

เราจะน้อมนำศาสตร์พระราชามาใช้ในระบบสุขภาพได้อย่างไร จึงจะถึงพร้อมซึ่งความยั่งยืนในยุคไทยแลนด์ 4.0

How can we conduct the King Bhumibol's Philosophy of Sufficiency Economy
on health systems to Lead Sustainable Development on Thailand 4.0

เสาวรี เอี่ยมละออ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
a.saowareewriter@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการเรื่อง เราจะน้อมนำศาสตร์พระราชามาใช้ในระบบสุขภาพได้อย่างไร จึงจะถึงพร้อมซึ่งความยั่งยืนในยุคไทยแลนด์ 4.0 มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพของประชากรไทย และวิเคราะห์การน้อมนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับการแก้ปัญหาสุขภาพในประเทศไทยตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับปัจจุบัน โดยแนวคิดการดูแลสุขภาพอย่างยั่งยืน เป็นแนวคิดที่ท้าทายเป็นอย่างมากภายใต้สถานการณ์ของสังคมปัจจุบันที่ประกอบด้วยปัญหามากมายทั้งด้านสังคม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม และปัญหาด้านทุนมนุษย์ เริ่มตั้งแต่การพัฒนานานาชาติเพื่อให้ได้มีความรู้ มีปัญหาในการแก้ไขปัญหาสุขภาพทั้งระบบ โดยเริ่มจากการดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชน โดยได้รับการส่งเสริมสนับสนุนจากภาครัฐด้านการจัดการระบบสุขภาพ การบังคับใช้กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ เพราะปัญหาสุขภาพส่วนหนึ่งมาจากการดำเนินชีวิตประจำวันที่มีความเสี่ยง เช่นการรับประทานอาหารที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคร้าย สารพิษในผักและผลไม้ที่ผลิตในประเทศและนำเข้าจากต่างประเทศ มีการตรวจพบสารพิษเกินมาตรฐาน นอกจากนั้นผัก ผลไม้ที่ได้รับการรับรองมาตรฐานปลอดภัย กลับตรวจพบว่ามีค่าสารพิษเกินมาตรฐาน ดังนั้น ภายใต้การน้อมนำศาสตร์พระราชามาใช้ในระบบสุขภาพภายใต้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 เราจะต้องดำเนินการอย่างครอบคลุมในทุก ๆ ด้านเพื่อน้อมนำศาสตร์พระราชามาใช้ในระบบสุขภาพให้ยั่งยืนต่อไป

คำสำคัญ: ศาสตร์พระราชา ระบบสุขภาพ ความยั่งยืน

Abstract

This article “How can we conduct the King Bhumibol’s Philosophy of Sufficiency Economy on health systems to lead sustainable development on Thailand 4.0”. It aimed to analyze the health problems of the Thai people, and analyze how to conduct the sufficiency economy Philosophy and solving health problems in Thailand according to the current National Economic and Social Development Plan. The sustainable health care is a very challenging concept under the current social situation, which consists of many social, economic, environmental, and human capital problems. It is essential to develop people for quality to gain knowledge and intelligence to solve health problems, focusing on self-care for individuals, family and communities. It should include the government support in health system management and enforcement of the law on health issues. Because some health problems are caused by risky behavior in daily life, such as eating some foods that leads to disease easily. Sometimes we found that toxins in fruits and vegetables, both domestically produced and imported from abroad was detected to exceed the standard toxic substances. Under the guidance of the King’s Philosophy in the health system according to the 12th National Economic and Social Development Plan, we need to do all covers to conduct the king’s philosophy to sustainable the health care system.

Keywords: The King’s Philosophy, health system, sustainability

1. บทนำ

ภายใต้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) ได้ให้ความสำคัญกับระบบสุขภาพแนวใหม่ นั่นคือแนวคิดการดูแลสุขภาพอย่างยั่งยืน เป็นการเตรียมความพร้อมด้านกำลังคนและการเสริมสร้างศักยภาพของประชากรในทุกช่วงวัย เน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และการลดปัจจัยเสี่ยงด้านสภาพแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพ ซึ่งแนวทางการพัฒนาดังกล่าว จำเป็นต้องพัฒนาระบบอื่นที่เกี่ยวข้องไปพร้อม ๆ กัน ได้แก่ การพัฒนาระบบการผลิตการเกษตร เน้นการสร้างองค์ความรู้ทางวิชาการเกษตร วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีและนวัตกรรมแบบมีส่วนร่วมที่เชื่อมโยงกับฐานทรัพยากรชีวภาพ (Bio Based) ในการสร้างมูลค่าเพิ่มให้สินค้าเกษตรมีความปลอดภัย ไม่ส่งผลเสียต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนและสิ่งแวดล้อมของประเทศ และที่สำคัญมากอีกประการหนึ่งคือ การพัฒนาคนให้มีคุณภาพ มีความรู้ ซึ่งในยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศในแผนพัฒนาฉบับที่ 12 ให้ความสำคัญกับยุทธศาสตร์ที่เป็นปัจจัยสนับสนุน 1 ใน 4 ข้อนั้น คือ การเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพทุนมนุษย์ โดยแนวทางการพัฒนาที่สำคัญเกี่ยวกับสุขภาพได้กำหนดว่า จะต้องลดปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพและให้ทุกภาคส่วนคำนึงถึงผลกระทบต่อสุขภาพ อาทิ ส่งเสริมให้มีกิจกรรมทางสุขภาพและโภชนาการที่เหมาะสมกับวัย ปรับปรุงมาตรฐานทางกฎหมายและอาชีพในการควบคุมและผลิตภัณฑ์ที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ เพิ่มประสิทธิภาพการบริหารจัดการระบบสุขภาพภาครัฐ และปรับระบบการเงินการคลังด้านสุขภาพ อาทิ ปรับระบบบริหารจัดการร่วมกันระหว่าง สถานพยาบาลทุกสังกัดในเขตพื้นที่สุขภาพ พัฒนาระบบการดูแลและสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับสังคมสูงวัย อาทิ ผลักดันให้มีกฎหมายการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว เป็นต้น (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี หน้า 4-12)

