



## Policy Brief

กุมภาพันธ์ 2568

# เทคโนโลยีดิจิทัล เพื่อนคู่ใจ หรือภัยเงียบ?

# เทคโนโลยีดิจิทัล คืออะไร

**เทคโนโลยีดิจิทัลในที่นี้** หมายถึง เครื่องมือ อุปกรณ์ และระบบดิจิทัลต่างๆ ที่ใช้ในการสร้าง จัดเก็บ และจัดการข้อมูลเพื่อนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ ได้แก่ คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์เคลื่อนที่ แท็บเล็ต อุปกรณ์อัจฉริยะ หุ่นยนต์ แอปพลิเคชัน สื่อสังคมออนไลน์ ข้อมูลขนาดใหญ่ เทคโนโลยีสารสนเทศ (IT) และ ปัญญาประดิษฐ์ (AI)

# เทคโนโลยีดิจิทัล

## ส่งผลต่อสุขภาพได้อย่างไร?

เทคโนโลยีดิจิทัล ส่งผลต่อสุขภาพได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม  
ทางตรง คือ เมื่อเทคโนโลยีดิจิทัลถูกนำมาใช้เพื่อวัตถุประสงค์ทางสุขภาพโดยเฉพาะ และทางอ้อม คือ เมื่อการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลไม่ได้เกี่ยวข้องกับสุขภาพโดยตรง แต่ไปส่งผลต่อบริยากาศต่างๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพ เช่น สภาพความเป็นอยู่และวิถีชีวิต



# เทคโนโลยีดิจิทัล

### การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อสุขภาพโดยตรง

การใช้อุปกรณ์อัจฉริยะ เพื่อติดตามสุขภาพของตนเอง

โรงพยาบาลใช้ระบบสารสนเทศ จัดการข้อมูลผู้ป่วย

หุ่นยนต์ผ่าตัด

บริการการแพทย์ทางไกล

การใช้อินเทอร์เน็ต เพื่อหาข้อมูลสุขภาพ



### การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลที่ไม่เกี่ยวกับสุขภาพโดยตรง

การใช้สื่อสังคมออนไลน์

การทำงานระยะไกล

การเสฟสื่อออนไลน์

การชื้อของออนไลน์



สภาพความเป็นอยู่ วิถีชีวิต การทำงาน การศึกษา เครือข่ายทางสังคม

## สุขภาพ



# การใช้เทคโนโลยีดิจิทัล: ภาพที่สำคัญของประเทศไทย

## ➤ การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อสุขภาพโดยตรง

- 3 ใน 4 ของคนไทยใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อติดตามข่าวสารและค้นหาข้อมูลด้านสุขภาพ
- ช่วงที่โควิด-19 ระบาด มีสถิติการใช้บริการแพทย์ทางไกลสูงสุดถึง 20,000 รายต่อเดือน
- โครงการจีโนมิกส์ประเทศไทย ตั้งเป้าลดอัตราหัตถ์พันธุกรรมอาสาสมัครคนไทย 50,000 คน จาก 5 กลุ่มโรคภายใน 5 ปี เพื่อเป็นฐานข้อมูลที่มีความเฉพาะเจาะจงสำหรับคนไทย ที่จะนำไปสู่การวินิจฉัย การวางแผนรักษา และการทำนายโอกาสการเกิดโรคต่างๆ ที่มีความแม่นยำยิ่งขึ้น

3 ใน 4

ใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อติดตามข่าวสารและค้นหาข้อมูลด้านสุขภาพ



20,000 ราย

ใช้บริการแพทย์ทางไกลในช่วง COVID-19

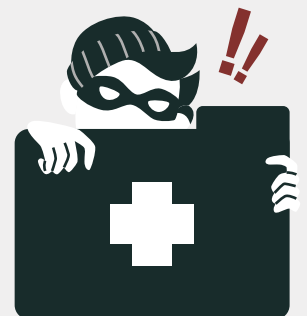
## ➤ การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลที่ไม่เกี่ยวกับสุขภาพโดยตรง



- **การทำงานระยะไกล** กลายเป็นแนวปฏิบัติที่พบเห็นมากขึ้น ในปี 2566 กว่า 4 ใน 5 ของคนไทยทำงานทางไกลจากที่บ้าน (บางเวลา) ซึ่งการใช้เวลานี้กลายเป็นเวลานาน นำมาสู่ความเสี่ยงสุขภาพและความเครียด
- **การใช้สื่อสังคมออนไลน์** ส่งผลกระทบต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต โดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชนอายุ 9 – 18 ปี ที่ส่วนใหญ่ใช้สื่อสังคมออนไลน์ทุกวันหรือเกือบทุกวัน ภัยออนไลน์ เช่น การถูกระรานทางไซเบอร์เป็นประเด็นที่อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต 1 ใน 4 ของเด็กไทยเคยโดนระรานทางไซเบอร์
- **การตลาดดิจิทัล** มีรูปแบบที่หลากหลาย และเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ดียิ่งกว่าเดิม เช่น การตลาดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์บนสื่อสังคมออนไลน์ ชาว 1 ใน 4 เลือกใช้รูปแบบการโฆษณาผ่านนักรีวิว บล็อกเกอร์ หรืออินฟลูเอนเซอร์ เพื่อดึงดูดความสนใจ และสร้างความรู้สึกร่วมกันของผู้บริโภคได้มาก

