

ดูแลแรงงานทางไกล'NCDs' ลดสูญเสีย-ภาระทางเศรษฐกิจ



“แรงงานคือผู้สร้างเศรษฐกิจชาติ” เป็นกำลังสำคัญทั้งภาคการผลิตและภาคบริการ นำเงินตราจากต่างแดนเข้าสู่ประเทศไทย และนำรายได้ที่ได้รับจากการทำงานไปใช้จ่ายใช้สอยซึ่งทำให้ระบบเศรษฐกิจหมุนต่อไปได้ แต่อีกด้านหนึ่ง “สุขภาพของแรงงานก็สำคัญต่อชาติเช่นกัน” โดยเฉพาะการปล่อยให้วัยแรงงานสะสมปัจจัยเสี่ยงจนวันหนึ่งเมื่อสังขารร่วงโรยเข้าสู่วัยชราที่ต้องเผชิญความทุกข์ทรมานจากสภาวะโรคเรื้อรัง กลายเป็นภาระทางการเงินทั้งส่วนบุคคลและระบบสวัสดิการภาครัฐ ทั้งที่ป้องกันได้จากความเข้าใจและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จึงเป็นเรื่องน่าเสียดาย

เมื่อเร็วๆ นี้ มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ (มสช.) จัดเสวนา (ออนไลน์) หัวข้อ “Reimagine Workplace Health Policy มองมุมใหม่ ยกเครื่องนโยบายสุขภาพคนทำงาน” โดย นพ.สุภูมิ กาญจนพิมาย กรรมการปฏิรูปประเทศด้านสาธารณสุข กล่าวว่า ปัญหาโรคติดต่อไม่เรื้อรัง (NCDs) เป็นปัญหาสำคัญของไทยเป็นอย่างมาก และมีความรุนแรงมากเมื่อเทียบกับต่างประเทศ โดยมีอัตราการเสียชีวิตสูงถึงร้อยละ 75 เมื่อเทียบกับอัตราการมาตรฐานของโลกที่อยู่ร้อยละ 60 ของอัตราการเสียชีวิตทั้งหมด อย่างไรก็ตาม โรคไม่ติดต่อเรื้อรังสามารถป้องกันได้

“มีหน่วยงานมากมายได้มีโครงการเพื่อป้องกันโรคเหล่านี้ แต่มีคนเข้าถึงโครงการน้อย ซึ่งในอนาคตคนอายุ 60-70 ปี จะมีจำนวนมากขึ้น ประเทศไทยควรจะทำให้คนอายุ 60-70 ปี มีความคล่องแคล่วเหมือนกับ

วัยหนุ่มสาว สามารถทำงานได้ จึงจำเป็นต้องป้องกันไม่ให้เกิดโรคภัย เช่น โรคหัวใจ โรคอัมพฤกษ์ โรคอัมพาต โรคเบาหวาน และโรคถุงลมโป่งพอง เป็นต้น ด้วยการส่งเสริมสุขภาพ นอกจากนี้ วัยในช่วงอายุ 20-60 ปี ส่วนใหญ่จะอยู่ที่ทำงานเป็นหลัก แต่ได้รับการเข้าถึงโครงการต่างๆ น้อยมาก จึงจะอย่างไรให้กลุ่มคนในวัยแรงงานทุกภาคส่วนสามารถเข้าถึงการดูแลสุขภาพได้โดยสะดวก” นพ.สุภูมิกล่าว

ขณะที่ วรพรรณ ชาญด้วยวิทย์ ที่ปรึกษาด้านหลักประกันทางสังคม สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย (TDRI) กล่าวว่า แรงงานเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ที่สุด ซึ่งมีมากถึงร้อยละ 50 เนื่องจากสังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก โดยเฉพาะ “สังคมเมือง” ที่ผู้คนทำงานในสำนักงานมีจำนวนเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จึงทำให้เคลื่อนไหวร่างกายน้อยลง เช่น ทำงานอยู่กับจอคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน การนอนเล่นโทรศัพท์มือถือ เป็นต้น จึงทำให้กิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ โดยค่าเฉลี่ยจะอยู่ที่ 150 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ นอกจากนี้ มีความเกี่ยวข้องทำให้เกิดโรค NCDs

“จากการสำรวจสุขภาพด้วยการตรวจร่างกายในปี 2562 พบว่า ประชากรอายุ 15-20 ปี ประมาณถึงร้อยละ 35 มีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ โดยเฉพาะคนที่อยู่ในเมือง นอกจากนี้ ประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป ร้อยละ 42 อยู่ในภาวะอ้วน และประชากรอายุระหว่าง 15-29 ปี ร้อยละ 33 อยู่ในภาวะอ้วนเช่นกัน และประชากรอายุระหว่าง 30-44 ปี มากถึงร้อยละ 47 อยู่ในภาวะอ้วน แสดงให้เห็นว่าเศรษฐกิจสังคมแบบใหม่ นำไปสู่พฤติกรรมทำให้เกิดภาวะอ้วน ซึ่งสิ่งเหล่านี้รวมอยู่ในโรค NCDs” วรพรรณ ระบุ

