร่วมมือจากทุกฝ่ายจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยบรรเทาปัญหานี้ เพราะสิ่งแวดล้อมนั้นส่งผลต่อชีวิตเราทุกมิติ หากสิ่งแวดล้อมดี การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีรอบด้านย่อมเกิดขึ้นได้ไม่ยาก

“You are what you breathe” หายใจเอาอะไรเข้าไปก็เป็นอย่างนั้น คำกล่าวคุ้นชินที่ดัดแปลงมาจาก “You are what you eat” กินอะไรก็เป็นอย่างนั้น เพราะไม่ว่าเราจะกินหรือหายใจ ทุกสิ่งที่เข้าไปในร่างกายล้วนกำหนดชะตาสุขภาพของเราทุกคน

นับย้อนไปช่วง 5 ปีที่ผ่านมา คนไทยเริ่มรับรู้ถึงคุณภาพของอากาศที่แย่ลง ท้องฟ้าที่สดใสกลับเปลี่ยนเป็นสีหม่น เพราะถูกปกคลุมไปด้วยฝุ่นควัน โดยเฉพาะผู้ที่อาศัยในเมืองใหญ่อย่างกรุงเทพฯ และเชียงใหม่ เป็นต้น พร้อมกับได้ยินคำว่า PM2.5 มากขึ้น และรับรู้ว่านี่คือตัวชี้วัดค่าฝุ่นละอองขนาดเล็กที่ล่องลอยปะปนในอากาศ เมื่อเราหายใจเอาเจ้าฝุ่นเล็กจิ๋วนี่เข้าไป ผลกระทบของมันที่มีต่อร่างกายกลับไม่เล็กเอาเสียเลย



## เสี่ยงมะเร็งปอดมากขึ้น
## เพียงแค่รับมลพิษทางอากาศ 3 ปี



PM2.5 คือ ชื่อย่อของฝุ่นละอองขนาดเล็กกว่า 2.5 ไมโครเมตร แม้อนุภาคจะเล็กมาก แต่ก่อให้เกิดปัญหาใหญ่อย่างมลพิษทางอากาศ เมื่อเข้าสู่ร่างกายสามารถเข้าไปในปอดได้ลึกและเชื่อมโยงกับปัญหาสุขภาพมากมาย เช่น โรคหัวใจและมะเร็งปอด

นักวิจัยด้านมะเร็ง**ชาร์ลส์ สวันตัน (Charles Swanton)** จากสถาบันฟรานซิส คริก (Francis Crick Institute) สหราชอาณาจักร[1] เผยว่าการได้รับมลพิษทางอากาศเพียงแค่ 3 ปี ก็เพิ่มความเสี่ยงมะเร็งปอดได้ ในผู้ป่วยมะเร็งปอดเกือบ 33,000 คน พบว่ามลพิษขนาดเล็กมีความสัมพันธ์กับความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้นของการกลายพันธุ์ในยีนตัวรับ (EGFR)[i] ที่พบได้มากในผู้ป่วยมะเร็งปอด ซึ่งส่วนใหญ่ส่งผลกระทบต่อทั้งต่อผู้ไม่สูบบุหรี่และผู้ที่สูบบุหรี่อย่างหนัก

นอกจากนี้งานวิจัยจากสถาบันฟรานซิส คริก (The Francis Crick Institute) สหราชอาณาจักรยังพบว่าผู้ไม่สูบบุหรี่จำนวน 228 คนในแคนาดาแสดงให้เห็นว่า หลังจากสัมผัสกับมลพิษทางอากาศ PM2.5 ในระดับสูงเป็นเวลา 3 ปี ความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งปอดที่เกิดจากยีน EGFR เพิ่มขึ้นจาก 40% เป็น 73%

## โรคเกี่ยวกับมลพิษทางอากาศ
## ความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้นของคนไทย



1,730,976 คือ จำนวนตัวเลขผู้ป่วยโรคที่เกี่ยวข้องกับมลพิษทางอากาศ จากข้อมูลเฝ้าระวังของกระทรวงสาธารณสุข ระหว่างวันที่ 1 ม.ค.-19 มี.ค. 2566 นี่เป็นตัวเลขที่เพิ่มมากขึ้นถึง 228,870 คน เมื่อเทียบกับจำนวนผู้ป่วยในช่วงสัปดาห์ก่อนหน้า กลุ่มโรคที่พบสูงสุด ได้แก่ กลุ่มโรคทางเดินหายใจ กลุ่มโรคผิวหนังอักเสบ และกลุ่มโรคตาอักเสบ

นอกจากจำนวนผู้ป่วยจะเพิ่มอย่างมีนัยยะสำคัญแล้ว หากเราลงลึกกันไปถึงความเสี่ยงระหว่างเพศ เพศหญิงคือเพศที่ได้รับผลกระทบมากกว่าเพศชาย จากงานศึกษาของ**รศ.พญ.บุษยามาส ชีวสกุลยง** คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่[2] ระบุว่า PM2.5 เป็นสารก่อมะเร็งที่มีขนาดโมเลกุลเล็กเพียง 2.5 ไมครอน เล็กมากจน มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า PM2.5 จึงเข้าสู่ร่างกายของเราโดยไม่รู้ตัวและไม่สามารถป้องกันได้

เมื่อ PM2.5 เดินทางถึงปอด จะก่อให้เกิดอาการอักเสบ เกิดการกลายพันธุ์ของ ดีเอ็นเอ อาร์เอ็นเอ (DNA RNA)[ii] หากร่างกายได้รับสาร PM2.5 ในปริมาณมากและยาวนานเกินไป จนร่างกายต่อสู้ไม่ไหวก็จะเกิดโรคมะเร็งปอด ชนิดของมะเร็งที่สัมพันธ์กับ PM2.5 คือ อะดีโนคาร์ซิโนมา (Adenocarcinoma)[iii] หรือมะเร็งชนิดต่อม ซึ่งผู้หญิงมีโอกาสเป็นมะเร็งปอดชนิดนี้มากกว่าผู้ชาย และในผู้ที่สูบบุหรี่อยู่แล้วเมื่อสูด PM2.5 เข้าสู่ร่างกาย ความเสี่ยงโรคมะเร็งจะเพิ่มขึ้นเป็น 2 เท่า

ช่วงวัยที่แตกต่างกันก็ย่อมก่อความเสี่ยงที่ต่างออกไป จากข้อมูลของกระทรวงสาธารณสุขที่ศึกษาการเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกี่ยวข้องกับมลพิษทางอากาศของคนไทย ตั้งแต่ปี 2560-2563 พบว่า 4 โรคหลักที่ผู้สูงอายุ (อายุมากกว่า 60 ปี) เจ็บป่วย ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคหลอดเลือดสมอง โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และโรคมะเร็งปอด

สาเหตุที่ผู้สูงอายุมีการเจ็บป่วยด้วยโรคดังกล่าวมากกว่าคนทั่วไปนั้นตรงไปตรงมาและชัดเจนว่า เกิดจากการได้รับและสัมผัสมลพิษทางอากาศมาเป็นเวลานาน นั่นหมายความว่าหากความเข้มข้นของมลพิษทางอากาศยังคงไม่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น จำนวนเด็กในรุ่นปัจจุบันที่ต้องเผชิญกับโรคเหล่านี้จะสูงยิ่งกว่าจำนวนผู้ป่วยสูงอายุในปัจจุบัน

ไม่ใช่เพียงปัจจัยด้านเพศและวัยที่ก่อให้เกิดความเสี่ยงอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้เท่านั้น หากสำรวจตัวเองแล้วพบว่าอยู่ในกลุ่มเสี่ยงเหล่านี้ก็ถือว่าอยู่ในกลุ่มเสี่ยงสำคัญ ได้แก่ เด็ก หญิงตั้งครรภ์ ผู้สูงอายุ และผู้มีโรคประจำตัว

# มลพิษทางอากาศ ส่งผลต่อกลุ่มเสี่ยงสำคัญ

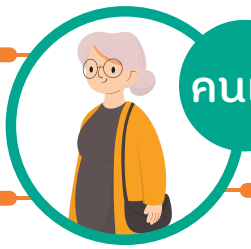
กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

แต่ละคนแต่ละวัย
**ความเสี่ยง**
จากมลพิษ
ทางอากาศ







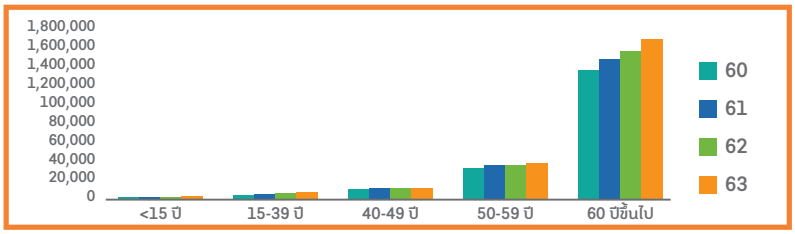




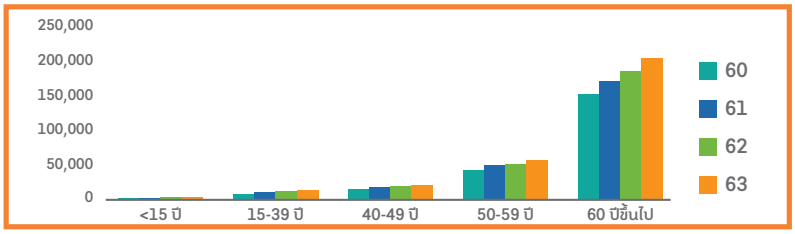


## การเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกี่ยวข้องกับมลพิษทางอากาศของไทย แยกตามกลุ่มอายุ ปี 60-63

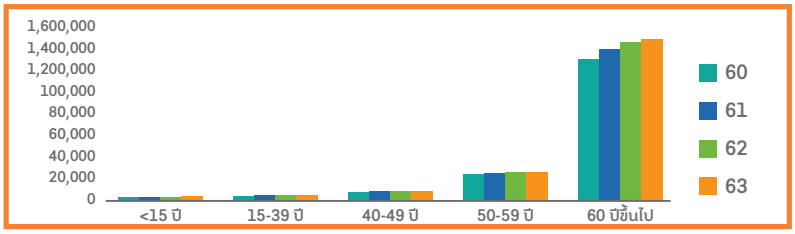
### โรคหัวใจและหลอดเลือด



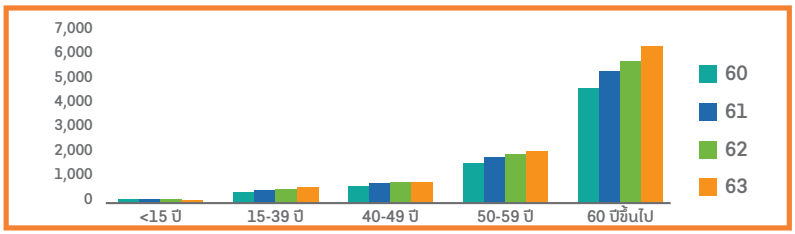

### โรคหลอดเลือดสมอง




### โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง




### โรคมะเร็งปอด




---

[i] *ยีน Epidermal Growth Factor Receptor (EGFR) เป็นยีนที่มีในร่างกายและพบการกลายพันธุ์ได้มากในผู้ป่วยมะเร็งปอด*

[ii] *DNA (deoxyribonucleic acid) เป็นสารพันธุกรรมชนิดหนึ่ง ทำหน้าที่เก็บข้อมูลพันธุกรรมและถ่ายทอดข้อมูลนั้นไปยังรุ่นลูกหลาน*
*RNA ( ribonucleic acid) ทำหน้าที่ควบคุมการเจริญเติบโตและกระบวนการต่างๆ ของสิ่งมีชีวิตและสังเคราะห์โปรตีน*

[iii] *มะเร็งชนิดต่อม หรือ อะดีโนคาร์ซิโนมา (อังกฤษ: adenocarcinoma) เป็นมะเร็งที่เจริญมาจากเนื้อเยื่อต่อม (glandular tissue) ซึ่งเป็นเยื่อบุผิว (epitheliam) ชนิดหนึ่ง*

