



หน่วยการดื่มในชีวิตประจำวัน: ความท้าทาย จากการศึกษาเชิงชาติพันธุ์วรรณนาในชุมชน อีสาน*

จิรวัดน์ มูลศาสตร์ พบ.**

บทคัดย่อ

บทนำ การศึกษาเชิงสำรวจถึงปริมาณการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระดับบุคคลนั้น นิยมใช้หน่วยการดื่ม ซึ่งอาจเป็นหน่วยการดื่มมาตรฐาน (standard drink) หรือหน่วยตามการดื่มจริง (actual drink) ในการเก็บข้อมูล แต่ก็พบว่าหน่วยการดื่มในแต่ละประเทศหรือต่างภูมิภาคของประเทศมักมีความแตกต่างกันไป **วัตถุประสงค์** เพื่อศึกษารูปแบบการดื่มและหน่วยการดื่มต่อครั้งที่เกิดขึ้นจริงในหมู่บ้านแห่งหนึ่งในภาคอีสาน

วิธีการศึกษา เป็นการศึกษาเชิงชาติพันธุ์วรรณนา โดยใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้งการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักมากกว่า 45 คน ที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป ระหว่างเดือน ม.ค.-ส.ค. 2551 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการศึกษา พบว่าหน่วยการดื่มมีความแตกต่างกันไปตามชนิดของเครื่องดื่ม บรรจุภัณฑ์ และรูปแบบการดื่ม เหล้าขาวมักใช้เป็น “เป๊ก” หรือจำนวนเงินที่ใช้ซื้อปลีกเมื่อดื่มคนเดียว สำหรับเบียร์แล้วนิยมดื่มโดยรินใส่แก้วพร้อมน้ำแข็งซึ่งทำให้ปริมาตรต่อแก้วอาจแตกต่างกันไป ส่วนปริมาณเหล้าที่รินต่อแก้วก็แตกต่างกันไปตามเพศและความนิยมในรสชาติ เมื่อถามถึงปริมาณการดื่ม ผู้ดื่มเหล้าขาวเพียงล้าพังมักจะตอบได้ชัดเจนมากกว่ากลุ่มอื่น ซึ่งมักจะตอบเป็นขนาดของบรรจุภัณฑ์ต่อจำนวนคนมากกว่าการตอบเฉพาะส่วนของตนเอง การดื่มในงานส่วนรวมของชุมชนที่มีคนเข้าร่วมจำนวนมาก ภาชนะที่ใช้ก็อาจมีขนาดใหญ่กว่าปกติ รวมทั้งบรรยากาศของการดื่ม ทำให้ผู้ดื่มมักไม่สามารถบอกถึงปริมาณการดื่มของตนได้ เมื่อรวมกับความแรงของแอลกอฮอล์ในเครื่องดื่มและความหลากหลายของขนาดบรรจุภัณฑ์ ก็อาจทำให้จำนวนกรัมของเอทานอลที่คำนวณจากข้อมูลดังกล่าวแตกต่างกันไปจากความเป็นจริงได้

สรุป การทำความเข้าใจถึงพฤติกรรมกรดื่มและรูปแบบการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แต่ละชนิดในภูมิภาคต่างๆ ตามสภาพความเป็นจริงจะช่วยให้นักวิจัยสามารถออกแบบเครื่องมือการเก็บข้อมูลที่เหมาะสมกับพื้นที่ รวมทั้งการให้ข้อมูลต่อสาธารณะจนถึงปริมาณการดื่มที่เหมาะสมและผลกระทบต่อสุขภาพก็ควรคำนึงถึงบริบททางวัฒนธรรม ความแตกต่างของภาชนะที่ใช้ ชนิดของเครื่องดื่ม และรูปแบบการดื่มโดยใช้หน่วยการดื่มที่สอดคล้องกับพฤติกรรมกรดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของประชากรในแต่ละพื้นที่

คำสำคัญ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หน่วยการดื่ม หน่วยการดื่มมาตรฐาน หน่วยการดื่มจริง

วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2551; 53(4): 393-404

* นำเสนอในการประชุมวิชาการสุาระระดับชาติครั้งที่ 4 “ยุติวิกฤติปัญหาสุราด้วยกฎหมาย”, นนทบุรี, ระหว่างวันที่ 26-27 พฤศจิกายน 2551

** จิตแพทย์ กลุ่มงานจิตเวช โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จ.อุบลราชธานี



Actual Drink Size: Challenge from Ethnographic Study in a Thai-Isan Village*

Jirawat Moolasart M.D.**

Abstract

Background: Volume measurement in survey study of drinking usually uses standard drink size or actual drink size as a unit of quantification. However, the definitions of a drinking unit differ across countries, even in different regions of a country.

Objective: The aims of this ethnographic study were to study drinking practices and actual drink sizes in a Thai-Isan village.

Method: Data were collected from January to August 2008 by participant observation in various occasions of drinking and informal interview including >45 key-informants, and were analyzed by content analysis method.

Results: Actual drink sizes varied by types of alcoholic beverage, containers, and drinking practices. *Pek*, which contained 30 ml. of beverage, was used for Lao Khao. Beer drinker usually drank in a glass filled with ice, so, quantity of beer per glass varied from glass to glass. For spirit drinker, the quantity of spirit that was poured into a glass, varied by gender and drinking preference. Lao Khao drinkers could respond more accurately about their consumptions when they were asked about the quantity of drinking per occasion, while the others usually responded by the sizes of container of beverage per number of drinkers. In the communal activity that many people involved, the response of drinking quantity was quite difficult because of the various sizes of vessels and the drinking atmosphere. To estimate the volume of individual drinking, in consideration of variation of alcohol content and container sizes, these responses yielded a significant difference in term of gram of ethanol.

Conclusion: Understanding the local customs of actual drinking behaviors and drinking practices can help researcher to design an appropriate survey research tool for individually measuring volume of drinking. In addition, educating the public about drinking level and health impacts should be based on cultural context of drinking, types and vessels of actual drink and drinking practices by using the locally defined actual drink sizes.

Key words: alcoholic beverage, drinking unit, standard drink, actual drink

J Psychiatr Assoc Thailand 2008; 53(4): 393-404

* Presented at the 4th National Alcohol Conference “Stop alcohol problem crisis by law and regulation”, Nonthaburi, Thailand, 26-27 November, 2008.

