มติชน
หนังสือพิมพ์คุณภาพ เพื่อคุณภาพของประเทศ

วันอังคารที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2555 หน้า 8

# สธ.ให้ความรู้เรื่องเพศโจ๋'ลำปาง'

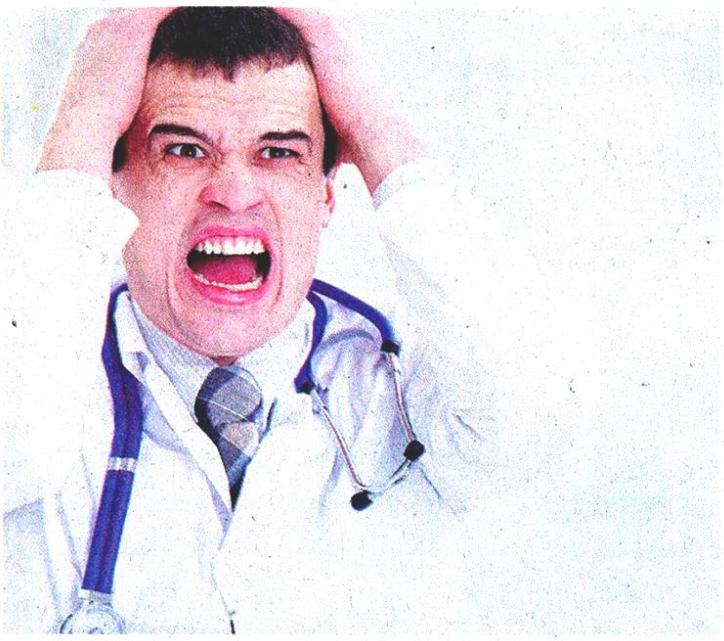
ทันตแพทย์เฉลิมชัย วุฒิพิทยามงคล นักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ ด้านส่งเสริมพัฒนา สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง เปิดเผยว่า ในการประชุมเชิงปฏิบัติการ การป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็กและเยาวชน จ.ลำปาง รับทราบปัญหาวัยรุ่นแบบเจาะลึกมากยิ่งขึ้น โดยจากการสำรวจปัญหาพบว่า วัยรุ่น อายุ 18 -24 ปี มีการใช้ยาเสพติดร้อยละ 34.58 รองลงมา คือ กลุ่มวัยรุ่นอายุ 12-17 ปี พบร้อยละ 19.00 แต่สิ่งที่น่าเป็นห่วงอย่างมาก คือ วัยรุ่นกลุ่มอายุต่ำกว่า 20 ปี มีการตั้งครรภ์สูงถึงร้อยละ 14.8 และยังมีปัญหาติดเชื้อโรคเอดส์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในกลุ่มเด็ก และเยาวชน อายุ 15-19 ปี สูงถึงร้อยละ 34.5 นับเป็นปัญหา ที่ห่วงว่า จะมีสถิติที่เพิ่มสูงขึ้นทุกปี

"ทำให้แนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหาข้างต้น ต้องร่วมกับทุกฝ่าย และทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะสถานศึกษาในการช่วยกันป้องกัน เริ่มจากปัญหาการตั้งครรภ์ มาตรการหลักมุ่งเน้นการชะลอการมีเพศสัมพันธ์ และเน้นการเข้าถึงบริการคุมกำเนิดในสถานศึกษา สอนความรู้ด้านเพศศึกษาให้รอบด้านและลึกมากยิ่งขึ้น และเป็นไปตามบริบทวัฒนธรรม โดยก็ต้องมีการตั้งคลินิกวัยรุ่น เพื่อให้คำปรึกษา ช่วยเหลือ หลังเกิดปัญหาในทุกเรื่อง" ทันตแพทย์เฉลิมชัยกล่าว

มติชน
หนังสือพิมพ์คุณภาพ เพื่อคุณภาพของประเทศ
วันอังคารที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2555 หน้า 8

# เป็นหมอก็พลาดได้

## ผ่าตัดผิดที่ 39 ครั้ง/สัปดาห์



ไม่ใช่ว่าเป็นแพทย์แล้วจะปราศจากความผิดพลาดโดยสิ้นเชิง เป็นแพทย์ก็ผิดพลาด พลั้งเผลอกันได้ แต่ที่แตกต่างออกไปจากความพลั้งเผลอของบุคคลทั่วไป ก็คือ ความผิดพลาดของแพทย์ โดยเฉพาะศัลยแพทย์นั้นเป็นอันตรายสูงยิ่ง บางครั้งถึงตายและอีกหลายครั้งถึงขั้นทำให้ผู้ป่วยพิการโดยถาวร

**นายแพทย์ มาร์ตี้ แมคารีย์** ศัลยแพทย์ของศูนย์การแพทย์จอห์น ฮอปสกิน สหรัฐอเมริกา ที่เชี่ยวชาญการศึกษาเรื่องข้อบกพร่องของโรงพยาบาลในสหรัฐอเมริกา เปิดเผยผลการศึกษาวิจัยชิ้นหนึ่ง ซึ่งนำเอาคดีฟ้องร้องต่างๆ ที่เกิดขึ้นในช่วงระหว่างปี 2533 ถึงปี 2553 เฉพาะที่เกี่ยวข้องกับศัลยแพทย์ ที่มีผู้ป่วยเป็นโจทก์และโรงพยาบาลตกเป็นจำเลย รวม 9,744 คดี มาศึกษาสาเหตุที่มาของการฟ้องร้องดังกล่าวว่าเกิดจากความผิดพลาดของแพทย์หรือไม่และด้วยสาเหตุผิดพลาดบกพร่องใด เพื่อจัดทำเป็นสถิติให้เห็นเป็นภาพรวมของความผิดพลาดพลั้งเผลอที่เป็นรูปธรรมของแพทย์ในสหรัฐอเมริกา

ผลการศึกษาวิจัยที่เพิ่งแล้วเสร็จและตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสารวิชาการ เดอะ เจอร์นัล เซอร์เจอรี่ ฉบับประจำวันที่ 19 ธันวาคมที่ผ่านมา พบว่า ศัลยแพทย์ที่ผ่าตัดผู้ป่วยแล้วผิดพลาดนั้น แม้จะเปรียบเทียบแล้วต่ำกว่าความผิดพลาดพลั้งเผลอของแพทย์ด้านอื่น แต่ก็ยังถือว่าน่าตกใจ เพราะพบว่า แพทย์มักลืม ผ้าขนหนู, ก้อนสำลี, ฟองน้ำ และอุปกรณ์ทางการแพทย์อื่นๆ ไว้ในร่างกายของผู้ป่วยโดยเฉลี่ยแล้วมากถึง 39 ครั้งต่อสัปดาห์ ไปดำเนินการผ่าตัดในส่วนของร่างกายที่ไม่ใช่ส่วนที่ผู้ป่วยต้องการผ่าตัด หรือเรียกง่ายๆ ว่า ผ่าตัดผิดที่โดยเฉลี่ยแล้ว 20 ครั้งต่อสัปดาห์

**ที่แย่กว่านั้นก็คือ ศัลยแพทย์อเมริกัน ผ่าคนไข้ผิดคนมากถึง 20 ครั้งต่อสัปดาห์โดยเฉลี่ยเช่นเดียวกัน**

(สถิติที่ว่านี้เป็นสถิติเชิงอนุมานจากกลุ่มตัวอย่างเปรียบเทียบเพื่อให้ครอบคลุมจำนวนประชากรทั้งหมดของสหรัฐอเมริกา)

สิ่งที่นายแพทย์ แมคารีย์ เตือนเอาไว้ก็คือ สถิติที่บอกเอาไว้ในการศึกษาวิจัยดังกล่าวนั้นเป็น **"ชั้น**

**ต่ำ"** ของพิสัยที่เป็นไปได้ทั้งหมด เพราะจำนวนความผิดพลาดที่แท้จริงนั้นสูงกว่าที่เกิดเป็นคดีฟ้องร้องกันมากมายนัก เขาบอกว่ายังมีการศึกษาวิจัยอีกบางชิ้นที่บอกว่า การลืมของหมอมักเกิดขึ้นเมื่อผ่าตัดผู้ป่วยที่ **"อ้วนเกินไป"** หรือเมื่อการผ่าตัดดำเนินการเป็น **"ทีม"** หรือ **"หลายๆ ทีม"** ในตัวผู้ป่วยเพียงรายเดียว

