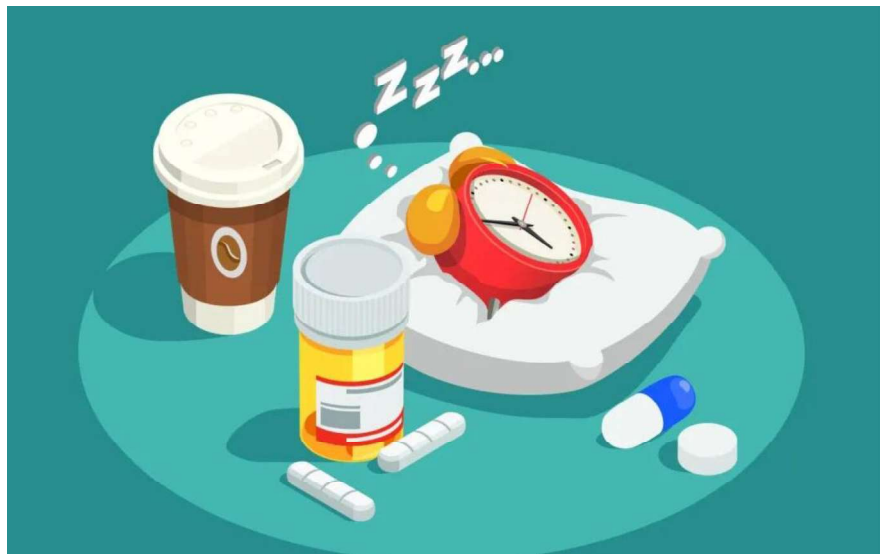




DITP

ข่าวเด่นประจำสัปดาห์จากสาธารณรัฐประชาชนจีน
วันที่ 19 - 25 มกราคม 2569
โดยสำนักงานส่งเสริมการค้าในต่างประเทศ ณ นครเฉิงตู
<thaitcchengdu@ditp.go.th>

เวชศาสตร์การนอนหลับกับการเปลี่ยนแปลงสู่กระแสหลัก



แหล่งที่มา : https://mp.weixin.qq.com/s/_N6c5tn6oQqYec6dfhQUcW

การนอนหลับเป็นกิจกรรมพื้นฐานที่ขาดไม่ได้ของมนุษย์ และกินเวลาประมาณหนึ่งในสามของช่วงชีวิตทั้งหมด อย่างไรก็ตาม เวชศาสตร์การนอนหลับเคยเป็นสาขาทางการแพทย์ที่ไม่ได้รับความสำคัญ หลายประเทศมองว่าการศึกษาด้านการนอนหลับเป็นเพียงงานเสริมของแพทย์ จุดเปลี่ยนสำคัญเกิดขึ้นจากความพยายามของสมาคมเวชศาสตร์การนอนหลับแห่งสหรัฐอเมริกา (American Academy of Sleep Medicine: AASM) ที่ผลักดันการพัฒนาวิชาชีพอย่างเป็นระบบ ผ่านการจัดทำตำรา ประชุมวิชาการ ผลิตบุคลากรเฉพาะทาง กำหนดระบบการสอบที่เข้มงวด ตลอดจนการผลักดันเชิงนโยบาย จนในที่สุดเวชศาสตร์การนอนหลับได้รับการยอมรับให้เป็นสาขาแพทย์เฉพาะทางอย่างเป็นทางการ

การวิจัยด้านการนอนหลับใน ประเทศจีนเริ่มต้นขึ้นตั้งแต่ปี 2493-2503 โดยศาสตราจารย์หวัง ร่ววี่ แห่งมหาวิทยาลัยแพทยศาสตร์เหอหนาน ต่อมา ในปี 2523-2533 ศาสตราจารย์หลิว เซียเหอ แห่งวิทยาลัย

แพทยศาสตร์เสฉวน (ปัจจุบันคือ West China Hospital of Sichuan University) ได้ก่อตั้งห้องปฏิบัติการการนอนหลับแห่งแรกของประเทศ และศาสตราจารย์หวง ซีเจิน ได้จัดตั้งศูนย์วินิจฉัยและรักษาโรคการนอนหลับที่โรงพยาบาลปักกิ่งยูเนียน นับเป็นครั้งแรกที่มีระบบรองรับอย่างเป็นรูปธรรมของเวชศาสตร์การนอนหลับในจีน

ในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา เวชศาสตร์การนอนหลับในจีนได้รับแรงหนุนอย่างชัดเจนจากนโยบายสุขภาพจีน (ปี 2562–2573) ระบุว่าผู้ใหญ่ควรนอนหลับวันละ 7–8 ชั่วโมง พร้อมทั้งบรรจุเนื้อหาเกี่ยวกับเวชศาสตร์การนอนหลับไว้ในหลักสูตรฝึกอบรมแพทย์ประจำบ้าน ขณะเดียวกันองค์การอนามัยโลก (WHO) ได้แยกความผิดปกติของการนอนหลับและการตื่นออกมาเป็นหมวดเฉพาะในการจำแนกโรค ICD-11¹ ซึ่งยิ่งตอกย้ำสถานะความเป็นสาขาอิสระของเวชศาสตร์การนอนหลับในระดับสากล

อย่างไรก็ตาม แม้จะมีความก้าวหน้าอย่างต่อเนื่อง เวชศาสตร์การนอนหลับยังคงเผชิญกับความท้าทายอย่างหนัก ข้อมูลระบุว่าประชาชนจีนมากกว่า 200 ล้านคนประสบปัญหาความผิดปกติด้านการนอนหลับ แต่กลับมีอัตราการวินิจฉัยและการรักษาภาวะหยุดหายใจขณะหลับไม่ถึงร้อยละ 1 สาเหตุสำคัญมาจากการขาดความรู้ของประชาชน การขาดแคลนแพทย์เฉพาะทาง และระบบการวินิจฉัยรักษาที่ยังไม่เพียงพอ โดยเฉพาะการตรวจติดตามในครัวเรือนและการแพทย์ทางไกลที่ยังไม่แพร่หลาย

สถานการณ์ดังกล่าวสวนทางกับการเติบโตของเศรษฐกิจการนอนหลับอย่างเห็นได้ชัด โดยในปี 2566 มูลค่าตลาดเศรษฐกิจการนอนหลับของจีนสูงถึง 4.96 ล้านล้านหยวน สะท้อนให้เห็นถึงความไม่สอดคล้องกันระหว่างความต้องการด้านการแพทย์ กับทิศทางการพัฒนาเชิงอุตสาหกรรม

ผู้เชี่ยวชาญมองว่า อนาคตของเวชศาสตร์การนอนหลับจะขับเคลื่อนด้วยนวัตกรรมเทคโนโลยีและความร่วมมือข้ามสาขาเป็นหลัก การใช้อุปกรณ์ตรวจวัดการนอนหลับภายในครัวเรือนมีแนวโน้มจะเปลี่ยนรูปแบบการวินิจฉัย ลดการพึ่งพาการตรวจในห้องปฏิบัติการแบบเดิม ขณะเดียวกัน ปัญญาประดิษฐ์ หรือ AI กำลังเข้ามามีบทบาทในการวิเคราะห์ข้อมูล ช่วยเพิ่มความแม่นยำและประสิทธิภาพในการวินิจฉัย ทั้งนี้ผู้เชี่ยวชาญย้ำว่าข้อมูลจากเทคโนโลยียังคงต้องได้รับการตีความควบคู่กับดุลยพินิจของแพทย์ เพื่อหลีกเลี่ยงการพึ่งพาเทคโนโลยีมากเกินไป

ในระดับนานาชาติ องค์กรอย่าง American Academy of Sleep Medicine (AASM) ถ่ายทอดมาตรฐานและประสบการณ์ทางคลินิกให้แก่ประเทศในเอเชีย เพื่อลดช่องว่างด้านการดูแลสุขภาพ นอกจากนี้ เวชศาสตร์การนอนหลับยังจำเป็นต้องบูรณาการกับจิตเวชศาสตร์ และโรคหัวใจและหลอดเลือดอย่างใกล้ชิด เนื่องจากมีความเชื่อมโยงโดยตรงกับภาวะซึมเศร้าและความดันโลหิตสูง การดูแลแบบสหสาขาวิชาชีพจึงเป็นทิศทางที่หลีกเลี่ยงไม่ได้

