

การรับรู้ในเครื่องหมายบนฉลากอาหาร และการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร
ในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้มารับบริการ
ในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลรามธิบดี

ณัฐพิมพ์ ภิรมย์เมือง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)
สาขาวิชาเอกโภชนวิทยา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ. 2551

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

การรับรู้ในเครื่องหมายบนฉลากอาหาร และการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร
ในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้ที่มารับบริการ
ในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลรามธิบดี

.....
กัญพิมณฑา ภิรมย์เมือง

นางสาวกัญพิมณฑา ภิรมย์เมือง
ผู้วิจัย

.....
ดร. อรุณพร

ผู้ช่วยศาสตราจารย์เรวดี จงสุวัฒน์
Ph.D

ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

.....
ดร. จุ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดวงใจ มาลัย
วท.ม.

กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

.....
ดร. นพ. บรรจง มไหสวริยะ พ.บ.

ศาสตราจารย์ นพ.บรรจง มไหสวริยะ พ.บ.
คณบดี
บัณฑิตวิทยาลัย

.....
ดร. อรุณพร

ผู้ช่วยศาสตราจารย์เรวดี จงสุวัฒน์
Ph.D

ประธานคณะกรรมการประจำหลักสูตร
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (สาขารณสุขศาสตร์)
สาขาวิชาเอกโภชนวิทยา
คณะสาธารณสุขศาสตร์

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

การรับรู้ในเครื่องหมายบนฉลากอาหาร และการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อ

ผลิตภัณฑ์อาหารของผู้ที่มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลรามารัตนบุรี

ได้รับการพิจารณาให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต(คณะสาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกโภชนวิทยา

วันที่ 10 เมษายน 2551

.....
กัญจน์นที ตริมาชัย

นางสาวณัฐพินท์ ภิรมย์เมือง

ผู้วิจัย

.....
กัญจน์นที ตริมาชัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุญาณี พงษ์ธนานิกร

Dr. PH.

ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....
อ. อรุณ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรวดี จงสุวัฒน์

Ph.D

กรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....
อ. น.

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดวงใจ มาลัย

วท.ม.

กรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....
อ. 2

รองศาสตราจารย์พิทยา จารุพูนผล

พบ., อ.ว. (ระบาควิทยา)

คณบดี

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

.....
ศาสตราจารย์ นพ.บรรจง มไหสวริยะ พ.บ.

คณบดี

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดียิ่ง จากความช่วยเหลือของ ผศ.ดร.เรวดี จงสุวัฒน์ ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และผศ. ดวงใจ มาลัย กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ ข้อคิดเห็นและช่วยแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง ไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย และขอขอบพระคุณ ผศ.ดร.ภญ. สุญานี พงษ์ธนากร ที่กรุณาสละเวลาเข้าร่วมเป็นประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ด้วย

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ภาควิชาโภชนวิทยาทุกท่าน ที่กรุณาให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ แก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ในการทำวิทยานิพนธ์ ตลอดจนขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ภาควิชาโภชนวิทยาทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือในการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้

สุดท้ายนี้ขอขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่และ พี่สาว ที่เป็นกำลังและคอยช่วยเหลือในทุกๆ เรื่องเป็นอย่างดีเสมอมา และขอขอบใจเพื่อนๆ ที่คอยช่วยเหลือและเป็นกำลังใจในการทำวิจัย และเก็บข้อมูลเป็นอย่างดีจนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ได้

ณัฐพินิจ ภิรมย์เมือง

การรับรู้ในเครื่องหมายบนฉลากอาหาร และการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้ที่มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลรามธิบดี (PERCEPTION OF SYMBOLS AND USE OF INFORMATION ON THE FOOD LABEL FOR FOOD CHOICE BEHAVIOR AMONG CLIENTS AT OUT-PATIENT DEPARTMENT OF RAMATHIBODI HOSPITAL)

ณัฐพิมพ์ ภิรมย์เมือง 4836062 PHPH/M

วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกโภชนวิทยา

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: เรวดี จงสุวัฒน์ Ph.D., ดวงใจ มาลัย วท.ม.

บทคัดย่อ

เครื่องหมายและข้อมูลบนฉลากอาหารเป็นเครื่องมือที่ช่วยในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้บริโภคเมื่อมีความเข้าใจที่ถูกต้อง วัตถุประสงค์ของการศึกษา คือ เพื่อสำรวจการรับรู้ และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายและการใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากอาหารที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้บริโภค อายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป ที่มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลรามธิบดี รูปแบบการศึกษาเป็นเชิงสำรวจ โดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 166 คน โดยสุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์กำหนดและใช้ สถิติ ไคสแควร์ (Chi-square) และฟิชเชอร์ Fisher's exact test ในการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ผลการวิเคราะห์พบว่า ข้อมูลทางสังคมเศรษฐกิจ ได้แก่ อาชีพและการศึกษามีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.025, 0.036$ ตามลำดับ) กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารขณะที่การรับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ที่ไม่ติดมันและไก่แปดไม่ติดหนัง การรับประทานอาหารที่มีกะทิ การดื่มนมหรือรับประทานผลิตภัณฑ์จากนมและการรับประทานธัญพืชและผลิตภัณฑ์ มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ($p = 0.014, 0.005, 0.009$ และ 0.005 ตามลำดับ) นอกจากนั้นยังพบว่า การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร การกล่าวอ้างทางโภชนาการ การรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ($p = 0.000, 0.001$ และ 0.000 ตามลำดับ)

ความเข้าใจและการรับรู้ในเครื่องหมายและข้อมูลบนฉลากอาหารของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษายังอยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างต่ำ ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการประชาสัมพันธ์เครื่องหมายและข้อมูลบนฉลากอาหารเพื่อให้มีความเข้าใจและนำไปใช้ในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารต่อไป

คำสำคัญ : การรับรู้เครื่องหมาย / ฉลากอาหาร / พฤติกรรมการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

PERCEPTION OF SYMBOLS AND USE OF INFORMATION ON THE FOOD LABEL FOR FOOD CHOICE BEHAVIOR AMONG CLIENTS AT OUT-PATIENT DEPARTMENT OF RAMATHIBODI HOSPITAL

NUTTAPIMON BHIROMMUANG 4836062 PPHP/M

M.Sc. (PUBLIC HEALTH) MAJOR IN NUTRITION

THESIS ADVISORS: REWADEE CHONGSUWAT, Ph.D., DUANJAI MALAI, M.Sc.

ABSTRACT

The symbols and information on food labels are tools for improving the decision making food choice behavior of the consumer. The objectives of this research were to find out how the perception of symbols and the use of information on food labels affect the food choice behavior of clients in the out- patient department at Ramathibodi Hospital. This survey study was conducted by interviewing 166 people 15 years and older at Ramathibodi Hospital. Chi-square and Fisher's exact test were used to find out the relationship between the two variables: the perception of symbol and the use of information on the food label. Research showed that the use of information on a food label, the health claim, the understanding of the symbol, education, and occupation were related significantly with the food choice behavior. ($p < 0.001$, $p = 0.001$, 0.001 , 0.036 and 0.025 respectively). The consumption of skinless meat and poultry, the consumption of food compounds with coconut milk, the consumption of milk or milk products and the consumption of cereals also significantly affected the food choice behavior. ($p = 0.014$, 0.005 , 0.009 and 0.005 respectively)

There was a low level of understanding and perception concerning the symbols and information on the food label of the subjects. Therefore, authorities in charge of the symbols and information should communicate better, in order to improve the understanding of the consumer.

KEY WORDS : PERCEPTION OF SYMBOLS / THE FOOD LABEL / FOOD CHOICE BEHAVIOR

154 pp.

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ.....	ก
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
สารบัญตาราง.....	ช
สารบัญภาพ	ฉ
บทที่	
1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 วัตถุประสงค์ในการวิจัย.....	4
1.3 สมมติฐานในการวิจัย.....	5
1.4 ขอบเขตของการวิจัย.....	5
1.5 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	6
1.6 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	8
2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
2.1 ความรู้เกี่ยวกับฉลากอาหารและฉลากโภชนาการ.....	9
2.1.1 ความหมายของฉลาก.....	9
2.1.2 ความสำคัญของสินค้าต่อผู้บริโภค.....	10
2.1.3 รูปแบบของฉลากอาหารในประเทศไทย.....	12
2.1.4 ประเภทของฉลากอาหาร.....	14
2.1.5 ข้อกำหนดเกี่ยวกับฉลากอาหาร.....	16
2.1.6 ฉลากโภชนาการ.....	18
2.1.7 ฉลากโภชนาการของสหรัฐอเมริกา.....	21
2.1.8 ฉลากโภชนาการของไทย	22
2.1.9 หลักเกณฑ์ในการกล่าวอ้างทางโภชนาการ.....	27
2.1.10 ความหมายของเครื่องหมายบนฉลากอาหาร.....	29

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2.2 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค.....	50
2.3 พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอาหาร.....	54
2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	58
3 วิธีดำเนินการวิจัย	
3.1 รูปแบบการวิจัย.....	62
3.2 ประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	62
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	63
3.4 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....	65
3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	66
3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	66
4 ผลการวิจัย.....	68
5 อภิปรายผล.....	90
6 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	95
บทสรุปแบบสมบูรณ์ภาษาไทย	99
บทสรุปแบบสมบูรณ์ภาษาอังกฤษ	112
รายการอ้างอิง.....	123
ภาคผนวก	129
ประวัติผู้วิจัย	154

สารบัญตาราง

ตารางที่	แสดง	หน้า
1	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามลักษณะทั่วไป.....	69
2	จำนวนและร้อยละของ ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ.....	72
3	ความถี่ในการบริโภคอาหาร 17 ประเภท.....	72
4	จำนวนและร้อยละของการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร ในการเลือกซื้อสินค้า.....	73
5	พฤติกรรมผู้บริโภคกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร	78
6	จำนวนและร้อยละการตอบคำถามเรื่องการกล่าวอ้าง ทางโภชนาการ.....	82
7	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา รายได้ กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า	83
8	ความสัมพันธ์ระหว่างสถานะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง และ การเป็นผู้ดูแลผู้ป่วยของกลุ่มตัวอย่าง กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า.....	85
9	ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพ กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า.....	86
10	ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า.....	88
11	ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับ เครื่องหมายบนฉลากอาหาร กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า	89