# ต้นตอโรคทางอากาศ
# ที่มาของฝุ่นควันในภาคเหนือ



ฝุ่นควันที่ลอยปกคลุมล้วนส่งผลให้เกิดโรคดังกล่าวข้างต้นต่อคนไทยทุกคนไม่มากก็น้อย ทว่าความรุนแรงของสถานการณ์โรคก็รุนแรงแตกต่างกันไปตามแต่ละพื้นที่ ด้วยปัจจัยของแต่ละภูมิภาค เช่น วิถีชีวิต พื้นที่ใกล้เคียง สภาพภูมิอากาศเฉพาะตัว และปัจจัยอื่นๆ การทำความเข้าใจถึงที่มาของฝุ่นในแต่ละภาคจึงช่วยให้ประชาชนป้องกันได้ตั้งแต่ต้นทาง

ในภาคเหนือพื้นที่ที่เต็มไปด้วยป่าไม้และทิวเขา ดินแดนแห่งอากาศหนาวและอากาศบริสุทธิ์ในความทรงจำของใครหลายคน กลับกลายเป็นพื้นที่ที่ปกคลุมไปด้วยหมอกควัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วง 2-3 ปีที่ผ่านมา ด้วยปัจจัย 3 ประการดังนี้

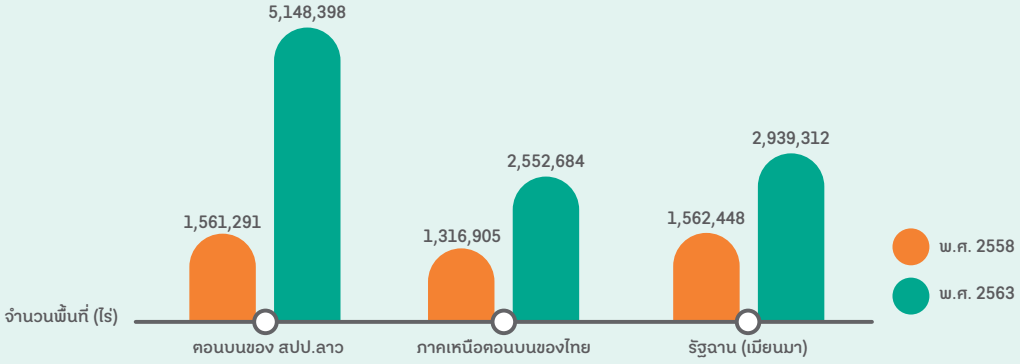
- ลักษณะภูมิประเทศที่กักขังการไหลเวียนของอากาศ เช่น ที่ราบแอ่งกระทะ ล้อมรอบด้วยภูเขา
- ภูมิอากาศ เกิดการผกผันของอุณหภูมิที่ชั้นบรรยากาศด้านบนมีอุณหภูมิสูงขึ้น ทำให้อากาศไม่หมุนเวียน
- การเผาชีวมวล หรือวัสดุเหลือทิ้งทางการเกษตร

จะเห็นได้ว่าสองปัจจัยแรกนั้นเป็นปัจจัยทางธรรมชาติที่ยากจะควบคุม ทว่าปัจจัยสุดท้ายนั้นเกิดจากมนุษย์ การเผาชีวมวลหรือวัสดุเหลือทิ้งทางการเกษตร ทำให้ฝุ่นควันสะสมจนเกิดเป็นสถานการณ์หมอกควันในพื้นที่ภาคเหนือในปัจจุบัน ฝุ่นควันจากการเผานั้นมีที่มาจาก 2 แหล่งคือการเผาในประเทศและนอกประเทศ และมักเป็นการเผาเศษวัสดุจากพืชหลัก 3 ชนิด คือ ข้าว อ้อย และข้าวโพดเลี้ยงสัตว์

นอกจากนี้ยังมีพืชอื่นๆ ในพื้นที่ป่าไม้ผสมกันซึ่ง 10 ปีหลังที่สถานการณ์ฝุ่นควันทวีความรุนแรงขึ้นนั้น เป็นเพราะจำนวนประชากรที่เพิ่มขึ้นจึงต้องเผาข้าวโพดและวัสดุการเกษตรอื่นๆ เพื่อให้ทันกับความต้องการ รวมไปถึงสภาวะภูมิอากาศที่เปลี่ยนแปลง ในปี 2565 ประเทศเพื่อนบ้านอย่างเมียนมาร์และลาวมีการเผาเศษวัสดุจากพืชอย่างเต็มที่ สถานการณ์ฝุ่นควันในภาคเหนือจึงค่อนข้างสาหัสกว่าปีที่ผ่านๆ มา

## ข้าวโพดเลี้ยงสัตว์ : พื้นที่ปลูกข้าวโพด ในภูมิภาคลุ่มน้ำโขง และมลพิษทางอากาศข้ามพรมแดน

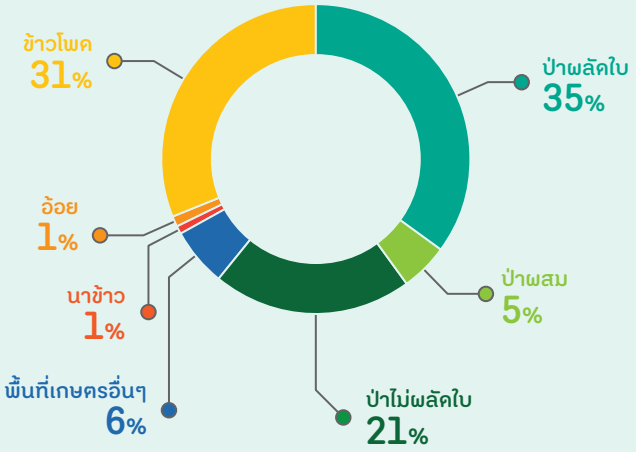
GREENPEACE




พื้นที่ป่าเปลี่ยนเป็นพื้นที่ปลูกข้าวโพดระหว่างปี พ.ศ. 2558-2563 ในอนุภาคลุ่มน้ำโขง
วิเคราะห์จากภาพดาวเทียมระบบ MODIS

ข้อมูลจากองค์กรกรีนพีช ประเทศไทย เผยแพร่เดือนมีนาคม 2566 ระบุว่า “ในช่วงราวสองทศวรรษที่ผ่านมา พื้นที่อนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง ได้แก่ พื้นที่ภาคเหนือตอนบนของไทย รัฐฉานของเมียนมา ภาคเหนือของ สปป.ลาว ได้กลายเป็นศูนย์กลางของประเด็นมลพิษทางอากาศข้ามพรมแดน โดยเฉพาะอย่างยิ่งฝุ่น PM 2.5” ซึ่งเป็นผลพวงมาจากการทำลายพื้นที่ป่าเพื่อขยายการผลิตพืชเศรษฐกิจที่เป็นสินค้าโภคภัณฑ์ เพื่อการส่งออก รวมถึงข้าวโพดเลี้ยงสัตว์ ผลจากการวิเคราะห์ภาพถ่ายดาวเทียมในรายงานดังกล่าวข้างต้นยังชี้ให้เห็นว่า จุดความร้อน (hot spot) ที่พบเป็นพื้นที่ปลูกข้าวโพดเลี้ยงสัตว์สัดส่วนถึง 1 ใน 3 ของจุดความร้อนทั้งหมดที่เกิดขึ้นในอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง

สัดส่วนของจุดความร้อน (Hotspot) แยกตามสิ่งปกคลุมดิน (Land Cover) และการใช้ประโยชน์ที่ดินแบบต่างๆ ในอนุภาคลุ่มน้ำโขงเฉลี่ย 6 ปี (2558-2563) จากดาวเทียม Suomi-NPP ระบบ VIIR ที่มีความละเอียดเชิงพื้นที่ 375 เมตร




# ฝุ่นควันการเผาพื้นที่โล่งแจ้งทางการเกษตรของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ



อีกหนึ่งภูมิภาคที่ประสบปัญหาฝุ่นควันไม่แพ้ภาคเหนือคือภาคตะวันออกเฉียงเหนือ แหล่งกำเนิดมลพิษทางอากาศของภาคอีสานนั้นคือการเผาในที่โล่ง ซึ่งเป็นวิถีชีวิต มีทั้งการเผาขยะชุมชน เผาอ้อย เผานาข้าวและเผาพื้นที่รกร้างในชุมชน โดยเมื่อดูจากจุดความร้อนจำแนกตามชนิดแหล่งกำเนิดพบว่าเป็นนาข้าว 40% อ้อย 6% พื้นที่เกษตรอื่นๆ 15% พื้นที่ป่า 25% พื้นที่ริมทางหลวง 1% ชุมชนและอื่นๆ

ข้อมูลจาก **รศ.ดร.วิษณุ อรรถวานิช** อาจารย์ประจำคณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ผู้เชี่ยวชาญนโยบายด้านการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ เกษตร สิ่งแวดล้อม เปิดเผยถึงสาเหตุหลักของการเกิดฝุ่นควันในภาคอีสานดังนี้

- **การเผาตอซังข้าว** จากตัวเลขจุดความร้อนล่าสุดของวันที่ 1 มีนาคม 2566 พบว่าการเผาที่เกิดในนาข้าวมีจำนวนจุดความร้อนมากที่สุด 204 จุด โดยเฉพาะนครราชสีมา ตามมาด้วยข้าวโพดเลี้ยงสัตว์ 132 จุด และอ้อยโรงงาน 67 จุด พื้นที่เกษตรอื่นอีก 239 จุด
- **การเผาไร่อ้อย** ข้อมูลจากอธิบดีกรมควบคุมมลพิษ ระบุการคาดการณ์ว่า ในปี 2566 ผลผลิตอ้อยทั่วประเทศจะเพิ่มขึ้น มีพื้นที่เพาะปลูกอ้อยประมาณ 12 ล้านไร่ และมีจำนวนอ้อยเข้าหีบประมาณ 74 ล้านตัน โดยประมาณการว่าจะมีอ้อยไฟไหม้เข้าหีบในสัดส่วน 30%[3]

ด้านสำนักงานคณะกรรมการอ้อยและน้ำตาลทราย ตรวจพบพื้นที่ปลูกอ้อยที่มีไฟไหม้ ซ้ำซาก ยังคงมีอยู่ในบริเวณรอยต่อระหว่างจังหวัดชัยภูมิ นครราชสีมา และบริเวณรอยต่อจังหวัดขอนแก่น อุดรธานี กาฬสินธุ์ และมหาสารคาม

# ภูมิประเทศ ปัจจัยหลักสถานการณ์หมอกควันในภาคใต้

ข้อมูลจากแฟนเพจรายงานสถานการณ์หมอกควันในภาคใต้ ซึ่งอัปเดตข่าวสารสถานการณ์เป็นประจำกล่าวถึงสถานการณ์ฝุ่น PM2.5 ของพื้นที่ภาคใต้เมื่อ 17 เมษายน 2566[4] ว่า ยังคงมีค่าสูงกว่าปกติในช่วง 35-50 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร (ug/m3) ทำให้ทั่วทั้งภาคใต้ท้องฟ้าจึงยังคงขมุกขมัว อากาศร้อนอบอ้าว ไม่มีลม หลายคนคาดการณ์ว่าฝุ่นควันอาจพัดมาจากประเทศเพื่อนบ้านอินโดนีเซีย แต่สาเหตุที่แท้จริงนั้นอาจเป็นดังนี้

- **การเคลื่อนที่ของมวลอากาศแบบย้อนกลับ** ข้อมูลจากการทำแบบจำลองการเคลื่อนที่ของมวลอากาศแบบย้อนกลับในจังหวัดต่างๆ ได้แก่ ระนอง สงขลา สุราษฎร์ธานี ภูเก็ต พบว่า ลมที่ระดับความสูง 3,000 เมตร เป็นลมตะวันออกเฉียงเหนือพัดผ่าน hotspot บางส่วนทั้งจากประเทศลาว กัมพูชา และเวียดนาม ซึ่งลมดังกล่าวหอบเอาฝุ่นควันเข้าสู่ภาคใต้
- **ลมตะวันตกเฉียงเหนือ** ลมที่ระดับ 1,000 เมตร เป็นลมตะวันตกเฉียงเหนือ ซึ่งอาจจะพัดพากลุ่มฝุ่นควันที่ลอยอยู่ในมหาสมุทรอินเดียบางส่วนเข้ามาในภาคใต้อีกด้วย
- **ลมผิวดินต่ำ** ในช่วงต้นปีภาคใต้มีลมผิวดินต่ำ ทำให้อัตราการระบายอากาศไม่ดี เกิดการสะสมของฝุ่นละอองในพื้นที่เพิ่มขึ้น แต่สถานการณ์จะเริ่มดีขึ้นเมื่อผ่านเดือนเมษายนเป็นต้นไป