สาระสำคัญดังกล่าว เป็นเรื่องที่น่ายินดีเพราะเป็นการแก้ปัญหาจากสาเหตุรากเหง้า (Root cause) ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพในเกือบทุก ๆ ด้าน สาเหตุรากเหง้าที่สำคัญประการหนึ่งคือ “มนุษย์” ซึ่งพบว่า ในประเทศไทยนั้น ยังมีปัญหาในด้านคุณภาพคนในแต่ละช่วงวัย โดยผลลัพธ์ทางการศึกษาของเด็กวัยเรียนค่อนข้างต่ำ จึงต้องวางแผนพัฒนาคนให้มีความสมบูรณ์ เพื่อให้คนไทยมีทัศนคติและพฤติกรรมตามบรรทัดฐานของสังคม ได้รับการศึกษาที่มีคุณภาพสูงตามมาตรฐานสากล และสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง มีสุขภาวะดีขึ้น (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานรัฐมนตรี หน้า 11) ด้วยเชื่อว่า ถ้ามนุษย์มีศักยภาพสูงขึ้น มีความรู้ ความคิด มีคุณธรรม จริยธรรม จะเป็นรากฐานในการน้อมนำศาสตร์พระราชามาใช้อย่างมีประสิทธิภาพ และจะส่งผลสำเร็จสูง นอกจากนั้น ยังแก้ไขปัญหาเชิงระบบทุกภาคส่วน ได้แก่ การพัฒนาระบบสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อระบบสุขภาพ พัฒนาระบบการผลิตการเกษตร ซึ่งก่อนหน้านี้จนถึงปัจจุบันยังพบว่า ผลผลิตทางการเกษตรมีปัญหาในเรื่องสารเคมี ยาฆ่าแมลงต่าง ๆ ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชากรตามมาเป็นระยะเวลานาน จะเห็นได้จากการตรวจสอบพบว่ามีการพืษตกค้างในผักสดและผลไม้สดเกินมาตรฐานทั้งจากผัก ผลไม้ที่นำเข้ามาจากต่างประเทศ และผัก ผลไม้ที่ผลิตในประเทศไทย โดยสารพืษดังกล่าวประกอบด้วยสารพืษกลุ่มที่เป็นยาฆ่าแมลงกลุ่มออร์แกนโนฟอสเฟต และกลุ่มคาร์บาเมต ซึ่งมีกลไกในการยับยั้งการทำงานของเอ็นไซม์โคลีนเอสเตอเรส สารกลุ่มนี้มีพืษต่อระบบประสาทโดยไปยับยั้งการทำงานของอะเซทิลโคลีน (acetylcholine) เกิดผลกระทบต่อกล้ามเนื้อหัวใจและต่อมไร้ท่อทำให้เกิดอาการแน่นหน้าอก เหงื่อแตก คลื่นไส้ อาเจียน ตะคริว และกล้ามเนื้อสั่นสวาบไม่อยู่ ส่วนสารกลุ่มคาร์บาเมตจะยับยั้งการทำงานของเอ็นไซม์โคลีนเอสเตอเรส จะเกิดอาการต่าง ๆ เช่นเดียวกับกลุ่ม ออร์แกนโนฟอสเฟต (จิราพร ใจเกลี้ยง, ศิริพร จันทรมณี และอรพรรณ หนูแก้ว, มปป.) นอกจากเกิดอาการเฉียบพลันดังกล่าวแล้ว ยังพบว่าการเกิดโรคจากสารเคมีกำจัดศัตรูพืษนั้นจะส่งผลกระทบต่อเกษตรกรผู้ไ้ยาโดยตรงและผู้บริโภคในระยะยาวด้วยเช่นกัน

สุขภาพของประชาชนจะดีไม่ได้ ถ้าประชาชนยังขาดความรู้ ขาดคุณธรรม เอาแต่เอาเปรียบ และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน เนื่องจากทุกอย่างมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันเป็นลูกโซ่ แม้กระทั่งการบังคับใช้กฎหมายเพื่อควบคุมการผลิตให้มีความปลอดภัย

จึงเป็นที่น่ายินดีที่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับล่าสุด ได้น้อมนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ภูมิพลอดุลยเดชมาเป็นแนวทางปฏิบัติ ซึ่งในส่วนของภาวะสุขภาพนั้น กระทรวงสาธารณสุขได้มีการวางแผนที่จะพัฒนาภาวะสุขภาพของประชาชนอย่างเป็นระบบ แต่อย่างไรก็ตาม ภายใต้สภาพการณ์ปัจจุบัน ทั้งด้านสิ่งแวดล้อมที่เต็มไปด้วยมลพิษ อาหารที่ไม่ปลอดภัย ทั้งอาหารที่นำเข้า อาหารที่ผลิตในประเทศ แม้จะผ่านการได้รับตรามาตรฐานมาแล้วก็ตาม แต่ผลการตรวจพบว่า ไม่มีคุณภาพ มีความเสี่ยงต่อสุขภาพ ทั้งค่านิยมในการรับประทานอาหารของเด็กไทยที่เปลี่ยนไป จึงเป็นประเด็นที่ค่อนข้างจะทำทนายว่า เราจะน้อมนำศาสตร์พระราชามาใช้ในระบบสุขภาพได้อย่างไร จึงจะถึงพร้อมซึ่งความยั่งยืนในยุคไทยแลนด์ 4.0