สารบัญรูปภาพ

รูปภาพที่		หน้า
1	ตัวอย่างเครื่องหมาย อย.....	12
2	ตัวอย่างฉลากอาหารในไทย.....	17
3	รูปแบบฉลากโภชนาการของไทยแบบย่อ.....	24
4	รูปแบบฉลากโภชนาการของไทยแบบเต็ม.....	25
5	ลักษณะฉลากโภชนาการของสหรัฐฯ.....	26

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคมอย่างรวดเร็ว ประชาชนส่วนใหญ่ต้องทำงานนอกบ้าน จึงทำให้มีความจำเป็นต้องพึ่งพาอาหารนอกบ้าน ด้วยเหตุนี้ข้อมูลข่าวสารด้านอาหารและโภชนาการจึงจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับประชาชนทั่วไปในการเลือกซื้ออาหารมาบริโภคได้อย่างคุ้มค่า และเป็นประโยชน์ต่อร่างกายมากที่สุด และทุกวันนี้อาหารสำเร็จรูปได้เข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันของคนไทยมากขึ้น ไม่เฉพาะแต่ในกรุงเทพมหานครหรือเมืองใหญ่ๆเท่านั้น แม้แต่ในชนบท ชาวบ้านในหมู่บ้านมีร้านค้าจำหน่ายอาหารสำเร็จรูปมากขึ้น อาหารสำเร็จรูป เครื่องปรุงอาหาร ทั้งในรูปของแห้ง ผง บรรจุขวด กระป๋อง ถุงพลาสติก แช่เย็น ฯลฯ ได้เข้ามาแทนที่กิจกรรมการทำครัวที่ย่างยากუნวาย (1) แต่อาหารสำเร็จรูปที่มีแพร่หลายอยู่ในท้องตลาดนั้น ผู้ประกอบการยังให้ความสำคัญด้านคุณค่าทางโภชนาการของอาหารน้อยมาก ในขณะที่เดียวกันมักมีการโฆษณาโดยใช้คุณค่าด้านโภชนาการเป็นจุดขาย ทั้งที่หลาย ๆ ผลิตภัณฑ์อาจไม่มีคุณค่าทางโภชนาการตามที่กล่าวอ้างจริง นอกจากนั้น ยังมีการกล่าวอ้างทางโภชนาการกันอยู่ทั่วไปโดยไม่มีเกณฑ์ระดับ เช่น แคลเซียมสูง ปราศจากคอเลสเตอรอล อันทำให้ผู้บริโภคสับสน และยังเกิดความไม่เป็นธรรมในหมู่ผู้ประกอบการด้วยกัน ที่ไม่ได้มีการกล่าวอ้าง (2) เนื่องจากอาหารมีความสลับซับซ้อนมาก อาหารที่ปรุงสำเร็จแตกต่างจากอาหารดิบเป็นอย่างมาก ดังนั้นในการเลือกซื้ออาหารบางครั้งผู้บริโภคไม่สามารถทราบได้ว่า อาหารที่ต้องซื้อนั้นมีคุณค่าทางโภชนาการมากน้อยเพียงใด มีประโยชน์ต่อร่างกายมากหรือไม่ อีกทั้งประชาชนทั่วไปมีความตระหนักมากขึ้นในการรับประทานอาหารเพื่อให้มีสุขภาพดี (3) ข้อมูลบนฉลากที่ถูกต้อง ประกอบกับการมีความรู้ทางวิชาการด้านอาหารและโภชนาการจะช่วยให้เราสามารถทราบถึงที่มาของอาหารในแง่วัตถุดิบ กระบวนการผลิต ความคุ้มค่าของราคา และความปลอดภัยที่จะบริโภคอาหารเหล่านั้น

ในครึ่งหลังของศตวรรษที่ 20 มีปัญหาเกี่ยวกับโรคเรื้อรัง (chronic disease) หรือโรคไม่ติดต่อ (non-communicable disease) หรือโรคที่เกิดจากความเสื่อม (degenerative disease) เพิ่มขึ้น ดังนั้นจึงได้มีความพยายามที่จะศึกษาบทบาทของอาหารในการส่งเสริมสุขภาพและลดความเสี่ยงต่อ

โรคเรื้อรังต่างๆ ได้แก่ โรคหัวใจขาดเลือด ภาวะหลอดเลือดแดงแข็ง มะเร็ง โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และโรคกระดูกพรุน เป็นต้น ขณะเดียวกันการศึกษาทางระบาดวิทยา และการวิจัยทางห้องปฏิบัติการ ตลอดจนรายงานด้านคลินิกสามารถยืนยันได้ว่าอาหารเป็นสาเหตุสำคัญที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับสาเหตุของการเกิดโรคดังกล่าว ดังนั้นใน 2-3 ทศวรรษที่ผ่านมาจึงมีการศึกษาที่มุ่งหาความสัมพันธ์ ระหว่างบทบาทของอาหาร และสารอาหารที่มีต่อโรคเรื้อรังแต่ละชนิด ในกลุ่มผู้วางนโยบายด้านอาหารโภชนาการและการสาธารณสุข ตลอดจนโรงงานผลิตอาหารและกลุ่มผู้บริโภค จึงมีการอภิปรายค่อนข้างมากในแง่การแนะนำเรื่องแนวทางการบริโภคอาหารเพื่อป้องกันหรือลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรัง ซึ่งมีความสำคัญมากเพราะเป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลและทำให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ในการแนะนำประชาชนให้รู้ถึงการเลือกบริโภคอาหาร เพื่อให้มีภาวะโภชนาการที่ดีนั้น ควรที่จะมีข้อมูลคุณค่าทางโภชนาการของอาหารแต่ละชนิด ซึ่งได้มาจากการวิเคราะห์ที่เชื่อถือได้ ในประเทศที่พัฒนาแล้วมีการใช้ฉลากโภชนาการ (nutrition labeling) พร้อมทั้งระบุปริมาณสารอาหารในอาหารนั้นเทียบกับปริมาณสารอาหารที่ควรได้รับประจำวัน (Recommended Dietary Allowances, RDA) ทำให้ประชาชนสามารถเข้าใจและตัดสินใจได้เองว่าควรบริโภคอาหารชนิดใด ปริมาณเท่าใด ควรลด หรือ งดอาหารชนิดใด เพื่อเป็นการลดความเสี่ยงต่อโรคต่างๆ ดังกล่าวแล้วข้างต้น (3) ประชากรสหรัฐอเมริกาได้รับอาหารที่ไม่เหมาะสมซึ่งนำไปสู่สาเหตุของการเสียชีวิตของประชากรเป็นจำนวนมาก และหนึ่งในสามมาจากโรคมะเร็งซึ่งจัดเป็นหนึ่งในสี่ของสาเหตุการเสียชีวิตมากที่สุดของสหรัฐฯ ทั้งนี้ยังรวมถึงโรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และเบาหวาน รวมอยู่ด้วยซึ่งโรคดังกล่าวเกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง นอกจากนั้นยังพบว่าทำให้สูญเสียงบประมาณทางการแพทย์ไปถึง 250 ล้านดอลลาร์ ต่อปี จึงทำให้ NLEA (The Nutritional Labeling and Education Act) ได้จัดทำฉลากโภชนาการแก่ผู้บริโภคขึ้นตั้งแต่ปี 1994 (4)

ปัจจุบันประเทศทั่วโลก ได้กำหนดให้มีการแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารบนฉลากเพื่อให้ข้อมูลในการเลือกอย่างเหมาะสมแก่ผู้บริโภค สำหรับในระดับนานาชาตินั้น ในการประชุมสมัชชา ระหว่างประเทศว่าด้วยโภชนาการ (International Conference on Nutrition-ICN) เมื่อเดือนธันวาคม 2535 ประเทศต่างๆทั่วโลก ได้ร่วมกันจัดทำปฏิญญาโลก ว่าด้วยโภชนาการ และแผนปฏิบัติการด้านโภชนาการโลก (World Declaration and Plan of Action for Nutrition) ซึ่งได้มีการกำหนดให้การจัดให้มีการแสดงคุณค่าทางโภชนาการบนฉลากอาหาร (Nutrition Labeling) เป็นกลวิธีหนึ่งของแผน ในด้านของโครงการมาตรฐานอาหารระหว่างประเทศของ FAO/WHO (Codex Alimentarius) หรือเรียกย่อ ๆ ว่า Codex ได้กำหนด หลักเกณฑ์สำหรับประเทศต่าง ๆ เพื่อใช้ในการพิจารณากำหนดข้อบังคับการแสดงฉลากโภชนาการ ดังนั้นสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

จึงได้ดำเนินการศึกษาข้อมูลเพื่อจัดทำมาตรฐานการแสดงผลการโฆษณาการ มาตั้งแต่ปี พ.ศ.2535 โดยจัดตั้งคณะกรรมการ พิจารณาการแสดงผลคุณค่าทางโภชนาการบนฉลากอาหารขึ้นเป็นการเฉพาะ การจัดทำประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 182) พ.ศ. 2541 เรื่องฉลากโภชนาการ ยึดแนวทางของ Codex เป็นหลัก จึงจัดได้ว่าเป็นมาตรฐานที่สอดคล้องกับมาตรฐานสากล สำหรับสารอาหารที่ระบุให้ต้องแสดงบนฉลากนั้น เป็นสารอาหารที่ผ่านการพิจารณาแล้วว่ามีความสำคัญต่อภาวะโภชนาการที่ดีของคนไทยปัจจุบัน (5)

ปัจจุบันผู้บริโภคกลุ่มใหญ่ของประเทศต้องพึ่งพาผลิตภัณฑ์อาหารที่ผลิตโดยผู้ผลิต ซึ่งมีทั้งระบบอุตสาหกรรมหรือบางครั้งระดับครัวเรือน สิ่งที่น่าเป็นห่วงคือมีผู้บริโภคจำนวนน้อยที่สนใจใช้เวลาในการสังเกตและอ่านฉลากที่ติดบนภาชนะบรรจุอาหารก่อนที่จะซื้อหาไปบริโภคและเห็นคุณค่าของข้อมูลที่ระบุไว้บนฉลาก (1)

