

# เล่าเรื่องเรื่องเหล้า

จดหมายข่าวศูนย์วิจัยปัญหาสุรา

## วัยรุ่นชาย หรือวัยรุ่นหญิง ใครคือนักดื่มตัวจริง

ความชุกการดื่ม  
แอลกอฮอล์ของวัยรุ่น

ร้อยละ: 43.7

ร้อยละ: 42.7

### สารบัญ

บก. แอลง..... 1

บก. ไชปัญหา..... 2

#### Talkกับคนวงการ No Alcohol

จากงานประจำ พัฒนาเป็นงานวิจัย ตอบโจทย์แอลกอฮอล์  
กับอุบัติเหตุจราจร(ตอนอวสาน)..... 3

#### เกาะติดประเด็นร้อน

ความจริงที่ไม่อยากให้เป็นจริง..... 4

#### ทันสถานการณ์

เหล้าปั่น แอลกอฮอล์สี่สวย รวยดีกรี..... 5

ผลงานวิจัยในประเทศ..... 6

ผลงานวิจัยต่างประเทศ..... 7

#### ปกิณกะ

ค่าใช้จ่ายลด เพราะงดเหล้าเข้าพรรษา..... 8

#### คลินิกวิจัย

ความเข้มข้นของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในประเทศไทย..... 9

#### บอกเล่าเก้าสิบ

ดัชนีความเสี่ยงต่อปัญหาแอลกอฮอล์ระดับจังหวัด..... 11





## หนึ่งในกระแสกลยุทธ์ การตลาดของอุตสาหกรรม

สุราในหลายปีมานี้ โดยเฉพาะหลังจากที่สังคมไทย มี พ.ร.บ.ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ปี 2551 ก็คือการทำการตลาดผ่านกีฬา หรือที่เรียกว่า **“สปอร์ตมาเก็ตติ้ง”** เป็นที่ทราบกันดีว่า เยาวชน คนหนุ่มสาว มีความสนใจกีฬาโดยธรรมชาติ ในขณะที่เดียวกันกลุ่มเหล่านี้ก็เป็นเป้าหมายสำคัญของอุตสาหกรรมสุรา ทั้งเป็นกลุ่มที่ก่อรายได้มหาศาลในปัจจุบัน และกลุ่มที่อุตสาหกรรมสุราต้องการจะ “ต้อน” เข้ามาเป็นลูกค้าในอนาคต จึงมีผู้กล่าวไว้ว่า ชะตากรรมของอุตสาหกรรมสุรา อยู่ที่ ความสามารถในการขยายลูกค้าไปยังเยาวชนคนหนุ่มสาว กีฬาอะไรที่คนไทยนิยม อุตสาหกรรมสุราจะไปอยู่ตรงนั้นหมด ทั้ง ฟุตบอล มวย มวยไทย วอลเลย์บอล เทนนิส ไปถึงกอล์ฟ แพลกใหม่ทีทีมฟุตบอลชั้นนำของโลกจากอังกฤษและสเปนต่างก็เป็น **“พันธมิตร”** กับ บริษัท นำเมาส์ชาติไทย ปีนี้ไม่มีทีม แมนยู เชลซี บาเซโลน่า มาเยือนเมืองไทย มาเตะฟุตบอลให้คนไทยดู คนอังกฤษ และคนสเปน ควรจะอีกคนคนไทยที่ได้ดูถ่ายทอดสดฟรี คงไม่ใช่เรื่องบังเอิญที่ ทีมสโมสรฟุตบอลในการแข่งขันไทยพรีเมียร์ลีก เกือบทั้งหมดได้รับการสนับสนุนโดยบริษัทเบียร์ยักษ์ใหญ่สองบริษัท เลือทีมเหล่านี้ก็ล้วนมีตราเหล่าเบียร์ทั้งนั้น ขึ้นอยู่กับว่าจะคาดหวังหรือคาดหวังที่ แชน แม้แต่ทีมชาติไทย ทั้งฟุตบอลและวอลเลย์บอล ต่างก็สวมเสื้อกีฬาที่มีตราสัญลักษณ์เหล่าเบียร์ลงสนามอยู่บ่อยครั้ง ผลประโยชน์ทางธุรกิจลงตัวทั้งสองฝั่ง พันธมิตร ที่ว่าจึงเกิดขึ้น ทีมฟุตบอลได้ขยายฐานแฟนบอล บริษัทเหล่าเบียร์อาศัยฟุตบอลขยายฐานลูกค้า เป็นที่รู้กันว่า อุตสาหกรรมสุราสนับสนุนได้ทั้งการจัดการแข่งขัน สนับสนุนการถ่ายทอดสด สนับสนุนทีม สนับสนุนนักกีฬา เป็นรายบุคคล และสนับสนุนสมาคมกีฬา เรียกว่าสนับสนุนได้อย่างครบวงจร การสนับสนุนจึงเป็นช่องทางในการสร้างพันธมิตรกับผู้ที่ได้รับการสนับสนุน และเมื่อมีการสนับสนุนแล้วก็ต้องคาดหวังถึงการตอบแทน บ่อยครั้งที่ พันธมิตรของบริษัทนำเมาส์ ก็เป็นเรียวแรง เป็น กระบอกเสียง ในการปกป้องอุตสาหกรรมสุรา บ่อยครั้งที่นักกีฬาเหล่านี้กลายเป็นตัวขายชั้นดีให้กับทุนนำเมาส์ งานวิจัยยืนยันว่า เด็กๆ ที่เป็นแฟนทีมกีฬาที่นำเมาส์สนับสนุน เด็กที่ชมรายการกีฬาและการถ่ายทอดกีฬาบ่อยๆ และเด็กๆ ที่มีเสื้อผ้าหรือได้รับแจกเสื้อกีฬาที่มีตราสัญลักษณ์เหล่าเบียร์ มีโอกาสจะผูกพันจงรักภักดีกับบริษัทนำเมาส์ มีโอกาสที่จะมีทัศนคติเชิงบวกกับการดื่มเหล้า และมีโอกาสที่จะกลายเป็นนักดื่มหน้าอ่อนมากขึ้น จะนำแปลกใจตรงไหน ก็ฮีโร่ของพวกเขาไปเป็นฟรีเซ็นเตอร์ให้เหล่าเบียร์ไปเสียแล้ว แพ้ชนะของสปอร์ตมาเก็ตติ้ง สะท้อนให้เห็นถึงช่องว่างทางกฎหมาย ที่เราห้ามแต่การโฆษณาโดยตรง แต่ปล่อยให้มีการโฆษณาทางอ้อม และข้อมูลวิชาการทั้งในและต่างประเทศ



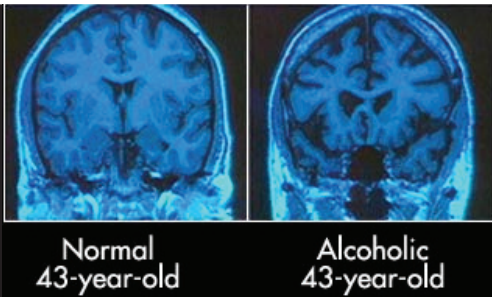
ก็ชี้ให้เห็นว่า โฆษณาทางอ้อมก็มีผลไม่น้อยไปกว่า โฆษณาทางตรงพูดให้เข้าใจยากก็คือการ **“เบน”** บางส่วนแบบนี้จึงเทียบได้กับการ **“ไม่ได้เบน”** โฆษณานั้นเป็นเหตุผลว่าทำไมเราจึงควรขยับปรับเปลี่ยนกฎหมายเรื่องการควบคุมการตลาดให้ครบวงจรมากขึ้น แน่แน่นอนเมื่อไหร่ที่มีกระแส ก็จะมีคำถามมอมตะว่า ทำไมเราต้องไปห้ามอุตสาหกรรมสุราทำความดีด้วย ถึงเขาขายเหล่าเบียร์แต่ก็ยังแบ่งผลกำไรมาดูแลเยาวชน ห่วงใยสังคม และหากไม่让他ช่วยวงการกีฬาของไทยคงถึงจุดจบ

