

# สรุปผลการประชุม โครงการสนับสนุนการควบคุมการบริโภคยาสูบ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (พื้นที่อำเภอเชียงกลาง จังหวัดน่าน)

ณ ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุขอำเภอเชียงกลาง จังหวัดน่าน

วันที่ ๑๘ มีนาคม ๒๕๖๓ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.

## กิจกรรมระดมสมอง คนเชียงกลาง ไม่ดื่ม ไม่สูบ

### ประเด็นนำเข้า

๑.ผลกระทบจากการดื่มเหล้า ทั้งทางตรง และทางอ้อม

ข้อสรุป โทษของการดื่มสุรา ต่ออวัยวะภายในของร่างกาย ด้านสุขภาพ เป็นสาเหตุหลักในการเสียชีวิต ทั้งผลเสียทั้งในระยะสั้นและระยะสะสม หากดื่มสุราติดต่อกันเป็นระยะเวลายาวนาน (ติดเหล้า) จะส่งผลอย่างแน่นอนกับระบบความจำ ระบบประสาท ระบบเลือด ความดัน และที่ส่งผลโดยตรงต่ออวัยวะในร่างกายคือ “ตับ” พิษภัยจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ยังส่งผลกระทบต่อสมองที่รุนแรงขึ้นหากดื่มตั้งแต่อายุยังน้อย

การที่ดื่มสุราเรื้อรัง : จะมีการเปลี่ยนแปลงในสมองทำให้ความจำเสื่อม, ความคิดเลอะเลือน เมื่อเป็นระยะเวลานานขึ้นจะทำให้สมองเสื่อมทำให้การทรงตัวเสีย จะมีลักษณะเดินไม่ตรงทาง เมื่อเอ็กซ์เรย์สมองจะพบว่าขนาดของสมองเล็กลง จะมีการเปลี่ยนแปลงทางบุคลิกภาพ ไม่สนใจต่อสิ่งแวดล้อมบางครั้งจะเศร้าซึม หรือบางครั้งจะมีประสาทหลอน ระแวงว่าจะมีคนมาทำอันตราย

โทษของสุราต่อสังคมที่เป็นปัญหาในทุกวันนี้คงหนีไม่พ้น การเมาแล้วขับ ที่เรามักพบเจอบ่อยๆในช่วงเทศกาลหยุดยาว ซึ่งสาเหตุการเสียชีวิตจากการเมาแล้วขับ ทั้งตัวเราและคนรอบข้างนั้นถือครองอันดับ ๑ ในการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุบนท้องถนนมายาวนานเป็นเวลาหลายปี

เนื่องจากผู้ที่ดื่มสุราหรือเหล้า มักมีความมั่นใจว่าไม่เมา มั่นใจว่ามีสติขับรถได้จริงๆ แต่ในความเป็นจริงนั้นโทษของสุราที่ดื่มเข้าไปจะไปกดประสาทส่วนกลาง ทำให้การรับรู้เรื่องราวต่างๆช้าลง และส่งกระทบผลต่อระบบการตัดสินใจ จึงยังไม่สามารถควบคุมตนเองได้เต็มร้อย จึงทำให้เกิดอุบัติเหตุจากการขับขีได้สูงมาก

๒.ผลกระทบต่อสังคมครอบครัว และเศรษฐกิจ

ผลการศึกษาวิจัยพบว่าผลกระทบจากการที่คนไทยบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้ประเทศชาติต้องสูญเสียเงินจำนวนมหาศาล แบ่งออกเป็น

๑. ค่ารักษาพยาบาลที่เกิดขึ้นจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งมีทั้ง ค่ารักษาพยาบาลจากการรักษาโรคที่เกิดขึ้น จากการ บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และค่ารักษาพยาบาลจากการบาดเจ็บที่เป็นผลกระทบมาจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

๒. ค่าสูญเสียผลิตภาพการทำงาน ซึ่งเป็นผลจากการขาดงานเนื่องจากปัญหาสุขภาพ รวมถึง สูญเสียประสิทธิภาพในการทำงาน

๓. ค่าใช้จ่ายในการฟ้องร้องคดีความที่มีสาเหตุจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และค่าใช้จ่ายในการดำเนินคดีโดยตำรวจ

