

ประเทศไทยกับระบบอาหารที่ยั่งยืน

การระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนาไวรัส 2019 หรือ โควิด-19 ได้สร้างหายนะให้กับประเทศต่างๆ ทั่วโลกอย่างรุนแรง ก่อให้เกิดผลกระทบไปแทบทุกหย่อมหญ้า ชาวโลกต่างก็เดือดร้อนกันไปทั่วหน้า และทำให้เริ่มเห็นว่า พลโลกบางส่วนต้องถึงกับอดอยากเพราะตกงาน ขาดรายได้มาซื้อหาปัจจัยที่จำเป็น โดยเฉพาะอาหารเพื่อประทังชีวิต ทำให้มองเห็นว่า การที่ประเทศต่างๆ จะบรรลุถึงเป้าหมายการพัฒนาาระบบอาหารอย่างยั่งยืนเป็นเรื่องที่ย่างยากเสียแล้ว

คนในวงการสาธารณสุขจะคุ้นเคยกับเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน หรือเรียกกันสั้นๆ ว่า SDGs (ย่อมาจาก Sustainable Development Goals) เพราะถูกเตือนย้ำอยู่เสมอว่า ประเทศมีเป้าหมายในการเข้าถึง SDG ด้านสาธารณสุข ซึ่งเป็น SDG หมายเลข 3 (SDG3) แต่มักจะไม่รู้หรือไม่สังเกตว่า ใน SDGs ทั้ง 17 ข้อ นั้น มีเรื่องของอาหารรวมอยู่ด้วย คือ SDG หมายเลข 2 ซึ่งระบุว่าทุกประเทศต้อง “ขจัดความหิวโหย บรรลุความมั่นคงทางอาหาร และสนับสนุนเกษตรกรรมอย่างยั่งยืน”

ตอนที่ผู้นำของประเทศประชุมกันเพื่อให้ความเห็นชอบกับเป้าหมาย SDGs เมื่อปี พ.ศ. 2558 นั้น มีการมุ่งเป้าไปที่ระบบอาหารอยู่แล้ว ก็แสดงว่า ในขณะนั้นเรื่องอาหารก็กำลังเป็นปัญหาสำคัญปัญหาหนึ่งของโลก ยิ่งมาตอนนี้ ตอนที่โลกกำลังถูกคุกคามอย่างหนักด้วยโรคโควิด-19 ปัญหาของระบบอาหารถูกกระทบรุนแรงขึ้นมาก ทำให้การเข้าถึงเป้า SDG2 เป็นไปได้ยากเสียแล้ว และด้วยเหตุที่อาหารเป็นปัจจัยหนึ่งทางสังคมในการกำหนดสุขภาพของมนุษย์ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าเป็น

social determinant of health ความรุนแรงของปัญหานี้ย่อมกระทบต่อการมีสุขภาพของคนในประเทศต่างๆ อย่างเลี่ยงไม่ได้

หัวใจสำคัญของ SDG2 ก็คือการมีระบบอาหารที่ยั่งยืน กล่าวคือ ต้องมีการบริหารจัดการอย่างมีประสิทธิภาพ และต้องทำให้ประชากรในทุกพื้นที่สามารถเข้าถึงอาหารที่ปลอดภัยและมีคุณค่าทางโภชนาการ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ประชาชนที่ยากจน เปราะบางและด้อยโอกาส ในขณะเดียวกัน ก็ต้องส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพทางอาหารและโภชนาการ (food literacy) เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่นอกจากจะลดความหิวโหยแล้ว ต้องส่งผลต่อภาวะโภชนาการที่ดี ลดความเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (หรือ NCDs) ที่เป็นภาระทางสุขภาพ เป็นสาเหตุความสูญเสียสุขภาพและการเสียชีวิตก่อนวัยอันควรลำดับต้นๆ ของประชากรไทย ต้องไม่ลืมว่า การบริโภคอาหารที่ไร้สุขภาพเป็น 1 ใน 4 สาเหตุของการป่วยและเสียชีวิตจากโรค NCDs (นอกเหนือไปจากการดื่มสุรา การบริโภคยาสูบ และการไม่มีกิจกรรมทางกาย)

ระบบอาหารที่ยั่งยืนหมายถึงระบบอาหารที่ให้ความมั่นคงด้านอาหารและโภชนาการแก่ทุกคนในทุกมิติ สร้างความมั่นคงทางอาหารและโภชนาการ สร้างประโยชน์ในวงกว้างสำหรับการมีสุขภาพที่ดีของประชาชน (ความมั่นคงทางสุขภาพ) การมีสังคมสุขภาพ (ความยั่งยืนทางสังคม) การสร้างรายได้ (ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ) และไม่เป็นอันตรายต่อสภาพแวดล้อม (ความยั่งยืนด้านสิ่งแวดล้อม)