แต่อุตสาหกรรมสุราสนับสนุนวงการกีฬาโดยบริสุทธิ์ใจ หรือเป็นเพียงแค่หมากในเกมธุรกิจ ลองคิดดูเอาเองครับ ทางที่ดีกว่าสำหรับวงการกีฬาก็อาจจะเป็นการช่วยกันออกกฎหมายตั้งกองทุนเก็บภาษี นำเมาส์เฉพาะ แบบเดียวกับ สสส. หรือ ไทยพีบีเอส แล้วนำมาให้วงการกีฬาใช้โดยตรง เม็ดเงินก็มากกว่า ไม่ต้องแบมือขอ ไม่ต้องตกเป็นเครื่องมือของใคร และไม่ต้องทำร้ายลูกหลานคนไทยทางอ้อม



พี่บก. ครับ ผมไปอ่านหนังสือพิมพ์ออนไลน์หัวขมพู เจอข่าวของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในสหรัฐอเมริกา  
 ทำวิจัยแล้วพบว่า “ปัจจัยที่ทำให้สมองเสื่อมส่วนหนึ่งมาจากการดื่มสุรา  
 แต่นักดื่มพอจะมีหนทางชะลอหรือหลีกเลี่ยงความเสื่อมของสมองจากพิษสงของแอลกอฮอล์ได้  
 เพียงแค่ออกกำลังกายแบบแอโรบิค ซึ่งก็คือ การออกกำลังกายที่ส่งผลให้หัวใจทำงานมากขึ้น  
 เช่น วิ่ง ว่ายน้ำ เต้นแอโรบิค ปั่นจักรยาน ที่สำคัญจะต้องทำให้ได้อย่างสม่ำเสมอ”  
 ตกลงดำดื่มเหล้าแล้วออกกำลังกายเป็นประจำก็ทำให้สมองไม่เสื่อมได้ใช่ไหมครับ?

คนบนโลกออนไลน์



ตัวได้ หรือพบว่าผู้ดื่มเพื่อเข้าสังคมที่บริโภคในปริมาณต่ำถึงปานกลางแต่บริโภคมานานก็อาจมีผลต่อสมองไม่แตกต่างจากกลุ่มที่บริโภคหนัก ยิ่งไปกว่านั้น เด็กและเยาวชนที่ดื่มหนักจะมีขนาดสมองในส่วนหน้าเล็กกว่ากลุ่มที่ไม่ดื่ม แม้มีการดื่มเพียงเล็กน้อยก็มีผลต่อความจำของเยาวชนซึ่งทำให้วัยรุ่นที่ดื่มมีความจำลดลงร้อยละ 10 เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ดื่ม

ดังนั้น แอลกอฮอล์มีผลทำให้สมองของเยาวชนไม่สามารถพัฒนาต่อไปได้เต็มศักยภาพอย่างที่ควรจะเป็น โดยยับยั้งการพัฒนาในส่วนที่มีความจำและความสำคัญต่อการศึกษา การทำงาน และการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ และแม้ว่าความเสียหายบางส่วนจะสามารถฟื้นตัวหลังการหยุดดื่มของเยาวชนได้ แต่ก็มีผลเสียหายต่อสมองของเยาวชนในหลายกรณีที่มีลักษณะเป็นความเสียหายถาวรหรือกึ่งถาวร

อย่างไรก็ตาม แม้ความก้าวหน้าทางวิชาการในปัจจุบันจะยังไม่สามารถชี้ชัดว่าผลกระทบระยะยาวต่อสมองจะเริ่มต้นเมื่อมีปริมาณการดื่มและระยะเวลาในการดื่ม นานเท่าไร แต่การออกกำลังกายเพื่อหวังให้เหงื่อออกเพื่อขับแอลกอฮอล์ออกจากร่างกายนั้นเป็นความเชื่อที่ผิด เนื่องจากแอลกอฮอล์เกือบทั้งหมดจะถูกกำจัดที่ตับ และมีส่วนน้อยมากที่ถูกขับออกทางรูขุมขนและไต ดังนั้น จึงไม่มีผลในการลดความเสี่ยงที่เกิดกับสมองครับ

การออกกำลังกายเป็นสิ่งที่ดีต่อสุขภาพ และดีต่อสมองแน่นอนครับ แต่จะเห็นได้ว่า นักดื่มไม่ว่าจะดื่มหนักหรือดื่มนานๆ ครั้ง ก็มีความเสี่ยงต่อผลกระทบทางสมอง และที่สำคัญ “ทางหนี” ด้วยการออกกำลังกายเป็นคนละ “ทางออก” กับการจัดการปัญหาจากการดื่มแอลกอฮอล์ด้วยครับ หนทางที่จะช่วยแก้ไขปัญหามาจากการดื่ม คือ การไม่ดื่ม เพราะไม่มีการดื่มใดที่ไม่มีความเสี่ยงและความปลอดภัยจากปัญหาและผลกระทบจากแอลกอฮอล์ครับ จะดีกว่าไหมที่ออกกำลังกายอย่างเดียวโดยไม่ต้องดื่ม ไม่ดื่มก็ไม่มีความเสี่ยง ออกกำลังกายได้เท่าไรก็รับผลประโยชน์ไปเต็มๆ เลย

บก.เล่าเรื่อง เรื่องเหล้า

ขอบคุณคนบนโลกออนไลน์มากครับ สุราเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้สมองเสื่อม เพราะแอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบสำคัญในสุราประเภทต่างๆ จัดเป็นสารที่ออกฤทธิ์ต่อจิตประสาทสมอง ซึ่งหมายถึง สารเคมีที่สามารถเข้าสู่ระบบประสาทส่วนกลาง และมีผลต่อการทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง อันได้แก่สมองและไขสันหลัง โดยเฉพาะมีผลต่อการรับรู้ อารมณ์ ระดับการมีสติ ความสามารถของสมอง และพฤติกรรมโดยสารแอลกอฮอล์จัดอยู่ในสารประเภทกดประสาทที่มีความสามารถในการเข้าสู่เซลล์สมองได้ดี นักดื่มทุกกลุ่มไม่ว่าจะดื่มมากดื่มน้อยล้วนได้รับความเสี่ยงต่อผลกระทบทางสมองจากแอลกอฮอล์ทั้งสิ้น ผลในระยะสั้นมีได้หลายรูปแบบ รวมถึง ภาวะเมึนเมา การสูญเสียความทรงจำหรืออาการแบบเคเอาท์ ภาวะเมาค้าง ซึ่งไม่ได้จำกัดเพียงการดื่มในปริมาณสูงจนเมาหัวราน้ำเท่านั้นแต่พบตั้งแต่การดื่มในปริมาณไม่มากนัก ดื่มเพียงเล็กน้อยก็มีผลกระทบต่อสมองได้แล้วครับ

ในขณะที่ผลกระทบทางสมองระยะยาว เช่น ผลต่อพัฒนาการของสมองขนาดสมองก็ไม่ได้จำกัดอยู่เฉพาะกับผู้ที่ติดสุราผู้ที่ดื่มอย่างหนักและผู้ดื่มมานานเท่านั้น แต่ยังพบได้ในกลุ่มผู้ที่ไม่ได้ติดสุรา ผู้ที่ดื่มในปริมาณต่ำ ผู้ที่ดื่มนานๆ ครั้งหรือตามโอกาสเพื่อเข้าสังคม รวมทั้งนักดื่มหญิงและเยาวชนที่เริ่มดื่มไม่นานด้วย มีผลการศึกษาที่แสดงให้เห็นว่า การดื่มสุราในปริมาณน้อยถึงปานกลาง ระยะเวลาหนึ่งก็มีผลต่อสมองทำให้สมองมีขนาดเล็กลงหรือหด

