

ยุทธศาสตร์ลดการบริโภคเกลือและโซเดียมในประเทศไทย และนโยบายการดำเนินงานลดการบริโภคเกลือและโซเดียมระดับจังหวัด



นพ.กฤษฎา หาญบรรเจิด
ผู้อำนวยการกองโรคไม่ติดต่อ

ภาคเหนือ

3. ค่าเฉลี่ย 3,562.7 มิลลิกรัม
2. ความซุก 27.4%

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

5. ค่าเฉลี่ย 3,315.8 มิลลิกรัม
4. ความซุก 24.3%

ภาคกลาง

- รองลงมา
2. ค่าเฉลี่ย 3,759.7 มิลลิกรัม
 1. ความซุก 27.5%

ภาคใต้

- สูงที่สุด
1. ค่าเฉลี่ย 4,107.8 มิลลิกรัม
 5. ความซุก 21.0%

กรุงเทพมหานคร

4. ค่าเฉลี่ย 3,495.9 มิลลิกรัม
3. ความซุก 27.2%

ความซุกโรคความดันโลหิตสูงและการบริโภคโซเดียม

- ค่าเฉลี่ยการบริโภคโซเดียมมิลลิกรัมต่อคนต่อวัน **3,636** มิลลิกรัม
- ความซุกโรคความดันโลหิตสูง **25.4%**

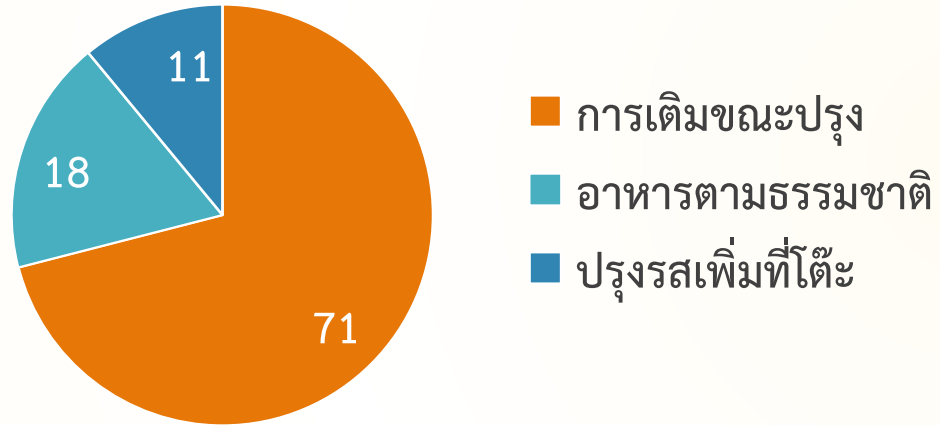


- NHES 6th,
- Estimated dietary sodium in Thailand.. J. clinHypertens.2021;00:1-11.

✦ การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป (5th-6th NHES) ผลการติดตาม

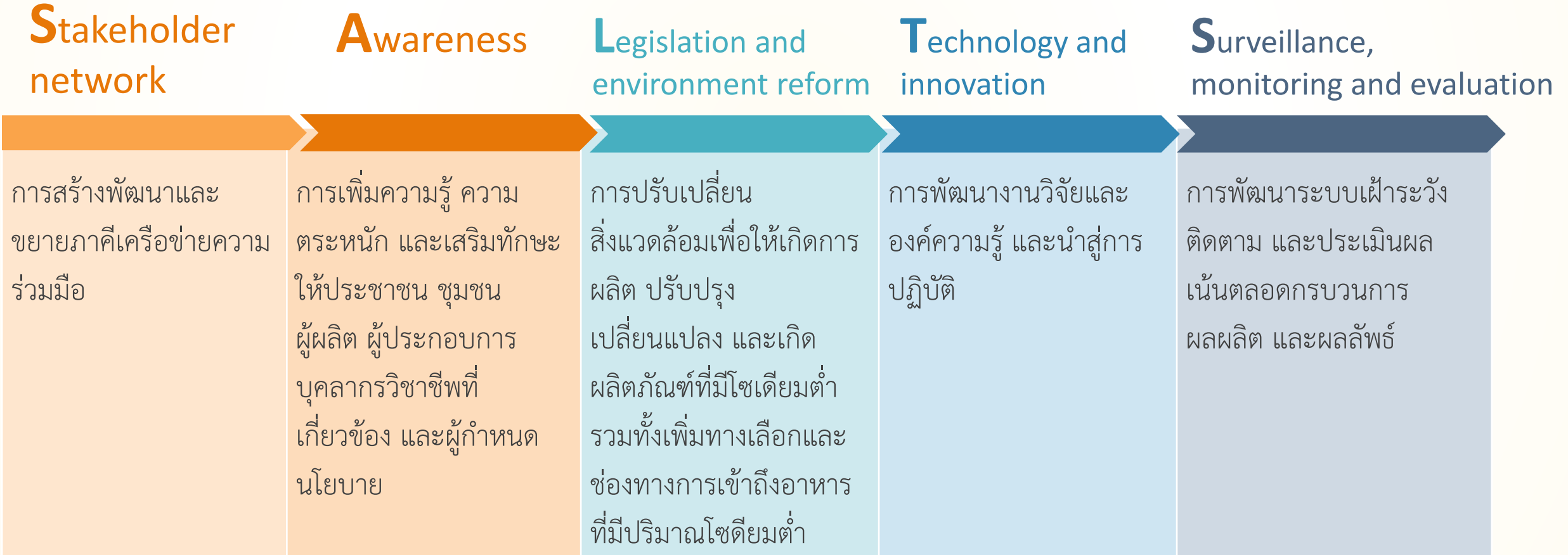
- โรคความชุกความดันโลหิตสูง เพิ่มจาก 24.7 (ปี 2557) เป็น 25.4 (ปี 2562)
- ความชุกโรคเบาหวาน เพิ่มจาก 8.9 (ปี 2557) เป็น 9.5 (ปี 2562)

