

บทที่ 2

เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยการพัฒนากลุ่มเครือข่ายแนวร่วม “ลดเหล้า” อบต.หินโงม ตำบลหินโงม จ.หนองคาย คณะผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถนำเสนอตามลำดับดังนี้

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
2. พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. ความหมายเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
4. การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของประชากรไทย
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

1. ความหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

สุรา หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในทางวิทยาศาสตร์ หมายถึง เครื่องดื่มที่มีเอทิลแอลกอฮอล์ (Ethyl alcohol) เป็นส่วนผสม ได้มาจากการหมักข้าว ข้าวโพด และผลไม้ต่างๆ ด้วยยีสต์ ปริมาณของแอลกอฮอล์ที่มีอยู่ในสุราแต่ละชนิดแตกต่างกัน สังเกตได้จากจำนวนดีกรีของสุราแต่ละชนิดถ้าดีกรีสูงแสดง ว่าปริมาณแอลกอฮอล์สูง (ราชบัณฑิตยสถาน, 2525)

สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และยาสูบ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (2551) ได้ให้ความหมายของ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ไว้ว่า สุราตามกฎหมายว่าด้วยสุรา ทั้งนี้ไม่รวมถึงยา วัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท ยาเสพติดให้โทษตามกฎหมายว่าด้วยการนั้น

สรุปได้ว่า แอลกอฮอล์หรือสุรา หมายถึง เป็นเครื่องดื่มชนิดหนึ่งมีเอทิลแอลกอฮอล์ เป็นส่วนผสม เกิดจากหมักผัก ผลไม้ หรือเมล็ดพืชชนิดต่างๆ จะออกฤทธิ์กดประสาทส่วนกลาง ทำให้สมองทำงานช้าลง ซึ่งเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แต่ละชนิดจะมีปริมาณแอลกอฮอล์ที่แตกต่างกันไป สามารถตรวจสอบได้จากจำนวนดีกรีที่ผสมอยู่ในเครื่องดื่มนั้น

2. ประเภทของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือสุรา สามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

2.1 สุราประเภทที่กลั่นแล้ว (Distilled Liquors) คือ สุราที่เกิดจากการเอาน้ำสำ (แป้งหรือน้ำตาลหมักด้วยยีสต์จนเกิดมีแอลกอฮอล์) มากลั่น อาจจะทำด้วยการเติมสี ปรงกลั่นแต่งรส ด้วยสารปรุงแต่งอื่น ๆ ลงไป เพื่อให้ถูกใจผู้ดื่ม สุรากลั่นของไทยส่วนมากที่มีจำหน่าย คือ สุราขาว (เหล้า

โรงงาน) สุราผสม สุราผสมพิเศษ (เหล้าเหลียง) สุราไทยนิยมใช้สารปรุงแต่ง เช่นน้ำเชื้อ (Essence หรือ Flavos) น้ำยาสกัด (Extract) สี ผสมลงไปด้วย สำหรับสุราต่างประเทศ เช่น บรั่นดี วิสกี้ เป็นต้น

2.2 สุราหมัก (Fermented Liquors) หรือสุราแช่ คือ สุราที่ได้จากการหมักส่ำ ทำให้เกิดเป็นน้ำเมาแต่ไม่มีการกลั่น มักจะหมักส่ำจากเมล็ดธัญพืช แบ่งจากพืช ผลไม้ และน้ำตาลจากพืช เช่น เบียร์กระแช่ น้ำขาว น้ำตาลเมา สาโท อุ เป็นต้น สุราไม่กลั่นของไทยที่มีจำหน่ายส่วนใหญ่ คือ เบียร์



ไวน์ โดยเปียร์ไทยจะมีปริมาณแอลกอฮอล์สูงและแรงกว่าเปียร์ต่างประเทศ ส่วนน้ำชา กระแส น้ำตาลเมา อุ สาทอ ชาวบ้านมักจะทำเอง ซึ่งเมื่อก่อนจะผิดกฎหมาย แต่ปัจจุบันรัฐบาลได้ สนับสนุนให้เป็นหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์ ชุมชนสามารถผลิตจำหน่ายได้โดยไม่ผิดกฎหมาย

แอลกอฮอล์หรือสุรา ทั้งสองประเภทดังกล่าวที่คนไทยบริโภคมีหลายชนิด ได้แก่

1. เหล้าบรันดี (Brandy) เป็นสุราที่มีรสเยี่ยมมากที่สุด มีราคาแพงเนื่องจากเป็นเหล้าที่กลั่น มาจากองุ่น มีกรรมวิธีการผลิตและขั้นตอนการบ่มที่ใช้เวลานาน เพื่อให้มีคุณภาพดีแล้วปรุงแต่งตาม กรรมวิธีให้มี สี กลิ่น รส และแรงแอลกอฮอล์ตามต้องการ เหล้าบรันดีในไทย มีทั้งนำเข้ามาจาก ต่างประเทศและผลิตขึ้นเองในประเทศ บรันดีที่ขายตามท้องตลาดทั่ว ๆ ไป แบ่งเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1.1 บรันดีพื้นเมือง (Domestic Brandy) คือ บรันดีที่ผลิตจากองุ่น แล้วนำมา กลั่นเป็นบรันดีอีกที เช่น Regency Brandy, Germany Brandy

1.2 บรันดีมาตรฐาน (Regular Brandy) ส่วนใหญ่เป็นบรันดีที่นำเข้ามาจาก ต่างประเทศ 8

1.3 บรันดีเกรดสูง (Premium Brandy) เป็นบรันดีราคาแพงที่เก็บบ่มเอาไว้ในถังไม้ โอ๊กนานโดยระบุคุณภาพเป็นตัวอักษรย่อ หรือชื่อพิเศษ เช่น คอนยัค (Cognac) อาร์มายัค (Armagnac)

2. เหล้าบรันดีผลไม้ (Fruit Brandy) บรันดีผลไม้ คือ บรันดีที่ทำจากผลไม้อื่น ๆ ที่ไม่ใช่ผล องุ่น ซึ่งจะให้กลิ่นรสแตกต่างกันไป แบ่งเป็น 2 ชนิด

2.1 บรันดีผลไม้สีขาว (White Fruit Brandy) ผลิตจากการกลั่นผลไม้ โดยไม่ต้อง บ่มในถังไม้ จะได้กลิ่นหอม และรสของผลไม้ นั้น ๆ นิยมแช่ให้เย็นแล้วดื่มโดยไม่ต้องผสม หรือจะนำไป ผสมในค็อกเทลต่างๆ

2.2 บรันดีผลไม้ที่มีสี (Colour Fruit Brandy) ผลิตจากการกลั่นผลไม้แล้วนำไปเก็บ บ่มในถังไม้โอ๊ก ผลไม้ที่นำมากลั่น เช่น แอปเปิ้ล เชอร์รี่ พลัม แพร์ ราสเบอร์รี่

3. วิสกี้ (Whisky) เป็นสุรากลั่นที่ทำมาจากข้าว ไม่ว่าจะเป็นข้าวบาเลย์ ข้าวไรย์ข้าวโอ๊ต ข้าวโพด หรือข้าวเหนียว แต่วิสกี้ที่มีคุณภาพจะต้องทำมาจากข้าวบาเลย์ โดยนำมาหมักกลั่นแล้วเก็บ บ่มในถังไม้โอ๊ก

4. เหล้ารัม (Rum) เป็นสุราที่กลั่นมาจากน้ำอ้อย กากน้ำตาลและน้ำเชื่อมอาจจะมีการผสม ผิวส้มและผลไม้อื่นในเหล้ารัมเพื่อให้มีรสชาติใกล้เคียงกับไวน์ ในประเทศไทยมีการผลิตเหล้ารัมผสม เครื่องยาจีนหรือยาไทยอีกด้วย รัมแบ่งเป็น 3 ชนิดด้วยกัน ดังนี้

4.1 รัมสีขาว (White Rum) เป็นรัมสีใส บางชนิดไม่ต้องเก็บบ่ม บางชนิดต้องเก็บ บ่มในถังไม้เพื่อให้กลิ่นรสดีขึ้น บางครั้งเรียกว่า Silver Rum เหมาะสำหรับนำไปผสมค็อกเทลที่ไม่ ต้องการให้เปลี่ยนสี

4.2 รัมสีทอง (Gold Rum) เป็นรัมที่มีสีเหลืองใส ได้จากการเก็บบ่มไว้ในถังไม้ เพื่อให้เกิดสี หรือผสมสี กลิ่นรสชาติด้วยคาราเมล (Caramel) ที่ได้จากการเคี่ยวน้ำตาล เป็นสีเหลืองทอง เพื่อให้ได้เหล้ารัมที่มีกลิ่น สี รสชาติมากขึ้นกว่าเดิม

4.3 รัมสีดำ (Dark Rum) เป็นรัมที่สีเกือบดำ ได้จากการเก็บบ่มไว้ในถังไม้ เพื่อให้เกิดสี และผสมกับคาราเมลที่ได้จากการเคี่ยวน้ำตาลจนเป็นสีดำเกือบไหม้ จะได้กลิ่นและรสชาติมากขึ้น เหล้ารัมนิยมนำไปผสมกับค็อกเทลมาก ที่รู้จักกันมา คือ Rum Coke หรือ Cuba Libre นอกจากนี้ยังนำไปผสมกับเครื่องดื่มชนิดอื่น ๆ เช่น น้ำผลไม้ โดยเฉพาะที่เรียกว่า Punch จะเป็นเครื่องดื่มที่เข้ากันได้ดีมากกว่ารัม เหล้ารัมจำหน่ายจะมีปริมาณแอลกอฮอล์ประมาณ 40 ดีกรี แต่มีหลายชนิดผลิตให้มีปริมาณสูงมากถึง 75.5 ดีกรี

5. เหล้าค็อกเทล คือ การนำเหล้าหลาย ๆ ชนิดมาผสมกันตามสูตรแล้วแต่รสนิยมของผู้ดื่ม

6. วอดก้า (Vodka) เป็นสุราที่มีลักษณะคล้ายวิสกี แต่มีดีกรีของแอลกอฮอล์สูงมากกว่า วอดก้า ทำมาจากข้าวสาลี ปัจจุบันเป็นเหล้าที่ได้รับความนิยม โดยใช้ผสมค็อกเทลสูตรต่าง ๆ เครื่องดื่มวอดก้าที่รู้จักกันดี คือ Screw Driver, Bloody Mary, Vodka Matini, Saltry Dog's เป็นต้น ส่วนเหล้าวอดก้าที่รู้จักกันดีในประเทศไทย คือ Borzoi, Smirnoff, Stolighinaya

7. เหล้าตากีลา (Taguila) ตากีลาเป็นเหล้ากลิ่นแรง หมักจากพืชที่เรียกว่า Mezcal ผลิตในประเทศเม็กซิโก ซึ่งปกติ ตากีลา จะมีสีขาว แต่บางชนิดจะมีสีเหลืองทองจากการบ่มในถังไม้ ปกติชาวเมืองเม็กซิโกนิยมดื่มเหล้าตากีลาโดยไม่ผสมหากแต่ก่อนดื่มจะหยิบมะนาวใส่ปากแล้วบิบเกลือตามจึงยกเหล้าขึ้นดื่มเพื่อให้มีรสชาติที่ดีขึ้น ปัจจุบันนิยมนำตากีลามาทาเป็นเครื่องดื่มผสม เช่น tequila sunrise, Margarita เป็นต้น เหล้าตากีลาที่รู้จักกันดีในประเทศไทย เช่น El – Toro, Cuervo, Sauza

8. เหล้าขาว เป็นเหล้าที่กลั่นมาจากข้าว น้ำตาล หรือกากน้ำตาลเป็นวัตถุดิบโดยสุราที่กลั่นออกมาได้ จะปราศจากเครื่องย้อมหรือสิ่งปรุงแต่งแต่อย่างใด คนในชนบทและผู้มีรายได้น้อยนิยมดื่มเหล้าขาวกันมาก

9. แชมเปญ เป็นเหล้าหมักที่ทำจากองุ่นโดยไม่ผ่านกระบวนการกลั่นมีลักษณะพิเศษ คือ เป็นสุราองุ่นที่มีฟองคือ มีก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์เจือปนอยู่คล้าย ๆ เบียร์ กระบวนการผลิตและขั้นตอนในการเก็บรักษาทำให้แชมเปญมีราคาแพง

10. ไวน์ (Wine) เป็นเหล้าผลไม้หมักที่เก่าที่สุดในโลก วัตถุดิบที่ใช้ในการทำไวน์ คือ องุ่น ไวน์ต่างจากแชมเปญที่ไม่มีฟอง และกรรมวิธีการผลิตจะไม่ซับซ้อนเท่าแชมเปญสามารถแบ่งเป็น 3 ประเภท ดังนี้

10.1 Table Wine หรือ Still Wine คือ ไวน์ที่หมักจากองุ่น โดยไม่ต้องเพิ่มเติมสิ่งหนึ่งสิ่งใดลงไป ไม่มีแก๊ส มีปริมาณแอลกอฮอล์ 10 – 13 ดีกรี นิยมดื่มในทุกโอกาส แต่ส่วนใหญ่ผู้ดื่ม

เพื่อเจริญอาหารและชูรสชาติ มี 3 สี ไวน์แดง (Red Wine) จะมีตั้งแต่สีอ่อน ถึงแดงเข้ม ขึ้นอยู่กับชนิดขององุ่นที่นำมาหมักและระยะเวลาในการหมัก ส่วนใหญ่ไวน์แดงจะมีรสฝาด และให้รสหวานน้อยมากเรียกว่า Dry นิยมดื่มโดยไม่แช่เย็น ไวน์ขาว (White Wine) จะมีตั้งแต่สีเหลืองซีดจนถึงสีเหลืองทองลักษณะโดยทั่วไปจะมีรสอ่อน กลิ่นน้อย ความหวานมีตั้งแต่หวานน้อยจนถึงหวานมาก ไม่มีรสฝาดนิยมดื่มโดยไม่แช่เย็น ไวน์สีชมพู (Rose Wine) จะมีตั้งแต่สีชมพูอ่อนถึงเกือบแดง ไวน์สีชมพูจะมีลักษณะระหว่างไวขาวกับไวน์แดง คือ มีรสฝาดเล็กน้อยและมีรสเปรี้ยวอมหวาน จึงเป็นที่นิยมดื่มง่าย นิยมแช่เย็นก่อนดื่ม

10.2 Sparkling Wine คือ ไวน์ที่มีแก๊ส จึงทำให้มีรสซ่า มีทั้งสีขาว ชมพู และแดง Sparkling Wine ใช้กรรมวิธีหมักไวน์ซ้ำเป็นครั้งที่สองภายในขวด และเก็บรักษาแก๊สนี้ไว้ จึงทำให้เกิดรสซ่าเป็นที่นิยมกันมาก จึงมีการจดลิขสิทธิ์ไว้ในชื่อ “champagne” ของฝรั่งเศส ส่วนไวน์ที่ผลิตด้วยกรรมวิธีคล้ายคลึงกันจะใช้คำว่า Sparkling Wine ชมปัญหาที่นิยมดื่มเพื่อแสดงความยินดีต่อกัน เสรีฟโดยแช่เย็นจัด