** Psychiatrist. Department of Psychiatry, Sappasitthiprasong Hospital, Ubon Ratchathani

บทนำ

การศึกษาพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับบุคคลนั้น นอกจากข้อมูลเรื่องความถี่ของการดื่มและชนิดของเครื่องดื่มแล้ว ปริมาณการดื่มต่อครั้งก็เป็นข้อมูลที่สำคัญประการหนึ่ง การวัดปริมาณการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยทั่วไปมักจะพิจารณาจากภาชนะที่ใช้ดื่ม หรือจากบรรจุภัณฑ์ในกรณีที่ดื่มจากบรรจุภัณฑ์นั้นๆ โดยตรง อย่างไรก็ตามบรรจุภัณฑ์ของเครื่องดื่มแต่ละชนิดก็มีรูปแบบที่แตกต่างกันไป ภาชนะที่ใช้ดื่มก็เช่นเดียวกัน อีกทั้งการรินเครื่องดื่มใส่ภาชนะที่ใช้ดื่มก็มักจะพบว่า มีความแตกต่างกันไปตามสถานการณ์ สถานที่ และรูปแบบการดื่มของแต่ละสังคมวัฒนธรรม¹

สำหรับการศึกษาเชิงสำรวจแล้ว นักวิจัยได้พยายามสร้างหน่วยมาตรฐานสำหรับการดื่ม (standard drink or unit) ขึ้นมาเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูลปริมาณที่ดื่มและการศึกษาความเชื่อมโยงถึงผลตามมาจากกรดื่ม โดยในช่วงแรกนั้น หน่วยการดื่มที่ใช้มีที่มาจากกรดื่มในชีวิตประจำวัน (actual drink) ของประชากรที่จะทำการศึกษาและเป็นที่คุ้นเคยกันในสังคมนั้น ซึ่งอาจเป็นหน่วยที่ได้จากบรรจุภัณฑ์ที่จำหน่ายในท้องตลาดหรือหน่วยที่ใช้เสิร์ฟในสถานบริการ¹ หรือหน่วยการดื่มอย่างเป็นทางการตามกฎหมายของประเทศนั้นๆ ซึ่งหน่วยการดื่มมาตรฐานนี้ยังนำมาใช้ในการประชาสัมพันธ์และให้ความรู้ต่อสาธารณะชนถึงปริมาณการดื่มที่เหมาะสม เพื่อหลีกเลี่ยงผลกระทบที่อันตรายจากการดื่มรวมทั้งประโยชน์ต่อสุขภาพจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์^{2,3}

เมื่อมีการศึกษาเชิงสำรวจในต่างพื้นที่มากขึ้น มักพบว่าหน่วยการดื่มในแต่ละประเทศหรือแม้กระทั่งในต่างภูมิภาคของประเทศก็มีความแตกต่างกันไป รวมทั้งนักวิจัยเองอาจกำหนดหน่วยการดื่มขึ้นมาเพื่อใช้สำหรับงานวิจัยของตน⁴ จึงทำให้เกิดความสับสน

เมื่อทำการศึกษาเปรียบเทียบทางระบาดวิทยาการดื่มระหว่างประเทศต่างๆ ถึงอัตราและปริมาณการดื่มระดับบุคคล ปัจจัยที่ส่งผลต่อการดื่ม รูปแบบการดื่มที่อาจเกิดความเสียหายตามมา และการอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างการดื่มกับผลกระทบจากการดื่ม⁵ เพื่อให้ นักวิจัยได้ทำการศึกษาไปในแนวทางเดียวกัน องค์การอนามัยโลกจึงได้แนะนำให้ใช้กรัมของเอทานอลในเครื่องดื่มแทนการใช้หน่วยการดื่มมาตรฐานในการศึกษา²

การวัดปริมาณการดื่มในระดับบุคคลเป็นจำนวนกรัมของเอทานอลนั้นมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องอยู่ 3 ประการ ได้แก่ ปริมาตรของเครื่องดื่มที่ดื่ม ความถี่ของการดื่มและความแรงหรือความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ที่ผสมอยู่ในเครื่องดื่มชนิดนั้น⁶ การถามถึงความถี่ของการดื่มมักจะไม่เป็นปัญหาในการศึกษามากนัก เช่นเดียวกับความแรงของเครื่องดื่ม ซึ่งเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มักจะมีระดับความเข้มข้นของเอทานอลไว้ที่ฉลากหรือบนบรรจุภัณฑ์ที่ใช้ ประเด็นปัญหาคือ การถามถึงปริมาตรของเครื่องดื่มในการดื่มแต่ละครั้งหรือในหนึ่งวัน ซึ่งมักพบได้ว่า ผู้ถูกสัมภาษณ์จำนวนหนึ่งไม่สามารถประมาณการดื่มที่แท้จริงของตนเองเป็นหน่วยการดื่มมาตรฐานได้ และอีกจำนวนหนึ่งก็ไม่พยายามที่จะประมาณการเนื่องจากรู้สึกยุ่งยากหรือสับสนในการคำนวณการดื่มของตนเป็นหน่วยมาตรฐานตามที่นักวิจัยต้องการ⁷ หรือสับสนเนื่องจากความหลากหลายของบรรจุภัณฑ์และปริมาณการรินที่แตกต่างกัน⁸ อีกทั้งผู้ดื่มเองมักจะคำนึงถึงปริมาณเครื่องดื่มที่ดื่มมากกว่าปริมาณเอทานอลในการดื่มแต่ละครั้ง⁵ การตอบคำถามถึงปริมาณการดื่มของตนตามสภาพการดื่มจริงหรือความคุ้นเคยในสังคมวัฒนธรรมนั้นๆ จึงเป็นการง่ายสำหรับการตอบมากกว่าการพยายามตอบเป็นหน่วยตามที่นักวิจัยต้องการ นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นที่เกี่ยวข้องกับความถูกต้องแม่นยำ ของข้อมูล เช่น การย้อนรำลึกของตัวผู้ตอบ เครื่องมือที่ใช้ และวิธีการเก็บข้อมูล⁹

การถามถึงปริมาณการดื่มนั้นจึงควรคำนึงถึงความแตกต่างของขนาดบรรจุภัณฑ์และหน่วยการดื่มซึ่งมักจะมีขนาดหรือคำนิยามของหน่วยการดื่มที่แตกต่างกันออกไปตามแต่ละพื้นที่ และควรปรับข้อคำถามให้เหมาะสมกับแต่ละสังคมวัฒนธรรม รวมทั้งการใช้ภาพหรือตัวอย่างของภาชนะและบรรจุภัณฑ์ที่มีใช้จริงในพื้นที่ศึกษาเป็นเครื่องมือช่วยในการตอบ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ตอบมีความสะดวกและสามารถคำนวณหรือประมาณการดื่มของตนได้ง่าย^{10,11} โดยไม่ควรที่จะกำหนดให้ตอบเป็นหน่วยการดื่มมาตรฐาน¹ ข้อมูลจากการสังเกตพฤติกรรมกรดื่มน้ำและปริมาณการดื่มที่เกิดขึ้นจริงในแต่ละพื้นที่ จะช่วยให้นักวิจัยสามารถออกแบบเครื่องมือการเก็บข้อมูลที่เหมาะสมกับพื้นที่และได้ที่ถูกต้องแม่นยำ สามารถคำนวณปริมาณการดื่มกลับไปเป็นหน่วยการดื่มมาตรฐานหรือจำนวนกรัมของเอทานอลได้โดยง่าย รวมทั้งการวางแผนการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้

ในประเทศไทยนั้น รายงานการศึกษาถึงรูปแบบและหน่วยการดื่มในชีวิตจริงซึ่งอาจส่งผลต่อการย้อนรำลึกและการประมาณปริมาณการดื่มแต่ละครั้งยังมีไม่มากนัก การศึกษาที่ให้รายละเอียดถึงรูปแบบและวิธีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แต่ละชนิดในภูมิภาคต่างๆ ตามสภาพความเป็นจริง จึงน่าจะเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาระบบนิเวศวิทยาของการใช้เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับบุคคลและการพัฒนาวิธีการในการเก็บข้อมูลเชิงสำรวจในประเทศไทยต่อไป