# “เกาะมลพิษในเขตเมือง” ตัวการทำลายสุขภาพชีวิตคนเมือง

ในช่วงฤดูแล้งและอากาศเย็นคือฤดูกาลของฝุ่นควัน PM2.5 ที่คนเมืองต้องเจอ **ดร.เอกบดินทร์ วินิจกุล** คณะสิ่งแวดล้อมทรัพยากรและการพัฒนา สถาบันเทคโนโลยีแห่งเอเชีย[5] กล่าวถึงแหล่งกำเนิดมลพิษทางอากาศของพื้นที่กรุงเทพฯ และปริมณฑลว่า มาจาก 3 แหล่งหลัก ได้แก่

- **ท่อไอเสียรถยนต์ 53%** เนื่องจากจำนวนการใช้รถยนต์ส่วนตัวที่ค่อนข้างเมือง และการจราจรที่คับคั่งแออัด
- **โรงงานอุตสาหกรรมและการก่อสร้างในเขตกรุงเทพฯ 21%** เกิดจากการขยายตัวของเมือง เช่น การก่อสร้างรถไฟฟ้า และอาคารสูง
- **การเผาในที่โล่ง 13%** และการเผาไหม้ของเสียจากการเกษตรกรรมในพื้นที่ภาคกลาง การจัดการขยะ

ปัญหาฝุ่นควันในเมืองหลวงจะเลวร้ายลงก็ต่อเมื่อกรุงเทพฯ เผชิญกับสภาพอากาศแปรปรวน เช่น ภาวะอุณหภูมิผกผัน (Temperature Inversions) อีกทั้งกรุงเทพฯ ยังมีจำนวนประชากรมากและอาศัยอยู่อย่างหนาแน่น การปล่อยมลพิษกันเพียงปริมาณเล็กน้อยต่อคน จึงกลายเป็นมลพิษสะสมที่รุนแรงมากขึ้น โดยจากการติดตามตรวจสอบคุณภาพอากาศของกรมควบคุมมลพิษ[6]พบว่า สถานการณ์ฝุ่นละออง PM2.5 เฉลี่ย 24 ชั่วโมง ปี 2559-2564 ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลมักจะเกินเกณฑ์มาตรฐาน (50 มคก./ลบ.ม.) ในช่วงปลายปีและต้นปี (เดือนพฤศจิกายน จนถึงราวๆ เดือนเมษายน) ของทุกปี

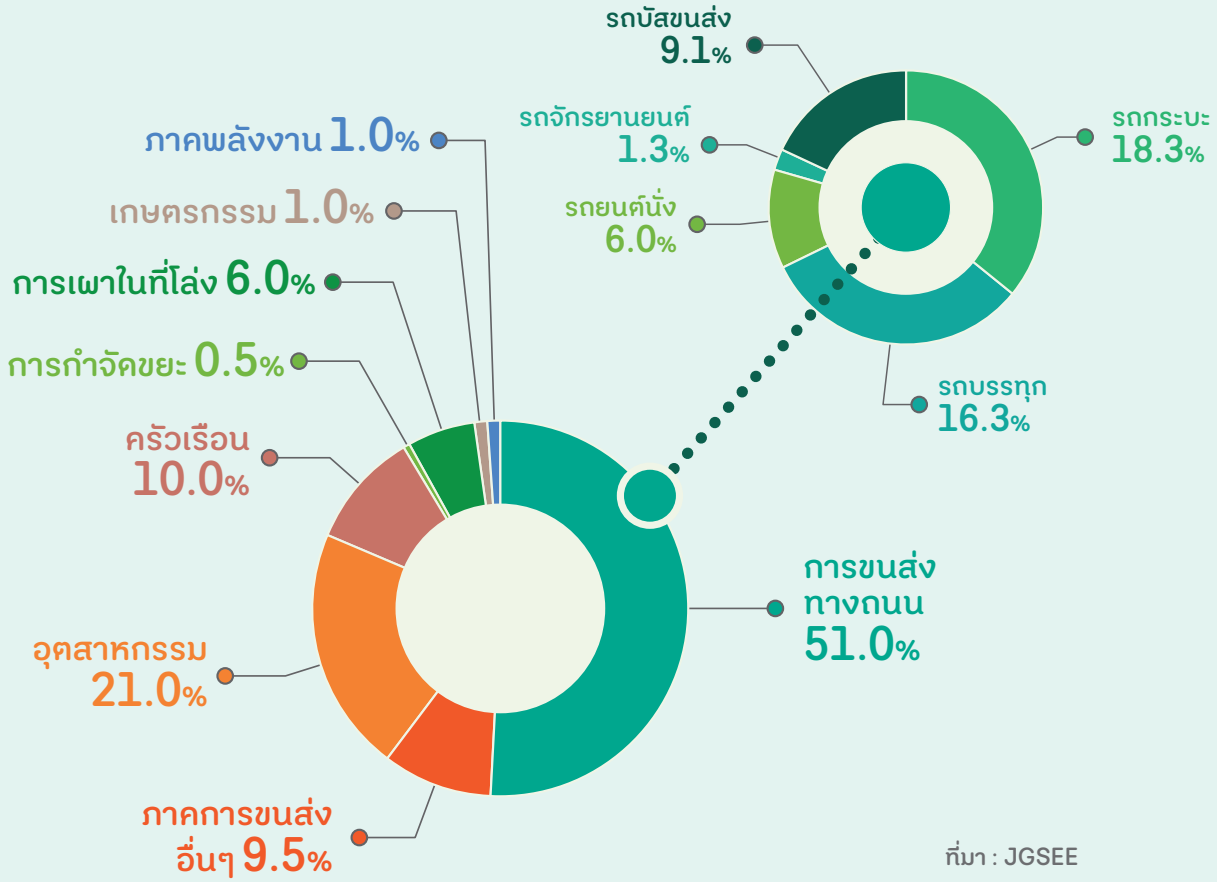


## จำนวนรถสันดาบที่หนาแน่น ต้นตอฝุ่นควันที่ส่งผลมากกว่าแค่รถติด แต่กระทบถึงสุขภาพคนเมือง

จากข้อมูลของบัณฑิตวิทยาลัยร่วมด้านพลังงานและสิ่งแวดล้อม[7] (The Joint Graduate School of Energy and Environment -JGSEE) ฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM2.5 ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีแหล่งกำเนิดหลักมาจากภาคการขนส่งทางถนน ถึงร้อยละ 51 และสำหรับปี 2564 จากสถิติจำนวนรถจดทะเบียนในกรุงเทพมหานคร พบว่า มีจำนวนมากกว่า 11 ล้านคัน และในรอบพื้นที่ปริมณฑลอีกราว 1.2 ล้านคัน รวมเป็น 12.3 ล้านคัน โดยแบ่งเป็น

- 18.3% รถกระบะ
- 16.3% รถบรรทุก
- 9.1% รสบัสขนส่ง
- 6.0% รถยนต์นั่ง
- 1.3% รถจักรยานยนต์

### สัดส่วนการระบาย PM 2.5 ใน กทม. และปริมณฑล




ที่มา : JGSEE

# ภาคตะวันออกกับแหล่งโรงงานอุตสาหกรรม ปัจจัยก่อมลพิษทางอากาศ



พื้นที่ในภาคตะวันออกถูกจัดสรรให้รองรับการลงทุนในอนาคต ทำให้พื้นที่ในภูมิภาคนี้เต็มไปด้วยโรงงาน พื้นที่อุตสาหกรรม อุตสาหกรรมปิโตรเคมี การขนส่ง ทำให้ต้องเตรียมการด้านสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะมลพิษจากภาคอุตสาหกรรม เช่น ปัญหาน้ำเสีย มลพิษทางอากาศ ขยะ การแย่งน้ำ

ข้อมูลจากสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัย และนวัตกรรม (สกสว.)[8] พบว่าภาคตะวันออกมีอัตราการเจ็บป่วยโรคติดต่อไม่เรื้อรังที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะโรคมะเร็ง ซึ่งเป็นสาเหตุการเสียชีวิตสูงสุดของคนไทย โดยผู้ที่มีอัตราเสี่ยงสูง คือ ประชากรรายได้ต่ำที่ใช้ชีวิตในเขตอุตสาหกรรม

ศูนย์เฝ้าระวังสุขภาวะโลกประจำมหาวิทยาลัยบอสตัน (Boston College Global Observatory on Planetary Health) ร่วมกับสถาบันมินเดอรู (Minderoo Foundation) ประเทศออสเตรเลีย และศูนย์วิทยาศาสตร์ประจำโมนาโค (Center Scientifique de Monaco) เผยว่า ผู้ที่อาศัยอยู่ภายในระยะสามไมล์จากโรงกลั่นสารเคมี ต้องเผชิญกับมลพิษและสารเคมีอันตรายที่ปล่อยออกมาจากโรงงานลงสู่อากาศ น้ำ และดิน สารเหล่านี้เป็นที่รู้กันดีว่าเป็นสารก่อการกลายพันธุ์ ก่อมะเร็ง และเป็นพิษต่อระบบสืบพันธุ์

ผลการวิจัยที่ตีพิมพ์ในวารสารการแพทย์สุขภาพโลกประจำปี (The Medical Journal Annals of Global Health) ยังเผยเพิ่มเติมว่า กลุ่มประชากรทั่วมุมโลกที่อาศัยติดพื้นที่อุตสาหกรรมกำลังได้รับผลกระทบต่อสุขภาพโดยตรง จากการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับแหล่งมลพิษของโรงงานที่เกี่ยวข้องกับปิโตรเคมีและขยะพลาสติก[9]

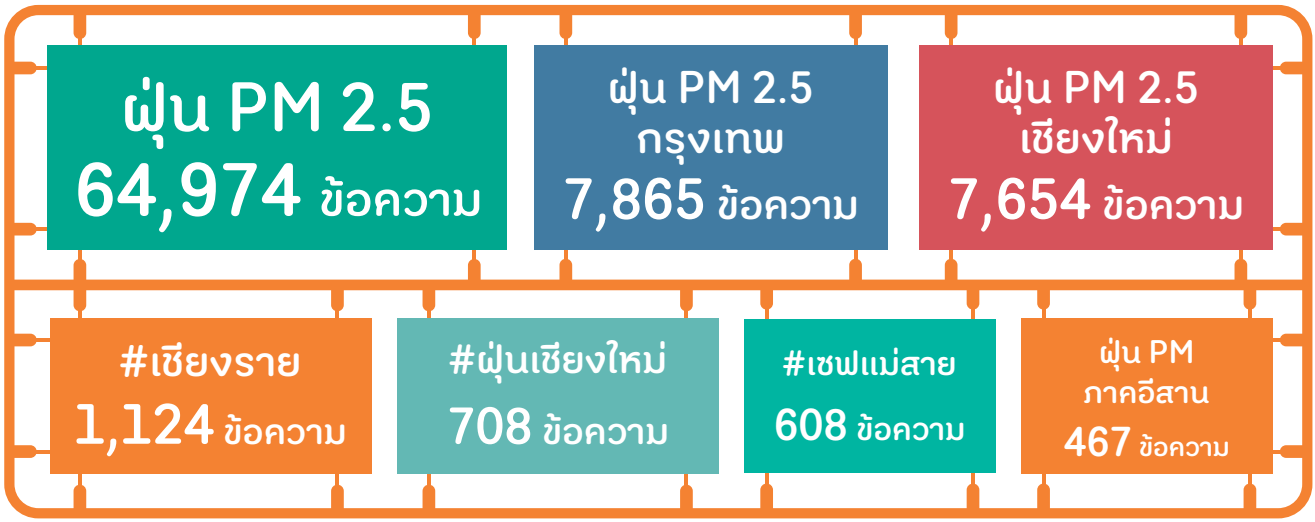
ประชากรในภาคตะวันออกจึงมีความเสี่ยงสูงต่อโรคเกี่ยวกับมลพิษทั้งจากฝุ่นควันที่เกิดจากเขตอุตสาหกรรม และสารเคมีที่ปล่อยจากโรงงาน การจัดการพื้นที่ให้เหมาะสมในเขตอุตสาหกรรมจากภาครัฐและการดูแลตัวเองเบื้องต้นของประชากรจึงช่วยลดความเสี่ยงลงได้มาก

