

แนวโน้มปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อ พ.ศ. 2548-2558

จากการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อและการบาดเจ็บ:BRFSS

กมลทิพย์ วิจิตรสุนทรกุล, ดิเรก ขำแป้น, กุลพิมล เจริญดี

รายงานนี้จัดทำขึ้นเพื่อติดตามการเปลี่ยนแปลงความชุกปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อระหว่าง พ.ศ. 2548 ถึง พ.ศ. 2558 ฐานข้อมูลจากการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อและการบาดเจ็บ (Behavioral Risk Factors Surveillance System :BRFSS)

การสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อและการบาดเจ็บ(BRFSS) เป็นการสำรวจสุขภาพประชาชนโดยการสำรวจตัวอย่างแบบ complex design survey ในกลุ่มประชากรทั่วไปอายุ 15-79 ปี โดยวิธีการสัมภาษณ์ (Face to face interview) ด้วยแบบสำรวจที่มีข้อความพัฒนาตามเกณฑ์ตัวชี้วัดสุขภาพที่เป็นมาตรฐานสากลสำหรับการเฝ้าระวังโรคไม่ติดต่อของศูนย์ป้องกันควบคุมโรคแห่งประเทศสหรัฐอเมริกา (USA Center of Diseases Control) และองค์การอนามัยโลก (WHO) ดำเนินการการสำรวจฯ โดยสำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค ร่วมกับสำนักงานป้องกันควบคุมโรคเขตสุขภาพที่ 1-13 และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

1. แนวโน้มการเปลี่ยนแปลงความชุกปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อระหว่าง พ.ศ.2548 ถึง พ.ศ. 2558 พบว่าความชุกของภาวะน้ำหนักเกิน, ภาวะอ้วน, การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบ heavy drink ภายใน 30 วันที่ผ่านมา, และการรับประทานผักและผลไม้เฉลี่ยมากกว่า 5 หน่วยมาตรฐานต่อวัน ภายใน 7 วันที่ผ่านมา มีความชุกเพิ่มสูงขึ้นตามลำดับ ขณะที่ความชุกการสูบบุหรี่ในปัจจุบัน, การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปัจจุบัน, และการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบ Binge drink ภายใน 30 วันที่ผ่านมา มีความชุกลดลงในปี 2553 และกลับเพิ่มขึ้นในปี 2558 ส่วนการมีกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอตามมาตรฐานแบบสำรวจขององค์การอนามัยโลก(GPAQ)พบความชุกลดลงตามลำดับระหว่าง พ.ศ. 2548-2553 สำหรับการสำรวจครั้งล่าสุด ปี 2558 พบว่าความชุกภาวะน้ำหนักเกิน 30.5%, ภาวะอ้วน 7.5 %, การสูบบุหรี่ในปัจจุบัน 21.3%, การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปัจจุบัน 36.2%, การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบ Heavy drink ภายใน 30 วันที่ผ่านมา 7.3%, การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบ Binge drink ภายใน 30 วันที่ผ่านมา 13.6%, และการรับประทานผักและผลไม้เฉลี่ยมากกว่า 5 หน่วยมาตรฐานต่อวัน ภายใน 7 วันที่ผ่านมา 24.3% ตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ความชุกปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อ พ.ศ. 2548, 2550, 2553, 2558

ความชุก (Overall Prevalence (%))	พ.ศ. 2548	พ.ศ. 2550	พ.ศ. 2553	พ.ศ. 2558*
ประชากรเป้าหมายการสำรวจฯ	15-74 ปี	15-74 ปี	15-74 ปี	15-79 ปี
จำนวนตัวอย่าง (คน)	130,301	65,542	130,849	22,502
1. น้ำหนักเกิน (BMI $\geq$ 25.0 kg/m <sup>2</sup> )	16.1	19.1	21.3	30.5
2. ภาวะอ้วน (BMI $\geq$ 30 kg/m <sup>2</sup> )	3.0	3.7	4.4	7.5
3. การสูบบุหรี่ในปัจจุบัน	22.3	21.5	18.7	21.3
4. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปัจจุบัน	37.4	36.1	29.5	36.2
5. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบ Heavy Drink ภายใน 30 วันที่ผ่านมา	3.6	3.6	4.3	7.3

6. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบ Binge Drink ภายใน 30 วันที่ผ่านมา	14.0	13.7	9.2	13.6
7. การรับประทานผักและผลไม้เฉลี่ยมากกว่า 5 หน่วยมาตรฐานต่อวัน ภายใน 7 วันที่ผ่านมา	17.4	22.5	21.7	24.3
8. การมีกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอ (GPAQ)	91.5	92.5	82.2	36.1 (CDC)*

แหล่งข้อมูล การสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อและการบาดเจ็บ (BRFSS)

\* หมายเหตุ 1. ปี 2558 ไม่รวมกรุงเทพมหานคร

2. ปี 2548, 2550, 2553, 2558 บอคน้ำหนักและวัดส่วนสูงของตนเอง ปี 2558 ชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงจริง

3. GPAQ: Global Physical Activity Questionnaire, CDC: BRFSS Physical Activity Question 2008

เมื่อเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงความชุกระหว่างพ.ศ. 2548 กับ พ.ศ. 2558 ด้วยค่าความชุกปรับฐานอายุ พบว่าภาวะอ้วนมีความชุกเพิ่มสูงขึ้นมากที่สุดถึงร้อยละ 155 หรือ 1.5 เท่า ขณะที่ความชุกของน้ำหนักเกินและความชุกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบ Heavy drink ภายใน 30 วันที่ผ่านมา มีการเพิ่มความชุกเกือบหนึ่งเท่าหรือร้อยละ 94.0 และ 97.4 ตามลำดับ รองลงมาคือความชุกการรับประทานผักและผลไม้เฉลี่ยมากกว่า 5 หน่วยมาตรฐานต่อวัน ภายใน 7 วันที่ผ่านมา มีการเพิ่มความชุกสูงขึ้นร้อยละ 40 ส่วนความชุกการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปัจจุบัน และการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบ Binge drink ภายใน 30 วันที่ผ่านมา เพิ่มขึ้นเล็กน้อยร้อยละ 1.6 และ 2.9 ตามลำดับ นอกจากนี้พบแนวโน้มความชุกการสูบบุหรี่ในปัจจุบันลดลงเล็กน้อยร้อยละ 1.6 ส่วนการมีกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอ (GPAQ) พบความชุกลดลงร้อยละ 10 ระหว่าง พ.ศ. 2548-2553 ตามตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ความชุกปรับฐานอายุของปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อพ.ศ.2548,2550,2553,2558

ความชุกปรับฐานอายุ (Age adjusted prevalence)	พ.ศ. 2548	พ.ศ. 2550	พ.ศ. 2553	พ.ศ. 2558	% Change
1. น้ำหนักเกิน (BMI $\geq$ 25.0 kg/m <sup>2</sup> )	15.1	17.9	20.7	29.3	94.0
2. ภาวะอ้วน (BMI $\geq$ 30 kg/m <sup>2</sup> )	2.9	3.5	4.2	7.4	155.2
3. การสูบบุหรี่ในปัจจุบัน	21.8	21.2	18.5	21.5	-1.4
4. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปัจจุบัน	36.3	35.4	29.0	36.9	1.6
5. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบ Heavy Drink ภายใน 30 วันที่ผ่านมา	3.8	3.6	4.2	7.5	97.4
6. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบ Binge Drink ภายใน 30 วันที่ผ่านมา	13.6	13.4	9.0	14.0	2.9
7. การรับประทานผักและผลไม้เฉลี่ยมากกว่า 5 หน่วยมาตรฐานต่อวัน ภายใน 7 วันที่ผ่านมา	17.2	22.3	21.5	24.1	40.1
8. การมีกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอ (GPAQ)*	90.9	92.3	81.9	-	-9.9

หมายเหตุ : 1. ประชากรอ้างอิง WHO World Standard Population

2. % change : Relative Percentage change between 2548-2558