ในปี พ.ศ. 2540 รัตนา พงศ์จารุสถิต ได้ศึกษาถึงพฤติกรรมการซื้อผลิตภัณฑ์อาหารและปัจจัยด้านข้อมูลข่าวสารที่มีผลต่อการแสวงหาข้อมูลก่อนซื้อของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพฯ จากการศึกษาพบว่าผู้บริโภคเกือบ ร้อยละ 50 เห็นความสำคัญในการหาข้อมูลของผลิตภัณฑ์ก่อนซื้อ ทั้งนี้เนื่องมาจากต้องการได้ของที่มีคุณภาพมากกว่าเหตุผลอื่น ๆ (6)

ในปี พ.ศ. 2544 อรพร วนมงคล ได้ศึกษาการอ่านข้อมูลบนฉลาก การใช้ข้อมูลบนฉลากในการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มของผู้บริโภคอายุ 20-60 ปี ในเขตกรุงเทพฯ ผลการวิเคราะห์พบว่า ร้อยละ 85.5 ของกลุ่มตัวอย่าง มีการอ่านข้อมูล วัน เดือน ปีที่หมดอายุทุกครั้งและ จากการศึกษาดังกล่าวชี้ให้เห็นว่าการอ่านข้อมูลบนฉลากมีความสัมพันธ์กับการใช้ข้อมูลบนฉลากในการตัดสินใจซื้อในผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่ม (7)

ในปี ค.ศ. 2003 Weaver และ Finke ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้ข้อมูลบนฉลากที่เกี่ยวข้องกับปริมาณน้ำตาลและการบริโภคน้ำตาลของชาวอเมริกันช่วงระหว่างปี ค.ศ.1994-1996 จากการศึกษาพบว่าการอ่านข้อมูลบนฉลากโภชนาการสามารถลดการบริโภคน้ำตาลลงได้ (8)

จากการศึกษาที่ผ่านมาแสดงให้เห็นว่าผู้บริโภคเห็นถึงความสัมพันธ์ในการอ่านฉลากอาหารว่ามีความสำคัญในการเลือกสินค้าบริโภค และนอกจากนั้นยังแสดงให้เห็นว่าหลังจากอ่านข้อมูลบนฉลากมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคไปในแนวทางที่ดีขึ้น

ปัจจุบันพบว่าข้อมูลบนฉลากอาหารนั้นมีเพิ่มมากขึ้นแต่จะมีผู้บริโภคจำนวนน้อยที่สนใจอ่านข้อมูลดังกล่าว การอ่านข้อมูลบนฉลากโภชนาการนั้นเป็นประโยชน์แก่ผู้บริโภค ความหมายของการแสดงข้อมูลต่างๆ เหล่านั้น มาจากหน่วยงานที่รับผิดชอบที่ต้องการสื่อให้ผู้บริโภคทราบถึงสินค้าที่ได้มาตรฐานผ่านการรับรองแล้ว มีคุณค่า ประโยชน์ในแง่ของสารอาหารเฉพาะกลุ่มผู้บริโภค รวมไปถึงความปลอดภัยในการบริโภค แหล่งผลิตที่ได้มาตรฐาน เป็นต้น ซึ่งการสื่อถึง

ประโยชน์ดังกล่าวมาแล้วนั้นจะสามารถพบได้จากเครื่องหมาย หรือสัญลักษณ์ที่อยู่บนฉลากอาหาร ที่หลายคนอาจมองข้าม เนื่องจากไม่ทราบถึงความสำคัญ ความหมาย หรือไม่มีการโฆษณา ประชาสัมพันธ์เพื่อให้ผู้บริโภคได้ทราบและตระหนักถึงความสำคัญในการนำไปใช้เพื่อ ประกอบการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ซึ่งจากการศึกษาที่ผ่านมายังไม่มีการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับ เครื่องหมาย หรือสัญลักษณ์เหล่านั้นจึงทำให้ผู้วิจัยสนใจในการศึกษาการใช้ประโยชน์จากการอ่าน ข้อมูลบนฉลากอาหารและการรับรู้ในเครื่องหมาย หรือสัญลักษณ์ที่พบบนฉลากของหน่วยงาน ต่างๆเพื่อประกอบการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ของผู้บริโภค ทั้งนี้เพื่อเป็นประโยชน์แก่ประชาชน ในการกระตุ้นให้ตระหนักถึงความสำคัญในการอ่านข้อมูลบนฉลากอาหารก่อนการเลือกซื้อ ผลิตภัณฑ์อาหารอันนำไปสู่พฤติกรรมผู้บริโภคที่ดีช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรคเรื้อรังทาง หนึ่ง ซึ่งในปัจจุบันพบมากขึ้นดังที่ได้กล่าวไปแล้ว และเพื่อการปรับปรุงการให้ข้อมูลที่เป็น ประโยชน์บนฉลากอาหารรวมถึงการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหารแก่ ผู้บริโภคโดยหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ให้ผู้บริโภคได้ทราบ ถึงประโยชน์และความสำคัญของเครื่องหมายเหล่านั้น

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อสำรวจการรับรู้ และ ความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายและการใช้ประโยชน์จาก ข้อมูลบนฉลากอาหารที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้บริโภค อายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปที่มาใช้บริการในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลรามารัตนบุรี

1.2.2 วัตถุประสงค์เฉพาะ

1.2.2.1 เพื่อศึกษาการอ่านข้อมูลบนฉลากอาหาร ได้แก่ เครื่องหมายบนฉลาก ชื่อ ทางการค้า วันเดือนปีที่ผลิต วันเดือนปีที่หมดอายุ ส่วนประกอบ/ส่วนผสม ข้อมูลโภชนาการ ผู้ผลิต และการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

1.2.2.2 เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา รายได้ กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

1.2.2.3 เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างสภาวะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง และ

การเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วย กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

1.2.2.4 เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพกับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

1.2.2.5 เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร กับ พฤติกรรม การตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

1.2.2.6 เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

1.3 สมมติฐานการวิจัย

1.3.1 ปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

1.3.2 ข้อมูลสถานะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง และ การเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

1.3.3 พฤติกรรมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

1.3.4 การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

1.3.5 การรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

1.4 ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (survey) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้ของผู้บริโภคอายุ ตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปที่มาใช้บริการในหน่วยตรวจผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลราชวิถี ถึงการรับรู้ในเครื่องหมายและการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ทำการศึกษาในระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2550 ถึง เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551

1.5 คำจำกัดความ

1.5.1 ฉลากอาหาร หมายถึง กระดาษหรือสิ่งอื่นใดที่ทำให้ปรากฏข้อความ รูปภาพหรือสัญลักษณ์เกี่ยวกับรายละเอียดของสินค้า ซึ่งแสดงไว้ที่อาหาร ภาชนะบรรจุอาหาร หรือหีบห่อของภาชนะที่บรรจุอาหาร (7)

1.5.2 เครื่องหมาย หรือ สัญลักษณ์ (symbol) โดยพื้นฐานหมายถึง สิ่งที่ใช้แทนความหมายของอีกสิ่งหนึ่ง หรือถ้าจะกล่าวให้ลึกลงไปอีก สัญลักษณ์ หมายถึง วัตถุ อักษร รูปร่าง หรือสีสันทัน ซึ่งใช้ในการสื่อความหมายหรือแนวความคิดให้มนุษย์เข้าใจไปในทางเดียวกัน อาจจะเป็นรูปธรรมหรือนามธรรมได้ ในทางปรัชญามักมีคำนิยามว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในธรรมชาติ หรือแม้ในจักรวาลสามารถแทนได้ด้วยสัญลักษณ์ทั้งสิ้น สัญลักษณ์นั้นช่วยในการสื่อสาร อาจจะเป็นรูปภาพ การเขียนอักษร การออกเสียง หรือการทำท่าทาง ซึ่งช่วยให้ผู้ส่งสารและผู้รับสารเข้าใจตรงกันแม้จะพูดกันคนละภาษา แต่ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของทั้งสองฝ่ายว่า ผู้ส่งสารมีความสามารถใช้สัญลักษณ์ให้สื่อความหมายมากเพียงใด และผู้รับสารมีความเข้าใจในสัญลักษณ์ที่ใช้มากเพียงใด ดังนั้นภาษามือจึงจัดว่าเป็นสัญลักษณ์อย่างหนึ่งเช่นกัน (9)

1.5.3 ผู้รับบริการในหน่วยตรวจผู้ป่วยนอก หมายถึง ทั้งญาติและผู้ป่วยที่มารับบริการในทุกหน่วยตรวจผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลรามธิบดีที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปี ขึ้นไป

1.5.4 พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกของบุคคลในการกระทำหรืองดเว้นการกระทำในสิ่งที่มีผลต่อสุขภาพของตนเอง โดยอาศัยความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ และการปฏิบัติตนทางด้านสุขภาพด้านต่าง ๆ คือสุขภาพกาย จิตใจ/อารมณ์ และสังคม ที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างสมดุล ในงานวิจัยนี้จะศึกษาถึง การออกกำลังกาย การรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร การตรวจร่างกายประจำปี และ การรับประทานอาหารซึ่งในงานวิจัยแบ่งออกเป็น 17 ประเภท คือ ผัก ผลไม้ เนื้อวัว/หมูไม่ติดมัน ไข่/ เป็ดไม่ติดหนัง ข้าวขัดสี และผลิตภัณฑ์ เช่น กว๊ายเตี๋ย ปลา นม หรือผลิตภัณฑ์จากนม เช่น โยเกิร์ต กล้วยพีช เช่น ถั่ว และผลิตภัณฑ์ เนื้อสัตว์ติดมัน นม หรือ ผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์แปรรูป เช่น ไส้กรอก แฮม หมูยอ ข้าวไม่ขัดสี เช่น ข้าวกล้อง อาหารทะเล อาหารรสหวาน เช่น ขนมหวาน เบเกอรี่ อาหารคาวที่ใส่กะทิ ไข่ อาหารทอด เช่น หมู/ไก่ ทอดมัน กว๊ายแซก เครื่องในสัตว์ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป และ อาหารจานด่วน เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์

1.5.5 พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อ หมายถึง พฤติกรรมในมนุษย์ที่มีหลายกระบวนการรวมกันและมีผลซึ่งกันและกันทั้งจากทาง กระบวนการทางชีวเคมีในร่างกายคือ ความอยากอาหาร