2. วัตถุประสงค์

2.1 เพื่อวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพของประชากรไทย

2.2 เพื่อวิเคราะห์การน้อมนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับการแก้ปัญหาสุขภาพในประเทศไทยตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับปัจจุบัน

3. เราจะน้อมนำศาสตร์พระราชามาใช้ในระบบสุขภาพได้อย่างไร จึงจะถึงพร้อมซึ่งความยั่งยืนในยุคไทยแลนด์ 4.0

ความพร้อม ความยั่งยืน ในยุคไทยแลนด์ 4.0 ในระบบสุขภาพนั้น หมายถึง การดูแลสุขภาพในระดับตนเอง และในระดับองค์กร ซึ่งองค์กรที่รับผิดชอบโดยตรง ได้แก่กระทรวงสาธารณสุข ต้องทำงานเป็นระบบและเชื่อมโยงกับหน่วยสุขภาพระดับปฐมภูมิ โดยอาศัยความรู้ความเข้าใจในการน้อมนำศาสตร์พระราชามาใช้ ในที่นี้จะกล่าวถึงหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้เป็นอย่างดีในระบบสุขภาพ นั่นคือหลัก 3 ห่วง 2 เงื่อนไข

การที่จะมีความพร้อม ความยั่งยืน ในระบบสุขภาพได้นั้น จำเป็นต้องวิเคราะห์ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

3.1 ปัญหาสุขภาพของประชากรไทย

สุขภาพหมายถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งกาย จิตและสังคม โดยพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติปี 2550 ได้ให้ความหมายของสุขภาพไว้ว่า “คือภาวะที่มีความพร้อมสมบูรณ์ทั่วร่างกาย คือ ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงคล่องแคล่ว มีกำลังไม่เป็นโรค ไม่พิการ ไม่มีอุบัติเหตุอันตราย มีสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมต่อสุขภาพ

จากความหมายของสุขภาพดังกล่าว ถ้าจะมาวิเคราะห์ภาวะสุขภาพของคนไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน จะพบว่า เรามีแนวโน้มที่จะมีภาวะสุขภาพที่มีปัญหามากขึ้น เนื่องจากผลกระทบที่เกิดขึ้นมากมายเกือบทุกด้าน จะเห็นได้จากสถิติโรคต่างๆ ที่เพิ่มมากขึ้น และเป็นสาเหตุที่ทำให้คนไทยเสียชีวิตมากที่สุด 5 อันดับแรก ล้วนเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตที่ไม่เหมาะสม โดยพบว่า โรคที่ทำให้คนไทยเสียชีวิตเป็นอันดับ 1 ได้แก่โรคมะเร็ง อันดับ 2 โรคหลอดเลือดสมอง อันดับ 3 โรคปอดอักเสบ อันดับ 4 โรคหัวใจขาดเลือด และอันดับ 5 อุบัติเหตุจากการคมนาคมขนส่งทางบก (สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข, 2558) ซึ่งปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งนั้น ได้แก่ ปัจจัยจากสิ่งแวดล้อมภายนอกร่างกาย เช่นสารก่อมะเร็งที่ปนเปื้อนมากับอาหาร อากาศ เครื่องดื่ม ยารักษาโรค รวมทั้งการได้รับรังสี เชื้อไวรัส เชื้อแบคทีเรียต่าง ๆ ปัจจัยจากพฤติกรรม การสูบบุหรี่ ดื่มสุราเป็นประจำ การรับประทานอาหารที่ไม่ถูกหลักโภชนาการ เป็นต้น

3.2 สาเหตุที่สำคัญของการเกิดปัญหาสุขภาพของประชากรไทย

สาเหตุที่สำคัญของการเกิดปัญหาสุขภาพของประชากรไทยมีหลายอย่างที่สำคัญ มีดังนี้

3.2.1 อาหาร โดยสาเหตุหลักที่ทำให้ภาวะสุขภาพของประชากรไทยได้รับผลกระทบ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตจากสังคมดั้งเดิมที่เป็นเกษตรกรรมพอเพียง ดำรงชีวิตอย่างผสมผสาน สมดุล เปลี่ยนมาเป็นสังคมที่