**ผู้ที่อาศัยอยู่ภายในระยะสามไมล์จากโรงกลั่นสารเคมี ต้องเผชิญกับมลพิษและสารเคมีอันตรายที่ปล่อยออกมาจากโรงงานลงสู่อากาศ น้ำ และดิน**





# ปัญหาเรื้อรังที่ส่งผลกระทบต่อคนไทย ทั้งทางตรง และทางอ้อม กำลังปะทุผ่านเสียงสะท้อนจาก Social Media ทั่วประเทศ




ข้อมูลจาก Social Media Data จาก Wisesight ที่รวบรวมการพูดถึงและประเด็นฝุ่น PM2.5 ระหว่างเดือน ก.พ.-ก.ค. 2566 ในโซเชียลมีเดียแพลตฟอร์มหลักที่คนไทยใช้ ไม่ว่าจะเป็นเฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ (X) อินสตาแกรม ติ๊กต็อก ยูทูป และพันทิปพบว่ามีจำนวนมากถึง 65,280 ด้านทวิตเตอร์ (X) ซึ่งเป็นแพลตฟอร์มที่เป็นที่นิยมในกลุ่มคนรุ่นใหม่ก็มีข้อความกว่า 10,000 ข้อความที่บอกเล่าสถานการณ์ในพื้นที่เชียงใหม่ ตัวเมืองแม่สาย เชียงราย ลำปาง และกรุงเทพฯ

เมื่อวันที่ 9 มีนาคม 2566 เชียงใหม่กลายเป็นจังหวัดที่มีอากาศแย่ที่สุดในโลก ส่วนกรุงเทพอยู่ที่อันดับ 5 ทำให้ถูกพูดถึงมากในสังคมออนไลน์ นอกจากนี้ประเด็นเรื่องการเผาข้าวโพดที่เกิดจากการขยายตัวของกลุ่มทุนไทย ที่รับซื้อข้าวโพดเลี้ยงสัตว์ราคาถูกจากประเทศเพื่อนบ้านยังถูกมองว่าคือต้นเหตุที่ทำให้เกิดการเผาป่า เพื่อขยายพื้นที่เกษตรกรรมในลาวและเมียนมา และเป็นที่มาจอง PM2.5 ที่เพิ่มขึ้นในภาคเหนือ



# ทำทันที ทำอยู่ ทำต่อ โดย สสส.
# เดินเครื่องโครงการขับเคลื่อนห้องปลอดฝุ่น ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในพื้นที่เสี่ยง




*ภาพ : วันที่ 20 ก.พ. 2566 ณ โรงแรมดิเอ็มเพรส จ.เชียงใหม่ สสส. กรมอนามัย และภาคีเครือข่าย ร่วมแถลงข่าวเปิดโครงการ พร้อมประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง นวัตกรรมห้องปลอดฝุ่น และขับเคลื่อนชุมชนเพื่อลด และป้องกันผลกระทบ ต่อสุขภาพจากฝุ่นละออง ขนาดเล็กอย่างยั่งยืน*

**ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ควรต้องมีห้องปลอดฝุ่น เนื่องจากเด็กมีอัตรา การหายใจเร็วกว่าผู้ใหญ่ และปอดยังพัฒนาไม่เต็มที่ ส่งผลกระทบต่อสมรรถนะของปอด และคุณภาพชีวิตในระยะยาว ซึ่งปัจจุบันพบว่า มีเด็กอายุ 0-6 ปี กว่า 2.6 ล้านคนอยู่ใน พื้นที่เสี่ยงจากฝุ่น PM2.5**

ด้วยการเล็งเห็นถึงการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นรูปธรรม สสส. ในฐานะหน่วยงานสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาวะ จึงริเริ่มโครงการเพื่อบรรเทาปัญหาค่า PM2.5 ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในพื้นที่เสี่ยง เพื่อสะท้อนถึงวิธีแก้ปัญหาในรูปแบบที่หลากหลาย และเป็นแบบอย่างต่อหน่วยงานองค์กร และประชาชน นำไปใช้เป็นต้นแบบการแก้ปัญหาและสร้างความตระหนักถึงปัญหาฝุ่นควันที่ใกล้ตัวและลูกหลานเราเข้ามาทุกที โดยโครงการที่ริเริ่มร่วมกับกองประเมินผลกระทบต่อสุขภาพ กรมอนามัย นั้นคือ โครงการขับเคลื่อนห้องปลอดฝุ่น เพื่อลดและป้องกันผลกระทบต่อสุขภาพจากฝุ่นละอองขนาดเล็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในพื้นที่เสี่ยง

โครงการดังกล่าวมีระยะเวลาดำเนินงาน 15 เดือน ตั้งแต่ สิงหาคม 2565-15 พฤศจิกายน 2566 กำหนดพื้นที่เป้าหมาย พื้นที่เสี่ยง 9 จังหวัดภาคเหนือ และกรุงเทพมหานคร มุ่งหวังให้เกิดแนวทางปฏิบัติหรือคำแนะนำการทำห้องปลอดฝุ่น เพื่อเกิดเป็นต้นแบบห้องปลอดฝุ่นสำหรับศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ที่สามารถขยายผลเพื่อลดการสัมผัสฝุ่นละอองขนาดเล็กได้ในวงกว้าง และเพื่อให้ประชาชนในพื้นที่เสี่ยง โดยเฉพาะเด็กเล็ก กลุ่มด้อยโอกาสและกลุ่มที่มีโรคประจำตัวได้รับบริการห้องปลอดฝุ่นที่เหมาะสม เกิดความเท่าเทียม และเป็นธรรม

โดยห้องปลอดฝุ่น (Clean Air Shelter) ถือเป็นนวัตกรรมหนึ่งที่พัฒนาขึ้นมาเพื่อลดโอกาสการสัมผัสมลพิษทางอากาศภายในอาคารในภาวะที่เกิดฝุ่นละอองสูงในบรรยากาศ มีตัวอย่างแล้วในหลายประเทศ เช่น แคนาดา ออสเตรเลีย ซึ่งใช้ห้องปลอดฝุ่นเป็นมาตรการหนึ่งที่สำคัญที่จะช่วยปกป้องกลุ่มเปราะบางให้ได้รับบริการในสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัย (Environmental Health In Service) ลดปัญหาความเหลื่อมล้ำด้านสุขภาพ (Health inequity) และลดความเสี่ยงต่อสุขภาพได้จริง ภายใต้หลักการ “กันฝุ่นเข้า กรองฝุ่นภายในห้อง และดันฝุ่นออก” ซึ่งสามารถทำได้ทั้งในที่อยู่อาศัยและสถานที่สาธารณะทั่วไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งศูนย์พัฒนาเด็กเล็กควรต้องมีห้องปลอดฝุ่น เนื่องจากเด็กมีอัตราการหายใจเร็วกว่าผู้ใหญ่ และปอดยังพัฒนาไม่เต็มที่ ส่งผลกระทบต่อสมรรถนะของปอดและคุณภาพชีวิตในระยะยาว ซึ่งปัจจุบันพบว่า มีเด็กอายุ 0-6 ปี กว่า 2.6 ล้านคนอยู่ในพื้นที่เสี่ยงจากฝุ่น PM2.5




*ภาพ : หนังสือแนวทางการจัดทำห้องปลอดฝุ่น สำหรับบ้านเรือน และอาคารสาธารณะ ดาวน์โหลดได้ที่ : https://hia.anamai.moph.go.th/*

## สสส. เล็งเห็นความสำคัญของสุขภาพคนไทย ด้วยการเร่งฟื้นฟูธรรมชาติ ผ่านโครงการ “ขับเคลื่อนการจัดการป่าชุมชนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน”

อีกหนึ่งโครงการที่สะท้อนการสร้างเสริมสุขภาพและความพยายามในการลดฝุ่นควัน PM2.5 ด้วยการสร้างปอดขนาดใหญ่ในแต่ละพื้นที่ เพื่อช่วยฟอกอากาศบริสุทธิ์ให้กับชุมชน นั่นคือ “โครงการขับเคลื่อนการจัดการป่าชุมชนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน” ด้วยความร่วมมือจากสถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (องค์การมหาชน) สำนักจัดการป่าชุมชน กรมป่าไม้ และสำนักงานกองทุนสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)




*ภาพ : วันที่ 7 กรกฎาคม พ.ศ.2566 สสส. และ 8 หน่วยงานภาคี มีพิธีบันทึกความร่วมมือการสนับสนุนและขับเคลื่อนการบริหารจัดการป่าชุมชนและฝายมีชีวิตเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน ณ สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (องค์การมหาชน)*

รูปแบบของการพัฒนาศักยภาพองค์กรชุมชนและเครือข่าย ในการดำเนินการขับเคลื่อนและพัฒนานวัตกรรมการจัดการป่าชุมชนและฝ่ายมีชีวิตเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน ประกอบด้วย 5 ชุดกิจกรรม ได้แก่

- การอนุรักษ์และการแบ่งประเภทการใช้ประโยชน์ของป่าชุมชน
- การบริหารจัดการน้ำของชุมชน
- การพัฒนาศักยภาพองค์กรชุมชนและเครือข่าย
- การใช้ประโยชน์จากป่าชุมชนบนฐานการบริหารจัดการทรัพยากรอย่างยั่งยืน
- การจัดการแก้ไขปัญหาของพื้นที่หรือการสังเคราะห์นวัตกรรม การจัดการป่าชุมชนและฝ่ายมีชีวิต

ทั้งนี้เพื่อให้เกิดพื้นที่ที่มีรูปธรรมการจัดการด้านสิ่งแวดล้อมตามความเหมาะสมของพื้นที่ และมีการพัฒนาโดยมีเป้าหมายเพื่อตอบโจทย์อนาคต เช่น การจัดการป่าชุมชนที่สามารถเป็นต้นแบบการทำคาร์บอนเครดิต การจัดการปัญหาหมอกควันไฟป่า การบริหารจัดการทรัพยากรอย่างยั่งยืนโดยชุมชนและตอบโจทย์ด้านเศรษฐกิจท้องถิ่น เป็นต้น และเพื่อช่วยเสริมสร้างศักยภาพและเพิ่มขีดความสามารถของชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กรพัฒนาชุมชน และในการร่วมมือพัฒนาพื้นที่ในการจัดการบริหารป่าชุมชนและฝ่ายมีชีวิตสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน



*ภาพ : ต้นยางนาขนาดใหญ่ที่ชาวบ้าน ต.หนองยาง อ.หนองฉาง จ.อุทัยธานี ช่วยกันดูแล และกำลังทำเรื่องเพื่อเข้าร่วมโครงการ **'คาร์บอนเครดิต'** ร่วมกับกรมป่าไม้ เพื่อช่วยลดภาวะโลกร้อน*

ปัญหาฝุ่นควัน มลพิษในอากาศ และ PM2.5 คือปัญหาอุบัติใหม่ที่หลายฝ่ายยังต้องเรียนรู้ และรับมือด้วยวิธีที่แตกต่างกันไป ทั้งในระดับภาครัฐ หน่วยงาน และประชาชน เพื่อลดความเสี่ยงของโรคทางเดินหายใจและโรคที่เกี่ยวข้องกับมลพิษในอากาศ การจัดการปล่อยฝุ่นควันที่ต้นตอ และการส่งเสริมโมเดลการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมในแต่ละพื้นที่จึงเป็นหนึ่งทางรอดที่จะช่วยแก้ไขปัญหา และเป็นประเด็นน่าจับตาว่าเราทุกคนจะช่วยลดลมหายใจในม่านฝุ่น คืนอากาศสะอาดให้กลับมาได้อย่างไร

# อ้างอิง


(1) **Just 3 Years of Air Pollution Can Increase Lung Cancer Risk Study Warns**, sciencealert, สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2566, จาก https://www.sciencealert.com/just-3-years-of-air-pollution-can-increase-lung-cancer-risk-study-warns

