

ศาสตร์แห่งการมีอายุยืนอย่างมีคุณภาพ

เราจะ “อยู่ให้นาน” หรือจะ “อยู่ให้ดี”

“Longevity คือแนวคิดที่มุ่งเน้นให้มนุษย์มีอายุยืนยาว โดยไม่เพียงอยู่ได้นาน แต่ยังต้องมีสุขภาพดีทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม”

3 องค์ประกอบสำคัญของ Longevity :

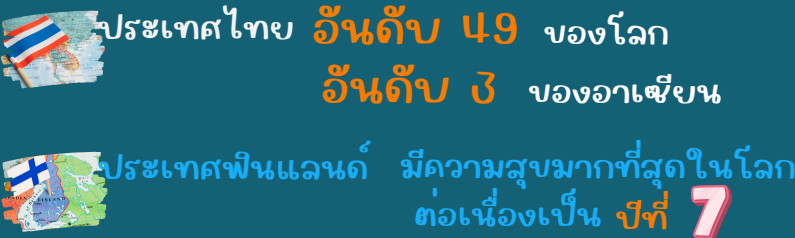
- ✓ 1. การยืดอายุขัย (Lifespan) จำนวนปีที่มีชีวิตอยู่
- ✓ 2. การยืดช่วงสุขภาพดี (Healthspan) จำนวนปีที่ใช้ชีวิตอย่างมีสุขภาพดี ไม่เจ็บป่วย
- ✓ 3. ชะลอหรือย้อนกระบวนการเสื่อมของร่างกาย (Aging reversal)

องค์การอนามัยโลก (WHO) นิยาม “สุขภาพ (Health)” ว่า...
“ภาวะความเป็นอยู่ที่ดีทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม”

อายุขัยเฉลี่ยของประชากรโลกและคนไทย



ความสุขของคนไทยในระดับโลก



6 โลฟส์ไต้ลู่ “Longevity”



โอกาสทางธุรกิจ Longevity ที่กำลังมาแรงในไทย

- 💡 บริการตรวจสุขภาพเชิงลึกและให้คำปรึกษาเฉพาะบุคคล เช่น ใช้เทคโนโลยี และ AI ตรวจเชิงลึก
- 💡 ธุรกิจอาหารเสริม และอาหารฟังก์ชัน เช่น อาหารที่มีโปรไบโอติกเพื่อสุขภาพลำไส้
- 💡 ธุรกิจฟิตเนสและ Wellhess Retreat รูปแบบใหม่ เช่น ฟิตเนสเน้นฟื้นฟู หรือการบำบัดด้วยความเย็น
- 💡 แพลตฟอร์มและเทคโนโลยีสำหรับผู้สูงอายุ เช่น แพลตฟอร์มดูแลผู้สูงอายุถึงบ้าน อุปกรณ์ Smart Home ที่ช่วยอำนวยความสะดวกและความปลอดภัย



ที่มา : รายงานสุขภาพคนไทย ปี 2568 สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

Longevity คืออะไร? ทำไมเราควรใส่ใจเรื่องอายุยืน ตั้งแต่บัดนี้ กรุงเทพมหานคร
6 เสาหลักของการมีสุขภาพดี ตามหลักเวชศาสตร์วิถีชีวิต BDMS WELLNESS CLINIC (คลินิกสุขภาพเชิงป้องกันและฟื้นฟู)
เจาะลึก “Longevity” คู่มือสู่การมีอายุยืนยาวอย่างมีคุณภาพ (และโอกาสทางธุรกิจแห่งอนาคต 2568) ธนาคารกรุงเทพ SME