เกษียณ65ปีทางแก้ประชากรสูงอายุ มีเงินเก็บ''4แสน''ก็อยู่ลำบาก

นำเสนอเมื่อ : 14 เม.ย. 2559

ประเทศไทยเราก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมสูงอายุมาแล้วตั้งแต่ปี 2548 ในปัจจุบันไทยมีประชากรสูงอายุ จำนวนทั้งสิ้น 10,014,699 คน คิดเป็นอัตราส่วนประมาณร้อยละ 14.9 ของประชากรทั้งประเทศ

คุณเคยมองอนาคตของตัวเองหรือไม่ว่า ยามแก่ตัวลงไป เข้าสู่วัยสูงอายุ หรือวัยเกษียณแล้ว ชีวิตของคุณจะอยู่ในรูปแบบไหน เป็นผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตอย่างไร จะอาศัยอยู่กับครอบครัวที่แวดล้อมไปด้วยลูกหลานคอยดูแลอย่างอบอุ่น หรือจะเป็นผู้สูงอายุที่ต้องเข้มแข็ง และดูแลตนเอง

หลาย ๆ คน โดยเฉพาะในคนวัยหนุ่มสาว ต่างคิดว่า การวางแผนชีวิต เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุเป็นเรื่องที่ไกลแสนไกลตัว สู่ใช้ชีวิตอย่างเต็มที่ในปัจจุบันให้มีความสุขมากที่สุด จะคุ้มค่ากว่า นั่นถือว่าคิดผิดหากเรายังไม่มองการณ์ไกล วางแผนอนาคต ช่วงบั้นปลายอาจเป็นช่วงวัยที่เราต้องใช้ชีวิตแบบยากลำบาก ไร้ซึ่งความสุขก็เป็นได้

จากนิยามข้อกำหนดของสหประชาชาติ ระบุว่า ประเทศใด มีจำนวนประชากรสูงอายุตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไป เกินร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศ จะถือว่า ประเทศนั้น ๆ ได้ก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุ และหากประชากรสูงอายุ มีจำนวนมากถึงร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศ ประเทศนั้น ๆ ก็จะเป็นประเทศที่มีสังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบ ซึ่งในประเทศไทย เราก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมสูงอายุ มาแล้วตั้งแต่ปี 2548 โดยจากข้อมูลสำนักงานสถิติแห่งชาติ ระบุว่า ในปัจจุบัน ประเทศไทยมีประชากรสูงอายุ จำนวนทั้งสิ้น 10,014,699 คน คิดเป็นอัตราส่วน ประมาณร้อยละ 14.9 ของประชากรทั้งประเทศ และในปี 2564 ประชากรสูงอายุของไทย จะสูงถึงร้อยละ 20 จากจำนวนประชากรทั้งหมด ซึ่งทำให้ไทย กลายเป็นประเทศที่มีสังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์

ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ปราโมทย์ ประสาทกุล จากสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล บอกเล่าในเรื่องนี้ว่า ประเทศไทย ถือเป็นประเทศที่ก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างเร็ว โดยในอีก 20 ปีข้างหน้า ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปของไทย จะมีถึง 19 ล้านคน ซึ่งทำให้เห็นภาพชัดเจนขึ้น คือ เมื่อมีคน 100 คน จะเป็นคนสูงอายุในกลุ่มนั้น ๆ ถึง 30 คน

ทั้งนี้ สาเหตุที่ทำให้ไทย มีประชากรสูงวัยจำนวนมาก เนื่องจาก 1. อัตราการเกิดของประชากรมีจำนวนลดน้อยลง โดยในอดีตตั้งแต่ปี 2506-2526 ถือเป็นช่วงที่ประเทศไทย มีอัตราการเกิดมากที่สุด อยู่ที่ประมาณปีละกว่า 1 ล้านคน แต่หลังจากนั้นอัตราการเกิดของประชากรก็ลดน้อยลงอย่างต่อเนื่อง จนถึงปัจจุบัน ในปี 58 ที่ผ่านมา มีอัตราการเกิดเพียงแค่ 7.3 แสนคนเท่านั้น ซึ่งเหตุที่ทำให้อัตราการเกิดน้อยลง เนื่องจากวิถีชีวิต ทัศนคติของคนในสังคมเปลี่ยนแปลงไป คนนิยมใช้ชีวิตแบบเป็นโสดมากยิ่งขึ้น และคู่แต่งงานก็นิยมการมีบุตรกันน้อยลง ซึ่งคาดการณ์ได้ว่า