(2) **สรุปให้ งานวิจัยชี้ชัด PM2.5 สารตั้งต้นโรค มะเร็งปอด สารก่อมะเร็ง – กทม. เชียงใหม่ เสี่ยงตายสุด!**, Bright Today, สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2566, จาก https://www.brighttv.co.th/social-news/thai-lungcancer

(3) **ฝุ่น PM2.5 : ไทยพบจุดความร้อนสูงสุดนับตั้งแต่ปี 2566 พบอยู่ในเขตป่าอนุรักษ์-ป่าสงวนเกือบ 80%**, BBc News ไทย, สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2566, จาก www.bbc.com//thai/articles/crgzp3p1vp2o#:~:text=การเผาในภาคการเกษตร, วันที่%2028%20ก.พ

(4) **รายงานสถานการณ์หมอกควันในภาคใต้**, สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน, จาก https://shorturl.at/bjoN8

(5) **ฝุ่น PM 2.5 เสี่ยงมะเร็งปอด ความเหลื่อมล้ำคนเมือง-ชนบท รับผลกระทบไม่เท่ากัน**, ไทยรัฐออนไลน์, สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2566, จาก www.thairath.co.th/scoop/theissue/2661911?gallery_id=2

(6) **ผลสำรวจฝุ่นพิษ PM2.5 'ภาคขนส่ง' แชมป์แหล่งก่อมลพิษ**, ประชาชาติธุรกิจ, สืบค้นเมื่อ 31 สิงหาคม 2566, จาก www.prachachat.net/columns/news-661544

(7) **ผลสำรวจฝุ่นพิษ PM2.5 'ภาคขนส่ง' แชมป์แหล่งก่อมลพิษ**, ประชาชาติธุรกิจ, สืบค้นเมื่อ 31 สิงหาคม 2566, จาก www.prachachat.net/columns/news-661544

(8) **สกสว. เปิดเวทีสะท้อนปัญหาอีอีซี จี้แก้ "ยากจน-แรงงานขาดทักษะ"**, Thai PBS, สืบค้นเมื่อ 31 สิงหาคม 2566, จาก www.thaipbs.or.th/news/content/324054

(9) **Plastics cause wide-ranging health issues from cancer to birth defects, landmark study finds**, The Guardian, สืบค้นเมื่อ 31 สิงหาคม 2566, จาก https://www.theguardian.com/environment/2023/mar/29/plastics-cause-wide-ranging-health-issues-from-cancer-to-birth-defects-landmark-study-finds

(10) **Impact of Low Emission Zones**, Urban Access Regulations in Europe, สืบค้นเมื่อ 31 สิงหาคม 2566, จาก https://urbanaccessregulations.eu/low-emission-zones-main/impact-of-low-emission-zones

07




# โลกเดือดสะเทือนไทย ทางออกในวิกฤติความมั่นคงทางอาหาร




ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา ประเด็นผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ นับเป็นหัวข้อที่ถูกหยิบยกมากล่าวถึงอยู่บ่อยครั้งทั้งในระดับประเทศและในระดับโลก โดยล่าสุดรายงานจากองค์การอุตุนิยมวิทยาโลก ปี 2565 (World Meteorological Organization 2022) ระบุว่า โลกมีโอกาส 50% ที่จะร้อนขึ้นไปถึงระดับ 1.5 องศาเซลเซียส[1] ในอีก 5 ปีข้างหน้าซึ่งเป็นเพดานบนสุดที่นักวิทยาศาสตร์ไม่ต้องการให้เกิดขึ้น แต่ดูเหมือนว่าความพยายามที่ทุกภาคส่วนทั่วโลกกำลังทำเพื่อร่วมลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก ยังไม่เพียงพอที่จะกดปุ่ม Stop เพื่อชะลอระดับอุณหภูมิโลกที่เพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องได้



*ภาพ : ศาสตราจารย์ เพทเตอรี ตาลาส (Petteri Taalas) เลขาธิการองค์การอุตุนิยมวิทยาโลก (WMO)*




*ภาพ : รายงานองค์การอุตุนิยมวิทยาโลก ปี 2565 (World Meteorological Organization 2022)*

สำนักข่าวบีบีซี รายงานข่าวโดยอ้างอิงคำพูดของ **ศาสตราจารย์ เพทเตอรี ตาลาส** (Petteri Taalas) เลขาธิการองค์การอุตุนิยมวิทยาโลก (WMO) ว่า “โลกของเราจะร้อนมากกว่าเดิม” โดยนักวิจัยส่วนใหญ่คาดว่า มีความเป็นไปได้สูงถึงร้อยละ 66 ที่อุณหภูมิของโลกจะทำสถิติใหม่สูงเกิน 1.5 องศาเซลเซียสเป็นครั้งแรก ระหว่างปีนี้ไปจนถึงปี 2570 หรือ 4 ปีข้างหน้าเนื่องจากภาวะโลกร้อนมีแนวโน้มเร่งตัวเร็วขึ้น ไม่ใช่ลดลง นอกจากนั้น ถ้าอุณหภูมิของโลกสูงเกินกว่า 1.5 องศาเซลเซียสเหนือระดับก่อนยุคอุตสาหกรรม เป็นระยะเวลาติดต่อกัน 10 หรือ 20 ปี จะเกิดผลกระทบด้านอากาศร้อนยิ่งรุนแรงมากขึ้น เช่น คลื่นอากาศร้อนที่ยาวนานมากขึ้น อากาศแปรปรวน มีพายุรุนแรงและเกิดไฟป่าบ่อยยิ่งขึ้น

โดยนักวิจัยทั่วโลกพุ่งประเด็นไปว่าโอกาสที่อุณหภูมิของโลกจะสูงขึ้น เกิดจากกิจกรรมต่างๆ ของมนุษย์ที่ปล่อยก๊าซเรือนกระจกสู่ชั้นบรรยากาศโลกอย่างต่อเนื่อง แม้จะมีการรณรงค์เพื่อให้มนุษย์เปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิต การประกอบธุรกิจ ไปจนถึงการเปลี่ยนรูปแบบกระบวนการผลิตในภาคอุตสาหกรรมให้เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมมากขึ้น แต่นั่นอาจยังไม่มากพอที่จะเปลี่ยนชะตากรรมของโลกเกี่ยวกับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศได้

เราสร้างสรรค์เพื่อทุกคน | สำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน กระทรวงพลังงาน

# สถานการณ์การปล่อย $CO_2$

## จากการใช้พลังงาน 6 เดือนแรกของปี 2565

สำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน (สนพ.) กระทรวงพลังงาน เปิดเผยถึงสถานการณ์การปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ ($CO_2$) จากการใช้พลังงาน 6 เดือนแรกของปี 2565 (ม.ค. - มิ.ย. 65) พบว่า เพิ่มขึ้นเมื่อเทียบกับช่วงเดียวกันของปีก่อน เนื่องจากเศรษฐกิจของประเทศที่เริ่มปรับตัวดีขึ้น รวมถึงการผ่อนคลายมาตรการควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ของภาครัฐ ส่งผลให้การใช้พลังงานเพิ่มสูงขึ้นในทุกประเภทพลังงาน โดยมีรายละเอียดดังนี้

**การปล่อย $CO_2$ รายสาขา** ▶ **131.8** ล้านตัน $CO_2$ ▲ **6.7%**
หมายเหตุ: เทียบกับช่วงเดียวกันของปีก่อน

- **ผลิตไฟฟ้า** 32% ▼ 42.8 ล้านตัน $CO_2$
- **อุตสาหกรรม** 32% ▲ 42.6 ล้านตัน $CO_2$
- **ขนส่ง** 30% ▲ 39.2 ล้านตัน $CO_2$
- **อื่นๆ** 5% ▲ 7.2 ล้านตัน $CO_2$

*ภาคอื่นๆ หมายถึง ภาคครัวเรือน เกษตรกรรม พาณิชยกรรม และอื่นๆ



### การปล่อย $CO_2$ ต่อการใช้พลังงาน

**2.06** พันตัน $CO_2$/KTOE

ไทยปล่อย $CO_2$ ต่อการใช้พลังงาน ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยโลก ค่าเฉลี่ยของประเทศในเอเชีย สหรัฐอเมริกา จีน และสหภาพยุโรป

*การใช้พลังงาน หมายถึงการใช้พลังงานขั้นต้น รวมถึงการใช้พลังงานทดแทน

### การปล่อย $CO_2$ ต่อหัวประชากร

**3.69** ตัน $CO_2$/หัวประชากร
ข้อมูล ณ ปี 2564

ไทยปล่อย $CO_2$ ต่อหัว ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยโลก สหรัฐอเมริกา สหภาพยุโรป และจีน แต่สูงกว่า ค่าเฉลี่ยของประเทศในเอเชีย




### การปล่อย $CO_2$ ต่อ GDP

**23.46** กิโลกรัม $CO_2$/ล้านบาท
ข้อมูล ณ ปี 2564

ไทยปล่อย $CO_2$ ต่อ GDP ต่ำกว่าจีน และค่าเฉลี่ยของประเทศในเอเชียแต่สูงกว่า ค่าเฉลี่ยโลก สหรัฐอเมริกา และสหภาพยุโรป

### การปล่อย $CO_2$ ต่อหน่วยการผลิตไฟฟ้า

**0.39** กิโลกรัม $CO_2$/kWh

ไทยปล่อย $CO_2$ ต่อหน่วยการผลิตไฟฟ้า ต่ำกว่าจีน และค่าเฉลี่ยของประเทศในเอเชีย แต่สูงกว่าสหภาพยุโรปและประเทศพัฒนาแล้วในทวีปอเมริกา

# เปิดความพยายามระดับโลก ต้องรักษาอุณหภูมิพื้นผิวโลกไม่ให้เกิน 1.5 องศาเซลเซียส มนุษยชาติจึงรอดจากหายนะการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ

ในปี 2015 ภายใต้ข้อตกลงปารีสตามกรอบอนุสัญญาสหประชาชาติว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (United Nations Framework Convention on Climate Change - UNFCCC) ภาคีสมาชิก 197 ประเทศต่างให้คำมั่นที่จะลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกเพื่อรักษาภาวะโลกร้อนไม่ให้เกินกว่า 2 องศาเซลเซียสจากระดับอุณหภูมิช่วงก่อนยุคอุตสาหกรรม และไม่ให้สูงขึ้นเกิน 1.5 องศาเซลเซียสภายในสิ้นศตวรรษนี้

และคำมั่นสัญญาดังกล่าวได้รับการเน้นย้ำอีกครั้งในการประชุมสมัชชาประเทศภาคีอนุสัญญา สหประชาชาติว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (Conference of the Parties) หรือ COP26 ที่เมืองกลาสโกว์ สหราชอาณาจักร ซึ่งจัดขึ้นเมื่อปี 2021 โดยเร่งรัดให้ทุกประเทศต้อง นำเสนอแผนลดการปล่อยคาร์บอนไดออกไซด์ต่อสำนักเลขาธิการ UNFCCC ภายในสิ้นปีถัดไป ทั้งยังได้ประกาศจุดยืนร่วมกันในการดำเนินการไปสู่เป้าหมายการปล่อยก๊าซเรือนกระจกสุทธิเป็นศูนย์ (Net Zero) ในปี 2050 อีกด้วย มาถึงตรงนี้ หลายคนอาจสงสัยว่าแล้วทำไมต้องควบคุมอุณหภูมิโลกไม่ให้สูงเกิน 1.5 องศาเซลเซียส?