แหล่งของการได้รับโซเดียมจากการบริโภคอาหาร



- การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 6

เป้าประสงค์
ลดการบริโภคเกลือและโซเดียมลงร้อยละ 30



โครงการขับเคลื่อนการดำเนินงานเฝ้าระวังและลดการบริโภคเกลือและโซเดียม ระดับจังหวัด ปี 2566

เป้าหมายโครงการ

พัฒนาแนวทางการดำเนินงานลดการบริโภคเกลือและโซเดียมระดับจังหวัด เพื่อลดการบริโภคเกลือและโซเดียมในภาพประเทศ

ตัวชี้วัด

1. ทุกจังหวัดเป้าหมายมีข้อมูลเฝ้าระวังและนำไปใช้วางแผนการดำเนินงาน
2. ประชาชนในจังหวัดเป้าหมายมีความตระหนักรู้ความเสี่ยงการบริโภคเกลือและโซเดียมไม่น้อยกว่าร้อยละ 55



กรอบแนวคิด

โครงการขับเคลื่อนการดำเนินงานเฝ้าระวังและลดการบริโภคเกลือและโซเดียม



กิจกรรมการขับเคลื่อนการดำเนินงานเฝ้าระวังและลดการบริโภคเกลือและโซเดียมระดับจังหวัด



1. จัดทำความร่วมมือกับ
เครือข่ายจังหวัด MOU

2. จัดทำข้อมูลปริมาณ
โซเดียมในอาหารระดับ
จังหวัด

3. จัดทำรายงานผลการ
สำรวจและแผนปฏิบัติการ

4. การให้ความรู้และความ
ตระหนักเรื่องการลดบริโภค
โซเดียม และสื่อสารผ่าน
สื่อสารมวลชนและสื่อ
โซเชียลมีเดีย

5. การประเมินผล
การให้ความรู้

6. จัดทำแผนขับเคลื่อน
ระดับจังหวัดและอำเภอ

7. ดำเนินมาตรการ ระดับ
จังหวัดและอำเภอ

8. ขยายพื้นที่ชุมชนลดเค็ม

9. ประเมินสถานการณ์เฝ้า
ระวังประจำปี (สำรวจ
อาหาร และหรือ สำรวจ
ความตระหนัก/พฤติกรรม)

10. รายงานการ
เปลี่ยนแปลงผลลัพธ์ทาง
สุขภาพ (อัตราการายใหม่ โรค
ความดันโลหิตและCKD)



