



หนังสือพิมพ์คุณภาพ เพื่อคุณภาพของประเทศไทย

วันพฤหัสบดีที่ 6 กันยายน พ.ศ. 2555 หน้า 7

โครงการรณรงค์ทำความดีเข้าพรรษา ลดน้ำหนักสร้างสุขภาพดีวิถีไทย

roadshow ที่จังหวัดขอนแก่น

เปิดตัวโครงการที่วัดพระรามเก้า

เปิดตัวโครงการที่กระทรวง

การดำเนินชีวิตในสังคมที่เร่งรีบส่งผลต่อพฤติกรรมบริโภคอาหารที่เปลี่ยนแปลงไป การรับประทานอาหารที่หวานจัด มันจัด และเค็มจนเกินไป รวมทั้งการบริโภคเกินปริมาณความต้องการ ประกอบกับมีความเครียดสะสม สูบบุหรี่ และดื่มแอลกอฮอล์ พฤติกรรมเหล่านี้ล้วนเป็นเสมือนเบ็ดตกแห่งโรคภัยต่างๆ เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคกระดูกงู และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง โรคอ้วน พบว่าประชาชนคนไทยที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป ประสบปัญหาภาวะโรคอ้วนกว่า 17 ล้านคน และเพิ่มขึ้นมากกว่า 1.2 เท่าภายใน 5 ปี

ในช่วงเทศกาลเข้าพรรษานี้ กระทรวงสาธารณสุข โดยสำนักงานบริหารสุขภาพองค์รวมสุขภาพดีวิถีชีวิตไทย สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข จัดกิจกรรม "โครงการรณรงค์ทำความดีเข้าพรรษา ลดน้ำหนักสร้างสุขภาพดีวิถีไทย" มีวัตถุประสงค์เพื่อรณรงค์ให้ผู้ที่ต้องลดโรคอ้วนปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรม การบริโภค มีการจัดกิจกรรมรณรงค์ให้ประชาชนหันมาใส่ใจการทานอาหารอย่างเหมาะสม ปรึกษากับประชาสัมพันธ์ ส่งเสริม ให้มีความรู้ความเข้าใจแก่ประชาชน ทราบถึงวิธีการลดความอ้วนอย่างถูกต้อง เพื่อลดอัตราการเสียชีวิตและการเจ็บป่วยที่อาจเกิดขึ้น อีกทั้งยังเป็นการดำเนินงานเชิงรุกเพื่อคัดกรองกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมกิจกรรมจัดทำเป็นฐานข้อมูลผ่านระบบสารสนเทศ เพื่อรวบรวมไปพัฒนาและต่อยอดในกิจกรรมอื่นๆของกระทรวงสาธารณสุขต่อไป สำหรับผู้สนใจเข้าร่วมโครงการอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปที่มีภาวะอ้วน

roadshow ที่จังหวัดขอนแก่น

รวมไปถึงหน่วยงานภาครัฐและเอกชน องค์กร เครือข่ายภาคี สมาคม ชมรมต่างๆ สามารถสมัครเข้าร่วมโครงการนี้ได้ระหว่างเดือนสิงหาคม-ตุลาคม 2555 ณ หน่วยงานสังกัดกระทรวงสาธารณสุขหรือแหล่งชุมชนส่วนกลางหรือหน่วยงานเครือข่ายในภูมิภาคต่างๆ

ล่าสุดจัดให้มีการรณรงค์ "ลดความอ้วนสร้างบุญ" โดยจัดพิธีเปิดโครงการไปเมื่อเช้าวานนี้ ณ วัดพระรามเก้า กรุงเทพมหานคร โดยเชิญชวนผู้ที่มีภาวะอ้วนและอ้วนลงพุง จำนวน 2,600 คน ร่วมประกวดลดความอ้วนสร้างบุญ มีการตัดสินแยกเพศชายซึ่งมีโครงการผ่านสื่อสาธารณะ เช่น โทรทัศน์ วิทยุ และสื่อสิ่งพิมพ์ รวมไปถึงจัดกิจกรรมรณรงค์เคลื่อนที่เชิญชวนประชาชนกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการ "ลดความอ้วนสร้างบุญ" ในกรุงเทพมหานครบริเวณ 6 ครั้ง และภูมิภาค 4 ครั้ง ภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคอีสานและภาคใต้รวม 10 ครั้ง