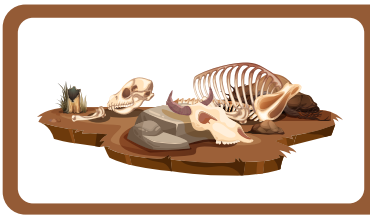
คณะกรรมการระหว่างรัฐบาลว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ หรือ IPCC (Intergovernmental Panel on Climate Change) จัดทำรายงานพิเศษเกี่ยวกับเป้าหมายการคงอุณภูมิเฉลี่ยผิวโลกไม่ให้เกิน 1.5 องศาเซลเซียส โดยมีคำอธิบายที่คลายข้อสงสัยนี้ได้ว่า



ถ้าโลกร้อนขึ้น 2 องศาเซลเซียส น้ำแข็งในอาร์กติกจะละลายภายใน 10 ปี แต่ถ้าอยู่ในระดับ 1.5 องศาเซลเซียส จะช่วยยืดระยะเวลาออกไปเป็น 1 ศตวรรษ



ในชั้นดินเยือกแข็งคงตัว มีเชื้อโรคหลายชนิดที่ถูกแช่แข็งอยู่ หากอุณหภูมิเพิ่มขึ้นอีก 2 องศาเซลเซียสจะทำให้เชื้อแบคทีเรียและไวรัสที่หลับใหลในชั้นดินนานนับหมื่นปีกลับฟื้นคืนชีพและแผลงฤทธิ์ก่อโรคระบาดในหมู่มวลมนุษย์ได้กว่าครึ่งโลก แต่การรักษาอุณหภูมิไม่ให้สูงเกิน 1.5 องศาเซลเซียสจะสามารถช่วยชะลอภัยพิบัตินี้ได้



อุณหภูมิผิวโลกที่สูงขึ้น 2 องศาเซลเซียส จะทำให้พืชร้อยละ 25 ใน 80,000 ชนิด และสัตว์อีกหลากหลายสายพันธุ์ในพื้นที่อันอุดมสมบูรณ์ของโลกเริ่มสูญพันธุ์ เช่น ที่ป่าแอมะซอน หรือเกาะกาลาปากอส

ดังนั้น เพื่อชะลอหายนะที่มากขึ้นสองเท่าตัวจากอุณหภูมิต่างกันแค่ 0.5 องศา IPCC จึงแนะนำว่า เราจำเป็นต้องลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกโดยในอีก 10 ปีข้างหน้า ทั่วโลกต้องลดการใช้ถ่านหินอย่างน้อย 2 ใน 3 ของการใช้ทั้งหมดภายในปี 2030 และยุติการใช้ถ่านหินภายในปี 2050 พร้อมทั้งลด ละ เลิกการใช้พลังงานฟอสซิลแล้วหันไปใช้พลังหมุนเวียนมากขึ้น

## 3 ภาคส่วน ที่ได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ สถานการณ์ระดับโลกที่ไทยต้องเตรียมรับมือ

| ลำดับคะแนน CRI (1999-2018) | ลำดับคะแนน CRI 2000-2019 | ประเทศ | คะแนน CRI |
|---|---|---|---|
| (1) | 1 | เปอร์โตริโก | 7.17 |
| (2) | 2 | เมียนมา | 10.00 |
| (3) | 3 | เฮติ | 13.67 |
| (4) | 4 | ฟิลิปปินส์ | 18.17 |
| (14) | ▲ 5 | โมซัมบิก | 25.83 |
| (20) | ▲ 6 | บาฮามาส | 27.67 |
| (7) | 7 | บังกลาเทศ | 28.33 |
| (5) | ▼ 8 | ปากีสถาน | 29.00 |
| (8) | ▼ 9 | ไทย | 29.83 |
| (9) | ▼ 10 | เนปาล | 31.33 |

*ที่มา : Global Climate Risk Index 2021*

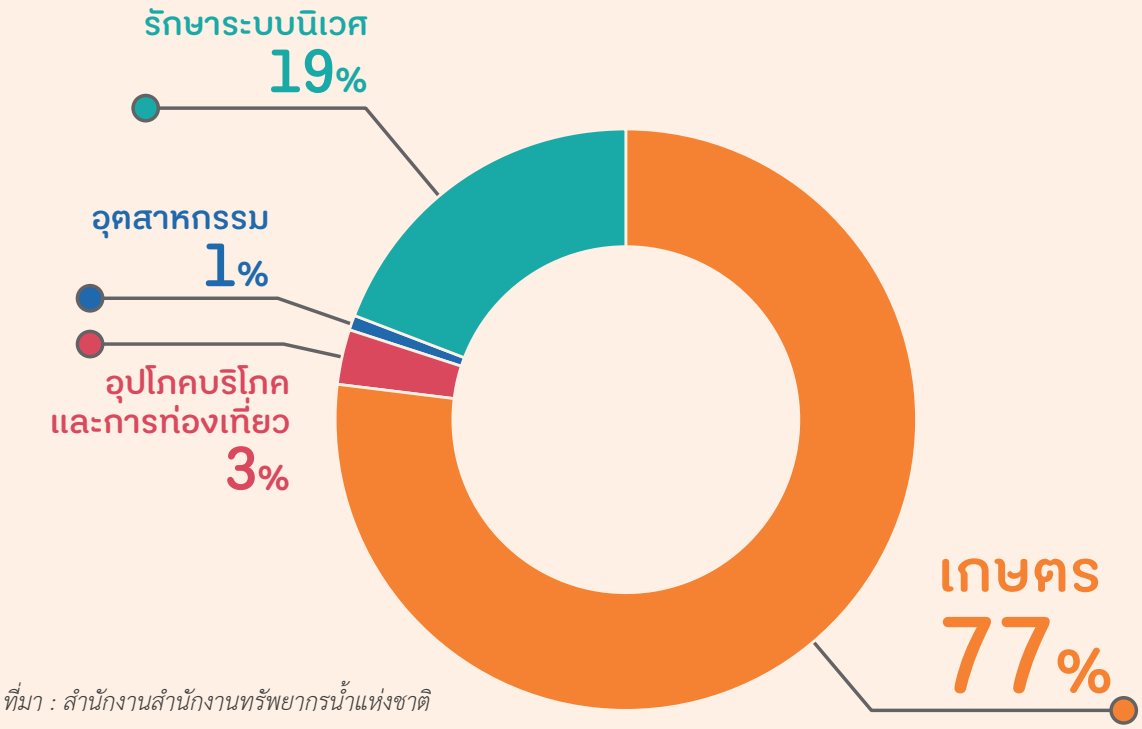
ท่ามกลางผลกระทบที่ชัดเจนที่เกิดขึ้นกับห่วงโซ่อาหารโลกอันเนื่องมาจากภาวะการเปลี่ยนแปลงสภาพอากาศโลก ประเทศไทยก็เป็นหนึ่งในประเทศที่ได้รับผลกระทบในหลากหลายด้านอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะจาก ดัชนีความเสี่ยงด้านภูมิอากาศโลก (Global Climate Risk Index) ประเทศไทยถูกจัดอันดับเป็นประเทศที่มีความเสี่ยงสูงต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศอันดับที่ 9 จาก 180 ประเทศทั่วโลก โดยได้รับผลกระทบทั้งในด้านความเสียหายในหลายมิติรวมถึงความเสียหายต่อเศรษฐกิจโดยเฉพาะภาคการท่องเที่ยว และภาคเกษตรกรรมที่คาดว่าก็จะได้รับผลกระทบสูงจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศที่เกิดขึ้น โดย 3 ภาคส่วนที่ได้รับผลกระทบที่เด่นชัด มีดังต่อไปนี้

### 1) ภาคการเกษตรไทย แรงปะทะระลอกใหญ่จากการเปลี่ยนแปลงสภาพอากาศ & เอลนีโญ่ ตัวการสั่นคลอนความไม่มั่นคงทางอาหาร

ประเทศไทยนอกจากจะได้ชื่อว่าเป็นประเทศเกษตรกรรมแล้ว เรายังอยู่ในฐานะประเทศผู้ผลิตอาหารให้คนทั่วโลกอีกด้วย และเมื่อการเปลี่ยนแปลงภูมิอากาศที่เกิดจากภาวะโลกร้อนในขณะนี้เริ่มทวีความรุนแรง ภาคเกษตรกรรมจึงเป็นภาคส่วนที่จะได้รับผลกระทบจากปัญหาความเสี่ยงจากสภาพภูมิอากาศเปลี่ยนแปลง (Climate Risk) ที่ชัดเจน เนื่องจากภาคเกษตรกรรมมีสัดส่วนการใช้น้ำมากที่สุดเมื่อเทียบกับภาคส่วนอื่นๆ โดยภาคการเกษตรใช้น้ำคิดเป็นสัดส่วนประมาณ 77% ของการใช้น้ำในแต่ละปีของไทย ทั้งนี้ ความต้องการใช้น้ำในแต่ละปีของไทยอยู่ที่ราว 147,747 ล้านลูกบาศก์เมตร (ลบ.ม.) แบ่งเป็น การใช้น้ำสำหรับภาคเกษตรที่ 113,961 ล้าน ลบ.ม. (สัดส่วน 77% ของการใช้น้ำทั้งหมด)

## ความต้องการใช้น้ำของไทย จำแนกตามกิจกรรม

**ภาคเกษตรเป็นภาคที่มีสัดส่วนการใช้น้ำมากที่สุด จึงทำให้ภาคเกษตรเป็นภาคที่มีความเสี่ยงด้าน Climate Risk มากที่สุด**




*ที่มา : สำนักงานสำนักงานทรัพยากรน้ำแห่งชาติ*

ขณะที่ อีกหนึ่งภัยคุกคามภาคการเกษตรไทย ที่ส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารทั้งในประเทศไทยเองและทั่วโลก นั่นคือ “ปรากฏการณ์เอลนีโญ[1] (El Niño)” ที่เกิดถี่ขึ้น ส่งผลให้เกิดภัยแล้ง ทำให้ปริมาณผลผลิตสินค้าเกษตรไทยไม่เป็นไปตามเป้าที่ตั้งไว้ โดยล่าสุดในเดือนกรกฎาคม 2566 ศูนย์วิจัยกสิกรไทย ได้คาดการณ์ผลกระทบของเอลนีโญในปี 2566 ที่มีต่อภาคเกษตรไทยในช่วงครึ่งหลังของปี 2566 ว่าอาจสร้างความเสียหายต่อพืชเกษตรสำคัญของไทยที่จะมีผลผลิตทยอยออกสู่ตลาดจำนวนมากในช่วงนี้ประกอบด้วย ข้าวนาปี มันสำปะหลัง ยางพารา ข้าวโพดเลี้ยงสัตว์ ปาล์มน้ำมัน และผลไม้ รวมคิดเป็นมูลค่าความเสียหายในปี 2566 กว่า 48,000 ล้านบาท

เช่นเดียวกับทาง Krungthai COMPASS[2] ได้เผยผลการคาดการณ์ผลผลิตทางการเกษตรของไทยในช่วงครึ่งปีหลังปี 2566 ว่าไทยมีความเสี่ยงที่จะมีปริมาณฝนน้อยกว่าค่าปกติ สอดคล้องกับการประเมินสถานการณ์ภัยแล้งของกรมอุตุนิยมวิทยาที่คาดว่า จะเกิดภาวะฝนทิ้งช่วงตั้งแต่ครึ่งปีหลังของปี 2566 ไปจนถึงกลางปี 2567 ซึ่งจะทำให้ผลผลิตการเกษตรหลักของไทย อย่างข้าว อ้อย และมันสำปะหลัง ได้รับผลกระทบตั้งแต่ช่วงปลายปี 2566 และ



ทวีความรุนแรงขึ้นในช่วงครึ่งปีแรกของปี 2567 โดยคาดว่าข้าวได้รับความเสียหายมากที่สุดประมาณ 3.2 ล้านตัน มูลค่าความเสียหายราว 28,422 ล้านบาท ต่อมาเป็น อ้อย ที่จะได้รับความเสียหายประมาณ 15.8 ล้านตัน มูลค่าความเสียหายราว 16,906 ล้านบาท และมันสำปะหลังได้รับความเสียหายประมาณ 2.9 ล้านตัน มูลค่าความเสียหายประมาณ 6,931 ล้านบาท



