

13 - 17 เมษายน 2569

สถานการณ์การเพิ่มขึ้นของโรคเบาหวานและภาวะก่อนเบาหวานในกลุ่มวัยทำงานของอินเดีย และนัยต่อระบบเศรษฐกิจและสาธารณสุข



แหล่งที่มา: Business Line

สถานการณ์ด้านสาธารณสุขของสาธารณรัฐอินเดียในปัจจุบันกำลังเผชิญกับความท้าทายที่สำคัญจากการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องของโรคเบาหวาน (Diabetes) และภาวะก่อนเบาหวาน (Pre-diabetes) โดยเฉพาะในกลุ่มประชากรวัยทำงาน ซึ่งถือเป็นกำลังหลักของระบบเศรษฐกิจของประเทศ

จากรายงานของสถาบันด้านสาธารณสุขและเครือข่ายโรงพยาบาลชั้นนำของอินเดีย อาทิ Apollo Hospitals ตลอดจนการประเมินของหน่วยงานวิจัยระดับประเทศ พบว่าแนวโน้มดังกล่าวมีความรุนแรงเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะในเขตเมืองที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านวิถีชีวิตอย่างรวดเร็ว ส่งผลให้โรคเบาหวานกลายเป็นหนึ่งในโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-communicable diseases: NCDs) ที่มีผลกระทบต่อผลิตภาพแรงงาน ต้นทุนด้านสาธารณสุข และคุณภาพชีวิตของประชาชนในระยะยาว

สถานการณ์และแนวโน้มสำคัญ

ข้อมูลล่าสุดระบุว่า อินเดียมีผู้ป่วยโรคเบาหวานมากกว่า 77 ล้านคน และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเป็นประมาณ 134 ล้านคน ภายในปี 2588 (2045) ขณะเดียวกัน มีประชากรกว่า 130 ล้านคนอยู่ในภาวะก่อนเบาหวาน ซึ่งมีความเสี่ยงสูงต่อการพัฒนาเป็นโรคเบาหวานในอนาคต

ทั้งนี้ มีการประเมินว่า ประชากรผู้ใหญ่ในสัดส่วนที่สูงเป็นโรคเบาหวาน และอีกจำนวนมากอยู่ในภาวะก่อนเบาหวาน โดยมากกว่าร้อยละ 50 ของผู้ป่วยยังไม่ได้รับการวินิจฉัย

แนวโน้มดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะตั้งแต่ช่วงหลังปี 2553 เป็นต้นมา ซึ่งสอดคล้องกับกระบวนการขยายตัวของเมือง (Urbanization) และการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมกรรมการดำรงชีวิตของประชากร

ปัจจัยเสี่ยงและสาเหตุสำคัญ

การเพิ่มขึ้นของโรคเบาหวานในกลุ่มวัยทำงานมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับพฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตในยุคปัจจุบัน โดยปัจจัยสำคัญ ได้แก่

- ลักษณะการทำงานที่ต้องนั่งเป็นเวลานาน (Sedentary lifestyle)
- การบริโภคอาหารที่มีน้ำตาลและคาร์โบไฮเดรตขัดสีในปริมาณสูง
- ความเครียดจากการทำงานและการแข่งขันทางเศรษฐกิจ
- การพักผ่อนไม่เพียงพอ และการใช้หน้าจออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์เป็นเวลานาน
- ปัจจัยทางพันธุกรรมของประชากรเอเชียใต้ที่มีความเสี่ยงสูง

ผลกระทบต่อเศรษฐกิจและสังคม

การเพิ่มขึ้นของโรคเบาหวานส่งผลกระทบต่อในวงกว้าง ทั้งในระดับบุคคลและระดับประเทศ กล่าวคือ

- ต้นทุนด้านสาธารณสุขเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง
- ผลผลิตแรงงานลดลงจากภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง
- ความเสี่ยงต่อโรคแทรกซ้อนรุนแรง เช่น โรคหัวใจ ไตวาย และภาวะสูญเสียการมองเห็น
- ภาระต่อระบบสาธารณสุขของประเทศในระยะยาว

โดยเฉพาะในกลุ่มวัยทำงาน ซึ่งเป็นกำลังหลักของภาคการผลิตและบริการ อาจส่งผลกระทบต่อศักยภาพทางเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศอย่างมีนัยสำคัญ

แนวทางการป้องกันและการดูแลรักษา

แม้โรคเบาหวานจะเป็นปัญหาสำคัญ แต่สามารถป้องกันและควบคุมได้ผ่านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพอย่างเหมาะสม ได้แก่

- การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอไม่น้อยกว่า 30 นาทีต่อวัน
- การควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์เหมาะสม
- การบริโภคอาหารที่สมดุล เช่น ธัญพืชไม่ขัดสี ผักใบเขียว และโปรตีนคุณภาพ
- การลดการบริโภคอาหารแปรรูป น้ำตาล และไขมันในปริมาณสูง
- การบริหารจัดการความเครียด และการพักผ่อนอย่างเพียงพอ
- การตรวจสุขภาพและคัดกรองโรคอย่างสม่ำเสมอ