เรียกว่า มีการพัฒนาอย่างก้าวกระโดด การทำเกษตรกรรมเป็นการทำเพื่อธุรกิจเป็นประการสำคัญ เช่น ถ้าจะปลูกพืชชนิดใดก็ปลูกชนิดนั้นเพียงอย่างเดียว แต่เพิ่มปริมาณให้มาก ทำให้ขาดความสมดุลในระบบนิเวศน์ และง่ายต่อการเกิดผลกระทบเมื่อราคาพืชผลผันแปรในท้องตลาด ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพกายและใจตามมา นอกจากนี้ การเพาะปลูกพืชเกือบทุกชนิด เกษตรกรนิยมใช้ยาฆ่าแมลงที่เป็นสารเคมีและส่งผลกระทบต่อตัวเกษตรกรผู้บริโภค เนื่องจากปริมาณสารพิษตกค้างในพืชผักมีปริมาณมากเกินกำหนด แม้กระทั่งผักพื้นบ้านเช่นใบกระเพรา โหระพา ชะอม หรือผักที่ได้การประทับตราว่าเป็นผักปลอดภัยก็ยังมีสารพิษตกค้างเกินปริมาณที่กำหนด โดยจากการตรวจหาสารพิษจากผัก ผลไม้ของ Thai-pan ซึ่งเป็นองค์กรอิสระ เป็นเครือข่ายเตือนภัยสารเคมีกำจัดศัตรูพืช ได้แถลงผลการเฝ้าระวังสารเคมีกำจัดศัตรูพืชตกค้างในผักและผลไม้ ประจำปี 2559 โดยสุ่มเก็บจำนวน 138 ตัวอย่าง ในผัก 10 ชนิด ได้แก่ กะหล่ำปลี แตงกวา ผักบุ้งจีน มะเขือเทศ ผักกาดขาวปลี คะน้า ถั่วงอกยาว มะเขือเปราะ กระเพราและพริกแดง แตงโม มะม่วงน้ำดอกไม้ มะละกอ แก้วมังกร ฝรั่ง และส้มสายน้ำผึ้ง จำนวน 138 ตัวอย่าง และส่งไปวิเคราะห์หาสารเคมีกำจัดศัตรูพืชตกค้างแบบ Multi Residue Screen (MRPS) ณ ห้องปฏิบัติการที่ได้รับการรับรอง ISO/IEC 17025:2005 ที่ประเทศอังกฤษ ซึ่งสามารถวิเคราะห์หาสารพิษตกค้างได้กว่า 450 ชนิด ซึ่งแหล่งจำหน่ายที่พบได้แก่ ห้างสรรพสินค้าในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ทั้งกลุ่มสินค้าที่ได้เครื่องหมายรับรองมาตรฐาน Q และ Organic Thailand สรุปลักษณะพบว่า มีสารตกค้างเกินมาตรฐานสูงถึง 46.4% (<http://thaipublica.org/2016/05/thai-pan-4-5-2559>) สอดคล้องกับการตรวจสอบสารเคมีฆ่าแมลงตกค้างของสารกลุ่มออร์กาโนฟอสเฟตและคาร์บาเมตในผักในพื้นที่จังหวัดสมุทรปราการ (พัชรี ภคกษมา, สุวรรณิ สายสิน และสรมน สุทิน, 2559) ที่พบว่า มีการตกค้างของสารเคมีกลุ่มออร์กาโนฟอสเฟตและคาร์บาเมตในผักตัวอย่างจากตลาดสด และห้างสรรพสินค้าในพื้นที่จังหวัดสมุทรปราการ ทั้งผักที่ได้รับการรับรองว่าปลอดสารพิษ และผักทั่วไป โดยอยู่ระดับที่ไม่ปลอดภัยคิดเป็นร้อยละ 86.22 โดยเป็นผักจากตลาดสด 173 ตัวอย่าง และจากผักปลอดสารพิษจากห้างสรรพสินค้าจำนวน 21 ตัวอย่าง นอกจากนี้ยังพบว่า แตงกวาและมะเขือเปราะมีระดับสารพิษในระดับที่ไม่ปลอดภัยมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 95.56 ของจำนวนตัวอย่างแตงกวาและมะเขือเปราะที่นำมาตรวจสอบ เช่นเดียวกับการตรวจหาฆ่าแมลงตกค้างในผักจากตลาดในอำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี (จิราพร ใจเกลี้ยง, ศิริพร จันทรมณี และอรพรรณ หนูแก้ว มปป.) ที่เก็บตัวอย่างผักจากตลาด 5 แห่ง พบว่าต้นหอมและผักคะน้า มีสารพิษอยู่ในระดับไม่ปลอดภัย ร้อยละ 39.4 และร้อยละ 6.06 ตามลำดับ นอกจากนี้สารพิษตกค้างเหล่านี้จะพบในผัก ผลไม้ที่ผลิตในประเทศไทยแล้ว ยังพบสารพิษตกค้างในผักสดและผลไม้สดที่นำเข้าจากต่างประเทศด้วยเช่นกัน จากการศึกษาสถานการณ์ กฎหมายและการควบคุมสารพิษตกค้างในผักสดและผลไม้สดนำเข้าจากต่างประเทศ (อมรินทร์ นันทวิทยากรณ์, 2012) ในช่วงปีงบประมาณ 2551-2555 พบว่า มีสารพิษตกค้างในผักสดและผลไม้สดนำเข้าจากต่างประเทศ โดยเป็นผักสดทั้งสิ้น 35 ชนิด นำเข้าจากสาธารณรัฐประชาชนจีน อินเดีย ญี่ปุ่น ออสเตรเลีย อังกฤษ นิวซีแลนด์ แคนาดา และสหรัฐอเมริกา โดยพบว่ามีสารพิษตกค้างมากที่สุดคือ ส้มจากพม่า ทับทิมจากอินเดีย แอปเปิ้ลจากสหรัฐอเมริกา สโตเบอร์จากสาธารณรัฐประชาชนจีน สารพิษตกค้างจำแนกได้เป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มออร์กาโนฟอสฟอรัส คาร์บาเมต ออร์กาโนคลอรีน และกลุ่มไพรีทรอยด์ และยังพบผักสดที่มีสารพิษตกค้างจำนวน 9 ชนิด คือ กระหล่ำตอก คื่นช่าย แครอท คะน้า ผักกาดขาว ถั่วงอก เต้าหู้ยี้ บร็อกโคลี่ ปวดเล้ง และพริกแห้ง ส่วนผลไม้สดที่พบมี 9 ชนิด เช่นกัน ได้แก่ แก้วมังกร ทับทิม พลับ แพร้ ส้ม สาลี่ สโตเบอร์ องุ่น และแอปเปิ้ล