อย่างไรก็ตาม ตัวเลขความเสียหายดังกล่าวนี้ ไม่ได้หยุดแค่ความเสียหายทางด้านพืชพันธุ์เท่านั้น เพราะในด้านปศุสัตว์และประมงก็ได้รับผลกระทบเช่นกัน เริ่มจากภาคการประมงของไทย ที่แม้จะเป็นช่วงที่มีผลผลิตออกสู่ตลาดมาก แต่ในช่วงครึ่งปีหลัง ภาคการประมงก็ได้รับผลกระทบจากความร้อนแล้ง เนื่องจากอุณหภูมิน้ำทะเลที่สูงเกินไปส่งผลต่อกระบวนการเมตาบอลิซึมในปลา ทำให้ยากต่อการสืบพันธุ์ และเจริญเติบโต และน้ำที่อุณหภูมิสูงขึ้นยังทำให้แพลงก์ตอนสัตว์ซึ่งเป็นอาหารหลักของปลาสายพันธุ์ต่างๆ มีจำนวนลดลงด้วย ซึ่งถ้าการเปลี่ยนแปลงนี้ส่งผลกระทบโดยตรงต่อระบบห่วงโซ่อาหารของสิ่งมีชีวิตขนาดเล็กได้ขนาดนี้ นั่นย่อมเป็นสิ่งบ่งชี้ด้วยว่าส่วนที่เหลือในห่วงโซ่อาหารของสัตว์น้ำจะได้รับผลกระทบกันไปตามๆ กันอย่างแน่นอน ดังนั้นจึงคาดการณ์ได้ว่าในปีนี้ภาคการประมงของไทย จะเป็นอีกหนึ่งภาคส่วนที่บอบช้ำจากวิกฤตการณ์เปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศไม่น้อยเลย

ไม่เพียงแค่ภาคการประมงเท่านั้น ในปีนี้ผลผลิตจากปศุสัตว์ก็ได้รับผลกระทบเช่นกัน อย่างในส่วนของผลผลิตรายวันของการเลี้ยงโคนม การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศมีผลทำให้ปริมาณน้ำนมของวัวนมลดลง เพราะน้ำหนักตัวของสัตว์ลดลง นอกจากนั้น สัตว์จะเสี่ยงต่อการเป็นโรคและการติดเชื้อโรคระบาดเพิ่มขึ้น เนื่องจากสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงและร้อนขึ้นนี้เป็นสภาวะที่เหมาะสมกับการเจริญพันธุ์ของพาหะนำโรคอย่าง เห็บ เชื้อแบคทีเรีย นั่นเอง



*i เอลนีโญ (สเปน : El Niño) เป็นรูปแบบสภาพอากาศที่เกิดขึ้นตลอดมหาสมุทรแปซิฟิกเขตร้อน โดยเกิดขึ้นเฉลี่ยทุกห้าปี ลักษณะของเอลนีโญ คือ เกิดการเปลี่ยนแปลงในอุณหภูมิผิวน้ำทะเลของมหาสมุทรแปซิฟิกตะวันออก โดยอุ่นขึ้นหรือเย็นลงผิดปกติ ซึ่งเรียกว่า เอลนีโญและลานีญา ตามลำดับ-ข้อมูลจาก https://th.wikipedia.org/ wiki/เอลนีโญ , สืบค้นเมื่อ 3 กันยายน 2566*

## 2) ผลกระทบเกินคาดกับธุรกิจเกี่ยวเนื่องกับการเกษตร ต้นเหตุที่ทำให้ต้นทุนการผลิตที่สูงขึ้น

นอกเหนือจากภาคการเกษตรไทยที่ได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงของภูมิอากาศแล้ว ยังพบว่ามีภาคธุรกิจที่เกี่ยวเนื่องกับการเกษตรก็ได้รับผลกระทบจากการเกิดการเปลี่ยนแปลงของภูมิอากาศด้วย และนี่เองที่ทำให้ต้นทุนการผลิต ของภาคการเกษตรเพิ่มขึ้น โดยประเด็นสำคัญที่ทำให้ต้นทุนการผลิตในภาคการเกษตรสูงขึ้นว่ามี 2 ด้าน คือ

**ด้านที่หนึ่ง :** ต้นทุนที่เพิ่มขึ้นนั้นเป็นต้นทุนที่เกษตรกรสมัครใจที่จะจ่ายเพิ่มเพื่อปรับเปลี่ยนวิธีการจัดการผลิต เพื่อที่จะรักษาระดับการผลิตให้อยู่ในระดับที่ต้องการ เช่น อาจจะต้องใส่ปุ๋ยเพิ่มขึ้น การให้น้ำบ่อยขึ้น สร้างอ่างเก็บน้ำเพื่อให้กักเก็บน้ำได้มากขึ้นเพราะฝนตกไม่สม่ำเสมอ หรือสร้างคันกั้นน้ำป้องกันน้ำท่วม ตลอดจนการผลิตในพื้นที่ควบคุมอุณหภูมิได้

**ด้านที่สอง :** คือต้นทุนการผลิตที่อาจจะเพิ่มขึ้นเป็นผลมาจากแรงผลักดันจากปัจจัยภายนอก เช่น ข้อตกลงในเรื่องการลด

การปล่อยก๊าซเรือนกระจกที่ในระยะหลังได้มีการถกกันถึงการมีส่วนร่วมของภาคเกษตรในการลดก๊าซแล้ว ภาคเกษตรนั้นแม้จะเป็นภาคที่อ่อนไหวและได้รับผลกระทบมากที่สุดจากสภาวะโลกร้อน แต่ก็มีส่วนในการเพิ่มปริมาณก๊าซเรือนกระจกในบรรยากาศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งก๊าซมีเทนและก๊าซไนตรัสออกไซด์จากการทำนาข้าว การใส่ปุ๋ย ตลอดจนการเลี้ยงปศุสัตว์

นอกจากนั้น หากผลผลิตข้าวมีความเสี่ยงที่จะได้รับความเสียหายมากที่สุดแล้ว ธุรกิจโรงสี ก็เป็นภาคส่วนหนึ่งที่เป็นตัวแทนบ่งชี้ได้เป็นอย่างดีถึงธุรกิจเกี่ยวเนื่องที่ได้รับผลกระทบอย่างชัดเจน อันเนื่องมาจากผลผลิตข้าวที่ได้รับความเสียหายจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศ[3] โดยสิ่งที่จะเกิดขึ้นอย่างแน่นอน คือ ความสามารถในการทำกำไรของโรงสีมีแนวโน้มจะลดลงจากภัยแล้งที่คาดว่าจะรุนแรงในช่วงครึ่งแรกของปี 2567 ซึ่งจะทำให้ผลผลิตข้าวเสียหาย ทำให้อุปทานข้าวในตลาดมีจำกัด ส่งผลให้โรงสีมีต้นทุนรับซื้อของข้าวเปลือกจากเกษตรกรเพิ่มขึ้น แต่ราคาขายส่งข้าวสารที่โรงสีขายกลับปรับเพิ่มได้ไม่มากนัก เนื่องจากถูกกดดันจากการแข่งขันในตลาดส่งออก เพราะข้าวไทยยังมีต้นทุนที่สูงกว่าคู่แข่งอย่างเวียดนามและอินเดีย

## 3) ชะตากรรมที่เลือกไม่ได้ของกลุ่มเปราะบาง “คนยากจนและผู้มีรายได้น้อย” ที่กำลังถูกซ้ำเติมด้วยวิกฤตความมั่นคงทางอาหาร

“การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศจะผลักให้คนอีก 130 ล้านคน กลายเป็นคนยากจนในอีก 10 ปีข้างหน้า เนื่องจากปัญหาการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศทำให้ปัญหาความเหลื่อมล้ำที่มีอยู่แต่เดิมรุนแรงขึ้น” นี่เป็นคำยืนยันจาก ธนาคารโลก (World Bank) ที่ได้เปิดเผยว่าผู้ที่มีฐานะยากจนมักอาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีความเสี่ยงด้านสิ่งแวดล้อมสูงและมีทรัพยากรไม่มากในการปรับตัวเพื่อรับมือกับผลกระทบจากสภาพอากาศแปรปรวน เนื่องจาก 75% ของคนยากจนในพื้นที่ชนบทต้องพึ่งพาทรัพยากรธรรมชาติ เช่น ป่าไม้ ทะเลสาบ และมหาสมุทร ในการดำรงชีวิต ด้วยเหตุนี้ กลุ่มคนเหล่านี้จึงเป็นคนกลุ่มแรกที่ได้รับผลกระทบจากภัยธรรมชาติและมหันตภัยต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ

ขณะที่ ในปี พ.ศ. 2565 คณะกรรมการระหว่างรัฐบาลว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (IPCC) ได้เผยแพร่รายงานเกี่ยวกับผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงอุณหภูมิเฉลี่ยของโลก โดยระบุว่าหากอุณหภูมิเฉลี่ยทั่วโลกสูงขึ้นเกิน 1.5°C หรือมากกว่านี้ จะนำไปสู่ความเสี่ยงต่อความมั่นคงทางอาหารที่รุนแรงยิ่งขึ้น ประชากรจะพบกับความลำบากในการผลิตอาหารและการเข้าถึงแหล่งอาหาร พื้นที่ที่ได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศจะขยายตัวเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะในพื้นที่ที่มีความเปราะบางและสามารถปรับตัวได้น้อยสุด ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความไม่มั่นคงทางอาหารเป็นวงกว้างและรุนแรงยิ่งขึ้น

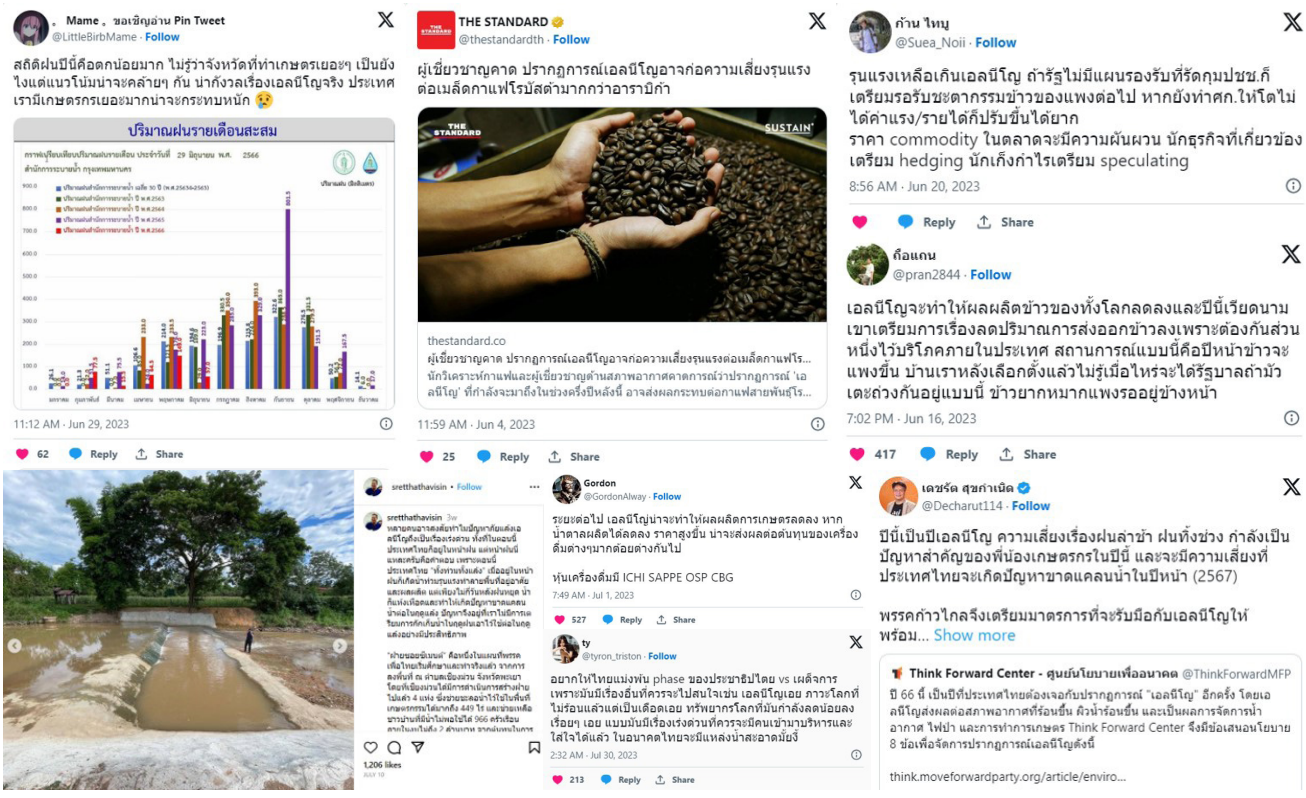
ในบริบทของประเทศไทย แม้ว่าประเทศไทยจะมีความหลากหลายทางชีวภาพสูง มีความอุดมสมบูรณ์ด้านการผลิตอาหาร มีสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับการทำเกษตรกรรม แต่สำหรับกลุ่มผู้มีรายได้น้อย ผู้ที่อยู่ในพื้นที่ห่างไกล การเข้าถึงอาหารที่เพียงพอยังเป็นเรื่องยาก[4] และคาดการณ์ได้ว่าปัญหานี้จะทวีความรุนแรงขึ้นเนื่องจากผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศ ที่มาเป็นปัจจัยแทรกแซงทำให้ผลผลิตผลทางการเกษตรที่เคยผลิตได้ไม่เพียงพอต่อความ สถานการณ์เช่นนี้นี่เองที่จะยิ่งซ้ำเติมกลุ่มคนยากจนและผู้มีรายได้น้อยในสังคมให้เข้าถึงแหล่งอาหารได้ยากขึ้นไปอีก[5]