ในด้านการรักษา มีการใช้ยาควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด เช่น Metformin รวมถึงการใช้อินซูลินในกรณีจำเป็น ตลอดจนการนำเทคโนโลยีทางการแพทย์สมัยใหม่ เช่น ระบบติดตามระดับน้ำตาลในเลือดแบบต่อเนื่อง (Continuous Glucose Monitoring: CGM) มาใช้มากขึ้น

ศักยภาพด้านการรักษาในอินเดีย

อินเดียมีระบบสาธารณสุขที่มีศักยภาพในการรองรับการรักษาโรคเบาหวานได้อย่างครอบคลุม โดยเฉพาะในเมืองใหญ่ เช่น เมืองเจนไน ซึ่งมีสถานพยาบาลชั้นนำ อาทิ Apollo Hospitals, Fortis Healthcare และ MIOT International ที่ให้บริการด้านการวินิจฉัย การรักษา และการบริหารจัดการโรคอย่างครบวงจร

โอกาสของประเทศไทยและแนวทางความร่วมมือไทย-อินเดีย

สถานการณ์ดังกล่าวสะท้อนถึงศักยภาพเชิงตลาดที่สำคัญสำหรับประเทศไทยในการขยายสินค้าและบริการด้านสุขภาพ ทั้งในมิติของการป้องกันและการรักษาโรค โดยเฉพาะในกลุ่มประชากรวัยทำงานของอินเดีย ซึ่งมีขนาดใหญ่และมีกำลังซื้อเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง

ในด้านสินค้า ประเทศไทยมีศักยภาพในการส่งออกผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพ อาทิ อาหารที่มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำ (Low Glycemic Index: GI) อาหารฟังก์ชัน เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ รวมถึงผลิตภัณฑ์สมุนไพรและอาหารเสริมที่มีส่วนช่วยในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ตลอดจนอุปกรณ์ทางการแพทย์ เช่น เครื่องตรวจวัดระดับน้ำตาล อุปกรณ์ติดตามสุขภาพ และเทคโนโลยีด้านสุขภาพดิจิทัล ซึ่งสอดคล้องกับแนวโน้มพฤติกรรมผู้บริโภคในเขตเมืองของอินเดียที่ให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพมากขึ้น

ในด้านบริการ ประเทศไทยมีจุดแข็งด้านบริการทางการแพทย์และการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Medical and Wellness Tourism) ซึ่งมีศักยภาพในการดึงดูดผู้ป่วยชาวอินเดียที่ต้องการเข้ารับการรักษาในสถานพยาบาลที่มีมาตรฐานสูง ตลอดจนสามารถพัฒนาความร่วมมือกับสถานพยาบาลในอินเดียในการถ่ายทอดองค์ความรู้ด้านการบริหารจัดการโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-communicable diseases: NCDs) และการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม

ในเชิงยุทธศาสตร์ ไทยและอินเดียสามารถส่งเสริมความร่วมมือในระดับรัฐต่อรัฐ (State-to-State cooperation) โดยเฉพาะในรัฐที่มีศักยภาพสูง เช่น รัฐทมิฬนาฑู ผ่านการดำเนินความร่วมมือด้านการวิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์สุขภาพ การจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ (Workplace Wellness Program) ตลอดจนการแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ด้านการป้องกันและควบคุมโรคอย่างเป็นระบบ

บทสรุป

สถานการณ์การเพิ่มขึ้นของโรคเบาหวานและภาวะก่อนเบาหวานในอินเดีย โดยเฉพาะในกลุ่มวัยทำงาน สะท้อนถึงความท้าทายด้านสาธารณสุขที่มีนัยสำคัญต่อระบบเศรษฐกิจและสังคมในระยะยาว

ทั้งนี้ แม้ว่าอินเดียจะมีศักยภาพด้านโครงสร้างพื้นฐานทางการแพทย์ที่เข้มแข็ง แต่การแก้ไขปัญหาอย่างยั่งยืน จำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการป้องกัน ควบคู่กับการสร้างความตระหนักรู้ และการส่งเสริมสุขภาพเชิงรุกอย่างเป็นระบบ

ในอีกมิติหนึ่ง สถานการณ์ดังกล่าวยังเปิดโอกาสเชิงยุทธศาสตร์สำหรับประเทศไทยในการขยายความร่วมมือด้านเศรษฐกิจและสาธารณสุข โดยเฉพาะในกลุ่มสินค้าและบริการด้านสุขภาพ ซึ่งสามารถสร้างมูลค่าเพิ่มและเสริมสร้างความเชื่อมโยงระหว่างสองประเทศได้อย่างยั่งยืนในระยะยาว

แหล่งอ้างอิง

1. BusinessLine (The Hindu Group). (2026). Health and Lifestyle Trends in India
2. Reuters. (2026). India Public Health and Diabetes Reports
3. The Economic Times. (2026). Rising Diabetes Cases and Economic Impact in India
4. Apollo Hospitals. (2026). Health of the Nation Report