

## การตรวจสุขภาพ

การตรวจสุขภาพเป็นการประเมินภาวะสุขภาพ อนามัยของแต่ละบุคคล และยังช่วยค้นหาโรคในระยะเริ่มแรก บุคคลที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมหรืออยู่ในวัยที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคควรได้มีการตรวจสุขภาพเป็นระยะๆ การตรวจสุขภาพจะช่วยบอกถึงภาวะสุขภาพอนามัยของผู้มารับบริการว่าเป็นอย่างไร มีสุขภาพดีเพียงใด และมีโรคอะไรบ้าง ทำให้ทราบถึงสิ่งผิดปกติและโรคต่างๆ ได้ การตรวจสุขภาพยังนำไปสู่การค้นหาพัฒนาการเสี่ยงและปัจจัยเสี่ยงของโรคต่างๆ ในผู้มารับการตรวจสุขภาพด้วย การตรวจสุขภาพช่วยให้ได้รับการรักษาทันทีและมีผลดีต่อการรักษา สามารถเปลี่ยนการพยากรณ์โรคให้ดีขึ้นได้ในหลาย ๆ โรค เป้าหมายสุดท้ายของการตรวจสุขภาพ ได้แก่ การลดการเจ็บป่วย การรักษาในระยะเริ่มแรก การลดความพิการ การมีชีวิตที่ยืนยาวขึ้นและการสร้างเสริมคุณภาพชีวิต

ในปัจจุบันประเทศไทยมีความตื่นตัวในด้านสุขภาพมากขึ้น มีการกำหนดให้มีการตรวจสุขภาพในโอกาสต่างๆ เช่น การตรวจสุขภาพก่อนเข้าศึกษา การตรวจสุขภาพก่อนเข้าทำงาน การตรวจสุขภาพก่อนไปทำงานต่างประเทศ พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ. 2541 กำหนดให้นายจ้างต้องจัดให้มีการตรวจสุขภาพให้แก่ลูกจ้างเป็นประจำ ในขณะเดียวกัน มีการโฆษณาเชิญชวนให้ประชาชนรับการตรวจสุขภาพจากสถานพยาบาลต่างๆ ประชาชนก็ให้ความสนใจรับบริการตรวจสุขภาพมากขึ้น

การตรวจสุขภาพ แบ่งได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. การตรวจสุขภาพทั่วไปสำหรับประชาชนที่ปราศจากการผิดปกติ ประกอบด้วย การวัดความดันโลหิต การซึ่งน้ำหนัก การวัดส่วนสูง การตรวจร่างกายทั่วไป

2. การตรวจสุขภาพเฉพาะสำหรับบุคคลที่มีปัจจัยเสี่ยง

วิชาร์ย์ โอลันสุนทร\*  
การฟังเสียงหัวใจ การถ่ายภาพรังสีทรวงอก การตรวจเลือด การตรวจปัสสาวะและการตรวจอุจจาระ สิ่งสำคัญที่ควรดำเนินการร่วมไปกับการตรวจสุขภาพ ได้แก่การซักประวัติ พฤติกรรมเสี่ยง เช่น การสูบบุหรี่ การดื่มเหล้าการซักประวัติ การออกกำลังกายการดูแลสุขภาพซึ่งปากการให้ความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพและการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค

2. การตรวจสุขภาพเฉพาะสำหรับบุคคลที่มีปัจจัยเสี่ยงสูง ได้แก่ การตรวจมะเร็งปากมดลูก การตรวจมะเร็งเต้านมโดยแพทย์ การตรวจสุขภาพดำเนินคนอายุมากกว่า 40 ปี การตรวจสุขภาพพื้น การตรวจต่อมลูกหมากจากการคลำทางทวารหนักในชายวัยกลางคน การตรวจเชื้อไวรัสตับอักเสบบี การตรวจหาสารปั่นมะเร็ง การตรวจยัตติอาหารดี การตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจการตรวจสุขภาพเฉพาะเหล่านี้ บางอย่างไม่แนะนำให้ทำเป็นประจำเนื่องจากมีผลลงมากและค่าการพยากรณ์ต่ำ

ความถี่ของการตรวจสุขภาพยังเป็นประเด็นที่ยังถกเถียงกัน ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปควรตรวจสุขภาพทุกปี ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความถี่ที่เหมาะสมในการตรวจสุขภาพ ได้แก่ อายุ การสัมผัสอันตรายจากการประกอบอาชีพ ภาวะสุขภาพอนามัยในอดีตและปัจจุบัน พฤติกรรมอนามัยและการมีปัจจัยเสี่ยงต่างๆ

โปรแกรมการตรวจสุขภาพในปัจจุบัน ยังมีความหลากหลายมากระหว่างภาครัฐและเอกชน 医師による検査は、個人の健康状態を評価するための重要な手段です。定期的な検査は、病気の早期発見や予防に役立ちます。しかし、検査の頻度や内容は、年齢や性別、生活習慣などによって異なります。専門的な知識と技術を持った医師による検査は、信頼性が高く、適切な結果を得ることができます。

จากฐานข้อมูลทางระบาดวิทยาและการวิจัย นอกเหนือไปจากนี้ยังต้องคำนึงถึงธรรมชาติของโรคที่ต้องการตรวจด้วย ต้องพิจารณาว่าโรคนั้นมีมาตรวาระในการรักษาให้นายได้ และวิเคราะห์ถึงผลเสียที่อาจเกิดขึ้นมากกว่าที่ไม่ได้ทำการตรวจโดยสรุปแล้วการตรวจสุขภาพควรดำเนินการควบคู่ไปกับการสร้างเสริมสุขภาพ ช่วยแนะนำในการลดภาระเสี่ยงของโรคและป้องกันโรคให้กับผู้มารับบริการตรวจสุขภาพอันเป็นผลให้อาการสภาวะเกิดโรคลดน้อยลง

การปลูกฝังให้ประชาชนได้ดูแลสุขภาพของตนเอง  
บนพื้นฐานของการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การ  
ลดปัจจัยเสี่ยงของโรค การตรวจสุขภาพเป็นระยะเพื่อหา  
ความผิดปกติในระยะเริ่มแรก การเฝ้าระวังการเปลี่ยนแปลง  
ทางสุขภาพ การศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการดูแล  
สุขภาพจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ การออกกำลังกาย การส่ง  
เสริมภูษานาการและการดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่องจะเป็น<sup>การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง</sup>  
กลยุทธ์หลักในการพัฒนาสุขภาพ