ความผิดพลาด พลั้งเผลอ ยังเกิดขึ้นได้ง่ายในกรณีที่แพทย์เร่งรีบ และเกิดขึ้นในกรณีที่วัฒนธรรมของสถานพยาบาลแห่งนั้นยึดถือแพทย์เป็นใหญ่ ทำให้พยาบาลไม่กล้าปริปากแม้จะเกิดความรู้สึกว่ามีบางอย่างผิดปกติขึ้นก็ตามที

ทีมวิจัยครั้งล่าสุดสรุปเอาไว้ว่า ในช่วง 20 ปีที่ศึกษาวิจัย พบความบกพร่องของศัลยแพทย์ที่สำคัญๆ มากถึง 80,000 ครั้ง ราว 7 เปอร์เซ็นต์ ของผู้ป่วยที่โชคร้ายเหล่านั้นเสียชีวิตลงเพราะความผิดพลาดดังกล่าว ส่วนอีกราว 1 ใน 3 ของผู้ป่วยที่เกิดความผิดพลาด ลงเอยด้วยการบาดเจ็บหรือพิการอยู่อย่างถาวรเพราะความผิดพลาดเหล่านั้น

**นายแพทย์ แมคารีย์ เชื่อว่าหนทางแก้เพื่อลดความผิดพลาดลงให้เหลือน้อยที่สุด จำเป็นต้องนำเอาเรื่องความปลอดภัยเข้าไปบรรจุไว้ในระบบการรักษาพยาบาลทั้งระบบ ให้ทุกส่วนในทีมผ่าตัดคำนึงถึงเป็นลำดับแรกเพื่อปกป้องผู้ป่วย แม้แต่พยาบาลก็ควรมีสิทธิบอกหรือโวยนายแพทย์ได้หากพบเห็นความผิดพลาดบกพร่อง การติดตั้งระบบติดตามวัสดุอุปกรณ์ทุกชิ้นไว้ด้วยชิปอาร์เอฟไอดี นอกจากจะช่วยตรวจสอบการหลงลืมวัสดุไว้ในร่างกายผู้ป่วยได้อย่างรวดเร็วแล้วยังเป็นการบีบกลายๆ ให้แพทย์ต้องรายงานความบกพร่องและโรงพยาบาลต้องยอมรับผิดและหาทางแก้ไขโดยเร็วได้อีกด้วย**

ไทยรัฐ

วันอังคารที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2555 หน้า 7

# ประโยชน์แท้จริงของยาทำให้นอนหลับ ที่แท้เกิดขึ้นเองในจิตใจของคนไข้ทั้งสิ้น

โลกโสภณ

**นักวิจัยซึ่งได้ศึกษาคุณประโยชน์ของยานอนหลับขนานต่างๆ กล่าวว่า คุณประโยชน์ของยาเหล่านี้ ครึ่งหนึ่งเกิดขึ้นในจิตใจของผู้ใช้เอง**

นักวิจัยทั้งของมหาวิทยาลัยลินคอล์นและโรงเรียนแพทย์ฮาร์วาร์ดของสหรัฐฯ กล่าวว่า "ความสำคัญทางด้านการแพทย์ของยาเหล่านี้เป็นที่น่าสงสัย" และเปิดเผยผลการศึกษาว่า ยาพวกนี้จะออกฤทธิ์ก็ต่อเมื่อคนไข้เกิดความรู้สึกในใจขึ้นแล้วเท่านั้น ยังไม่พบหลักฐานในการศึกษาที่แสดงให้เห็นว่า ยาเป็นคุณประโยชน์ในการแก้ปัญหาการนอนแบบเดียวกับคุณประโยชน์ของการนอนอย่างพอเพียงเลย.

เดลินิวส์

วันอังคารที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2555 หน้า 25

# ขนส่งกรุงเก่ารณรงค์ลดอุบัติเหตุปีใหม่ พุด'ตรวจรถก่อนใช้...ปลอดภัยแน่นอน'

ยังไม่ทันเริ่มเข้าสู่การรณรงค์ป้องกันอุบัติเหตุ 7 วันอันตรายช่วงเทศกาลปีใหม่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ก็เกิดอุบัติเหตุเสียชีวิตแล้วเกือบ 10 ราย จนกลายเป็นปัญหาสำคัญในช่วงการเดินทางกลับภูมิลำเนาและการเดินทางไปเที่ยวของประชาชน

**นายธรรมศักดิ์ นาวิไลกุล** ขนส่งจังหวัดพระนครศรีอยุธยาเปิดเผยว่า สำนักงานขนส่งจังหวัดพระนครศรีอยุธยาจัดกิจกรรมรณรงค์ป้องกันและลดอุบัติเหตุทางถนนในช่วงเทศกาลปีใหม่ 2556 โดยมีกิจกรรมต่าง ๆ ได้แก่ จัดอัตรากำลังเจ้าหน้าที่ตรวจสอบความพร้อมของสภาพตัวรถโดยสารสาธารณะและรถอื่น ๆ พร้อมทั้งผู้ประจำรถ (พนักงานขับรถ) บนถนนสายหลักและสายรอง สำหรับกิจกรรมดังกล่าวเริ่มดำเนินการตั้งแต่วันที่ 26 พฤศจิกายน–26 ธันวาคม 2555 โดยเน้นการตรวจสอบรถโดยสารประจำทางที่ใช้เส้นทางผ่านจังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อป้องกันและลดอุบัติเหตุ ทางถนน อันมีสาเหตุจากสภาพตัวรถและพนักงานขับรถ จัดอบรมเพิ่มประสิทธิภาพผู้ประกอบการขนส่งด้วยรถโดยสารสาธารณะ เพื่อซักซ้อมและเน้นย้ำให้ช่วยกันป้องกันและลดอุบัติเหตุทางถนน ซึ่งมีสาเหตุจากรถโดยสารสาธารณะ ในช่วงเทศกาลปีใหม่ 2556 จำนวน 100 คน บูรณาการร่วมในการรณรงค์ป้องกันและลดอุบัติเหตุทางถนนในช่วงเทศกาลปีใหม่2556 กับหน่วยงานสังกัดกระทรวงคมนาคม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ในช่วง "7 วันขับขี่ปลอดภัย" (27 ธันวาคม 2555–2 มกราคม 2556) ณ หมวดการทางบางปะอิน แขวงการทางอยุธยา สำนักทางหลวงที่ 11

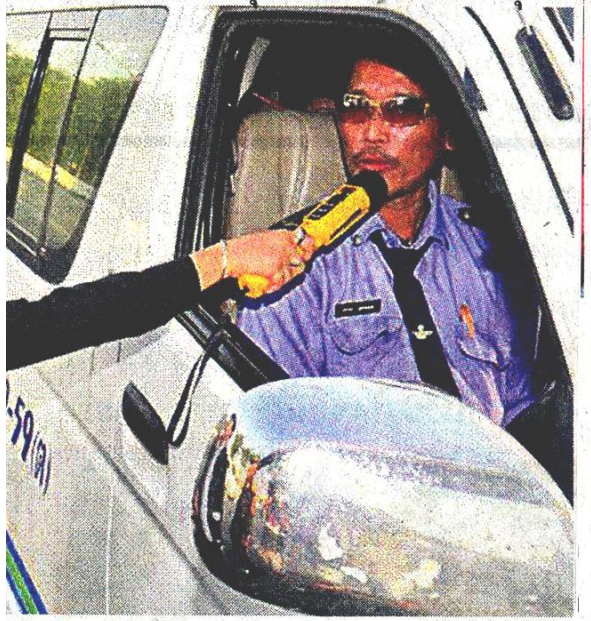
ขณะเดียวกัน ได้ร่วมมือกับสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา และภาคเอกชนในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จัดกิจกรรม "ตรวจรถก่อนใช้ ปลอดภัยแน่นอน" ในช่วงเทศกาลปีใหม่ พ.ศ. 2556 เพื่อให้บริการตรวจเช็กสภาพความพร้อมของรถยนต์และรถ