ในอนาคตอัตราการเกิดของประชากรไทยจะยิ่งลดน้อยลง และ 2. อายุคนไทยยืนยาวมากยิ่งขึ้น
เนื่องจากมีวิวัฒนาการทางการแพทย์ที่เจริญก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น
อีกทั้งประชากรส่วนใหญ่ต่างก็ใส่ใจในการดูแลสุขภาพมากยิ่งขึ้น โดยปัจจุบัน อายุเฉลี่ยของคนไทย อยู่ที่ประมาณ 75 ปี โดยอายุเฉลี่ยเพศชาย อยู่ที่ประมาณ 72 ปี และอายุเฉลี่ย เพศหญิง อยู่ที่ประมาณ 78 ปี

แต่การเป็นสังคมสูงอายุ มีประชากรสูงวัยจำนวนมาก จะเกิดผลอย่างไรกับประเทศ คงเป็นคำถามที่หลาย ๆ คนสงสัย และเหตุใด
ทุกคนจึงต้องรวมมือเตรียมความพร้อมเพื่อรับมือกับสังคมสูงอายุ ศาสตราจารย์เกียรติคุณปราโมทย์ กล่าวว่า
เมื่อมีอัตราการเกิดของประชากรลดน้อยลง จำนวนประชากรสูงอายุมากยิ่งขึ้น
ยอมส่งผลทำให้จำนวนแรงงานในสังคมลดน้อยลง และเมื่อภาคแรงงานมีจำนวนลดลง
ก็จะกระทบต่อความมั่นคงทางด้านเศรษฐกิจและสังคมของประเทศอย่างชัดเจน ซึ่งจากสถิติแรงงานอายุตั้งแต่ 15-59 ปี ของไทย จะเห็นได้ว่า ในปี 2556 มีแรงงานกลุ่มดังกล่าวในสังคม 43 ล้านคน และในปี 2566
จำนวนแรงงานจะลดลงเหลือเพียง 41.5 ล้านคน และเมื่อถึงปี 2576 แรงงานจะเหลือเพียง 37.1 ล้านคนเท่านั้น

และด้วยลักษณะที่เปลี่ยนแปลงไปของสังคม
ทำให้รูปแบบการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุเปลี่ยนไป จากเดิมที่ผู้สูงอายุของไทย
จะอยู่ในครัวเรือนขนาดใหญ่ มีบุคคลช่วยดูแลซึ่งกันและกัน แต่ในปัจจุบัน
ด้วยครัวเรือนมีขนาดเล็กลง บุคคลในครัวเรือนมีรูปแบบการใช้ชีวิตเปลี่ยนไป
มีการออกไปทำงานนอกบ้านมากยิ่งขึ้น และคนส่วนหนึ่งยังมีค่านิยมในการเป็นโสด ทำให้ในอนาคต
ผู้สูงอายุจะใช้ชีวิตอยู่ตามลำพังในครัวเรือนมากยิ่งขึ้น โดยจาก สถิติพบว่า ในปี 2545
ผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตลำพัง อยู่ที่ประมาณ ร้อยละ 6 และผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังกับคู่สมรส อยู่ที่ประมาณ
ร้อยละ16 แต่ผลสำรวจในปี 2557 จะพบว่า ผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตอยู่ลำพังนั้นมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น
เป็นร้อยละ 9 และผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตอยู่ลำพังกับคู่สมรส ก็มีจำนวนเพิ่มขึ้น เป็นร้อยละ 19
ซึ่งในกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังนั้น เป็นกลุ่มจะมีค่าเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง
จึงเป็นสัดส่วนที่ต้องมีการวางแนวทางการดูแลมากที่สุด