ไม่เพียงเท่านั้น ยังเชิญชวน ภาคเครือข่ายทั้งภาครัฐ เอกชน ร่วมประชาสัมพันธ์เชิญชวนบุคลากรในสังกัดที่มีภาวะโรคอ้วน เข้าร่วมทำความดีเข้าพรรษาด้วยการ "ลดอ้วนสร้างบุญ" โดยทางโครงการจะมอบเงินรางวัลผู้เข้าร่วมโครงการและเป็นนายปริมาณน้ำหนักที่ลดลงในช่วงเข้าพรรษา เพื่อติดตามและประเมินผลความก้าวหน้าการลดน้ำหนักเดือนละ 1 ครั้ง พร้อมให้คำแนะนำในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่แนะนำและส่งเสริมแก่กลุ่มเป้าหมาย ถึงวันที่ 10 พฤศจิกายน 2555 จะมีการสรุปและรายงานผลปริมาณน้ำหนักที่ลดได้ตลอดช่วงเข้าพรรษา และเผยแพร่ผลการดำเนินงานทำความดีในช่วงเข้าพรรษาในระดับบุคคลและหน่วยงานต่อไป

นับเป็นอีกกิจกรรมหนึ่งของกระทรวงสาธารณสุข ในการขับเคลื่อนนโยบายการสร้างเสริมสุขภาพของประเทศไทย ช่วยให้ผู้ที่มีภาวะโรคอ้วนเริ่มหันมาใส่ใจการดูแลสุขภาพ และตระหนักถึงอันตรายจากโรคอ้วนมากขึ้น อีกทั้ง ประชาชนยังได้รับการคัดกรองภาวะพร่องฮอร์โมนของโรคอ้วน และมีฐานข้อมูลสถานะสุขภาพของผู้เข้าร่วมโครงการเพื่อนำมาวางแผนและจัดทำเป็นแนวทางในการบริหารงานต่อไป และหากบรรลุผลตามเป้าหมายจะทำให้ผู้ที่มีโรคอ้วนที่ประเทศสามารถลดน้ำหนักรวมกันได้ไม่น้อยกว่า 10,000 คน ซึ่งเป็นผลดีต่อกระทรวงสาธารณสุขที่สามารถลดงบประมาณในการดูแลสุขภาพเชิงรุกจากภาวะโรคอ้วนได้คิดเฉลี่ยซึ่งได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 10 ต่อปี ทั้งนี้ กระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายที่จะจัดกิจกรรมนี้เป็นประจำทุกปีในช่วงเข้าพรรษา และเป็นประเพณีปฏิบัติเพื่อเป็นพุทธบูชาพร้อมทั้งส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพที่ดีจริงๆ ขึ้นไปอย่างต่อเนื่องสืบไป

roadshow ที่จังหวัดเชียงใหม่

roadshow ที่จังหวัดเชียงใหม่

roadshow ที่จังหวัดเชียงใหม่



วัคซีน คอตีบ ไอกรน บาดทะยัก สำหรับผู้ใหญ่

เรามักจะได้ยินการให้วัคซีน คอตีบ ไอกรน บาดทะยัก ในเด็ก โดยเฉพาะในภาคบังคับของแผนการให้วัคซีนแห่งชาติ ที่ต้องให้ 3 ครั้ง ในช่วงปีแรก และกระตุ้นเมื่ออายุ 1 ปี 6 เดือน และ 4-6 ปี ภูมิคุ้มกันต่อโรคคอตีบ ไอกรน บาดทะยัก จะลดลงตามอายุที่มากขึ้น และทำให้ภูมิคุ้มกันต่อโรคดังกล่าวลดต่ำกว่าระดับภูมิคุ้มกันโรคได้ในวัยผู้ใหญ่ ทำให้มีการระบาดของโรคคอตีบ ไอกรนขึ้นได้ ดังเช่น การระบาดของโรคคอตีบ ที่ จ.เลย เมื่อ 2-3 เดือนที่ผ่านมา ทำให้มีผู้ป่วยหลายรายและเสียชีวิต 2 ราย ในผู้ใหญ่

ส่วนบาดทะยักจะเกิดในวัยผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้ที่เกิดก่อนการให้วัคซีนในแผนการให้วัคซีนแห่งชาติ และไม่เคยฉีดวัคซีนป้องกันบาดทะยักมาก่อน ถึงแม้ว่าไอกรนจะมีอาการไม่รุนแรงในผู้ใหญ่ แต่ผู้ใหญ่ที่ติดเชื้อไอกรน อาจนำเชื้อไอกรนไปสู่เด็ก โดยเฉพาะในเด็กเล็กขวบปีแรก ที่ทำให้เด็กเล็กมีอาการรุนแรงได้ ถึงกับมีการแนะนำให้ฉีดวัคซีนป้องกันไอกรนให้กับผู้ใหญ่ที่จะมาเลี้ยงดูหรือใกล้เด็กเล็ก เพื่อป้องกันเด็กที่จะติดโรคไอกรนจากผู้ใหญ่ได้