จักรยานยนต์ในเบื้องต้น ฟรี แก่ประชาชน โดยจะให้บริการตรวจเช็กระบบเครื่องยนต์ สภาพเบรก คลัตช์ เกียร์ สายพาน ที่ปัดน้ำฝน ตรวจวัดระดับน้ำมันเครื่อง น้ำในหม้อน้ำ รวมทั้งระบบไฟส่องสว่างต่าง ๆ เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับการเดินทาง โดยเปิดให้บริการ ที่

สำนักงานขนส่งจังหวัดพระนครศรีอยุธยา สำนักงานขนส่งสาขาอำเภอมหาราช ศูนย์บริการรถยนต์และรถจักรยานยนต์ และสถานตรวจสภาพรถเอกชนในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ที่เข้าร่วมกิจกรรม ตั้งแต่วันที่ 1–30 ธันวาคม 2555 ตามสถานศึกษาในสังกัดคณะกรรมการการอาชีวศึกษา

สำหรับสถานการศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ รวม 6 แห่ง ได้แก่ วิทยาลัยเทคนิคพระนครศรีอยุธยา, วิทยาลัยเทคโนโลยีและอุตสาหกรรมการต่อเรือพระนครศรีอยุธยา, วิทยาลัยเทคนิคอุตสาหกรรมยานยนต์, วิทยาลัยสารพัดช่างพระนครศรีอยุธยา, วิทยาลัยการอาชีพเสนา และวิทยาลัยการอาชีพมหาราช ในระหว่างเทศกาลปีใหม่ ตั้งแต่วันที่ 27 ธันวาคม 2555–2 มกราคม 2556 โดยตั้งจุดบริการ ณ บริเวณหน้าวิทยาลัย และบนถนนสายหลักในเส้นทางเดินรถภาคเหนือ (ถนนสายเอเซีย) ตั้งจุดบริการตรงข้ามป้อมตำรวจทางหลวงพระนครศรีอยุธยา และเส้นทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ตั้งจุดบริการ ณ บริเวณป้อมตำรวจทางหลวงเทพพิทักษ์ ตำบลสนับทึบ อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา บูรณา

การร่วมกับศูนย์อำนวยการความปลอดภัยทางถนนประจำจังหวัดพระนครศรีอยุธยา สถานีตำรวจภูธรจังหวัดพระนครศรีอยุธยา และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา



ในการตั้งจุดตรวจเพื่อตรวจความพร้อมของรถและผู้ขับรถทุกประเภท ในช่วง 7 วันขับขี่ปลอดภัย (มาตรการ 3 ม. 2 ข. 1 ร.) ระหว่างวันที่ 27 ธันวาคม 2555-2 มกราคม 2556

สำหรับจัดตั้งศูนย์คุ้มครองผู้โดยสารรถสาธารณะ โทรฯสายด่วน 1584 เพื่อรับเรื่องร้องเรียน ร้องทุกข์อันเกิดจากบริการของรถโดยสารสาธารณะ ณ สถานีขนส่งผู้โดยสารอำเภอเสนา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อให้บริการประชาชนในกรณีไม่ได้รับความสะดวกและความปลอดภัยจากการใช้บริการรถโดยสารสาธารณะ

ทั้งนี้ นายธรรมศักดิ์ ยังกล่าวเพิ่มเติมว่า หากประชาชนท่านใดต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับรถโดยสารประจำทางในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา หรือไม่ได้รับความสะดวกสบาย หรือถูกเอาเปรียบจากการโดยสารรถโดยสารประจำทาง สามารถร้องเรียนศูนย์คุ้มครองผู้โดยสารรถสาธารณะ โทรฯ สายด่วน 1584 ได้ตลอด 24 ชั่วโมง หรือโทรศัพท์หมายเลข 0-3533-5432-33 ในวันและเวลาราชการ.

สัมฤทธิ์ เจียมเจริญพรกุล

เดลินิวส์

วันอังคารที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2555 หน้า 8

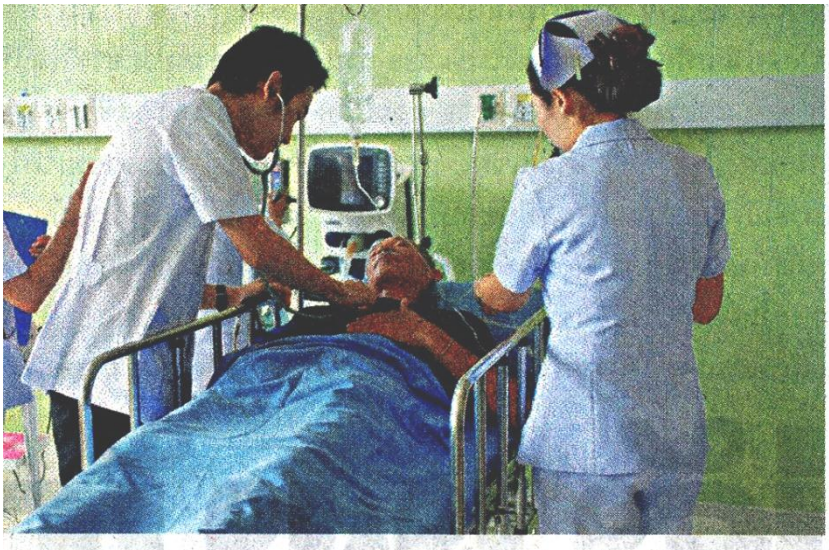
# นโยบายเจ็บป่วยฉุกเฉินฯเพิ่มสิทธิรักษามะเร็ง

แนวนโยบายของภาครัฐออกมากวดขันเรื่องวินัยจราจรอย่างเข้มข้น การรณรงค์ขับขี่ไม่ประมาทในช่วงเทศกาลปีใหม่มีเป้าหมายใหญ่เพื่อลดสถิติการบาดเจ็บและเสียชีวิตของประชาชนให้น้อยลงกว่าทุกปี คาดว่าปีใหม่ปีนี้ผู้เสียชีวิตและบาดเจ็บจากอุบัติเหตุจะต้องลดลง เพราะมีปัจจัยจากนโยบาย "เจ็บป่วยฉุกเฉินถึงแก่ชีวิต ไม่ถามถึงสิทธิ ใกล้ที่ไหนไปที่นั่น" ที่เริ่มเดินเครื่องมาตั้งแต่วันที่ 1 เม.ย. ที่ผ่านมา นั่นหมายถึงประชาชนที่อยู่ในสิทธิของ 3 กองทุนสุขภาพของภาครัฐได้แก่ กองทุนสวัสดิการรักษาพยาบาลข้าราชการ กรมบัญชีกลาง ดูแลประชาชน 5.6 ล้านคน กองทุนหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ สปสช. ดูแลประชาชน 48 ล้านคน และกองทุนประกันสังคม สำนักงานประกันสังคมดูแลประชาชน 10 ล้านคน บุคคลที่อยู่ใน 3 กลุ่มนี้ เมื่อได้รับอุบัติเหตุ หรือเจ็บป่วยฉุกเฉิน เพียงแค่แสดงบัตรประชาชนที่โรงพยาบาลที่ใกล้สุด สามารถเข้ารับการรักษาได้ทันที โดยไม่ต้องสำรองจ่ายเงินก่อนทั้งโรงพยาบาลรัฐและเอกชน โดย สปสช. จะเป็นหน่วยงานกลางในการจ่ายเงินให้แก่โรงพยาบาลไปก่อน

**ทพ.อรรถพร ลิ้มปัญญาเลิศ ผู้อำนวยการสำนักเลขาธิการและประชาสัมพันธ์ สปสช.** ให้ข้อมูลว่า ตลอดช่วงระยะเวลา 8 เดือน มีผู้ป่วยฉุกเฉินเข้ารับบริการเฉพาะที่โรงพยาบาลเอกชนนอกเครือข่ายบริการทั้ง 3 ระบบคือข้าราชการ ประกันสังคมและประกันสุขภาพถ้วนหน้า ที่โรงพยาบาลเอกชนสามารถช่วยเหลือชีวิตผู้ป่วยไว้ มีจำนวนสูงถึง 12,845 ราย โดยจำแนกเป็นผู้ป่วยฉุกเฉินวิกฤติ (สีแดง) 4,665 ราย หรือร้อยละ 36 ของผู้เข้ารับบริการทั้งหมด ผู้ป่วยฉุกเฉินเร่งด่วน (สีเหลือง) จำนวน 8,156 ราย หรือร้อยละ 64 ของผู้เข้ารับบริการทั้งหมด โดยมีโรงพยาบาลเอกชนที่ตั้งกระจายอยู่ทั่วประเทศให้บริการและส่งข้อมูลจำนวน 239 แห่ง จากโรงพยาบาลเอกชนทั้งหมด 353 แห่ง ปัจจุบันมีการจ่ายเงินไปแล้วถึง 205,404,774 บาท

