

# สุรากับการระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา : มุมมองเชิงป้องกันจากบุคคล สังคม และนโยบาย

แปลและเรียบเรียงโดย พญ.พัณรุตนา กิตติรัตนไพบูลย์ และ นพ.สุจิระ ปรินาวิกย์



คนไทย  
รับผิดชอบต่อ  
ส่วนตัวเอง



- ➔ การดื่มสุราอาจเพิ่มความเสี่ยงต่อการติดเชื้อโควิด-19 และเกิดภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง ในขณะที่เดียวกันยังเป็นเหตุของปัญหาทางการแพทย์และสังคมอื่น ๆ ที่สร้างภาระต่อบริการดูแลสุขภาพและบริการต่าง ๆ
- ➔ การดื่มสุราเพิ่มการแพร่เชื้อโควิด-19 โดยลดความยับยั้งชั่งใจทางสังคมแม้ดื่มเพียงเล็กน้อยก็ตาม และเป็นเหตุทำให้ความเจ็บป่วยรุนแรงเมื่อดื่มปริมาณมากขึ้น จากการไม่ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันต่าง ๆ เช่น การเว้นระยะห่างทางสังคม และการล้างมือ เป็นต้น
- ➔ ภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ จากการดื่มสุราอย่างหนัก (เช่น เบาหวาน โรคอ้วน โรคหัวใจและหลอดเลือด) เป็นปัจจัยเสี่ยงให้การติดเชื้อโควิด-19 เกิดผลลัพธ์ที่รุนแรงมากขึ้นด้วยตัวเองอยู่แล้ว
- ➔ การดื่มสุรา (โดยเฉพาะการดื่มหนัก) สามารถลดการตอบสนองของระบบภูมิคุ้มกัน และยังเพิ่มโอกาสเกิดโรคทางเดินหายใจรุนแรงได้
- ➔ ปัญหาจากการดื่มสุราใช้ทรัพยากรของบริการสุขภาพไปอย่างมาก นโยบายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่เข้มงวดในช่วงการระบาดโควิด-19 นี้ จะสามารถลดภาระบริการสุขภาพที่เกินกำลังช่วงนี้ได้ โดยลดทั้งความต้องการใช้บริการสุขภาพจากสุราและบริการสุขภาพจากโควิด-19
- ➔ ในกลุ่มประเทศรายได้สูง ผลการสำรวจมีแนวโน้มแสดงให้เห็นว่า ประชาชนที่ดื่มสุรามากขึ้นมีจำนวนมากกว่าประชาชนที่ลดการดื่มลงในช่วงแรกของการปิดเมือง (lockdown) ในขณะที่ประเทศรายได้ต่ำ การจำหน่ายสุราทั้งหมดและการดื่มสุราส่วนใหญ่ลดลง นโยบายภาครัฐและปัจจัยท้องถิ่นที่มีผลต่อการจัดหาสุราได้โดยง่ายพบว่า เป็นปัจจัยสำคัญ ช่วงเดือนมีนาคมถึงเมษายน 2020 ในสวีเดนพบการดื่มสุราลดลงเพียงร้อยละ 7 ทั้งนี้ เพราะมีการขายปลีกเพิ่มขึ้นช่วยชดเชยการนำเข้าจากนักท่องเที่ยวที่ลดลง
- ➔ ความรุนแรงในครอบครัวสูงขึ้นในหลายแห่งระหว่างการระบาดครั้งนี้ โดยปัญหาจากการดื่มสุรามักมีส่วนเกี่ยวข้องด้วย
- ➔ อุบัติเหตุบนท้องถนนลดลงในประเทศส่วนใหญ่เนื่องจากการเดินทางน้อยลง
- ➔ ความรู้สึกเหงา โดดเดี่ยว เครียด และซึมเศร้าจากโควิด-19 ในช่วงการระบาด จะยิ่งหนักมากขึ้นเมื่อมีการดื่มสุรา และปัจจัยเหล่านี้ก็ยังเป็นเหตุให้ดื่มสุรามากเกินไปด้วย

- ➔ ภาครัฐหลายประเทศได้ประกาศยกเว้นให้ร้านขายปลีกและผู้ผลิตเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในช่วงการปิดเมือง โดยจัดให้เป็นบริการที่จำเป็น ซึ่งการตัดสินใจดังกล่าวในหลายประเทศเป็นอิทธิพลจากการวิงวอนของอุตสาหกรรมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ➔ การเปลี่ยนแปลงมาตรการควบคุมหรือผ่อนปรน (เช่น การอนุญาตบริการจัดส่งสุราถึงบ้าน – home delivery) ที่สำคัญนั้น ยากที่จะเปลี่ยนกลับมาเหมือนก่อนระบาด และมีแนวโน้มจะคงอยู่ต่อไปหลังการระบาด
- ➔ คำแนะนำนโยบายสาธารณสุขสำหรับการระบาดใหญ่ มีดังต่อไปนี้
  - ยกเลิกการขายสุราในสนามกีฬาและการจัดงานขนาดใหญ่
  - ห้ามดื่มสุราในที่สาธารณะ เช่น สวนสาธารณะ ชายหาด
  - ห้ามนั่งดื่มสุราในร้านซึ่งมีความเสี่ยงสูง เช่น ผับ บาร์ สถานบันเทิง
  - กำหนดข้อจำกัดบริการจัดส่งสุราถึงบ้าน (หากมีการอนุญาต)
  - จัดให้มีการบำบัดรักษาสำหรับผู้ที่มีอาการจากปัญหาการดื่มสุราทุกชนิด รวมถึงภาวะติดสุรา
  - เพิ่มการเข้าถึงบริการสุขภาพจิต รวมถึงบริการออนไลน์
- ➔ บุคลากรสุขภาพควรแนะนำให้ผู้ที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อหรือเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรง ให้ลดหรือหยุดดื่มสุรา (เช่น ผู้สูงอายุ น้ำหนักเกิน เบาหวาน สูบบุหรี่ โรคทางเดินหายใจ มะเร็ง โรคหัวใจและหลอดเลือด เป็นต้น)
- ➔ เนื่องจากสุราและโควิด-19 มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันอย่างมาก ดังนั้นนโยบายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ควรคงไว้หรือเข้มงวดในช่วงการระบาดใหญ่นี้ และยังไม่ควรริบผ่อนคลาย
- ➔ นโยบายที่มีประสิทธิภาพ เช่น ลดการจัดหาสุราได้โดยง่ายทางกายภาพ และการเพิ่มราคาผ่านการเพิ่มภาษีและราคาขั้นต่ำ สามารถช่วยจำกัดการแพร่กระจายเชื้อไวรัส ลดภาระของบริการสุขภาพ และเพิ่มรายได้ให้รัฐในยามที่มีความจำเป็นอย่างมาก

การดื่มสุราเพิ่มการแพร่เชื้อโควิด-19 โดยลดความยับยั้งชั่งใจทางสังคม แม้ดื่มเพียงเล็กน้อยก็ตาม และเป็นเหตุทำให้ความเจ็บป่วยรุนแรงเมื่อดื่มปริมาณมากขึ้น