สิ่งที่ตรวจพบนี้สะท้อนให้เห็นถึงปัญหาของเกษตรกรที่ขาดความเข้าใจหรือขาดความตระหนักในการประกอบอาชีพ ซึ่งอาจจะเป็นสาเหตุสำคัญประการหนึ่งในการทำให้เกิดสารก่อมะเร็งเรื้อรังตามมาทั้งเกษตรกรและผู้บริโภค ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข ศ.คลินิกเกียรติคุณ นพ.ปิยสกล สกลสัตยากร ซึ่งกล่าวว่า กระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายดูแลสุขภาพประชาชน โดยเฉพาะกลุ่มเกษตรกรที่มีถึง 11.9 ล้านคน มีปัญหาที่น่าเป็นห่วงคือ อันตรายจากการใช้สารเคมีในการเกษตรเพื่อเพิ่มผลผลิตหรือการใช้ยาปราบศัตรูพืช โดยผลการตรวจคัดกรองความเสี่ยงของกลุ่มเกษตรกรในปี 2558 จำนวน 341,039 คน พบว่า มีความเสี่ยงและไม่ปลอดภัยจากพิษสารเคมีกำจัดศัตรูพืชถึงร้อยละ 32 และข้อมูลจากสำนักนโยบายและยุทธศาสตร์กระทรวงสาธารณสุข พบว่ารอบ 5 ปี มีผู้ป่วยจากพิษสารเคมีกำจัดศัตรูพืชเพิ่มสูงถึง 4 เท่าตัว (<http://news.sanook.com>)

นอกจากนั้นยังรวมถึงการเกิดขึ้นของวัฒนธรรมการรับประทานอาหารแบบสมัยใหม่ นั่นคืออาหารที่นิยมใส่ผงปรุงรส อาหาร fast food อาหารทอด ซึ่งมีทั้งในห้างใหญ่และตามตลาดนัดในชนบท ที่พบบ่อยได้แก่อาหารประเภทไส้กรอกใส่สีและ สารบอแรกซ์ ลูกชิ้น กุ้งแห้งที่ใส่สีย้อมเสื่อแทนสีผสมอาหาร และการใช้วัสดุใส่อาหารเช่นกล่องโฟม ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็น อันตรายต่อสุขภาพทั้งสิ้น โดยเฉพาะเด็กที่นิยมรับประทานอาหารดังกล่าว จะส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของเยาวชนของ ชาติเป็นอย่างมาก

3.2.2 สิ่งแวดล้อมจะเห็นว่าการเกิดขึ้นของโรงงานอุตสาหกรรม การทำกิจการปศุสัตว์ฯ ส่งผลต่อ ระบบของสิ่งแวดล้อม เช่น การที่โรงงานหลายแห่งปล่อยน้ำเสียลงในแม่น้ำ จนทำให้เกิดผลกระทบตามมาต่อสัตว์น้ำและประชาชน ที่อาศัยอยู่ริมแม่น้ำ

3.2.3 อุบัติเหตุจากสถิติพบว่า การเกิดอุบัติเหตุจากรถสูงชันอย่างน่าตกใจ โดยในปี 2558 และ 2559 จากสถิติขององค์การอนามัยโลกพบว่า ประเทศไทยเกิดอุบัติเหตุจากรถเป็นอันดับ 2 ของโลกและยังมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น เรื่อย ๆ (ประชาชาติธุรกิจ <https://www.prachachat.net/local-economy/news-74655>) ส่วนหนึ่งก็เกิดจากการขาดวินัย ในการจราจร ขับรถเร็ว ตัดฝูราแล้วขับรถ การไม่ตรวจสอบประสิทธิภาพของเครื่องยนต์ ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงการขาดความ พอประมาณ ขาดความมีเหตุผล ขาดภูมิคุ้มกัน อันนำไปสู่ความสูญเสียตามมา

3.3 วิเคราะห์การน้อมนำศาสตร์พระราชารหัสหรือหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการแก้ปัญหาสุขภาพใน ประเทศไทย

การน้อมนำศาสตร์พระราชารหัส หรือหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการแก้ปัญหาสุขภาพในประเทศไทย จะทำได้ ต้องเข้าใจหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้ดีเสียก่อน โดยมีสิ่งที่ต้องทำความเข้าใจ ดังนี้

3.3.1 ความเป็นมาของหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ได้พระราชทานแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ. 2517 ด้วยระหว่างนั้น เกิดภาวะเศรษฐกิจตกต่ำทั่วโลก โดยมีพระบรมราโชวาทเนื่องในพิธีพระราชทาน ปริณญาบัตรของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วันพฤหัสบดีที่ 18 กรกฎาคม พ.ศ. 2517 ความตอนหนึ่งว่า

“การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น ต้องสร้างพื้นฐาน คือ ความพอมี พอกิน ... ได้พอใช้ ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและอุปกรณ์ที่ประหยัด แต่ถูกต้องตามหลักวิชาการ เมื่อ พื้นฐานมั่นคงพร้อมพอควร และปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างเสริมความเจริญและฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นไปโดยลำดับต่อไป หากมุ่งเน้นแต่จะทุ่มเทสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจขึ้นให้รวดเร็วแต่ประการเดียว โดยไม่ให้แผนปฏิบัติการสัมพันธ์กับสภาวะ ของประเทศ และของประชาชนโดยสอดคล้องด้วย ก็จะเกิดความไม่สมดุลในเรื่องต่าง ๆ ขึ้น ซึ่งอาจกลายเป็นความยุ่งยาก ล้มเหลวได้ในที่สุด ดังเห็นได้ที่อารยประเทศหลายประเทศกำลังประสบปัญหาทางเศรษฐกิจอย่างรุนแรงในเวลานี้” (โสวัณน์ โลสูงเนิน, 2558 อ้างใน <http://www.stou.ac.th/cdlearnse/main/speech/royal2.asp>)