วรพรรณ กล่าวต่อไปว่า มีงานวิจัยพบการมีกิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอ เป็นสาเหตุของการเกิดโรคหัวใจขาด

เลือด โรคหลอดเลือดสมอง โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคไขมันในเลือดสูง และโรคเมะเร็ง ซึ่งเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับต้นๆ ของคนไทย เมื่อเปรียบเทียบเมื่อ 10 ปีที่แล้ว คนที่เสียชีวิตด้วยโรคหัวใจขาดเลือดเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 35 และโรคหลอดเลือดสมองเพิ่มขึ้นร้อยละ 25

นอกจากนี้ โรคดังกล่าวยังเป็นสาเหตุหลักของภาวะความพิการก่อนเสียชีวิตด้วย ซึ่งปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้มีผลต่อการเสียชีวิตและความพิการจากการเป็นโรค NCDs ได้แก่ 1.ระดับน้ำตาลในเลือดสูง 2.ดัชนีมวลกายสูง และ 3.ความดันโลหิตสูง ซึ่งการมีกิจกรรมทางกายต่ำมาก ๆ จะทำให้มีปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้ แต่การที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมคนวัยทำงานก็ไม่ใช่เรื่องง่าย จึงได้มีการทดลองโดยมูลนิธิเพื่อการประเมินเทคโนโลยีและนโยบายสุขภาพ

“มีการทดลองแจก Smart Watch ให้กับพนักงานสังกัดกระทรวงสาธารณสุข 18 หน่วยงาน ซึ่งพบว่าไม่ได้ช่วยให้คนออกกำลังกายมากขึ้น แต่สิ่งที่จะช่วยคือการแทรกแซงทางด้านสังคม มีการให้รางวัล มีการแข่งขันกัน จะช่วยกระตุ้นให้คนออกกำลังกาย นอกจากนี้ผู้นำองค์กรต้องมีส่วนร่วมที่จะเข้าไปแทรกแซงด้วย หรือส่งเสริมให้คนในองค์กรทำกิจกรรมทางกาย” วรพรรณ กล่าว

ด้าน ผศ.พญ.ฉัฐญาณ์ วงศ์รัตนันท์ ผู้จัดการสักระยะความรู้และพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบาย Workplace Policy มสช. ระบุว่า งานวิจัยเมื่อ 5 ปีที่แล้ว พบสถานประกอบการเข้าถึงโครงการ “Happy Workplace” ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริม

สุขภาพ (สสส.) ก่อนข้างน้อย โดยเฉพาะในกลุ่มสถานประกอบการขนาดกลางและขนาดเล็ก ซึ่งปัจจุบันก็ยังไม่ต่างจากเดิมมากนัก โดยมีสถานประกอบการเข้าร่วมโครงการประมาณ 4 หมื่นแห่ง แต่เมื่อเทียบกับสถานประกอบการทั้งหมด ที่มีประมาณ 4 แสนกว่าแห่ง

“ในโลกยุคปัจจุบันจะให้ความสำคัญกับสุขภาพคนทำงานมากขึ้น ซึ่งต่างประเทศได้มีการลดชั่วโมงทำงานลงเหลือ 48-52 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ โดยบรรจุอยู่ในกฎหมายแล้ว ในเรื่องของส่งเสริมสุขภาพที่อยู่ในสถานประกอบการเมื่อก่อนจะมีในเรื่องของความปลอดภัยเป็นตัวหลักของสถานประกอบการ โดยเฉพาะโรงงานที่จะเน้นในเรื่องของความปลอดภัย ถ้าสามารถบูรณาการเรื่องการส่งเสริมสุขภาพเข้าไปกับเรื่องความปลอดภัย จะมีโอกาสประสบความสำเร็จสูง” ผศ.พญ.ฉัฐญาณ์ กล่าว

ปิดท้ายด้วย ปณิธาน ปวโรภรวิทยา รองเลขาธิการสภาอุตสาหกรรมแห่งประเทศไทย (ส.อ.ท.) กล่าวว่า คนวัยทำงานในไทยความจริงแล้วสถานประกอบการมีหน้าที่ดูแลคนกลุ่มนี้ โดยใช้เวลา 40 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ในการดูแลสุขภาพ ซึ่งเวลาดังกล่าวเป็นเวลาที่มี Proactive ของผู้ประกอบการ จึงจำเป็นต้องพูดคุยกันก่อนว่าการที่ลูกน้องมีสุขภาพที่ดี สามารถที่จะทำอะไรได้บ้างและเป็นประโยชน์ต่อผู้ประกอบการอย่างไร ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในระยะยาว เนื่องจากลดปัญหาการขาดงานหรือลางานที่เกิดจากปัญหาสุขภาพได้

“ถ้าหากผู้บริหารสถานประกอบการมีความเข้าใจและเปลี่ยนรูปแบบการทำงาน จะสามารถทำให้พนักงานและผู้บริหารสามารถมีสุขภาพดีไปด้วยกันได้” ปณิธาน กล่าว