

'งดเหล้าเข้าพรรษา' รักษาผู้ป่วย'ติดสุรา'เชิงรุก

เวียนมาอีกครั้งกับเทศกาล "เข้าพรรษา" ซึ่งพระภิกษุสงฆ์ในศาสนาพุทธจะอยู่ประจำ ณ วัดใดวัดหนึ่ง ไม่เดินทางไกล โดยระหว่างอยู่ประจำที่วัดเป็นเวลา 3 เดือน ตลอดช่วงเข้าพรรษา จะเป็นช่วงที่พระภิกษุสงฆ์ได้ศึกษาทบทวนหลักธรรมอย่างจริงจัง แต่ในขณะเดียวกัน พุทธศาสนิกชนที่เป็นฆราวาส ก็อาจใช้ช่วงเข้าพรรษา ลด ละ เลิกอบายมุข เปลี่ยนแปลงชีวิตตนเอง ให้ดีขึ้นได้ ดังตัวอย่างของโครงการ "งดเหล้าเข้าพรรษา" ที่ทางสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) สนับสนุนมาอย่างต่อเนื่อง

ล่าสุดเมื่อวันที่ 18 ก.ค. 2567 มีการจัดงานแถลงข่าว "ฤดูกาลสุขปลอดเหล้า และงดเหล้าเข้าพรรษา 2567 เปลี่ยนคุณเป็นคนใหม่ใน 90 วัน" โดยเป็นความร่วมมือระหว่าง สสส. กับสำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า (สคล.) และภาคีเครือข่าย นพ.พงศ์เทพ วงศ์วัชรไพบูลย์ ผู้จัดการกองทุน สสส. กล่าวว่า จากการประเมินโครงการงดเหล้าเข้าพรรษาในปี 2566 โดยศูนย์วิจัยเพื่อการพัฒนาสังคมและธุรกิจ (SAB) พบว่า มีผู้เปลี่ยนพฤติกรรมลด ละ เลิกเหล้าในช่วงเข้าพรรษา 10.2 ล้านคน จากจำนวนผู้ที่ดื่มทั้งหมด 24.8 ล้านคน เพิ่มขึ้นจากปี 2565 มากถึง 7.7 แสนคน

ในจำนวนนี้แบ่งเป็น ผู้งดดื่มตลอดพรรษา 21.3% ผู้ที่งดบางช่วง 9.1% และผู้ที่ไม่งดแต่ลดการดื่มลง 10.5% โดยกลุ่มตัวอย่าง 66.3% ระบุว่าได้รับผลดีจากการลด ละ เลิกดื่มในช่วงเข้าพรรษา โดยเฉพาะสุขภาพร่างกายดีขึ้น สุขภาพจิตใจดีขึ้น รวมถึงช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายได้เฉลี่ยคนละ

1,506.97 บาท รวมทั้งประเทศประหยัดได้ราว 4.2 พันล้านบาท

นายธีระ วัชรปรานี ผู้อำนวยการสำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า (สคล.) กล่าวว่า โครงการงดเหล้าเข้าพรรษาปี 2567 นี้ สคล. ร่วมกับหน่วยงาน องค์กร ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาสังคม และชุมชน กว่า 3,500 แห่ง ในพื้นที่ 77 จังหวัดทั่วประเทศ สร้างการรับรู้และเชิญชวนงดเหล้าเข้าพรรษา รวมทั้งตั้งจุดลงนามปฏิญาณตน โดยมีโปรแกรม Sober CHEERs ซึ่งเป็นการจัดเก็บระบบฐานข้อมูล และติดตามผู้ที่เข้าร่วมบวชใจงดเหล้า ที่สมัครใจร่วม ลด ละ เลิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในช่วงเข้าพรรษา โดยใช้โมเดล SoBrink Soclub

น.ส.ฟ้าอิงตะวัน ไวยกรรณ์ นักกระบวนการหลักสูตรเสริมพลังต้นพื้นพลังชีวิต สคล. กล่าวว่า ตนเป็นสาวสายปาร์ตี้ ชีวิตวนเวียนอยู่กับเหล้าเกือบ 24 ชม. จนเมื่ออายุ 38 ปี ตรวจพบอาการตับแข็ง และค่าตับที่สูงมีแนวโน้มของการเป็นมะเร็งตับ จึงหันมาเริ่มศึกษาภูมิปัญญาจากแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก เพื่อช่วยล้างพิษและเสริมพลังต้น พบว่าสมุนไพรไม่ได้ปรุงเป็นยาเพื่อรักษาเท่านั้น แต่ปรุงเป็นอาหาร และเครื่องดื่มได้ จึงพัฒนาสูตร SoBrink ใช้สมุนไพรต่อต้านอนุมูลอิสระ มีทั้งสูตรอาหาร และเครื่องดื่ม จากพืช ผัก สมุนไพรที่ได้จากหลังบ้าน มาแปลงเป็นเมนูอาหารและเครื่องดื่ม เพื่อล้างพิษตับ เสริมพลังต้น และเลิกกวดูดยิบที่ไม่ผ่านกรรมวิธีการแปรรูป และทำความเข้าใจกับกิจวัตรประจำวันตามนาฬิกาชีวิต คือ