คนอยากเล่า

จดหมายข่าวฉบับที่แล้ว ได้กล่าวถึงความเป็นมา ผลการศึกษา และประโยชน์ของโครงการศึกษาปริมาณ แอลกอฮอล์ในเลือดของผู้เสียชีวิต ในช่วงเทศกาลวันหยุด ยาว เช่น ปีใหม่ สงกรานต์ ในฉบับนี้ มาติดตามกันต่อครับ ว่า ความยากง่ายหรือความท้าทายของการดำเนินงานใน โครงการนี้เป็นอย่างไร โดย พ.ต.อ.หญิง นันทนา ทองระอา หัวหน้ากลุ่มงานพิษวิทยา สถาบันนิติเวชวิทยา โรงพยาบาล ตำรวจ หนึ่งในทีมวิจัยที่มีความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับการตรวจ สอบวิเคราะห์ปริมาณแอลกอฮอล์ในเลือด และขั้นตอนการทำงานวิจัยเพื่อค้นหาความจริงของความสูญเสียที่เกิดขึ้น ในช่วงเทศกาลของสังคมไทยครับ

**👤** : กระบวนการทำงานของโครงการเกิดจากงานประจำ ทำกันเป็นทีม

ในตอนแรกเราได้ให้แบบฟอร์มกับตำรวจไป ให้ช่วย เก็บข้อมูล เนื่องจากเราตรวจวิเคราะห์เป็นงานประจำ (routine) อยู่แล้ว หลังจากได้ข้อมูลส่งกลับมาก็มีงานจะ ทำการตรวจวิเคราะห์สารเสพติด ต่อจากนั้น ก็มีการตีพิมพ์ ข้อมูลโดยใช้ excel พร้อมทั้งผลแอลกอฮอล์กับยาบ้า โดยเอาแค่ผล negative และ positive เท่านั้น โดยมีเกณฑ์ การวัดปริมาณสารเสพติดเป็นไปตามที่กฎหมายกำหนด

**👤** : งานตรวจสอบวิเคราะห์ไม่ใช่เรื่องยาก ยากตรง ข้อมูลตอบกลับ

กลุ่มงานพิษวิทยา มีหน้าที่หลัก คือ ทำการตรวจ วิเคราะห์โดยตรงในการหาปริมาณแอลกอฮอล์ในเลือดกับ ตรวจยาเสพติดในปัสสาวะ เราทำงานตรวจวิเคราะห์ไม่ได้มีความยุ่งยากอะไร แต่ติดตรงที่เจ้าหน้าที่ส่งเรื่อง (เลือด) มา ที่เราก็คือเป็นการเพิ่มภาระงานของเขา อีกทั้งบางที่ ชาวบ้าน ไม่ต้องการให้เปิดเผยผลตรวจนี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกรณีที่มี ประกันวินาศภัย ประกันอะไรก็ตาม เขาไม่กล้าจะให้ระบุว่า เกิดจากแอลกอฮอล์ หลายครั้งที่การวิจัยครั้งนี้เองก็มี ปัญหาว่า พนักงานสอบสวนไม่ส่งผลตรวจให้เพราะ ชาว บ้าน ขอร้องมา

## จากงานประจำ พัฒนาเป็นงานวิจัย ตอบโจทก์แอลกอฮอล์ กับอุบัติเหตุจราจร (ตอนต่อจาก)

**👤** : ข้อมูลจากผลการศึกษาในยืนยัน อุบัติเหตุจราจรเกิดจากการเมา

ส่วนใหญ่ข้อมูลที่ได้ เราจะส่งรายงานผู้บังคับบัญชาตาม ลำดับชั้น และมีการเผยแพร่ทางเว็บไซต์ของสถาบันนิติเวช **“ข้อมูลทำให้เรารู้สาเหตุหลัก คือ การเกิดความมึนเมา มีผล ทำให้เกิดอุบัติเหตุจราจร”** นอกจากนี้ ข้อมูลของเราก็จะมี รายงานทั้งถนนเส้นหลักและเส้นย่อย ซึ่งผลการศึกษา ก็พบว่า ถนนเส้นย่อยก็มีปัญหาหากไม่น้อยไปกว่าถนนเส้นหลัก เลย เพราะคนในท้องที่คิดว่าตัวเองเป็นเจ้าของถนน จึงขับรถ ไม่ระมัดระวัง แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นการครองสติ เช่น การเมาไม่ขับ เป็นเรื่องที่ต้องให้ความสำคัญมากๆ

**👤** : หากต้องการพัฒนาการทำงานของโครงการนี้ต่อไป จะบอกฝากอะไรถึงใครบ้าง?

ก็อยากให้นักงานสอบสวนช่วยเรา ถ้าเป็นพนักงานตำรวจ เราก็คงอยากให้เขาส่งผลมาให้ อยากให้สำนักร่างตำรวจฯ ส่ง เสริมเราช่วยเราในการทำเครื่องมือตรวจนี้ ให้เพียงพอให้ตอบ สนองความต้องการของประเทศได้ และยังไม่เคยทำงานข้าม สาย เช่น สสส. หรือกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งส่วนใหญ่จะ ทำงานร่วมกับสายตำรวจด้วยกันมากกว่า ก็น่าจะเป็น กระทรวงสาธารณสุข เพราะว่าเป็นหน่วยที่มีคนตายแล้วต้อง ออกร่วมกับตำรวจ และเป็นคนเก็บวัตถุพยาน ซึ่งตำรวจเก็บเองไม่ได้ ตำรวจจะอธิบายลำบากเพราะตำรวจบางนายก็ไม่มี ความรู้ทางการแพทย์เลยก็มี ซึ่งถือว่าเป็นปัญหา และโรงพยาบาล จะมีอุปกรณ์ทางการแพทย์อยู่แล้ว เช่น หลอดเลือด ขวดเก็บ ปัสสาวะ โดยคนที่จะเข้ามาร่วมมือกับตำรวจอาจจะไม่ต้องเป็น หมอ อาจจะเป็นพยาบาลก็ได้ที่เจาะเลือดได้

การค้นหาสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุทางจราจร ด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ถึงตอนจบแล้วครับ แต่สิ่งที่อยาก จะจุดประกาย คือ การสร้างความร่วมมือทั้งในและนอกหน่วยงาน อื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างแรงบันดาลใจในการขับเคลื่อน โครงการดีๆ อย่างนี้ต่อไปครับ





สิ่งที่คุณในสังคมไทยรับรู้กันทั่วไปก็คือ ผู้ชายเป็นนักตี้มมากกว่าผู้หญิง วัยรุ่นตี้มหนัก และไม่ว่าวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ก็ตี้มเพื่อการเมา อย่างไรก็ตาม ในช่วงกว่า 10 ปีที่ผ่านมา นั้น แวดวงวิชาการแอลกอฮอล์ ก็พบหลักฐานว่า แม้จำนวนนักตี้มไทยในภาพรวมค่อนข้างคงที่ ประมาณร้อยละ 30 แต่สิ่งที่น่ากังวลคือ จำนวนนักตี้มเยาวชนและนักตี้มหญิงมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น เมื่อภาพรวมของประเทศเป็นเช่นนั้น จึงน่าจะติดตามต่อว่า ในแต่ละบริบทหรือแต่ละจังหวัดนั้น สถานการณ์น่าเป็นห่วงมากน้อยเพียงใด

**วัยรุ่นทั้งชายและหญิง ก็เป็นนักตี้มเท่าๆ กัน**

การสำรวจเยาวชนอายุ 12 – 14 ปี ในจังหวัดปทุมธานี ปี 2555 พบว่า เยาวชนกลุ่มนี้มีความชุกของการตี้ม เครื่องตี้มแอลกอฮอล์ใน 12 เดือนที่ผ่านมาสูงถึงร้อยละ 43.2 โดยเมื่อแบ่งตามเพศพบว่า วัยรุ่นทั้งชายและหญิงมีความชุกการตี้มที่แทบไม่แตกต่างกัน (ร้อยละ 43.7 และร้อยละ 42.7 ตามลำดับ) และพบว่า อายุเฉลี่ยที่เริ่มตี้มของวัยรุ่นชายและหญิงก็ไม่ได้แตกต่างกันมากเช่นกัน คือ อายุ 12 ปี ในวัยรุ่นชายและ 12.3 ปี ในวัยรุ่นหญิง