ต่อมา ได้เกิดวิกฤติเศรษฐกิจขึ้นอีกครั้งในปี 2540 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชฯ ได้มี พระราชดำรัสเกี่ยวกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงในวันที่ 4 ธันวาคม 2540 อีกครั้งว่า (โสวัณน์ โลสูงเนิน อ้างใน ญัฎฐพงศ์ ทองภักดี, 2551: 8-10)

“การเป็นเสือนั้นไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่เรามีเศรษฐกิจแบบพอมีพอกิน หมายความว่าอุ้มชูตัวเอง ได้ให้มีพอเพียงกับตัวเอง อันนี้เคยบอกว่า ความพอเพียงไม่ได้หมายความว่า ทุกครอบครัวจะต้องผลิตอาหารของตัวเอง จะต้องทอผ้าใส่เอง อย่างนั้นมันเกินไป แต่ว่าในหมู่บ้านหรือในอำเภอ จะต้องมีความพอเพียงพอสมควร บางสิ่งบางอย่างผลิต ได้มากกว่าความต้องการก็ขายได้ แต่ขายที่ไม่ห่างไกลเท่าไร ไม่ต้องเสียค่าขนส่งมากนัก

ทั้งหมดที่กล่าวมานั้น แสดงให้เห็นถึงความเป็นมาของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชที่ท่านได้ทรงมีพระราชดำรัสให้แก่พสกนิกรได้ใช้เป็นแนวทางในการดำรงชีวิตอย่างไม่ประมาท เพื่อให้เกิดความยั่งยืนต่อไป

3.3.2 ความหมายของหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

สรุปแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วย 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้ (สมศักดิ์ รัตนมุง 2550: 10-11)

หลัก 3 ห่วง ประกอบด้วย

1. ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่น
2. ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ
3. การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบ และการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นโดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 2 เงื่อนไข ประกอบด้วย

1. เงื่อนไข ความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผนและความระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ
2. เงื่อนไข คุณธรรม ที่จะต้องเสริมสร้างประกอบด้วย มีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต และมีความอดทน มีความพากเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

3.3.3 การประยุกต์ใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับระบบสุขภาพ

ในระบบสุขภาพนั้น สามารถนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาปรับใช้เป็นระบบสุขภาพพอเพียง โดยใช้หลัก เศรษฐกิจพอเพียงมาพัฒนาระบบสุขภาพ หมายถึงการพัฒนาสุขภาพของประชาชนทั้งมิติกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ โดยอยู่บนพื้นฐานปัญหาความเป็นจริงของชุมชน มีการประเมินปัญหาสุขภาพที่พบในชุมชน กำหนดปัญหา และศักยภาพชุมชนและระบบบริการสุขภาพในการจัดการกับปัญหา นอกจากนี้ยังต้องมีเหตุผลตามหลักวิชาการในการพัฒนาระบบสุขภาพของประชาชน เน้นการป้องกันโรคที่สามารถป้องกันได้ รักษาโรคที่สามารถรักษาได้ และดูแลโรคที่สิ้นหวัง การตายอย่างมีคุณภาพ และเป็นธรรม ตลอดจนสร้างชุมชนเข้มแข็ง เน้นกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพ (สุรเกียรติ์ อาชานานภาพ, 2549) ซึ่งสามารถนำมาวิเคราะห์ร่วมกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ดังนี้

ห่วงที่ 1 ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ถ้ามองในภาพของการดูแลตนเอง ประชาชนควรมีความพอดี ไม่ใช่จ่ายเกินตัว ก็จะทำให้ไม่เป็นปัญหาหนี้สิน ลดความเครียด และจะทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น นอกจากนี้ การไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ถ้าจะประยุกต์ใช้ด้านการประกอบอาชีพเกษตรกรรมก็จะพบว่า การไม่ใช้ยาฆ่าแมลงและสารเคมีที่อันตราย หรือใช้ตามมาตรฐานกำหนด ก็จะเป็นการไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ส่งผลดีต่อภาวะสุขภาพของประชาชนทั่วไป เพราะปัจจุบันปัญหาสารพิษตกค้างในผักสดและผลไม้เกินเกณฑ์มาตรฐาน และชีวิตของประชาชนคนไทยก็ตกอยู่ในสภาวะการที่อันตรายจากโรคมัยไข้เจ็บตึงได้กล่าวมาแล้ว แต่ในสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้น เราจะทำอย่างไร หรือควรมีมาตรการอย่างไรในการกระตุ้นให้เกิดการปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรมขึ้นได้ เพราะเกษตรกรส่วนใหญ่ยังไม่มีความเชื่อมั่นในหลักการดังกล่าว และกฎหมายก็ยังไม่มีความเข้มแข็งพอที่จะนำมาใช้ในการจัดการเพื่อให้เกิดมาตรฐานที่ดีในการใช้ยาฆ่าแมลงหรือสารเคมีให้อยู่ในปริมาณที่ปลอดภัย

ห่วงที่ 2 ความมีเหตุผล ถ้าทุนมนุษย์ได้รับการพัฒนา คนมีประสิทธิภาพและศักยภาพ มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเอง ก็จะทำให้ประชาชนรู้ที่จะหลีกเลี่ยงอันตรายหรือความเสี่ยงต่าง ๆ ตลอดจนอาจจะทำให้เกิดมาตรการทางสังคมด้านสุขภาพที่มีประสิทธิผลตามมา โดยในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 ได้ให้

