

การตรวจสุขภาพ

วิฑูรย์ โล่ห์สุนทร*

การตรวจสุขภาพเป็นการประเมินภาวะสุขภาพอนามัยของแต่ละบุคคล และยังช่วยค้นหาโรคในระยะเริ่มแรก บุคคลที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมหรืออยู่ในวัยที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคควรได้มีการตรวจสุขภาพเป็นระยะ ๆ การตรวจสุขภาพจะช่วยบอกถึงภาวะสุขภาพอนามัยของผู้มารับบริการว่าเป็นอย่างไร มีสุขภาพดีเพียงใด และมีโรคอะไรบ้าง ทำให้ทราบถึงสิ่งผิดปกติและโรคต่าง ๆ ได้ การตรวจสุขภาพยังนำไปสู่การค้นหาพฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยเสี่ยงของโรคต่าง ๆ ในผู้มารับการตรวจสุขภาพด้วยการตรวจสุขภาพช่วยให้ได้รับการรักษาทันทีและมีผลดีต่อการรักษา สามารถเปลี่ยนการพยากรณ์โรคให้ดีขึ้นได้ในหลาย ๆ โรค เป้าหมายสุดท้ายของการตรวจสุขภาพ ได้แก่ การลดการเจ็บป่วย การรักษาในระยะเริ่มแรก การลดความพิการ การมีชีวิตที่ยืนยาวขึ้นและการสร้างเสริมคุณภาพชีวิต

ในปัจจุบันประเทศไทยมีความตื่นตัวในด้านสุขภาพมากขึ้น มีการกำหนดให้มีการตรวจสุขภาพในโอกาสต่าง ๆ เช่น การตรวจสุขภาพก่อนเข้าศึกษา การตรวจสุขภาพก่อนเข้าทำงาน การตรวจสุขภาพก่อนไปทำงานต่างประเทศ พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ. 2541 กำหนดให้นายจ้างต้องจัดให้มีการตรวจสุขภาพให้แก่ลูกจ้างเป็นประจำ ในขณะที่เดียวกัน มีการโฆษณาเชิญชวนให้ประชาชนรับการตรวจสุขภาพจากสถานพยาบาลต่าง ๆ ประชาชนก็ให้ความสนใจรับบริการตรวจสุขภาพมากขึ้น

การตรวจสุขภาพ แบ่งได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. การตรวจสุขภาพทั่วไปสำหรับประชาชนที่ปราศจากอาการผิดปกติ ประกอบด้วย การวัดความดันโลหิต การชั่งน้ำหนัก การวัดส่วนสูง การตรวจร่างกายทั่วไป

การฟังเสียงหัวใจ การถ่ายภาพรังสีทรวงอก การตรวจเลือด การตรวจปัสสาวะและการตรวจอุจจาระ สิ่งสำคัญที่ควรดำเนินการรวมไปกับการตรวจสุขภาพ ได้แก่ การซักประวัติ พฤติกรรมเสี่ยง เช่น การสูบบุหรี่ การดื่มเหล้า การซักประวัติ การออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพช่องปาก การให้ความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพและการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค

2. การตรวจสุขภาพเฉพาะสำหรับบุคคลที่มีปัจจัยเสี่ยงสูง ได้แก่ การตรวจมะเร็งปากมดลูก การตรวจมะเร็งเต้านมโดยแพทย์ การตรวจสุขภาพตาในคนอายุมากกว่า 40 ปี การตรวจสุขภาพฟัน การตรวจต่อมลูกหมากจากการคลำทางทวารหนักในชายวัยกลางคน การตรวจเชื้อไวรัสตับอักเสบบี การตรวจหาสารปมมะเร็ง การตรวจอัลตราซาวนด์ การตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ การตรวจสุขภาพเฉพาะเหล่านี้ บางอย่างไม่แนะนำให้ทำเป็นประจำเนื่องจากมีผลลวงมากและค่าการพยากรณ์ต่ำ

ความถี่ของการตรวจสุขภาพยังเป็นประเด็นที่ยังถกเถียงกัน ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปควรตรวจสุขภาพทุกปี ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความถี่ที่เหมาะสมในการตรวจสุขภาพ ได้แก่ อายุ การสัมผัสอันตรายจากการประกอบอาชีพ ภาวะสุขภาพอนามัยในอดีตและปัจจุบัน พฤติกรรมอนามัยและการมีปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ

โปรแกรมการตรวจสุขภาพในปัจจุบัน ยังมีความหลากหลายมากระหว่างภาครัฐและเอกชน แพทย์ยังมีการปฏิบัติในการแนะนำให้ตรวจหรือไม่ตรวจสุขภาพที่แตกต่างกัน การตรวจสุขภาพควรคำนึงถึงประโยชน์ ความคุ้มค่า ความไวและความจำเพาะของการทดสอบ ผลบวกปลอมและค่าการพยากรณ์ว่ามีมากน้อยเพียงใด ทั้งนี้ควรพิจารณา

*ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จากฐานข้อมูลทางระบาดวิทยาและการวิจัย นอกจากนี้ยังต้องคำนึงถึงธรรมชาติของโรคที่ต้องการตรวจด้วย ต้องพิจารณาว่าโรคนั้นมีมาตรการในการรักษาให้หายได้ และวิเคราะห์ถึงผลเสียที่อาจเกิดขึ้นมากกว่าที่ไม่ได้ทำการตรวจ โดยสรุปแล้วการตรวจสุขภาพควรดำเนินการควบคู่ไปกับการสร้างเสริมสุขภาพ ช่วยแนะนำในการลดภาวะเสี่ยงของโรคและป้องกันโรคให้กับผู้มารับบริการตรวจสุขภาพอันเป็นผลให้โอกาสการเกิดโรคลดน้อยลง

การปลูกฝังให้ประชาชนได้ดูแลสุขภาพของตนเอง บนพื้นฐานของการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การลดปัจจัยเสี่ยงของโรค การตรวจสุขภาพเป็นระยะเพื่อหาความผิดปกติในระยะเริ่มแรก การเฝ้าระวังการเปลี่ยนแปลงทางสุขภาพ การศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ การออกกำลังกาย การส่งเสริมโภชนาการและการดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่องจะเป็นกลยุทธ์หลักในการพัฒนาสุขภาพ