**วัยรุ่นทั้งชายและหญิง ก็ตี้มแบบเสี่ยง**

การสำรวจนี้ พบว่า ในครั้งที่ตี้มนั้น วัยรุ่นชายตี้มเบียร์เป็นส่วนใหญ่ (ร้อยละ 48.8) รองลงมาคือเหล้า ส่วนวัยรุ่นหญิงตี้มเหล้าและไวน์คูลเลอร์เป็นส่วนใหญ่ (ประมาณร้อยละ 27 เท่ากัน) และรองลงมาคือเบียร์

แม้ที่ตี้มประจำส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่นชาย แต่พบว่าวัยรุ่นที่อายุยังไม่ถึงเกณฑ์ทำบัตรประชาชนกลุ่มนี้ กลับมีปริมาณการตี้มต่อครั้งเฉลี่ยเท่ากับ 38.5 กรัมเอทานอล ซึ่งนับว่าค่อนข้างสูง (เทียบเท่ากับการตี้มเบียร์ 1.5 ขวดใหญ่) หากแบ่งตามเพศพบว่า วัยรุ่นชายตี้มเฉลี่ย 42.4 กรัมเอทานอล และวัยรุ่นหญิงตี้มเฉลี่ย 35 กรัมเอทานอล ซึ่งเป็นปริมาณที่จัดได้ว่าตี้มแบบเสี่ยงทั้งวัยรุ่นชายและหญิง

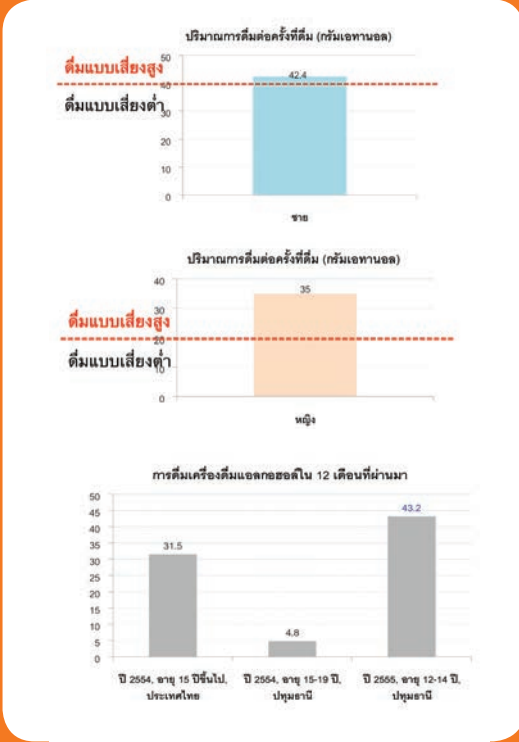
ทั้งนี้ นักตี้มแบบหัวรอน้ำ คือ ผู้ตี้มที่ตี้มอย่างหนักในครั้งที่ตี้มนั้น มีปริมาณการตี้มต่อครั้งเฉลี่ย 76.8 กรัมเอทานอล ซึ่งเทียบเท่ากับการตี้มเบียร์ 3 ขวดใหญ่

**วัยรุ่นทั้งชายและหญิง หากจ่ายเองก็จ่ายเท่าๆ กัน**

สำรวจนี้พบว่า ค่าใช้จ่ายค่าเครื่องตี้มแอลกอฮอล์โดยเฉลี่ยของผู้ที่จ่ายเอง คือ 50 บาทต่อครั้งที่ตี้ม ซึ่งเท่ากันทั้งวัยรุ่นหญิงและชาย อย่างไรก็ตาม ในกลุ่มที่มีผู้อื่นจ่ายให้พบว่า วัยรุ่นหญิงกลับมีค่าใช้จ่ายต่อครั้งที่ตี้มสูงกว่าวัยรุ่นชายถึง 2 เท่า กล่าวคือ หากมีคนจ่ายให้ค่าใช้จ่ายค่าเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงคือ 100 บาทและของวัยรุ่นชายคือ 50 บาท

การสำรวจพฤติกรรมการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ทั่วประเทศในปี 2554 พบว่า ความชุกของการตี้มของผู้ที่อายุ 15 ปีขึ้นไปนั้น คือ ร้อยละ 31.5 และการสำรวจดังกล่าวพบว่า ประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไปในจังหวัดปทุมธานีตี้มร้อยละ 30.2 แต่ผู้ที่อายุ 15 – 19 ปีนั้น ตี้มเพียงร้อยละ 4.8

อย่างไรก็ตาม การสำรวจในปี 2555 ดังกล่าว ได้ศึกษาในประชากรกลุ่มเฉพาะซึ่งอยู่ในวัยที่มีโอกาสเริ่มต้นตี้มในบริบทของจังหวัดเดียวกันกลับทำให้เห็นภาพของปัญหาที่ก่อตัวขึ้นได้ชัดเจนขึ้น กล่าวคือ วัยรุ่นชายและหญิงก็เป็นนักตี้มเท่าๆ กัน ตี้มแบบเสี่ยงเช่นกัน และใช้จ่ายค่าแอลกอฮอล์เท่าๆ กัน กล่าวได้ว่า การสำรวจนี้เป็นหลักฐานทางวิชาการที่ทำให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องได้ตระหนักถึงปัญหาของประชากรกลุ่มดังกล่าว พร้อมทั้งหาแนวทางแก้ไขและป้องกัน



- ที่มา:
- 1) วีรบุษย์ ว่องวรธนะกุล, จุไร ทัพวงษ์, ทักษพล ธรรมรังสี, บัณฑิตยาราคาและการเข้าถึงเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ของเยาวชนในวัยที่มีโอกาสเริ่มต้นตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์, ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา (2556)
  - 2) รายงานสถานการณ์การบริโภคเครื่องตี้มแอลกอฮอล์รายจังหวัด พ.ศ. 2554, ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา (2556)

เหล้าปั่น  
แอลกอฮอล์รสหวาน  
ราวดักก์



ปัจจุบันธุรกิจเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีความพยายามในการเข้าถึงผู้บริโภคมากขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่น ทำให้ผู้ประกอบการได้มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่งผลให้เกิดผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ชนิดใหม่ๆ ที่ทำให้เด็กและเยาวชนดื่มได้ง่าย และมีความอยากลิ้มลองมากขึ้น “เหล้าปั่น” นับเป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อีกชนิดที่ถูกนำมาแปลงร่างให้อยู่ในรูปแบบที่มีรสหวาน สว่างสีล้นแก่ผู้ดื่ม และทำให้รู้สึกเหมือนกับน้ำผลไม้ปั่นมากกว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จึงทำให้เป็นที่นิยมในกลุ่มวัยรุ่น นิสิตนักศึกษา ขวนให้ดื่มได้ทั้งชายและหญิง และทำให้ดูไม่เขินอายว่ากำลังดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้มีการรวมกลุ่มกันดื่มได้ง่าย เหล้าปั่นจึงเป็นเสมือนปากทางสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ชนิดอื่นด้วย