**ผู้อำนวยการสำนักเลขาธิการและประชาสัมพันธ์ สปสช.** กล่าวว่า จากการเก็บรวบรวมข้อมูลการทำงานที่ผ่านมา 8 เดือน พบว่าประชาชนยังไม่เข้าใจคำนิยามของการเจ็บป่วยฉุกเฉิน เมื่อความเข้าใจไม่ตรงกัน

ทำให้เกิดความโกลาหลบ้างเมื่อคนไข้ไปถึงโรงพยาบาล ทั้งที่ก่อนที่จะเริ่มโครงการนี้ได้ทำความเข้าใจกับโรงพยาบาลเอกชนให้อ้างอิงตามประกาศของสถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ 1669 แล้ว หรือหลักพิจารณาง่าย ๆ กรณีที่ผู้ป่วยเดินทางมาโรงพยาบาลด้วยรถพยาบาลของสถาบันการแพทย์ฉุกเฉิน ให้กำหนดว่าเป็นผู้ป่วยฉุกเฉิน แต่ยังมีความก้ำกึ่งระหว่างคนไข้และโรงพยาบาล เช่น กรณีนิ้วขาดบางรายความเห็นโรงพยาบาลสามารถห้ามเลือดแล้ว



ได้แต่คนไข้มองว่าฉุกเฉิน

ทั้งนี้ตามความเห็นของโรงพยาบาลถ้าไม่เข้าเกณฑ์ฉุกเฉินก็จะเรียกเก็บเงินตามราคาขายของโรงพยาบาล แต่กรณีนี้ได้หาทางออกหากคนไข้ที่จ่ายเงินไปแล้ว ถ้าคิดว่าไม่ใช่กรณีฉุกเฉินสามารถร้องเรียนมาที่สายด่วน 1330 จะมีขั้นตอนการพิจารณาไกล่เกลี่ยเป็นราย ๆ ส่วนการแก้ปัญหาระยะยาวสำหรับเหตุการณ์เช่นนี้ สปสช. จะจัดตั้งทีมผู้เชี่ยวชาญตรวจวิเคราะห์อาการของโรคเริ่มต้นตั้งแต่เข้ารักษาในโรงพยาบาล และหลังรักษาจนพ้นภาวะวิกฤติผู้เชี่ยวชาญคอยประเมินอาการว่าเมื่อรักษาจนพ้นภาวะวิกฤติแล้วสามารถกลับไปอยู่ในโรงพยาบาลในสังกัด โดย สปสช. จะต้องทำหน้าที่หาเตียงให้

*"นอกจากนี้ยังพบปัญหาว่ากรณีเคสฉุกเฉินภาพรวมทั้งประเทศส่วนใหญ่อยู่ในกรุงเทพมหานคร อีกทั้งการบริการ 1669 ส่วนใหญ่อยู่ในพื้นที่ต่างจังหวัดโดยเฉพาะกรุงเทพฯ มีการทำงานซ้ำซ้อน เช่น ศูนย์*

*นเรนทรเป็นต้น รวมทั้งได้รับข้อเสนอจากสมาคมโรงพยาบาลเอกชนว่า สปสช. จ่ายเงินน้อยกว่าต้นทุนที่แท้จริงของโรงพยาบาล"* ทพ.อรรถพร กล่าวและว่า สปสช. พิจารณาหาค่าเฉลี่ยของค่ายาค่าหมอแล้วตามข้อเท็จจริงโรงพยาบาลเอกชนจะต้องได้กำไร 30 เปอร์เซ็นต์ ตามหลักการการทำธุรกิจ โดยมีระบบคอมพิวเตอร์ในการวินิจฉัย ราคาอาการโรคอุปกรณ์ ค่าหมอ ทั้งนี้หากไม่เห็นด้วยกับการจ่ายเงิน ต้องการให้ สปสช.จ่ายมากกว่านี้ทางโรงพยาบาลเอกชนต้องเปิดเผยต้นทุนที่แท้จริงออกมา

*"ยอมรับว่าหลังจากมีโครงการนี้โรงพยาบาลเอกชนมีส่วนช่วยให้คนไข้ฉุกเฉินรอดตายมาแล้วนับพันคนแม้เขาจะรักษาบ้างบ่นบ้างก็ตาม"*

จากตัวเลขเงินรักษาพยาบาลของ 3 กองทุน นั้นประกันสังคมมีเงินกองทุนหลักแสนล้าน แต่นำไปใช้หลายวัตถุประสงค์ทั้งเป็นค่าชดเชยการว่างงาน เงินกองทุนหลังเกษียณ แต่ในสัดส่วนของการดูแลด้านสุขภาพใช้ 0.8 เปอร์เซ็นต์ของเงินกองทุน ดูแลประชาชน 10 ล้านคน ขณะเดียวกันประชาชนที่อยู่ในกลุ่มประกันสังคมเป็นวัยทำงานเจ็บป่วยน้อย ส่วนเงินกองทุนของข้าราชการมีเงิน 60,000 ล้านบาท ดูแลประชาชน 5.6 ล้านคน เงินกองทุนของ สปสช. 140,000 ล้านบาท ดูแลประชากร 48 ล้านคน เทียบต่อหัว 2,755 บาทต่อหัวต่อคน ข้าราชการเมื่อได้มารวมอยู่ในนโยบายนี้ยังคงได้สิทธิเดิม เช่น ค่าห้องพิเศษ แต่จะมีระบบกลั่นกรองเรื่องของการเบิกจ่ายที่สมเหตุสมผลมากขึ้น โดยใช้บุคลากรทางการแพทย์และโดยระบบคอมพิวเตอร์ที่ถูกเขียนมาใช้ในการตรวจสอบการรักษาทั้ง 3 สิทธิ

ทพ.อรรถพร กล่าวอีกว่า นโยบายเจ็บป่วยฉุกเฉินถึงแก่ชีวิต ไม่ถามถึงสิทธิ ใกล้ที่ไหนไปที่นั้นนอกจากดูแลคนไข้ฉุกเฉินให้ได้รับการรักษาตามสิทธิของความเป็นมนุษย์แล้ว ยังเพิ่มเติมสิทธิให้กับผู้ป่วยโรคสำคัญคือ โรคเอดส์ โรคไต ให้ผู้ป่วยทั้ง 3 สิทธิเข้าถึงยาและการรักษาตามมาตรฐานของแต่ละสิทธิโดยที่ไม่ต้องจ่ายเงิน **และในปี 2556 ประมาณกลางปีจะเพิ่มสิทธิให้กับผู้ป่วยมะเร็งทั้ง 3 สิทธิในมะเร็ง 7 ชนิด อาทิ มะเร็งปอด มะเร็งตับ มะเร็งเต้านม มะเร็งท่อน้ำดี เป็นต้น** ทั้งนี้เพื่อเดินตามหลักการด้านการแพทย์ว่า ประเทศไทยจะต้องไม่มีคนล้มละลายจากการเจ็บป่วย ซึ่งทั้งโรคไต เอดส์ มะเร็ง ต้องใช้ค่าใช้จ่ายสูงรวมทั้งสร้างผลกระทบต่อระบบครอบครัว เมื่อมีคนป่วยเป็นมะเร็งอาจส่งผลให้บางครอบครัวล่มสลายลงได้ คนป่วยเป็นมะเร็งมีทางเลือกสองทางคือรักษาจนหาย กับรักษาจนตาย โดยสปสช. ได้ทำระบบการรักษาและสูตรยาในการรักษามะเร็งมาตรฐานเดียวทั้ง 3 สิทธิ ซึ่งมะเร็งทั้ง 7 ชนิดได้กำหนดมาตรฐานสูตรยาไว้เรียบร้อยแล้ว นอกจากนี้ยังได้สร้างระบบการดูแลรักษาคนไข้ที่บ้านในกรณีที่รักษาไม่ได้แล้วเพื่อให้ปั้นปลายของชีวิตได้ตายอย่างมีความสุข ซึ่งคนไข้ทั้ง 3 สิทธิมีผู้ป่วยมะเร็งประมาณ 3 ล้านคนทั่วประเทศ

