

## กรมอนามัย จับมือสมาคมโรคไตฯ-ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์ฯ จัดงาน “วันไตโลก” กระตุ้นคนไทยทั่วประเทศลดการกินเค็ม

ปัจจุบันโรคไต กำลังเป็นปัญหาใหญ่ทั่วโลก และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ขณะที่คนไทยป่วยเป็นโรคไตเพิ่มขึ้นปีละ 7,800 ราย และเนื่องด้วยในวันพฤหัสบดีที่ 2 ของเดือนมีนาคมของทุกปี เป็นวันที่ International Federation of Kidney Foundation และ International Society of Nephrology ได้กำหนดให้เป็น “วันไตโลก” (World Kidney Day) กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข จึงร่วมกับสมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย เครือข่ายลดบริโภคเค็ม และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง



จัดกิจกรรมรณรงค์เนื่องในวันไตโลก (World Kidney Day) ซึ่งในปีนีตรงกับวันที่ 13 มีนาคม 2557 มีการจัดกิจกรรมรณรงค์สัปดาห์วันไตโลก ภายใต้หัวข้อ “โรคไต : เสี่ยงทุภักข์ เป็นได้ทุกคน” นอกจากนี้ กรมอนามัยยังจัดให้มีการรณรงค์ “สัปดาห์ลดการกินเค็ม” (Low salt week) พร้อมกันทั่วประเทศ ในวันที่ 10 - 16 มีนาคม 2557 โดยขอความร่วมมือหน่วยงานต่างๆ ได้แก่ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกจังหวัด โรงพยาบาลศูนย์ โรงพยาบาลทั่วไป โรงพยาบาลชุมชน และโรงพยาบาลของศูนย์อนามัย จัดกิจกรรมรณรงค์และประชาสัมพันธ์ให้ความรู้แก่ประชาชนตลอดสัปดาห์ เพื่อเป็นการสร้างความตระหนักและกระตุ้นให้ประชาชนเห็นความสำคัญของการลดการกินเค็ม

ดร.นพ.พรเทพ ศิริวนารังสรรค์ อธิบดีกรมอนามัย เปิดเผยภายหลังวิกฤตปัญหาโรคไต “โรคไต : เสี่ยงทุภักข์ เป็นได้ทุกคน” วันไตโลก และสัปดาห์ลดการบริโภคเค็ม ณ อาคารเฉลิมพระบารมี 50 ปี ซอยศูนย์วิจัย ถนนเพชรบุรีตัดใหม่ ว่า จากข้อมูลล่าสุดพบคนไทยป่วยเป็นโรคไตเรื้อรังร้อยละ 17.6 ของประชากร หรือประมาณ 8 ล้านคน เป็นผู้ป่วยระยะสุดท้าย 2 แสนคน ป่วยเพิ่มปีละกว่า 7,800 ราย หากไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้อง จะเกิดโรคแทรกซ้อนถึงเสียชีวิต มีผู้ป่วยที่ไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายที่รอการผ่าตัดเปลี่ยนไตใหม่ประมาณ 40,000 ราย ซึ่งมีขั้นตอนในการรักษายุ่งยากและเสียค่าใช้จ่ายสูงถึงปีละประมาณ 2 แสนบาทต่อคน ส่วนผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดปลูกถ่ายไตมีเพียงปีละ 400 รายเท่านั้น โดยมีข้อจำกัดคือขาดแคลนผู้บริจาคไต ผู้ป่วยจึงต้องรักษาเพื่อยืดอายุโดยวิธีฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม หรือล้างของเสียออกทางหน้าท้อง ซึ่งปี 2555

ใช้งบประมาณในการบำบัดทดแทนไตในสิทธิหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าประมาณกว่า 3,000 ล้านบาทต่อปี และคาดว่าในปี 2560 อาจจะต้องใช้งบประมาณกว่า 17,000 ล้านบาท มีผู้เสียชีวิตจากไตวาย 13,536 คน ประมาณ 1 ใน 3 ตายก่อนวัยอันควร อายุน้อยกว่า 60 ปี จากการรายงานของสถาบันโรคไตภูมิราชนครินทร์ พบผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังจำนวน 8 ล้านคน มีผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้นปีละประมาณ 10,000 คน ซึ่งโรคกลุ่มนี้เกิดจากพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ถูกต้อง

