มติชน กรอบบ่าย
Matichon (Mid-Day)
Circulation: 830,000
Ad Rate: 1,000

Section: First Section/กระแสทรรศน์
วันที่: พฤหัสบดี 8 ธันวาคม 2554
ปีที่: 34 ฉบับที่: 12325 หน้า: 6(ซ้าย)
Col.Inch: 89.85 Ad Value: 89,850 PRValue (x3): 269,550 คลิป: ขาว-ดำ
คอลัมน์: วรากรณ์ สามโกเศศน้ำแห้งแล้วแต่น้ำแอลกอฮอล์ยังไม่ลด

# น้ำแห้งแล้วแต่น้ำแอลกอฮอล์ยังไม่ลด

มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์

ใกล้ปีใหม่เข้ามา ร้านขายของและร้านอาหารทั้งหลายก็เตรียมตุนเหล้ากัน มิวายที่ สสส. (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ) จะมีคำขวัญว่า "ให้เหล้า = แช่ง" ผมพบข้อมูลแปลกๆ เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนิตยสาร Discovery เดือนธันวาคม 2011 จึงขอนำข้อมูลมาผสมกับข้อมูลในหนังสือชื่อ The Body and Brain (โดย Dr.Stephen Juan) เพื่อเสนอแง่คิดเกี่ยวกับการดื่มของมึนเมา

หากเชื่อตาม Drunken Monkey Hypothesis ความกระหายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อาจมาจากแรงกระตุ้นอยากบริโภคผลไม้ที่สุกที่สุดและให้พลังงานมากที่สุดของลิงซึ่งเป็นบรรพบุรุษของเราเมื่อหลายสิบล้านปีก่อน นักวิทยาศาสตร์สังเกตเห็นลิงพันธุ์หนึ่งที่เรียกว่า Malaysian pen-tailed treeshrew ชอบกินน้ำหมักที่ค้างอยู่ในผลไม้สุกตามธรรมชาติ ซึ่งมีแอลกอฮอล์อยู่เทียบได้เท่ากับไวน์ 9 แก้ว

กระบวนหมัก (fermentation) เกิดขึ้นเมื่อเอนไซม์ (enzymes) ซึ่งโดยทั่วไปเป็นผลพวงจากยีสต์ในอากาศ ช่วยเปลี่ยนโมเลกุลน้ำตาลในผลไม้หรือธัญพืชเป็นแอลกอฮอล์ชนิดที่กินได้ซึ่งเรียกว่า Ethanol (ที่ผสมกับเบนซินเติมรถเรานั่นแหละ) ส่วนแอลกอฮอล์อีกชนิดหนึ่งคือ methanol (มักกลั่นจากเยื่อไม้) นั้นทำลายประสาทตาโดยตรงใครกินเข้าไปก็ตาบอด

นักวิทยาศาสตร์พบว่ากระบวนการหมักให้เป็นแอลกอฮอล์ดังกล่าวอาจเกิดขึ้นในระบบย่อยอาหารของมนุษย์เองก็ได้ ในกรณีนี้แอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นในเลือดจาก 0.01 ถึง 0.03 มิลลิกรัมของแอลกอฮอล์ในทุกๆ 100 มิลลิลิตรของเลือด

นักวิทยาศาสตร์ญี่ปุ่นเป็นผู้พบอาการเมาในคนที่ไม่ได้กินแอลกอฮอล์ดังที่เรียกว่า "auto-brewery syndrome" โดยในลำไส้มีระดับของยีสต์ชนิดที่ผลิตแอลกอฮอล์ได้อยู่สูง จึงทำให้เกิดแอลกอฮอล์และซึมเข้ากระแสเลือดตัวเอง เมาได้โดยไม่ต้องกินเหล้า (พวก ม.ต.ล.ว.คือ เมาตลอดวันกับพวกเมาแล้วขับอาจใช้เป็นข้ออ้างทางกฎหมาย แต่คงจะฟังขึ้นได้ยาก) เราเคยได้ยินเรื่องที่พวกกินเหล้าหนักมาตลอดชีวิต เพียงกินน้ำเข้าไปก็เมา

**แพทย์เชื่อมานานว่าอาการเมาเป็นผลจากเซลล์ประสาทในสมองถูกทำให้ทำงานช้าลง อย่างไรก็ดีเมื่อไม่นานมานี้นักวิทยาศาสตร์ออสเตรเลียพบว่าส่วนหนึ่งของความรู้สึกเมาอาจเป็นผลพวงจากการที่ ethanol มีผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกันของสมอง**

ในยุคที่มนุษย์ไร้เดียงสากับผลจากแอลกอฮอล์ ในปี ค.ศ.1895 Anheuser-Busch ผลิตเบียร์ชื่อ Malt-Nutrine ซึ่งมีแอลกอฮอล์ปนอยู่ร้อยละ 1.5 และแพทย์สนับสนุนให้เป็นอาหารเสริมของหญิงมีครรภ์และเด็ก (ในปัจจุบันนั้นแพทย์ห้ามหญิงมีครรภ์ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เด็ดขาดไม่ว่าจะมีชื่อใดก็ตาม) พูดไปทำไมมี แม้แต่ใน ค.ศ.1916 เหล้าวิสกี้และบรั่นดียังอยู่ในรายการของยาที่ได้การรับรองของสหรัฐอเมริกา (United States Pharmacopeia)

มีความเข้าใจผิดอยู่มากแม้แต่ในปัจจุบันเกี่ยวกับการกินเหล้าท่ามกลางความหนาวเพื่อให้รู้สึกอุ่นขึ้น