๔. มูลค่าทรัพย์สินที่เสียหายจากอุบัติเหตุ

๕. มูลค่าที่ประเทศชาติขาดโอกาสในการเติบโตทางเศรษฐกิจ อันเนื่องมาจากการเสียชีวิตก่อนวัยอันควรของประชากรวัยแรงงาน และคุณภาพชีวิตของคนในครอบครัวที่ขาดหลัก ของครอบครัวไป ทั้งๆที่โอกาสพัฒนาสามารถไปอีกไกล

### **เพราะเหตุใดปัญหาจึงยังไม่ลด**

๑. การโฆษณาชวนเชื่อ
๒. พฤติกรรมของผู้ใหญ่ ผู้ปกครอง ที่แสดงให้เด็ก และเยาวชนได้รับรู้
๓. เพื่อนฝูงชักชวน
๔. ปัญหาความเครียด ต้องการสนุก และผ่อนคลาย
๕. งานประเพณีต่างๆในชุมชน ยังคงมีการนำเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาจัดเลี้ยงอย่างแพร่หลาย และนิยมทุกชุมชน

### **งานประเพณีหรือกิจกรรมต่างๆที่ควรถือปฏิบัติ ปลอดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์**

๑. งานศพปลอดเหล้า (ทำได้ดี เป็นที่ยอมรับ และถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด)
๒. งานบวช (กรณีบวชหมู่ หรือทำเป็นพระราชกุศล จัดในวัด ถือปฏิบัติเคร่งครัด)
๓. ประเพณี กฐิน ผ้าป่า ปลอดเหล้าเบียร์ เริ่มดำเนินการบางพื้นที่ แต่ยังไม่ประสบผลสำเร็จ
๔. งานมงคลอื่นๆ ยังไม่สามารถปลอดได้ แต่มีแนวคิดในเรื่อง การรณรงค์ไม่บังคับ หรือยืดเยียดให้ดื่ม โดยใช้สโลแกน “อยากกินรินเอา อยากเมารินเอง” และจัดโซนโต๊ะอาหาร ปลอดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
๕. อาจมีการนำร่องปฏิบัติ กรณีเจ้าภาพงานมงคล ที่เป็นผู้นำด้านสุขภาพ /ผู้นำชุมชน

### **คำถามที่สงสัย และต้องการคำตอบ ?**

๑. การใช้กฎหมาย ครอบคลุม และจริงจังหรือยัง หรือ แค่เสือกระดาษ
๒. ผู้นำชุมชน/ผู้นำด้านสุขภาพ ปฏิบัติตัวเป็นตัวอย่างที่ดี หรือยัง
๓. โรงต้มเหล้าเสรีในชุมชน ยังมีอยู่แพร่หลายในชุมชน ควบคุมได้ไหม
๔. การโฆษณา เครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ ยังมีอยู่ทุกสื่อ และทุกช่องทาง
๕. ทำไมไม่ปิดโรงงานผลิตเครื่องดื่มแอลกอฮอล์/ โรงงานบุหรี

### **เป็นคำถามที่คณะทำงาน ต้องนำมาหาข้อสรุปต่อไป ?**

#### **ชาวเชียงใหม่ จะทำอย่างไรต่อไป เพื่อให้ปัญหาเหล่านี้ ลดลง**

๑. คุ้มครองสุขภาพ และ สิทธิความเป็นส่วนตัวของผู้ไม่ดื่ม
๒. การปรับสมดุล ความพอดีของการดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์
๓. เสี่ยงสะท้อนของผู้ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่อยากบอกเล่ากับสังคม

## ประเด็นที่อยากให้เกิดขึ้นเพื่อแก้ปัญหาอย่างต่อเนื่อง

๑. การขับเคลื่อนมาตรการสังคม โดยใช้นโยบายสาธารณะ เน้นธรรมาภิบาล  
ก่อให้เกิดความตระหนักรู้ของชาวเชียงใหม่ อย่างยั่งยืน
๒. จัดกิจกรรมสร้างเสริมปลูกจิตสำนึก สร้างขวัญและกำลังใจกับคนเล็กเต็ม
๓. สร้างเครือข่ายสายงาน เชิญชวนคนรัก ลดดื่มแอลกอฮอล์
๔. ชื่นชม และสดุดี คนต้นแบบของชุมชน ไม่สูบ/ไม่ดื่ม
๕. สร้างชุมชนต้นแบบ / ร้านค้าคุณธรรม

ผู้รับผิดชอบ.....(ผู้บันทึก)  
( นายเกษียงศักดิ์ ฝ่ายนั้นทะ )