วิธีการศึกษา

การศึกษาเชิงชาติพันธุ์วรรณาในหมู่บ้านแห่งหนึ่งในชนบทอีสาน ซึ่งอยู่ห่างจากเขตเทศบาลนครอุบลราชธานี ประมาณ 20 กิโลเมตร มีทางคมนาคมที่สะดวก มีประชากรที่อยู่อาศัยประมาณ 900 คน และประชากรร้อยละ 74 มีอายุมากกว่า 18 ปี หมู่บ้านมีลักษณะของชนบทชานเมือง ชาวบ้านส่วนใหญ่

ยังทำมาหาเลี้ยงชีพภายในท้องถิ่น มีจำนวนไม่มากนักที่ออกไปทำงานนอกหมู่บ้านหรือในเขตเมือง หมู่บ้านยังคงรักษาประเพณีและวัฒนธรรมท้องถิ่นไว้เป็นอย่างดี และชาวบ้านยังร่วมมือในกิจกรรมทางสังคมวัฒนธรรมเป็นอย่างดี ขณะเดียวกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก็แนบเนื่องในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะในกิจกรรมทางสังคมและประเพณี

การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้วิธีการสังเกตแบบมีส่วนร่วมและการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ (participant observation and informal interview) ระหว่างเดือนมกราคม ถึง สิงหาคม 2551 ซึ่งผู้วิจัยได้เข้าไปมีส่วนร่วมทั้งในงานทางสังคมวัฒนธรรม เช่น ในงานบุญ-ประเพณี มากกว่า 12 ครั้ง งานสังคมมากกว่า 15 ครั้ง งานฉลองต่างๆ เช่น วันเกิด ถูกหวย รถคันใหม่ ฯลฯ และการพบปะพูดคุยกับสมาชิกของหมู่บ้านทุกสัปดาห์ การสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการทำในรูปแบบการพูดคุยหรือสอบถามในขณะที่เข้าร่วมในเหตุการณ์นั้น และกลับไปสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมอีกครั้งในกรณีที่ต้องการความชัดเจนมากยิ่งขึ้น นอกจากนั้นยังได้สัมภาษณ์ชาวบ้านมากกว่า 45 คน (ผู้ชาย 30+ คน ผู้หญิง 15+ คน) ซึ่งเลือกอย่างเฉพาะเจาะจงในกลุ่มผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป โดยไม่รวมถึงบุคคลที่สมาชิกหมู่บ้านลงความเห็นว่าเป็น “ติดเหล้าหรือดื่มจนมีปัญหา”

การเก็บข้อมูลหน่วยการดื่มในแต่ละครั้งและปริมาณแอลกอฮอล์ในเครื่องดื่มจากการดื่ม ทำโดยการขอให้ผู้ถูกสัมภาษณ์รินน้ำเปล่า (แทนการใช้เครื่องดื่มแอลกอฮอล์จริงตามที่ดื่มอยู่เป็นประจำ) ลงในแก้วที่ใช้กันอยู่ทั่วไปในหมู่บ้านตามชนิดของเครื่องดื่มนั้นๆ จากนั้นจึงวัดปริมาตรเป็นมิลลิลิตร แล้วคำนวณเป็นจำนวนกรัมของเอทานอล โดยใช้ค่าคงที่ 0.79 เป็นตัวคูณ² ซึ่งจำนวนกรัมของเอทานอล = (ความแรงของเครื่องดื่ม x มิลลิลิตรที่วัดได้) x 0.79

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) และการวิเคราะห์แก่นสาร (thematic analysis) ส่วนข้อมูลเชิงปริมาณใช้การแจกแจงความถี่ สำหรับความเชื่อถือได้ของข้อมูลใช้การตรวจสอบจากการสังเกตในสถานการณ์ต่างๆ ทั้งในสถานที่สาธารณะและสถานที่ส่วนบุคคล การสอบถามผู้เข้าร่วมในเหตุการณ์หรือผู้ที่เกี่ยวข้อง การสัมภาษณ์ผู้ที่มีประสบการณ์ตรง และการขอให้สาธิตให้ดู

การศึกษาครั้งนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาเชิงชาติพันธุ์วรรณาเกี่ยวกับวัฒนธรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในชนบทอีสาน ซึ่งได้ผ่านการพิจารณารับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น เมื่อเดือนธันวาคม 2550 โดยขอค้นพบจากการศึกษาครั้งนี้เน้นเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้องกับหน่วยการดื่มเท่านั้น

ผลการศึกษา

1. ผู้ดื่ม: ทุกเพศ หลายวัย หลากหลายชนิดและวิธีการดื่ม

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สามารถพบเห็นได้แทบทุกวัย ผู้ดื่มมีทั้งผู้ชายและผู้หญิง โดยผู้ดื่มที่มีอายุมากที่สุดโนนหมูป่าเป็นผู้ชายอายุ 86 ปี ซึ่งยังดื่มอยู่อย่างน้อยสัปดาห์ละครั้ง ชนิดของเครื่องดื่มที่นิยมดื่มจะแตกต่างกันไปตามกลุ่มอายุ (ตารางที่ 1) เหล้าสีของไทย

จะได้รับความนิยมในผู้ชายแทบทุกวัย ส่วนใหญ่จะเป็นการดื่มโดยผสมกับโซดาหรือน้ำ การดื่มโดยไม่ผสมหรือดื่มเพียวๆ มีเพียงจำนวนน้อย หรือเป็นการดื่มในบางสถานการณ์เท่านั้น (ในขบวนแห่ ยุงยากในการหาแก้วหรือการผสม โซดาหมด ฯลฯ) สำหรับเหล่าขาของผู้ดื่มส่วนใหญ่จะเป็นผู้สูงอายุ (60+ ปี) ซึ่งบางรายจะดื่มเหล้าขาวเพียงชนิดเดียวเท่านั้น ขณะที่อีกส่วนดื่มได้ทั้งเหล้าขาวและเหล้าสีตามแต่โอกาส ในกลุ่มวัยกลางคนที่พบเห็นได้มักจะเป็นการดื่มเหล้าขาวผสมกับเครื่องดื่มบำรุงกำลัง ซึ่งมีชื่อเรียกเฉพาะว่า “น้อยทิง” โดยนำเครื่องดื่มบำรุงกำลังยี่ห้อหนึ่งผสมกับเหล้าขาวในอัตราส่วนเหล้าขาวขวดเล็กต่อเครื่องดื่มบำรุงกำลังครึ่งขวด การดื่มเหล้าขาวในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้นพบได้ไม่มากนักและมักจะไม่ใช่ชนิดเครื่องดื่มที่ดื่มเป็นประจำ การดื่มเบียร์พบได้ในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมากกว่ากลุ่มอายุอื่นๆ สำหรับกลุ่มวัยกลางคนและผู้สูงอายุนั้นเบียร์ไม่ใช่เครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมมากนัก

ในกลุ่มผู้หญิง เครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมมากที่สุด คือ เบียร์ ซึ่งจะพบการดื่มได้ในทุกกลุ่มอายุ แต่กลุ่มผู้สูงอายุก็มักจะนิยมเหล้าสีของไทยมากกว่า ซึ่งจะเป็นการดื่มผสมโซดาหรือน้ำอัดลม อย่างไรก็ตาม การดื่มเหล้าสีผสมโซดาก็จะได้รับความนิยมมากขึ้นในกลุ่มผู้หญิงอายุ 30-40+ ปี เครื่องดื่มประเภทไวน์คูลเลอร์ก็มีผู้ดื่มบ้างจำนวนไม่มากนัก โดยเป็นการดื่ม