10.3 Fortified Wine คือ ไวน์ที่เพิ่มแอลกอฮอล์ให้สูงประมาณ 18 – 19 ดีกรี จะมีกลิ่นรส และแอลกอฮอล์มากกว่าไวน์ธรรมดา แช่เย็นเพียงเล็กน้อยก่อนดื่ม

11. เบียร์ (Beer) เป็นสุราที่มีปริมาณการบริโภคสูงที่สุด เบียร์ ทามาจากข้าวบาเลย์ หมักอบ และบดต้มให้สุกแล้วใส่ถัง เมื่อหมักได้ที่แล้วจึงใส่ดอกฮอป เพื่อให้มีรสขม จากนั้นจึงใส่ยีสต์

12. น้ำตาลเมา/ กระแช่ เป็นสุราที่ทำจากการหมักแช่ของน้ำตาลสดจากต้นมะพร้าว หรือตาล

13. อุ เป็นสุราแช่ที่ทำขึ้นจากการหมักแช่ของข้าวเหนียวกลอง เป็นแป้งเชื้อสุราทิ้งไว้จนเกิดมีแรงแอลกอฮอล์ขึ้นแล้วใช้ดื่มกินเช่นเดียวกับน้ำสุรา เหล้าอุนี้ภาคอีสานเรียกว่า สาโท

3. วิวัฒนาการการดื่ม

บทบาทของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของคนไทยนั้น นับว่าวัฒนธรรมมีส่วนเกี่ยวข้องอยู่ไม่น้อย ด้วยวัฒนธรรมเป็นโครงสร้างหลักที่กำหนดแบบแผนการดำเนินชีวิตของบุคคล บุคคลจะเลือกบริโภคอะไร จะบริโภคในเวลาใด บริโภคกับใครและบริโภคเป็นปริมาณเท่าไร วัฒนธรรมจะมีอิทธิพลในการกำหนดกรอบความนึกคิดตัดสินใจ เมื่อกล่าวถึงวัฒนธรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของคนไทยก็ต้องเริ่มกล่าวถึงความเป็นมาของเหล้าหรือสุรา เพราะคนไทยปลูกข้าว ข้าวทำเป็นเหล้า ดังนั้นคนไทยรู้จักการดื่มเหล้ามานาน นอกจากนี้คนไทยคุ้นเคยกับ “น้ำตาลเมา” หรือ “กระแช่” จากน้ำตาลสด ซึ่งทำมาจากมะพร้าวหรือตาลตะโหนด “อุ” ทำมาจากข้าวเหนียว “สาโท” น้ำขาวทำมาจากข้าว กลุ่มนี้เราเรียกว่า “เมรัย”

คนไทยเรียนรู้การกลั่น สุรามาจากอ้อย (ซึ่งก็คือเหล้ารัม) ต่อมาจึงรู้จักสุรากลั่น จากข้าว เรียกว่า “เหล้าโรง” ซึ่งมาจากคำว่า เหล้าที่ผลิตมาจากโรงงาน สุรายังอาจทำมาจาก เผือก มัน ข้าวโพด ได้อีกด้วยซึ่งมีชื่อเรียกต่าง ๆ กันเช่น น้ำตาลส้ม น้ำกระแช่ น้ำยาอ้อย ต่อมาภายหลังเมื่อมีความสัมพันธ์กับชาวต่างชาติคนไทยจึงรู้จัก สุราแช่ และ สุรากลั่น เพิ่มขึ้นคือ เหล้าจีน เหล้าองุ่น เบียร์ แชมเปญ วิสกี้ บรั่นดี

คนไทยมีวัฒนธรรมการดื่มสุรามาช้านานนอกจากการดื่มกันในบ้านและในกลุ่มเพื่อนฝูงแล้วคนไทยเรายังได้รับอิทธิพลทางวัฒนธรรมจากจีนบ้าง อินเดียบ้าง โดยสุราถูกนำมาใช้เพื่อวัตถุประสงค์อื่นได้แก่

1. เพื่อเซ่นสังเวียงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ตามลัทธิ ถือน้ำและพราหมณ์
2. เพื่อประกอบพิธีทางวิญญาณ สามารถติดต่อกับเทพ หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์
3. เพื่อความเป็นสิริมงคล ถือว่าเหล้ากลั่น มาจากข้าว ซึ่งเป็นของสูง จึงนำมาใช้ในพิธีกรรมสำคัญต่างๆ
4. พิธีกรรมเกี่ยวกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งเป็นที่เคารพบูชา และกลัวเกรง ถือว่า สิ่งศักดิ์สิทธิ์เหล่านั้นชอบน้ำอมฤต เช่น พระภูมิเจ้าที่ เจ้าที่เจ้าทาง ผีसाง เทวดา ต่างก็ชอบสุราซึ่งเป็นน้ำบริสุทธิ์จะต้องกลั่นออกมา ซึ่งมีคุณสมบัติที่ดีเหนือน้ำธรรมดา นอกจากใช้กับวิญญาณอันศักดิ์สิทธิ์แล้วยังนำมาใช้กับผู้ใหญ่ที่เคารพบูชา เช่น ในพิธีแต่งงานพิธีการวะผู้ใหญ่ พิธีขอขมาซึ่งเป็นการผัดผีหรือเสียผี นับว่าเป็นพิธีที่ศักดิ์สิทธิ์และสำคัญมีประโยชน์ต่อมวลมนุษย์ พิธีเหล่านี้จะใช้เหล้าโรงซึ่งทำมาจากข้าว

นอกจากนี้ยังมาใช้ในพิธีการต่างๆ เช่น พิธีบายศรี พิธีทำขวัญข้าว พิธีไหว้บรรพบุรุษ พิธีทางสังคม เช่น พิธีสมานมิตร พิธีถวายพระพร พิธีทำบุญบั้งไฟ พิธีแห่ขันหมาก

การใช้สุราในพิธีดังกล่าวนี้เพราะความเชื่อว่า สุราเป็นน้ำบริสุทธิ์ที่จะต้องกลั่นออกมาเป็นน้ำศักดิ์สิทธิ์ น้ำอมฤต น้ำที่เชื่อมสมานสามัคคีกัน สุราจึงได้รับการยกระดับเหนือน้ำอื่น ๆ อาจเป็นเพราะความยากในการผลิต ผลิตได้ปริมาณน้อย ต้องลงทุนลงแรงมาก จึงเป็นสิ่งมีค่า ความเชื่อเช่นนี้เชื่อและสืบทอดมาจนถึงปัจจุบันนี้ ความเชื่อนี้เป็นค่านิยม วัฒนธรรมซึ่งฝังแน่นในความคิดมานาน นอกจากนี้สุรายังใช้ประโยชน์อย่างอื่นอีกก็คือใช้ต่อเครื่องสมุนไพรต่าง ๆ ใช้ทำเป็นยาเพราะแอลกอฮอล์หรือเอทานอล มีคุณสมบัติพิเศษสามารถใช้เป็นสารละลายที่ละลายส่วนประกอบต่าง ๆ ของเนื้อไม้และพืชอื่น ๆ ออกมาแทนการต้ม และเก็บได้เป็นเวลานานโดยไม่เน่าหรือบูด นอกจากนั้นยังใช้ฤทธิ์ของสุราซึ่งมีคุณสมบัติกระตุ้นการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ให้ทำงานได้แรงขึ้น เร็วขึ้น เช่น หัวใจและหลอดเลือด สมอง ไต และทางเดินอาหาร

เมื่อค่านิยม ทศนคติและแบบแผนการดำเนินชีวิตเปลี่ยนไปตามความเจริญของสังคม สุรามิได้ถูกใช้เพียงเพื่อเป็นเครื่องประกอบในพิธีกรรมและความสนุกสนานในช่วงเทศกาล แต่สุราถูกใช้เป็นเครื่องแสดงฐานะทางเศรษฐกิจด้วย ซึ่งสุราต่างประเทศจะถูกใช้ในบทบาทเช่นนี้มากกว่าสุราที่ผลิตในประเทศ

เมื่อระบบการให้คุณค่าแก่สุราเปลี่ยนไปเช่นนี้ ย่อมเป็นการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคสุราให้มากขึ้น สามารถบริโภคได้ในช่วงที่ไม่ใช่เทศกาล และบริโภคในปริมาณที่สูงได้ การบริโภคสุราจึงกลายเป็นเรื่องปกติของสังคมยุคปัจจุบัน

แผนควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และสิ่งเสพติด แผนหลัก สสส. ๒๕๕๘-๒๕๖๐ สรุปลักษณะและเป้าหมาย ด้านการควบคุมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วางแผนการดำเนินงานที่สอดคล้องกับทิศทางเป้าหมายและยุทธศาสตร์ สสส. ๑๐ ปี (๒๕๕๕- ๒๕๖๔) ซึ่งมีเป้าหมายเฉพาะที่จะต้องบรรลุ คือลด อัตราการดื่มสุราของคนไทยในปี ๒๕๖๓ ให้เหลือน้อยกว่า ร้อยละ ๒๗ เพื่อลดปัญหาจากพฤติกรรมการ บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และการเสพสิ่งเสพติด รวมทั้งดำเนินการตามแนวทางของยุทธศาสตร์โลก ในการจัดการปัญหาจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (global strategy to reduce the harmful use of alcohol) และสอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์นโยบายแอลกอฮอล์ระดับชาติ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อควบคุม ขนาดและความรุนแรงของปัญหาจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสังคมไทย โดยมีเป้าหมาย เชิงกลไก คือควบคุมและลดปริมาณการบริโภคของสังคม ป้องกันนักดื่มหน้าใหม่ (ทั้งเด็กเยาวชนและผู้ที่ไม่เคยดื่ม และควบคุมความชุกของผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ลดความเสี่ยงจากการบริโภค เครื่องดื่มแอลกอฮอล์และลดความรุนแรงของปัญหาแอลกอฮอล์ทั้งนี้แผนควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และสิ่งเสพติดจะนำไปสู่การสนับสนุนแผนยุทธศาสตร์นโยบายแอลกอฮอล์ระดับชาติที่ประกอบด้วย ยุทธศาสตร์ ๕ ประการในการจัดการกับปัญหาแอลกอฮอล์ดังนี้

- ๑.การควบคุมการเข้าถึงทางเศรษฐศาสตร์และทางกายภาพ (price and availability)
- ๒.การปรับเปลี่ยนค่านิยมและลดแรงสนับสนุนในการดื่ม (attitude)
- ๓.การลดอันตรายจากการบริโภค (risk reduction)
- ๔.การจัดการปัญหาแอลกอฮอล์ในระดับพื้นที่ (alcohol policy at every setting)
- ๕.การพัฒนากลไกการจัดการและสนับสนุนที่เข้มแข็งในการจัดการกับปัญหา (supportive process)

แผนการดำเนินงานระยะ ๓ ปี ตั้งแต่ปี ๒๕๕๘ - ๒๕๖๐ ตั้งเป้าหมายลดอัตราการดื่มสุราของคนไทย ใน ปี ๒๕๖๐ ให้เหลือน้อยกว่าร้อยละ ๒๙.๕ โดยมียุทธศาสตร์การดำเนินการตามหลักสามเหลี่ยมเขยื้อน ภูเขาอันได้แก่ ๑) การสร้างมาตรการ นโยบายสาธารณะและสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการลดการบริโภค เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ๒) การพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสารความรู้ เพื่อให้ความรู้และผลักดันมาตรการ ๓) การพัฒนาเครือข่ายเพื่อณรงค์และสนับสนุนนโยบายควบคุมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมทั้งการส่งเสริมให้มีระบบบริการเลิกสุราโดย สสส.มีบทบาทในการเชื่อมประสานเครือข่ายเพื่อ เพิ่มประสิทธิภาพในการดำเนินการตามแนวทาง

ยุทธศาสตร์ดังกล่าว โดยเมื่อวิเคราะห์สถานการณ์และ ผลประเมินระยะ ๓ ปีที่ผ่านมาแล้ว จึงมี ทิศทางเป้าหมายที่เน้นในช่วง ๓ ปี ต่อไปตั้งแต่ปี ๒๕๕๘-๒๕๖๐ โดยมีแนวทางดังนี้

๑. สนับสนุนการออกมาตรการ กฎหมาย และนโยบายที่จำเป็นต่อการลดการบริโภค เครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ อาทิ มาตรการทางภาษีและราคา มาตรการจำกัดใบอนุญาตและเพิ่มค่า ธรรมเนียม มาตรการ ห้ามโฆษณา และเพิ่มการจำกัดสถานที่และเวลาขายรวมถึงการพัฒนานโยบาย ยุทธศาสตร์ ในระดับจังหวัด

๒. สนับสนุนการเพิ่มประสิทธิภาพของการบังคับใช้กฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

๓. พัฒนาระบบข้อมูลข่าวสาร องค์ความรู้ งานวิชาการ และวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อ ตอบสนองกับ การผลักดันนโยบายและขับเคลื่อนรณรงค์ รวมทั้งการวิจัยเพื่อประเมินผล

๔. ขยายภาคีเชิงยุทธศาสตร์พัฒนาศักยภาพและความก้าวหน้าของเครือข่ายและพัฒนา มาตรการ ชุมชนเพื่อลด ละ เลิกการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมถึงการสื่อสารรณรงค์ที่เป็น ระบบ และเน้นเพื่อ ป้องกันนักดื่มหน้าใหม่

๕. ขยายรูปแบบการบริการเลิกสุราด้วยการพัฒนากลยุทธ์การผลักดันนโยบายขยายผล เชื่อมโยง ระบบบริการเลิกสุราเข้ากับกิจกรรมรณรงค์ป้องกันและสื่อสารให้ผู้มีปัญหาการ ดื่มสุราเข้าถึงบริการเลิกสุรา (แผนหลัก สสส 2558-2560. 2554)

พฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

1. รูปแบบพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

พฤติกรรมกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Alcohol drinking behavior) หมายถึง ปริมาณ ความถี่ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และปัญหาที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รายบุคคล ซึ่งสามารถแบ่งออกเป็น 3 แบบแผน ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีหลาย ชนิดและแต่ละชนิดมีปริมาณของแอลกอฮอล์ที่แตกต่างกันออกไป ดังนั้นจึงจำเป็นต้องกำหนด ขนาด ดื่มมาตรฐาน ขึ้นมา เพื่อให้ผู้ที่ดื่มรู้ว่าตนเองได้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมากน้อยเพียงใด สำหรับ 1 ดื่มมาตรฐาน (1dring) หมายถึง เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีปริมาณแอลกอฮอล์ประมาณ 10 กรัม ตัวอย่างเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่นับเป็น 1 ดื่มมาตรฐาน ได้แก่ เบียร์ 1 แก้ว (285 มิลลิลิตร) มี แอลกอฮอล์อยู่ 5% ไวน์ 1 แก้วเล็ก (100 มิลลิลิตร) มีแอลกอฮอล์อยู่ 12 % และเหล้า 1 แก้ว (30มิลลิลิตร) มีแอลกอฮอล์อยู่ 40% (กรมสุขภาพจิต, 2547) สำหรับลักษณะแบบแผนการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีดังนี้