ปัญหาด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการในประเทศไทยมีหลากหลาย เช่น คนไทยบางส่วนกินไม่ครบ 3 มื้อ กินอาหารรสหวานจัด เค็มจัด ทำให้เสี่ยงต่อโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ซึ่งมีจำนวนผู้ป่วยเพิ่มขึ้นมาตลอด และผู้ป่วยส่วนหนึ่งยังไม่รู้ตัวว่าเป็นโรค ส่วนที่รู้ตัวก็ควบคุมภาวะการป่วยไม่ได้ ขณะเดียวกัน การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 6 เดือนแรกมีอัตราต่ำมาก และมีแนวโน้มลดลง เด็กอายุน้อยกว่า 5 ปี มีภาวะน้ำหนักน้อย เตี้ย ผอม และน้ำหนักเกิน เพิ่มขึ้นทุกด้าน ซึ่งสาเหตุสำคัญมาจากปัญหาทางโภชนาการ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ภาวะอ้วน ซึ่งคนไทยกว่า 1 ใน 3 มีดัชนีมวลกายบ่งชี้ถึงภาวะน้ำหนักเกิน และจากการประเมินโดยการวัดเส้นรอบเอวพบว่า ความชุกของภาวะอ้วนลงพุงเพิ่มขึ้นมาตลอด และพบในเพศหญิงสูงกว่าเพศชายอย่างชัดเจน

เนื่องจากปัญหาทางอาหารและโภชนาการค่อนข้างซับซ้อน เกี่ยวโยงถึงบริบทต่างๆ ที่หลากหลายตั้งแต่ต้นน้ำ คือการผลิต กลางน้ำ คือการกระจาย การตลาด การซื้อหา ไปจนถึงปลายน้ำ คือการบริโภค สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ทำเรื่องนี้มานาน โดยส่งเสริมการดำเนินงานของภาคีต่างๆ ตลอดห่วงโซ่ ที่ผ่านมานับว่ามีความก้าวหน้าพอสมควร โดยเป้าหมายสำคัญมี 3 ด้าน คือ การสร้างความมั่นคงทางอาหาร การส่งเสริมอาหารปลอดภัย และการบริโภคอาหารอย่างมีสุขภาพและมีคุณค่าทางโภชนาการ นอกจากนี้ งานหนักอีกประการหนึ่งคือการเสริมสร้างความรอบรู้ของประชาชนในด้านอาหาร ซึ่งปัจจุบันจะเห็นว่า มีความตื่นตัวในสังคมพอสมควร เช่น การเลือกซื้อผักปลอดสารพิษ การสั่งเครื่องดื่มหวานน้อย การไม่เติมผงชูรสในอาหาร เป็นต้น แต่ก็ยังมีคนไทยจำนวนมากขาดความรู้ในด้านอาหารและโภชนาการ

งานด้านอาหารและโภชนาการทั้ง 3 ด้านมีความเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมเกษตรกรรมยั่งยืน การแบนสาร

พิษทางการเกษตร การส่งเสริมเกษตรชุมชน การทำสวนเกษตรในสถานศึกษาและในโรงพยาบาล การส่งเสริมการเข้าถึงอาหารในประชากรทุกกลุ่ม การลดบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม การส่งเสริมนมแม่ ฯลฯ ซึ่งแต่ละด้านต้องประกอบด้วยกิจกรรมต่างๆ มากมายมาบูรณาการกันจนเป็นระบบที่ยั่งยืนซับซ้อน จึงต้องการภาคีหลากหลายภาคส่วนมาช่วยกันดำเนินการ

ขณะนี้ ภาคีอาหารกำลังช่วยการจัดทำแผนอาหารเพื่อสุขภาพโดยกำหนดเป้าหมายหลักคือ “ประชาชนไทยมีการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ภายใต้อาหารที่ยั่งยืน” และมีเป้าหมายสำคัญในระยะ 10 ปี คือ “ประชาชนไทยมีสุขภาพทางอาหารและลดการเจ็บป่วยจากโรค NCDs” โดยมียุทธศาสตร์สำคัญ 4 ด้าน ได้แก่ (1) ยุทธศาสตร์ที่ 1 สร้างความรอบรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ เกิดพลเมืองอาหารและชุมชนอาหาร (2) ยุทธศาสตร์ที่ 2 สร้างสภาพแวดล้อมอาหารที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ (3) ยุทธศาสตร์ที่ 3 ส่งเสริมระบบเศรษฐกิจอาหารชุมชนและเครือข่ายคุ้มครองทางสังคม และ (4) ยุทธศาสตร์ที่ 4 ส่งเสริมการขับเคลื่อนนโยบายและกฎหมาย

โดยกำหนดกลไกสนับสนุนคือ ส่งเสริมการบูรณาการงาน การพัฒนาความร่วมมือ การจัดการข้อมูลติดตามความก้าวหน้าและสื่อสารความเสี่ยง การจัดการความรู้ เป็นต้น

คงต้องมาติดตามกันว่า การ “ขจัดความหิวโหย บรรลุความมั่นคงทางอาหาร และสนับสนุนเกษตรกรรมอย่างยั่งยืน” ของประเทศไทยจะสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ใน SDG ในปี พ.ศ. 2573 ได้หรือไม่ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในภาวะที่ประเทศกำลังได้รับผลกระทบอย่างหนักจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 และความยุ่งยากจากการฟื้นตัวทางเศรษฐกิจและสังคมหลังการระบาดของโรคนี้

นพ. วิวัฒน์ โรจนพิทยากร

บรรณาธิการ