ตารางที่ 1 ชนิดของเครื่องดื่มที่นิยมดื่มจำแนกตามเพศและกลุ่มอายุ

	ผู้ชาย (อายุ)				ผู้หญิง (อายุ)			
	20-30	30-40+	40+-60	>60	20-30	30-40+	40+-60	>60
เหล้าสี (ไทย)	~	√	√	√	-	√	√	√
เหล้าขาว	~	~	?	√	-	-	~	~
เบียร์	√	√	~	~	?	√	√	√
ไวน์คูลเลอร์	-	-	-	-	?	~	~	-

หมายเหตุ: √ นิยมดื่มมาก, √ นิยมดื่มน้อยกว่า, ~ มีการดื่มบ้าง, - ไม่พบการดื่มเลย

นานๆ ครั้งในกลุ่มอายุ 20-30 ปี และมีเพียง 1-2 ราย
ในกลุ่มวัยกลางคนเท่านั้นที่ดื่มเฉพาะเครื่องดื่มชนิดนี้
เป็นประจำ นอกนั้นก็มีการดื่มบ้างเป็นครั้งคราวและ
ไม่ใช้การดื่มเป็นประจำ

ความแรงของแอลกอฮอล์ในเครื่องดื่มยี่ห้อ
ที่ได้รับความนิยมในแต่ละชนิดได้แก่ (1) เหล้าสี่ยี่ห้อ
ที่ได้รับความนิยมมากที่สุดเป็นเหล้าไทยมีความแรง
ร้อยละ 35 ยี่ห้ออื่นซึ่งมีความแรงร้อยละ 40 มีผู้นิยม
ดื่มไม่มากนัก การดื่มเหล้าสี่จากต่างประเทศแทบจะ
ไม่พบเห็นเลย (2) เหล้าชาวมีความแรงร้อยละ 40
ทุกยี่ห้อที่มีจำหน่ายในหมู่บ้าน (3) เบียร์สองยี่ห้อที่
ได้รับความนิยมสูงที่สุด มีความแรงที่ร้อยละ 5 และ 5.4
(4) ไวน์คูลเลอร์ที่นิยมดื่มมีความแรงร้อยละ 5

2. รูปแบบการดื่ม: สถานการณ์ คนดื่ม/ มือซง (ริน) และความทรงจำถึงปริมาณที่ดื่ม

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เกิดขึ้นได้ในหลาย
สถานการณ์ และมีรูปแบบการดื่มที่หลากหลาย ซึ่ง
ส่งผลต่อการยอมรับถึงปริมาณการดื่มของตนเอง

2.1 ดื่มคนเดียว โดยทั่วไปแล้วการดื่มเพียง
คนเดียวจะพบได้บ่อยสำหรับคอเหล้าขาว ซึ่งมักจะดื่ม
แทบทุกวัน วันละ 10-20 บาท โดยจะเป็นการซื้อดื่มเป็น
แก้วที่ร้านค้าของชำตอนเย็น หลังกลับจากการทำงาน
หรือก่อนกินอาหาร การซื้อเป็นขวดกลับไปบ้านพบได้
ไม่มากนัก นอกจากมีผู้ร่วมดื่มด้วย โดยมักจะซื้อไป
ในขนาดขวด 150 มล. หรือขวดเล็ก สำหรับผู้ที่ดื่มเบียร์
หรือเหล้าสี่อาจพบการดื่มคนเดียวได้บ้างในบางราย
ซึ่งก็มักจะดื่มตอนเย็นหลังเลิกงานหรือก่อนกินอาหาร
เช่นกัน การดื่มลักษณะนี้ผู้ดื่มมักจะบอกปริมาณที่ดื่ม
บ่อยได้ชัดเจน แต่ก็จะเป็นหน่วยการดื่มตามที่ตนเอง
คุ้นเคยเท่านั้น เช่น จำนวนเงินที่ซื้อ บรรจุกัณฑ์ที่ใส่
เครื่องดื่ม

2.2 วงอาหาร / วงเหล้า สำหรับการดื่มในวง
อาหารนั้นก็สามารถพบเห็นได้ทั่วไป ส่วนใหญ่มักจะเป็น

การเชิญเพื่อนบ้านหรือญาติพี่น้องใกล้เคียงมาร่วม
กินอาหาร การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวงลักษณะนี้
มักจะดื่มไม่มากนัก เมื่อกินอาหารเสร็จแล้วก็มักจะ
แยกย้ายกันกลับไป การดื่มยึดเยื้ออาจพบได้เมื่อมี
แขกพิเศษหรือแขกทางไกลมาร่วมด้วย ซึ่งเป็นส่วนหนึ่ง
ของการต้อนรับมากกว่าการดื่มในวงอาหารทั่วไป
สำหรับวงเหล้าแล้วมีความแตกต่างกันเล็กน้อยคือ
มักจะเน้นที่เครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าอาหาร โดย
จานอาหารที่ตั้งอยู่ในวงนั้นจะอยู่ในสถานะ “กับแกล้ม”
มากกว่าเป็นจานกับข้าว อย่างไรก็ตามในวงทั้งสอง
ลักษณะนี้การพูดคุย การกินอาหาร มักจะเป็นที่จดจำ
ได้มากกว่าปริมาณการดื่มที่ตนเองดื่มไป

การดื่มเหล้าสี่ผสมหรือการซงเหล้ามักจะถูกริน
และผสม (ซง) โดยสมาชิกที่นั่งอยู่เพียง 1-2 คนเท่านั้น
แล้วจึงส่งต่อให้ผู้ดื่ม จึงทำให้ผู้ดื่มไม่สามารถระบุปริมาณ
ของเหล้าที่รินต่อแก้วได้ชัดเจนนัก สำหรับผู้ที่ดื่มเบียร์
นั้นมีข้อสังเกตว่าการเติมน้ำแข็งในแก้วมักไม่แน่นอน
แก้วแรกอาจเติมน้ำแข็งเต็มแก้วแต่แก้วถัดไปอาจมีเพียง
น้ำแข็งที่เหลืออยู่จากแก้วแรกเท่านั้น ส่วนคอเหล้าขาว
นั้นถึงแม้ว่าจะนั่งดื่มกันเป็นวงก็นิยมที่จะใช้แก้วใบเดียว
กันเวียนกันไปทีละคนมากกว่าที่จะใช้แก้วดื่มเฉพาะคน
โดยแต่ละคนจะดื่มจนหมดแก้วก่อนแล้วจึงรินส่งให้
คนต่อไป

2.3 งานชุมชนที่หลายคนมีส่วนร่วม งานลักษณะ
นี้ส่วนหนึ่งจะเป็นงานบุญ-ประเพณีของหมู่บ้าน ซึ่ง
สมาชิกหมู่บ้านส่วนใหญ่จะเข้ามามีส่วนร่วม ในหลาย
งานจะมีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เข้ามาเป็นส่วนสำคัญ
ของงาน เช่น วันเนาในช่วงสงกรานต์ “วันเนาเป็น
วันสนุก กินกันทุกคนนั่นแหละ เอากันตั้งแต่เช้าจนเลิก”
หรืองานเลี้ยงงูตา “แต่ละบ้านก็ต้อง เหล้าไหไก่ตัว
พอเลี้ยงงูตาเสร็จ คราวนี้ก็เอามากินกัน เหล้ามันเยอะ
ใครไม่เอากลับก็กินกันตรงนั้นเลย” งานลักษณะนี้มักจะ
จัดในที่โล่งแจ้งและมีจำนวนคนมาร่วมงานเป็นจำนวน