1.1 การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบที่มีความเสี่ยงน้อย (low risk drinking) หมายถึง การดื่มในลักษณะที่ไม่ทำให้เกิดปัญหาตามมา ทั้งต่อตัวผู้ดื่มเองและผู้อื่นโดยการดื่มในผู้ชาย มี

การดื่มไม่เกิน 4 ดื่มมาตรฐานต่อวัน ซึ่งเทียบเท่ากับเบียร์ 4 แก้ว (1 แก้วปริมาณ 285 มิลลิลิตร) เหล้า 40 ดีกรี 4 แก้ว (1 แก้วปริมาณ 30 มิลลิลิตร) ไวน์ 4 แก้วเล็ก (1 แก้วเล็กปริมาณ 100 มิลลิลิตร) และไม่ได้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เลยอย่างน้อย 2 วันต่อสัปดาห์ หรือมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ปริมาณไม่เกิน 20 ดื่มมาตรฐานต่อสัปดาห์ สำหรับผู้หญิงดื่มไม่เกิน 2 ดื่มมาตรฐานต่อวัน ซึ่งเทียบเท่ากับเบียร์ 2 แก้ว (1 แก้วปริมาณ 285 มิลลิลิตร) หรือเหล้า 40 ดีกรี 2 แก้ว (1 แก้วปริมาณ 30 มิลลิลิตร) ไวน์ 2 แก้วเล็ก (1 แก้วเล็กปริมาณ 100 มิลลิลิตร) และไม่ได้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เลยอย่างน้อย 2 วันต่อสัปดาห์ หรือการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ปริมาณไม่เกิน 10 ดื่มมาตรฐานต่อสัปดาห์ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในลักษณะนี้เรียกว่า การดื่มอย่างปลอดภัย (safe limit drinking)

1.2 การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบที่มีความเสี่ยงต่ออันตรายสูง (Hazardous drinking) หมายถึง การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณและลักษณะที่ทำให้ผู้ดื่มเพิ่มความเสี่ยงที่จะทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพ โดยองค์การอนามัยโลกได้จัดไว้ว่าเป็นปริมาณความผิดปกติชนิดหนึ่ง การกำหนดปริมาณลักษณะของการดื่มแบบเสี่ยงจะใช้การกำหนดระดับปริมาณแอลกอฮอล์เฉลี่ยที่คนไม่ควรดื่มเกินต่อสัปดาห์หรือต่อครั้ง (threshold values) ซึ่งเป็นระดับที่สัมพันธ์กับความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายของสุขภาพของผู้ดื่ม โดยลักษณะการดื่มแบบเสี่ยง คือ ในผู้ชาย มีการดื่มที่มากกว่า 4 ดื่มมาตรฐาน แต่ไม่เกิน 6 มาตรฐานต่อวัน ซึ่งเทียบเท่ากับเบียร์ มากกว่า 4 แก้ว (1 แก้วปริมาณ 285 มิลลิลิตร) เหล้า 40 ดีกรีมากกว่า 4 แก้ว (1 แก้วปริมาณ 30 มิลลิลิตร) ไวน์มากกว่า 4 แก้วเล็ก (1 แก้วเล็กปริมาณ 100 มิลลิลิตร) สำหรับในผู้หญิง การดื่มมากกว่า 2 ดื่มมาตรฐาน แต่ไม่เกิน 4 ดื่มมาตรฐานต่อวัน ซึ่งเทียบเท่ากับเบียร์ มากกว่า 2 แก้ว (1 แก้วปริมาณ 285 มิลลิลิตร) เหล้า 40 ดีกรีมากกว่า 2 แก้ว (1 แก้วปริมาณ 30 มิลลิลิตร) ไวน์มากกว่า 2 แก้ว (1 แก้วเล็กปริมาณ 100 มิลลิลิตร) นอกจากนี้ การดื่มอย่างหนักหรือแบบ เม้าหัวรอน้ำ (binge drinking) ก็ถือว่าเป็นการดื่มแบบเสี่ยงต่อการเกิดอันตราย

1.3 การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่เป็นอันตราย (harmful drinking) หมายถึง การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ทำให้เกิดอันตรายต่อสภาพร่างกายหรือจิตใจ ซึ่งกำหนดโดยองค์การอนามัยโลก และให้ คำจำกัดความโดยอาศัยตามหลักเกณฑ์ของสมาคมนิตแพทย์อเมริกัน (Diagnosis and Statistical Manual Disorder Forth Edition [DSM IV]) ประกอบด้วย

- 1.3.1 มีหลักฐานชัดเจนว่าแอลกอฮอล์ทำให้เกิดอันตรายต่อร่างกายและจิตใจ
- 1.3.2 ลักษณะของอันตรายสามารถตรวจพบได้
- 1.3.3 ต้องดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ติดต่อกันอย่างน้อย 1 เดือน หรือดื่มหลายครั้งในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา

1.3.4 ต้องไม่เข้าหลักเกณฑ์การวินิจฉัยสำหรับภาวะติดสุรา (Alcohol dependence) โดยลักษณะการดื่มแบบอันตราย คือ ในผู้ชาย มีการดื่มมากกว่า 6 ดื่มมาตรฐานต่อวัน สำหรับในผู้หญิงมีการดื่มมากกว่า 4 ดื่มมาตรฐานต่อวัน

2. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2.1 ความอยากลอง เป็นธรรมชาติของมนุษย์ในการที่อยากจะลองหรือเผชิญกับสิ่งใหม่ๆ โดยเฉพาะในวัย ที่ความรู้สึกอยากลองเป็นเรื่องที่ทำหาย ตื่นเต้น สนุกสนาน เช่น ในวัยรุ่น

2.2 กลุ่มเพื่อน หลายคนไม่กล้าที่จะปฏิเสธ เมื่อถูกเพื่อนชวนให้ดื่มแอลกอฮอล์ หรือบางคน มีทัศนคติว่า การดื่มแอลกอฮอล์กับกลุ่มเพื่อน หมายถึง การรักพวกพ้องเป็นหนึ่งเดียวกัน ทำให้เกิดความเพลิดเพลิน และความสุขสนาน

2.3 สังคมและวัฒนธรรม สังคมไทยมองเรื่องการดื่มแอลกอฮอล์ว่าเป็นเรื่องธรรมดา จะเห็นได้ว่า งานสังสรรค์ งานเลี้ยง งานฉลอง และงานประเพณีต่างๆ แทบทุกงานจะต้องมีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบด้วยเสมอ ทำให้ผู้ที่เติบโตในสังคมลักษณะนี้มองว่า การดื่มเป็นเรื่องธรรมดา เพียงแต่สำหรับตนเอง จะเป็นโอกาสใดเท่านั้น

2.4 ความเชื่อ เมื่อใดที่คนเรามีความเชื่อว่า สิ่งที่ตนเองกำลังกระทำไม่เป็นอันตรายต่อตนเอง และสามารถที่จะควบคุมสถานการณ์ได้ เมื่อนั้นจะยิ่งทำให้ความกังวลใจ หรือความกลัวที่จะกระทำสิ่งนั้นๆ ลดน้อยลง และทัศนคตินี้ไปสอดคล้องกับความเชื่อที่มีต่อแอลกอฮอล์ โดยช้านานมาแล้วคนมักจะเชื่อ ในสรรพคุณของยาตองเหล้า และเชื่อว่า การดื่มแอลกอฮอล์เป็นครั้งคราว หรือประเภตีกี้อื่นๆ คงไม่น่า จะเป็นปัญหากับตนเอง

2.5 กระแสของสื่อโฆษณา ปัจจุบันนี้สื่อต่างๆ มีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของคนอย่างมาก และในเรื่อง ที่เกี่ยวกับแอลกอฮอล์ จะเห็นว่า มีการแข่งขันทางการค้ากันสูงมาก โฆษณาที่เกี่ยวข้องกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีอยู่มากมาย ซึ่งเป็นกลยุทธ์ของบริษัทผลิตเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่จะต้องพยายามสร้างสื่อโฆษณาขึ้น เป็นจำนวนมาก เพื่อให้ผู้บริโภคเกิดความรู้สึกอยากลอง และรู้สึกว่า การบริโภคแอลกอฮอล์นั้น เป็นเรื่องที่ดีงาม หรือเป็นเรื่องที่ควรจะมีใจ ในฐานะที่เกิดเป็นคนไทย (ซึ่งจริงๆ แล้ว ไม่มีความเกี่ยวข้องกันเลย) หรือเป็นเรื่องที่ผู้ชายควรจะต้องลอง เพื่อแสดงความเป็นลูกผู้ชายอย่างแท้จริง บางผลิตภัณฑ์จะเจาะจงกลุ่มเป้าหมายพิเศษ เช่น กลุ่มสุภาพสตรี ให้หันมาดื่มค่านิยมในการดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น นอกจากสื่อโฆษณาสินค้าเครื่องดื่มแล้ว สื่อในลักษณะบันเทิง เช่น ภาพยนตร์ ละคร หรือแม้กระทั่งเพลง ก็มีส่วนจูงใจผู้ชมให้เกิดความรู้สึกคล้อยตามได้ สิ่งต่างๆ เหล่านี้ รวมทั้งสินค้าที่สะดวกต่อการซื้อหา ที่มีอยู่อย่างดาษดื่น ก็มีส่วนอย่างมาก ต่อการส่งเสริมการบริโภคเครื่องดื่มประเภทนี้

2.6 ความเครียด คุณสมบัติของแอลกอฮอล์ สามารถทำให้ผู้ดื่มเกิดความรู้สึก ผ่อนคลายลืมความทุกข์ และเกิดความคึกคะนอง ทำให้ ในหลายๆ ครั้ง การดื่มเพื่อลดความเครียด จึง เป็นเหตุผลอย่างหนึ่งของ ผู้ดื่ม และยังเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีการดื่มอย่างต่อเนื่อง แต่จากการศึกษา พบว่า เมื่อดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมาก จะทำให้เกิดความรู้สึกตรงกันข้าม คือ กระทบกระวายเป็น ความเครียด หรือหงุดหงิดได้ง่าย โดยเฉพาะช่วงที่ระดับแอลกอฮอล์ในกระแสเลือดเริ่มลดลง (สารานุกรม ไทยสำหรับเยาวชนฯ)

3. ผลกระทบของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีชื่อเรียกกันเล่นๆว่า “น้ำเปลี่ยนนิสัย” เพราะเมื่อดื่มเข้าไปแล้ว สามารถเปลี่ยนนิสัยผู้ดื่มได้ เช่น จากที่เป็นคนขี้อายก็กลายเป็นคนใจกล้าจากคนเงียบ ๆ กลายเป็นคน พุดมาก เป็นต้น โทษและความเสียหายจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีดังนี้ (อดีตวิทย์ หลายชู ไทย และคณะ, 2544)

3.1 ทำให้เกิดความประมาท เพราะฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ที่ดื่มเข้าไปในร่างกายทา ให้ร่างกายผู้ดื่มไม่สามารถควบคุมประสาทและสมองให้สั่งการได้ทันเวลา ด้วยเหตุนี้จึงเป็นสาเหตุให้ เกิดอุบัติเหตุ

3.2 เกิดการขาดสติยังคิด เพราะฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ที่ดื่มเข้าไปในร่างกายจะไป กดสมองส่วนควบคุมความคิดและส่วนที่คอยยับยั้งให้มีความระมัดระวัง ทำให้ควบคุมตนเองไม่ได้กล้า ทำสิ่งที่ไม่เหมาะสม เช่น การก่อการทะเลาะวิวาท การทำร้ายร่างกายคนใกล้ชิด เป็นต้น

3.3 สร้างความทุกข์ให้ผู้อื่น ครอบครัวไหนที่พ่อหรือแม่ รวมทั้งบุคคลใดใน ครอบครัวเป็นนักดื่มย่อมสร้างความทุกข์ ความเศร้าหมอง ให้กับครอบครัวและผู้เกี่ยวข้อง ถ้าเป็น หัวหน้าครอบครัวก็จะมีผลกระทบมาก ทำให้คนในครอบครัวหันไปหาทางออก ในทางที่ผิด ๆ

3.4 มีค่าใช้จ่ายมากขึ้น การบริโภคสุราหรือดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ประจําจนติด เป็นนิสัย ทำให้ค่าใช้จ่ายนี้เป็นค่าใช้จ่ายสูญเปล่าไม่เกิดประโยชน์อะไร

3.5 การบั่นทอนสุขภาพ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้รับการขนานนามจาก นักวิชาการว่าเป็น “เครื่องดื่ม ที่มีอายุสั้น” เพราะฤทธิ์ของแอลกอฮอล์เข้าไปทำลายอวัยวะของ ร่างกายทุกส่วนที่ไหลผ่านแม้เพียงครั้งแรก ของการบริโภค เพราะฉะนั้นถ้าดื่มจนติดเป็นความเคยชินสุขภาพก็ยิ่งทรุดโทรมเกิดโรคต่างๆ และอาจ เสียชีวิตก่อนวัยอันควร

กฎหมายเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

1. พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551

พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ พ.ศ.2551 ให้ไว้ ณ วันที่ 6 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551 เป็นปีที่ 63 ในรัชกาลปัจจุบัน พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าฯ ให้ประกาศว่าโดยที่เป็นการสมควรมีกฎหมายว่าด้วยการควบคุมเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ พระราชบัญญัตินี้ มีบทบัญญัติบางประการเกี่ยวกับการจำกัดสิทธิและเสรีภาพของบุคคล ซึ่ง มาตรา 29 ประกอบกับมาตรา 41 มาตรา 43 และมาตรา 45 ของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย บัญญัติให้กระทำได้โดยอาศัยอำนาจตามบทบัญญัติแห่งกฎหมายจึงทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ตรา พระราชบัญญัติขึ้นไว้โดยคำแนะนำ และยินยอมของสภานิติบัญญัติแห่งชาติ มี 7 หมวด 45 มาตรา โดย มีเนื้อหาในมาตราที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

มาตรา 27 ห้ามขายเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ในสถานที่หรือบริเวณดังต่อไปนี้

- (1) วัดหรือสถานที่สำหรับปฏิบัติพิธีกรรมทางศาสนา
- (2) สถานบริการสาธารณสุขของรัฐ สถานพยาบาลตามกฎหมายว่าด้วยสถานพยาบาลและร้านขายยาตามกฎหมายว่าด้วยยา
- (3) สถานที่ราชการ ยกเว้นบริเวณที่จัดไว้เป็นร้านค้าหรือสโมสร
- (4) หอพักตามกฎหมายว่าด้วยหอพัก
- (5) สถานศึกษาตามกฎหมายว่าด้วยการศึกษาแห่งชาติ
- (6) สถานีบริการน้ำมันเชื้อเพลิงตามกฎหมายว่าด้วยการควบคุมน้ำมันเชื้อเพลิง หรือร้านค้าในบริเวณสถานีบริการน้ำมันเชื้อเพลิง
- (7) สวนสาธารณะของทางราชการที่จัดไว้เพื่อการพักผ่อนของประชาชนโดยทั่วไป
- (8) สถานที่อื่นที่รัฐมนตรีประกาศกำหนดโดยความเห็นชอบของคณะกรรมการ