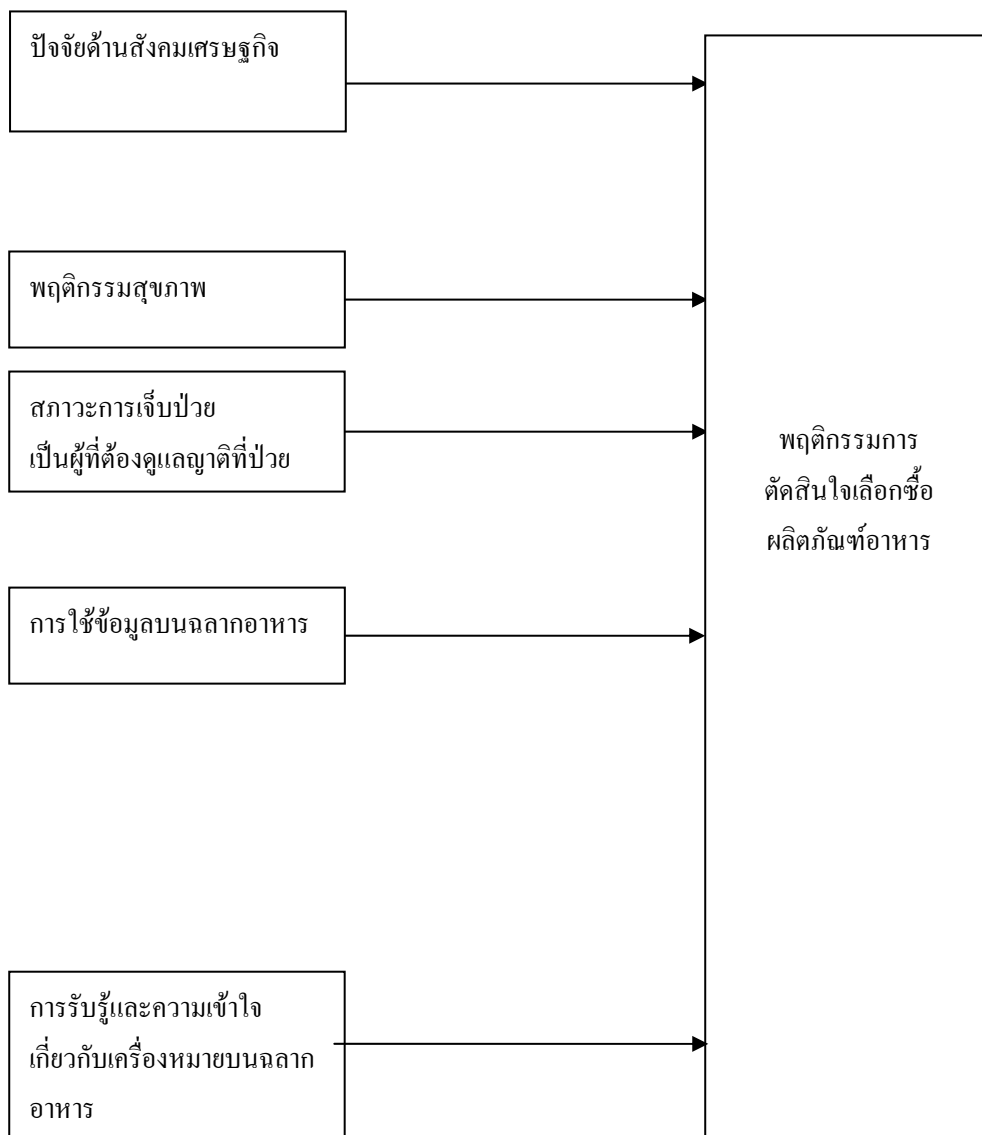
กลไกทางจิตคือ พฤติกรรมการกิน ทางสังคมและวัฒนธรรม ซึ่งส่งผลต่อ สาธารณสุข และการค้าที่เพิ่มทางเลือกต่อการบริโภคของประชาชน ซึ่งจะแสดงถึงกระบวนการทางความคิด การตัดสินใจ

1.5.6 ปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ หมายถึง เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษาและ รายได้

1.5.7 ข้อมูลบนฉลากอาหาร หมายถึง เครื่องหมายบนฉลาก ชื่อทางการค้า วันเดือนปีที่ผลิต วัน เดือน ปี ที่หมดอายุ ส่วนประกอบ/ส่วนผสม ข้อมูลโภชนาการ ผู้ผลิต และการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

1.5.8 ผู้ดูแลญาติที่ป่วย หมายถึง การเป็นผู้ที่ดูแลญาติที่ป่วยของครอบครัวเป็นหลัก

1.6 กรอบแนวความคิดในการวิจัย



บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาการรับรู้ถึงเครื่องหมายบนฉลากอาหารและการใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากอาหาร และพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารบริโภค ความสัมพันธ์ระหว่างการอ่านข้อมูลบนฉลากอาหาร กับการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้ที่มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลรามารับดี ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวความคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับฉลากอาหาร และฉลากโภชนาการ
2. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค
3. พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อ
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 ความรู้เกี่ยวกับฉลากอาหาร และฉลากโภชนาการ

2.1.1 ความหมายของฉลาก

ความหมายของ “ฉลาก” ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ. 2522 คำว่า “ฉลาก” ตามมาตรา 3 แห่งพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ. 2522 กำหนดให้หมายความถึง รูป รอยประดิษฐ์ กระจายหรือสิ่งอื่นใดที่ทำให้ปรากฏข้อความเกี่ยวกับสินค้าซึ่งแสดงไว้ที่สินค้า หรือภาชนะบรรจุ หรือหีบห่อบรรจุสินค้า และหมายความรวมถึงเอกสารหรือคู่มือสำหรับใช้ประกอบสินค้า ป้ายที่ติดตั้งหรือแสดงไว้ที่สินค้า หรือภาชนะบรรจุหรือหีบห่อบรรจุสินค้านั้น

ดังนั้น ข้อความที่ปรากฏในฉลาก กฎหมายจึงกำหนดให้ใช้ข้อความที่ตรงต่อความจริง และไม่มีข้อความที่อาจก่อให้เกิดความเข้าใจผิดในสาระสำคัญเกี่ยวกับสินค้า และให้ใช้ข้อความตามหลักเกณฑ์และเงื่อนไขที่คณะกรรมการว่าด้วยฉลากกำหนด โดยประกาศในราชกิจจานุเบกษา (10)

2.1.2 ความสำคัญของฉลากสินค้าต่อผู้บริโภค (11)

โดยทั่วไปฉลากผลิตภัณฑ์ อาหาร ยา เครื่องสำอาง และวัตถุอันตราย ที่จำหน่ายโดยตรงต่อผู้บริโภคจะต้องแสดงข้อความภาษาไทย และมีข้อมูลดังนี้ ชื่อสินค้า เครื่องหมายการค้า ประเภทของผลิตภัณฑ์ ส่วนประกอบ สรรพคุณ หรือประโยชน์ ขนาดบรรจุ วิธีใช้ คำเตือน วิธีเก็บรักษา ชื่อ ที่ตั้ง ผู้ผลิต ผู้แทนจำหน่าย วันที่ผลิต วันหมดอายุ วันที่ผลิตภัณฑ์คงมีคุณภาพ และราคา

นอกจากนี้ยังอาจมีข้อความ รูปภาพ สัญลักษณ์ อื่นๆ ประกอบ อยู่บนฉลาก เช่น

- 1) เครื่องหมาย “อย.” “มอก.” เครื่องหมายแสดงประเภทของวัตถุอันตราย
- 2) ภาพประกอบ
- 3) ตารางแสดงคุณค่าทางโภชนาการ

ข้อความต่างๆบนฉลากมีประโยชน์ให้ผู้บริโภคทราบข้อมูลดังนี้

- 1) ชื่อการค้าและเครื่องหมายการค้าเพื่อให้แน่ใจว่าเป็นผลิตภัณฑ์ที่ต้องการ
- 2) ประเภทผลิตภัณฑ์เพื่อพิจารณาว่าเป็นผลิตภัณฑ์ที่ถูกต้องกับความต้องการ
- 3) ส่วนประกอบ เพื่อพิจารณาว่าผลิตภัณฑ์มีส่วนประกอบที่ต้องการและใช้ในการเปรียบเทียบค่า และคุณภาพของผลิตภัณฑ์ประเภทเดียวกัน แต่จากผู้ผลิต ซึ่งอาจมีส่วนประกอบต่างกัน ทั้งชนิดและปริมาณ ทั้งยังสามารถช่วยให้ ผู้บริโภคหลีกเลี่ยงผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนประกอบ ทั้งชนิด และปริมาณที่ไม่ถูกใจผู้บริโภคได้ด้วย
- 4) สรรพคุณหรือประโยชน์ เพื่อพิจารณาว่าเป็นสรรพคุณ หรือประโยชน์ที่ตรงตามความต้องการ และเป็นสรรพคุณ หรือประโยชน์ ที่สอดคล้องกับส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์ ทั้งในส่วนของชนิดและปริมาณ
- 5) ขนาดบรรจุเพื่อการเปรียบเทียบระหว่างขนาดบรรจุกับราคาประกอบการตัดสินใจเลือกซื้อ
- 6) วิธีใช้เพื่อให้ผู้บริโภคได้ใช้ผลิตภัณฑ์อย่างถูกต้อง และได้รับประโยชน์จากผลิตภัณฑ์อย่างเต็มที่ และช่วยให้ผู้บริโภคสามารถหลีกเลี่ยงอันตราย ที่อาจเกิดขึ้นจากการใช้ผลิตภัณฑ์
- 7) คำเตือนเพื่อป้องกันอันตรายจากการบริโภค สำหรับผู้บริโภคบางรายที่มีข้อห้ามการใช้ผลิตภัณฑ์ และเพื่อป้องกันการบริโภคเกินปริมาณสมควร รวมทั้งการใช้ผิดวิธี
- 8) วิธีเก็บรักษาเพื่อรักษาคุณภาพของผลิตภัณฑ์ให้คงอยู่ตามเวลาที่กำหนด และป้องกันอันตรายอาจเกิดจากการเก็บผลิตภัณฑ์ที่ไม่ถูกต้องตามหลักวิชาการ

9) ชื่อ ที่ตั้ง ผู้ผลิต ผู้แทนจำหน่ายเพื่อความมั่นใจว่าผลิตภัณฑ์นั้นมีผู้รับผิดชอบในการผลิต จำหน่าย และรับผิดชอบในการผลิต ส่วนประกอบที่ระบุไว้ที่ฉลาก และยังช่วยในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์จากผู้ผลิตที่เชื่อถือได้

10) วันที่ผลิต วันหมดอายุ และวันที่ ผลิตภัณฑ์คงมีคุณภาพเพื่อให้ผู้บริโภคได้ซื้อผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพ

11) ราคาเพื่อความประหยัดในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ เมื่อเปรียบเทียบกับส่วนประกอบ

12) เครื่องหมาย “อย” “มอก” เพื่อเป็นข้อมูลว่าผลิตภัณฑ์มีคุณภาพ หรือมีข้อความบนฉลาก ที่ได้รับการรับรองจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา หรือสำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม ในระดับหนึ่ง (ขึ้นกับประเภทของผลิตภัณฑ์ และลักษณะรายละเอียดของเครื่องหมาย)

13) ตารางแสดงคุณค่าทางโภชนาการเพื่อเป็นข้อมูลให้ทราบว่า ผลิตภัณฑ์มีสารอาหารชนิดใด ปริมาณเท่าใด เหมาะสมตามความต้องการสารอาหารของผู้บริโภคหรือไม่

ฉลากสินค้ามีความสำคัญมากทั้งผู้ผลิต ผู้บริโภคและหน่วยงานราชการที่ควบคุมสินค้าในเรื่องความสำคัญของฉลากนั้นสรุปได้ดังนี้

- ฉลากสินค้ามีความสำคัญมากในการช่วยเหลือผู้บริโภคเพื่อพิจารณา ตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร เพื่อให้ตรงกับวัตถุประสงค์ในการใช้สอย เพราะฉลากจะมีข้อมูลเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สินค้า ซึ่งผู้บริโภคจะสามารถอ่านทำความเข้าใจเพื่อนำมาประกอบการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ให้ตรงกับความต้องการ

- ฉลากสินค้าจะช่วยให้หน่วยงานราชการและผู้บริโภคควบคุมและตรวจสอบคุณภาพสินค้าบางประเภทได้ โดยเฉพาะสินค้าที่เสื่อมอายุเมื่อเก็บรักษาไว้ระยะหนึ่ง ถ้าในฉลากระบุชื่อผู้ผลิต วันที่ผลิต และวันกำหนดอายุของสินค้านั้นไว้ จะมีส่วนช่วยให้หน่วยงานราชการและผู้บริโภคสามารถควบคุม ตรวจสอบ หรือหลีกเลี่ยงไม่ใช้สินค้าที่หมดอายุแล้วนั้นได้

- ฉลากสินค้าช่วยผู้ผลิตสินค้าในด้านส่งเสริมการจำหน่าย เพราะฉลากสินค้าจะช่วยโฆษณาคุณภาพสินค้าให้ผู้บริโภคเกิดความต้องการสินค้านั้น นอกจากนี้สินค้าที่ระบุชื่อผู้ผลิต และวันหมดอายุจะช่วยให้ผู้ผลิตตามเก็บสินค้าได้ถูกต้อง การขายสินค้าที่หมดอายุหรือเสื่อมคุณภาพแล้วอาจเกิดอันตรายขึ้น ผู้ผลิตอาจต้องชดเชยค่าเสียหายอีกด้วย (12)

2.1.3 รูปแบบฉลากอาหารในประเทศไทย

ตามพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2522 ได้แบ่งอาหารที่มีในท้องตลาดออกเป็น 4 ประเภทคือ

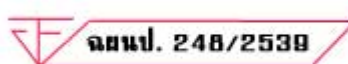
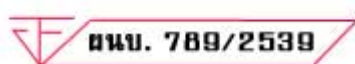
2.1.3.1 อาหารควบคุมเฉพาะ มีการระบุมาตรฐานทั้งในแง่ความปลอดภัยและคุณภาพที่สำคัญของผลิตภัณฑ์ และบางครั้งแสดงคุณค่าทางโภชนาการไว้ เช่น อาหารกระป๋อง นม และผลิตภัณฑ์ ฯลฯ

2.1.3.2 อาหารกำหนดคุณภาพหรือมาตรฐาน มีข้อกำหนดที่หลวมกว่าอาหารควบคุมเฉพาะ มี 7 ชนิด เช่น ไข่เยี่ยวม้า อาหารที่มีสารปนเปื้อน ฯลฯ

2.1.3.3 อาหารที่ห้ามผลิต นำเข้า หรือห้ามจำหน่าย

2.1.3.4 อาหารทั่วไป ระบุว่าเป็นอาหารที่ต้องไม่มีสิ่งที่เป็นพิษต่อผู้บริโภคอาหารประเภทที่ 1, 2 และบางส่วนของประเภทที่ 4 มีการกำหนดว่าต้องมีฉลากที่ได้รับอนุญาตจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งต้องมีข้อมูลดังต่อไปนี้

- เครื่องหมายทะเบียนหรือเลขอนุญาตใช้ฉลากอาหาร แสดงตามแบบที่กำหนด โดยสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา อันประกอบด้วยอักษร อย. ซึ่งเป็นคำย่อของคณะกรรมการอาหารและยาคิดกับแถบซึ่งภายในมีตัวอักษรรหัสที่มีความหมายถึงสถานภาพของสถานที่ผลิตและประเภทของอาหาร



รูปที่ 1 ตัวอย่างเครื่องหมาย อย. (16)

ตัวอย่างเช่น ในกรณีของอาหารควบคุมเฉพาะ อักษร “ผ”

หมายถึง ผลิตในประเทศ (สถานที่ผลิตเข้าข่ายเป็นโรงงานอุตสาหกรรม) อักษร “ณผ” หมายถึง ฉลากผลิต (ผลิตจากผู้ผลิตในประเทศที่ไม่เข้าข่ายโรงงานอุตสาหกรรม) อักษร “ส” หมายถึง อาหารที่นำเข้าหรือสั่งเข้ามาในประเทศ (ผลิตจากต่างประเทศ) ในความหมาย “เข้าข่ายโรงงานอุตสาหกรรม” คือ มีเครื่องจักรตั้งแต่ 5 แรงม้าหรือ 7 คนงานขึ้นไป ส่วนอักษรตัวหรือชุดถัดไปหมายถึงประเภทอาหาร เช่น “นป” หมายถึง น้ำปลา, “ซ” หมายถึง น้ำส้มสายชู, “ช” หมายถึง ซอสและซีอิ๊ว เป็นต้นเมื่อนำมาประกอบเป็นอักษรชุดแรกก็ทำให้ได้ความหมายลึกลงไป

อีก เช่น “ผข” หมายถึง น้ำส้มสายชูที่ผลิตในประเทศโดยผู้ผลิตที่เข้าข่ายโรงงานอุตสาหกรรม หรือ “ฉปนป” หมายถึง น้ำปลาที่ผลิตโดยผู้ผลิตในประเทศที่ไม่เข้าข่ายโรงงานอุตสาหกรรม

ในกรณีของอาหารประเภทกำหนดคุณภาพหรือมาตรฐาน และอาหารประเภททั่วไปที่ต้องมีฉลาก จะใช้ “ฉผ” นำหน้าทั้งหมด ส่วนตัวเลขที่ปรากฏในแถบคือเลขทะเบียนและปีที่ได้รับอนุมัติการขึ้นทะเบียน ในปี พ.ศ. 2536 กระทรวงสาธารณสุขอนุญาตให้โรงงานผลิตอาหารหลายประเภทในต่างจังหวัด สามารถขึ้นทะเบียนที่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดของตนได้ ดังนั้น ฉลากที่ขึ้นทะเบียนภายหลังปีดังกล่าวอาจมีชื่อย่อจังหวัดนำหน้าอักษรรหัส นอกจากนี้ยังอนุโลมให้ใช้เลขท้ายปีที่ขึ้นทะเบียนได้ แทนของเดิมที่ต้องระบุให้ครบถ้วน

- น้ำหนักสุทธิหรือปริมาตรสุทธิ คือ น้ำหนักหรือปริมาตรของอาหารที่ไม่รวมภาชนะบรรจุในบางกรณี เช่น ผลไม้กระป๋อง เนื้อกระป๋อง มักระบุน้ำหนักสุทธิ (net weight) และน้ำหนักเนื้ออาหาร (drained weight) ซึ่งเป็นน้ำหนักของอาหาร ส่วนที่เป็นเนื้อหรือของแข็งซึ่งต้องกรองเอาส่วนที่เป็นของเหลวแยกออกแล้ว จึงชั่งน้ำหนัก ซึ่งตามกฎหมายน้ำหนักเหล่านี้ต้องระบุหน่วยเป็นเมตริก

- ชื่ออาหารภาษาไทย ต้องระบุไว้โดยอักษรเดียวกัน โดยทั่วไปมี 2 ส่วน คือ

(ก) ชื่อที่กฎหมายกำหนดให้เรียกผลิตภัณฑ์นั้น เช่น บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป

(ข) ชื่อการค้า

- ส่วนประกอบที่สำคัญโดยประมาณ ต้องระบุปริมาณเป็นร้อยละของน้ำหนัก และเรียงจากปริมาณมากไปหาปริมาณน้อย

- ระบุส่วนประกอบบางประเภทหากมีการเติมลงไป เช่น การเจือสี การใช้ผงชูรส การใช้วัตถุกันเสีย การแต่งรส การแต่งกลิ่น เป็นต้น สารเคมีหลายอย่างที่ใช้เติมลงในอาหารอาจเป็นอันตรายหรือก่อให้เกิดอาการแพ้ในกลุ่มผู้บริโภคบางกลุ่ม จึงเป็นสิทธิอันชอบธรรมของผู้บริโภคที่ต้องรู้ว่าการเติมสารดังกล่าวลงในอาหาร

- ระบุวันที่ผลิต หรือวันหมดอายุ ซึ่งตามปกติแล้วอาหารที่มีอายุการเก็บสั้น เช่น นมสดพาสเจอร์ไรส์ นมเปรี้ยว มักระบุวันที่หมดอายุ ส่วนอาหารที่มีอายุการเก็บที่ยาวนาน เช่น อาหารกระป๋อง มักระบุวันที่ผลิต

- ชื่อผู้ผลิตพร้อมที่อยู่

- คำแนะนำในการเก็บรักษา โดยเฉพาะในผลิตภัณฑ์ที่จำเป็นต้องเก็บ

ในสภาพความเย็น

- คำแนะนำในการเตรียมเพื่อบริโภค (1)

2.1.4 ประเภทของฉลากอาหาร แบ่งเป็น 4 ประเภท ได้แก่ (13)