ความสำคัญกับการยกระดับคุณภาพทุนมนุษย์ของประเทศ การสร้างเสริมให้คนมีสุขภาพที่ดี ที่เน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพและการลดปัจจัยเสี่ยงด้านสภาพแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพ แต่จะพัฒนาทุนมนุษย์ได้อย่างไร เป็นเรื่องที่มีความท้าทายต่อสังคมไทยเป็นอย่างมาก เนื่องจากปัจจุบันจะเห็นว่า วิถีชีวิต ตลอดจนวิถีคิดของคนรุ่นใหม่ห่างไกลออกไปจากธรรมชาติมากขึ้น ประชากรไทยหรือเด็กไทยแสวงหาความรู้ที่น้อยลง มีปัญหาด้านจิตใจมากขึ้น แต่ก็ยังมีความหวัง ถ้าหากวิถีในการพัฒนาทุนมนุษย์ได้ ทุกอย่างจะพัฒนาขึ้นเป็นลูกโซ่ และส่งผลต่อประสิทธิภาพการดูแลตนเองด้านของสุขภาพตามมาในที่สุด

ห่วงที่ 3 การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ถ้าทุนมนุษย์มีศักยภาพสูง ภูมิคุ้มกันที่ดีก็จะตามมา ประชาชนจะมีความเข้าใจ และยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้อย่างมีสติ สามารถคาดการณ์ความเสี่ยงต่าง ๆ ได้ ทำให้มีโอกาสที่จะหาทางป้องกันภาวะเสี่ยงต่าง ๆ ได้มากขึ้น ยกตัวอย่างเช่น ถ้ารู้ว่าการดำเนินชีวิตที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคนั้นเป็นอย่างไร ก็จะหาวิธีหรือแนวทางป้องกันการเกิดโรคนั้นได้ เป็นต้น

ในส่วนเงื่อนไขทั้งสองนั้น คือความรู้คู่คุณธรรม นับว่าเป็นประเด็นที่มีความสำคัญเป็นอย่างมาก ทุกสิ่งทุกอย่างจะเกิดขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพและมีความเป็นธรรมไม่ได้ ถ้าขาดความรู้และคุณธรรม ดังนั้นในการพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพต้องคำนึงถึงสองประการนี้เป็นอย่างมาก เป็นการป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่จะตามมาได้ ทั้งการให้บริการสุขภาพที่มีสุขภาพ ตลอดจนป้องกันปัญหาฟ้องร้องจากการบริการที่ไม่เป็นธรรมหรือขาดประสิทธิภาพ

ในการใช้ศาสตร์พระราชามาประยุกต์ใช้ในระบบสุขภาพนั้นจำเป็นต้องพัฒนาระบบบริการสุขภาพให้เข้มแข็ง โดยการทบทวนและพัฒนาแผนกำลังคนให้พอเพียงกับความต้องการและมีการกระจายตัวที่เหมาะสม การพัฒนาระบบประกันสุขภาพที่มีคุณภาพ ประสิทธิภาพ และยั่งยืน ควรทบทวนการจัดสรรงบประมาณ ระบบการจ่ายร่วม (copayment) รวมทั้งการเก็บภาษีสุขภาพหรือเบี้ยประกันสุขภาพ เพื่อให้มีกองทุนมากพอที่จะจัดบริการที่มีคุณภาพ การพัฒนาระบบบริการสุขภาพระดับอำเภอ (โรงพยาบาลชุมชนและเครือข่ายบริการปฐมภูมิ) ให้เข้มแข็งโดยการจัดสรรทรัพยากรให้เพียงพอ การพัฒนาเครือข่ายความเชื่อมโยงภายในระบบบริการสุขภาพ (ระหว่างสถานบริการระดับต่าง ๆ) ระบบบริการสุขภาพกับภาคส่วนอื่น ๆ การนำภูมิปัญญาไทยและภูมิปัญญาท้องถิ่น และระบบการแพทย์ทางเลือก มาประยุกต์ในการดูแลสุขภาพ การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของภาคีภาคส่วนต่าง ๆ และชุมชนในการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนและ การจัดระบบบริการสุขภาพที่พึงประสงค์ (สุรเกียรติ์ อาชานานุกาพ, 2549)