ถึงแม้เหล้าปั่นจะถูกทำให้มีรสหวาน สีล้นน่าทดลอง และดื่มง่าย แต่หลายคนหารู้ไม่ว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ชนิดนี้มีดีกรีที่ไม่น้อยกว่าการดื่มเบียร์ ข้อมูลผลการศึกษาเบื้องต้นในการศึกษาความเข้มข้นของปริมาณแอลกอฮอล์ในเหล้าปั่น ของศูนย์วิจัยปัญหาสุรา สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ ร่วมกับหน่วยปฏิบัติการวิจัยเภสัชศาสตร์สังคม คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ที่สำรวจข้อมูลจากร้านที่จำหน่ายเหล้าปั่นในพื้นที่หัวเมืองหลักของภูมิภาค (เชียงใหม่ ขอนแก่น ชลบุรี สงขลา และกรุงเทพมหานคร) จำนวน 76 ร้าน พบว่าสูตรเหล้าปั่นที่จำหน่ายในร้านส่วนใหญ่มีประมาณ 10-15 สูตร เกือบทุกสูตรจะมีส่วนผสมของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ใกล้เคียงกัน ต่างกันเฉพาะรสชาติของน้ำหวานที่นำมาผสม และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่นิยมนำมาใช้เป็นส่วนผสมหลักคือ สุราขาว สุรากลั่น และวอดก้า (Vodka) ที่มีปริมาณแอลกอฮอล์ไม่น้อยกว่า 40 ดีกรี จากข้อมูลสัดส่วนการผสมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเหล้าปั่น พบว่า ส่วนใหญ่เหล้าปั่น 1 เหลือก มีส่วนผสมของสุร่าอยู่ในช่วง 2-4 ช็อต (shot) มีปริมาณความเข้มข้นของแอลกอฮอล์บริสุทธิ์ประมาณร้อยละ 4-8 หรือ 4-8 ดีกรี ซึ่งสูงเทียบเท่าหรือมากกว่าเบียร์ นอกจากนี้ พบว่าบางสูตรที่ทางร้านจำหน่ายเหล้าปั่นจัดส่วนผสมไว้ มีดีกรีความแรงสูงถึง 24 ดีกรี ซึ่งเกือบเทียบเท่าสุราขาว 28 ดีกรี

นอกจากนี้ พบว่าผู้บริโภคส่วนใหญ่มีการสั่งเพิ่มปริมาณส่วนผสมของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (เพิ่มช็อต) ซึ่งทำให้ปริมาณแอลกอฮอล์หรือดีกรีความแรงของเหล้าปั่นสูงมากขึ้นไปอีก เมื่อค่าคงที่ของดีกรีในเหล้าปั่นไม่นิ่ง เพราะขึ้นอยู่กับความต้องการของผู้บริโภคเป็นสิ่งสำคัญ และร้านค้ายังคงตอบสนองความต้องการของลูกค้า และวัยคะนองยังมองเห็นแค่ความสวยของสีในเหล้าปั่นจนไม่ได้มองว่าสิ่งนั้นก่อให้เกิดปัญหาที่ตามมา ต่อไปเราอาจพบว่าปริมาณดีกรีที่มีในเหล้าปั่นอาจแปรผันไปเป็นดีกรีของปัญหาเยาวชนในสังคมไทยก็เป็นได้

## 01 การเริ่มต้นดื่มของหญิงสาวนำไปสู่ประทุ แห่งความเสี่ยงทางเพศ

ผลการวิจัยของ Lepusić D และ Radović จากกลุ่มวัยรุ่นหญิงชาวโครเอเชีย อายุ 15-21 ปี จำนวน 393 คน พบว่า การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีความเชื่อมโยงกับพฤติกรรมความเสี่ยงทางเพศและโรคทางเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น โดยการศึกษาครั้งนี้ ได้ทำการตรวจสอบปริมาณแอลกอฮอล์ ซึ่งมีการดื่มมากกว่า 3 แก้วขึ้นไปต่อหนึ่งครั้ง และมีพฤติกรรมความเสี่ยงทางเพศและเกิดโรคในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา

## 02 อุตสาหกรรมแอลกอฮอล์รุกฆาต วัยรุ่นหญิงด้วยโฆษณา

จากงานของ Flegel ชี้ให้เห็นว่า การรับรู้โฆษณาของกลุ่มวัยรุ่นหญิงที่เพิ่มขึ้นส่งผลต่อความเสี่ยงพฤติกรรมการดื่มที่เพิ่มขึ้นด้วยเช่นกัน โดยในช่วงระยะที่ผ่านมา เด็กสาวจำนวนมากเริ่มต้นการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่อายุน้อยลง โดยส่วนหนึ่งมาจากการรับชมโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทางตรง โดยสร้างความดึงดูดใจที่จะสื่อเน้นให้เห็นถึง ความทันสมัย ความสำเร็จในชีวิต ในขณะที่โฆษณาจำนวนไม่น้อยของกลุ่มเป้าหมายที่เป็นชาย จะเน้นไปที่การดึงดูดทางเพศมากกว่า



## 03 กลุ่มวัยรุ่นหญิงมีแนวโน้มดื่มสูงขึ้นกว่า วัยรุ่นชายในประเทศโปรตุเกส

งานวิจัยของ Marques และคณะ ได้ทำการสำรวจในกลุ่มวัยรุ่นชาวโปรตุเกส อายุระหว่าง 15-18 ปี จำนวน 405 คน พบว่า วัยรุ่นหญิงนิยมดื่มสุรากลั่นสูงกว่าวัยรุ่นชาย และมีแนวโน้มที่จะเป็นนักดื่มหนัก (binge drinking) นอกจากนี้ มากกว่าร้อยละ 60 นิยมดื่มกับเพื่อน และชอบออกไปดื่มที่บาร์หรือไนต์คลับ ในเวลากลางคืน และร้อยละ 9 เคยมีประสบการณ์ด้านยาเสพติดอย่างน้อยหนึ่งครั้งอีกด้วย อีกทั้งกลุ่มวัยรุ่นเหล่านี้ยังเห็นว่าการขับรถขณะดื่มจะไม่สร้างปัญหาหากไม่รู้สึกเมา



### Reference

1. Lepusić D, Radović-Radović S. Alcohol a predictor of risky sexual behavior among female adolescents Acta Clin Croat. 2013 Mar;52(1):3-9. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23837266>
2. Flegel K. Big alcohol catches up with adolescent girls. CMAJ. 2013 Jul 9;185(10):859. Available from: <http://www.cmaj.ca/content/185/10/859>
3. Marques M, Viveiro C, Passadouro R. Alcohol consumption in the schooled youth: an old question revisited. Acta Med Port. 2013 Mar-Apr;26(2):133-8. Epub 2013 May 31. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23809745>

01

เพื่อนเป็นปัจจัยสำคัญในการล้มเลิกของวัยรุ่น  
เมื่อฟังจิตร

งานวิจัยเชิงทำนายปรากฏการณ์ของ วีระนุช ก่อแก้ว ที่ศึกษาเรื่อง ปัจจัยเสี่ยง ปัจจัยป้องกัน และพฤติกรรมกรรมการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นที่อยู่นอกระบบการศึกษา ในชุมชนจังหวัดพิจิตร พบว่า มากกว่าร้อยละ 80 ของวัยรุ่นที่อยู่นอกระบบการศึกษา อายุระหว่าง 13-19 ปี เริ่มตีแอลกอฮอล์อายุน้อยที่สุด คือ 10 ปี โดยผลการศึกษาสามารถทำนายได้ว่า ปัจจัยเสี่ยง 2 ปัจจัย คือ 1) การคบเพื่อนที่ตีสุรา 2 ลักษณะส่วนตัวของวัยรุ่น อันได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา และฐานะทางเศรษฐกิจ และปัจจัยป้องกัน ได้แก่ ครอบครัว ชุมชน การคบเพื่อน ทั้งปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยป้องกันทำให้เด็กวัยรุ่นมีแนวโน้มที่จะตีสุราทั้งในรอบ 30 วัน และ 3 เดือน ก่อนตอบแบบสอบถามด้วย

03

4 สาเหตุหลัก พบว่า นักเรียนวัยโจ๋ 19 จังหวัด  
ในภาคอีสานล้มเลิก

การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุและแนวทางป้องกันพฤติกรรม การตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ของนักเรียนวัยรุ่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดย ชฎิล สมรภูมิ พบว่า นักเรียนวัยรุ่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมากกว่าครึ่งมีรูปแบบการตีสุราแบบเสียงต่ำ ในการตีสุราครั้งแรกของนักเรียนมาจากความอยากลองมากที่สุดเป็นอันดับหนึ่ง (ร้อยละ 70.3) รองลงมา คือ เพื่อนชวน (ร้อยละ 40.5) สาเหตุสำคัญที่มีผลทางตรงต่อการตีของเด็กรวมมากที่สุด คือ 1) ทศนคติต่อการตี 2) การอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว 3) การไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน 4) แบบอย่างของคนที่ตีสุราในชีวิตจริง