¹ ICD-11 โรคจิตเวช ความผิดปกติทางพฤติกรรมหรือความผิดปกติพัฒนาระบบประสาทและโรคในหมวดอื่นที่เกี่ยวข้อง

การเติบโตของเวชศาสตร์การนอนหลับไม่เพียงสะท้อนถึงความก้าวหน้าของวิทยาการทางการแพทย์เท่านั้น แต่ยังสะท้อนถึงการยกระดับความใส่ใจในสุขภาพของสังคม การยกระดับคุณภาพการนอนหลับของประชาชนจึงถือเป็นหนึ่งในกุญแจสำคัญของการเสริมสร้างสุขภาวะของประเทศ และเป็นเป้าหมายสำคัญภายใต้นโยบายสุขภาพจีนในระยะยาว

ข้อคิดเห็น / ข้อเสนอแนะ สดต. ณ นครเฉิงตู

ตลาดเวชศาสตร์การนอนหลับในจีนกำลังเติบโตอย่างโดดเด่น จากปัญหาการนอนหลับพร่องของประชากรเมืองและวิถีชีวิตที่เคร่งเครียด ปี 2566 ตลาดเศรษฐกิจการนอนหลับ²หลักมีมูลค่าสูงถึง 4.96 ล้านล้านหยวน สะท้อนว่าผู้บริโภคให้ความสำคัญกับคุณภาพการพักผ่อนมากขึ้น อย่างไรก็ตาม การเข้าถึงบริการทางการแพทย์เฉพาะทางยังจำกัด และหลายคนต้องการหลีกเลี่ยงการใช้ยาสังเคราะห์ จึงเปิดพื้นที่ให้ผลิตภัณฑ์และบริการด้านการดูแลสุขภาพเชิงป้องกันเข้ามาตอบโจทย์

ในบริบทนี้ สมุนไพรและนวดแผนไทยมีจุดแข็งเรื่องความเป็นธรรมชาติ ความปลอดภัย และภาพลักษณ์การผ่อนคลาย สมุนไพรไทยอย่างกระถิน โหระพา มะกรูด หรือขิง สามารถนำมาพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์สมัยใหม่ เช่น ชาสมุนไพร อาหารเสริม หรือเครื่องหอมเพื่อช่วยให้หลับสบาย ขณะเดียวกันการนวดไทยเน้นการคลายกล้ามเนื้อและลดความตึงเครียด ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญของปัญหาการนอนไม่หลับในคนทำงานเมืองใหญ่

หากผสมผสานภูมิปัญญาดั้งเดิมเข้ากับงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์ การรับรองมาตรฐาน รวมถึงการออกแบบแบรนด์ที่สื่อถึงความสงบและวิถีสุขภาพแบบไทย จะช่วยเพิ่มความน่าเชื่อถือ ตลาดจีนที่กำลังขยายตัว ผู้ประกอบการไทยจึงมีโอกาสด้อยต่อไปสู่ผลิตภัณฑ์ระดับพรีเมียมและบริการด้านสุขภาพเชิงประสบการณ์ ที่ตอบโจทย์ผู้บริโภครุ่นใหม่ซึ่งมองหาทางเลือกที่สมดุลระหว่างสมัยใหม่กับภูมิปัญญาท้องถิ่น

สำนักงานส่งเสริมการค้าในต่างประเทศ ณ นครเฉิงตู

มกราคม 2569

แหล่งข้อมูล : https://mp.weixin.qq.com/s/_N6c5tn6oQqYec6dfhQUcW

<https://home.maefahluang.org/17517612/7herbs>

ห้องสมุดกรมสุขภาพจิต

² เศรษฐกิจการนอนหลับ (Sleep Economy) หมายถึง ตลาดที่เกิดขึ้นจากความต้องการนอนหลับให้ดีขึ้น มีคุณภาพ และเพียงพอ ได้แก่ สินค้าเพื่อการนอน หมอน สมาร์ทวอตช์ สปาลดความเครียด ดนตรี เป็นต้น