



ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

ฝ่ายประชาสัมพันธ์ สำนักงานเลขาธิการกรม กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนครบุรี 11000 โทร. 0-2591-8254 โทรสาร 0-2591-8266
E-mail : prdms2011@hotmail.com , pr_dms@yahoo.co.th

กรมการแพทย์แนะประชาชนเลือกอาหารสุขภาพถวายพระสงฆ์ ลดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

กรมการแพทย์ เผยพบพระสงฆ์อาพาธด้วยโรคไขมันในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน ปัจจัยเสี่ยงจากการฉันทอาหาร ออกกำลังกายน้อย สูบบุหรี่จัด ฉันทกาแฟ ฉันทเครื่องดื่มชูกำลังเป็นประจำทุกวัน แนะนำถวายอาหารสุขภาพ ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ พืชตระกูลถั่ว พืชผัก ผลไม้ที่ไม่หวานจัด และปลา เพื่อป้องกันการเจ็บป่วย

นายแพทย์ปานเนตร ปางพุฒิพงศ์ รองอธิบดีกรมการแพทย์ กล่าวว่า พระสงฆ์ในฐานะเป็นศูนย์รวมจิตใจของชุมชน ชาวพุทธ มีบทบาทสำคัญในฐานะศาสนทายาทของพระพุทธศาสนาและอยู่คู่กับสังคมไทยมาอย่างยาวนาน ปัจจุบันพบว่าพระสงฆ์ส่วนใหญ่มีความเสี่ยงของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง จากข้อมูลการสำรวจสุขภาพพระสงฆ์ของโรงพยาบาลสงฆ์ ในปี 2549 และปี 2559 เปรียบเทียบกัน พบว่า พระสงฆ์กลุ่มสุขภาพดีร้อยละ 60.3 ลดลงเหลือ ร้อยละ 52.3 กลุ่มพระสงฆ์ภาวะเสี่ยงจากร้อยละ 22.2 ลดลงเหลือ ร้อยละ 19.2 และกลุ่มพระสงฆ์อาพาธกลับเพิ่มสูงขึ้นจากร้อยละ 17.5 เป็นร้อยละ 28.5 จากการสำรวจพบว่า สาเหตุเกิดจากภัตตาหารที่ได้รับมาจากการบิณฑบาตที่ไม่สามารถเลือกฉันทได้ ประกอบกับชาวพุทธที่มีความแข็งแรงรีบวอกกับความเคยชิน ทำให้คนเมืองส่วนใหญ่หลงลืมไปว่าในอาหารชุดสำเร็จรูปที่ขายตามท้องตลาดส่วนใหญ่หรือที่แม่ค้าจัดไว้ให้ เป็นอาหารที่ไม่ครบ 5 หมู่ตามหลักโภชนาการ มีสารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกายน้อย ในขณะที่มีปริมาณน้ำตาล น้ำมัน เกลือ กะทิ หรือโซเดียมมากเกินไปกว่าความต้องการ เมื่อพระสงฆ์ฉันทอาหารลักษณะนี้ไปติดต่อกันไปนานๆ จะทำให้อาพาธด้วยโรคต่างๆ

อาหารที่พุทธศาสนิกชนนำมาถวายพระสงฆ์สามเณร ถือว่ามีความสำคัญต่อหลักโภชนาการของพระสงฆ์เป็นอย่างมาก เนื่องจากพระสงฆ์จะฉันทอาหารที่ได้รับจากการบิณฑบาตหรือจากมีผู้ทำบุญถวายเท่านั้น โดยไม่สามารถคัดเลือกอาหารที่จะฉันทได้ โดยหลักฉันทอาหารให้พอมีพลังในการปฏิบัติศาสนกิจประจำวันได้เท่านั้น ด้วยเหตุนี้จึงทำให้มีพระสงฆ์จำนวนมากอาพาธด้วยโรคที่เกี่ยวข้องกับภาวะทุพโภชนาการ อีกทั้งพระสงฆ์มีพระธรรมวินัยที่เคร่งครัดจึงไม่สามารถออกกำลังกายเหมือนคนทั่วไปได้ และจากการสำรวจครั้งก่อนพบว่า พระสงฆ์ในชุมชนเมือง ออกกำลังกายน้อยลง ไม่ว่าจะเป็นการเดินบิณฑบาต กวาดลานวัด การปฏิบัติธรรมแบบเดินจงกรมหรือกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบอื่นๆ ซึ่งมีข้อจำกัดที่แตกต่างจากฆราวาส

นายแพทย์สมนึก อร่ามเนียรธำรง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสงฆ์ กล่าวว่า จากสถิติของโรงพยาบาลสงฆ์ กรมการแพทย์ ปี 2560 พบว่า มีพระสงฆ์อาพาธเข้ารับรักษาด้วยโรคไขมันในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน เป็นลำดับต้นๆ ซึ่งโรคดังกล่าวเป็นกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ที่มีปัจจัยเสี่ยงมาจากการฉันทอาหารหวาน มัน เค็ม เป็นประจำ นอกจากนี้ พระสงฆ์หลายรูปยังสูบบุหรี่จัด ฉันทกาแฟ ฉันทเครื่องดื่มชูกำลังเป็นประจำทุกวัน จึงทำให้มีผลกระทบต่อภาวะทุพโภชนาการของพระสงฆ์และนำไปสู่การเจ็บป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังดังกล่าว ดังนั้น การทำบุญตักบาตรถวายอาหารให้แก่พระสงฆ์สามเณรควรพิถีพิถันในการเลือกอาหารที่มีคุณภาพและมีประโยชน์ต่อพระสงฆ์สามเณร เช่น ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ พืชตระกูลถั่ว พืชผัก ผลไม้ที่ไม่หวานจัด และอาหารประเภทปลาเป็นต้น และไม่แนะนำอาหารสำเร็จรูป เพราะส่วนใหญ่จะมีส่วนประกอบที่มีผลกระทบต่อสุขภาพโดยตรง เพื่อให้พระสงฆ์สามเณรมีสุขภาพดีห่างไกลจากโรค และเป็นไปตามเจตนาของการทำบุญอย่างแท้จริง จึงอยากให้สังคมตระหนักเรื่องอาหารที่จะถวายพระสงฆ์ว่า ควรคำนึงถึงสุขภาพ และเพื่อป้องกันการเจ็บป่วย

***** - ขอขอบคุณ -