ดร.นพ.พรเทพ กล่าวต่อไปว่า การกินอาหารรสเค็มหรืออาหารที่มีส่วนประกอบของโซเดียมเป็นประจำ คือ บริโภคอาหารที่มีเกลือหรือโซเดียมสูง โดยเฉพาะจากเครื่องปรุงรสเค็มได้แก่ เกลือ น้ำปลา กะปิ ซีอิ๊วขาว ซอสปรุงรส ผงชูรส และผงปรุงรสต่างๆ รวมทั้ง พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เปลี่ยนแปลงไปนิยมอาหารจานด่วน อาหารสำเร็จรูปแช่แข็ง อาหารกึ่งสำเร็จรูป รวมทั้งอาหารนอกบ้านที่ปรุงโดยคำนึงถึงแต่รสชาติแต่ไม่คำนึงถึงสุขภาพ ผู้บริโภคจากการสำรวจปริมาณอาหารที่มีส่วนประกอบของโซเดียมคลอไรด์ของประชากรไทย

โดยสำนักโภชนาการ กรมอนามัย ปี 2551 สถานการณ์การบริโภคอาหารที่มีโซเดียมสูงพบว่ามีกรบริโภคโซเดียมคลอไรด์สูงเกินปริมาณแนะนำถึง 2 เท่า (โซเดียม 4,351 มิลลิกรัม) หรือเปรียบเทียบกับเกลือ 10.8 กรัมต่อวัน ทำให้หลายประเทศเริ่มมีการรณรงค์ให้มีการลดการกินเค็มขึ้น และสร้างความตระหนักและกระตุ้นให้ประชาชนเห็นความสำคัญของการลดการกินเค็มมากขึ้น

ด้าน นาวาอากาศเอก นพ.อนุตตร จิตตินันท์ นายกษมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย กล่าวว่า ปีนี้ถือเป็นปีพิเศษที่มีหน่วยงานทุกภาคส่วนร่วมมือกัน เพื่อให้คนไทยได้ตระหนักถึงการบริโภคเค็ม ซึ่งเป็นหนึ่งในปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคไต โรคหัวใจ และโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต โดยในปีนี้จะมีการจัดกิจกรรมวันไตโลกขึ้นในวันอาทิตย์ที่ 9 มีนาคม 2557 ณ แกรนด์ฮอลล์ ชั้น 1 ศูนย์การค้าสยามดิสคัฟเวอรี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ กิจกรรมภายในงานประกอบด้วย การจัดแสดงนิทรรศการให้ความรู้เรื่องโรคไต แบ่งเป็นโรคไตวัยเด็ก วัยรุ่น วัยทำงาน และวัยเกษียณอายุ รวมถึงการจัดนิทรรศการให้ความรู้ทางด้านโภชนาการจากเครือข่ายลดบริโภคเค็ม การเปิดรับบริจาคไต การตรวจสุขภาพ การเสวนาเรื่องโรคไตกับแพทย์โรคไต การสาธิตการทำอาหาร “เมนูอร่อย ตีต่อสุขภาพไต” โดย ดร.ยิ่งศักดิ์ จงเลิศเจษฎาวงศ์ เชฟชื่อดังของเมืองไทย และการแสดงบนเวที โดยกลุ่มศิลปิน นักแสดง ดาราต่างๆ มากมาย เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนเกิดความตื่นตัวในการดูแลสุขภาพไต

กิจกรรมดังกล่าว ไม่เพียงแต่กระตุ้นเตือนให้ประชาชนตระหนักถึงปัญหาโรคไตและสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดโรคไต จากการบริโภคอาหารรสเค็มเท่านั้น แต่ยังทำให้ผู้ป่วยเข้าถึงบริการโรคไตอย่างมีคุณภาพ