สิ่งที่เป็นปัจจัยสำคัญ ที่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ คือ รายได้ ซึ่งรายได้ของผู้สูงอายุส่วนใหญ่
จากการสำรวจจะมาจากการเลี้ยงดูของลูกหลาน แต่เมื่อสังคมก้าวเข้าสู่การเป็นโสดมากยิ่งขึ้น
ผู้สูงอายุก็จะเป็นบุคคลที่ไม่มีลูกหลานในการเลี้ยงดู อาจทำให้ขาดรายได้ในส่วนนี้ไป
และรายได้อีกส่วนหนึ่งของผู้สูงอายุ มาจากรัฐสวัสดิการ ในรูปแบบเบี้ยยังชีพคนชรา ซึ่งจะเริ่มต้นที่ 600 บาท
และเพิ่มขึ้นตามอายุของผู้สูงอายุ ซึ่งถือเป็นรายได้จำนวนเล็กน้อย
เทียบกับการใช้ชีวิตในปัจจุบันนั้นไม่เพียงพออย่างแน่นอน

ดังนั้น การออมของผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในการสร้างหลักประกัน
ความมั่นคงให้แก่ชีวิตของตนเองยามชรา โดยจากการศึกษาของสำนักงานเศรษฐกิจการคลัง ระบุว่า
ผู้สูงอายุจะมีรายได้ต่อเดือนที่เหมาะสมในการใช้ชีวิต อยู่ที่อย่างน้อยประมาณ2,600บาทต่อเดือน
ซึ่งค่าเฉลี่ยของอายุคนไทยอยู่ที่ 75ปี ดังนั้นเมื่อก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุที่ 60 ปี
เราก็จะต้องใช้ชีวิตต่อเนื่องไปอีกประมาณ 15 ปี คิดง่าย ๆ คือ อย่างน้อยเราควรมีเงินออม
เพื่อในชีวิตบั้นปลายไม่ต่ำกว่า 468,000 บาท แต่ในอนาคตระบบเศรษฐกิจจะต้องมีความผันผวน
อัตราค่าครองชีพจะต้องยิ่งเพิ่มสูงขึ้น เงิน 100 บาทในวันนี้ จะเหลือค่าเงินแค่ 66 บาท ในอีก 10
ปีข้างหน้า และมีค่าเงินลดลงเรื่อย ๆ อีกทั้งอายุเฉลี่ยของคน จะยิ่งเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นให้ดีที่สุด คือ
เราต้องเก็บออมเงินในการใช้ชีวิตยามชราให้ได้มากเท่าที่จะมากได้
โดยเริ่มการออมเงินตั้งแต่วัยเด็กและวางระบบการใช้จ่ายเงินอย่างเหมาะสม

นอกจากความมั่นคงทางการเงินแล้ว
ความมั่นคงทางสุขภาพก็เป็นส่วนหนึ่งที่เราต้องเตรียมความพร้อมมากที่สุด ยิ่งเมื่อก้าวเข้าสู่วัยชรา
โรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ จะยิ่งเกิดกับร่างกายมากยิ่งขึ้น โดยจากการศึกษา บุคคลส่วนหนึ่ง
จะมีช่วงเวลาหนึ่งที่อยู่ในภาวะทุพพลภาพ ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองในการประกอบกิจวัตรประจำวัน ทั้ง