มาก แก้วน้ำหรือภาชนะใส่เครื่องดื่มอาจไม่เพียงพอ จึงอาจพบการใช้ภาชนะที่ไม่คุ้นเคยนักได้ เช่น การใช้ แก้วที่มีขนาดใหญ่กว่าปกติ การตัดขวดน้ำดื่มพลาสติก ที่หมดแล้ว การใช้ถังพลาสติกขนาดเล็กที่ใช้ใส่น้ำแข็ง ซึ่งจะพบได้ทั้งการดื่มเหล้าสี่ผสมและเบียร์ ขณะที่ การดื่มนั้นก็อาจเวียนกันดื่มจากภาชนะใบเดียวกัน โดยไม่จำเป็นต้องดื่มให้หมดก่อนที่จะส่งต่อให้ผู้อื่น

ด้วยรูปแบบของงานและการดื่มในลักษณะนี้ จึงมักจะเอื้อให้เกิดการดื่มในปริมาณที่มากกว่าปกติ จนทำให้ผู้ดื่มในงานมักจะไม่สามารถจดจำปริมาณ การดื่มได้ทั้งจากฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ (เมา) และการไม่มี หน่วยการดื่มที่ชัดเจนช่วยความจำ ยกเว้นผู้ที่ดื่มใน ปริมาณไม่มากนัก

ในส่วนของงานสังคมอื่นๆ ที่มีเจ้าภาพงาน การจัดเตรียมแก้วสำหรับดื่มอาจไม่ใช่ปัญหาแต่รูปแบบ การดื่มที่เป็นแบบวงเหล้าหรือวงอาหาร บวกกับ บรรยากาศของการต้อนรับแขกและงานฉลอง และ เครื่องดื่มที่เจ้าภาพเป็นผู้จัดเตรียมไว้ให้ ก็มักจะทำให้ มีการดื่มมากกว่าปกติ และไม่สามารถจดจำปริมาณ การดื่มของตนได้เช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นการอ้างอิงจาก ภาชนะหรือบรรจุภัณฑ์

3. ปริมาณการดื่ม: โบก เป็ก แก้ว ขวด แบน และความชำนาญในการริน

คำที่ใช้เรียกหน่วยการดื่มระหว่างสมาชิกหมู่บ้าน นั้นขึ้นอยู่กับริษัของเครื่องดื่มที่ตั้งอยู่ตรงหน้าและ วิธีการดื่ม สำหรับเหล้าขาวและเหล้าสีแล้วผู้ที่รินเป็น ประจำมักจะรินในปริมาณที่ไม่แตกต่างกันมากนักในแต่ละครั้ง ถึงแม้ว่าจะใช้ภาชนะที่ต่างกันไป ส่วนใหญ่ จะบอกว่า “ไปตามน้ำหนักมือมากกว่า” แต่สำหรับผู้ดื่มที่ไม่ค่อยได้รินเองแล้วปริมาณที่รินต่อครั้งอาจ แตกต่างกันพอสมควร อย่างไรก็ตามแทบทุกคนจะบอก ได้ว่าขนาดที่ตนเองรินไปนั้น “พอดี หนักไป-หลายโพด (มากเกินไป) หรือ เบาไป-น้อยไป (น้อยเกินไป)” ซึ่ง

การศึกษาคั้งนี้พบว่ามีความที่ใช้สำหรับหน่วยการดื่ม ต่างๆ ดังนี้

3.1 โบก เป็นหน่วยเรียกที่เป็นภาษาอีสาน ดั้งเดิม ซึ่งผู้สูงอายุบางคนยังใช้อยู่และมักจะใช้เป็น คำเชิญชวนให้ดื่มโดยไม่สามารถระบุปริมาณที่ชัดเจนได้ เช่น “เอาจักโบกก่อนค่อยไป” สำหรับหมู่บ้านนี้ โบก เป็นคำที่เคยใช้กับการดื่มเหล้าในสมัยที่ยังมีการผลิต เหล้ากลั่นแบบผิดกฎหมายอยู่ โดยใช้เปลือกหอยโข่ง เป็นภาชนะในการดื่ม (ภาพที่ 1) และมักจะเป็นการดื่ม เหล้าโทในป่าที่ซุกซ่อนไหเหล้าหรือการดื่มเหล้ากลั่นใน บริเวณที่ทำการกลั่นเหล้า “โบกนั้นเขาใช้เปลือกหอยโข่ง ตัวใหญ่ๆ ตักเหล้า โบกหนึ่งก็เต็มตัวมันนั่นแหละ” จาก เปลือกหอยที่ยังหลงเหลืออยู่พบว่าสามารถบรรจุได้ถึง 120 มล. แต่ในปัจจุบันไม่สามารถหาหอยโข่งได้อีกแล้ว อีกทั้งการทำเหล้าโทและเหล้ากลั่นก็หายไปจากหมู่บ้าน ด้วย คำๆ นี้จึงเป็นการกล่าวลอยๆ โดยไม่สามารถกำหนด ปริมาณการดื่มได้

3.2 เป็ก เป็นคำที่ใช้กับเหล้าขาวเป็น ส่วนใหญ่ ในบางครั้งอาจมีการใช้คำนี้ในการชักชวน ให้ดื่มเหล้าสีหรือเบียร์ แต่ก็ไม่ได้มีปริมาณที่ชัดเจน เช่นเดียวกับเหล้าขาว คำว่า เป็ก ไม่สามารถระบุที่มา ได้ชัดเจน แต่เป็นที่รับรู้กันทั่วไปสำหรับว่าเป็นการริน เหล้าขาวใส่แก้วขนาด 30 มล. ซึ่งใช้ในการขายปลีก หรือรินขายเป็นแก้วในร้านขายของชำ หรืออาจใช้หน่วย ในการซื้อขายเป็นตัวบอกถึงปริมาณได้อีกเช่นกัน (ภาพที่ 1) โดยที่ เหล้าขาว 5 บาทจะมีปริมาณ 15 มล. 10 บาท = 30 มล. ส่วนเหล้าขาว 20 บาท มักจะเป็น การซื้อออกไปจากร้าน และใช้ขวดเครื่องดื่มบำรุงกำลัง ขนาด 150 มล. เป็นภาชนะบรรจุ ซึ่งอาจเรียกตามชื่อ ของขวดเครื่องดื่มบำรุงกำลังนั้น เช่น ขวดเอ็มหรือ ขวดกระทิง แต่เมื่อวัดปริมาตรดูจะได้ประมาณ 120 มล. เท่านั้น ในกรณีที่ดื่มจากขวดที่บ้านซึ่งมักจะใช้แก้วน้ำ ทั่วไปเป็นภาชนะในการดื่ม ปริมาณการรินก็จะอยู่ที่

