

'โรคร่วมสมัยของผู้ใช้โทรศัพท์มือถือ'



"โทรศัพท์มือถือ" กลายเป็นส่วนหนึ่งของคนยุคโลกาภิวัตน์ที่จะขาดเสียมิได้ มีบ้างบางคนที่มี "มือถือ" ตั้งแต่ยังเป็นเด็กเล็ก เพราะพ่อแม่มีวิถีมินิแท็บเล็ต ที่จะเสริมให้แต่เยาว์วัย ข้อดีของโทรศัพท์มือถือมีอยู่มากน้อย ทำให้เราสามารถสื่อสารถึงกันและกันได้ตลอดเวลา และแทบทุกสถานที่ (ที่สัญญาณไปถึง) หรือในบางสถานที่ที่ไม่มีโทรศัพท์สาธารณะ

กระนั้นก็ตาม สิ่งใดมีคุณอนันต์ ถึงนั้นก็มีภัยมีโทษมหันต์ หากผู้ใช้เข้าไปใช้ในทางที่ผิด หรือใช้ไม่เป็น โทรศัพท์มือถือก็เช่นกัน โทษของมันก่อให้เกิดโรคใหม่ ๆ หลายประการ งานนี้ สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กระทรวงวัฒนธรรม มีความคิดนำเสนอแก้ต่างดังนี้

โรคเพื่อตามแฟชั่น สมัยก่อนการจะมีโทรศัพท์ที่สักเครื่องเป็นเรื่องที่ขอยากขอเขิน กว่า จะขอรุ่สาขาญาติคั้งที่บ้านได้บางที่ดั่งอรอเป็นปี ๆ ผู้มีโทรศัพท์ใช้แรก ๆ จึงมักเป็นพวกที่ทำธุรกิจ พวกมีเงิน มักต้องมีงาน มีเรื่องจำเป็น หรือเร่งด่วนจริง ๆ กระทั่งธุรกิจมือถือกลายเป็นแหล่งทำเงินให้แก่ผู้ประกอบการอย่างมหาศาล การแข่งขันมีมากขึ้น จากผู้ซื้อกลุ่มนักธุรกิจ ผู้มีอันจะกินมาสู่ตลาดคนชั้นกลาง คนวัยทำงาน แม่ค้า ประชาชน และกลุ่มวัยรุ่นเพิ่มขึ้น

นี่เองจึงเป็นเหตุให้มีการพัฒนาเทคนิค และออกแบบมือถือเป็นแฟชั่นรุ่นใหม่ ๆ นาดังสุดใจถูกค้าตลอดเวลา และทำให้หลาย ๆ คนโดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่น ผู้ทำงานด้านเทคโนโลยี เสริมชีวิตตลอดจนนักธุรกิจระดับต่าง ๆ นิยมเปลี่ยนมือถือไปตามแฟชั่นเพื่อให้อันเทรนด์ ดูทันสมัย ไม่ตกุ่น บ้างก็เปลี่ยนเพื่อให้ดูเป็นคนมีระดับ มีฐานะ ทั้งที่ฟังก์ชันหรือประโยชน์ที่เสริมขึ้นมาของแต่ละแบบบางคนแทบไม่ได้ใช้เพิ่มเติม จากเดิม มือถือจึงได้กลายเป็นเครื่องประดับที่บ่งบอกสถานภาพอีกทางหนึ่ง

โรคทรัพย์สินจาง การเพื่อตามแฟชั่น ทำให้หลายคนต้องหาเงินเพิ่มเพื่อหาซื้อมือถือรุ่นใหม่ บางคนรสนิยมดีเกินฐานะ จึงเกิดสภาวะทรัพย์สินจาง ต้องคืนรนาหาเงินเพิ่มหรือไปกู้หนี้ยืมสินมาซื้อมือถือที่ตัวเองอยากได้ โรคเพื่อตามแฟชั่น ส่วนใหญ่มักจะถูกกับเด็กวัยรุ่น วัยเรียน แล้วมีผลข้างเคียงทำให้พ่อแม่ผู้ปกครองเกิดโรคทรัพย์สินจางตามมา เพราะต้องหาเงินไปซื้อหาให้ถูก กลัว

