เปิดโมเดลต้นแบบ ช่วยเด็กไทยลดเสี่ยงโรค NCDs

จากสถานการณ์โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-Communicable Diseases) หรือที่รู้จักกันสั้นๆ ว่าโรค NCDs นับเป็นปัญหาใหญ่ที่กำลังทวีความรุนแรงขึ้น ซึ่งโรคในกลุ่ม NCDs ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดสมอง โรคหลอดเลือดหัวใจ ฯลฯ มีสาเหตุมาจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม โดยเฉพาะการบริโภคอาหารที่มีน้ำตาล ไขมัน โซเดียมมากเกินความต้องการของร่างกายเป็นเวลานาน ซึ่งส่งผลให้มีผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตเป็นจำนวนมาก และมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว กระทบต่อการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจของประเทศ

ศ.คลินิก เกียรติคุณ นพ.ปิยะสกล สกลสัตยาทร รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข กล่าวว่า โรคไม่ติดต่อเรื้อรังเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตมากกว่า 36 ล้านคนทั่วโลกในแต่ละปี หรือคิดเป็นสัดส่วนร้อยละ 63 ของสาเหตุการตายทั้งหมด สำหรับประเทศไทยมีผู้เสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังถึงร้อยละ 75 หรือประมาณ 320,000 คนต่อปี เฉลี่ยชั่วโมงละ 37 คน ซึ่งประเทศไทยต้องรับภาระค่ารักษาพยาบาลมากกว่า 25,000 ล้านบาทต่อปี ด้วยเหตุนี้ ทางกระทรวงสาธารณสุขจึงได้ให้ความสำคัญกับการป้องกันปัญหาผู้ป่วยใหม่ที่จะเพิ่มจำนวนขึ้น จึงได้เร่งพัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมจนเกิดเป็นสื่อการเรียนการสอนที่เหมาะสมสำหรับใช้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยเริ่มนำไปใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ให้รู้จักพฤติกรรมการอ่านฉลากอาหารก่อนบริโภค การใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลาก และหันมาหลีกเลี่ยงอาหารที่ไม่ปลอดภัย ซึ่งการปลูกฝังพฤติกรรมที่ถูกต้องให้ได้ผลควรเริ่มตั้งแต่เยาวชน

ทางด้าน นพ.ธเรศ กรัษนัยรวิวงค์ เลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา กล่าวว่า สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ได้สร้างสื่อนวัตกรรมการเรียนการสอนที่เข้าถึงเยาวชน โดย อย. เห็นว่า เมื่อเด็กชอบเล่นเกม เราจึงทำเกมสอดแทรกความรู้ เด็กชอบดูการ์ตูน เราจึงทำการ์ตูนสอนเด็ก เพราะ อย. มุ่งให้เด็กเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้ โดยนำความรู้ทางวิชาการผสมผสานกับเทคโนโลยี ก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่สนุกและเข้าใจง่าย เพราะการเรียนรู้ที่ได้ผลคือการที่เด็กได้เรียนรู้จากการทดลองทำจริง โดย อย. ได้เริ่มทำการวิจัยตั้งแต่ปี 2558 มีนักเรียนเข้าร่วมการทดลองจำนวน 2,400 คน จากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ในภูมิภาคต่างๆ ของประเทศ เพื่อหารูปแบบ (model) การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสม จนผลิตเป็นกิจกรรมการเรียนรู้และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ชุด "ช็อปปิ้งฉลาดคิด" และ "ลูกเต๋าแสนกล" ซึ่งมีการนำเทคโนโลยี AR (Augmented Reality) มาใช้ นอกจากนี้ ยังได้พัฒนาชุดกิจกรรมสร้างเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เน้นเทคโนโลยีสมัยใหม่ ได้แก่ สารคดี 4 มิติ โดยนำเสนอด้วยเทคโนโลยีโลกเสมือน หรือ VR (Virtual Reality), แอปพลิเคชัน AR Label และ KCAL ในการคำนวณพลังงานและสารอาหารที่ได้รับ และให้ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับฉลากอาหารในรูปแบบ E-Book, เกมออนไลน์, แบบทดสอบภาพเคลื่อนไหว (Animation Quiz) ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้แสวงหาความรู้และเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง ซึ่งสื่อเหล่านี้ได้นำไปขยายผลในโรงเรียน อย. น้อยกว่า 600 โรงเรียน ในปี 2561 และกระจายไปโรงเรียนทั่วประเทศกว่า 3,500 โรงเรียน ในปี 2562 ซึ่งผลจากการนำโมเดลต้นแบบมาขยายผลนับว่าประสบผลสำเร็จสูง ทำให้เด็กไทยลดการบริโภคขนม หรืออาหารที่ไม่เป็นผลดีต่อสุขภาพ เช่น ขนมกรุบกรอบ น้ำอัดลม หรือเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบ ทำให้เด็กรู้จักอ่านฉลากก่อนการเลือกซื้ออาหาร โดยเฉพาะการอ่านและใช้ประโยชน์จากฉลากหวาน มัน เค็ม บนซองขนมกรุบกรอบ นับเป็นมิติใหม่ของ อย. ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ซึ่งการลดบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม ช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายของครอบครัวในการดูแลสุขภาพ ป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

นพ.ธเรศ กรัษนัยรวิวงค์ ยังกล่าวเพิ่มเติมว่า ในปี พ.ศ. 2560 อย. ได้รับรางวัลเลิศรัฐ สาขาบริการภาครัฐ ประเภทการพัฒนาการบริการระดับดีเด่น จากสำนักงาน ก.พ.ร. จากผลงานการพัฒนารูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อีกทั้ง ครูผู้สอนยังได้รับรางวัลทรงคุณค่า สพฐ. (OBEC Awards) ปี 2560 ด้านบริหารจัดการและวิชาการจากกระทรวงศึกษาธิการ

ทั้งนี้ การผลิตสื่อนวัตกรรมการเรียนการสอนที่สามารถเข้าถึงเยาวชน ส่งผลให้เกิดการบูรณาการความรู้ให้เข้ากับสถานการณ์ในชีวิตจริง จนสามารถนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ในที่สุด ไม่เพียงเท่านี้ ด้วยความหลากหลายของกิจกรรม ทำให้ครูผู้สอนสามารถเลือกใช้กิจกรรมให้สอดคล้องกับความพร้อมของเด็กนักเรียนและอุปกรณ์การสอนที่โรงเรียนมี ซึ่งทั้งหมดนี้นับเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญของประเทศไทยที่จะก้าวเข้าสู่สังคมแห่งสุขภาพดี