**เป้าหมายสูงสุดของการสร้างบรรทัดฐานการรักษาทางการแพทย์ให้เป็นมาตรฐานเดียวกันเพื่อให้ผู้ป่วยรอดตายเพิ่มคุณภาพชีวิตและจัดการควบคุมงบประมาณด้านสาธารณสุขของประเทศไม่ให้บานปลาย.**

# เตือนผู้ชายเผชิญความเสี่ยงมะเร็งสูงขึ้น โดยเฉพาะมะเร็งลำไส้และต่อมลูกหมาก

องค์การวิจัยโรคมะเร็งเมืองน้ำชากล่าวเตือนว่า ผู้ชายจะต้องเผชิญกับโรคมะเร็งหนักขึ้นถึง 1 ใน 2 จากที่เคยอยู่ 50 ต่อ 100 ในปัจจุบันเพิ่ม 44 ต่อ 100 ส่วนใหญ่เป็นเพราะคนอายุยืนขึ้น และความแก่ชราก็เป็นปัจจัยเสี่ยงของโรคที่ใหญ่ที่สุด

องค์การระบุว่า ภัยของโรคมะเร็งกับสุภาพบุรุษ ในช่วงระยะเวลา 15 ปีข้างหน้านี้ ได้แก่ มะเร็งลำไส้, ต่อมลูกหมาก และผิวหนัง หากแต่ส่วนใหญ่จะรอดพ้นอันตรายไปได้ เนื่องจากการตรวจขั้นต้นและการรักษา ทั้งความก้าวหน้าทางการแพทย์ช่วยให้อัตรา

ไทยรัฐออนไลน์

โดย ทีมข่าวการศึกษา
24 ธันวาคม 2555, 12:00 น.

เนื้อหาที่เกี่ยวข้อง
46 ข่าว
ไม่มีรูปภาพที่เกี่ยวข้อง

ข่าวร้อ
21 ธ.
โพลชี้
นาซ่า
'มะเร็ง
กรมอุ
ครม.
นิติเวช

ไทยรัฐ
ไทยรัฐออนไลน์ › วันอังคารที่ 25 ธันวาคม พ.ศ.2555



# เตือนอย่าเลียนแบบ 'มนุษย์ฟันเหล็ก' ใช้ฟันเปิดฝาจิบขวด

เมื่อวันที่ 24 ธ.ค. 2555 ที่กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) ทันตแพทย์สุธา เจียรมณีโชติชัย ผู้อำนวยการสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย ให้สัมภาษณ์ว่า จากกรณีดังกล่าวอาจเป็นความสามารถเฉพาะตัวของคุณปู่คนดังกล่าว ไม่ควรลอกเลียนแบบ ข้อเท็จจริงแล้วฟันแท้ของมนุษย์เรานั้นจะอยู่จนสิ้นอายุขัย ไม่หลุดง่าย เนื่องจากฟันแท้ มีลักษณะคล้ายแท่งคริสตัล เนื้อฟัน และผิวฟันข้างนอกเคลือบด้วยแคลเซียม มีความแข็งแรงใกล้เคียงกับเพชร แต่จะมีโอกาสหักได้เฉพาะในแนวเฉียง โดยเฉพาะการใช้ฟันผิดหน้าที่ในตำแหน่งนั้นบ่อยครั้ง แทนที่จะใช้บดเคี้ยวอาหาร กลับนำไปใช้ทำอย่างอื่น เช่น ใช้ฟันเปิดฝาจีบขวดน้ำอัดลม ขวดโซดา ช่างก่อสร้างใช้ฟันคาบตะปู ช่างทำผม สตรีใช้ฟันง้างกิ๊บที่เป็นโลหะหนีบผม หรือการใช้ฟันขบเมล็ดมะขามคั่ว เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวมีอันตรายต่อฟันแท้ จะมีโอกาสทำให้ฟันบิ่น ฟันแตก ฟันหัก หรือฟันสึกได้ และเมื่อฟันแตกแล้วทำให้เสียวฟันและปวดมาก โดยหากรอยแตกบิ่นถึงชั้นเนื้อฟัน หรือโพรงประสาทฟัน การรักษาจะยุ่งยาก อาจจะต้องถอนฟันซี่นั้นออกไป

นอกจากนี้ การใช้ฟันเปิดฝาขวดหรือใช้ผิดหน้าที่ จะมีผลต่อขากรรไกร และข้อต่อขากรรไกร ซึ่งอาจจะทำให้หลวม หรือเกิดอาการขากรรไกรค้าง ทำให้เกิดปัญหาในการเคี้ยวอาหารได้ เพื่อสุขภาพของฟันแท้จะได้อยู่กับเราไปอีกนาน ควรหลีกเลี่ยงและเลิกนิสัยดังกล่าว พึงตระหนักว่าฟันคนเรามีไว้บดเคี้ยวอาหารเท่านั้น ไม่ควรใช้ฟันทำหน้าที่อื่น ซึ่งจะส่งผลให้มีปัญหาในการขบเคี้ยวอาหาร และการใช้ชีวิตประจำวัน การเปิดขวดควรใช้ที่เปิดขวดโดยเฉพาะจะดีกว่า

ทันตแพทย์สุธา กล่าวต่อว่า เรื่องที่น่าห่วงอีกประการหนึ่งคือ พฤติกรรมการเท้าคางของเด็กวัยเจริญเติบโต อายุตั้งแต่ 6 ขวบขึ้นไป ซึ่งเป็นวัยที่ฟันแท้เริ่มขึ้น จะทำให้ขากรรไกรล่างไม่เจริญเติบโต เกิดปัญหา ฟันเหยิน ลักษณะคล้ายฟันม้า คือฟันบนยื่นยาวมากกว่าฟันล่าง นอกจากจะมีปัญหาเรื่องของรูปหน้า แล้วจะมีปัญหาเรื่องการบดเคี้ยว เพราะฟันไม่สบกันพอดี อาจต้องเสียค่าจัดฟันใหม่ ซึ่งมีราคาแพง

ทั้งนี้ ขอแนะนำการดูแลสุขภาพฟันที่ดี ควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ มีคุณค่าทางโภชนาการ งดหรือลดการกินอาหารจุบจิบ ให้รับประมานอาหารหลักครบ 3 มื้อ หากเป็นอาหารนอกมื้อ หรือระหว่างมื้อควรจะรับประทานผลไม้สดแทน เพราะมีน้ำตาลไม่มาก ไม่ทำให้น้ำตาลติดตามซอกฟัน ซึ่งเป็นต้นเหตุฟันผุ นอกจากนี้ ควรแปรงฟัน

มั่นคง ตรงไป ตรงมา
แนวหน้า
วันอังคาร ที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2555

จำได้ดี
ฟรีช้อป



# สาธารณสุขใช้สุขบัญญัติ10ข้อ เป็นคัมภีร์ป้องกันคนไทยเจ็บป่วย

*วันอังคาร ที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2555, 06.00 น.*

tags : สาธารณสุข, สธ.,

นพ.ชลน่าน ศรีแก้ว รมช.สาธารณสุข เปิดเผยว่า สถานการณ์การเจ็บป่วยของประชาชนไทยอยู่ในเกณฑ์น่าห่วง สาเหตุมาจากหลายปัจจัย ทั้งการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ แบบแผนใหม่ของการบริโภค ขาดการออกกำลังกาย ความเครียดสูงขึ้น ผลสำรวจสภาวะสุขภาพคนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปในปี 2551-2552 พบว่า คนไทยป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุดถึง 10.8 ล้านคน ป่วยเป็นเบาหวาน 3 ล้านคน ขณะเดียวกันผลสำรวจอนามัยของประชากรไทยโดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ ล่าสุดในปี 2554 พบว่า มีผู้เจ็บป่วยที่ไม่ต้องนอนพักรักษาในโรงพยาบาล จำนวน 19.8 ล้านคนคิดเป็นร้อยละ 29 ของประชากร ซึ่งเพิ่มขึ้นจากปี 2549 ที่มีจำนวนร้อยละ 28 ของประชากร