ผู้คนรู้สึกว่าเมื่อแอลกอฮอล์ผ่านลำคอทำให้รู้สึกร้อนวาบขึ้นมาในหลายส่วนของร่างกายเมื่อเลือดวิ่งไปที่ผิวหนัง

แต่ในความเป็นจริงแล้วต่อมาสักพักจะยิ่งทำให้หนาวยิ่งขึ้น

กลไกปกติของร่างกายเมื่อเผชิญกับความหนาวนั้น เลือดฝอยจะหดตัวซึ่งทำให้การไหลเวียนของเลือดในร่างกายทั้งหมดลดน้อยลง สามารถเก็บรักษาความร้อนในร่างกายไว้ แต่เมื่อแอลกอฮอล์เข้าไปในร่างกาย เส้นเลือดฝอยก็จะขยายตัวทำให้การไหลเวียนของเลือดเพิ่มมากขึ้น การเก็บรักษาความร้อนในร่างกายก็ลดน้อยลง



iQNewsClip www.iqnewsclip.com
บริษัท อินโฟเควสท์ จำกัด 888/178 อาคารมหาทุนพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทร 0-2253-5000, 0-2651-4700 แฟกซ์ 0-2253-5001, 0-2651-4701 อีเมล์: help@iqnewsclip.com

มติชน กรอบบ่าย
Matichon (Mid-Day)
Circulation: 830,000
Ad Rate: 1,000

Section: First Section/กระแสทรรศน์
วันที่: พฤหัสบดี 8 ธันวาคม 2554
ปีที่: 34 ฉบับที่: 12325 หน้า: 6(ซ้าย)
Col.Inch: 89.85 Ad Value: 89,850 PRValue (x3): 269,550 คลิป: ขาว-ดำ
คอลัมน์: วรากรณ์ สามโกเศศน้ำแห้งแล้วแต่น้ำแอลกอฮอล์ยังไม่ลด

**ดังนั้น การดื่มแอลกอฮอล์ท่ามกลางความหนาวจึงทำให้ร่างกายทำงานไปในทิศทางตรงกันข้ามกับกลไกการป้องกันของร่างกายมนุษย์**

ในทางวิทยาศาสตร์ แอลกอฮอล์กระตุ้นซีกขวาของสมอง ซึ่งรับผิดชอบเรื่องจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ ในขณะที่ทำให้ซีกสมองด้านซ้าย "ซา" ซึ่งบริเวณนี้รับผิดชอบเรื่องความทรงจำ หน้าที่ความรับผิดชอบ และรายละเอียด ที่เราเคยได้ยินว่า "ยาขอบ" ยามเมื่อเขียน "ผู้ชนะสิบทิศ" นั้นต้อง "ก๊ง" ไปด้วยเขียนไปด้วยจึงจะเขียนได้ไหลรื่นนั้นสอดคล้องกับคำอธิบายนี้ และเราได้ยินเช่นกันเรื่องกินเหล้าแล้วเกิดความตระหนักในความรับผิดชอบน้อยลง

การดื่มแอลกอฮอล์นั้นมีข้อห้ามในแทบทุกศาสนา ทั้งนี้ เนื่องจากทำให้ขาดสติจนกระทำสิ่งที่ไม่บังควร ขาดวิจารณญาณที่ดี เสียทรัพย์ เจ็บป่วย ฯลฯ บางคนดื่มเล็กน้อยและก็หยุดได้ (ไม่ใช่ดื่มอาทิตย์ละ 2 วัน คือวันฝนตก และฝนไม่ตก และวันละแก้วเดียวคือไม่เปลี่ยนแก้วเลย) แต่คนจำนวนไม่น้อยสนุกสนานกับแอลกอฮอล์มาก (ในลาวแถบเมืองห้วยทรายใกล้เชียงของของบ้านเรานั้น เขา "ซุ่มแซว" หรือล้อมวงคุยกันสนุกและมักกินของมึนเมาไปด้วย ที่นั่นเขานั่งกินเบียร์กันครั้งละ 1 ต่อคน ไม่ใช่หนึ่งขวด หากเป็นหนึ่งโหลต่อคน) คนในภาคอีสานและภาคเหนือของไทยเราบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กันน่ากลัวมาก

เหตุผลที่คนเลิกเหล้าได้ยากนั้นส่วนหนึ่งเป็นเพราะสาเหตุทางวิทยาศาสตร์ที่การดื่มแอลกอฮอล์สม่ำเสมอระดับหนึ่งทำให้ร่างกายเกิด "อาการติด" ทางเคมีขึ้นและสาเหตุทางพฤติกรรมมนุษย์ตลอดจนสังคมรอบข้าง เฉพาะคนที่มีวินัยสูงเท่านั้นจึงจะสามารถควบคุมการดื่มเหล้าหรือเลิกเหล้าได้ โดยมีสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมเป็นตัวสนับสนุน

**การทำให้ทุกคนเลิกเครื่องดื่มแอลกอฮอล์คือเป้าหมายชนิดที่เรียกว่าเป็น First Best แต่เมื่อมันเป็นไปไม่ได้ในโลกแห่งความเป็นจริง จึงจำเป็นต้องใช้เป้าหมาย Second Best คือดีที่สุดรองลงมา กล่าวคือให้ดื่มกันน้อยที่สุด และ "คนกินเหล้า ไม่ใช่เหล้ากินคน"**


iQNewsClip www.iqnewsclip.com
บริษัท อินโฟเควสท์ จำกัด 888/178 อาคารมหาทุนพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทร 0-2253-5000, 0-2651-4700 แฟกซ์ 0-2253-5001, 0-2651-4701 อีเมล์: help@iqnewsclip.com