นอกจากนี้ สาเหตุรองที่มีผลทางอ้อมต่อการตีของวัยรุ่น ได้แก่ การตลาด และการเข้าถึงแหล่งซื้อขายเครื่องตีแอลกอฮอล์ สำหรับแนวทางในการป้องกันการตีสุราของนักเรียน ได้แก่ การมีส่วนร่วมของคณะกรรมการควบคุมเครื่องตีแอลกอฮอล์จังหวัด ผู้บริหารสถานศึกษา ครู ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่ของรัฐ ผู้ประกอบการจำหน่ายเครื่องตีแอลกอฮอล์ และผู้ประกอบการหอพัก ในการป้องกันสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการตี ร่วมกับการบังคับใช้กฎหมายควบคุมเครื่องตีแอลกอฮอล์และกฎหมายคุ้มครองเด็ก

02

วิจัยชี้ เติบโต ต้นจังหวัดขอนแก่น  
ยิ่งครึ่งยิ่งก้าวร้าว (ใช้ความรุนแรง)

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภค เครื่องตีแอลกอฮอล์กับพฤติกรรมรุนแรงของเด็กวัยรุ่นชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ของสุรัสวดี พนมแก่น พบว่า ร้อยละ 45.3 ของนักเรียนหญิงตีมากกว่านักเรียนชาย (ร้อยละ 38.8) เริ่มตีอายุดำสุด 5 ขวบ และมีรูปแบบการตีแบบเสียงต่ำ ร้อยละ 14.02 ตีแบบเสียง ร้อยละ 7.79 ตีแบบอันตราย ร้อยละ 3.82 และตีแบบตี 3 ร้อยละ 3.26 ยิ่งไปกว่านั้น การตีสุรามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมรุนแรง โดยเด็กที่ตีสุราจะเคยใช้ความรุนแรงมากกว่ากลุ่มที่ไม่ตีถึง 2.71 เท่า

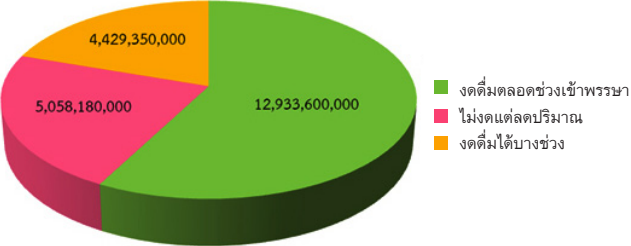
1. วีระนุช ก่อแก้ว. ปัจจัยเสี่ยง ปัจจัยป้องกันและพฤติกรรม การตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นที่อยู่นอกระบบการศึกษา ในชุมชนจังหวัดพิจิตร. พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2552.
2. สุรัสวดี พนมแก่น. ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภค เครื่องตีแอลกอฮอล์กับ พฤติกรรมรุนแรงของเด็กวัยรุ่นชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น รายงานการศึกษาระดับปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2554.
3. ชฎิล สมรภูมิ. ปัจจัยเชิงสาเหตุและแนวทางป้องกันพฤติกรรม การตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ของนักเรียนวัยรุ่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. ปรัชญาคุณูปบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาและการพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา, 2554.





# ค่าใช้จ่ายจกค เพราะงดเหล้าเข้าพรรษา

จำนวนเงินที่คนไทยประหยัดค่าเหล้าได้ในช่วงเข้าพรรษา ปี 2555



“สุรา คือ ขโมยร้าย ที่แอบมาขโมยสุขภาพที่แข็งแรง จากเราวันละนิดวันละหน่อย ขโมยความสงบสุขในครอบครัว ไป” วลีเด็ดที่พระมหาวีรพล ได้กล่าวไว้ในเว็บไซต์ธรรมะ อารมณีสดี เป็นการแสดงให้เห็นถึงอันตรายที่เกิดจากการดื่มสุราในมุมมองของพระพุทธศาสนา

ในช่วงเทศกาลเข้าพรรษาถือเป็นฤกษ์งามยามดีที่คนไทยจะหันมางดหรือลดการดื่มสุรา เพราะนอกจากจะเป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาที่มีระยะเวลา 3 เดือนแล้ว ยังถือเป็น วันงดดื่มสุราแห่งชาติอีกด้วย แต่หลายคนคงสงสัยว่า ในช่วงที่ผ่านมา ที่พบเห็นรณรงค์งดเหล้าเข้าพรรษาเกิดผลอย่างไรบ้าง และถ้างดดื่มเหล้าตลอดช่วงช่วงเข้าพรรษาแล้ว ได้อะไรบ้าง ??

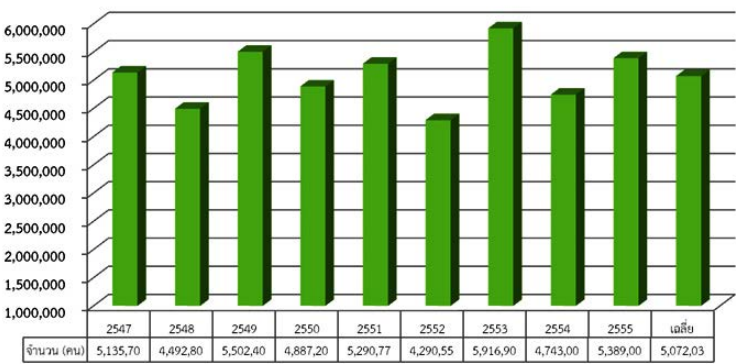
จากการประเมินผลการรณรงค์งดเหล้าเข้าพรรษา พบว่าการรณรงค์งดเหล้าเข้าพรรษาเกือบ 10 ปี ที่ผ่านมา มีนักดื่มที่สามารถงดเหล้าได้ตลอดช่วงเข้าพรรษาเฉลี่ยปีละ 5.1 ล้านคน โดยในปี 2555 คนไทยสามารถงดดื่มตลอด 3 เดือนได้ถึง 5.3 ล้านคน ทำให้ประเทศไทยสามารถประหยัดค่าใช้จ่ายจากค่าเหล้าได้ถึง 12,933 ล้านบาท นอกจากนี้ยังมีนักดื่มที่สามารถงดดื่มได้บางช่วงและลดปริมาณการดื่มลงได้ถึง 7.1 ล้านคน ซึ่งช่วยให้ประเทศไทยสามารถประหยัดค่าใช้จ่ายจากค่าเหล้าได้ถึง 9,487 ล้านบาท ดังนั้น ในปี 2555 คนไทยสามารถลดค่าใช้จ่ายจากค่าเหล้ารวมได้ถึง 22,420 ล้านบาท

ถึงแม้ว่าในปี 2555 ประเทศไทยจะสามารถประหยัดค่าใช้จ่ายรวมจากค่าเหล้าได้มาก แต่จำนวนของนักดื่มที่งดดื่มตลอดช่วงและลดการดื่มในแต่ละปีก็ยังมีจำนวนที่ขึ้นลงไม่แน่นอน ซึ่งในปี 2556 และในปีต่อไป หากการรณรงค์งดเหล้าเข้าพรรษาจะสามารถดึงดูดให้ผู้ที่ยังดื่มและลดนักดื่มเพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ ก็จะส่งผลให้ประเทศไทยสามารถประหยัดค่าใช้จ่ายจากค่าเหล้าได้เพิ่มขึ้นอีกปีละหลายหมื่นล้านบาท

เนื่องในโอกาสเทศกาลวันเข้าพรรษาปี 2556 นี้ ซึ่งตรงกับวันที่ 23 กรกฎาคม 2556 ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา จึงอยากขอเชิญชวนคนไทยเข้าร่วมกิจกรรม “งดเหล้าเข้าพรรษา” ทำความดีถวายในหลวงและสมเด็จพระสังฆราช โดยในปีนีทาง สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ตั้งเป้าไว้ว่าจะมีคนไทย