สำหรับการป้องกันแก้ไขปัญหาสุขภาพคนไทย มีนโยบายให้กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ สนับสนุนให้โรงพยาบาลในสังกัดทุกระดับใช้กระบวนการสุขศึกษา ให้ความรู้ประชาชนทั้งที่ป่วยและไม่ป่วย เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้ถูกต้องและนำสุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ ซึ่งเป็นพฤติกรรมสุขภาพขั้นพื้นฐานที่พึงประสงค์ใช้มานาน ยังมีความทันสมัย นำไปใช้ในกลุ่มประชาชนทั่วไปและเด็กนักเรียนในโรงเรียน ศูนย์เด็กเล็กทั่วประเทศ เพื่อปลูกฝังความรู้และการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพอนามัยตั้งแต่อยู่ในวัยเด็ก นำไปสู่การปฏิบัติจนติดเป็นนิสัย เด็กที่ปฏิบัติได้ตามเกณฑ์ จะสร้างให้เกิดภูมิต้านทานโรค มีสุขภาพที่แข็งแรง ไม่เจ็บป่วยง่าย มีสมรรถภาพในการเรียน การทำกิจกรรมต่างๆ มีสุขภาพดี ทั้งร่างกายและจิตใจ และอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

ด้าน น.ต.นพ.บุญเรือง ไตรเรืองวรวัฒน์ อธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กล่าวว่า ขณะนี้ มีโรงพยาบาลผ่านการรับรองมาตรฐานงานสุขศึกษาแล้ว 2,021 แห่ง เป็นโรงพยาบาลศูนย์/โรงพยาบาลทั่วไป 53 แห่ง โรงพยาบาลชุมชน 225 แห่ง และ รพ.สต.จำนวน 1,743 แห่ง ภายในปี 2559 จะพัฒนาโรงพยาบาลศูนย์ โรงพยาบาลทั่วไป โรงพยาบาลชุมชนให้ผ่านเกณฑ์มาตรฐานงานสุขศึกษาครบทุกแห่ง และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลผ่านเกณฑ์ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 50 ขณะนี้ได้จัดทำมาตรฐานงานสุขศึกษาเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพประชาชนในโรงพยาบาลทุกระดับแล้ว

ทั้งนี้ สุขบัญญัติ 10 ประการ มีดังนี้ 1.ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด 2.รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกวิธี 3.ล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหารและหลังการขับถ่าย 4.กินอาหารสุก สะอาด ปราศจากสารอันตรายและหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สี ฉูดฉาด 5.งดสูบบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนันและการสำส่อนทางเพศ 6.สร้างสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น 7.ป้องกันอุบัติภัยด้วยการไม่ประมาท 8.ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี 9.ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ และ 10.มีส่วนร่วมต่อส่วนรวมร่วมสร้างสรรค์สังคม เช่นทิ้งขยะในถังขยะ

ั่นคง ตรงไป ตรงมา
แนวหน้า
ันอังคาร ที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2555

3 เที่ยวบิน/วัน นครศรีธรรมราช กรุงเท



"กังนัมสไตล์" ฉบับ "ไซ-เซอร์(อเล็กซ์)" สุดฮา!

# สธ.เร่งพัฒนามาตรฐาน บริการอุบัติเหตุ-ฉุกเฉิน

*วันอังคาร ที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2555, 06.00 น.*

tags : อุบัติเหตุ, สธ., สาธารณสุข, ฉุกเฉิน,

นพ.ณรงค์ สหเมธาพัฒน์ ปลัดกระทรวงสาธารณสุข กล่าวระหว่างเป็นประธานเปิดประชุมนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด ผู้อำนวยการโรงพยาบาล (รพ.) ศูนย์ รพ.ทั่วไป และผู้รับผิดชอบและปฏิบัติงานด้านอุบัติเหตุฉุกเฉิน เพื่อระดมสมองพัฒนาประสิทธิภาพระบบการให้บริการผู้ป่วยอุบัติเหตุ ฉุกเฉิน ใน รพ.ทุกระดับในประเทศไทย ว่า งานบริการผู้ป่วยอุบัติเหตุฉุกเฉิน จัดเป็นงานด่านหน้าที่มีความสำคัญของ รพ.ทุแห่ง เพื่อช่วยชีวิตผู้ป่วยที่อยู่ในภาวะฉุกเฉินและวิกฤติอย่างรวดเร็วและถูกต้องแม่นยำ เพื่อให้รอดชีวิต ปลอดภัย ลดความพิการซ้ำซ้อน ให้บริการเป็นทีม เป็นความหวังของผู้ป่วยและญาติขณะประสบกับนาทีชีวิต ซึ่งเป็นนโยบายเร่งด่วนของรัฐบาลและ สธ.ที่ต้องการให้ประชาชนได้รับบริการที่ได้มาตรฐาน

"จากการสำรวจของศูนย์อุบัติเหตุฉุกเฉิน รพ.ขอนแก่น พบว่า ในรอบ 10 ปี จำนวนผู้ป่วยอุบัติเหตุฉุกเฉินเข้ารักษาตัวที่ห้องฉุกเฉินของ รพ.ของรัฐทั่วประเทศเพิ่มขึ้น 1 เท่าตัว จาก 12 ล้านครั้งในปี 2544 เป็น 24 ล้านครั้งในปี 2555 เฉลี่ยนาทีละ 46 ครั้ง ในขณะที่ทรัพยากรด้านต่างๆ ของ รพ.ไม่ได้เพิ่มขึ้นมากนัก จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการวางแผนในการรับมือปัญหาอย่างเป็นระบบและทันท่วงที เพื่อให้มีความเป็นเลิศ มีมาตรฐานระดับสากล สร้างความเชื่อมั่นของคนไทยทั้งประเทศและต่างชาติ" นพ.ณรงค์ กล่าว

นพ.ณรงค์ กล่าวว่า การประชุมครั้งนี้จะศึกษาทบทวนสถานการณ์ สภาพปัญหาที่เกิดในระบบจากการปฏิบัติงานจริง และการพัฒนาความพร้อมอย่างสมบูรณ์แบบใน 4 ด้านสำคัญ ได้แก่ 1.บุคลากรมืออาชีพ 2.โครงสร้างและอุปกรณ์ เครื่องมือแพทย์ 3.กระบวนการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ทุกระดับ 4.เทคโนโลยีสารสนเทศ การสื่อสารรับแจ้งเหตุ การประสานงานของเจ้าหน้าที่ จากนั้นจะจัดทำเป็นยุทธศาสตร์การพัฒนาและการลงทุนต่างๆ ให้เกิดความสมบูรณ์แบบได้มาตรฐาน

# ภาค ปชช.ท้วง สธ.ดึงงบป้องกันโรคบริหารเอง

โดย ASTVผู้จัดการออนไลน์ 24 ธันวาคม 2555 14:41 น. Tweet 2 +1 0

ถูกใจ 3 คนถูกใจสิ่งนี้ เป็นคนแรกจากเพื่อนของคุณ

**ภาคประชาชนท้วง สธ.ดึงแนวคิดส่งเสริมสุขภาพกลับไปทำเอง เหตุกำลังคนไม่พอ และเป็นการเดินย้อนกลับไปสู่ยุคไดโนเสาร์ แนะวิเคราะห์สถานการณ์ปัญหาใหม่ ชี้สุขภาพเป็นเรื่องของทุกคน ต้องให้ประชาชนร่วมคิดร่วมสร้าง**