มาตรา 28 ห้ามมิให้ผู้ใดขายเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ในวันหรือเวลาที่รัฐมนตรีประกาศกำหนดโดยคำแนะนำของคณะกรรมการ ทั้งนี้ ประกาศดังกล่าวจะกำหนดเงื่อนไขหรือข้อยกเว้นใดๆ เท่าที่จำเป็นไว้ด้วยก็ได้ บทบัญญัติในวรรคหนึ่งมิให้ใช้บังคับกับการขายของผู้ผลิตผู้นำเข้าหรือตัวแทนของ

ผู้ผลิตหรือผู้นำเข้าไปยังผู้ขายซึ่งได้รับอนุญาตตามกฎหมายว่าด้วยสุรา

มาตรา 29 ห้ามมิให้ผู้ใดขายเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ แก่บุคคลดังต่อไปนี้

- (1) บุคคลซึ่งมีอายุต่ำกว่ายี่สิบปีบริบูรณ์
- (2) บุคคลที่มีอาการมึนเมาจนครองสติไม่ได้

มาตรา 31 ห้ามมิให้ผู้ใดบริโภคเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ในสถานที่หรือบริเวณดังต่อไปนี้ สถานศึกษาตามกฎหมายว่าด้วยการศึกษาแห่งชาติ ยกเว้นบริเวณที่จัดไว้เป็นที่ พัก ส่วนบุคคลหรือสโมสร หรือการจัดเลี้ยงตามประเพณี หรือสถานศึกษาที่สอนการผสมเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ และได้รับอนุญาตตามกฎหมายว่าด้วยการศึกษาแห่งชาติ

มาตรา 32 ห้ามมิให้ผู้ใดโฆษณาเครื่องตี้มแอลกอฮอล์หรือแสดงชื่อหรือเครื่องหมาย ของเครื่องตี้มแอลกอฮอล์อันเป็นการอวดอ้างสรรพคุณหรือชักจูงใจให้ผู้อื่นตี้มโดยตรงหรือโดยอ้อม การโฆษณาหรือประชาสัมพันธ์ใดๆ โดยผู้ผลิตเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ทุกประเภทให้ กระทำได้เฉพาะการให้ข้อมูลข่าวสาร และความรู้เชิงสร้างสรรค์สังคม โดยไม่มีการปรากฏภาพของสินค้าหรือบรรจุภัณฑ์ของเครื่องตี้มแอลกอฮอล์นั้น เว้นแต่เป็นการปรากฏของภาพสัญลักษณ์ของ เครื่องตี้มแอลกอฮอล์หรือสัญลักษณ์ของบริษัทผู้ผลิตเครื่องตี้มแอลกอฮอล์นั้นเท่านั้น ทั้งนี้ตามที่กำหนดในกฎกระทรวง บพบัญญัติในวรรคหนึ่งและวรรคสองมิให้ใช้บังคับกับการโฆษณาที่มีต้นกำเนิดนอก ราชอาณาจักร

มาตรา 33 ผู้ตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์หรือญาติ คณะบุคคล หรือองค์กรทั้งภาครัฐหรือเอกชน

ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อการบำบัดรักษาหรือฟื้นฟูสภาพผู้ตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ อาจขอรับการสนับสนุน เพื่อการบำบัดรักษาหรือฟื้นฟูสภาพจากสำนักงานได้ ทั้งนี้ ตามหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขที่คณะกรรมการควบคุมกำหนด (พระราชบัญญัติเครื่องตี้มแอลกอฮอล์, 2551)

2. ประกาศสำนักงานนายกรัฐมนตรี

2.1 เรื่องกำหนดสถานที่ห้ามขายเครื่องตี้มแอลกอฮอล์รอบสถานศึกษา อาศัยอำนาจตามความในมาตรา 4 และมาตรา 27(8) แห่งพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 นายกรัฐมนตรีโดยความเห็นชอบของคณะกรรมการนโยบายเครื่องตี้มแอลกอฮอล์แห่งชาติ จึงได้ออก ประกาศไว้ ดังต่อไปนี้

ข้อ 1 ห้ามผู้ใดขายเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ในสถานที่หรือบริเวณซึ่งอยู่ในระยะ 300 เมตร จากรั้วหรือแนวเขตของสถานศึกษาระดับอาชีวศึกษาหรือสถานบันอุดมศึกษาทั้งของรัฐและเอกชน

ข้อ 2 ประกาศนี้ไม่ใช้บังคับกับ

2.1 โรงแรมที่ได้รับอนุญาตตามกฎหมายว่าด้วยโรงแรม

2.2 สถานบริการในเขตพื้นที่ ตามพระราชกฤษฎีกากำหนดเขตพื้นที่เพื่อการอนุญาตให้ตั้งสถานบริการตามกฎหมายว่าด้วยสถานบริการ

2.3 สถานที่ขายเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ของผู้ผลิต ผู้นำเข้า หรือตัวแทนของผู้ผลิต หรือผู้นำเข้า เฉพาะกรณีการขายให้กับผู้ซึ่งได้รับใบอนุญาตขายสุราตามกฎหมายว่าด้วยสุรา

ข้อ 3 ประกาศฉบับนี้ให้ใช้บังคับเมื่อพ้นกำหนดสามสิบวันนับจากวันประกาศในราชกิจจานุเบกษาเป็นต้นไป (ประกาศสำนักงานนายกรัฐมนตรี, 2558)

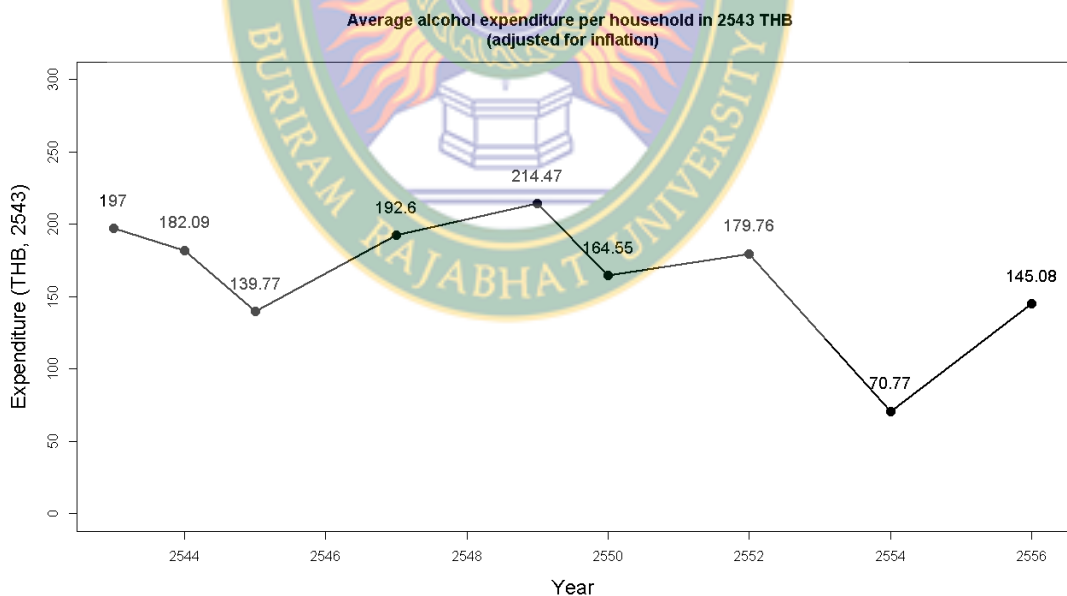
ประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง กำหนดวันห้ามขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (ฉบับที่ 3) มี การออกประกาศเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไว้ดังนี้

1. ให้ยกเลิกประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง กำหนดวันห้ามขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2552 ลงวันที่ 30 มิถุนายน 2551 และประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง กำหนดวัน ห้ามขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2552 ลงวันที่ 4 กรกฎาคม พ.ศ. 2552

2. ห้ามผู้ใดขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วัน เข้าพรรษาและวันออกพรรษา ยกเว้นการขายเฉพาะร้านค้าปลอดอากรภายในอาคารท่าอากาศยาน นานาชาติ (ประกาศสำนักงานนายกรัฐมนตรี, 2558)

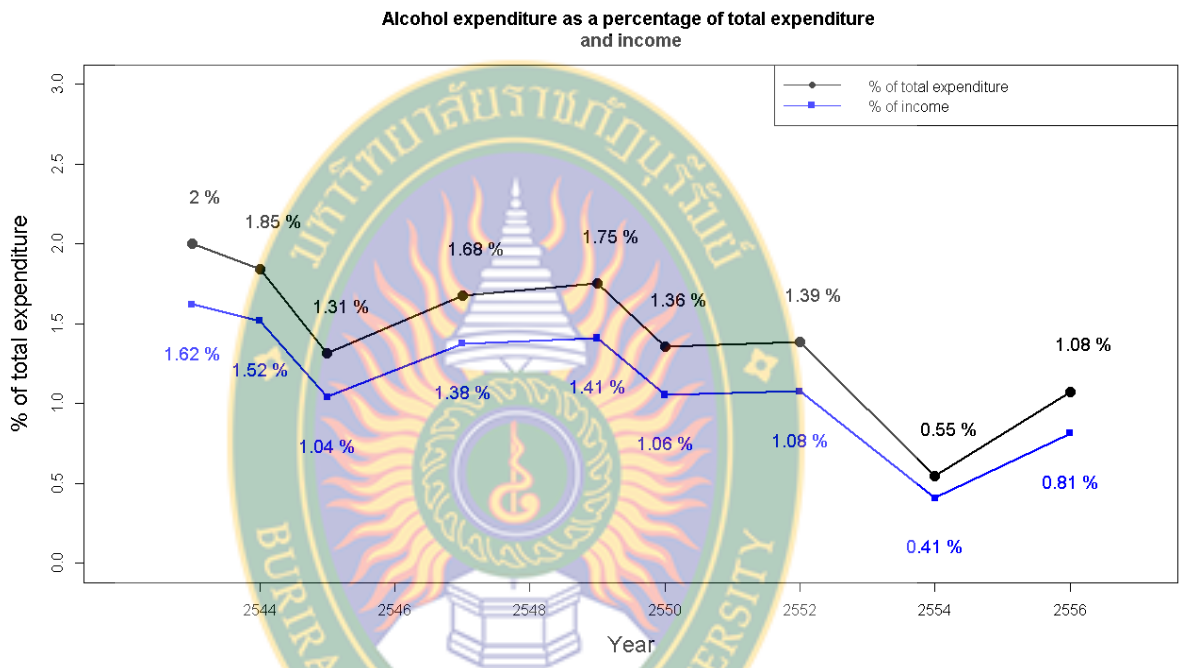
การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของประชากรไทย

ข้อมูลจากการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือนตั้งแต่ปี 2543 ถึง 2556 ของ สำนักงานสถิติ แห่งชาติพบว่าค่าใช้จ่ายของครัวเรือนที่ใช้ในการซื้อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลงจาก 197 บาทต่อเดือนในปี 2543 มา เป็น 145 บาทต่อเดือนในปี 2556 ซึ่งเป็นปีล่าสุดที่มีการสำรวจ ดัง ภาพที่ 1 (ปรับตามอัตราเงินเฟ้อ ค่าใช้จ่ายถูกปรับ เป็นค่าเงินบาทในปีพ.ศ. 2543) โดยอัตราการลดลง ของค่าใช้จ่ายต่อปี (annual percent change: APC) ระหว่างปี 2543 ถึง 2556 คิดเป็นร้อยละ 3.7



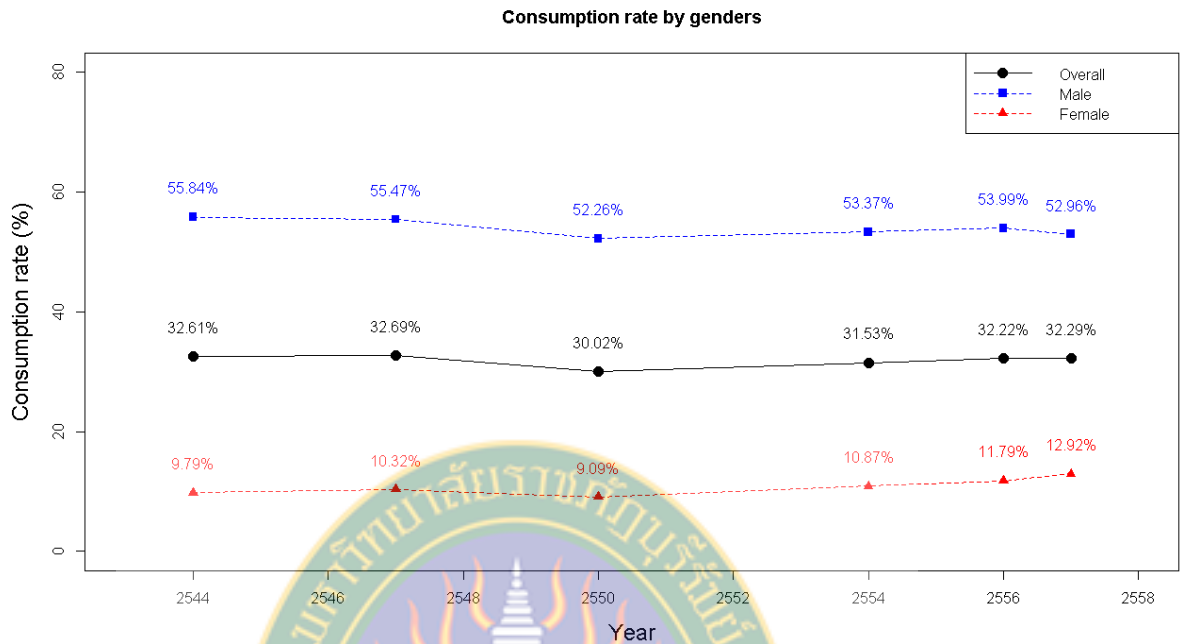
ภาพที่ 2.1 ค่าใช้จ่ายต่อเดือนของครัวเรือนในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างปี 2543 ถึง 2556

เมื่อนำค่าใช้จ่ายในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของครัวเรือนมาเปรียบเทียบกับค่าใช้จ่ายรวมของครัวเรือนพบว่า สัดส่วนค่าใช้จ่ายในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลงเกือบครึ่งหนึ่งจากร้อยละ 2 ในปี 2543 เหลือเพียงร้อยละ 1.08 ในปี 2556 และเมื่อนำค่าใช้จ่ายในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของครัวเรือนมาเปรียบเทียบกับรายได้ของครัวเรือนพบแนวโน้มในลักษณะเดียวกัน คือ สัดส่วนค่าใช้จ่ายในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลงครึ่งหนึ่งจากร้อยละ 1.62 ในปี 2543 เหลือเพียงร้อยละ 0.81 ในปี 2556