## สองด้านของเทคโนโลยีดิจิทัล

ถึงแม้เทคโนโลยีดิจิทัลจะมีศักยภาพในการยกระดับสุขภาพคนไทย แต่การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมีภัยที่ต้องพึงระวัง เช่น การรักษาความปลอดภัยของข้อมูลส่วนบุคคล การถูกหลอกโดยมิชฉาชีพ ความเหลื่อมล้ำของความสามารถในการใช้และเข้าถึงเทคโนโลยี และต้นทุนของระบบสาธารณสุขที่อาจเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะหากมีการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเกินความจำเป็น



# ประเด็นทางนโยบายของเทคโนโลยีดิจิทัล

การส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการให้บริการสาธารณสุขในประเทศไทยอย่างยั่งยืน ควรดำเนินการตามแนวทางของ The Lancet and Financial Times Commission ได้แก่



## 1. การให้ความสำคัญของเทคโนโลยีดิจิทัลในฐานะที่เป็นหนึ่งในปัจจัยกำหนดสุขภาพ

การตระหนักว่าเทคโนโลยีดิจิทัลมีบทบาทสำคัญในการกำหนดสุขภาพประชาชน เป็นรากฐานที่สำคัญในการกำหนดนโยบายทางสุขภาพในอนาคต โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การส่งผลกระทบต่อรูปแบบการทำงาน การใช้ชีวิต การบริโภคอาหาร การมีกิจกรรมทางกาย การมีพฤติกรรมเสี่ยงสุขภาพ เป็นต้น



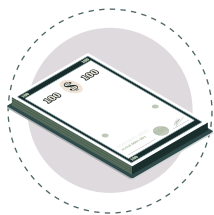
## 2. การสร้างธรรมาภิบาล และความเชื่อมั่นสาธารณะในการใช้เทคโนโลยีในทางสุขภาพ

การจะใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีดิจิทัลในการส่งเสริมสุขภาพ ต้องสร้างความเชื่อมั่นสาธารณะเกี่ยวกับการใช้ข้อมูล เช่น ความปลอดภัยในการรักษาข้อมูล และการปกป้องความเป็นส่วนตัว



## 3. พัฒนาแนวทางการเก็บและใช้ข้อมูลสุขภาพไปในทิศทางเดียวกัน เพื่อส่งเสริมการใช้ข้อมูลเพื่อประโยชน์ของสาธารณะ

ภาครัฐต้องผลักดันให้มีกรอบและหลักเกณฑ์ที่ชัดเจนเกี่ยวกับการเก็บและใช้ข้อมูลสุขภาพที่เป็นไปตามมาตรฐานสากล และมีแนวทางในการใช้ข้อมูลในการยกระดับสุขภาพของประชาชน



## 4. การลงทุนและวางแผนในการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อสุขภาพ

การวางแผนและจัดสรรงบประมาณและทรัพยากรให้เพียงพอต่อการพัฒนาและส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล โดยเฉพาะการวางแผนเส้นทางอาชีพสำหรับบุคลากรด้านเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อสุขภาพในประเทศไทย

“

เทคโนโลยีดิจิทัลจะเป็นตัวแปรสำคัญในการพัฒนาสุขภาพคนไทย หากทุกภาคส่วนร่วมมือกันสร้างสมดุลระหว่างโอกาสและความเสี่ยง เพื่อประโยชน์ของประชาชนในระยะยาว

”

ผู้เขียน ศร.ดร. มนสิการ กาญจนจิตรา | ศร.ดร. เวลิมพล แจ่มจันทร์ | ภัทญา อภิพรชัยสกุล

รายงานสุขภาพคนไทย ดำเนินการโดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล โดยการสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.) ตั้งแต่ปี 2546 อย่างต่อเนื่องเป็นประจำทุกปี มีบทบาทในการนำเสนอข้อมูลสถานการณ์ และประเด็นสำคัญด้านสุขภาพ โดยข้อมูลและองค์ความรู้ทำหน้าที่ในการชี้ประเด็นปัญหาทางสุขภาพที่สำคัญของประเทศ ให้ข้อเสนอแนะและแนวทางในการแก้ไข้ปัญหา เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดทิศทางนโยบายในอนาคต



<https://www.thaihealthreport.com>

<https://www.facebook.com/Thaihealthreport>