



ความเสี่ยงที่แฝงอยู่ในแอปพลิเคชันติดตาม การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

เรียบเรียงโดย นพ.รณพล ประเทืองพงค์

สาขาวิชาเวชศาสตร์ครอบครัวและเวชศาสตร์ป้องกัน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ในปัจจุบันกลุ่มผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีความสนใจในการดูแลตนเองมากขึ้น ส่งผลให้มีการพัฒนาแอปพลิเคชันหรือเว็บไซต์เพื่อให้ความรู้ ติดตามและประเมินความเสี่ยงของการดื่ม ส่วนหนึ่งเป็นแอปพลิเคชันที่ถูกพัฒนาโดยองค์กรที่ได้รับการสนับสนุนจากอุตสาหกรรมแอลกอฮอล์ ซึ่งจากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าเครื่องมือเหล่านี้อาจมีข้อมูลที่บิดเบือนปะปนอยู่ส่งผลให้ผู้ใช้แอปพลิเคชันมีการดื่มที่เพิ่มขึ้นหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ยากขึ้น จึงเกิดคำถามว่าเครื่องมือต่าง ๆ เหล่านี้มีความแม่นยำและประสิทธิภาพมากน้อยเพียงใด

จากการศึกษาในประเทศอังกฤษ ได้มีการวิเคราะห์แอปพลิเคชันและเว็บไซต์สำหรับติดตามและประเมินความเสี่ยงของการดื่ม ซึ่งถูกพัฒนาโดยองค์กรที่ได้รับการสนับสนุนจากอุตสาหกรรมแอลกอฮอล์ มาเปรียบเทียบกับเครื่องมือที่ถูกพัฒนาโดยหน่วยงานด้านสุขภาพ พบว่า แอปพลิเคชันหรือเว็บไซต์ที่พัฒนาจากกลุ่มที่มีการสนับสนุนจากอุตสาหกรรมแอลกอฮอล์ ให้ความสำคัญในการดื่มในปริมาณที่เหมาะสมมากกว่าการสนับสนุนให้ลดหรือเลิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยใช้กลยุทธ์การเลือกคำที่ไม่น่าไว้วางใจ เช่น “การดื่มอย่างชาญฉลาด” หรือ “การดื่มอย่างมีความรับผิดชอบ” ซึ่งในความเป็นจริงการหยุดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นมีประโยชน์ในด้านสุขภาพมากกว่า เพราะการดื่มแอลกอฮอล์ยังมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็ง โรคหัวใจและหลอดเลือด รวมทั้งปัญหาสุขภาพจิตและอันตรายอื่น ๆ ซึ่งมีแอปพลิเคชันเพียงส่วนน้อยที่กล่าวถึงความเสี่ยงเหล่านี้ และยังพบว่าบางแหล่งมีการแสดงข้อมูลที่ขัดแย้งกันเองในเว็บไซต์หรือแอปพลิเคชันเดียวกันอีกด้วย

นอกจากนี้รูปแบบการนำเสนอข้อมูลของบางแอปพลิเคชันและเว็บไซต์ มีการเชิญชวนให้ผู้ใช้งาน อยากรู้ดื่มแอลกอฮอล์ทางอ้อม โดยนำเสนอด้วยคำหรือใช้รูปที่สื่อไปในทางการดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าการใช้รูปอาหารเพื่อสุขภาพและการออกกำลังกายหลาย ๆ แอปพลิเคชันมีแบบประเมินความเสี่ยงในการดื่มให้ผู้ใช้งานประเมิน แต่เกือบ 30% ของแอปพลิเคชันมีความผิดพลาด

ในการคำนวณหรือแปลผลแบบทดสอบ นอกจากนี้สำหรับผู้ที่ประเมินแล้วมีความเสี่ยงในการดื่มสูง ทั้งนี้ หลายแอปพลิเคชันไม่มีลิงก์หรือข้อมูลแนวทางการปฏิบัติตัวให้ผู้ใช้ได้ศึกษาต่อถึงแนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดความเสี่ยงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

การศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าเว็บไซต์และแอปพลิเคชันที่ถูกพัฒนาโดยองค์กรที่ได้รับการสนับสนุนจากอุตสาหกรรมแอลกอฮอล์นั้นมีจำนวนการนำเสนอหรือใช้กลยุทธ์โดยทำให้เกิดข้อมูลที่บิดเบือนทั้งหมดกว่า 93% และไม่ให้ข้อมูลสำคัญเกี่ยวกับแนวทางการดื่มที่ปลอดภัยและความเสี่ยงต่อสุขภาพส่วนบุคคล ทำให้ผู้ใช้เข้าใจผิดเกี่ยวกับความปลอดภัยในการบริโภคแอลกอฮอล์ ในขณะที่หลายเครื่องมือถูกออกแบบมาเพื่อรายงานการบริโภคแอลกอฮอล์น้อยกว่าความเป็นจริง ส่งผลให้ผู้ใช้ได้รับข้อเสนอแนะที่คลาดเคลื่อนเกี่ยวกับระดับความเสี่ยงของตนและส่งผลให้มีการบิดเบือนพฤติกรรมของผู้ใช้เพื่อตอบสนองผลประโยชน์เชิงพาณิชย์ แตกต่างกับแอปพลิเคชันจากหน่วยงานด้านสุขภาพที่มีการใช้เครื่องมือในการคำนวณและประเมินความเสี่ยงได้เฉพาะเป็นรายบุคคล มุ่งเน้นให้มีการลดและเลิกโดยการให้ความรู้ และมีคำแนะนำในการเลิกดื่มที่สามารถเข้าถึงได้ง่ายจากแอปพลิเคชันหรือเว็บไซต์

แอปพลิเคชันในการติดตามการประเมินการดื่มแอลกอฮอล์ในประเทศไทยนั้นยังมีจำนวนน้อย ดังนั้นการเลือกใช้แอปพลิเคชันหรือเว็บไซต์จากต่างประเทศจึงยังคงเป็นช่องทางหนึ่งที่สามารถเข้าถึงความรู้และคำแนะนำได้ด้วยตนเอง แต่อย่างไรก็ตามในการเลือกใช้แอปพลิเคชัน ผู้เขียนแนะนำให้เลือกจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้และพัฒนามาจากหน่วยงานด้านสุขภาพ หรืออาจเลือกเข้ารับการศึกษาจากบุคลากรทางการแพทย์โดยตรง

แหล่งข้อมูลอ้างอิง:

Roy-Highley E, Körner K, Mulrenan C, Petticrew M. Dark patterns, dark nudges, sludge and misinformation: alcohol industry apps and digital tools. Health Promotion International. 2024;39.