ถูกน้อยหน้าเพื่อน หรือสงสารลูกหรือหลานลูกออกอื้อฉาวจนขอไม่ได้

แล้วยังความถี่ของการใช้มือถือ ที่ไหนเมื่อไรก็ได้ ทำให้หลาย ๆ คน พ่อแม่มีบัญชีรายจ่ายในเรื่องนี้เดือน ๆ หนึ่งจำนวนไม่น้อย ซึ่งคนไหนที่มี "กิ๊ก" จำนวนการใช้ก็ยิ่งมีมากขึ้น แม้มีโปรโมชันลดแลก แจก แคมต่าง ๆ หากไม่รู้จักควบคุมการใช้ให้ดี แนวโน้มเกิดโรคนี้ก็มีสูงขึ้น

โรคขาดความอดทนและใจร้อน อันนี้เป็นข้อเสียที่ทำให้คนเราขาดความอดทน และใจร้อนขึ้นเช่นกัน เพราะความสะดวกสบายในกรใช้โทรศัพท์มือถือ กดปุ่ม ดึลบีบ ทำให้กลายเป็นคนที่ทนรอไกรนานไม่ได้ หรือไม่ยอมทนแม้แต่เรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ อีกต่อไป เช่น นัดเพื่อนไว้ และเพื่อนมาช้าแค่ 5 นาที ก็ต้องโทรตาม จิกตามถ่าแล้ว ถืดอะไรไม่ออก แทนที่จะค่อย ๆ ใช้สมองครุ่นคิดทบทวนเอง ก็รีบโทรหาเพื่อน หากคนตามทันที่ทำให้กลายเป็นคนเร่งรีบ ร้อนรน และไม่รอบคอบ เพราะไม่ทันได้ใช้ความคิด หรือจ้เก็ยใจใช้ความคิดอีกต่อไป

โรคขาดกาลเทศะ และมารยาท ความไม่ค่อยอดทนรอ และใจร้อนที่ว่า หลาย ๆ ครั้งเมื่อนึกอะไรขึ้นมาได้ก็จะกดโทรศัพท์ไปหาบุคคลที่เราอยากจะพูด อากถามในทันที ซึ่งบางครั้งอาจจะเป็นเวลาประชุม เวลารอน เวลารับประทานอาหาร เวลาพักผ่อน หรือเป็นวันหยุด การโทรไปเช่นนั้นโดยไม่ดูเวลาหรือกาลเทศะที่ควรโทรฯ แม้เขาจะบอกว่าเป็นไม่วไร แต่จริง ๆ

แล้วเขาก็อาจจะไม่พอใจ หรือโกรธที่เราไปขัดจังหวะเขาอยู่ก็ได้ หรือบางคนไม่รู้จักรักกับเจ้าของเบอร์ แต่ได้เบอร์โทรมาจากคนอื่น แล้วโทรฯเข้ามือถือ หรือนำเบอร์มือถือของคนหนึ่งไปบอกคนอื่นโดยเจ้าตัวไม่ทราบหรือไม่อนุญาต ก็เป็นเรื่องไม่ควร ขาดมารยาทที่ดี เพราะบางคนได้เบอร์แล้วโทรฯไปขายประกัน ขายเครื่องทอง นำ เชิญชวนสมัครสมาชิกบัตรเครดิต ฯลฯ ทั้งที่ไม่รู้จักกันมาก่อน ทำให้ผู้รับสายเกิดความเดือดร้อน ไร้ค่าอยู่

เป็นสถานการณ์ปัจจุบันคือ ใช้มือถือโดยไม่เลือกเวลา และสถานที่ เช่น ในห้องประชุม โรงหนัง โรงมหรสพ บนรถ/เรือโดยสาร ระหว่างพิธีการต่าง ๆ เป็นต้น เสียงโทรศัพท์มือถือมักจะดังขึ้น ทำให้รบกวนสมาธิของผู้อื่น แถมบางคนก็คุยเสียงดังแบบไม่เกรงใจใคร ลืมตัวว่าอยู่ในที่สาธารณะ อาจใช้ภาษาไม่สุภาพ หรือพูด ๆ แล้วเกิดอารมณ์โกรธที่คำว่าอีกฝ่ายทางโทรศัพท์ ซึ่งโดยมารยาททางสังคมนั้น ไม่ควรทำอย่างยิ่ง