**นายนิมิตร์ เทียนอุดม** กรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กล่าวว่า ในช่วงแรกๆ ของระบบ เคยกันงบไว้ที่กระทรวงสาธารณสุขเพื่อให้หน่วยบริการทำงานส่งเสริมป้องกันโรค แต่ความถนัดของกระทรวงสาธารณสุขคือการรักษา และการคัดกรองโรค ผนวกกับปัญหาเรื่องกำลังคนที่ไม่พอ หน่วยบริการจึงไม่ได้ทำงานส่งเสริมป้องกันโรคได้เท่าที่ควร คนที่เสียประโยชน์คือประชาชนที่ไม่ได้รับการส่งเสริมป้องกันโรคอย่างแท้จริง ที่ผ่านมาการจัดการงบส่งเสริมป้องกันโรคของระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติจึงจัดสรรเพื่อให้ครอบคลุมประชาชนทุกคน โดยแบ่งเป็นงบระดับประเทศไว้จัดซื้อวัคซีน และการป้องกันระดับประเทศ ส่วนหนึ่งกันไว้ที่หน่วยบริการสำหรับการส่งเสริมป้องกันโรคตามชุดสิทธิประโยชน์ และส่วนสำคัญคือกันไว้ระดับเขต และระดับตำบลเพื่อให้ประชาชน และภาคส่วนต่างๆ ทำโครงการส่งเสริมป้องกันโรคด้วยตนเอง

"อยากให้ทบทวนแนวคิดที่จะดึงงบส่งเสริมป้องกันโรคกลับไปที่กระทรวงสาธารณสุขอีกครั้ง ว่าที่ผ่านมาเกิดปัญหาอะไรที่ทำไม่ได้ จึงต้องจัดสรรงบเพื่อให้เจ้าของปัญหา ให้ประชาชนเข้ามาร่วมคิดร่วมทำ ช่วยกันทำงาน แล้วจะพัฒนาแนวทางการส่งเสริมป้องกันโรคได้อย่างไร" นายนิมิตร์กล่าว

**นางเรณู ภู่อาวรณ์** ศูนย์ประสานงานหลักประกันสุขภาพ ภาคประชาชน จ.สมุทรสงคราม กล่าวว่า เพิ่งจัดงานคนสู้โรค โดยใช้งบส่งเสริมป้องกันโรคระดับเขต เป็นการแข่งขันกันระหว่างคนที่เป็นโรคเรื้อรังอย่างน้อย 2 โรคมาสมัคร ทุกอำเภอมีผู้สมัครรวมทั้งสิ้น 90 คน โดยตัดสินจากผลตรวจประจำตัวจากโรงพยาบาลว่าน้ำตาลในเลือด ความดัน และไขมันลดไหม เมื่อเริ่มโครงการให้ความรู้เรื่องโภชนาการที่เหมาะสม การกินที่ถูกต้อง แล้วให้แต่ละคนตั้งเป้าหมายของตัวเอง กลับไปกินผักที่ตัวเองปลูก ออกกำลังกายผ่านกิจวัตรประจำวัน แต่มีเป้าหมายมากขึ้น โดยมีโค้ชในระดับอำเภอคอยให้คำแนะนำ คอยให้กำลังใจ ทั้งหมดนี้ไม่ได้แข่งกันเพื่อของรางวัล แต่แข่งกันเพื่อสุขภาพตัวเอง ทั้งโค้ช ทั้งผู้เข้าแข่งขันต่างก็มีสุขภาพดีขึ้น หากได้รางวัลชนะก็เป็นความภูมิใจของอำเภอด้วย

"งานนี้ถือเป็นนวัตกรรม และความร่วมมือการทำงานส่งเสริมป้องกันโรคที่เห็นได้ชัด มีประชาชนสนใจจำนวนมาก เมื่อภาคราชการเห็น มีโรงพยาบาลส่งเสริมป้องกันโรคเข้ามาร่วมด้วย ซึ่งหลายส่วนก็กล่าวว่าการทำงานแบบนี้ภาคราชการเองก็มีข้อจำกัดเรื่องเวลา กฎระเบียบและกฎเกณฑ์ต่างๆ ที่เป็นอุปสรรคที่ทำไม่ได้เอง แต่พร้อมจะให้ความร่วมมือ ทำงานด้วยกัน" นางเรณูกล่าว

# หมอฟันแนะเด็ก 6 ขวบเลี่ยงเท้าคาง เสี่ยงฟันเหยิน

หมอฟันแนะเด็กวัย 6 ขวบขึ้นไปหลีกเลี่ยงการเท้าคางเพราะจะทำให้ฟันแท้เหยิน พร้อมเตือนประชาชนอย่าเลียนแบบใช้ฟันเปิดฝาจีบขวดน้ำ หรือใช้ฟันผิดหน้าที่ เช่นการกัด เคี้ยวบดของแข็ง อาจทำให้ฟันบิ่น ฟันแตก ฟันหัก หรือฟันสึกได้ หากรอยแตกถึงชั้นโพรงประสาทฟันอาจจะต้องสูญเสียฟันซี่นั้นไป

**หมอฟันแนะเด็กวัย 6 ขวบขึ้นไปหลีกเลี่ยงการเท้าคางเพราะจะทำให้ฟันแท้เหยิน พร้อมเตือนประชาชนอย่าเลียนแบบใช้ฟันเปิดฝาจีบขวดน้ำ หรือใช้ฟันผิดหน้าที่ เช่นการกัด เคี้ยวบดของแข็ง อาจทำให้ฟันบิ่น ฟันแตก ฟันหัก หรือฟันสึกได้ หากรอยแตกถึงชั้นโพรงประสาทฟันอาจจะต้องสูญเสียฟันซี่นั้นไป**

ภาพประกอบจากอินเทอร์เน็ต

วันนี้ (24 ธ.ค.) **ทพ.สุธา เจียรมณีโชติชัย** ผู้อำนวยการสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย ให้สัมภาษณ์ถึงกรณีคุณปู่วัย 71 ปีใช้ฟันเปิดฝาจีบน้ำอัดลมว่า จากกรณีที่คุณปู่วัย 71 ปี ย่านเขตตลิ่งชัน กทม. ใช้ฟันเปิดฝาจีบน้ำอัดลม โชดา มาตั้งแต่วัยรุ่นจนถึงปัจจุบัน และปัจจุบันฟันยังอยู่ครบไม่หักแม้แต่ซี่เดียว ไม่โยกไม่คลอน โดยใช้ขี้เถ้าแปรงฟัน เคี้ยวและอมเกลือเม็ดวันละ 2 ครั้ง ไม่เคยป่วย รับประทานผัก ปลา เลี่ยงจำพวกสัตว์ใหญ่นั้น ถือเป็นความสามารถเฉพาะตัว ซึ่งไม่ควรลอกเลียนแบบ ในความเป็นจริงแล้วฟันแท้ของมนุษย์เรานั้นจะอยู่จนสิ้นอายุขัย ไม่หลุดง่าย เนื่องจากฟันแท้มีลักษณะคล้ายแท่งคริสตัล เนื้อฟัน และผิวฟันข้างนอกเคลือบด้วยแคลเซียม มีความแข็งแรงใกล้เคียงกับเพชร แต่จะมีโอกาสหักได้เฉพาะในแนวเฉียง

ทพ.สุธากล่าวว่า การใช้ฟันผิดหน้าที่ในตำแหน่งนั้นบ่อยครั้ง แทนที่จะใช้บดเคี้ยวอาหาร กลับนำไปใช้ทำอย่างอื่น เช่น ใช้ฟันเปิดฝาจีบขวดน้ำอัดลม ขวดโชดา ช่างก่อสร้างใช้ฟันคาบตะปู ช่างทำผมสตรีใช้ฟันง้างกิ๊บที่เป็นโลหะหนีบผม หรือการใช้ฟันขบเมล็ดมะขามคั่ว เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวมีอันตรายต่อฟันแท้ จะมีโอกาสทำให้ฟันบิ่น ฟันแตก ฟันหัก หรือฟันสึกได้ และเมื่อฟันแตกแล้วทำให้เสียวฟันและปวดมาก โดยหากรอยแตกบิ่นถึงชั้นเนื้อฟันหรือโพรงประสาทฟันการรักษาจะยุ่งยาก อาจจะต้องถอนฟันซี่นั้นออกไป นอกจากนั้นการใช้ฟันเปิดฝาขวดหรือใช้ผิดหน้าที่จะมีผลต่อขากรรไกร และข้อต่อขากรรไกร ซึ่งอาจจะทำให้หลวมหรือเกิดอาการขากรรไกรค้าง ทำให้เกิดปัญหาในการเคี้ยวอาหารได้

