



กรมควบคุมโรค

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11 จังหวัดนครราชสีมา

ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11 จังหวัดนครราชสีมา

Office of Disease Prevention and Control 11, Nakhon Si Thammarat

เลขที่ 478/74 ถ.เทพบุรี ต.โพธิ์เสด็จ อ.เมือง จ.นครราชสีมา โทรศัพท์ 0 7534 1151



สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11
The Office of Disease Prevention and Control 11

ข่าวที่ 3 / 2568

14 พ.ย. วันเบาหวานโลก “สุขภาพ สุขใจ โลกสดใส ใส่ใจเบาหวาน”

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11 จังหวัดนครราชสีมา เตือนโรคเบาหวานภัยเงียบคร่าชีวิตคนไทย เน้นประชาชนปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ช่วยป้องกันโรคเบาหวาน และลดความเสี่ยงภาวะแทรกซ้อน

แพทย์หญิงดารินดา รอชะ ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11 จังหวัดนครราชสีมา กล่าวว่า สมาพันธ์เบาหวานนานาชาติและองค์การอนามัยโลก ได้กำหนดให้ทุกวันที่ 14 พฤศจิกายน ของทุกปี เป็น “วันเบาหวานโลก” โดยในปี 2567 ได้กำหนดประเด็นการรณรงค์ภายใต้ธีม “Diabetes and Well-Being” เพื่อสร้างความตระหนักว่าผู้เป็นเบาหวานทุกคน สามารถใช้ชีวิตได้เหมือนคนปกติทั่วไป หากได้รับการสนับสนุนส่งเสริมด้านสุขภาพกาย ใจ และการสนับสนุนทางสังคมที่เหมาะสมและเพียงพอ

สถานการณ์โรคเบาหวานทั่วโลกพบว่า 1 ใน 10 ของผู้ใหญ่ป่วยด้วยโรคเบาหวานมากถึง 537 ล้านคน เสียชีวิตมากกว่า 4 ล้านคนต่อปี ประเทศไทยมีผู้ป่วยโรคเบาหวาน 6.5 ล้านคน สำหรับสถานการณ์โรคเบาหวาน เขตสุขภาพที่ 11 ปี 2567 พบว่ามีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยอัตราป่วยรายใหม่ เท่ากับ 567.08 ต่อประชากรแสนคน และอัตราการเสียชีวิต เท่ากับ 132.41 ต่อประชากรแสนคน (ที่มา : ข้อมูลจาก HDC ณ วันที่ 1 พฤศจิกายน 2567)

แพทย์หญิงดารินดา รอชะ กล่าวเพิ่มว่า โรคเบาหวานหากไม่ได้รับการวินิจฉัยและการรักษาตั้งแต่ระยะแรกสามารถนำไปสู่ภาวะแทรกซ้อนในหลายส่วนของร่างกายทั้งต่อหัวใจ หลอดเลือด ตา ไต และเส้นประสาท เกิดความเสียหายร้ายแรง และเพิ่มความเสี่ยงของการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร โรคเบาหวานสามารถป้องกันได้โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ คือ

1. การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ เพิ่มการรับประทานผัก ผลไม้ เลี่ยงอาหารรสหวาน มัน เค็มจัด
2. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
3. ไม่สูบบุหรี่และดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
4. ทำจิตใจให้สงบ ผ่อนคลายความเครียด ไม่นอนดึก
5. ตรวจวัดค่าระดับน้ำตาลในเลือดเป็นประจำ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ทั้งนี้หากมีอาการปัสสาวะบ่อยและมาก คอแห้ง กระหายน้ำ หิวบ่อย กินจุ น้ำหนักลด เป็นแผลง่ายและหายยาก คันตามผิวหนัง ตามัว ชาตามปลายมือปลายเท้า ควรไปพบแพทย์เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยต่อไป หากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการดูแลป้องกันตนเองจากโรคเบาหวาน สามารถโทรสอบถามได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422 กรมควบคุมโรคห่วงใย อยากเห็นคนไทยมีสุขภาพดี



กรมควบคุมโรคห่วงใย อยากเห็นคนไทยมีสุขภาพดี

วันที่ 12 พฤศจิกายน 2567

ผู้เขียนข่าว ธัญญธร เขียวยอด

ผู้ตรวจ

ผู้อนุมัติ