

แม้ว่าภาวะโลหิตจางในเด็กวัยเรียนไม่รุนแรงและทำให้ถึงตายได้ แต่อาจนำไปสู่การเจ็บป่วยเรื้อรังและทำให้ต้นทุนการเจริญเติบโตรวมถึงลดประสิทธิภาพในการเรียนรู้ การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปฏิบัติตนด้านการบริโภคอาหาร การบริโภคยาเม็ดธาตุเหล็ก และภาวะโภชนาการของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 อายุ 12 ปี จำนวน 32 คน ที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีภาวะโลหิตจาง โดยใช้ค่าฮีมาโตคริตเป็นเกณฑ์บ่งชี้ (ค่าฮีมาโตคริตต่ำกว่า 36%) คัดกรองแล้วว่านักเรียนไม่เป็นโรคธาลัสซีเมียและโรคเอดส์ ในโรงเรียนประถมศึกษา จำนวน 14 โรงเรียน ในเขตอำเภอมัญจาคีรี จังหวัดขอนแก่น การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง โดยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ดำเนินการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนธันวาคม 2549 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ 2550 เก็บข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้แบบสอบถามแบบสัมภาษณ์การบริโภคอาหารย้อนหลัง 24 ชั่วโมง แบบบันทึกการบริโภคอาหาร 7 วัน และแบบบันทึกการบริโภคยาเม็ดธาตุเหล็ก ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การสังเกตและการสัมภาษณ์ในแนวลึก วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มที่ศึกษาส่วนใหญ่ ร้อยละ 46.88 อาศัยอยู่กับญาติ ซึ่งส่วนมากเป็น ตา ยาย เพราะพ่อแม่ออกไปทำงานต่างถิ่น ดังนั้นผู้ที่ดูแลด้านอาหารของเด็กกลุ่มนี้จึงเป็นผู้ที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย โดยส่วนใหญ่เป็นย่าหรือยาย ซึ่งมีอายุมากกว่า 50 ปีขึ้นไป ผู้ดูแลเด็กนักเรียนส่วนใหญ่จบชั้น ป. 4 อาชีพหลักคือ เกษตรกรรม มีอาชีพรับจ้าง ทอผ้า เป็นอาชีพเสริม รายได้น้อยกว่า 5,000 บาทต่อเดือน ครอบครัวมีฐานะปานกลาง และมีหนี้สินเกือบทุกครอบครัว ส่วนใหญ่นักเรียนบริโภคอาหารมื้อหลักครบทั้ง 3 มื้อ เป็นประจำทุกวัน แต่มีนักเรียนบางคนที่มีพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม คือ บริโภคอาหารเช้า บริโภคอาหารกลางวันหรือเย็นเป็นบางวัน โดยนักเรียนจะหันไปบริโภคเครื่องดื่มและขนมขบเคี้ยวแทน นักเรียนส่วนใหญ่ได้บริโภคเนื้อหมู เนื้อไก่ เป็นประจำ แต่บริโภคเครื่องในสัตว์ เลือดสัตว์ ผักใบเขียว และผลไม้ที่มีวิตามินซีสูงในปริมาณต่ำ สำหรับปริมาณพลังงานและสารอาหารที่ได้รับ พบว่า นักเรียนได้รับพลังงานและโปรตีนมีค่ามัธยฐานเท่ากับ 1,740.76 กิโลแคลอรี ( $Q_1-Q_3=1,239.39-2,166.56$ ) และ 75.14 กรัม ( $Q_1-Q_3=49.78-85.69$ ) ตามลำดับ สำหรับสารอาหารที่ได้รับน้อยกว่าความเพียงพอ คือ เหล็ก และวิตามินซี ปัญหาการได้รับเหล็กไม่เพียงพอพบในนักเรียนหญิงมากกว่านักเรียนชายซึ่งสอดคล้องกับการตรวจทางชีวเคมี และเปอร์เซ็นต์การบริโภคยาเม็ดธาตุเหล็ก ที่พบว่านักเรียนหญิงมีค่าฮีมาโตคริต และเปอร์เซ็นต์การบริโภคยาเม็ดธาตุเหล็กที่ต่ำกว่านักเรียนชาย นักเรียนกลุ่มที่ศึกษามีการยอมรับการบริโภคยาเม็ดธาตุเหล็กในเกณฑ์สูง คือ มีค่ามัธยฐานเท่ากับร้อยละ 86.96 ( $Q_1-Q_3=59.24-96.74$ ) และที่สำคัญนักเรียนส่วนใหญ่ ร้อยละ 75.00 ไม่เคยได้รับความรู้เรื่องภาวะโลหิตจางเลย สำหรับภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการปกติ แต่มีนักเรียนร้อยละ 18.75 อยู่ในภาวะเตี้ย และร้อยละ 3.13 อยู่ในภาวะผอม

การศึกษาเบื้องต้นครั้งนี้จะเป็นแนวทางในการขยายผลการศึกษา เพื่อนำไปสู่การป้องกันปัญหาภาวะโลหิตจางในเด็กวัยเรียนต่อไปในอนาคต

Even though anemia condition of school-age children was not severe, it may lead to chronic disease and reduce the growth and the effectiveness of learning. This cross-sectional descriptive research was conducted to study food consumption and iron tablet consumption of grade 6 primary school students with anemia, aged 12 years old, by using hematocrit value according to the criteria (lower than 36%). These students were not Thalassemia and AIDS patients. The subjects consisted of 32 students from 14 schools in Mancha khiri district, Khon Kaen province. Data were collected from December 2006 to February 2007 quantitatively and qualitatively, including questionnaire, 24-hour dietary recall, food record, iron tablet consumption record, anthropometric measurement, observation and in-depth interview. Data analyses were performed by using descriptive statistics.

The results showed that the majority of the students, 46.88%, lived with their relatives, especially grandparents because their parents worked in other provinces. Therefore, their grandmothers aged 50 up with primary school level were their food carers. The main occupation was agriculturist and the alternative occupation was employee for irregular jobs and weaver with income less than 5,000 baht a month. The family's status was at moderate level, mostly getting debts. Most students had 3 meals every day while some students had inappropriate food consumption. That is, they did not have breakfast, lunch and dinner some day and they had beverages and snacks instead. Most students always have pork and chicken whereas they rarely have animals' entrails, green vegetables and high vitamin C fruits. As energy and nutrient considered, the median of energy and protein intake of the students were 1,740.76 Kcal/day ( $Q_1-Q_3 = 1,239.39-2,166.56$ ) and 75.14 g/day ( $Q_1-Q_3 = 49.78-85.69$ ) respectively. Nutrient deficiency was iron and vitamin C. Percent of iron tablet consumption and hematocrit level of female students was lower than male students. The students perceived iron tablet consumption at high level that median was 86.96% ( $Q_1-Q_3 = 59.24-96.74$ ). Most students (75%) did not get knowledge of anemia. As nutritional status considered, most of them had normal nutritional status while 18.75% were stunting and 3.13% were wasting.

The results of this preliminary study will serve for expanding research for more detail in order to prevent anemia among primary school children in the future.