กินอาหาร อาบน้ำ แต่งตัว ขับถ่าย และเคลื่อนไหวไปมาภายในบ้านได้

โดยผลการศึกษาปัญหาการเจ็บป่วยจากการตรวจร่างกายของผู้สูงอายุไทยล่าสุด โดยสำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ ปรากฏว่า มีผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไปร้อยละ 85 หรือจำนวนประมาณ 6 ล้านคน ที่สามารถดูแลตนเองได้ และมีผู้สูงอายุที่นอนติดเตียง ติดบ้าน ต้องพึ่งพิงคนอื่นช่วยดูแลกว่า 1 ล้านคน คิดเป็นเกือบร้อยละ 15 โดยมีประมาณ 960,000 คน ที่ช่วยเหลือตนเองได้บางส่วน อีกประมาณ 63,000 คน ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้เลยอีกทั้งผู้สูงอายุบางคน เมื่อเกิดภาวะทุพพลภาพ จะต้องดึงบุคคลจากภาคแรงงานเข้ามาช่วยดูแลอีกด้วย ดังนั้นการดูแลตนเอง การชะลอความเสื่อมร่างกายเพื่อชะลอเวลาการเข้าสู่ภาวะทุพพลภาพ จึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ประชาชนต้องให้ความสนใจ และภาครัฐต้องมุ่งสงเสริม เพื่อลดปัญหาตั้งแต่ต้นทาง

“สิ่งหนึ่งที่ภาครัฐต้องกลับมาพิจารณาในการวางระบบเพื่อดูแลประชากรสูงอายุ คือ การเปลี่ยนนิยามผู้สูงอายุใน พ.ร.บ.ผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 เสียใหม่ จากที่กำหนดให้ผู้สูงอายุ คือ บุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่มีอายุ 65 ปี ซึ่งหากรัฐเปลี่ยนนิยามดังกล่าวได้ จะเกิดผลคือ รัฐจะลดภาระค่าใช้จ่ายในการดูแลบุคคลสูงอายุ ในกลุ่ม 60-64 ปีไปได้จำนวนมาก อีกทั้งบุคคลในกลุ่มดังกล่าว ก็ยังสามารถอยู่ในกำลังแรงงานได้มากยิ่งขึ้น ซึ่งจะเป็นช่องทางที่ทำให้ผู้สูงอายุยังคงมีรายได้ในการเลี้ยงดูตนเองได้ต่อไป”

สิ่งสำคัญที่สังคมต้องร่วมกันเตรียมความพร้อมในการรับมือกับสังคมสูงอายุ คือ การปรับ **“วยคติ”** ที่มีต่อผู้สูงอายุ ซึ่ง วัยคติ เป็นศัพท์บัญญัติ หมายถึงทัศนคติที่มีต่อวัย โดยคนในสังคมปัจจุบัน มักมองเห็นว่าผู้สูงอายุเป็นบุคคลไร้ความสามารถ ไม่ควรกลับเข้ามาในภาคแรงงาน แต่แท้จริงแล้ว ผู้สูงอายุถือเป็นผู้ที่มีความสามารถต่าง ๆ ซึ่งสังคมควรให้พื้นที่แก่ผู้สูงอายุในการอยู่ในระบบแรงงานนานที่สุด และจัดสรรการทำงานในรูปแบบที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุนั้น ๆ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ปราโมทย์ กลาว

การรับมือกับสังคมสูงอายุ คงไม่ใช่หน้าที่เฉพาะของหน่วยงานใดหน่วยงานหนึ่งเพียงเท่านั้น แต่เป็นหน้าที่ของทุกคน ที่ต้องเตรียมความพร้อมตนเอง ชุมชน และสภาพพื้นที่ให้สามารถรองรับกับสังคมที่วันหนึ่งจะมีผู้สูงอายุเดินกันอยู่จำนวนมาก คนในวัยหนุ่มสาว คงต้องเริ่มตระหนักกันแล้วว่า ยามชรา เราอยากจะเป็นผู้สูงอายุแบบไหน แบบที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี ร่างกายแข็งแรง ช่วยเหลือตัวเองได้ หรือแบบปากกัดตีนถีบ ที่ต้องใช้ชีวิตไปวัน ๆ รอวันหมดลม ทุกอย่างอยู่ที่การเตรียมความพร้อมตั้งแต่วันนี้

แล้วคุณ... เริ่มเตรียมความพร้อมบ้างแล้วหรือยัง???

ที่มา หนังสือพิมพ์เดลินิวส์ วันที่ 13 เมษายน 2559