ดังนั้น ผู้ใหญ่ควรได้รับการกระตุ้นวัคซีนดังกล่าว สำหรับผู้ใหญ่เป็นวัคซีนจำเพาะที่ใช้ในเด็กโคหรือผู้ใหญ่ โดยวัคซีนจะลดขนาดปริมาณแอนติเจนของคอตีบ และเปลี่ยนแปลงรูปแบบและลดจำนวนแอนติเจนของไอกรนให้มีความเหมาะสมสำหรับผู้ใหญ่และอาการข้างเคียง เช่น ไข้สูง

วัคซีน คอตีบ บาดทะยัก สำหรับผู้ใหญ่ หรือคอตีบ ไอกรน บาดทะยักในผู้ใหญ่จึงสามารถกระตุ้นภูมิคุ้มกันได้ดี สามารถให้ได้อีกครั้งในวัยรุ่น ที่เคยได้รับวัคซีนในวัยเด็กมาครบแล้ว หรือให้ในผู้ใหญ่เพียงครั้งเดียวในผู้ที่ยังไม่เคยได้รับวัคซีน คอตีบ ไอกรน บาดทะยักมาก่อน สามารถนำมาใช้ได้เมื่อเวลามีบาดแผล สามารถใช้แทนวัคซีนบาดทะยักอย่างเดี่ยว โดยสามารถกระตุ้นคอตีบ หรือไอกรนไปด้วยเลยในขณะเดียวกัน

การให้วัคซีน บาดทะยักในสตรีตั้งครรภ์ ที่ใช้ในปัจจุบันก็สามารถให้วัคซีนคอตีบ บาดทะยัก หรือคอตีบ ไอกรน บาดทะยัก สำหรับผู้ใหญ่ในสตรีตั้งครรภ์แทนได้ นอกจากได้ภูมิคุ้มกันคอตีบลดการระบาดของโรคแล้ว ภูมิคุ้มกันบาดทะยักยังป้องกันโรคบาดทะยักในทารกแรกเกิด และการป้องกันการมารดาไม่ให้เป็นไอกรน ก็จะลดการนำเชื้อไอกรน ผู้ลูกน้อยในขวบปีแรกอีกด้วย

การให้วัคซีนในผู้ใหญ่นอกจากจะป้องกันตัวเองได้แล้ว ยังอาจมีผลป้องกันบุคคลข้างเคียงหรือป้องกันการระบาดของโรคคอตีบ ไอกรนได้อีกด้วย

ศ.นพ.ยง ภู่วรวรรณ

ศูนย์เชี่ยวชาญเฉพาะทางด้านไวรัสวิทยาคลินิก
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แพทย์ชี้ระวัง 'ไข่เลือดออก'

นพ.พรเทพ ศิริวนารังสรรค์ อธิบดีกรมควบคุมโรค กล่าวถึงสถานการณ์โรคไข้เลือดออกว่า ยังน่าเป็นห่วง เพราะหลังจากฝนตกก็จะเกิดแอ่งน้ำขังหรือน้ำขังตามภาชนะต่างๆ กลายเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ของยุง โดยทั่วไปยุงลายจะวางไข่ตามภาชนะที่มีน้ำขัง ซึ่งเป็นน้ำนิ่ง ใส สะอาด และน้ำฝนมักเป็นน้ำที่ยุงลายชอบวางไข่มากที่สุด จากข้อมูลของสำนักโรคระบาดวิทยา ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม-4 กันยายน 2555 พบผู้ป่วยโรคไข้เลือดออกสะสม จำนวน 38,500 ราย คิดเป็นอัตราป่วย 60.27 ต่อประชากรแสนคน และมีผู้เสียชีวิต 42 ราย เมื่อแยกเป็นรายภาคที่มีจำนวนผู้ป่วยมากที่สุด ได้แก่ ภาคกลาง 14,505 ราย รองลงมา ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 10,990 ราย ภาคใต้ 6,761 ราย และภาคเหนือ 6,244 ราย ตามลำดับ