2.1.4.1 ฉลากอาหารที่จำหน่ายโดยตรงต่อผู้บริโภคต้องมีข้อความภาษาไทย แต่จะมีภาษาต่างประเทศด้วยก็ได้ และจะต้องมีข้อความแสดงรายละเอียดดังต่อไปนี้ (เว้นแต่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาขกเว้นให้ไม่ต้องระบุข้อความหนึ่งข้อความใด) คือ

- 1) ชื่ออาหาร
- 2) เลขทะเบียนตำรับอาหาร สำหรับอาหารที่ต้องขึ้นทะเบียนตำรับอาหาร หรือ เลขที่อนุญาตให้ใช้ฉลากอาหาร สำหรับอาหารที่ต้องขออนุญาตให้ใช้ฉลากอาหาร
- 3) ชื่อและที่ตั้งของผู้ผลิตหรือแบ่งบรรจุเพื่อจำหน่าย หรือ แสดงสำนักงานใหญ่ก็ได้ ในกรณีนำเข้าให้แสดงประเทศผู้ผลิตด้วย
- 4) ปริมาณสุทธิของอาหารเป็นระบบเมตริก โดย
 - อาหารที่เป็นผงหรือแห้งหรือก้อน ให้แสดงน้ำหนักสุทธิ
 - อาหารที่เป็นของเหลวให้แสดงปริมาตรสุทธิ
 - อาหารที่มีลักษณะครึ่งแข็ง ครึ่งเหลว อาจแสดงเป็นน้ำหนักสุทธิ หรือปริมาตรสุทธิก็ได้
 - อื่นๆ แสดงเป็นน้ำหนักสุทธิ

ในกรณีที่เป็นอาหารที่บรรจุในภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท นอกจากต้องแสดงปริมาณสุทธิแล้ว จะต้องแสดงน้ำหนักเนื้ออาหาร (drained weight) ด้วย เว้นแต่อาหารที่ไม่อาจแยกเนื้ออาหารออกจากน้ำได้

5) ส่วนประกอบที่สำคัญเป็นร้อยละของน้ำหนักโดยประมาณให้แสดงเรียงจากปริมาณมากไปหาน้อย กรณีที่เป็นอาหารที่ต้องเจือจางหรือทำละลายก่อนบริโภค ให้แสดงส่วนประกอบที่สำคัญดังกล่าวเมื่อเจือจางหรือทำละลายตามวิธีปรุงเพื่อรับประทานตามที่แจ้งไว้บนฉลาก

6) การแสดง (วัน) เดือนปีที่ผลิต วันเดือนปีที่หมดอายุการใช้ หรือวันเดือนปีที่อาหารยังมีคุณภาพหรือมาตรฐานดี โดยมีข้อความว่า “ผลิต” “หมดอายุ” หรือ “ควรบริโภคก่อน” กำกับไว้ด้วย แล้วแต่กรณีดังต่อไปนี้

- อาหารที่เก็บไว้ได้ไม่เกิน 90 วัน ให้แสดง วันเดือนปีที่ผลิต หรือหมดอายุ หรือวันเดือนปีที่อาหารยังมีคุณภาพหรือมาตรฐานดี
- อาหารที่เก็บไว้ได้เกิน 90 วัน ให้แสดง เดือนปีที่ผลิต หรือวัน เดือนปีที่ หมดอายุการใช้ หรือวันเดือนปีที่อาหารยังมีคุณภาพหรือมาตรฐานดี

- สำหรับอาหารที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารกำหนดให้แสดงวันเดือนปีที่หมดอายุการใช้ เช่น อาหารทารก นมพาสเจอร์ไรส์ นมเปรี้ยว เป็นต้น

- 7) คำแนะนำในการเก็บรักษา ถ้ามี
- 8) วิธีปรุงเพื่อรับประทาน ถ้ามี
- 9) ข้อความว่า “ใช้วัตถุดิบเสีย” ถ้ามีการใช้
- 10) ข้อความว่า “เจือสีธรรมชาติ” หรือ “เจือสีสังเคราะห์” ถ้ามีการใช้แล้วแต่กรณี
- 11) ข้อความว่า “ใช้วัตถุดิบปรุงแต่งรสอาหาร” และระบุชนิดของวัตถุดิบปรุงแต่งรสอาหารที่ใช้ไว้ในวงเล็บกำกับข้อความดังกล่าวด้วย

12) วิธีการใช้และข้อความที่จำเป็นสำหรับอาหารที่มุ่งหมายจะใช้กับทารกหรือเด็กอ่อน หรือบุคคลกลุ่มใดไว้โดยเฉพาะ

13) ข้อความว่า “แต่งกลิ่นธรรมชาติ” “แต่งกลิ่นเลียนแบบธรรมชาติ” “แต่งกลิ่นสังเคราะห์” “แต่งรสธรรมชาติ” หรือ “แต่งรสเลียนแบบธรรมชาติ” ถ้ามีการใช้แล้วแต่กรณี

14) ข้อความที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กำหนดให้ต้องมีสำหรับอาหารที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาประกาศกำหนด เช่น นมผงขาดมันเนย ต้องแสดงคำว่า “อย่าใช้เลี้ยงทารก” น้ำมันดิบ แสดงคำว่า “ห้ามรับประทาน” เป็นต้น

การแสดงชื่ออาหาร และปริมาณสุทธิ ให้แสดงไว้ส่วนที่สำคัญของฉลาก (Principal Display Panel) และวันเดือนปีที่ผลิตหรือหมดอายุ หรือควรบริโภคก่อนนั้นจะแสดงไว้ที่ส่วนสำคัญของฉลาก หรือด้านบนหรือด้านล่างของภาชนะบรรจุก็ได้ แต่ถ้าแสดงไว้ที่ด้านล่างของภาชนะบรรจุต้องมีข้อความที่ฉลากว่า จะดูวันเดือนปีที่ผลิตหรือหมดอายุหรือควรบริโภคก่อนได้ที่ใด

2.1.4.2 ฉลากอาหารที่จำหน่ายให้ผู้ปรุงหรือผู้จำหน่ายอาหารให้แสดงฉลากเหมือนฉลากอาหารที่จำหน่ายโดยตรงต่อผู้บริโภค เว้นแต่ในกรณีที่คู่มือหรือเอกสารประกอบที่แสดงรายละเอียดเกี่ยวกับส่วนประกอบ คำแนะนำในการเก็บรักษา วิธีปรุงเพื่อรับประทาน “วัตถุดิบเสีย” (ถ้ามี) “ใช้วัตถุดิบปรุงแต่งรสอาหาร” (ถ้ามีการใช้) “เจือสี.....” (ถ้ามีการใช้) “แต่งกลิ่น.....” (ถ้ามีการใช้) วิธีการใช้และข้อความที่กำหนดให้แสดงอยู่แล้ว ก็ให้แสดงที่ฉลากเพียงชื่ออาหาร เลขทะเบียนคำรับอาหารหรือเลขที่อนุญาตให้ใช้ฉลากอาหาร แล้วแต่กรณี ชื่อและที่ตั้งของผู้ผลิต ปริมาณสุทธิ และ (วัน) เดือนปีที่ผลิต หรือวันเดือนปีที่หมดอายุการใช้ หรือควรบริโภคก่อน ก็ได้

2.1.4.3 ฉลากอาหารที่จำหน่ายเป็นวัตถุดิบให้โรงงานผลิตอาหาร ต้องมีข้อความ เป็นภาษาไทย แต่อาหารที่นำเข้าอาจแสดงเป็นภาษาอังกฤษก็ได้อย่างน้อยต้องมีข้อความดังต่อไปนี้

- 1) ชื่อและประเภทหรือชนิดของอาหาร
- 2) เลขทะเบียนคำรับอาหาร สำหรับอาหารที่ต้องขึ้นทะเบียนคำรับอาหาร

หรือ เลขที่อนุญาตให้ใช้ฉลากอาหาร สำหรับอาหารที่ต้องขออนุญาตให้ใช้ฉลากอาหาร

3) ปริมาณสุทธิของอาหารเป็นระบบเมตริก

4) ชื่อผู้ผลิตและประเทศที่ผลิต

2.1.4.4 ฉลากอาหารที่ผลิตเพื่อส่งออก ให้แสดงข้อความภาษาใดก็ได้ แต่อย่างน้อย ต้องมีข้อความดังต่อไปนี้

1) ชื่ออาหารในทางการค้า

2) เลขทะเบียนตำรับอาหาร สำหรับอาหารที่ต้องขึ้นทะเบียนตำรับอาหาร

หรือเลขที่อนุญาตให้ใช้ฉลากอาหาร สำหรับอาหารที่ต้องขออนุญาตใช้ฉลากอาหาร

3) ปริมาณสุทธิ

4) ข้อความ “ผลิตในประเทศไทย”

2.1.5 ข้อกำหนดเกี่ยวกับฉลากอาหาร

2.1.5.1 ในการจัดกลุ่มของอาหารที่ต้องมีฉลากต้องส่งมอบให้สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาตรวจอนุญาตให้ใช้ก่อนนำไปใช้

2.1.5.2 ฉลากอาหารที่ได้รับอนุญาตให้ใช้แล้ว ต้องแสดงเครื่องหมายการได้รับอนุญาตตามแบบที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยากำหนดไว้ที่ฉลาก

2.1.5.3 ฉลากอาหารต้องปิด ดิด หรือแสดงไว้ในที่เปิดเผยที่ภาชนะบรรจุ และ / หรือหีบห่อของภาชนะบรรจุอาหาร และมองเห็นได้ชัดเจน

2.1.5.4 ฉลากอาหารต้องไม่มีข้อความ รูป รูปภาพ รอยประดิษฐ์ หรือเครื่องหมายที่แนะนำผลิตภัณฑ์ชนิดอื่น ไม่ว่าโดยทางตรงหรือทางอ้อมซึ่งอาจทำให้เข้าใจผิดเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เหล่านั้นกับอาหาร

2.1.5.5 ฉลากอาหารที่มีข้อความ รูป รูปภาพ รอยประดิษฐ์ หรือเครื่องหมายไม่ว่าจะเป็นภาษาใดที่ปรากฏในฉลากต้อง

1) ไม่เป็นเท็จหรือหลอกลวงให้เกิดความหลงเชื่อโดยไม่สมควร หรือไม่ทำให้เข้าใจผิดในสาระสำคัญ

2) ไม่แสดงถึงชื่ออาหาร ส่วนประกอบของอาหาร อัตราส่วนของอาหาร ปริมาณของอาหาร หรือแสดงถึงสรรพคุณของอาหารอันเป็นเท็จ หรือเป็นการหลอกลวงให้เกิดความหลงเชื่อ