4. บทสรุป

การที่จะน้อมนำศาสตร์พระราชามาใช้ในระบบสุขภาพได้นั้น จำเป็นต้องมีความร่วมมือร่วมใจกันทุกภาคส่วน ทั้งภาครัฐและเอกชน จึงจะสามารถขับเคลื่อนแนวคิดนี้จากนามธรรมสู่รูปธรรมได้ ซึ่งเป็นนิมิตหมายอันดีที่รัฐบาลให้ความสำคัญกับศาสตร์ของพระราชานำมาบรรจุไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติตั้งแต่ฉบับที่ 8 และพัฒนามาเรื่อย ๆ กระทั่งถึงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 ซึ่งเป็นฉบับปัจจุบัน โดยเน้นด้านสุขภาพเพื่อให้ประชาชนไทยทุกคนมีสุขภาพที่ดี มีความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเอง อย่างไรก็ตาม เราจะร่วมกันจัดการปัญหาต่าง ๆ ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพได้อย่างไรบ้าง เช่นประเด็นด้านอาหาร ซึ่งสืบเนื่องมาจากผลผลิตจากเกษตรกรที่ใช้สารพิษและยาเคมีจนเกินมาตรฐานส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้บริโภค จะบังคับใช้กฎหมายอย่างไรจึงจะสามารถช่วยให้เกิดการผลผลิตที่มีมาตรฐานทั้งผักผลไม้ในประเทศ และการตรวจสอบควบคุมผลไม้ที่นำเข้า การพัฒนาทุนมนุษย์เป็นรากฐานที่สำคัญในการพัฒนาในทุกด้าน ถ้าคนมีความเชื่อศรัทธา ไม่ทุจริตคอร์รัปชัน การทำงานในทุก ๆ ด้านมีความโปร่งใส ก็จะทำให้การขับเคลื่อนภาวะสุขภาพโดยนำศาสตร์พระราชามาประยุกต์ใช้ ประสบความสำเร็จในวันหนึ่ง แต่ถึงแม้จะดูไม่ถ่วงนักที่จะแก้ไขปัญหาดัง ๆ ที่เกิดขึ้น แต่ก็เป็นที่นิมิตหมายอันดีว่า การพัฒนาด้านสุขภาพนั้น ได้มาถูกทางแล้ว แม้ว่า จะยังเป็นความท้าทายอยู่ว่า เราจะน้อมนำศาสตร์พระราชามาใช้ในระบบสุขภาพได้อย่างไร จึงจะถึงพร้อมซึ่งความยั่งยืนในยุคไทยแลนด์ 4.0 ก็ตาม

5. เอกสารอ้างอิง

- กรีนเนท. พิษภัยจากสารเคมีเกษตร. ค้นเมื่อวันที่ 14 มกราคม 2561 จาก www.greennet.or.th
- กลุ่มงานโภชนาวิทยา. อาหารกับโรคมะเร็ง. ค้นเมื่อวันที่ 14 มกราคม 2561 จาก <http://110.164.68.23/nutrition/index>
- กิจชัย ศิริวัฒน์. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับสิ่งเป็นพิษ: สารเคมีกำจัดแมลง. ค้นเมื่อวันที่ 14 มกราคม 2561 จาก https://webdb.dmsc.moph.go.th/ifc_toxic/a_tx
- จิราพร ใจเกลี้ยง ศิริพร จันทรมณี และ อรพรรณ หनुแก้ว. การตรวจหาฆ่าแมลงตกค้างในผักจากตลาดในอำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี. ค้นเมื่อวันที่ 12 มกราคม 2561 จาก frc.forest.ko.ac.th
- ประชาชาติธุรกิจ. ไทยจ่อรั้งอันดับ 1 ของโลก อุบัติเหตุทางถนนสูญ 4 แสนล้าน. ค้นเมื่อวันที่ 3 มีนาคม 2561 จาก <https://www.prachachat.net/local-economy/news-74655>
- สถาบันมะเร็งแห่งชาติ. แผนการป้องกันและควบคุมโรคมะเร็งแห่งชาติ. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2561 จาก www.nci.go.th
- พัชรี ภคกษมา, สุวรรณิ สายสิน และศรมน สุทิน. การตรวจสอบสารเคมีฆ่าแมลงตกค้างของสารกลุ่มออร์กาโนฟอสเฟต และคาร์บาเมตในผักในพื้นที่จังหวัดสมุทรปราการ. ค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2561 จาก www.apheit.siam.edu/journal/science
- สมรทิพย์ วิทยานิชและนรินทร์ สังข์รักษา. (2559). การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อ สุขภาวะชุมชน, *Viridian E-Journal.Silapakorn University*, 9 (2), 1207-1223.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานয়รัฐมนตรี. (2560). *สรุปสาระสำคัญแผนพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560-2564*. ค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2561 จาก <https://www.scribd.com>.
- สำนักโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม. โรคจากสารเคมีกำจัดศัตรูพืช. ค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2561 จาก <http://envocc.ddc.moph.go.th/contents/view/72>.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. สุขภาพคนไทย โรคไม่ติดต่อ. ค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2561 จาก <http://www.thaihealthreport.com/index2560-4>
- สมพร เทพสิทธิ. (2548). การเดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจพอเพียง. พิมพ์ครั้งที่ 2. ธรรมสภา.
- โสวัฒน์ โสสูงเนิน. (2558). การจัดการธุรกิจโรงแรมตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง: กรณีศึกษาโรงแรมชุมพรคาบานา รีสอร์ท จังหวัดชุมพร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาไทยคดีศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย สุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุรเกียรติ อาชานานุภาพ. (2549). ระบบสุขภาพพอเพียงควรก้าวไปอย่างไร. ค้นเมื่อ วันที่ 13 มกราคม 2561 จาก www.doctor.or.th/c
- อมรินทร์ นันวิทยาภรณ์. สารพิษตกค้างในผักสดและผลไม้สดนำเข้าจากต่างประเทศ. ค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2561 จาก kmfda.fda.moph.go.th/journal/chapter
- Thaipublica. Thai-pan เปิดผลการตรวจผัก-ผลไม้ ซีตร้า Q แชมป์สารเคมีตกค้างมากที่สุด-ผักต้อกเตอร์เกิดค่ามาตรฐาน ข้ำชาติดติดต่อ 3 ปี. (2016). ค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2561 จาก <http://thaipublica.org>.
- Thaipublica. Thai-pan เผยผลตรวจผักชี บัวบก ติดอันดับสารตกค้างสูง อัตราตกค้างแบบค็อกเทล กินหลากหลายยังเสี่ยง. (2017). ค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2561 จาก <http://thaipublica.org/2017>.