

ว่าด้วยเรื่องอ้วนๆ

เมื่อ FAT VS. OBESITY

สวัสดีค่ะ คุณผู้อ่านที่น่ารักทุกท่าน

ช่วงที่ผ่านมา ตามที่มีรายงานจากกระทรวงสาธารณสุข พบว่าปัจจัยเสี่ยง การเสียชีวิตของผู้ป่วย “COVID-19” ระลอกใหม่ตั้งแต่เดือนเมษายน 2564 คือการมีโรคประจำตัว ทั้งโรคความดัน เบาหวาน โรคอ้วน ฯลฯ ซึ่งโรคที่กลายเป็นกระแสในความสนใจ และถูกพูดถึงเป็นอย่างมากก็คือ “โรคอ้วน” หรือ Obesity (ออกเสียงว่า *ob'bi:sti.*)

ปกติพูดว่าอ้วนเฉย ๆ ก็เจ็บแล้วนะ ยังจะเป็นโรคอีกหรือ? เขียนแค่นี้ น้ำตาก็จะไหลแล้วค่ะ T-T

คุณผู้อ่านอาจสงสัยเพิ่มไปอีกว่า เอ๊ะ คำว่า “อ้วน” ในภาษาอังกฤษที่เราเคยเรียนกันมาตลอด ไม่ได้ใช้คำว่า Fat (ออกเสียงว่า *faet*) หรืออ้วนหรือ? ตรงนี้ขอขยายความเพิ่มเติมว่า ความหมายของ Fat ในภาษาอังกฤษ มีหลายความหมาย กรณีใช้เป็นคำนาม (noun) จะหมายถึง ไขมัน น้ำมัน มันเปลว ความอ้วน หรือความสมบูรณ์ ถ้าเป็นคำคุณศัพท์ (Adjective) จะหมายถึง ที่ดูใหญ่ ดูหนา และที่อ้วน จึงสื่อถึงรูปลักษณ์ที่มองเห็นจากภายนอกเป็นหลัก ในขณะที่โรคอ้วน หรือ Obesity สื่อถึงภาวะน้ำหนักเกินที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ เป็นสภาวะทางการแพทย์ที่มีการสะสมไขมันในร่างกายมากถึงขนาดที่อาจมีผลเสียต่อสุขภาพ ทำให้มีอายุสั้นลง และมีปัญหาสุขภาพเพิ่มขึ้น การพิจารณาว่าบุคคลใดอ้วนนั้นต้องพิจารณาจาก **ดัชนีมวลกาย (BMI)** ซึ่งเป็นการวัด มีค่าเท่ากับน้ำหนัก (หน่วยเป็นกิโลกรัม) หารด้วยส่วนสูง (หน่วยเป็นเมตร) ยกกำลังสอง บุคคลที่มีดัชนีมวลกายเกิน 30 กิโลกรัมต่อตารางเมตรถือว่าเป็นโรคอ้วน โดยในช่วง 25-30 กิโลกรัมต่อตารางเมตรนิยามเป็นน้ำหนักเกินค่ะ

คุณผู้อ่านอาจเริ่มขมวดคิ้ว นึกหงุดหงิดอยู่ในใจว่า แล้วมันต่างกันตรงไหน? ก่อนอื่น เราต้องแยกแยะเรื่องเกี่ยวกับความงามและเรื่องสุขภาพออกจากกันเสียก่อน

ในอดีตกาล รูปร่างอ้วนมีความเกี่ยวข้องกับความสำเร็จเป็นสัญลักษณ์แห่งความอุดมสมบูรณ์ เป็นรูปแบบของความงามในอุดมคติ อย่างที่ปรากฏหลักฐานทางประวัติศาสตร์มากมาย โดยประติมากรรมศิลปะที่เป็นตัวอย่างได้ดีที่สุดคือ **วีนิสแห่งวิลเลนดอร์ฟ (Venus of Willendorf)** เป็นประติมากรรมในยุคหินเก่าตอนปลาย (24,000 - 22,000 ปี ก่อนคริสตกาล) แกะสลักด้วยหินขนาดเล็ก ส่วนใหญ่เป็นรูปแกะสลักหินซึ่งนักโบราณคดีสมัยปัจจุบันเรียกชื่อรูปเหล่านี้ว่า “วีนิส” อันสื่อถึงความเป็นเทพีแห่งความงามตามอุดมคติในยุคนั้น ๆ เนื่องจากเป็นประติมากรรมที่แสดงเพศหญิงอย่างชัดเจน และสรีระที่สมบูรณ์มาก เพราะมนุษย์ส่วนใหญ่ต้องต่อสู้กับความหิวโหยและการขาดแคลนอาหาร





ภาพประกอบวีนิสแห่งวิลเลนดอร์ฟ (Venus of Willendorf)