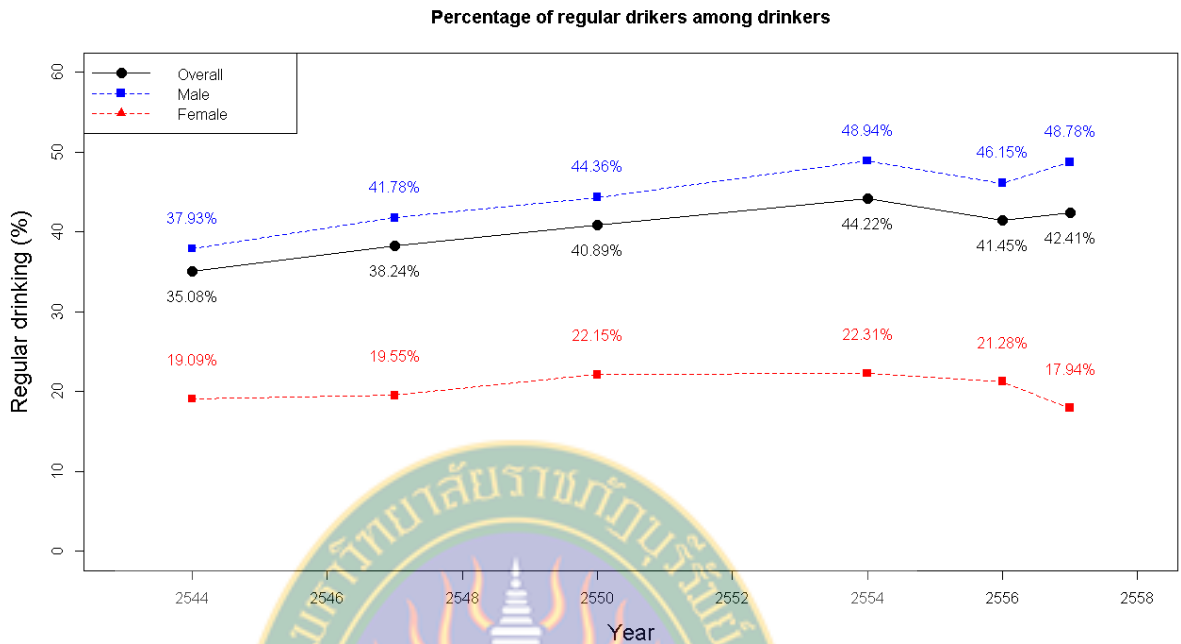
ภาพที่ 2.2 สัดส่วนค่าใช้จ่ายต่อเดือนของครัวเรือนในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างปี 2543 ถึง 2556 เทียบกับรายจ่ายรวมและรายได้ของครัวเรือน

ข้อมูลจากการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากรตั้งแต่ปี 2544 ถึง 2557 และการสำรวจอนามัยและสวัสดิการปี 2556 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า อัตราการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยรวมค่อนข้างคงที่ เมื่อแยกวิเคราะห์ตามเพศจะพบว่า เพศชายมีอัตราการดื่มที่สูงกว่าเพศหญิงแต่มีแนวโน้มการดื่มแอลกอฮอล์ลดลงเรื่อยๆ ในขณะที่เพศหญิงมีอัตราการดื่มแอลกอฮอล์ที่เพิ่มสูงขึ้นจากร้อยละ 9.79 ในปี 2544 มาเป็นร้อยละ 12.92 ในปี 2558 “อัตราการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลงในเพศชาย และเพิ่มขึ้นในเพศหญิง”



ภาพที่ 2.3 อัตราการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รวม และแยกตามเพศ ระหว่างปี 2544 ถึง 2557

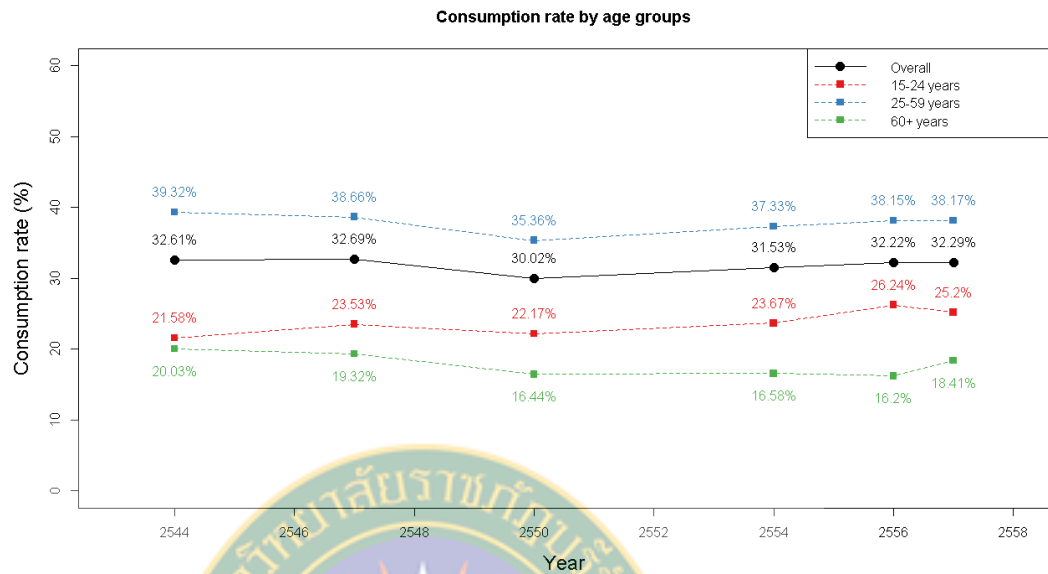
แม้ว่าอัตราการดื่มแอลกอฮอล์จะเพิ่มขึ้นในเพศหญิงและลดลงในเพศชาย แต่เมื่อวิเคราะห์ตามพฤติกรรมการดื่ม พบว่า ในเพศชาย สัดส่วนของผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ (ดื่มอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง) มีแนวโน้มสูงขึ้นจากร้อยละ 37.93 ในปี 2544 มาเป็นร้อยละ 48.78 ในปี 2557 ซึ่งสวนทางกับเพศหญิงซึ่งมีสัดส่วนของผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำลดลง โดยเฉพาะหลังจากปี 2554 ที่มีสัดส่วนผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำอยู่ที่ร้อยละ 22.31 ลดลงมาเหลือเพียงร้อยละ 17.94 ในปี 2557



ภาพที่ 2.4 สัดส่วนของผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำรวม และแยกตามเพศ

ข้อมูลในภาพที่ 3 และ 4 นั้นบ่งชี้ว่านักดื่มหน้าใหม่ที่เป็นเพศหญิงเป็นกลุ่มที่ดื่มแอลกอฮอล์เป็นครั้งคราวหรือดื่มตามโอกาส ในขณะที่นักดื่มเพศชายที่ลดลงก็น่าจะเป็นกลุ่มที่ดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ ส่วนกลุ่มที่ดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำก็ยังคงดื่มอย่างต่อเนื่อง

ในขณะที่อัตราการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยรวมค่อนข้างคงที่ เมื่อทำการวิเคราะห์แยกตามกลุ่มอายุ พบว่า แนวโน้มของอัตราการดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างปี 2554 ถึง 2556 สูงขึ้นในกลุ่มเยาวชน (15-24 ปี) และลดลงในกลุ่มผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) อย่างไรก็ตามเมื่อเปรียบเทียบการสำรวจในปี 2556 และผลสำรวจล่าสุดในปี 2557 พบว่าอัตราการดื่มในกลุ่มผู้สูงอายุกลับเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 2.2 ในขณะที่ในกลุ่มเยาวชนลดลงร้อยละ 1 ในขณะที่กลุ่มวัยทำงาน (25-59 ปี) มีอัตราการดื่มค่อนข้างคงที่ตลอดช่วงที่ทำการสำรวจ



ภาพที่ 2.5 อัตราการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รวม และแยกตามกลุ่มอายุ ระหว่างปี 2544 ถึง 2557

เหตุผลหนึ่งที่จะอธิบายการคงที่ของปริมาณและอัตราการดื่มสุราของประชากรไทยอาจจะเป็นไปตามกระแสการดื่มสุราของโลก รายงาน Global Status Report on Alcohol 2014 ขององค์การอนามัยโลกแสดงให้เห็นว่า ในภาพรวมประชากรโลกดื่มสุรามากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศจีนและอินเดีย เนื่องจากอิทธิพลของการตลาดของอุตสาหกรรมสุราและประชากรในประเทศมีรายได้สูงขึ้น อย่างไรก็ตาม ประเทศไทยกลับเป็นประเทศหนึ่งที่มีปริมาณและอัตราการดื่มสุราของประชากรไม่เพิ่มสูงขึ้น ซึ่งน่าจะแสดงถึงความสำเร็จส่วนหนึ่งของการดำเนินงานเพื่อป้องกันและลดการดื่มสุราของภาคส่วนต่างๆ ในประเทศรวมทั้งของ สสส.และภาคี

จากการประเมินโครงการ งดเหล้าเข้าพรรษา ปี 2559 โดนศุณยวิวิจัยปัญหาสุราประชากรไทยกลุ่มอายุ 15 ปีขึ้นไป ใน 12 จังหวัด พบว่า 3 ใน 4 หรือร้อยละ 74.2 เคยพบเห็น/รับรู้สถานการณ์รณรงค์งดเหล้าเข้าพรรษาในปี พ.ศ. 2559 โดยคนที่เข้าร่วมโครงการงดเหล้าเข้าพรรษาในปี 2559 มีถึง 12 ล้านคน โดย 5.8 ล้านคน หรือร้อยละ 32.2 งดตลอด 3 เดือน ได้สำเร็จ อีก 2.9 ล้านคน หรือร้อยละ 16.3 งดเป็นบางช่วง และ 3.3 ล้านคน หรือร้อยละ 18.6 ไม่งด แต่ลดการดื่มลงส่งผลให้ประมาณการว่า ช่วยประหยัดเงินไป 13,459 ล้านบาท ที่สำคัญ คือพบว่าผู้ที่สามารถงดเหล้าได้ครบพรรษา เห็นผลดีและตั้งใจจะงดต่อเนื่องไปอีกร้อยละ 72 โดยที่มีอีก ร้อยละ 11 ตั้งใจจะเลิกไปตลอดชีวิต(จดหมายข่าวชุมชนคนรักสุขภาพ ฉบับสร้างสุข .2560) เป้าหมายของ สสส ด้านการลดอัตราการดื่มสุราของคนไทยในปี พ.ศ. 2563 ตั้งเป้าไว้ว่าให้น้อยกว่า ร้อยละ 72

จากประสบการณ์ตรงของผู้เลิกเหล้าเข้าพรรษา พบว่า ประหยัดค่าใช้จ่าย 81.2 เปอร์เซ็นต์ สุขภาพร่างกายดีขึ้น 80.5 เปอร์เซ็นต์ สุขภาพจิตใจดีขึ้น ลดปัญหา ครอบครัวมีความสุขมากขึ้น 31.1 เปอร์เซ็นต์ ประหยัดเงินจากการดื่ม เฉลี่ย 1,692 บาท ต่อคน ดังนั้นการงดเหล้าเข้าพรรษาส่งผลให้ ประหยัดเงิน เพิ่มพูนสุขภาพ ได้เวลาครอบครัวกลับคืน ประสิทธิภาพในการทำงานเพิ่มขึ้น ลดการ ทะเลาะวิวาท ลดโอกาสการเกิดอุบัติเหตุ

สาเหตุที่ทำให้เลิกเหล้าได้ยาก ทางกรมแพทย์ได้พิสูจน์และอธิบายว่า ไม่ใช่เพราะแค่จิตใจไม่ เข้มแข็งพอ โดยพบสาเหตุหลายประการที่หลายคนยังเลิกเหล้าไม่ได้ซึ่งจำเป็นต้องเข้าใจอาการเหล่านี้ เพื่อแก้ปัญหาอย่างถูกต้อง เช่น สมองเกิดภาวะติดเหล้า เมื่อเหล้าเข้าสู่ร่างกายฤทธิ์ของแอลกอฮอล์จะ ส่งผลต่อสมอง 2 ส่วนคือ สมองส่วนยับยั้งซึ่งใจ ซึ่งเป็นส่วนการใช้เหตุผล การตัดสินใจจะถูกกดไว้ และสมองส่วนอยาก เกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก ไปกระตุ้นการหลั่งสารแห่งความสุข แต่เมื่อหมดฤทธิ์ เหล้าสมองไม่สามารถทำงานได้ตามกระบวนการปกติ จึงทำให้รู้สึกต้องการดื่ม จนมีผลกระทบตามมา เช่นรู้สึกหงุดหงิด เรียกว่า อาการขาดเหล้า และเกิดอาการอยากเหล้า ต้องการเหล้ามาดื่มอีก และจะ เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ คล้ายๆการเสพติด ซึ่งอาการที่เฝ้ายากขึ้น แสดงว่าเกิด อาการติดเหล้า เป็นสัญญาณ เตือนแรก ที่จะบอกว่าคุณเข้าสู่ภาวะติดเหล้าและกระบวนการนี้เองที่ทำให้เลิกเหล้าได้ยาก

กิจกรรมรณรงค์แข่งเรือปลอดเหล้า ตำบลหนองสังข์ อำเภอนาแก จังหวัดนครพนม โดยพื้นที่ ตำบลหนองสังข์ได้มีการจัดงานรณรงค์ปลอดเหล้าเป็นครั้งแรก ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากองค์การ บริหารส่วนตำบลหนองสังข์ เพื่อให้มีกิจกรรมดีๆ สร้างสรรค์งานบุญประเพณีให้ปลอดภัย ทั้งจาก อุบัติเหตุและการทะเลาะวิวาท นายเวชดุสิต อาจวิสัย ปลัด อบต.หนองสังข์กล่าวว่า ในปีนี้ การจัดงานแข่งเรือพื้นที่ตำบลหนองสังข์ไม่มีอุบัติเหตุและการทะเลาะวิวาทซึ่งแตกต่างจากปีที่แล้ว ที่มีการ ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเกิดเหตุทะเลาะวิวาทกัน อีกทั้งยังให้ความเห็นอีกว่าในปีต่อไปก็จะ ยังคงจัดงานแบบปลอดเหล้าเช่นเคยและจะไม่ขอรับการสนับสนุนจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (เครือข่ายองค์การงดเหล้าภาคอีสานตอนบน.เฟสบุ๊ค.18 กันยายน 2560)

เพ็ญพักต์ ดารากร ณ อยุรยา ได้กล่าวถึงความสำเร็จในการเลิกสุราของผู้ป่วยสุราที่มีโรค ร่วมทางจิตเวช โดยมีหลักการคิดและการปฏิบัติที่สำเร็จในการเลิกสุรา ดังนี้