เมื่อสถานการณ์เป็นเช่นนี้ กลุ่มประชากรที่มีรายได้ต่ำจะมีภาระหนี้สินหรือหนี้ครัวเรือนเพิ่มขึ้น เพราะเมื่อปริมาณผลผลิตทางการเกษตรลดลง สินค้าทางการเกษตรย่อมปรับราคาสูงขึ้น ค่าครองชีพของประชาชนก็จะสูงขึ้นตาม ประชาชนจำนวนมากที่มีรายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่ายย่อมต้องกู้หนี้ยืมสิน จนเริ่มมีปัญหาทางการเงิน สถานการณ์นี้ก็สอดคล้องกับข้อมูลสินเชื่อในระบบจากเครดิตบูโร ณ ไตรมาส 3 ปี 2565[6] ที่พบว่า 69% ของบัญชีหนี้ครัวเรือนไทยทั้งหมดเป็นสินเชื่อส่วนบุคคลและบัตรเครดิต ซึ่งมักเป็นหนี้เพื่อการอุปโภคบริโภคที่ใช้แล้วหมดไป ไม่ช่วยให้มีรายได้เพิ่มขึ้นหรือทำให้มีชีวิตที่ดีขึ้นในอนาคต

# “ภัยแล้ง-เอลนีโญ-ของแพง-ความมั่นคงทางอาหาร” Social Trend สะท้อนความกังวลของคนไทยต่อภัยโลกรวน

อีกหนึ่งข้อมูลสำคัญที่ยืนยันได้ถึงความกังวลของคนไทยที่เกี่ยวข้องกับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศ นั่นคือข้อมูล Social Media Data จาก Wisesight ที่รวบรวมการพูดถึงภัยธรรมชาติ ภาวะโลกรวนจากเอลนีโญ ซึ่งเก็บข้อมูลระหว่างเดือนเมษายน-เดือนกรกฎาคม 2566 ในโซเชียลมีเดีย แพลตฟอร์มหลักที่คนไทยใช้ไม่ว่าจะเป็นเฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ (X) อินสตาแกรม ติ๊กต๊อก ยูทูป พบว่ามีจำนวนมากถึง 9,582 ข้อความที่ให้ความสนใจต่อเรื่องภัยแล้ง ภาวะเอลนีโญ รวมถึงความกังวลต่อภาวะเอลนีโญที่กำลังส่งผลต่อผลผลิตทางการเกษตรที่อาจนำไปสู่ความมั่นคงทางอาหารได้ในปลายปีและปี 2567





**ภาคการเกษตร :**

ผู้คนในโซเชียลมีการพูดถึงความเสี่ยงที่อาจเกิดภาวะขาดแคลนน้ำ ฝนตกน้อย ไฟป่า ผลผลิต ข้าว น้ำตาล และมองว่าผลผลิตการเกษตรจะลดลงกระทบเป็นวงกว้างในภายหลัง โดยประเด็นเรื่องขาดแคลนน้ำถูกพูดถึง 734 ข้อความรองลงมาคือ ปริมาณฝนน้อยลง 576 ข้อความ ไฟป่า 310 ข้อความ ตามมาด้วยเรื่องผลผลิตข้าวน้ำตาลสิ่งเหล่านี้ถือว่าส่งผลต่อ ภาคการเกษตรโดยตรง



**ผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหาร :**

ตัวอย่างข้อความสะท้อนให้เห็นว่า ปัญหาราคาข้าวของแพงที่ส่งผลให้ประชาชนต้องแบกรับค่าครองชีพสูงขึ้นจากหลายปัจจัย เป็นอีกหนึ่งปัญหาด้านความมั่นคงทางอาหารที่คนไทยเป็นกังวลไม่น้อยกว่าเรื่องอื่นเช่นกัน

## เรียนรู้จากต้นแบบ “หนองสนิทโมเดล” โครงการดีๆ จาก สสส. ที่เปลี่ยนวิกฤติเป็นโอกาส รับมือ โลกรวน ภัยแล้ง สร้างความมั่นคงทางอาหารให้เกิดขึ้นได้จริง




ด้วยสถานการณ์ที่เรากำลังเผชิญซึ่งเกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศนี้ ทำให้แทบทุกประเทศทั่วโลกต่างให้ความสำคัญกับการสร้าง “ความมั่นคงทางอาหาร” โดยยกให้เป็นปัญหาความมั่นคงรูปแบบใหม่ที่ท้าทายในระดับนานาชาติ และต้องมีการวางมาตรการเพื่อรับมือกับความท้าทายนี้อย่างเร่งด่วนเพื่อความอยู่รอดของมนุษยชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งประเทศกำลังพัฒนาที่กำลังเผชิญหน้ากับปัญหาซึ่งกำลังทวีความรุนแรงในทุกทิศทาง

ที่ผ่านมา ทุกหน่วยงานและทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องได้เล็งเห็นถึงความจำเป็นเร่งด่วนในการแก้ปัญหานี้ เพื่อสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นให้กับประชาชนชาวไทยได้เข้าถึงความมั่นคงทางอาหารอย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งหน่วยงานหนึ่งที่ไม่เคยละเลยกับปัญหานี้ นั่นคือ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่มีการวางกลไกเพื่อวางรากฐานให้ชุมชนท้องถิ่นใน สังคมเข้าถึงความมั่นคงทางอาหารอย่างทั่วถึงผ่านโครงการและกิจกรรมต่างๆ มากมาย หนึ่งในโครงการต้นแบบที่ สสส. ได้ริเริ่มและดำเนินการจนประสบความสำเร็จ พร้อมนำไปปรับใช้และขยายผลเพื่อสร้างความมั่นคงทางอาหารในชุมชนทั่วประเทศไทย นั่นคือ “โครงการหนองสนิทโมเดล”[7]



เป็นเครือข่ายศูนย์ประสานงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ที่ ต.สนม อ.สนม จ.สุรินทร์ จนมีการพัฒนาระบบข้อมูลข้อมูลตำบล (TCNAP) และวิจัยชุมชน (RECAP) ซึ่งเป็นการเติมเต็มที่สำคัญ ในเรื่องนี้ อบต.หนองสนิท และชุมชนยังได้สำรวจความต้องการ และนำข้อมูลผู้พิการผู้สูงอายุ และผู้ด้อยโอกาสมาใช้โดยให้สิทธิ์กับกลุ่มดังกล่าวก่อนเป็นลำดับแรกในการจัดสรรพื้นที่สาธารณะจำนวน 18 ไร่ ให้ผู้ที่ไม่มีที่ดิน และผู้มีความจำเป็น รวม 70 ครอบครัว ในการผลิตอาหารปลอดภัยเพื่อการบริโภคและสร้างรายได้ โดย สสส. เข้ามาหนุนเสริมการเรียนรู้วิธีการจัดการระบบอาหารโดยชุมชนท้องถิ่น 3 เรื่องหลัก คือ

1. กลไกการบริหารจัดการระบบอาหาร ต.หนองสนิท และกลไกการทำงานระดับเครือข่าย
2. การส่งเสริมการเข้าถึงอาหารของคนทุกกลุ่ม
3. ออกแบบและกำหนดเป้าหมายการบูรณาการในการขับเคลื่อนระบบอาหาร โดยชุมชนท้องถิ่น

นอกจากนี้ สสส. ยังออกแบบกำหนดเป้าหมายขับเคลื่อนระบบอาหารชุมชนท้องถิ่น โดยใช้ โมเดลของ อบต. หนองสนิทไปขยายผล อาทิ มาตรฐานการทำเกษตรอินทรีย์ที่ทำมามากกว่า 24 ปี การตรวจหาสารเคมีในเลือด ระบบการจัดการอาหารในโรงเรียน เป็นต้นแบบของพื้นที่เรียนรู้สุขภาวะที่ดี

ด้วยเหตุนี้ อบต. หนองสนิท จึงเป็นอีกหนึ่งพื้นที่ต้นแบบที่มีความเข้มแข็งด้านอาหาร ตั้งแต่การผลิต สนับสนุนต้นแบบแหล่งผลิตอาหารปลอดภัย เกษตรอินทรีย์ เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม จำกัดการใช้สารเคมี การกระจาย และสร้างตลาดอาหาร ส่งเสริมช่องทาง สนับสนุนเศรษฐกิจอาหาร เชื่อมโยงผลผลิตอินทรีย์สู่ผู้บริโภค พัฒนาทักษะการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาวะ สื่อสารความรอบรู้การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาวะ ซึ่งจะหนุนเสริมความเข้มแข็งด้านอาหารในทุกพื้นที่ทั่วไทยอย่างเป็นระบบมากขึ้นในอนาคตอย่างเป็นรูปธรรม

โดยที่ผ่านมาได้มีการต่อยอดความสำเร็จของ ต.หนองสนิท ให้เป็นพื้นที่ต้นแบบที่สามารถต่อยอดขยายผลไปแล้วกว่า 155 อปท. เครือข่ายร่วมสร้างชุมชนท้องถิ่นน่าอยู่ของ สสส. ใน 46 จังหวัดทั่วประเทศ ซึ่งทำให้เกิดการขับเคลื่อนเกษตรกรรมยั่งยืนสู่อาหารเพื่อสุขภาวะ สร้างความมั่นคงทางอาหารให้ชุมชนทั่วไทยเพื่อใช้เป็นเกราะป้องกันผลกระทบจากความเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศได้อย่างยั่งยืน

# อ้างอิง


(1) **1.5 ˚c องศาเตือนภัยก่อนโลกลุกเป็นไฟ**, Creative Thailand, สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2566, จาก https://www.creativethailand.org/view/article-read?article_id=33322

(2) **แนะภาคเกษตรไทยเตรียมรับมือความเสี่ยงด้าน Climate Risk ที่รุนแรงขึ้น**, ไทยรัฐออนไลน์, สืบค้นเมื่อ 3 กันยายน 2566, จาก https://www.thairath.co.th/news/society/2717709

(3) **Climate Change ทั่วโลกเสี่ยงวิกฤติความมั่นคงทางอาหารโดยเฉพาะกลุ่มเปราะบาง**, สำนักข่าวอิศรา, สืบค้นเมื่อ 3 กันยายน 2566, จาก https://www.isranews.org/article/isranews-article/120771-isra-78.html

(4) **การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ**, สถาบันวิจัยเศรษฐกิจป๋วย อึ๊งภากรณ์, สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2566, จาก https://www.pier.or.th/abridged/2023/12/

(5) **ความมั่นคงทางอาหารและระบบการผลิต**, กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม, สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2566, จาก https://actionforclimate.deqp.go.th/knowledge/2675/#

(6) **หนี้ครัวเรือนไทย : เพราะเหตุใดจึงต้องกังวล?, ธนาคารแห่งประเทศไทย**, สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2566, จาก https://www.bot.or.th/th/research-and-publications/articles-and-publications/articles/Article_20Mar2023_01.html

(7) **“หนองสนิทโมเดล” ชุมชนท้องถิ่นเข้มแข็ง-อาหารปลอดภัย ต้นแบบความมั่นคงทางอาหารระดับชุมชน ขับเคลื่อนสู่นโยบายสาธารณะที่ยั่งยืน**, สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2566, จาก https://www.thaihealth.or.th/317175-2/

## บันทึกช่วยจำ

## บันทึกช่วยจำ

## บันทึกช่วยจำ

## บันทึกช่วยจำ

ThaiHealth WATCH 2024

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
สานพลัง สร้างนวัตกรรม สื่อสารสุข

resourcecenter.thaihealth.or.th/thaihealth-watch