ประมาณ 30 มล. ต่อครั้งเช่นกัน



ภาพที่ 1 โบก เป๊ก

3.3 แก้ว สำหรับการดื่มเบียร์แล้ว ส่วนใหญ่จะเป็นการรินจากขวดใหญ่ใส่แก้ว ความนิยมดื่มโดยใส่น้ำแข็งประมาณครึ่งถึงเต็มแก้ว ทำให้ปริมาตรของเบียร์ต่อแก้วที่มีความแตกต่างกันได้มากเมื่อเติมน้ำแข็งเต็มแก้วและไม่เติมน้ำแข็ง ในส่วนของเหล้าสี่เหย้าที่เป็นที่นิยมมากที่สุดนั้นถึงแม้ส่วนใหญ่เป็นการผสมกับโซดาหรือน้ำหรือน้ำอัดลม แต่ปริมาณเหล้าที่รินต่อแก้วก็พอจะประมาณได้ว่าปริมาณแค่นั้นจึงจะดื่มได้รสชาติพอดีและเมื่อวัดปริมาตรดูแล้วจะพบว่า ผู้ดื่มที่เป็นชายโดยทั่วไปจะดื่มประมาณ 30-35 มล. ต่อแก้ว มีน้อยรายที่รินในปริมาณมากกว่านี้ ซึ่งมักจะเป็น 40-45 มล. ต่อแก้ว กลุ่มนี้จะเป็นผู้ดื่มเหล้าสี่โดยไม่ผสมและกลุ่มที่บอกว่า “น้อยหลายมันบ่ได้รสเหล้ามันจืดไป” ในกลุ่มผู้หญิงที่ดื่มเหล้าสี่ส่วนใหญ่จะรินในขนาดที่น้อยกว่าการรินทั่วๆ ไปของผู้ชาย ประมาณ 20-25 มล. ต่อแก้ว โดยบอกว่า “กินบางๆ เทหลายมันขม กินบ่แซบ” มีน้อยคนที่จะรินในปริมาณที่ใกล้เคียงกับปริมาณที่ผู้ชายดื่ม การผสมเหล้าโดยการรินใส่ฝาขวดเหล้าก่อนนั้นแทบไม่พบเห็นเลยในหมู่บ้าน

3.4 ขวด และ แบน การจดจำปริมาณการดื่มย้อนหลังขึ้นอยู่กับความสามารถในการย้อนรำลึก แม้ว่าจะถามในวันถัดไปของการดื่ม ผู้ดื่มก็มักจะไม่สามารถประมาณการดื่มของตนเป็นจำนวนแก้วได้ คำตอบที่ได้มักจะเป็นจำนวนบรรจุภัณฑ์ (ขวด-ใหญ่/เล็ก

กลม แบน ลัง) ต่อคนในการดื่มครั้งนั้นๆ เช่น “เมื่อคืนกินเบียร์กัน คน 4-5 คน หมดไปเกือบลัง” “หมดไปแค่ (เหล้า) ขวดเดียว คน 2-3 คน” ยกเว้นในกรณีของเหล้าขาวที่ซื้อดื่มเป็นแก้ว ผู้ดื่มมักจะตอบกลับมาเป็นจำนวนเป๊กและจำนวนเงินที่ซื้อ “เอาไปแล้ว 2 เป๊ก เป๊กละ 10 บาท”

4. จำนวนกรัมของเอธานอลต่อหน่วยการดื่มในชีวิตประจำวันของหมู่บ้าน

จากข้อค้นพบดังกล่าว เมื่อนำมาคำนวณเป็นกรัมของเอธานอลต่อหน่วยการดื่มในแต่ละครั้ง จะได้ดังนี้

- เหล้าขาว ความแรง ร้อยละ 40 : 10 บาท (30 มล.) = 9.5 กรัม 20 บาท (120 มล.) = 38 กรัม
- เบียร์ ความแรง ร้อยละ 5 : หนึ่งแก้วไม่ใส่น้ำแข็ง (~ 170 มล.) = 6.7 กรัม หนึ่งแก้วใส่น้ำแข็งเต็มแก้ว (~ 120 มล.) = 4.7 กรัม 1 ขวด (630 มล.) = 24.9 กรัม
- เบียร์ ความแรง ร้อยละ 5.4 : หนึ่งแก้วไม่ใส่น้ำแข็ง (~ 170 มล.) = 7.3 กรัม หนึ่งแก้วใส่น้ำแข็งเต็มแก้ว (~ 120 มล.) = 5.1 กรัม, 1 ขวด (640 มล.) = 26.9 กรัม
- เหล้าสี่ ความแรง ร้อยละ 35 : ปริมาณ 20-25 มล. = 5.5-6.9 กรัม ปริมาณ 30-35 มล. = 8.3-9.7 กรัม ปริมาณ 40-45 มล. = 11-12.4 กรัม 1 แบน (350 มล.) = 96.8 กรัม 1 ขวดใหญ่/กลม (700 มล.) = 193.6 กรัม
- เหล้าสี่ ความแรง ร้อยละ 40 : ปริมาณ 20-25 มล. = 6.6-7.9 กรัม ปริมาณ 30-35 มล. = 9.5-11.1 กรัม ปริมาณ 40-45 มล. = 12.6-14.2 กรัม 1 แบน (300 มล.) = 94.8 กรัม 1 ขวดใหญ่/กลม (700 มล.) = 221.2 กรัม
- ไวน์คูลเลอร์ ความแรง ร้อยละ 5 : 1 ขวด (275 มล.) = 10.9 กรัม

วิจารณ์

การศึกษาทางระบาดวิทยาเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นเป้าหมายสำคัญประการหนึ่งคือ การเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างการดื่มกับปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการดื่ม ซึ่งจำเป็นต้องมีข้อมูลการดื่มที่ถูกต้องตามความเป็นจริงมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ทั้งในระดับบุคคล และภาพรวมของประเทศ³ ข้อมูลการดื่มในภาพรวมของประเทศนั้นส่วนใหญ่แล้วจะใช้ข้อมูลยอดการผลิตภายในประเทศบวกกับการนำเข้าแล้วจึงหักส่วนของกาส่งออก หรือใช้ฐานข้อมูลจากการเก็บภาษีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นสำคัญ สำหรับข้อมูลระดับบุคคลจะได้รับการศึกษาเชิงสำรวจ ซึ่งการสำรวจที่เจาะลึกถึงปริมาณและความถี่ของการดื่มยังช่วยเชื่อมโยงถึงผลกระทบจากการดื่ม และรูปแบบการดื่มที่อาจเกิดความเสี่ยงตามมา⁵

