



ข่าวสุขภาพ

วันพฤหัสบดีที่ 8 พฤษภาคม 2557

เผยลดพฤติกรรมเสี่ยง ลดอัตราตายก่อนวัยลง

พลังการศึกษาของทีมนักวิจัยจากวิทยาลัยอิมพีเรียล ในกรุงลอนดอน ประเทศอังกฤษ ที่เผยแพร่ในวารสารการแพทย์แลนเซตระบุว่าหากประชากรบนโลกสามารถลดพฤติกรรมความเสี่ยงทั้งหลาย เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ กินอาหารเค็ม ความดันโลหิต น้ำตาลในเลือดและภาวะโรคอ้วนได้ จะสามารถลดจำนวนผู้ที่เสียชีวิตก่อนวัยอันควรลงได้มากกว่า 37 ล้านคน ภายในปี ค.ศ.2025

โดยหากทั่วโลกสามารถทำได้ตามเป้าหมายในปี 2025 ก็จะลดอัตราการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร ทั้งจากโรคหัวใจ โรคปอด เส้นเลือดในสมองแตก มะเร็ง หรือเบาหวาน ได้มากถึง 22 เปอร์เซ็นต์ในผู้ชาย และ 19 เปอร์เซ็นต์ในผู้หญิง ซึ่งเท่ากับเป็นการป้องกันหรือยืดระยะเวลาการเสียชีวิตของผู้ที่อายุระหว่าง 30-70 ปี ลงได้อย่าง

น้อย 16 ล้านคน และคนที่อายุ 70 ปีขึ้นไปได้อีก 21 ล้านคน สำหรับเป้าหมายของทีมวิจัยที่ตั้งไว้ภายในปี 2025 คือ ลดจำนวนผู้สูบบุหรี่ลงให้ได้ 30 เปอร์เซ็นต์ ลดปริมาณการดื่มแอลกอฮอล์ลง 10 เปอร์เซ็นต์ ลดการบริโภคเกลือลง 30 เปอร์เซ็นต์ ลดความดันโลหิต 25 เปอร์เซ็นต์ และหยุดการเพิ่มขึ้นของผู้ที่อยู่ในภาวะโรคอ้วนและโรคเบาหวาน

อย่างไรก็ตาม หากสามารถลดการสูบบุหรี่ลงได้ถึง 50

เปอร์เซ็นต์ ภายในปี 2025 เท่ากับว่าจะสามารถลดอัตราการเสียชีวิตก่อนวัยอันควรลงได้ 24 เปอร์เซ็นต์ในผู้ชาย และ 20 เปอร์เซ็นต์ในกลุ่มผู้หญิง

แต่ถ้าหากทำไม่ได้ตามเป้าหมายนี้ ผลก็คือ ปี 2025 ปีเดียวจะมีผู้เสียชีวิตก่อนวัยอันควรมากถึง 38.8 ล้านคน มากกว่าปี 2010 ถึง 10.5 ล้านคน

มาจิด เอชชาติ หนึ่งในผู้ร่วมวิจัยครั้งนี้บอกว่า ผู้ที่จะได้ประโยชน์สูงสุดจากการลดพฤติกรรมเสี่ยงเหล่านี้จะอยู่ในประเทศที่มีรายได้ต่ำหรือระดับปานกลาง ที่มีผู้เสียชีวิตจากโรคที่สามารถป้องกันได้มากถึง 31 ล้านคน

