

## แพทย์แนะใส่ใจสักนิดก่อนคิดทำบุญ

**กรมการแพทย์** เผย สถิติจากโรงพยาบาลสงฆ์พบพระสงฆ์อาพาธด้วยโรคไขมันในเลือดสูง โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง เป็นลำดับต้นๆ โรคดังกล่าวล้วนเป็นกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีปัจจัยเสี่ยงจากการบริโภค ภัตตาหาร กรมการแพทย์จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ สามเณร เพื่อให้พระสงฆ์ สามเณร ทั่วประเทศมีสุขภาพที่ดีและสามารถประกอบศาสนกิจตามปกติได้

**นายแพทย์ณรงค์ อภิกุลวณิช รองอธิบดีกรมการแพทย์และโฆษกกรมการแพทย์** กล่าวว่า พระสงฆ์ มีบทบาทสำคัญต่อพระพุทธศาสนาและอยู่คู่กับสังคมไทยมาอย่างยาวนาน คนไทยส่วนใหญ่มีอุปนิสัยชอบ ทำบุญ เช่น ตักบาตร ถวายสังฆทาน ปล่อยนก ปล่อยปลา เป็นต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวันสำคัญต่างๆ ทางพระพุทธศาสนา ซึ่งอาหารและสิ่งของที่พุทธศาสนิกชนนำมาถวายพระสงฆ์นั้นถือว่ามีความสำคัญต่อโภชนาการ ของพระสงฆ์เป็นอย่างมาก เนื่องจากพระสงฆ์จะฉันอาหารที่ได้รับจากการบิณฑบาตหรือมีผู้ทำบุญถวาย ให้อิ่ม อิ่มโดยไม่เลือกและไม่ติตรสชาติอาหาร เพื่อให้ร่างกายมีพลังงานดำรงชีวิตและปฏิบัติศาสนกิจประจำวันเท่านั้น ด้วยเหตุนี้จึงทำให้มีพระสงฆ์จำนวนไม่น้อยอาพาธด้วยโรคที่เกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการ เช่น โรคหัวใจขาด เลือด ความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมันสูง เกาต์ ไตวาย เป็นต้น จากสถิติของโรงพยาบาลสงฆ์ กรมการแพทย์ ปี 2558 พบว่ามีพระสงฆ์อาพาธเข้ารับรักษาด้วยโรคไขมันในเลือดสูง โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง เป็นลำดับ ต้นๆ ซึ่งโรคดังกล่าวเป็นกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีปัจจัยเสี่ยงมาจากการบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม เป็น ประจำ ปัจจุบันพบว่าอาหารที่พุทธศาสนิกชนนำไปทำบุญถวายพระสงฆ์ มักเป็นอาหาร ที่มีไขมันสูง เช่น แกงกะทิ ขนมหวานต่างๆ นอกจากนี้ พระสงฆ์บางรูปสูบบุหรี่ ดื่มกาแฟ ดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง เกิน 2 ขวดต่อวัน และฉันอาหารที่ปรุงไม่ถูกสุขลักษณะ จึงทำให้กระทบต่อสุขภาพของพระสงฆ์และนำไปสู่การ เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังต่างๆ

กรมการแพทย์ได้เล็งเห็นความสำคัญของสุขภาพพระสงฆ์ สามเณร จึงมอบหมายให้โรงพยาบาลสงฆ์ จัดทำโครงการพัฒนาการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ สามเณร ทั่วประเทศทุกภาคของประเทศไทยขึ้น โดยการตรวจคัดกรอง พระสงฆ์ สามเณรและเก็บฐานข้อมูลไว้สำหรับประกอบการวางแผน กำหนดแนวทาง และรูปแบบการดูแลสุขภาพ พระสงฆ์ สามเณรให้เหมาะสมตามกลุ่มสุขภาพ คือ *กลุ่มสุขภาพดี*จะเน้นการส่งเสริมและการป้องกันโรค *กลุ่ม เสี่ยง*จะเน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลสุขภาพให้เหมาะสมเพื่อป้องกันโรค และ*กลุ่มป่วย*จะเน้นการดูแลรักษา ฟื้นฟู จัดหอบุคลากรสำหรับพระสงฆ์ที่อาพาธให้เหมาะสม และส่งเสริมให้พระสงฆ์ในวัดดูแลกัน ทั้งนี้ เพื่อให้ พระสงฆ์ สามเณร มีสุขภาพที่ดีและสามารถประกอบศาสนกิจต่างๆ ตามปกติได้ ตลอดจนถวายเป็นราชกุศล แต่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว โดยเริ่มดำเนินการโครงการตั้งแต่เดือนธันวาคม 2558 เป็นต้นมา

**นายแพทย์ณรงค์ อภิกุลวณิช** กล่าวเพิ่มเติมว่า ในช่วงวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาทั้งวัน อาสาฬหบูชาและวันเข้าพรรษาที่กำลังจะมาถึงพุทธศาสนิกชนชาวพุทธที่จะทำบุญตักบาตร ถวายสังฆทาน ถวายเทียนพรรษา หรืออื่นๆควรพิถีพิถันในการเลือกสิ่งของที่มีคุณภาพและมีประโยชน์ต่อพระสงฆ์ สามเณร เช่น ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ พืชตระกูลถั่ว พืชผัก ผลไม้ที่ไม่หวานจัด อาหารประเภทเนื้อปลา เต้าหู้ เป็นต้น หากเป็น อาหารสำเร็จรูปควรสังเกตวันผลิต วันหมดอายุ หลีกเลี่ยงอาหารที่มีรสเค็มจัด หวานจัด และมีไขมันสูง เพื่อให้ พระสงฆ์ สามเณร มีสุขภาพดีห่างไกลจากโรคต่างๆ และเป็นไปตามเจตนาของการทำบุญอย่างแท้จริงด้วย