การถามถึงปริมาณการดื่มแอลกอฮอล์ในการศึกษานั้น อาจใช้หน่วยการดื่มมาตรฐานหรือปริมาณการดื่มจริง ขึ้นอยู่กับการวางแผนของนักวิจัย ถึงแม้ว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์บางชนิดจะใช้บรรจุภัณฑ์ที่ใกล้เคียงกับหน่วยการดื่มมาตรฐาน สามารถคำนวณเป็นหน่วยการดื่มมาตรฐานหรือจำนวนกรัมของเอทานอลได้ไม่ยากนัก เช่น เบียร์หรือไวน์คูลเลอร์ที่บรรจุในกระป๋องหรือขวดขนาดเล็ก และมักจะมีดื่มจากบรรจุภัณฑ์นั้นโดยตรงหรือดื่มเฉพาะบุคคลแต่สำหรับบรรจุภัณฑ์ที่มีขนาดใหญ่หรือเครื่องดื่มที่มีความแรงมากขึ้นแล้ว ปริมาณการดื่มในแต่ละครั้งก็ขึ้นอยู่กับการรินใส่แก้วหรือภาชนะที่วางอยู่ตรงหน้าของผู้ดื่มแต่ละคน ซึ่งก็มักจะแตกต่างกันไปตามสถานการณ์หรือบริบทของการดื่ม^{1,12} ปัญหาอีกประการคือ ความคุ้นเคยต่อหน่วยการดื่มในชีวิตประจำวัน จากการศึกษาของ Kaskutas and Graves ซึ่งขอให้หญิงตั้งครรภ์ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เลือกขนาดของหน่วยการดื่มที่ตนเองคุ้นเคย พบว่าทั้งกลุ่มที่ดื่มบ่อยและผู้ที่มีความถี่

ของการดื่มน้อยกว่า ต่างเลือกขนาดที่ใหญ่กว่าหน่วยการดื่มมาตรฐาน ซึ่งความแตกต่างจะเห็นได้ชัดเจนมากขึ้นเมื่อคำนวณเป็นจำนวนกรัมของเอทานอล⁷

สำหรับการศึกษาเชิงสำรวจเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระดับประเทศในประเทศไทยที่มีการจัดทำอย่างต่อเนื่องนั้น ส่วนใหญ่จะใช้วิธีการถามถึงความถี่ของการดื่มเครื่องดื่มตามลำดับขั้นของปริมาณที่ดื่มในช่วงเวลา (ดื่มนานๆ ครั้ง ดื่ม 1-2 ครั้งต่อเดือน ดื่ม 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์ ดื่ม 3-4 ครั้งต่อสัปดาห์ ดื่มทุกวัน ฯลฯ) เช่น รายงานการสำรวจอนามัยและสวัสดิการแห่งชาติ และรายงานการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพสุบหรือและการดื่มสุราของประชากร¹³ โดยมีเพียงบางปีเท่านั้นที่จำแนกความถี่ตามประเภทของเครื่องดื่ม เช่น การสำรวจอนามัยและสวัสดิการแห่งชาติ ปี พ.ศ. 2549¹⁴ แต่ก็ไม่ได้ถามถึงปริมาณที่ดื่มต่อครั้ง ทำให้ไม่สามารถประมาณปริมาณการดื่มในระดับบุคคลได้ชัดเจน

ในประเทศไทย การที่ยังไม่ได้มีการกำหนดหน่วยการดื่มมาตรฐานที่ชัดเจน¹⁵ และความไม่คุ้นเคยกับการใช้หน่วยการดื่มมาตรฐาน ทำให้การถามและตอบเป็นหน่วยการดื่มมาตรฐานไม่สามารถทำได้ อย่างไรก็ตามในการศึกษาสถานภาพการบริโภคสุราในรายงานการสำรวจคุณภาพชีวิตและสุขภาพประชาชน ปี พ.ศ. 2550 จากการสำรวจครัวเรือนทั่วประเทศ ได้ใช้คำถามถึงปริมาณการดื่มในแต่ละครั้งโดยใช้ภาพถ่ายของบรรจุภัณฑ์และภาชนะที่ใช้ดื่มเป็นเครื่องมือช่วยในการตอบคำถาม แล้วจึงนำมาคำนวณเป็นจำนวนกรัมของเอทานอล¹⁶ ซึ่งก็ช่วยให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับปริมาณการดื่มต่อครั้งมากยิ่งขึ้น แต่ภาชนะที่ใช้เป็นตัวอย่างปริมาตรของภาชนะและบรรจุภัณฑ์ ก็มีความแตกต่างกับข้อมูลที่ได้จากการดื่มจริงในชุมชนอีสาน เช่น ขนาดของแก้วเบียร์ โดยในพื้นที่ศึกษาคั้งนี้เป็นแก้วขนาดเล็กที่มีปริมาตรเพียง 30 มล. เท่านั้น ขณะที่ภาพตัวอย่างในการศึกษาดังกล่าวเป็นถ้วยโลหะขนาด 50 มล.

หรือขนาดของแก้วที่มีการใช้ทั่วไปในชุมชนนี้ อีกทั้งปริมาณการรินเครื่องดื่มต่อครั้งและวิธีการดื่มที่อาจแตกต่างกันไปตามความนิยมของแต่ละพื้นที่ รวมทั้งความแรงของเครื่องดื่มที่เป็นที่นิยม ก็ยังส่งผลต่อการคำนวณเป็นจำนวนการกรั้มของเอธานอลอีกด้วย ซึ่งเป็นประเด็นที่อาจทำให้ผู้ตอบในต่างภูมิภาคหรือใช้ภาษาที่แตกต่างกันเกิดความสับสน/ไม่แน่ใจในการตอบ และมีผลต่อความแม่นยำของข้อมูลที่ได้จากการสำรวจ และการนำข้อมูลดังกล่าวไปใช้

จากการศึกษาพบว่า การดื่มเหล้าขาวหรือเหล้าสีเพียงๆ นั้น อาจใช้แก้วเล็กขนาด 30 มล. หรือแก้วขนาดใหญ่ก็ได้ที่มีอยู่ ส่วนการดื่มเครื่องดื่มชนิดอื่นนั้น นิยมดื่มโดยการใส่น้ำแข็งประมาณครึ่งถึงเต็มแก้วที่ใช้ดื่มภาษาหนึ่งที่ดื่มก็มักจะแตกต่างกันไปตามสถานการณ์ และโอกาสของการดื่ม เช่น เหล้าสีผสมมักจะใช้แก้วน้ำที่มีอยู่ในบ้านเป็นหลักและมีแก้วดื่มเฉพาะบุคคล แต่สำหรับการดื่มในงานชุมชนหรืองานประเพณีบางงานแล้วภาษาที่ใช้มักจะคำนึงถึงความสะดวกและปริมาณบรรจุมากกว่า ซึ่งเมื่อรวมกับรูปแบบการดื่มในบริบทต่างๆ ก็ทำให้เกิดความแตกต่างของจำนวนกรั้มของเอธานอลได้

ในส่วนของการดื่มเบียร์แล้ว การนับหน่วยการดื่มเป็นแก้วอาจทำได้ค่อนข้างยาก เนื่องจากวิธีการดื่มซึ่งมักจะรินจากขวดเดียวกันใส่แก้วเฉพาะบุคคลให้กับสมาชิกในวง ทำให้ผู้ดื่มย่อนรำลึกถึงปริมาณการดื่มได้ยาก รวมทั้งความนิยมดื่มโดยใส่น้ำแข็งในแก้ว และมักจะรินเติมอีกตั้งแต่มดถึงเต็มแก้วดื่มนัก ทำให้ปริมาตรของเบียร์ในแต่ละแก้วแตกต่างกันได้มาก การดื่มจากบรรจุภัณฑ์ขนาดเล็กโดยตรงอาจทำให้ไม่ยุ่งยากในการนับ แต่ก็ยังเป็นปัญหาได้เช่นกันถ้ารินใส่แก้ว