1. การคิดถึงผลเสียของการ ดื่มสุราที่แท้จริงอยู่เสมอผลเสียจากการดื่มสุราที่ประสบอุบัติเหตุ เช่น เสียชีวิตจากการดื่มสุรา เป็นอัมพฤกษ์อัมพาต ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ เหตุการณ์เหล่านี้ เห็นแล้วสะท้อนกลับมาไม่เออยาก ให้เหตุการณ์เหล่านี้เกิดขึ้น จึงคิดอยากเลิกดื่มสุรา ซึ่งตรงกับทฤษฎี การรับรู้ความสามารถของตนเมื่อบุคคลเลิกดื่มสุราโดยคาดหวังว่าตนจะไม่ต้องพบกับเหตุการณ์ ดังกล่าว และรู้ว่าตนสามารถทำพฤติกรรมนั้นได้ ก็จะกระทำพฤติกรรมนั้นต่อไป

2. การสร้างแรงจูงใจในการเลิกสุราอย่างถาวรต้องการเปลี่ยนแปลงตัวเองเพื่อสิ่งดีๆในชีวิต เมื่อเลิกดื่มสุราได้ระยะหนึ่งจะเกิดการรับรู้ว่าคุณสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมไม่ดื่มสุราได้และ

สาเหตุที่ยังคงกระทำพฤติกรรมเลิกดื่มสุร่ายู่ เนื่องจากได้รับผลดีจากการกระทำพฤติกรรมนั้นได้แก่ การมีสุขภาพดีขึ้น เกิดความภาคภูมิใจในความสามารถของคนที่สามารถเลิกสุราได้ การที่มีผู้อื่นให้ความรักความเชื่อถือว่าไว้วางใจ ความรู้สึกสบายทางร่างกายและจิตใจ เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความพึงพอใจจึงกระทำพฤติกรรมนั้นต่อไป

3. ความสุขของคนในครอบครัวเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังจากเลิกดื่มสุราแล้วคนในครอบครัวมีความสุข ด้วยการทบทวนเหตุการณ์ที่ผ่านมาในอดีตนำมาเปรียบเทียบกับปัจจุบันว่ามีความแตกต่างกันความสุขในครอบครัวที่เกิดขึ้นคือ การได้อยู่พร้อมหน้าพร้อมตากัน การได้รับประทานข้าวร่วมกัน ความรับผิดชอบต่อครอบครัวที่มีมากขึ้นความไว้วางใจของคนในครอบครัวส่งผลให้เกิดความภาคภูมิใจ

4. สังคมให้การยอมรับ มีงานทำการได้มีส่วนร่วมหรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคมเช่น การได้เข้าร่วมกิจกรรมของสังคม การได้รับคำชื่นชม ยกย่อง การได้รับการช่วยเหลือแบ่งปัน รวมทั้งความห่วงใยซึ่งกันและซึ่งจะทำให้เกิดกำลังใจรู้สึกว่าคุณค่า ถ้าบุคคลขาดแรงสนับสนุนชนิดนี้จะทำให้บุคคลรู้สึกแยกออกจากสังคม รู้สึกโดดเดี่ยว ขาดเพื่อนขาดที่ปรึกษา เป็นผลทำให้บุคคลขาดกำลังใจ สิ้นหวังและรู้สึกเบื่อหน่ายต่อการมีชีวิตอยู่

5. ฝึกทักษะการปฏิเสธ หลีกเลียง ปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมการปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่สามารถกระทำได้เมื่อไม่ต้องการกระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง และการที่จะปฏิเสธได้สำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับความมุ่งมั่นตั้งใจน้ำเสียง และกิริยาท่าทางที่แสดงออกขณะปฏิเสธซึ่งการปฏิเสธที่ผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนใช้การปฏิเสธเป็นการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มสุรา แสดงถึงบุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนในการควบคุม

6. การทำตัวไม่ให้อ่าง หางานอดิเรกออกกำลังกายผู้ป่วยจิตเวชที่ใช้สารเสพติดและสุรา การคงพฤติกรรมหยุดเสพและหยุดดื่มเป็นสิ่งสำคัญ ปัจจัยส่งเสริมให้หยุดดื่มได้คือการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้น เช่น เวลาว่างความเหงา เมื่อผู้ป่วยมีกิจกรรมทำในช่วงที่มีเวลาว่าง เพื่อลดสิ่งกระตุ้นให้เกิดความอยากเสพได้ (บทความวิชาการ ความสำเร็จในการเลิกสุรา2556 .ออนไลน์.)

โครงการถอดบทเรียนการทำงานเครือข่ายผู้ได้รับผลกระทบจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 7 พื้นที่ในเขตกรุงเทพมหานคร ได้กล่าวถึงระบบการทำงานของเครือข่ายอาสาสมัครเครือข่ายชุมชนเพื่อช่วยเหลือผู้ได้รับผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์ดังนี้

1. การทำงานเป็นทีม ไม่นำเดี่ยวเมื่อพบปัญหาหรืออุปสรรค การใช้กระบวนการกลุ่มที่เป็นทีมของเครือข่ายหรือคณะกรรมการร่วมกันพูดคุยแลกเปลี่ยนข้อมูลและปรึกษา ทำให้มองเห็นประเด็นปัญหาที่รอบด้ายการแก้ไขปัญหาก็จะรอบคอบมากยิ่งขึ้น การทำงานเป็นทีม ต้องมีการยอมรับว่าอาสาสมัครแต่ละคนมีความถนัดไม่เหมือนกัน แกนนำต้องเลือกที่จะใช้ความถนัดของแต่ละ

คนให้ถูก และต้องมีการประชุมอย่างสม่ำเสมอ เพื่อปรึกษาหารือ แลกเปลี่ยนข้อมูลในการทำงาน ในการช่วยเหลือผู้ที่ได้รับผลกระทบได้อย่างต่อเนื่อง

2. เคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ผู้ได้รับผลกระทบบางคนอยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อกำลังปรับตัวเพื่อตัดสินใจลด ละ เลิกเหล้า ผู้ได้รับผลกระทบบางคนประสบปัญหาความรุนแรงในครอบครัวกลับไปดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อีก หรือบางรายดื่มมากกว่าเดิมอาสาสมัครควรให้โอกาสและให้กำลังใจผู้ได้รับผลกระทบด้วยการลงไปเยี่ยมทำความเข้าใจกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น อาสาสมัครต้องคอยเฝ้าดูอย่างต่อเนื่องด้วยความอดทน ไม่ดูถูกหรือสรุปว่าผู้ได้รับผลกระทบนั้นเปลี่ยนแปลงไม่ได้ อาสาสมัครต้องให้กำลังใจ ปรึกษาประคอง จนผู้ที่ได้รับผลกระทบผ่านพ้นปัญหาไปได้

3. ทีมสหวิชาชีพ อาสาสมัครที่ช่วยเหลือผู้ที่ได้รับผลกระทบควรมีความสามารถในการประสานงานทีมสหวิชาชีพในท้องถิ่นของตน เพื่อการช่วยเหลือบางครั้งต้องผู้ที่เกี่ยวข้องเช่น หน่วยงานด้านสาธารณสุข

4. การเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างเท่าเทียม การทำงานของอาสาสมัครในชุมชนต้องมีการสนับสนุนจากพี่เลี้ยง และพี่เลี้ยงต้องมีกระบวนการเรียนรู้ที่จะมีส่วนร่วมกับอาสาสมัครที่ทำงานกับผู้ที่ได้รับผลกระทบโดยเน้นความเท่าเทียมกัน พี่เลี้ยงจึงต้องได้รับการฝึกอบรมการให้คำปรึกษาและการทำกระบวนการกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน โดยการเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ที่เท่าเทียมกัน บทเรียนที่ค้นพบคือ การเรียนรู้กันเองระหว่างผู้ได้รับผลกระทบจนสามารถผ่านพ้นปัญหาเลิกเหล้าได้ และพัฒนาตนเองเป็นอาสาสมัคร “คนต้นแบบ” ช่วยเหลือผู้อื่นต่อไป (มูลนิธิหญิงชายก้าวไกล. 2557. หน้า 27-29)

มูลนิธิเพื่อนหญิง ได้กล่าวไว้ในการวิเคราะห์ ลด ละ เลิกเหล้า = สร้างสุขให้ครอบครัว และชุมชน ซึ่งเป็นคู่มือการทำงานชุมชนลด ละ เลิกเหล้า: ลดความรุนแรงต่อผู้หญิงและเด็ก 4 พื้นที่/ศูนย์ โดยแต่ละชุมชนพบกับปัญหาที่เกิดจากการผลของการดื่มแอลกอฮอล์ที่แตกต่างกัน และมีรูปแบบในการจัดการกับปัญหาที่แตกต่างกันในช่วงระยะเวลาไม่ถึงสิบปี ชุมชนทั้ง 4 ได้มีการพัฒนาการโครงการเรื่อยมา จนได้กลายเป็นตัวอย่างของชุมชนลด ละ เลิกเหล้า : ลดความรุนแรงต่อผู้หญิงและเด็ก ได้ขยายถ่ายทอดบทเรียนการทำงานไปยังชุมชนใกล้เคียง พร้อมแลกเปลี่ยนเรียนรู้การทำงาน of ชุมชนได้รับการเผยแพร่ผ่านสื่อมวลชน ทั้งทางโทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ รวมถึงสื่อท้องถิ่นให้เห็นว่าการเลิกเหล้านั้นทำได้จริง เมื่อเหล้าหายไปความสุขก็มาพร้อมกับสิ่งดีๆ มากมายทั้งกับตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคม เช่น ชุมชนบ้านคำกลาง และบ้านคำสมบูรณ์ ต.โนนหนามแห้ง อ.เมือง จ.อำนาจเจริญ ประสบกับปัญหาการใช้ความรุนแรงกับผู้หญิงและเด็กซึ่งเกิดจากการดื่มแอลกอฮอล์ ได้ขับเคลื่อนโดยกิจกรรมเริ่มแรกของชุมชนนอกเหนือจากการมีศูนย์ให้คำปรึกษาแล้ว ก็มีการจัดงานเลี้ยง – งานบุญไม่มีเหล้า การสวดสรภัญญะซึ่งเป็นวัฒนธรรมชุมชนที่มีเนื้อหารณรงค์

ไม่ให้ตีหม้อเหล็ก ที่ผู้สูงอายุถ่ายทอดให้กับเยาวชนในหมู่บ้าน และได้ขยายผลสู่หมู่บ้านใกล้เคียงซึ่งได้รับความสนใจเป็นอย่างดีจากชุมชน ชุมชนไทยเกรียง อ.พระประแดง จ.สมุทรปราการ เป็นย่านชุมชนโรงงานสภาพชุมชนที่ทำงานหนัก ทำให้ครอบครัวไม่มีเวลาอยู่ด้วยกัน ความสัมพันธ์ห่างเหิน เมื่อเกิดความเครียดจึงได้ใช้เหล็กเป็นทางออก ก่อผลกระทบทั้งกับตัวผู้ตีและสร้างปัญหาภายในครอบครัว แกนนำชุมชน ซึ่งเป็นผู้นำแรงงานและผู้ใช้แรงงาน จึงได้จัดกิจกรรมค่ายครอบครัวขึ้น เพื่อถักทอความสัมพันธ์ในครอบครัวให้ใกล้ชิดกันยิ่งขึ้น และเสริมกิจกรรมลด ละ เลิกเหล้า ทำให้ได้ผู้ชายต้นแบบหรือครอบครัวต้นแบบเลิกเหล้าเพิ่มขึ้น ชุมชนฟ้าใหม่ ต.ช้างคลาน อ.เมือง จ.เชียงใหม่ พบปัญหาเนื่องจากชุมชนมีร้านขายเหล้า ล่อตาล่อใจในชุมชนจำนวนมาก และเข้าถึงได้ง่าย การตีหม้อเหล็กนำมาซึ่งปัญหาการทะเลาะเบาะแว้ง ลูกหนีออกจากบ้าน ภายหลังจากการทำกิจกรรมชุมชนที่หลากหลาย การแลกเปลี่ยนดูงาน ได้สร้างแรงบันดาลใจให้ผู้ชายหลายคน ลด ละ เลิกเหล้า บางคนเมาเหล้าจนเกือบจะทำให้ลูกเสียชีวิต ก็กลับมาเป็นพ่อที่ดี สร้างความอบอุ่นให้ครอบครัว และเพื่อสกัดกั้นนักตีหม้อเหล็กใหม่ แกนนำในชุมชน ได้ใช้งานวัฒนธรรม เช่น สะล้อ ซอ ซึง ละครขอ เคนต์ ดาวนั้ไม่มีเหล้า มาเป็นกิจกรรมให้คนรุ่นใหม่ห่างไกลสิ่งมีนเมา เครือข่ายรัฐและเครือข่ายชุมชนจังหวัดชุมพร ได้ใช้การเชื่อมโยงระหว่างหน่วยงานสหวิชาชีพระดับจังหวัดกับโรงพยาบาล และภาครัฐอื่นๆ โดยจัดกิจกรรมที่มีเอกลักษณ์สอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนในชุมชน เช่น สภากาแพง ดเหล้าหยอด กระบุง สภาพสมุนไพโร งานศพไม่มีเหล้า เลิกงานเข้าลานกีฬา เพื่อเป็นเวทีพูดคุยให้กำลังใจ เรื่องลด ละ เลิกเหล้า (มูลนิธิเพื่อนหญิง. 2553. หน้า 8-10)

ชัยพร เชียนพานิช นักวิชาการอิสระ ได้อธิบายถึง การกินและการตีหม้อ วัฒนธรรม เส้นทางการส่งเสริมการขายแอลกอฮอล์ ไว้ในเรื่องเหล็กก้าว10 ว่า ภาครัฐและภาคประชาสังคมพยายามรณรงค์ลดการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่วนหนึ่งผ่านการออกมาตรการทางกฎหมาย ทว่าภาคธุรกิจผู้ประกอบการเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กับความรื่นเริง ความผ่อนคลาย การสังสรรค์เข้าสังคมซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิตของผู้คนทำให้ธุรกิจเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ยังคงรักษามูลค่าการตลาดมหาศาลต่อไปได้ เนื่องจาก การรับรู้ของสังคมไทย การตีหม้อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นเรื่องถูกกฎหมายและเป็นสิ่งที่สังคมคุ้นชินและยอมรับได้ ทั้งเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นสินค้าที่มีมูลค่าทางการตลาดที่สูงมาก การแข่งขันเพื่อชิงส่วนแบ่งทางการตลาดจึงเป็นไปอย่างเข้มข้น ทำให้กลุ่มผู้ประกอบการเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เน้นความสำคัญกับการวางแผนการโฆษณา ประชาสัมพันธ์และกิจกรรมการส่งเสริมการขายเป็นอย่างมาก ส่งผลให้มีผู้ประกอบการเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รายใหม่ๆเกิดขึ้น และมีการขยายฐานกลุ่มผู้บริโภคไปยังกลุ่มคนที่ทำงาน นิสิตนักศึกษา รวมถึงความง่ายในการซื้อหาตามร้านสะดวกซื้อและร้านอาหารตามสั่ง การออกพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 เพื่อบังคับใช้และควบคุมการโฆษณาประชาสัมพันธ์ เป็นช่องทางหนึ่งที่จะลดปริมาณการบริโภคเครื่องดื่ม