3) ไม่ทำให้เข้าใจว่ามีวัตถุตามข้อความ ชื่อ รูป รูปภาพ รอยประดิษฐ์ หรือเครื่องหมายดังกล่าวผสมอยู่ในอาหาร โดยไม่มีวัตถุนั้นผสมอยู่ หรือมีผสมอยู่ในปริมาณที่ไม่อาจแสดงสรรพคุณได้

2.1.5.6 ข้อความในฉลากต้องมีลักษณะเห็นได้ชัดเจนและอ่านได้ง่าย

2.1.5.7 การแสดงสีของพื้นฉลากและสีของข้อความในฉลากต้องใช้สีที่ตัดกัน ซึ่งทำให้ข้อความที่ระบุอ่านได้ชัดเจน ขนาดของตัวอักษรหรือบริเวณพื้นที่ในฉลากที่ระบุข้อความนั้นต้องมีขนาดตัวอักษรสัมพันธ์กับขนาดของพื้นที่ฉลาก เว้นแต่ข้อความดังต่อไปนี้ ต้องมีขนาดตัวอักษร ตำแหน่ง และแบบตามที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยากำหนด

2.1.5.8 เลขทะเบียนคำรับอาหาร

2.1.5.9 ข้อความที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยากำหนดให้ต้องมีสำหรับอาหารที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาประกาศกำหนด

2.1.5.10 เครื่องหมายการได้รับอนุญาตให้ใช้ฉลาก



รูปที่ 2 ตัวอย่างฉลากอาหารในไทย (11)

2.1.6 ฉลากโภชนาการ

การแสดงฉลากโภชนาการคือ การแสดงข้อมูลโภชนาการของอาหารนั้นๆ บนฉลากในรูปของชนิด และปริมาณของสารอาหารโดยอยู่ภายใต้กรอบที่มีรูปแบบเดียวกันซึ่งเรียกว่า กรอบข้อมูลโภชนาการ นอกจากนั้น ยังรวมถึงการใช้ข้อความกล่าวอ้างทางโภชนาการ เช่น โปรตีนสูง เสริมวิตามินซี (4) ซึ่งนอกจากจะรวมถึงการแสดงสารอาหารในรูปของจำนวนแล้ว ยังรวมถึงการแสดงข้อความที่สื่อความหมายในการกล่าวอ้างเกี่ยวกับปริมาณ เช่น “มาก” “เป็นแหล่งของ” “ปราศจาก” หรือกล่าวอ้างคุณประโยชน์ที่เกี่ยวกับโภชนาการหรือร่างกายอีกด้วย การแสดงคุณค่าทางโภชนาการนั้นเป็นการแสดงเพิ่มเติมจากข้อบังคับการแสดงฉลากซึ่งผลิตภัณฑ์อาหารทุกชนิดจะต้องแสดงอยู่แล้ว เช่น ชื่อ ที่อยู่ของผู้ผลิต ชื่ออาหาร น้ำหนักสุทธิ วันเดือนปีที่หมดอายุ ทั้งนี้ เพื่อให้ผู้บริโภคมีข้อมูลที่จะสามารถใช้ในการเลือกบริโภคอย่างเหมาะสมกับความต้องการทางโภชนาการของตนได้นั่นเอง

ในส่วนของฉลากโภชนาการในระดับโลกนั้น จากการประชุมสมัชชาระหว่างประเทศว่าด้วยโภชนาการหรือ International Conference on Nutrition (ICN) ที่กรุงโรม ประเทศอิตาลี ธันวาคม พ.ศ. 2535 ประเทศไทยได้ร่วมกับประเทศต่างๆ อีก 158 ประเทศ ในการจัดทำและให้สัตยาบันต่อปฏิญญาโลกว่าด้วยโภชนาการและแผนปฏิบัติการด้านโภชนาการโลก (World Declaration and Plan of Action for Nutrition) ซึ่ง plan of action นี้ครอบคลุมนอกจากในเรื่องของการจัดให้มีปริมาณอาหารเพียงพอในการบริโภค (food security) และเรื่องความปลอดภัยของอาหารแล้ว ยังระบุอย่างชัดเจนในเรื่องของคุณค่าทางโภชนาการของอาหารด้วย โดยเรียกร้องให้แต่ละประเทศเพิ่มเป้าหมายด้านโภชนาการเข้าไว้ให้ชัดเจนในหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับอาหาร ซึ่งในรายละเอียดนั้นมีหลายประการรวมถึงการให้มีการป้องกันและควบคุมภาวะขาดสารอาหารชนิดที่ร่างกายต้องการในปริมาณเล็กน้อย (micronutrients) ต่างๆ และโรคเรื้อรังที่สัมพันธ์กับอาหาร โดยให้มีการประเมินสถานการณ์และศึกษาโรคภัยไข้เจ็บในประเทศ และในการแก้ไขให้พยายามผสมผสานมาตรการต่างๆ เช่น การกินอาหารให้หลากหลาย การถนอมอาหาร การเสริมสารอาหารในอาหารที่บริโภคตามปกติ เช่น อาหารสำเร็จรูปและเครื่องปรุงต่างๆ โดยมีกฎระเบียบที่เหมาะสมหรือการปรับเปลี่ยนบริโภคนิสัยให้ถูกต้อง และที่สำคัญก็คือให้มีการดำเนินการสนับสนุนให้มีการกระจายข้อมูลและคำแนะนำในการบริโภคแก่ประชาชน โดยผ่านสื่อมวลชนและแนวทางอื่นที่เหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการจัดให้มีการแสดงคุณค่าทางโภชนาการบนฉลากอาหาร (nutrition labeling) ซึ่งจะช่วยให้แต่ละคนหรือครอบครัวสามารถใช้ข้อมูลประกอบในการเลือกอาหารที่มีคุณค่าได้

สำหรับโครงการมาตรฐานอาหารระหว่างประเทศ (Joint FAO/WHO Food Standard Program) หรือ Codex นั้น ได้มีการจัดทำแนวทางในการกำหนดให้มีการแสดงฉลากโภชนาการหรือ Codex Guidelines on Nutrition Labeling ไว้ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2528 และปรับปรุงแก้ไขเมื่อ พ.ศ. 2536 โดยมีได้จัดทำฉลากโภชนาการมาตรฐานแต่อย่างใด เนื่องจาก Codex ตระหนักดีว่าสถานะทางโภชนาการของประชากรในแต่ละประเทศนั้นมีความแตกต่างกัน ดังนั้น การแสดงฉลากโภชนาการของแต่ละประเทศเพื่อที่จะแก้ไขปัญหาทางโภชนาการของแต่ละประเทศ จึงจำเป็นต้องพิจารณากำหนดขึ้นเป็นการเฉพาะสำหรับประเทศนั้นๆ เอง สำหรับประชาคมยุโรปก็มีข้อกำหนดไว้กว้างๆ เช่นกัน

ประเทศที่จัดว่ามีความก้าวหน้ามากที่สุดในการจัดให้มีการแสดงคุณค่าทางโภชนาการบนฉลากของอาหารก็คือ สหรัฐฯ ซึ่งได้มีการออกกฎหมายขึ้นใหม่เป็นการเฉพาะสำหรับเรื่องนี้คือกฎหมาย Nutrition Labeling and Education Act of 1990 หรือเรียกว่า NLEA เมื่อปี พ.ศ. 2533 โดยมีผลบังคับให้อาหารเกือบทุกชนิดที่วางจำหน่ายในสหรัฐฯ ต้องมีฉลากโภชนาการตั้งแต่เดือนสิงหาคม พ.ศ. 2537 ที่ผ่านมา โดยกำหนดข้อยกเว้นไว้เพียงบางกลุ่มเท่านั้น

สำหรับประเทศไทย แผนงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านอาหารและโภชนาการแห่งชาติในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535-2539) ได้กำหนดมาตรการหนึ่งไว้อย่างชัดเจนในการคุ้มครองผู้บริโภคด้านอาหารและโภชนาการ ก็คือ “การดำเนินการให้มีการระบุส่วนประกอบและคุณค่าทางโภชนาการที่สำคัญในผลิตภัณฑ์อาหารควบคู่ไปกับการเผยแพร่ความรู้แก่ประชาชน” ทั้งนี้ก็เพื่อให้ประชาชนเลือกซื้ออาหารได้คุ้มค่างบราคากำหนดให้มีการระบุส่วนประกอบและคุณค่าทางโภชนาการที่สำคัญตามความเหมาะสมนั่นเอง ดังนั้นเมื่อประเทศไทยได้เป็นประเทศหนึ่งที่ได้สัตยาบันต่อปฏิญญาโลกว่าด้วยโภชนาการและแผนปฏิบัติการด้านโภชนาการโลก ในปลายปี พ.ศ. 2535 ซึ่งอยู่ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 นี้จึงนับว่าเป็นการสอดคล้องเหมาะสมอย่างยิ่งที่จะดำเนินการไปตามแผนและในขณะเดียวกันตามปฏิญญาในเรื่องของการจัดให้มีการแสดงคุณค่าทางโภชนาการบนฉลากของอาหารบนฉลากของอาหารที่จำหน่ายในประเทศไทย

หลักเกณฑ์ในการแสดงฉลากโภชนาการของ Codex (Codex Guidelines on Nutrition Labeling) ในปี พ.ศ. 2528 Codex ได้จัดทำหลักเกณฑ์ในการแสดงฉลากโภชนาการขึ้น และได้ทำการแก้ไขปรับปรุงใหม่ในปี พ.ศ. 2536 ให้ชื่อว่า “Guidelines on Nutrition Labeling” (CAL/GL 2-1985 (Rev. 1-1993)) โดยเนื้อหาสาระแล้ว Codex มิได้จัดทำเป็นข้อกำหนดการแสดงฉลากโภชนาการมาตรฐานเพื่อให้ประเทศต่าง ๆ นำไปประกาศใช้แต่อย่างใด แต่ได้จัดทำเป็นแนวทาง แนวความคิด เพื่อให้ประเทศต่าง ๆ ได้ศึกษาประกอบการจัดทำข้อกำหนดการแสดงฉลาก

โภชนาการของประเทศของตน ทั้งนี้โดยทำการผนวกกับข้อมูลปัญหาทางโภชนาการซึ่งเกิดขึ้นอยู่ในแต่ละประเทศนั้นๆ เพื่อให้ฉลากโภชนาการมีประโยชน์สำหรับแต่ละประเทศนั้นอย่างแท้จริง