"ขอให้ประชาชนร่วมมือป้องกันโรคด้วยการปราบยุงลายพาหะของโรคด้วยวิธี 5 ร! ได้แก่ 1.ปิดฝาภาชนะใส่น้ำให้สนิท 2.เปลี่ยนน้ำในภาชนะที่ปิดฝาไม่ได้ทุก 7 วัน 3.ปล่อยปลาในลูกน้ำ 4.ปรับปรุงสภาพแวดล้อมให้สะอาดไม่ให้เป็นที่เพาะยุงลาย และ 5.ปฏิบัติตามมาตรการเป็นประจำ ต่อเนื่องทุก 7 วัน" นพ.พรเทพกล่าว

อก.ผลิตยาเช็ทซ์เสียม แนะวิธีช่วยนกเขาขัน



นพ.วิทิต
อรรถเวชกุล

นพ.วิทิต อรรถเวชกุล ผู้อำนวยการองค์การเภสัชกรรม (อก.) เปิดเผยว่า ขณะนี้สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ได้ขึ้นทะเบียนยารักษาอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศ หรือชื่อสามัญ "ซิลเดนาฟิล" ที่ อก.ผลิตแล้ว และจะนำออกจำหน่ายช่วงเดือน

กันยายนนี้ เพื่อแก้ปัญหาการระบาดของยาปลอม

นพ.วิทิตกล่าวว่า ประเทศไทยมีจำนวนผู้สูงอายุมากขึ้น ทำให้กลุ่มยาดังกล่าวเป็นที่นิยม แต่ปัจจุบันยังนำเข้าจากต่างประเทศและมีราคาแพงเม็ดละ 200 บาท ดังนั้น อก.จึงผลิตขนาดนี้ 2 ขนาดคือ ขนาด 50 มิลลิกรัม ราคาเม็ดละ 25 บาท และขนาด 100 มิลลิกรัม ราคาเม็ดละ 45 บาท

วันเดียวกัน หมอย้ำหมิ่น หวังสูง หมอย้ำบ้านจ.กระวี กล่าวในการเสวนาณวัดฟื้นฟูอาการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ในงานมหกรรมสมุนไพรแห่งชาติ ครั้งที่ 9 ว่า ปัญหาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ส่วนใหญ่มาจากการใช้ฮอร์โมนเพศไม่ถูกวิธี อาทิ อันการหลังน้ำอสุจิระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ ทั้งนี้การทำพฤติกรรมดังกล่าวบ่อยๆ จะทำให้เกิดความเคยชิน และนำไปสู่อาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศ หรือแม้แต่บางรายไม่มีเพศสัมพันธ์ก็เป็นสาเหตุให้เช็ทซ์เสียม

"อีกทั้งการเก็บสเปิร์มจากอวัยวะเพศชายด้วยการกดลงไปข้างล่างจะทำให้ระบบประสาทเกิดการกดทับ เป็นผลให้ระบบประสาทสมองที่สั่งการกับปลายประสาททำงานไม่สัมพันธ์กัน หรือการเก็บสเปิร์มจากอวัยวะเพศขึ้นไปด้านบนจะทำให้เกิดตุ่มไข่ปลา รวมไปถึงการเก็บอวัยวะเพศด้วยการพาดไปทางด้านซ้ายจะทำให้กดทับเส้นประสาท วิธีที่ถูกต้องคือ ควรเก็บสเปิร์มไปทางด้านขวา เวลานอนจะทำให้สบายขึ้น" หมอย้ำหมิ่นกล่าว

ด้านนายวิโรจน์ มณฑา มูลนิธิสาธารณสุขกับการพัฒนา กล่าวว่า การขาดช่วยในแง่เลือดลมไหลเวียนดีขึ้น แต่ต้องควบคุมบริเวณกระเบนเหน็บ ผ่าทัก และน้องเท่านั้น อย่างโรคที่อวัยวะเพศแต่ขาด

เชื้อโรคไข้หวัดใหญ่หมูทรงฤทธิ์

ทำมนุษย์กลายเป็นอาวุธชีวภาพ

นักวิจัยมหาวิทยาลัยอิมพีเรียลเกิดอาการ ซึ่งนับเป็นการค้นพบอันสำคัญ จะช่วยให้เจ้าหน้าที่วางแผนเพื่อป้องกันการระบาด เพราะมักจะรู้ยาก หากเกิดระบาศขึ้นแล้ว