มาร่วมกิจกรรมนี้มากขึ้น 10 ล้านคน มาร่วมมือกันนะครับ เพื่อช่วยประเทศไทยประหยัดค่าใช้จ่ายค่าเหล้า และเอาไปพัฒนาในด้านอื่นๆ ของประเทศต่อไป ไม่น่ว่าในอนาคต ค่าเหล้าที่พวกเราช่วยกันประหยัดอาจเป็นส่วนหนึ่งของขบวนรถไฟฟ้าความเร็วสูงก็เป็นได้

จำนวนผู้ที่งดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ตลอดช่วงเข้าพรรษา 2547-2555





ความเข้มข้น  
ของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์  
ในประเทศไทย



หลังจากที่มีการอบรมเชิงปฏิบัติการการสำรวจ  
พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผล  
กระทบในช่วงปลายมิถุนายนที่ผ่านมา ก็ทำให้นักถึง  
ปัญหาหรือข้อชวนสงสัยในการวิเคราะห์ข้อมูลการ  
สำรวจพฤติกรรมการบริโภคที่มักจะมีคนถามอยู่บ่อยๆ

ว่า เครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีกี่ประเภท ในการสำรวจควรจะจัดกลุ่มของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นกี่กลุ่ม และ  
แต่ละกลุ่มหรือแต่ละประเภทมีปริมาณแอลกอฮอล์บริสุทธิ์ผสมอยู่น้อยเพียงใด จากฉบับที่แล้วที่คุยกัน  
ถึงเรื่องเทคนิคการสุ่มตัวอย่าง...ยังไม่ลืมนะครับ แต่จะขออนุญาตแทรกประเด็นเกี่ยวกับการจัดกลุ่มประเภท  
และความเข้มข้นของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในประเทศไทยสำหรับผู้ที่กำลังออกแบบและวิเคราะห์การสำรวจ  
พฤติกรรมการบริโภคก่อนนะครับ...

ตามรายงานสถานการณ์การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ขององค์การอนามัยโลก<sup>1</sup> เครื่องดื่มแอลกอฮอล์  
มักจะมีการจัดกลุ่มออกเป็น 3 ประเภทหลักๆ ได้แก่ สุรา เบียร์ และไวน์ และมักจะกำหนดให้ความเข้มข้นของ  
แอลกอฮอล์เท่ากับ 40% 5% และ 15% ตามลำดับ ซึ่งเป็นค่ากลางสำหรับการคำนวณปริมาณแอลกอฮอล์โดย  
ทั่วไป แต่เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในโลกนี้มีมากมายหลากหลายชนิดและมีวิธีการความเข้มข้นแตกต่างกันมากด้วย  
เช่นกัน อาทิ ไวน์คูลเลอร์ เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์พร้อมดื่ม สุราแช่พื้นเมือง หรือแม้แต่เหล้าบั่นที่อยู่ใน  
ความนิยมของกลุ่มวัยรุ่นในบ้านเรา ซึ่งในการรายงานสถานการณ์การบริโภคนี้เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ประเภท  
อื่นๆ ที่ไม่ได้อยู่ในกลุ่มสุราหรือเบียร์จะถูกรวมไว้ในกลุ่มไวน์ ซึ่งมีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ในระดับ 15%  
ดังนั้นในการสำรวจพฤติกรรมการบริโภคหากสามารถจำแนกประเภทได้มากกว่า 3 ประเภทหลักดังกล่าวแล้ว  
น่าจะสามารรถคำนวณปริมาณการบริโภคแอลกอฮอล์บริสุทธิ์ได้ใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากยิ่งขึ้น

สำหรับประเทศไทยหากจะจัดกลุ่มของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่นอกจากจะสอดคล้องกับดีกรีหรือ  
ความเข้มข้นของแอลกอฮอล์แล้ว ยังสะท้อนถึงพฤติกรรมและบริบทของผู้ดื่มได้ด้วย อาจจะแบ่งประเภทของ  
เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ออกหลายกลุ่ม ได้แก่ สุราขาว สุราสี เบียร์ ไวน์ ไวน์คูลเลอร์ สุราแช่พื้นเมือง เหล้า  
ดองยา สุราจีน เหล้าบั่น และอื่นๆ อาทิ ค็อกเทล และเมื่อคำนวณหาค่าความเข้มข้นของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์  
แต่ละกลุ่มโดยคำนึงถึงส่วนแบ่งการตลาดของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ชนิดหลักๆ ของแต่ละกลุ่ม ดังนี้ **สุราขาว**  
คำนวณค่าความเข้มข้นที่ถ่วงน้ำหนักด้วยสัดส่วนปริมาณการผลิตของสุราขาว 28 ดีกรี (0.132) และ 40 ดีกรี  
(0.868)<sup>2</sup> มีค่าเท่ากับ 38.42%

**สุราสี** หรือสุรากลั่นชนิดอื่นๆ (นอกจากสุราขาว) เช่น วิสกี้ บรั่นดี รัม หรือสุราผสมชนิดต่างๆ เมื่อ  
พิจารณาคุณสมบัติการตลาดของสุราสีแล้วมีทั้งสุราไทยและนอก โดยสุราสีไทยมี 3 ตัวหลักในตลาด ได้แก่ กลุ่ม  
ยี่ห้อ ห. (35 ดีกรี) (0.5) ยี่ห้อ บ. (40 ดีกรี) (0.3) และยี่ห้อ ส. (35 ดีกรี) (0.1)<sup>3</sup> ส่วนสุราสีนอก 40 ดีกรี (0.1)  
คำนวณค่าถ่วงน้ำหนักแล้วเท่ากับ 36%

<sup>1</sup>World Health Organization. Global status report on alcohol and health 2011. Geneva: World Health Organization. 2011.

<sup>2</sup>กรมสรรพสามิต. ปริมาณการจัดเก็บภาษีสรรพสามิต สุราขาว 28 ดีกรี และสุราขาว 40 ดีกรี ปี 2550.

<sup>3</sup>Acnws. สกู๊ปเหล้าสีไทย : ไทยเบฟ เร่งจัดทัพสุราสี โหมทำกิจกรรม แย่เจ้าตลาด. 20 พฤศจิกายน 2555. [http://www.acnws.net/detailscr.php?news\_id=N255501093]

เบียร์ ส่วนแบ่งตลาดส่วนใหญ่เป็นบริษัท ส. (0.691) ซึ่งเป็นเบียร์ 5 ดีกรี และบริษัท ท. (0.268) เป็นเบียร์ 6.4 ดีกรี นอกจากนั้นสัดส่วนของเบียร์ในกลุ่มอีโคโนมี, สเตนดาร์ด และพรีเมียม เท่ากับ 87.2%, 9.4% และ 3.4% ตามลำดับ<sup>4</sup> ความเข้มข้นของกลุ่มเบียร์เมื่อถ่วงน้ำหนักแล้วเท่ากับ 5.4%

สำหรับกลุ่มอื่นๆ เป็นเครื่องดื่มที่มีการบริโภคน้อยมากเมื่อเปรียบเทียบกับสุราและเบียร์ อีกทั้งไม่มีข้อมูลส่วนแบ่งการตลาดที่จะนำมาใช้ในการคำนวณโดยคำนึงถึงส่วนของความแรงแต่ละระดับในท้องตลาดจึงเสนอแนะให้ใช้ค่าที่นำเสนอต่อไปนี้ โดย ไวน์ ทั้งที่ทำจากองุ่นและผลไม้ชนิดอื่นๆ มีความเข้มข้นในช่วง 8 - 15 ดีกรี ใช้ความเข้มข้นที่ 12% ไวน์คูลเลอร์ สุราผสมผลไม้และสุราผสมพร้อมดื่ม มีความเข้มข้นในช่วง 5 - 7 ดีกรี ใช้ความเข้มข้นที่ 5.5% สุราแช่พื้นเมือง อาทิ สาโท อุ กระแช่ นำตาลเมา เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์แตกต่างกันมาก ตั้งแต่ 5 ดีกรี จนถึง 11-12 ดีกรี ใช้ความเข้มข้นที่ 8% เหล้าบั่น จากรายงานผลการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นพบว่าเหล้าบั่นมีความเข้มข้นอยู่ในช่วงประมาณ 5 ดีกรี จึงเสนอให้ใช้ค่าความเข้มข้นของเครื่องดื่มกลุ่มนี้เท่ากับ 5%

สำหรับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ประเภทอื่นๆ หากสามารถระบุประเภทหรือยี่ห้อของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้อย่างชัดเจนก็สามารถเลือกใช้ค่าความเข้มข้นของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กลุ่มนั้นๆ ได้อย่างเหมาะสม อย่างไรก็ตามหากไม่สามารถระบุยี่ห้อหรือกลุ่มของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ ก็อาจจะต้องมีการกำหนดค่าสำหรับ 3 กลุ่มหลักๆ คือ สุรา 40% ไวน์ 12% และสุราแช่หรือสุราผสมที่ดีกรีไม่แรงมากนัก 5% ดังแสดงในตาราง

กลุ่มของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ช่วงของความเข้มข้นของแอลกอฮอล์บริสุทธิ์ <sup>*</sup>	ความเข้มข้นสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลการสำรวจพฤติกรรมผู้บริโภค <sup>*</sup>
สุราขาว	28 - 40%	38.4%
สุราสี	28 - 43%	36%
เบียร์	3.5 - 6.4%	5.4%
ไวน์	8 - 15%	12%
ไวน์คูลเลอร์ และสุราผสมผลไม้/ สุราผสมพร้อมดื่ม	5 - 7%	5.5%
สุราแช่พื้นเมือง	5 - 11%	8%
เหล้าบั่น	4 - 6%	5%
ยาดองเหล้า	28 - 40%	เท่ากับกลุ่มสุราขาว หรือ 40%
อื่นๆ	3.5 - 43%	จำแนกตามกลุ่มที่ใกล้เคียง หรือ 40% สำหรับสุรา 12% สำหรับไวน์/สุราแช่ และ 5.5% สำหรับกลุ่มสุราผสมผลไม้

หมายเหตุ: \*หน่วยของความเข้มข้น คือ % alcohol by volume (abv) หรือ ปริมาตรของแอลกอฮอล์บริสุทธิ์ต่อปริมาณของเครื่องดื่มทั้งหมด

<sup>4</sup>ไทยโพสต์. ลิงค์ข่าวมลายูฉบับออนไลน์ตลาดเบียร์. 5 มิถุนายน 2555. [http://www.thaipost.net/news/050612/57800]

ในเดือนมีนาคมปี 2553 ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา (ศวส.) ได้เปิดฉากการอบรมเชิงปฏิบัติการ "การสำรวจการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบ" ซึ่งนับตั้งแต่นั้นมาจนถึงปัจจุบัน (กรกฎาคม 2556) ศวส. ได้จัดการอบรมดังกล่าวรวมทั้งสิ้น 9 ครั้ง ทั้งการจัดให้เครือข่ายจากทุกภาคส่วนทั้งภาควิชาการ ราชการ และประชาสังคม รวมถึงและการจัดให้โดยเฉพาะหน่วยงานทั้งในประเทศไทย และต่างประเทศ และกล่าวได้อย่างเต็มปากว่า การอบรมฯ นี้เป็นอีกหนึ่งงานที่ชาว ศวส. ทุกคนตั้งตารอคอย เพราะว่าเราเองก็ได้รับความสุขและแรงบันดาลใจจากการจัดการอบรมฯ แต่ละครั้งด้วยเช่นกัน

แม้ว่าวัตถุประสงค์หลักของการจัดการอบรมฯ คือการเพิ่มศักยภาพในการทำการสำรวจพฤติกรรมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบที่เกี่ยวข้อง แต่วัตถุประสงค์สำคัญที่อยู่ในความนึกคิดของ ศวส. ตลอดมาคือ การสนับสนุนให้ในแต่ละบริบทและแต่ละพื้นที่ที่สามารถทำการสำรวจได้เอง เพื่อที่จะได้รู้และเข้าใจสภาพปัญหาและหาแนวทางในการแก้ไขที่เหมาะสม

การอบรมฯ เป็นรูปแบบที่ผู้เข้าอบรมจะได้เรียนรู้ภาคทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบที่เกี่ยวข้อง มาตราวัดต่างๆ ที่สำคัญคือ การได้ลงมือปฏิบัติออกแบบแบบสอบถามเพื่อถามการดื่มและผลกระทบ รวมไปถึงการทดลองลงภาคสนามจริง ซึ่งทำให้ผู้เข้าร่วมอบรมฯ ได้เรียนรู้ร่วมกันและสามารถนำประสบการณ์มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ในการอบรมฯ ครั้งล่าสุดในเดือนมิถุนายน 2556 นั้น นับได้ว่า เป็นครั้งที่ได้รับการตอบรับที่ดีที่สุดครั้งหนึ่ง จากความหลากหลายของผู้เข้าอบรมฯ ที่เป็นบุคลากรสาธารณสุข ทั้งจากโรงพยาบาลและวิทยาลัยพยาบาล และนอกจากนี้ยังมีนักวิชาการและเครือข่ายองค์กรงดเหล้าในจังหวัดต่างๆ การต่อยอดความคิดที่เกี่ยวข้องกับการทำการสำรวจในท้องถิ่น/บริบทของตนเอง ซึ่งชาว ศวส. นั้นสัมผัสได้ถึงพลัง ความมุ่งมั่น ศักยภาพของแต่ละท่านและแต่ละหน่วยงานที่จะสานงานด้านวิชาการเพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการจัดการปัญหาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

อีกหนึ่งในความภูมิใจของ ศวส. ที่ได้จัดการอบรมฯ ให้กับเครือข่ายองค์กรงดเหล้าในภาคอีสานในช่วงปี 2554/2555 นั้น พบความก้าวหน้าของเครือข่ายองค์กรงดเหล้าจังหวัดอำนาจเจริญที่ได้ทำการสำรวจในพื้นที่ของตนเอง เพื่อระบุขนาดปัญหาและพฤติกรรมเครื่องดื่ม และที่สำคัญยังได้ทำการคืนข้อมูลสู่ท้องถิ่นผ่านการลงข่าวในหนังสือพิมพ์ด้วย

สุดท้ายนี้ ศวส. ยังคงยืนยันว่า ไม่ว่าจะใคร จะอยู่ในบริบททางสังคมแบบใด ก็สามารถทำการสำรวจฯ ได้ สามารถที่จะมีงานวิชาการเพื่อสนับสนุนการแก้ไขและป้องกันปัญหาในท้องถิ่นหรือบริบทของตนเองได้ และ ศวส. หวังเป็นอย่างยิ่งว่า เราและท่านจะพบกันอีกครั้งใน การอบรมเชิงปฏิบัติการ "การสำรวจการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบ" ณ ที่แห่งใดแห่งหนึ่ง



บรรณาธิการ :

อ.ว.กัญญา ธรรมรงค์



Center for Alcohol Studies

กองบรรณาธิการ : ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา

อ.ส.จรัสพร คงศรีจันทร์

ชั้น 2 อาคารสภพิภพ อ.สาทรนุสสุ 6 ถนนรองสาทรนุสสุ

อ.ส.บงนุช ใจชื่น

ถ.สีวาสน์ อ.เมือง นนทบุรี 11000

อ.ส.โคกิต เกาสี

Ministry of Public Health (Thanon Sataranasuk 6) Tiwanon Road,

Muang, Nonthaburi 11000

Tel. 02-590-2376

ออกแบบปกและรูปเล่ม :

Mobile : 085-357-7170 ,086-309-5570

จิรายุทธ ยมาภิชัย

Fax. 02-590-2380

Email : send2cas@ihpp.thaigov.net

www.cas.or.th