การดื่มเหล้าสีผสมก็อาจทำให้เกิดปัญหาได้เช่นกัน ถึงแม้ว่าปริมาณบรรจุและความแรงในขนาด

ขวดแบบจะมีความแตกต่างกันไปตามยี่ห้อที่ได้รับความนิยม (ร้อยละ 35-350 มล. และ ร้อยละ 40-300 มล.) ขณะที่ขวดใหญ่/กลมจะมีปริมาตรต่อขวดที่เท่ากัน แต่เมื่อคำนวณเป็นกรั้มของเอธานอลแล้วก็ได้ไม่แตกต่างกันมากนัก อย่างไรก็ตามปริมาตรที่แตกต่างกันของเหล้าที่รินใส่แก้วตามความนิยมของการดื่มบวกกับความแรงในแต่ละยี่ห้อ ก็ส่งผลชัดเจนมากขึ้นเมื่อคำนวณเป็นกรั้มของเอธานอลต่อแก้ว รวมทั้งรูปแบบการดื่มที่มักจะมีมือชงและรินจากขวดเดียวกันก็ทำให้การย่อนรำลึกถึงปริมาณการดื่มเป็นไปได้ยากและขาดความแม่นยำ

ความจำหรือการย่อนรำลึกก็เป็นปัญหาสำคัญอีกประการหนึ่งในการตอบคำถามถึงปริมาณการดื่มที่ผ่านมา ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้จากชนิดของเครื่องดื่ม โดยเฉพาะเมื่อดื่มเครื่องดื่มหลายชนิดในโอกาสเดียวกัน อีกทั้งรูปแบบการดื่ม หรือการใช้ภาษาที่ไม่ใช่ขนาดการดื่มทั่วไป เช่น ในงานบุญ-ประเพณี บรรยายภาคการดื่มที่สนุกสนานก็เป็นอีกปัจจัยที่ทำให้ผู้ดื่มไม่ได้สนใจถึงปริมาณการดื่มของตน นอกจากนั้นฤทธิ์ของแอลกอฮอล์เองจากการดื่มในปริมาณมากก็อาจส่งผลต่อการย่อนรำลึกในวันถัดไปได้

สรุป

หน่วยการดื่มในชีวิตประจำวันตามการรับรู้ของคนในชุมชนอีสานมีความแตกต่างไปตามชนิดของเครื่องดื่ม รูปแบบการดื่ม และโอกาสในการดื่ม จึงทำให้ยากต่อการย่อนรำลึกและการทำความเข้าใจถึงหน่วยการดื่มมาตรฐาน ข้อค้นพบนี้จึงท้าทายการศึกษาสำรวจทางระบาดวิทยาเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการให้คำจำกัดความของหน่วยการดื่มมาตรฐาน ซึ่งควรคำนึงถึงความแตกต่างเชิงวัฒนธรรมชุมชน

การพัฒนาวิธีการหรือเครื่องมือที่เหมาะสมกับพื้นที่ศึกษา โดยคำนึงถึงความแตกต่างทางสังคมวัฒนธรรมการดื่ม ซึ่งรวมทั้งภาษาที่ใช้ ชนิดของเครื่องดื่ม และ

รูปแบบการดื่ม เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ต้องการของปริมาณการดื่มและแบบแผนการดื่มในระดับบุคคล จะช่วยเพิ่มศักยภาพของนักวิจัยในการเชื่อมโยงความสัมพันธ์สามารถอธิบายถึงประโยชน์และผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์ได้อย่างชัดเจน สำหรับการดูแลรักษาผู้ป่วยหรือผู้เสพติดแล้ว ข้อมูลการดื่มที่แม่นยำและเชื่อถือได้ก็เป็นสิ่งจำเป็นในการตัดสินใจวางแผนการรักษาที่เหมาะสม¹⁷ รวมทั้งการวางแผนงานด้านสาธารณสุขเพื่อป้องกันปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การให้ข้อมูลต่อสาธารณะจนถึงปริมาณการดื่มที่เหมาะสมและผลกระทบต่อสุขภาพ โดยใช้หน่วยการดื่มที่สอดคล้องกับพฤติกรรมเครื่องดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของประชากรในแต่ละพื้นที่

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ ศ.ศิริพร จิรวัดน์กุล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่ให้คำแนะนำในการจัดทำต้นฉบับบทความ และ รศ. พญ.สาวิตรี อัมษณางค์กรชัย คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่กรุณาจุดประกายความคิดการเขียนบทความ

เอกสารอ้างอิง

1. Room R. Measuring drinking patterns: the experience of the last half century. *J Subst Abuse* 2000; 12:23-31.
2. World Health Organization. International guide for monitoring alcohol consumption and related harm. Geneva: Department of Mental Health and Substance, WHO; 2000.
3. Dawson DA. Methodological issues in measuring alcohol use. *Alcohol Res Health* 2003; 27:18-29.
4. International Center for alcohol Policies (ICAP). What is a standard drink? ICAP Reports No. 5. Washington, DC: ICAP; 1998.
5. Dawson DA. Measuring alcohol consumption: limitations and prospects for improvement. *Addiction* 1998; 93:965-8.
6. Kaskutas LA, Graves K. An alternative to standard drinks as a measure of alcohol consumption. *J Subst Abuse* 2000; 12:67-78.
7. Greenfield TK. Ways of measuring drinking patterns and the difference they make: experience with graduated frequencies. *J Subst Abuse* 2000; 12:33-49.
8. Bloomfield K, Stockwell T, Gmel G, Rehm N. International comparisons of alcohol consumption. *Alcohol Res Health* 2003; 27:95-109.
9. Rehm J. Measuring quantity, frequency, and volume of drinking. *Alcohol Clin Exp Res* 1998; 22:4S-14S.
10. Dawson DA, Room R. Towards agreement on ways to measure and report drinking patterns and alcohol-related problems in adult general population survey: the Skarp? Conference overview. *J Subst Abuse* 2000; 12:1-21.
11. Kaskutas LA. Understanding drinking during pregnancy among urban American Indians and African Americans: health messages, risk beliefs, and how we measure consumption. *Alcohol Clin Exp Res* 2000; 24:1241-50.
12. Caetano R. Cultural and subgroup issues in measuring consumption. *Alcohol Clin Exp Res* 1998; 22:21S-28S.

13. สุวิทย์ วิบุลผลประเสริฐ. การสาธารณสุขไทย 2548-2550. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก; 2550.
14. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. การสำรวจอนามัยและสวัสดิการ พ.ศ. 2549. สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2551. จาก http://service.nso.go.th/nso/nso_center/project/serch_center/23project-th.htm
15. International Center for alcohol Policies (ICAP). International drinking guidelines. ICAP Reports No. 14. Washington, DC: ICAP; 2003.
16. คณะกรรมการบริหารเครือข่ายองค์การวิชาการสารเสพติด. สถานภาพการบริโภคสุรา พ.ศ. 2550 จากการสำรวจครัวเรือนตัวแทนทั่วประเทศ: รายงานผลการศึกษาคคุณภาพชีวิตและสุขภาพของประชาชนเพื่อประมาณการจำนวนผู้เกี่ยวข้องกับสารเสพติดและผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในประเทศไทย พ.ศ. 2550. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา; 2551.
17. Dufour MC. What is moderate drinking? Defining “drinks” and drinking levels. Alcohol Res Health 1999; 23:5-14.