

การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของพ่อแม่ แม่เพียงเล็กน้อยส่งผลกระทบต่อลูกได้



สถาบันวิจัยสุราร่วมกับภาคีเครือข่ายแอลกอฮอล์และครอบครัวในประเทศสกอตแลนด์รายงานว่า การดื่มแอลกอฮอล์ของพ่อแม่แม่เพียงปริมาณเล็กน้อย สามารถเกิดผลกระทบต่อลูกหลานได้ โดยผลกระทบดังกล่าวจะมีขนาดรุนแรงขึ้นตามปริมาณการดื่มของพ่อแม่ โดยย่ำว่า

"ถึงแม้พ่อแม่ไม่ได้ดื่มแอลกอฮอล์ปริมาณมาก และไม่ได้ดื่มเป็นประจำก็ตาม ลูกๆ สามารถสังเกตพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปและมีประสบการณ์เชิงลบเกิดขึ้นได้"

"แม้แต่การที่พ่อแม่ดื่มแอลกอฮอล์เพียงเล็กน้อยก็สามารถทำให้ลูกๆ เสียใจและผิดหวังได้"



ผศ.ดร.พณ.ปณิณี สิงห์ทอง

จิตวิทยาคลินิกและวัยรุ่น

หน่วยวิชาจิตวิทยา คณะแพทยศาสตร์

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

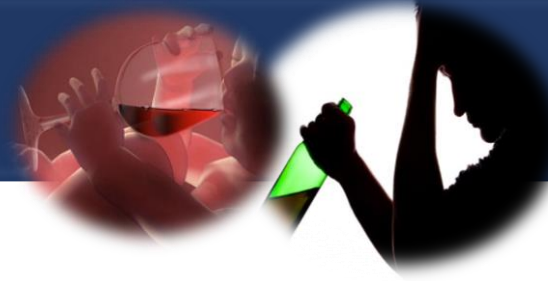
คำแนะนำสำหรับแพทย์และผู้กำหนดนโยบาย

ผลจากการรายงานนี้ทำให้เห็นความสำคัญในเชิงสาธารณสุขว่า ปัญหาและผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์ไม่ได้เกิดเฉพาะในกลุ่มผู้ดื่มแอลกอฮอล์อย่างหนัก หรือผู้เสพติดแอลกอฮอล์เท่านั้น แต่มีปัญหาและผลกระทบต่อผู้ดื่มปริมาณไม่มาก และคนรอบข้าง ซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญมาก

ผลการศึกษาใหม่ๆ ชี้ให้เห็นว่าการอบรมดูแลลูกแบบเอาใจใส่ (authoritative) คือการให้ความอบอุ่นอย่างเพียงพอ มีความคาดหวังต่อพฤติกรรมพึงประสงค์ที่ชัดเจน เป็นปัจจัยป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ในเด็กและเยาวชนก่อนวัยที่ได้รับอนุญาตให้ดื่มแอลกอฮอล์ได้ตามกฎหมาย ขณะที่อิทธิพลจากเพื่อนชกชน สื่อ การตลาดจากอุตสาหกรรมผลิตแอลกอฮอล์ และปัจจัยอื่นๆ เช่น ราคาของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ล้วนมีอิทธิพลสำคัญต่อทัศนคติและพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กๆ และเยาวชน

- รัฐบาลควรให้ข้อมูลและคำแนะนำที่ทันสมัยเกี่ยวกับผลกระทบต่อลูกจากการดื่มแอลกอฮอล์ของพ่อแม่ต่อลูก
- ผู้ให้บริการด้านสุขภาพควรบรรจุความรู้เกี่ยวกับผลกระทบต่อลูกจากการดื่มแอลกอฮอล์ของพ่อแม่ต่อลูกเพิ่มเติมจากคำแนะนำทั่วไปที่ให้แก่พ่อแม่ในการอบรมดูแลลูก
- ผู้ให้บริการเชิงประจักษ์โดยเฉพาะผู้ทำงานกับเด็กและครอบครัวควรเสริมสร้างความตระหนักเรื่องผลกระทบต่อลูกจากการดื่มแอลกอฮอล์ของพ่อแม่ต่อลูกและครอบครัว
- โรงเรียนเป็นกุญแจสำคัญในการให้การศึกษาเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แก่เด็กและควรเปิดโอกาสให้พ่อแม่ ผู้ปกครองมีส่วนร่วมและมีบทบาทสำคัญในเรื่องนี้ร่วมกับโรงเรียนด้วย





คำแนะนำสำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง

- ปฏิบัติตนเป็นต้นแบบที่ดีเกี่ยวกับพฤติกรรมการดื่ม แอลกอฮอล์ อย่างไรก็ตามสิ่งที่พ่อแม่ยังไม่ตระหนักคือ ปัจจัยต่างๆ ที่สามารถบดบังพฤติกรรมต้นแบบที่ดีดังกล่าวได้ ได้แก่ การที่เด็กรับรู้ได้ว่าพ่อแม่ได้ดื่ม แอลกอฮอล์ไปมากน้อยเพียงใด การมีพฤติกรรมมีเม้าต่อหน้าเด็ก หรือการบอกเล่าหรือแสดงออกถึงการมีความสุขระหว่างการดื่มแอลกอฮอล์
- ปฏิบัติตามคำแนะนำมาตรฐานทางการแพทย์ ได้แก่ ในผู้มีอายุต่ำกว่า 15 ปี การไม่ดื่มแอลกอฮอล์เลยเป็นทางเลือกที่ดีที่สุดสำหรับสุขภาพและชีวิต และหากจะดื่ม แอลกอฮอล์ระหว่างที่มีอายุมากกว่า 15 ถึง 18 ปี ควรมีผู้ใหญ่ให้คำแนะนำในการดื่มอย่างใกล้ชิด
- ทราบและตระหนักว่าเด็กที่พบเห็นพ่อแม่มีอาการมีเม้า เมาค้าง ล้วนมีผลกระทบต่อเด็กในเชิงลบทั้งสิ้น
- พิจารณาและควบคุมปริมาณการดื่ม ไม่พุดคุยและแสดงออกด้วยท่าทีที่พ่อแม่ใจต่อการดื่มขณะที่ดื่ม แอลกอฮอล์เมื่ออยู่ต่อหน้าเด็ก
- มีระเบียบข้อบังคับในครอบครัวที่ชัดเจนเกี่ยวกับการดื่ม แอลกอฮอล์ มีการพุดคุยอย่างตรงไปตรงมา และเปิดเผยเกี่ยวกับเหตุผลและความสำคัญของระเบียบดังกล่าวในครอบครัว

จากการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 5 ปี พ.ศ. 2557 พบว่า อายุระหว่าง 30-44 ปี (ซึ่งเป็นอายุเฉลี่ยที่มีลูกเป็นเด็กเล็กหรือวัยรุ่น) ร้อยละ 56.7 และร้อยละ 16.4 ดื่มแอลกอฮอล์ใน 30 วันที่ผ่านมา ข้อมูลนี้ทำให้เราเป็นห่วงว่ามีเด็กไทยจำนวนมากที่ได้รับผลกระทบเชิงลบจากพ่อแม่ที่ดื่มแอลกอฮอล์โดยไม่ได้รับการช่วยเหลือดูแล

ผลกระทบที่เด็กได้รับจากการมีพ่อแม่ดื่มแอลกอฮอล์มีทั้งโดยตรงและโดยอ้อม ผลกระทบโดยตรง ได้แก่ การที่พ่อแม่ได้รับความเจ็บป่วย ได้รับอุบัติเหตุ หรือเสียชีวิตจากการดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้เด็กขาดที่พึ่งที่สำคัญ ขาดการดูแลจากพ่อแม่ ผลกระทบโดยอ้อมมีหลายด้านตั้งแต่การเป็นต้นแบบในการดื่มแอลกอฮอล์ การได้รับผลกระทบทางจิตใจหรือร่างกายจากพฤติกรรมพ่อแม่ที่เปลี่ยนแปลงไป ไร้สติ มีความก้าวร้าวรุนแรง หลังจากรับประทานแอลกอฮอล์ ดังนั้นหากไม่มีการลดจำนวนพ่อแม่ผู้ดื่มแอลกอฮอล์ คาดว่าจะมีจำนวนผู้ดื่มหน้าใหม่ และผู้มีปัญหาสุขภาพจิตในสังคมมากขึ้นในอนาคต และส่งผลให้สภาพสังคมมีความอ่อนแอ

ในประเทศอังกฤษ เมื่อรายงานผลงานวิจัยข้างต้นถูกเผยแพร่ออกสู่สังคมในเวลาไม่นาน ได้มีความตื่นตัวและความพยายามทั้งจากภาครัฐ เอกชน และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องในการกำหนดให้ ผลกระทบเชิงลบต่อ “เด็กๆ ผู้มีพ่อแม่ดื่มแอลกอฮอล์” เป็นยุทธศาสตร์ระดับชาติที่ต้องได้รับการแก้ไขอย่างจริงจัง และขณะนี้นับเป็นโอกาสดีที่ข้อมูลดังกล่าวถูกเผยแพร่ถึงเมืองไทยแล้ว และมีความหวังว่าเด็กไทยจะได้รับการปกป้อง ดูแล จากภัยที่ซ่อนเร้นในครอบครัวนี้อย่างจริงจังเช่นกัน

(ที่มา: <http://www.alcoholpolicy.net/2017/10/ias-report-warns-of-wide-scope-of-parental-drinking-impact-on-children.html>)