"เพื่อสุขภาพของฟันแท้จะได้อยู่กับเราไปอีกนาน ควรหลีกเลี่ยงและเลิกนิสัยดังกล่าว พึงตระหนักว่าฟันคนเรามีไว้บดเคี้ยวอาหารเท่านั้น ไม่ควรใช้ฟันทำหน้าที่อื่น ซึ่งจะส่งผลให้มีปัญหาในการขบเคี้ยวอาหาร และการใช้ชีวิตประจำวัน การเปิดขวดควรใช้ที่เปิดขวดโดยเฉพาะจะดีกว่า" ทพ.สุธากล่าว

ทพ.สุธากล่าวต่อว่า เรื่องที่น่าห่วงอีกประการหนึ่งคือ พฤติกรรมการเท้าคางของเด็กวัยเจริญเติบโต อายุตั้งแต่ 6 ขวบขึ้นไป ซึ่งเป็นวัยที่ฟันแท้เริ่มขึ้น จะทำให้ขากรรไกรล่างไม่เจริญเติบโต เกิดปัญหาฟันเหยินลักษณะคล้ายฟันม้า คือฟันบนยื่นยาวมากกว่าฟันล่าง นอกจากจะมีปัญหาเรื่องของรูปหน้า แล้วจะมีปัญหาเรื่องการบดเคี้ยว เพราะฟันไม่สบกันพอดี อาจต้องเสียค่าจัดฟันใหม่ซึ่งมีราคาแพง

ทั้งนี้ การดูแลสุขภาพฟันที่ดีควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ มีคุณค่าทางโภชนาการ งด หรือลดการกินอาหารจุบจิบ ให้รับประทานอาหารหลักครบ 3 มื้อ หากเป็นอาหารนอกมื้อหรือระหว่างมื้อควรจะรับประทานผลไม้สดแทน เพราะมีน้ำตาลไม่มาก ไม่ทำให้น้ำตาลติดตามซอกฟันซึ่งเป็นต้นเหตุฟันผุ นอกจากนี้ควรแปรงฟันให้ทั่วถึงทั้งปาก แปรงอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือตอนเช้า และก่อนนอน แปรงฟันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ และใช้ไหมขัดฟัน ซึ่งสามารถทำความสะอาดซอกฟันได้ดีไม่ทำให้ฟันห่าง ควรตรวจสุขภาพช่องปากด้วยตนเองเป็นประจำ และไปรับบริการตรวจสุขภาพฟันทุก 6 เดือน หากพบปัญหาจะได้รับการรักษาอย่างทันท่วงที

# แนะสังเกตเครื่องกระป๋อง-อาหารแห้งกระเช้าปีใหม่ก่อนซื้อ

**สธ.เตือน ซื้อกระเช้าปีใหม่ประเภทเครื่องกระป๋อง และอาหารแห้ง ควรสังเกตให้มั่นใจก่อนซื้อ เพื่อป้องกันเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา และเชื้อจุลินทรีย์ ที่อาจส่งผลอันตรายถึงชีวิตได้**

ภาพประกอบจากอินเทอร์เน็ต

**นพ.ชลน่าน ศรีแก้ว** รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข (สธ.) เปิดเผยว่า ช่วงเทศกาลปีใหม่ประชาชนจะมอบกระเช้าเพื่อเป็นของขวัญให้แก่กันเป็นจำนวนมาก ซึ่งกระเช้าอาหารกระป๋อง และอาหารแห้ง จะได้รับความนิยม เพราะสามารถเก็บไว้ได้เป็นเวลานาน มีความหลากหลายและเหมาะกับทุกเพศทุกกลุ่ม แต่หากซื้อกระเช้าของขวัญที่ไม่มีคุณภาพ ไม่ได้มาตรฐาน หรือเป็นกระเช้าเก่าที่เก็บไว้เป็นระยะเวลานาน อาจเสี่ยงได้รับอันตรายจากเชื้อโรคต่างๆ และส่งผลเสียต่อสุขภาพอันตรายถึงขั้นเสียชีวิต ก่อนเลือกซื้อกระเช้าประเภทเครื่องกระป๋องทุกครั้งต้องสังเกตเครื่องหมาย อย.และอ่านฉลากข้างกระป๋องที่มีชื่อ สถานที่ผลิต วัน เดือน ปีที่ผลิตและหมดอายุ ชื่อปริมาณวัตถุเจือปนในอาหาร น้ำหนักสุทธิ และลักษณะกระป๋องต้องไม่บวม ไม่บุบ ไม่เป็นสนิม รวมถึงตะเข็บกระป๋องต้องไม่มีรอยแตกรั่ว สำหรับกระเช้าที่บรรจุอาหารแห้งและธัญพืช ต้องสังเกตว่า มีเชื้อราปนเปื้อนหรือไม่ ซึ่งสามารถมองเห็นด้วยตาเปล่า เพราะเชื้อราจะมีลักษณะเป็นคราบสีเขียว เหลือง ดำ หรือขาว ถ้าดมดูจะมีกลิ่นเหม็นอับ

ด้าน **นพ.เจษฎา โชคดำรงสุข** อธิบดีกรมอนามัย กล่าวว่า เครื่องกระป๋องที่นำมาจัดกระเช้าปีใหม่ ส่วนใหญ่จะเป็นนม น้ำผลไม้ ผลไม้กระป๋อง เครื่องดื่มต่างๆ หากกระป๋องไม่สมบูรณ์ บุบ เป็นสนิม หรือมีรอยแตกรั่ว จะทำให้อาหารปนเปื้อนเชื้อจุลินทรีย์ และเจริญเติบโต ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านสี กลิ่น รส และคุณค่าของอาหาร โดยเฉพาะเชื้อแบคทีเรียชนิดโบทูลินัม จะสร้างสารพิษโบทูลินัมที่ส่งผลต่อระบบประสาทอย่างรุนแรง หากรับประทานเข้าสู่ร่างกายจะเกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน อาการอัมพาตของกล้ามเนื้อต่างๆ สายตาพร่ามองเห็นเป็นภาพซ้อน ซึม ง่วง กลืนอาหารไม่สะดวก ลิ้น และคออักเสบ เพราะไม่สามารถกลืนน้ำลายได้ กล้ามเนื้อต้นคออ่อนแรงจนยกหัวไหล่ไม่ขึ้น จะแสดงอาการให้เห็นภายใน 2-4 ชั่วโมง แต่สำหรับบางรายอาจใช้เวลานานถึง 12-36 ชั่วโมง หากไม่ได้รับการรักษาโดยทันทีอาจเสียชีวิตด้วยระบบหายใจล้มเหลว ดังนั้น หากพบว่ามีความผิดปกติเกิดขึ้นให้รีบไปพบแพทย์โดยด่วน

"สำหรับกระเช้าของขวัญประเภทอาหารแห้ง และธัญพืชต่างๆ ให้สังเกตที่สินค้า หากมีการจัดเตรียมและเก็บไว้นาน หรือเก็บในสภาพที่มีความชื้นเกินไปหรือร้อนเกินไป คุณภาพของอาหารก็อาจจะเสื่อมลงได้ จะสูญเสียคุณค่าทางอาหาร และก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้บริโภคทั้งจากเชื้อแบคทีเรียหรือเชื้อรา ที่เรียกว่า สารอะฟลาท็อกซิน ซึ่งเป็นสารที่อาจทำให้เกิดโรคมะเร็งตับอีกด้วย การป้องกันที่ดีคือต้องเลือกอย่างพิถีพิถัน ธัญพืชพวกถั่วเมล็ดแห้งที่ใหม่และเก็บไว้ในภาชนะที่แห้งพอ โดยก่อนที่จะนำมาปรุงประกอบอาหารควรล้างให้สะอาด เพื่อขจัดสิ่งปนเปื้อนที่อยู่ในถั่วเมล็ด ธัญพืชต่างๆ และควรปรุงสุกทุกครั้งก่อนนำมาบริโภค" อธิบดีกรมอนามัย กล่าว