ความอ้วนจึงถูกมองว่าเป็นสัญญาณแห่งความมั่งคั่งและความเจริญรุ่งเรือง เป็นเรื่องปกติในหมู่ข้าราชการระดับสูงในยุโรปในยุคกลางและยุคฟื้นฟูศิลปวิทยาเพราะถือว่าเป็นผู้มีอันจะกินและไม่ได้ใช้ชีวิตลำบาก เมื่อกาลเวลาผ่านไป ในหลายวัฒนธรรม ความอ้วนกลับถูกมองว่าเป็นผลมาจากข้อบกพร่องของบุคคล ตัวละครอ้วนที่ปรากฏตัวในบทละครตลกของกรีกโบราณจะถูกแสดงภาพว่าเป็นคนตะกละและน่าเยาะเย้ย ในช่วงสมัยคริสต์ศาสนาเจริญรุ่งเรือง อาหารถูกมองว่าเป็นประตูลูกบิดของความเกียจคร้านและราคะ ในวัฒนธรรมตะวันตกสมัยใหม่ การมีน้ำหนักเกินมักถูกมองว่าไม่ใช่ความงามในอุดมคติ และโรคอ้วนมักเกี่ยวข้องกับทัศนคติเชิงลบต่าง ๆ คนทุกวัยสามารถเผชิญกับการตีตราทางสังคม และอาจตกเป็นเป้าโจมตีหรือถูกรังเกียจจากคนรอบข้าง

แนวความคิดนี้ยังคงส่งต่อมาจนถึงปัจจุบัน คนที่มีรูปร่างอ้วนยังคงถูกผลักออกไปสู่ความเป็นอื่น (otherness) โดยลึกลับไปว่า ไม่ว่าจะรูปลักษณ์ภายนอกจะเป็นอย่างไร นั่นก็อาจจะไม่ได้มีความหมายมากเท่ากับการที่ร่างกายของเรายังคงแข็งแรงและมีสุขภาพดี ตามที่กล่าวไว้เบื้องต้น ว่านิยาม**ภาวะน้ำหนักตัวเกินและโรคอ้วน (Overweight and Obesity)** เอาไว้ว่าคือ ภาวะที่ร่างกายมีการสะสมไขมันในส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเกินปกติ จนเป็นปัจจัยเสี่ยง หรือเป็นสาเหตุให้เกิดโรคต่าง ๆ ที่ส่งผลถึงสุขภาพ จนอาจเป็นสาเหตุให้เสียชีวิตได้ ทั้งโรค โรคหลอดเลือดหัวใจ และโรคหลอดเลือดสมอง เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคไขมันในเลือดสูง โรคนี้ในถุงน้ำดี ปัญหาในการหายใจ ซึ่งอาจทำให้เป็นโรคนอนหลับแล้วหยุดหายใจได้ รวมทั้งยังพบว่า ถ้ามีการติดเชื้อ COVID-19 ผู้ป่วยโรคอ้วนมักมีโอกาที่จะเกิดผลข้างเคียงมากกว่าคนทั่วไป เพราะคนที่มีดัชนีมวลกาย (Body Mass Index) สูง ๆ อาจมีผลทำให้การขยายตัวของปอดทำได้จำกัด ซึ่งจะเพิ่มความเสี่ยงมากขึ้นเมื่อมีการติดเชื้อไวรัสที่ปอด ยิ่งไปกว่านั้น เมื่อผู้ป่วยโรคอ้วน มีอาการป่วยหนักและต้องเข้ารับรักษาในห้องภาวะวิกฤติ (ICU) อาจจะมีปัญหาในการใส่ท่อช่วยหายใจ การหาเตียงที่รองรับน้ำหนักได้มาก ๆ หรือ การทำ X-Ray Computer ที่อาจจำกัดขนาดและน้ำหนักของผู้ป่วย

เพราะฉะนั้น พวกเราเหล่าคนเจ้าเนื้อ (fat) ทั้งหลาย (รวมทั้งคนเขียนด้วย) มาหลีกเลี่ยงภาวะโรคอ้วน (Obesity) กัน เพื่อสุขภาพที่ดี เพื่อตัวเราเองและเพื่อคนที่เรารักกันนะคะ ลู๊ ๆ ค่ะทุกคน!

อ้างอิง

- จักรกฤษณา ไส. “ความงามบนความหลากหลายของ “วีนิส” [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: http://worldcivil14.blogspot.com/2018/12/blog-post_94.html.
- Haslam D (March 2007). “Obesity: a medical history”. Obesity Reviews (Review). [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1467-789X.2007.00314.x>
- Centers for Disease Control and Prevention. “Obesity, Race/Ethnicity, and COVID-19” [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.cdc.gov/obesity/downloads/data/obesity-maps/obesity-race-ethnicity-and-COVID-19-h.pdf>