

# 29

## สุรา น้ำทิพย์หรือยาพิษ

---

“ การดื่มสุราปริมาณน้อย อาจให้ประโยชน์ต่อคนบางกลุ่ม แต่โดยภาพรวมการดื่มสุราทำให้เกิดโทษต่อร่างกาย และมีผลเสียต่อสังคมในทุกด้านมากกว่าประโยชน์ที่ได้รับ ”

ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์อุทัย เก้าเอี้ยน  
ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา 90110

สุราเป็นยาเสพติดที่ถูกกฎหมาย แม้เป็นข้อห้ามทางศาสนาของหลายศาสนา เช่น พุทธ อิสลาม การดื่มสุราเพิ่มมากขึ้นเป็น 7 เท่าภายในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา ทำให้ในปัจจุบันรัฐได้เงินภาษีสรรพสามิตมากกว่า 45,000 ล้านบาท ด้วยปริมาณการดื่มทั้งสุราและเบียร์ปีละ 1,000 ล้านลิตร

การดื่มสุราปริมาณน้อยอาจให้ประโยชน์ต่อคนบางกลุ่ม แต่โดยภาพรวมการดื่มสุราทำให้เกิดโทษต่อร่างกาย และมีผลเสียต่อสังคมในทุกด้าน มากกว่าประโยชน์ที่ได้รับ พิษสุราเกิดจากปริมาณแอลกอฮอล์หรือแอลกอฮอล์ที่มีอยู่ ยิ่งมีปริมาณสูงยิ่งมีโทษมาก โดยทั่วไปกลุ่มสุรากลั่น เช่น บรันดี วิสกี้ แม็ซง เป็นต้น จะมีปริมาณแอลกอฮอล์ 14-40 กรัม ใน 100 ซีซี ส่วนไวน์มีประมาณ 8-12 กรัม ใน 100 ซีซี และเบียร์มีประมาณ 4-6 กรัม ใน 100 ซีซี การคำนวณเนื้อสุราทำได้ง่าย ๆ ด้วยการหาร 2 ในค่าของดีกรีที่กำหนดไว้ใน 1 หน่วยสุรามีแอลกอฮอล์ 6 กรัม เท่ากับการดื่มบรันดี 1 ออนซ์ (30 ซีซี) หรือไวน์ 4 ออนซ์ หรือเบียร์ 12 ออนซ์ ผู้ที่ดื่มสุราไม่เกิน 1 หน่วยสุราต่อวัน จัดอยู่ในกลุ่มที่ดื่มน้อย โดยทั่วไปพบว่า ผู้ชายที่ดื่มมากตั้งแต่ 4 หน่วยสุราขึ้นไปหรือผู้หญิงดื่มตั้งแต่ 2 หน่วยสุราขึ้นไป มักจะก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพส่วนตัวและครอบครัว บางแห่งกำหนดมาตรฐานความปลอดภัยในการดื่มสุราสำหรับผู้ชาย ที่ไม่เกิน 21 หน่วยสุราต่อสัปดาห์ ผู้หญิงที่ 14 หน่วยสุราต่อสัปดาห์

การดื่มสุราปริมาณน้อยในผู้ชายวัยกลางคนที่มีอัตราการเสี่ยงต่อโรคหัวใจ ในครอบครัว อาจช่วยลดอัตราการเสียชีวิตจากโรคหัวใจขาดเลือด เส้นเลือดสมองตีบหรือเส้นเลือดตีบตันในบริเวณอื่น แต่แม้จะดื่มปริมาณน้อยก็มีโอกาสเพิ่มปัญหาการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุ โรคตับแข็ง หรือเส้นเลือดในสมองแตกมากกว่าผลประโยชน์ที่ได้เกี่ยวกับโรคหัวใจ โดยเฉพาะผู้ที่มีพื้นฐานปัญหาเหล่านี้อยู่ก่อน ผู้ที่ดื่มสุราเกินปริมาณที่กำหนด มักก่อให้เกิดโรคเพิ่มขึ้นกว่าปกติในหลายอวัยวะ เช่น กระตุ้นให้เป็นมะเร็งช่องปาก โพรงจมูก หลอดอาหาร กระเพาะอาหาร ลำไส้ใหญ่ ตับ และเต้านม ทำให้เกิดตับอักเสบ ไขมันจุดตับและตับแข็งจนเกิดภาวะเลือดออกจากหลอดเลือดในหลอดอาหารโป่งพอง หรือกระเพาะอาหารอักเสบ ทำให้ปวดท้องมากจากตับอ่อนอักเสบ อาจทำให้เกิดปอดบวมหรือถุงลมอักเสบ และทำให้การเต้นของหัวใจผิดปกติ หัวใจล้มเหลว กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ และหัวใจวาย อาจทำให้ความดันโลหิตสูงจนเส้นเลือดในสมองแตกเป็นอัมพาตหรือเสียชีวิต ทำให้เกิดภาวะขาดสารอาหารและ

ซีดจากการขาดธาตุเหล็ก หรือวิตามิน หรือจากการเสียเลือด นอกจากนี้ผู้หญิงที่ตั้งครรภ์ที่ดื่มสุราจะทำให้มีโอกาสเกิดโรคต่างๆ ง่าย ทำให้แท้งบุตร หรือคลอดบุตรที่ผิดปกติ และทำให้เด็กเจริญเติบโตช้ากว่าปกติ แม้จะดื่มสุราเพียงเล็กน้อย เด็กที่อยู่กับพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่ดื่มสุรามีโอกาสเกิดปัญหาทั้งด้านจิตใจและร่างกายจากการถูกทำร้าย หรือได้พบเห็นแต่สิ่งร้ายๆ และทำให้เด็กมีโอกาสติดสุราได้ง่าย ยิ่งทำให้เด็กมีปัญหามากขึ้น

### การรักษาผู้ติดสุรา

ต้องร่วมมือกันทั้งแพทย์ผู้รักษา ผู้ป่วย และบุคคลรอบข้างผู้ป่วย ทั้งในครอบครัวและที่ทำงาน ก่อนรักษาต้องวินิจฉัยภาวะการติดสุราของผู้ป่วยให้ได้ชัดเจน โดยทั่วไปอาศัยการซักประวัติเป็นสำคัญ มีหลายสูตรคำถาม เช่น CAGE หรือ MAST ช่วยให้วินิจฉัยโรคได้ดีพอสมควร การรักษาผู้ป่วยต้องดูแลทั้งปัญหาทางกายและปัญหาทางจิตใจ แพทย์ต้องมีเวลาในการเฝ้าติดตามผลการรักษา ให้คำแนะนำและให้กำลังใจผู้ป่วย เนื่องจากโรคนี้เป็นเช่นเดียวกับโรคเรื้อรังอื่นๆ ที่มีโอกาสหายและกลับเป็นใหม่ ผู้ป่วยอาจหยุดดื่มสุรา แต่เมื่อประสบปัญหาบางประการก็จะดื่มสุราอีกครั้ง การหยุดดื่มสุราจะทำให้โรคทางกายหลายชนิดหายเป็นปกติได้ แต่บางโรคเมื่อเป็นแล้วไม่สามารถแก้ไขให้เป็นปกติได้ แต่การหยุดดื่มสุราจะช่วยให้ชีวิตยืนยาวกว่าการดื่มสุราต่อไป แม้โรคจะไม่หายก็ตาม