โรคขาดมนุษยสัมพันธ์ คนส่วนใหญ่จะใช้มือถือพูดคุยกับญาติสนิท มิตรสหายที่ใกล้ชิด ทำให้ขาดความใส่ใจที่จะสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น เมื่อไปงานเลี้ยงสังสรรค์ แทนที่เราจะไปทำความรู้จักกับคนใหม่ ๆ ในงาน สร้างมิตรภาพให้เกิดขึ้น หลายคนกลับหลบมุมโทรฯไปคุยกับเพื่อน หรือวัยรุ่นอยู่บ้าน แทนที่จะพูดคุยกับพ่อแม่ผู้ปกครองหรือทำกิจกรรม กินข้าวปลานอาหารร่วมกับญาติพี่น้อง ก็มีกริบกินรีบหนีขึ้นห้องโทรฯไปหาเพื่อน และใช้เวลาพูดคุยกันเป็นชั่วโมง ๆ

นาน ๆ ไปความสัมพันธ์ในบ้านก็ห่างเหิน ต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างใช้โทรศัพท์โทรฯหาเพื่อนหรือติดต่อธุรกิจของตน โดยไม่สนใจผู้อื่นอีกต่อไป หากวันไหนไม่ได้โทรศัพท์ไปหา

เพื่อน ก็อาจจะเกิดอาการเหงาหรือเหงาหงอย กลายเป็นคนแยกตัวออกจากสังคม มีโลกของตัวเองต่างหาก และเป็นโรคจิตโทรศัพท์ในที่สุด

โรคไม่จริงใจ การพูดคุยทางโทรศัพท์ไม่ต้องเห็นหน้าตา ทำทาง สายตาและปฏิสัมพันธ์ที่มีต่อกัน ทำให้หลายคนใช้คำหวานหลอกหลวง หลอกล่อผู้อื่น หรือนิยมส่ง SMS ไปยังอีกฝ่าย ทำเสมือนรักใคร่ ผูกพันหรือห่วงใย แต่ใจจริงมิได้คิดเช่นนั้น นอกจากโรคดังกล่าวแล้ว โทรศัพท์มือถือยังมีผลข้างเคียงทำให้เสียสุขภาพด้านอื่น ๆ อีก เช่น ทำให้เกิดอาการอ่อนเพลีย ไม่สดชื่น

เพราะมีวุ่นวายทั้งวันทั้งคืนจึงนอนดึก นอนไม่พอ ทำให้ขูติงหรือมีโรคเกี่ยวกับขู เกิดอาการปวดหัว ไมเกรน หรือมีปัญหาทางเส้นประสาท เพราะคลื่นจากมือถือที่มีกำลังส่งแรงสูง

ทั้งยังทำให้เกิดพวกโรคจิตเพิ่มขึ้น คือพวกที่ชอบแอบถ่าย บางคนก็ถ่ายภาพวีรของตัวเองไปลงตามอินเทอร์เน็ต เพราะทำได้ง่าย หลายครั้งมือถือทำให้ขาดความระมัดระวัง ขับไปซดไป จนเกิดอุบัติเหตุรถชนกัน หรือชนคนอื่น นอกจากนี้มือถือยังก่อให้เกิดอาชญากรรม ถูกคนร้ายคิดคามมาทำร้ายร่างกายหรือแย่งชิงทรัพย์ได้ง่ายอีกด้วย

สิ่งเหล่านี้ คือโรคร่วมสมัยที่มาพร้อมกับโทรศัพท์มือถือ ซึ่งเราควรรู้จักฉลาดใช้ “โทรศัพท์มือถือ” ให้เป็นเครื่องมือที่มีประโยชน์ต่อตัวเรา ทั้งด้านส่วนตัว การเรียน และหน้าที่การงาน อย่าทำให้โทรศัพท์มือถืออยู่เหนืออิทธิพลจิตใจของเราโดยไม่รู้ตัว

ข้อมูลจาก www.thaihealth.or.th/news.php?id=1068

นายแพทย์สุรพงศ์ อำพันวงษ์