นอนให้เพียงพอ ดื่มน้ำสะอาด ออกแดด ออกกำลังกาย ให้อภัยไม่เครียด ซึ่งจะทำให้ผู้ที่นำสูตรนี้ไปใช้ได้รับความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ในช่วง 3 เดือนนี้ ทั้งนี้ ผู้ที่สนใจสามารถติดตามข้อมูล และการจัดอบรมให้ความรู้ต่างๆ ได้ที่เฟซบุ๊กแฟนเพจ "SoBrink"

น.ส.จากรุณลักษณ์ เรื่องสุวรรณ เลขานุการคณะกรรมการกองทุนการออมแห่งชาติ (กอช.) กล่าวว่า กอช. เป็นหน่วยงานภายใต้กระทรวงการคลัง มุ่งสร้างรากฐานการออมเงินไว้ใช้ยามเกษียณ ปัญหาของคนส่วนใหญ่คือ หนี้ครัวเรือน และหนี้ส่วนบุคคล เพราะมีรายจ่ายที่สูงกว่า รายรับ ขาดการวางแผนด้านการเงิน ปัญหาคือไม่มีเงินเก็บ แนวทางการแก้ไข ต้องเสริมทักษะการวางแผนทางด้านการเงิน ให้มีความสำคัญในการออมเงิน เก็บทีละเล็ก ทีละน้อย จนเป็นนิสัย จึงอยากแนะนำให้ประชาชนตระหนักถึงความสำคัญของการใช้จ่าย โดยเฉพาะสินค้าที่ไม่จำเป็น และทำลายสุขภาพประเภทเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และบุหรี่ ซึ่งสามารถเปลี่ยนเงินค่าเหล้ามาเป็นเงินออม

นายชาคริต จินะคำปัน อายุ 42 ปี ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน หมู่ 8 บ้านเกาะกลาง ต.ป่าแดด อ.เมือง จ.เชียงใหม่ กล่าวว่า ดื่มเหล้าตั้งแต่อายุ 20 ปี กลายเป็นคนขี้เหล้า ไม่ทำอะไร ไม่มีใครไว้ใจ หลังจากพ่อป่วยทำอะไรไม่ได้ จึงตัดสินใจ "หักดิบ" เลิกดื่มแบบจริงจัง พอได้กินอึมนอนหลับ ร่างกายได้พักผ่อนก็แข็งแรง สามารถมาทำงานประกอบอาชีพ มีรายได้ มีเงินเก็บ คนในชุมชนได้เปิดโอกาสให้เราเข้ามาช่วยงานสังคม ช่วยกิจกรรมต่างๆ จึงได้ชักชวนคนในหมู่บ้านเลิกดื่มเหล้าไปได้แล้วหลายคน

อีกด้านหนึ่ง มหาวิทยาลัยมหิดล เผยแพร่ข่าวประชาสัมพันธ์ "การบำบัดผู้ป่วยติดสุรา ได้ผลดี หากไม่ทำแบบตั้งรับ" โดย รศ.ดร.นพ.ตะวันชัย

แนวหน้า

Naew Na
Circulation: 900,000
Ad Rate: 1,250

Section: First Section/กีฬา-บทความ

วันที่: อาทิตย์ 21 กรกฎาคม 2567

ปีที่: 45

ฉบับที่: 15786

หน้า: 7(กลาง)

Col.Inch: 59.66

Ad Value: 74,575

PRValue (x3): 223,725

คลิป: ชาว-ดำ

หัวข้อข่าว: 'งดเหล้าเข้าพรรษา' รักษาผู้ป่วย'ติดสุรา'เชิงรุก

จิรประมุขพิทักษ์ อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล อธิบายว่า การตั้งรับคือรอให้ผู้ป่วยมาโรงพยาบาลอย่างต่อเนื่อง ซึ่งพบว่าผู้ป่วยหยุดการรักษากลางคันและกลับไปดื่มอีก ในขณะที่วิธีการเชิงรุก คือการคัดกรองผู้เสี่ยงติดสุราในชุมชน อำนวยความสะดวกในการส่งรักษาต่อในสถานพยาบาล และติดตามต่อ โดยการเยี่ยมบ้านโดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

เน้นการสื่อสารเชิงบวกและมี “เครื่องเป่าวัดแอลกอฮอล์” มีอัตราค่าซ่อมเขาเป็นอุปกรณ์หลักในการเยี่ยมบ้าน และติดตามผล ว่ายังมีการดื่มสุราอยู่หรือไม่ หากหยุดดื่มได้ อสม. จะกล่าวชมเชย หากยังหยุดดื่มไม่ได้ ก็กล่าวให้กำลังใจให้ผู้ดื่มมีความพยายามในการเลิกสุราต่อไป อย่างไรก็ตาม ต้องให้เวลากับผู้ดื่มระยะหนึ่งในการเลิกสุรา เนื่องจากจำนวนไม่น้อยยังอาจมีการดื่มๆ หยุดๆ ในระยะแรก แต่เมื่อผ่านไป 4 เดือน ผู้ป่วยมากกว่าครึ่งหนึ่ง สามารถหยุดดื่มได้ติดต่อกันเป็นเวลาอย่างน้อย 1 เดือน