แอลกอฮอล์ ด้วยการกำกับดูแลลักษณะ และรูปแบบการโฆษณา และการกำหนดช่วงเวลาที่เหมาะสมในการโฆษณา (ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา.2557.หน้า 63-71)

อริสรา เจียมสงวนวงศ์และคณะ ได้ศึกษาเกี่ยวกับการออกแบบภาพคำเตือนเชิงอารมณ์บนบรรจุภัณฑ์เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่มีผลต่อความเข้าใจ การรับรู้ความเสี่ยงและสร้างแรงจูงใจในการไม่ดื่มแอลกอฮอล์ ได้สรุปว่า มีจำนวน 10 ภาพที่สามารถสื่ออารมณ์ของแต่ละกลุ่มได้ดีที่สุด ซึ่งผลการวิเคราะห์สามารถยืนยันได้ว่าภาพคำเตือนสามารถสื่ออารมณ์เชิงบวก อารมณ์เป็นกลางและอารมณ์เชิงลบมาสู่ผู้รับการทดสอบได้



ภาพที่ 2.6 กลุ่มภาพคำเตือนเชิงบวก 10 ภาพ



ภาพที่ 2.7 กลุ่มภาพคำเตือนเป็นกลาง 10 ภาพ



ภาพที่ 2.8 กลุ่มภาพคำเตือนเชิงลบ 10 ภาพ

การทดสอบอิทธิพลของอารมณ์ที่ได้รับจากภาพต่อ การเข้าถึง ความเข้าใจ การรับรู้
อันตรายของภาพคำเตือนและแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงทัศนคติส่วนบุคคล มีพบว่ากลุ่มภาพฯแสดง
อารมณ์เชิงบวกมีระดับความพึงพอใจมากที่สุดและกลุ่ม ภาพฯแสดงอารมณ์เชิงลบมีระดับความพึง

พอใจต่ำสุด ทำนองเดียวกันกับผลจากการทดสอบ ความเข้าใจในภาพฯ กลุ่มภาพฯแสดงอารมณ์เชิงบวกมีคะแนนความเข้าใจมากกว่ากลุ่มภาพฯแสดงอารมณ์เชิงลบ ในขณะที่ผลการทดสอบการรับรู้ อันตรายไม่สามารถสรุปเชิงสถิติได้ และจากการทดสอบไม่พบว่าอารมณ์ที่รับจาก ภาพคำเตือนมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติส่วนบุคคล (Motivation) หรือแรงจูงใจ โดยผลวิเคราะห์ทางสถิติ แสดงผลภาพ คำเตือนแต่ละกลุ่มไม่มีความแตกต่างในด้านแรงจูงใจ สถานการณ์ปัญหาแอลกอฮอล์ใน ด้านการใช้ภาพคำเตือนในปัจจุบันของประเทศไทยนั้น ยังไม่มีมาตรการใช้ภาพคำ เตือนบนบรรจุ ภัณฑ์ของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างชัดเจนเหมือนอย่างเช่นกรณีของซองบุหรี่ ด้วยผลการศึกษาใน โครงการนี้ พบว่าภาพคำเตือนเชิงบวกมีประสิทธิผลทางด้านการเข้าถึงได้ดีกว่า ภาพคำเตือนที่เป็น กลาง และภาพคำเตือนเชิงลบ อีกทั้งภาพคำเตือนเชิงบวกนั้น ยังมีประสิทธิผลทางด้านความเข้าใจสูง กว่า ภาพคำเตือนเชิงลบ และ ภาพคำเตือนที่เป็นกลาง ตามลำดับอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งหากพิจารณา ผลที่ได้จากการทดลองแล้วนั้น สามารถนำมาใช้เป็น ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายได้ดังนี้

1. ควรสนับสนุนการใช้ภาพคำเตือนเชิงบวก เพื่อเพิ่มประสิทธิผลในด้านการสื่อสารข้อมูลจากภาพคำ เตือนสู่ สาธารณชน โดยสามารถเข้าถึงประชาชนและทำให้เกิดความเข้าใจได้ดีกว่าภาพคำเตือนเชิง ลบ ซึ่งถือว่าการ บรรลุวัตถุประสงค์ของการใช้ภาพคำเตือน คือ ใช้เพื่อสื่อสารข้อมูลเกี่ยวกับ อันตรายที่อาจจะเกิดขึ้น หรือสร้างความ ตระหนัก ในการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงนั้นๆ
2. การใช้ภาพคำ เตือนเชิงลบ ในทางปฏิบัตินั้น อาจมีจุดมุ่งหมายให้ประชาชน หลีกเลี่ยงการพบเห็นเพื่อให้เว้นจากการ ข้องเกี่ยวในสิ่งดังกล่าว แต่หากพิจารณาจากวัตถุประสงค์การใช้ภาพคำเตือนแล้วนั้น นับว่าผิด วัตถุประสงค์ในการใช้ภาพคำเตือนแต่เป็นเพียงการใช้ภาพคำเตือนเป็นเครื่องมือในการสร้างความ รังเกียจ มิให้เข้าไปใกล้ แต่ไม่ได้ใช้เพื่อ ประโยชน์ในการสื่อสาร จึงไม่เห็นสมควรในการใช้ภาพคำเตือนใน ลักษณะดังกล่าว (อริสรา เจริญสงวนวงศ์และคณะ. 2559.)

สื่อที่สร้างขึ้นโดยภาครัฐ ภาคเอกชน หน่วยงาน รัฐวิสาหกิจ และภาคประชาชน เพื่อ กระตุ้นให้สังคมได้ตระหนักถึงปัญหาและสะท้อนถึงพิษภัยของการดื่มแอลกอฮอล์ มีอยู่มากมายเช่น

ถ้าเลิกเหล้า แล้วจะได้อะไร ?

- มีเงินเก็บ**
- ร่างกายแข็งแรง**
- ครอบครัวมีความสุข**

เริ่มตั้งแต่วันเข้าพรรษาปีนี้

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 5 นครราชสีมา
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
<http://dpc5.ddc.moph.go.th>

1422
สายด่วนกรมควบคุมโรค

**พหุชุมชนชาวคริสต์บ้านไร่
นำร่องเลิกเหล้า**

10 วิธีงดเหล้า-เลิกเหล้า เข้าพรรษา

www.kapook.com

1. ตั้งใจจริงให้แน่วแน่ ถ้ามีความตั้งใจที่แรงกล้า ก็มีความมุ่งมั่นไม่ใช่วายง่าย
2. ตั้งเป้าหมาย วางงดเหล้าเพื่ออะไร หรือเพื่อใคร
3. หากิจกรรม เชิญชวนความสนใจ
4. หลีกเลี่ยงการอยู่ในกลุ่มสังสรรค์ที่มีเครื่องดื่มเหล้าในทันที
5. ฝึกปฏิเสธให้เป็น และเด็ดขาด
6. หากยังไม่สามารถเลิกเหล้าได้ทันที ควรลดปริมาณการดื่มลง และเปลี่ยนมาดื่มอย่างอื่นแทน เช่น น้ำเปล่า น้ำผลไม้
7. เปลี่ยนเปลี่ยนพฤติกรรม การกิน เช่น กินข้าวให้ตรงเวลากันเลิกเหล้าในกาขึ้น ขึ้นน้ำปลาย่าง
8. ขอกำลังใจจากคนใกล้ตัว
9. ออกกำลังกาย หรือคบเพื่อนใหม่
10. ฝึกศรัทธาหรือเข้าสมาธิ บำบัด เพื่อรับกำลังใจ

สงวนลิขสิทธิ์ © 2555 โดย www.kapook.com

เปลี่ยน

เปลี่ยนพฤติกรรม...เพื่อความสุข

รู้กันเหล้า...ก็เลิกกันการณ์

หากคุณดื่มเหล้าไปปริมาณเท่าเดิม แต่ไม่เมาเหมือนเมื่อก่อน...คุณกำลังติดเหล้า !!

สาเหตุที่คนส่วนใหญ่ ติดเหล้าไม่รู้ตัว

1. ชอบอง 2. ชอบดื่มเพื่อจูงใจ
3. ปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ
4. ปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ
5. ปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ
6. ปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ
7. ปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ
8. ปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ
9. ปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ
10. ปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ

1. ใจดีเกินไป
2. ใจดีเกินไป
3. ใจดีเกินไป
4. ใจดีเกินไป
5. ใจดีเกินไป
6. ใจดีเกินไป
7. ใจดีเกินไป
8. ใจดีเกินไป
9. ใจดีเกินไป
10. ใจดีเกินไป

สงวนลิขสิทธิ์ © 2555 โดย www.kapook.com

ศูนย์ช่วยเหลือผู้ป่วยติดสุรา โทร. 0-2590-3342
www.thaialcohol.com

ห้ามขาย-ห้ามดื่ม ในสถานที่ราชการ

พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (มาตรา ๒๗, ๓๑, ๓๔, ๓๖)

ฝ่าฝืน จำคุกไม่เกิน ๒ เดือน ปรับไม่เกิน ๑๐,๐๐๐ บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

ภาพที่ 2.13 ถึง 2.17 ป้ายประชาสัมพันธ์พันธธรรงค์เพื่อการลดการดื่มสุรา (ออนไลน์. ป้ายประชาสัมพันธ์เลิกเหล้า <https://www.google.co.th/search>)



ภาพที่ 2.18 ถึง 2.21 ป้ายประชาสัมพันธ์รณรงค์เพื่อการลดการดื่มสุรา (ออนไลน์. ป้ายประชาสัมพันธ์เลิกเหล้า <https://www.google.co.th/search>)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พัชรพิมพ์ภา เชื้อนธนะ (2550) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การลดการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ของเยาวชน (Adolescents) ต.เชียงกลาง อ.เชียง จ. น่าน กล่าวว่า การติ่มสุราเป็นปัญหามีความชุกสูงในเยาวชน พบข้อมูลเยาวชนใน อำเภอ เชียงกลางและจังหวัดน่านติ่มสุราร้อยละ 40 , 40.8 ตามลำดับ แม้ว่าโรงพยาบาลเชียงกลางร่วมกับทุกภาคส่วนได้ร่วมกันจัดรณรงค์ลดการติ่มสุราในทุกเทศกาล แต่ปัญหาการติ่มสุราในเยาวชนกับมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ทำให้มีแนวคิดที่จะศึกษาพฤติกรรมและวิธีการติ่มสุรา สาเหตุและปัจจัยของปัญหา รวมถึงแนวทางการแก้ปัญหาการติ่มสุราในเยาวชน จึงได้วิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นกลุ่มเยาวชนอายุน้อยกว่า 18 ปี ที่มีการติ่มสุรายังน้อย 1 ครั้งต่อเดือน หรือ เฉลี่ย 12 ครั้งต่อปี โดยการคัดเลือกอย่างเจาะจงจากหมู่บ้าน 9 หมู่บ้านของตำบลเชียงกลาง และกลุ่มผู้เกี่ยวข้องอื่นๆ ได้แก่ผู้ปกครอง ผู้นำชุมชน องค์กรส่วนท้องถิ่น ครู ตำรวจ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และผู้บริหาร การเก็บรวบรวมข้อมูล ทำโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกในเยาวชนจำนวน 8 ราย ผู้เกี่ยวข้อง 14 ราย การสนทนากลุ่มในเยาวชนจำนวน 5 กลุ่ม 31 ราย และในผู้เกี่ยวข้อง 5 กลุ่ม 32 รายรวมทั้งสิ้น 63 ราย การวิเคราะห์ข้อมูลใช้วิธี วิเคราะห์เชิงเนื้อหา และมีการยืนยันข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) การศึกษานี้ทำให้ช่วงเมษายน – พฤศจิกายน 2549 ผลการศึกษาพบว่า เยาวชนติ่มสุราครั้งแรกในระดับประถมศึกษาด้วยสาเหตุการติ่มโดยไม่ได้ตั้งใจ และพบว่าเพื่อนมีอิทธิพลต่อการติ่มมากที่สุด โอกาสในการติ่มมากที่สุดคือช่วงเทศกาลต่างๆ สถานที่ใช้ติ่มมากที่สุดคือบ้านเพื่อน ด้วยสาเหตุและปัจจัยในการติ่มดังนี้ 1) เกิดจากพฤติกรรมเลียนแบบผู้ใหญ่ 2) ปัญหาคาครอบครัวยุติและความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่อบอุ่น 3) ติ่มเพื่อให้ลิ้มความทุกข์ คลายเหงา และคลายเครียด 4) ใช้การติ่มเป็นเครื่องมือในการสร้างปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อน 5) อิทธิพลจากสื่อบุคคลและค่านิยมตามแฟชั่นวัยรุ่น และ 6) นโยบายเหล้าเสรีของรัฐทำให้ถึงการติ่มสุรามากขึ้น ข้อเสนอแนะเชิงยุทธศาสตร์ในการแก้ปัญหามีดังนี้ 1) การปรับเปลี่ยนค่านิยมของสังคม โดยต้องลดคุณค่าของสุรา เช่น ไม่นำมาเป็นของขวัญ เลิกการเลี้ยงสุราในงานที่ควรเลิก เช่น งานศพ วันพระ ฯลฯ 2) การพัฒนาทักษะชีวิตและการเพิ่มพื้นที่ทางสังคมให้กับเด็กและเยาวชน และ 3) ต้องอาศัยความร่วมมือทางทุกภาคส่วน และผู้ใหญ่ในสังคมในการเป็นแบบอย่างที่ดี หลังจากนั้นได้จัดเวทีคืนข้อค้นพบให้กับชุมชน และให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการกำหนดแผนปฏิบัติการและการนำไปสู่การปฏิบัติ มีการกำกับติดตาม จนเกิดกิจกรรมและมาตรการต่างๆ ทั้งของหมู่บ้าน/ตำบล เช่น งดเหล้าในงานศพ วันพระ งานแข่งขันกีฬา กิจกรรมครอบครัวอบอุ่น บางหมู่บ้านเกิดชมรมเยาวชนที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมด้านสุขภาพและกิจกรรมอื่นๆ ของชุมชน

จินตนา แสงจันทร์ (2550) ทำการศึกษาแนวทางลดการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ของเด็กและเยาวชนตำบลเชียงกลาง อำเภอเชียงกลาง จังหวัดน่าน พบว่า ปี 2548 พบประชากรน่านติ่มสุรา