นักวิจัยได้พบจากการทดลองเชื้อไข้หวัดหมูที่ระบาศใหญ่เมื่อ พ.ศ.2552 มีผู้ป่วยเสียชีวิตลงทั่วโลก 300,000 ราย กับตัวเฟอเรต ซึ่งเป็นสัตว์คล้ายพังพอนตัวสีขาว เหตุที่ใช้สัตว์ชนิดนี้ เนื่องจากมันติดโรคลหวัดได้ง่าย และจะมีอาการแบบเดียวกับคน พวกเขาได้พบว่า ตัวที่ติดเชื้อมาได้ไม่นาน

24 ชม. คี จะไปแพร่เชื้อให้กับตัวอื่นไปต่อๆกัน ได้แล้ว ทั้งที่ตัวมันต้องใช้เวลา 45 ชม. ถึงจะป่วย และปรากฏอาการไอจามขึ้น หลังจากนั้นอีก 3 ชม. ศาสตราจารย์เวนดี้ บาร์เคลย์ อาจารย์แพทย์แจ้งว่าการค้นพบนับว่าสำคัญกับการวางแผนป้องกันมาก มันแสดงว่าการควบคุมการแพร่ระบาศทำได้ยาก แม้ว่าจะคอยเฝ้าตรวจและจับวัดอุณหภูมิกันอยู่ตามสนามบิน พร้อมกับเสริมว่า “แม้แต่พวกหมอและพยาบาลที่ไม่ได้ฉีดวัคซีนป้องกัน ก็เสี่ยงกับการเอาโรคไปติดคนใช้ด้วย เพราะเหตุว่าไม่รู้ตัวที่ได้รับเชื้อมา”.



วันพฤหัสบดีที่ 6 กันยายน พ.ศ. 2555 หน้า 15

ร้องข้อสอบเภสัชฯแพทย์แผนไทยผิด

นายวิทยา บุรณศิริ รมว.สาธารณสุข (สธ.) และ นพ.สุรวิทย์ คนสมบูรณ์ รมช.สาธารณสุข เป็นประธานเปิดงานมหกรรมสมุนไพรแห่งชาติ ครั้งที่ 9 “นครมรดกไทยสู่มรดกโลก” และการประชุมวิชาการประจำปีการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ทางเลือกแห่งชาติ ครั้งที่ 9 ที่ศูนย์การประชุมอิมแพ็ค เมืองทองธานี พร้อมทั้งมอบรางวัลหมอไทยดีเด่นแห่งชาติ

ประจำปี 2555 ให้แก่นายสง่า พันธุ์สายศรี หมอพื้นบ้าน ต.พะยอม อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยาจากทีมแพทย์แผนไทยเดินทางมาในงาน โดยระหว่างที่เดินชมก็มีมีกลุ่มผู้เข้าสอบแพทย์แผนไทย (ภาคปฏิบัติเภสัชกรรม) มายื่นหนังสือและขู่ว่าจะฟ้องร้องเรียนถึงการออกข้อสอบไม่เป็นธรรม ซึ่งนายวิทยาเพียงแต่ให้หมายอมและเดินดูบูธภายในงานต่อ

ทั้งนี้ นางนงลักษณ์ ศรีจรเกียรติ ตัวแทนผู้ที่เข้าสอบกล่าวว่า ข้อสอบดังกล่าวไม่เป็นธรรม โดยเฉพาะข้อสอบอัตนัย 3 ข้อใหญ่ที่มีคะแนนรวมกัน 75 คะแนน จากคะแนนเต็มทั้งหมด 100 คะแนน ซึ่งออกข้อสอบผิดพลาดถึง 2 ข้อ เช่น ในข้อที่ 2 ที่ให้บอกหาน้ำหนักของยาจันทลีลา 2.475 เม็ด แต่ไม่บอกน้ำหนักของตัวประสานเนื้อยา คือ แป้งมัน ทอลัม แมกนีเซียมสเตียเรท ทำให้ไม่สามารถคำนวณน้ำหนักยาได้ ส่วนข้อที่ 3 ใ้สูตรยาหอมทิพโอสถไม่ถูกต้อง โดยใ้ตัวยาระมัดเข้ดลงไปด้วย ทั้งที่ระมัดเข้ดถูกตัดออกจากสูตรยาดังกล่าวแล้วถามประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่องยาสามัญประจำบ้าน วันที่ 26 มิ.ย. 2542 ดังนั้น จึงต้องการเรียกร้องให้ชี้แจง หรือยกประโยชน์ใ้ผู้เข้าสอบ โดยหากพบว่ายังไม่มีการดำเนินการใดๆ จะยื่นฟ้องศาลปกครองเพื่อขอความเป็นธรรมต่อไป.