

## สมัชชาสุขภาพแห่งชาติ ชวนคนไทยลดกินเค็ม สถานพลังปัญญาและภาคี สร้างวิถีสุขภาพไทย



ถึงภัยร้ายจากการบริโภคอาหารรสเค็มซึ่งเป็นภัยใกล้ตัว เพราะการบริโภคเกลือและโซเดียมมากเกินไปจะเกิดโทษร้ายแรง เสี่ยงต่อการเป็นโรคความดันสูง โรคหัวใจ และหลอดเลือด โรคเบาหวาน โรคไต ฯลฯ จาก



ผลสำรวจการบริโภคเกลือและโซเดียม ในคนไทยมีแนวโน้มสูงมากขึ้นเรื่อยๆ โดยในปี 2550 พบว่าคนไทยบริโภคโซเดียมมากกว่าความต้องการของร่างกาย ร้อยละ 4.35 กรัมต่อคนต่อวัน ยังไม่รวมโซเดียมที่แฝงมากับเครื่องปรุงรสต่างๆ ซึ่งองค์การอนามัยโลกได้ตั้งเป้าหมายในการลดการบริโภคเกลือและโซเดียม ให้ได้ร้อยละ 30 ภายในปี พ.ศ. 2568"

ขณะที่ นายยิ่งศักดิ์ จงเลิศเจษฎาวงศ์ ผู้เชี่ยวชาญด้านอาหาร กล่าวว่า "คนไทยต้องปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคให้ปลอดภัยมากขึ้น การลดการบริโภคเค็มไม่ใช่เรื่องยาก การปรุงอาหารด้วยตนเองจะเป็น

ทางเลือกที่ดีต่อสุขภาพมากที่สุด อาหารอร่อย ต้องอร่อยจากระสชาติส่วนประกอบของอาหาร ไม่ใช่อร่อยเพราะเครื่องปรุงรส"

ซึ่งนอกจากการประชุมตามระเบียบวาระดังกล่าวแล้ว ยังมีกิจกรรมอีกมากมายทั้งนี้กระทรวงสาธารณสุขให้ความรู้เวทีเสวนา และบริการตรวจสุขภาพฟรีสำหรับประชาชนที่สนใจ

นายเจษฎา มิ่งสมร ประธานคณะกรรมการจัดสมัชชาสุขภาพแห่งชาติ (คจ.สช.) เปิดเผยว่า ในการประชุมสมัชชาสุขภาพแห่งชาติ ครั้งที่ 8 ประจำปี 2558 ซึ่งจะจัดขึ้นในวันที่ 21-23 ธันวาคมนี้ ณ อิมแพ็คฟอรัม เมืองทองธานี โดยในเวทีนี้ จะมีการพิจารณาปัญหาที่กำลังคุกคามสุขภาพคนไทย ผ่านกลไกของสมัชชาสุขภาพแห่งชาติเพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าว ซึ่งมีทั้งหมด 5 วาระ ดังนี้

1. "วิกฤตการณ์เชื้อแบคทีเรียดื้อยา และการจัดการปัญหาแบบบูรณาการ" จากสถานการณ์แบคทีเรียดื้อยาในประเทศไทยที่รุนแรงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้การรักษาโรคทำได้ยากยิ่งขึ้น
2. "สุขภาพชะงวอนา: การสร้างความเข้มแข็งของเครือข่ายองค์กรชาวนา" นอกจากปัญหาพิษสารเคมีกำจัดศัตรูพืช ยังมีปัญหาทางเศรษฐกิจที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตชาวนา รวมถึงปัญหารุ่นใหม่ละทิ้งภูมิปัญญาเดิมจึงหาชาวนารุ่นใหม่ไม่ได้
3. "ระบบสุขภาพเขตเมือง: การพัฒนาระบบบริการสุขภาพอย่างมีส่วนร่วม" จากความแออัด



ของผู้คนในเขตเมือง จึงเกิดปัญหาความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึงการบริการสาธารณสุข จึงต้องมีการพัฒนาระบบบริการสุขภาพที่ประชาชนทุกระดับสามารถเข้าถึงได้ง่าย

4. "นโยบายการลดการบริโภคเกลือและโซเดียม เพื่อลดโรคไม่ติดต่อ" จากพฤติกรรมคนไทยนิยมบริโภคอาหารรสเค็ม ส่งผลให้เกิดโรคเรื้อรังต่อสุขภาพคนไทยในระยะยาว

5. "การจัดการปัญหาหมอกควันที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ" เป็นการติดตามมติเดิม

ในปีนี้ คจ.สช. มุ่งเน้นการนำนโยบายไปขับเคลื่อนให้เกิดการปฏิบัติขึ้นจริง โดยระเบียบวาระที่ได้รับฉันทามติจากการประชุมในครั้งนี้นี้ จะถูกเสนอต่อคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ และส่งต่อไปกับคณะกรรมการขับเคลื่อนและติดตามมติสมัชชาสุขภาพแห่งชาติ เพื่อผลักดันให้เกิดการทำงานต่อไป

ด้าน ผศ.นพ.สุรศักดิ์ กันตชูเวสศิริ ประธานคณะทำงานพัฒนาข้อเสนอ "นโยบายการลดการบริโภคเกลือและโซเดียม เพื่อลดโรคไม่ติดต่อ" กล่าวว่า "คนไทยยังไม่ตระหนักถึง