มากเป็นอันดับ 1 ของประเทศ เยาวชนที่มีย้อยละ 40.81 ข้อมูลสำรวจ รพ.เชียงใหม่พบเด็กมัธยมปลายเชียงใหม่ที่มีย้อยละ 40 การดื่มสุรานอกจากจะบั่นทอนสุขภาพและนำมาซึ่งปัญหาต่างๆ ยังมีข้อมูลระบุว่าเด็กที่ดื่มอายุน้อยกว่า 13 ปี มีโอกาสติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไปจนโต ทาง รพ.เชียงใหม่ร่วมกับทุกภาคส่วนได้ร่วมกันจัดกิจกรรมเพื่อแก้ไขปัญหาในกลุ่มเยาวชนและร้านค้าที่จำหน่ายสอดคล้องกับนโยบาย พรบ.คุ้มครองเด็ก ยังพบว่ามีการดื่มสุราของเด็กและเยาวชนมากขึ้น จึงได้มีการทำการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการศึกษาพฤติกรรมวิถีการดื่ม สาเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดื่ม ผลและนโยบายของรัฐบาลเกี่ยวกับการลดการดื่ม รวมทั้งให้แนวทางลดการดื่มในกลุ่มเด็กและเยาวชน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก 22 ราย สทนากลุ่ม 63 ราย ได้แก่ เด็ก อายุต่ำกว่า 18 ปี ผู้ปกครอง ภาครัฐผู้นำชุมชน และสัมภาษณ์ผู้บริหาร 6 ราย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหาเชิงลึก (Content Analysis) ตรวจสอบข้อมูลโดยใช้เทคนิคแบบสามเส้า (Triangulation) ผลการศึกษาพบว่า เด็กมีความรู้เรื่องของผลของการดื่มสุราต่อสุขภาพแต่ไม่ตระหนักต่อโทษภัย ดื่มสุราตั้งแต่อายุน้อย มีการดื่มมากขึ้นโดยเฉพาะเพศหญิง ดื่มอย่างเปิดเผย ซึ่งชนิด ปริมาณ ความถี่ขึ้นอยู่กับโอกาสและทุนทรัพย์ สุรากลายเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตประเพณีต่างๆ มากขึ้น จากการศึกษาเชิงปริมาณพบว่าภาพรวมการดื่มของเยาวชนอายุต่ำกว่า 18 ปี พบการดื่มน้อยกว่า 4 ครั้งต่อเดือน ร้อยละ 24 และดื่มมากกว่า 4 ครั้งต่อเดือนร้อยละ 2 เริ่มดื่มครั้งแรกเมื่ออายุ 12-15 ปี พบมากที่สุดร้อยละ 46 สาเหตุการดื่มในครั้งแรกและปัจจุบันเกิดจากอยากดื่มเอง อยากลอง คลายเหงา พบมากที่สุดร้อยละ 66 และ 68.8 ตามลำดับ คนที่ชวนดื่มพบมากที่สุดคือเพื่อนร้อยละ 75.3 โอกาสที่ใช้ดื่มมากที่สุดในแต่ละกาลต่างๆ ร้อยละ 60.8 สถานที่ดื่มพบมากที่สุดคือบ้านเพื่อนร้อยละ 52.6 ประเภทเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่นิยมดื่มบ่อยคือเบียร์ พบร้อยละ 51.5 รองลงมาคือเหล้าแดงร้อยละ 42.3 สาเหตุและปัจจัยในการดื่มเกิดจากพฤติกรรมเลียนแบบจากผู้ใหญ่ สภาพครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ ความเหงา หาซื้อง่าย ราคาถูกและเป็นค่านิยมตามแฟชั่นวัยรุ่น แนวทางลดการดื่มในมุมมองของเด็ก เห็นว่าผู้ใหญ่ควรเป็นแบบอย่างในการเลิก และมีการสนับสนุนการจัดกิจกรรมของเยาวชนอย่างต่อเนื่อง ในมุมมองของผู้ใหญ่เห็นว่า ควรมีการบังคับการใช้กฎหมาย มีมาตรการลงโทษ ผลการวิจัยครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่า การลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กและเยาวชนอายุต่ำกว่า 15 ปี ต้องได้รับความร่วมมือในทุกภาคส่วน สร้างสิ่งแวดล้อมใหม่โดยปรับเปลี่ยนบริบทให้คนในสังคมลดการดื่ม รวมทั้งการเป็นแบบอย่างของสถาบันครอบครัว

มนต์ ขอเจริญ (2555) ศึกษาเรื่อง การสื่อสารรณรงค์ด้านสุขภาพในเยาวชน : กรณีเครือข่ายเยาวชนงดเหล้า มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาและพัฒนาแบบจำลองการสื่อสารรณรงค์ด้านสุขภาพเพื่อควบคุมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชน โดยมุ่งศึกษาถึงความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างปัจจัยเร่งปฏิกิริยา การมีส่วนร่วมในกระบวนการสื่อสาร และผลลัพธ์การเปลี่ยนแปลงของเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมของเครือข่ายเยาวชนที่ได้รับการสนับสนุนทุนการดำเนินงานโดย

กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสาน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก การวิเคราะห์เอกสาร การสังเกตการณ์ และการใช้แบบสอบถาม จำนวน 549 ตัวอย่าง จากเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมของเครือข่ายทั่วประเทศ จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติสหสัมพันธ์ การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ การวิเคราะห์ความสัมพันธ์โครงสร้างเชิงเส้นด้วยโปรแกรมลิสเรล (LISREL) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม ผลการวิจัยพบว่า แบบจำลองการสื่อสารรณรงค์ด้านสุขภาพเพื่อการควบคุมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชนนั้นสะท้อนการผสมผสานระหว่างการสื่อสารแบบแพร่กระจาย และการสื่อสารแบบมีส่วนร่วม ทั้งนี้แบบจำลองมีองค์ประกอบสำคัญสามประการคือ ปัจจัยแรงปฏิบัติการ การมีส่วนร่วมในกระบวนการสื่อสาร และผลลัพธ์การเปลี่ยนแปลง ผลวิจัยชี้ให้เห็นว่า ปัจจัยแรงปฏิบัติการนั้นประกอบด้วยการทำงานร่วมกันของปัจจัยสำคัญ 3 ประการ คือ แรงกระตุ้นที่เกิดจากภายในตัวเยาวชนเอง ประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมของเครือข่าย และการสร้างการรับรู้ผ่านสื่อมวลชน ซึ่งปัจจัยแรงปฏิบัติการนี้จะกระตุ้นให้เยาวชนเกิดความตั้งใจที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการสื่อสารรณรงค์ในสองขั้นตอนคือ การสื่อสารเพื่อพัฒนาศักยภาพเยาวชน และการสื่อสารประเด็นสาธารณะ ซึ่งเป็นกระบวนการสื่อสารที่มีปฏิสัมพันธ์กันตลอดเวลา เพื่อขับเคลื่อนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งในระดับบุคคล และระดับสังคมของเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม ผลการวิเคราะห์แบบจำลองความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการสื่อสารรณรงค์ด้านสุขภาพในเยาวชน ที่พัฒนาจากแบบจำลองเชิงบูรณาการของกระบวนการสื่อสารเพื่อการเปลี่ยนแปลงสังคม (Integrated Model of Communication for Social Change) ของ Figueroa, Kincaid, Rani and Lewis (2002) พบว่าปัจจัยที่ส่งอิทธิพลทางตรงสูงสุดต่อความสำเร็จในการเปลี่ยนแปลงระดับสังคม คือ การเปลี่ยนแปลงระดับบุคคล ส่วนตัวแปรที่ส่งอิทธิพลทางตรงสูงสุดต่อการเปลี่ยนแปลงระดับบุคคล คือ ปัจจัยแรงปฏิบัติการ และการมีส่วนร่วม โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.511 0.217 ตามลำดับ สำหรับตัวแปรการมีส่วนร่วม ได้รับอิทธิพลทางตรงจากปัจจัยแรงปฏิบัติการ เท่ากับ 0.423 ผลการวิจัยสามารถอธิบายถึงความสัมพันธ์เชิงสาเหตุดังกล่าว คือ การมีส่วนร่วมมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงต่ำกว่าปัจจัยแรงปฏิบัติการเพราะเยาวชนมีส่วนร่วมในลักษณะ “กึ่งมีส่วนร่วม” (semi-participation) ในกระบวนการสื่อสาร เหตุเพราะแกนการสื่อสารในการรณรงค์ยังเป็นการสื่อสารแบบแพร่กระจายที่ให้น้ำหนักกับการถ่ายทอดความรู้ในทิศทางต่างๆ โดยมีเยาวชนรับบทบาทเป็นตัวแทนการสื่อสาร (communicative agent) ขององค์กรอุปถัมภ์ทุน อย่างไรก็ตาม ผลวิจัยชี้ให้เห็นว่าหลักสำคัญสามประการในแบบจำลองการสื่อสารรณรงค์ด้านสุขภาพในเยาวชน คือ ความตั้งใจมุ่งมั่น การรู้เท่าทัน และการมีอำนาจในการตัดสินใจ

กานต์นะรัตน์ จรามร (2558) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนาแบบการดำเนินงานโดยชุมชนมีส่วนร่วมเพื่อลดพฤติกรรม การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบและศึกษาผลการใช้รูปแบบการ ดำเนินงานโดยชุมชนมีส่วนร่วมเพื่อลดพฤติกรรมบริโภคเครื่องดื่ม

แอลกอฮอล์ รูปแบบ การศึกษาเป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) แบ่งออกเป็น 3 ระยะได้แก่ ระยะที่ 1 ทบทวนเอกสารและศึกษาบริบทของชุมชน ระยะที่ 2 พัฒนารูปแบบการดำเนินงานโดยชุมชนมีส่วนร่วมเพื่อลดพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และระยะที่ 3 ศึกษาผลการใช้รูปแบบ การดำเนินงานโดยชุมชนมีส่วนร่วมเพื่อลดพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาได้แก่ผู้นำชุมชนและผู้เกี่ยวข้องจำนวน 30 คน โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการมีส่วนร่วมแบบเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นเครื่องมือเพื่อพัฒนารูปแบบการดำเนินงานเพื่อลดพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่าในขั้นตอนของการพัฒนารูปแบบการดำเนินงานโดยชุมชนมีส่วนร่วมเพื่อลดพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมวิจัยซึ่งได้แก่กำนันผู้ใหญ่บ้าน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ครู บุคลากรสาธารณสุข แกนนำสุขภาพ ฯลฯ เข้าร่วมในกระบวนการพัฒนารูปแบบในระดับสูงสุดโดย กลุ่มตัวอย่างมากกว่าร้อยละ 80 มีส่วนร่วมกิจกรรมทุกขั้นตอนของกระบวนการ ผลการใช้รูปแบบการดำเนินงานโดยชุมชนมีส่วนร่วมเพื่อลดพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์พบว่า ชุมชนมีการกำหนดมาตรการทางสังคม ชุมชนและภาคีเครือข่ายมีความเข้มแข็ง ประชาชนในชุมชนบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลง โรงเรียน วัดและสถานที่ราชการเป็นเขตปลอดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ร้านค้าในชุมชนส่วนใหญ่ไม่จำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประชาชนมีความรู้เรื่องโทษพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และเกิดนวัตกรรมชุมชนเพื่อลดพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่ารูปแบบการดำเนินงานโดยชุมชนมีส่วนร่วมเพื่อลดพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สามารถยกระดับศักยภาพของชุมชนในการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้ครอบครัวและชุมชนเกิดความตระหนักถึงปัญหาสุขภาพและปัญหาพฤติกรรมที่เกิดจากพฤติกรรมกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่งผลให้คนและชุมชนเกิดการเปลี่ยนแปลง เกิดความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาของชุมชนได้อย่างยั่งยืน

กฤษฎี โพธิ์ศรี และคณะ (2559) ได้ทำการศึกษาเรื่อง สถานการณ์การบริโภคและนโยบายการป้องกันเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในจังหวัดมหาสารคาม มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษา 1) สถานการณ์การบริโภคเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ในจังหวัดมหาสารคาม 2) นโยบายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในจังหวัดมหาสารคาม กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคือประชาชนทั่วไปที่มีอายุ 15-65 ปีขึ้นไป ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 396 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสัมภาษณ์สถานการณ์การบริโภคและนโยบายการป้องกันเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ สถิติที่ใช้คือสถิติเชิงพรรณนา ผลจากการวิจัย พบว่า 1) สถานการณ์การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พบว่า เพศชายมีความชุกของการดื่มสูงกว่าเพศหญิง เป็นนัก ดื่มประจำ ำ ร้อยละ 15.56 ดื่มครั้งคราว ร้อยละ 72.44 ดื่มแบบเสียร้อยละ 23.83 ดื่มแบบอันตรายร้อยละ 2.07 และดื่ม แบบติดร้อยละ 3.11 ดื่มแล้วขับ

ร้อยละ 43.36 โอกาสการตี๋มสุรามากที่สุด คือ งานปีใหม่ร้อยละ 46.21 รองลงมางาน สงกรานต์ร้อยละ 43.94 และตี๋มน้อยที่สุดคือบุญประเพณีประมาณร้อยละ 8.33 2)สถานการณ์ไม่ปฏิบัติตามนโยบายควบคุมเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ พบว่า เคยตี๋มในวัดร้อยละ 5.56 และใน สถานศึกษาร้อยละ 5.30 เคยเห็นการขายในสถานที่ห้ามขาย ร้อยละ 21.45 เห็นการขายในช่วงเวลาที่ห้ามขายในช่วงเวลา 14.01-16.59 น. ร้อยละ 83.54 และในช่วงหลังเที่ยงคืน 24.01-10.59 น.ร้อยละ 21.21 เห็นการขายให้กับ เด็กอายุต่ำกว่า 20 ปี ร้อยละ 37.88 และเคยพบเห็นการขายให้กลุ่มผู้ที่มีอาการ มีนเมา ร้อยละ 60 เคยเข้าร่วมงานศพ ปลอดเหล้า ร้อยละ 41.16 เคยเข้าร่วมงานบวชปลอดเหล้า ร้อยละ 38.13 เคยเข้าร่วมงานแต่งปลอดเหล้า ร้อยละ 23.99 3)การสนับสนุนการดำเนินมาตรการควบคุมแอลกอฮอล์ระดับจังหวัด พบว่า เห็นด้วยอย่างมากกับการจัดงาน บุญประเพณีปลอดเหล้า ร้อยละ 77.53 เห็นด้วยอย่างมากกับการจัดงานเทศกาลปลอดเหล้า ร้อยละ 73.74 เห็นด้วย อย่างมากกับ การมีชุมชนต้นแบบ ร้อยละ 83.03 เห็นด้วยอย่างมากกับการมีบุคคลต้นแบบ ร้อยละ 79.04 ผลการศึกษา แสดงให้เห็นว่าสถานการณ์การบริโภคเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ในจังหวัดมหาสารคาม มีแนวโน้มที่ สูงขึ้นและในส่วนของนโยบายการบังคับใช้กฎหมายยังไม่มีวามเข้มงวดเท่าที่ควร อีกทั้งมี นักตี๋มหน้าใหม่เพิ่มมากขึ้น