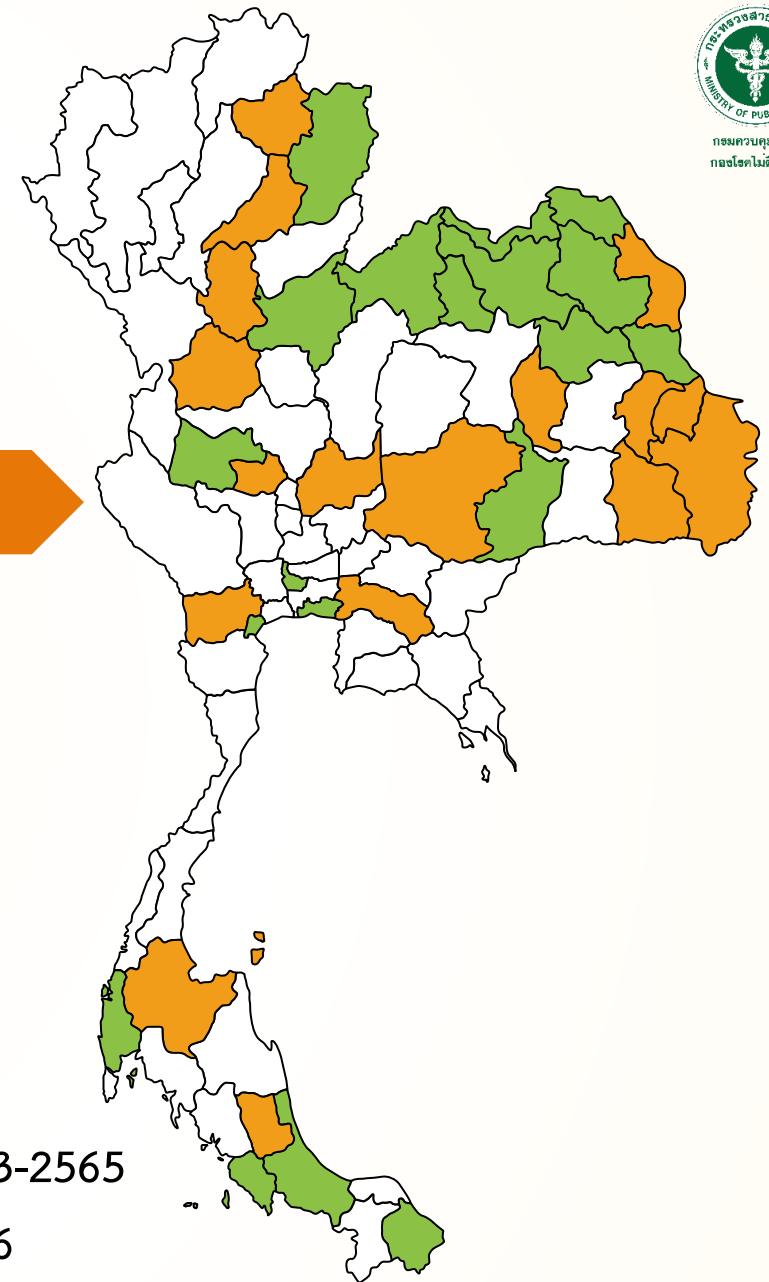
1. การสำรวจปริมาณโซเดียมในอาหารด้วย salt meter

มี 19 จังหวัด เพื่อศึกษาแหล่งอาหารที่มีปริมาณโซเดียมสูง
ของจังหวัด จำนวนตัวอย่างอาหาร 3,000 ตัวอย่างต่อจังหวัด

| สคร. | จังหวัด | สคร. | จังหวัด |
|------|-------------|------|---|
| 1 | น่าน | 7 | กาฬสินธุ์ |
| 2 | พิษณุโลก | 8 | อุดรธานี สกลนคร เลย หนองคาย หนองบัวลำภู บึงกาฬ |
| 3 | อุทัยธานี | 9 | บุรีรัมย์ |
| 4 | นนทบุรี | 10 | มุกดาหาร |
| 5 | สมุทรสงคราม | 11 | พังงา |
| 6 | สมุทรปราการ | 12 | สตูล นราธิวาส สงขลา |



จังหวัดที่ดำเนินการฯ



ดำเนินการปี 2563-2565

ดำเนินการปี 2566

รายการเครื่องมือและสื่อประชาสัมพันธ์ (สำหรับจังหวัดใหม่)



Magnet (2 แบบ)



แผ่นพับ



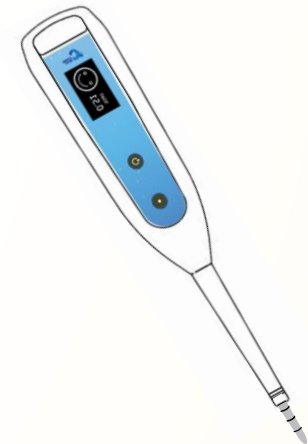
ภาพพลิก



CD



สติ๊กเกอร์



Salt meter