2.1.6.1 วัตถุประสงค์ของหลักเกณฑ์

1) เพื่อให้มั่นใจว่าข้อกำหนดการแสดงผลฉลากโภชนาการที่กำหนดขึ้นนั้นจะได้ผลมี ประสิทธิภาพในการ

- ให้ข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับอาหารนั้นแก่ผู้บริโภค เพื่อให้สามารถประกอบการตัดสินใจอย่างถูกต้อง
- ให้แนวทางหรือให้กลวิธีในการส่งผ่านข้อมูลเกี่ยวกับปริมาณสารอาหารของอาหารนั้นไปสู่ผู้บริโภคโดยใช้ฉลาก
- กระตุ้นส่งเสริมให้มีการใช้หลักการของโภชนาการที่ดีในการปรับสร้างสูตรอาหาร ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพอนามัยโดยรวมของประชาชน
- ให้แนวทางหากจะมีการแสดงข้อมูลเกี่ยวกับ โภชนาการเพิ่มเติม

(supplementary nutrition information) บนฉลาก

2) เพื่อให้มั่นใจว่าการแสดงผลฉลากโภชนาการจะไม่สื่อหรือให้ข้อมูลเกี่ยวกับอาหารนั้นในลักษณะเป็นความเท็จ ทำให้เข้าใจผิด หลอกลวง หรือให้ข้อมูลให้เข้าใจว่ามีสารอาหารทั้งที่จริงแล้วมีแต่เป็นปริมาณที่น้อยมาก ไม่ว่าในลักษณะใดก็ตาม

3) เพื่อให้มั่นใจว่าหากมีการอวดอ้างเกี่ยวกับโภชนาการแล้ว จะต้องมีการแสดงผลฉลากโภชนาการพร้อมกันไปด้วย (14)

2.1.6.2 หลักการของการแสดงผลฉลากโภชนาการ

1) การแสดงชนิดและปริมาณของสารอาหาร (nutrient declaration) ข้อมูลที่ให้ควรจะให้โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้บริโภคได้รับข้อมูลเกี่ยวกับชนิดและปริมาณของสารอาหารต่างๆ ที่มีคุณค่าทางโภชนาการซึ่งมีอยู่ในอาหารนั้นๆ การแสดงข้อมูลเหล่านี้ไม่ควรจะมีลักษณะที่ทำให้ผู้บริโภคเข้าใจหรือเชื่อว่า การจะมีหรือรักษาให้สุขภาพดีนั้นต้องได้จากการรับประทานอาหารในปริมาณที่ควรบริโภคซึ่งกำหนดไว้เป็นค่าใดค่าหนึ่ง แต่ควรจะมีเพียงให้ผู้บริโภคทราบถึงปริมาณสารอาหารต่างๆ ที่มีในอาหารนั้นเท่านั้น

2) ข้อมูลเกี่ยวกับโภชนาการเพิ่มเติม (supplementary nutrition information)

ข้อมูลเกี่ยวกับโภชนาการเพิ่มเติมนี้จะประกอบด้วยข้อมูลใดบ้างขึ้นอยู่กับแต่ละประเทศและแต่ละกลุ่มประชาชนเป้าหมายย่อยในแต่ละประเทศนั้น ซึ่งก็ขึ้นอยู่กับนโยบาย การศึกษาของประเทศและความต้องการทางโภชนาการของแต่ละกลุ่มย่อยเป็นสำคัญ

3) การแสดงฉลากโภชนาการ (nutrition labeling) การแสดงฉลากโภชนาการจะต้องไม่มีการสื่อให้เข้าใจว่า อาหารที่มีการแสดงฉลากโภชนาการมีคุณค่าทางโภชนาการดีกว่าอาหารที่ไม่มีการแสดงฉลากโภชนาการ (15)

2.1.7 ฉลากโภชนาการของสหรัฐอเมริกา

ในปี 1990 สหรัฐฯออกกฎหมาย “The Nutrition Labeling and Education Act of 1990 (NLEA) ให้อาหารส่วนใหญ่ที่ขายต้องมี ฉลากโภชนาการ อาหารที่ส่งไปขายประเทศสหรัฐฯ ตั้งแต่วันที่ 8 พ.ค. 2537 หรือหลังจากนั้นต้องปฏิบัติตามกฎหมายนี้ USDA แนะนำให้ผู้นำเข้าวางแผนปฏิบัติตามกฎหมาย ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2537 หรือเร็วกว่านั้น (3)

ฉลากโภชนาการของสหรัฐฯจะใช้คำว่า “Nutrition facts” ซึ่งก็คือความจริงเกี่ยวกับโภชนาการ แบ่งออกเป็น 4 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 เกี่ยวกับการบริโภคอาหารชนิดนั้นๆ มี 2 ส่วนย่อย

1. หนึ่งหน่วยบริโภค (serving size) หมายถึงปริมาณที่คนปกติบริโภคอาหารนั้นใน 1 ครั้งเช่น คนปกติดื่มนมทีละ 1 ถ้วยขนาด 200 มล. ค่า serving size ก็เป็น 1 ถ้วย (200 มล.)

2. จำนวนหน่วยบริโภคต่อหนึ่งภาชนะบรรจุ (serving per container) หมายถึงว่า หากบริโภคในปริมาณที่กำหนดไว้ใน ข้อ 1 จะบริโภคได้กี่ครั้งต่อภาชนะบรรจุ เช่น อาหารที่อยู่ในภาชนะบรรจุ ขนาด 200 กรัม มีการบริโภค 1 ครั้งในปริมาณ 100 กรัม ก็จะมีจำนวนบริโภคต่อภาชนะเท่ากับ 2 หรือมี serving per container 2

ส่วนที่ 2 ปริมาณสารอาหารชนิดที่ร่างกายต้องการในปริมาณมาก (macronutrient) ซึ่งจะได้รับจากการกินอาหารชนิดนั้น 1 หน่วยบริโภควัตถุประสงค์ของข้อมูลในส่วนที่ 2 มุ่งที่จะให้ผู้บริโภคทราบว่าตนเองจะได้รับสารอาหารเท่าใด จากปริมาณอาหารชนิดนั้นที่กินปกติ ซึ่งระบุไว้ในส่วนที่ 1 สารอาหารที่แสดงอยู่ในส่วนนี้ประกอบด้วย ไขมัน (fat) ไขมันอิ่มตัว (saturated fat) โคเลสเตอรอล (cholesterol) โซเดียม (sodium) คาร์โบไฮเดรต (carbohydrate)ใยอาหาร (dietary fiber) น้ำตาล (sugar) โปรตีน (protein) พลังงาน (calories) และพลังงานที่ได้จากไขมัน (calories from fat) ซึ่งร่างกายต้องการในปริมาณมาก ปริมาณสารอาหารเหล่านี้ในฉลาก

โภชนาการแสดงเป็นน้ำหนักที่มีหน่วยเป็นกรัมหรือมิลลิกรัม และเป็นร้อยละปริมาณที่แนะนำให้บริโภคใน 1 วัน (% daily value) ตารางนี้จึงสามารถบอกให้เราทราบว่าเราจะได้รับสารอาหารในปริมาณเท่าไรจากการกินอาหารชนิดนี้ 1 ครั้ง นอกจากนี้ สารอาหารที่ได้รับเพียงพอต่อความต้องการของร่างกายใน 1 วันคิดเป็นร้อยละเท่าไร

ส่วนที่ 3 ความเพียงพอของสารอาหารชนิดที่ร่างกายต้องการในปริมาณเล็กน้อย (micronutrient) ซึ่งจะได้รับจากการกินอาหารชนิดนั้น 1 หน่วยบริโภค สารอาหารที่แสดงในส่วนนี้ ได้แก่ วิตามินเอ วิตามินซี แคลเซียม และธาตุเหล็ก ค่าสารอาหารในส่วนนี้แสดงเป็นร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวันเท่านั้นโดยไม่มีค่าปริมาณจริงกำกับ เนื่องจากปริมาณความต้องการสารอาหารประเภทวิตามินและเกลือแร่มีปริมาณต่ำมาก และนิยมใช้หน่วยที่หลากหลาย ซึ่งอาจก่อให้เกิดความสับสนต่อผู้บริโภค การระบุเป็นร้อยละของความต้องการของร่างกายจึงทำให้ผู้บริโภคเข้าใจง่ายขึ้น

ส่วนที่ 4 ปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้คนเราได้รับใน 1 วันส่วนนี้ เป็นการให้ข้อมูลที่ไม่เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหาร แต่เป็นข้อมูลพื้นฐานที่ใช้ในการคำนวณร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวันของสารอาหารบางชนิด ตารางที่แสดงเป็นปริมาณสารอาหารสำหรับคนปกติ ส่วนใหญ่ที่ต้องการพลังงานประมาณวันละ 2,000 กิโลแคลอรี และคนตัวใหญ่ที่ต้องการพลังงานประมาณวันละ 2,500 กิโลแคลอรี ตัวเลขแถวล่างสุดที่ระบุว่าเป็นปริมาณพลังงานต่อกรัม (calories per gram) เป็นค่าที่ใช้คำนวณพลังงานโดยคาร์โบไฮเดรตหรือโปรตีน 1 กรัมให้พลังงาน 4 กิโลแคลอรี ส่วนไขมัน 1 กรัมให้พลังงาน 9 กิโลแคลอรี (1)

2.1.8 ฉลากโภชนาการของไทย

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาได้ออกประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 182 (พ.ศ. 2541) เรื่อง ฉลากโภชนาการลงวันที่ 20 มีนาคม 2541 ซึ่งมีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 8 ธันวาคม 2541 กล่าวถึง ผลิตภัณฑ์อาหารที่ต้องแสดงฉลากโภชนาการ ได้แก่อาหารที่มีการกล่าวอ้างต่อไปนี้

2.1.8.1 อาหารที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ เช่น แคลเซียมสูง เสริมวิตามินหรือแร่ธาตุประโยชน์ เช่น แคลเซียมเป็นส่วนประกอบสำคัญของกระดูกและฟัน ทั้งนี้ รวมถึงอาหาร ที่มีการแสดงข้อมูลชนิด และปริมาณสารอาหารด้วย เช่น อาหารที่มีการแสดงกรอบข้อมูลโภชนาการ

2.1.8.2 อาหารที่มีการใช้คุณค่าในการส่งเสริมการขาย ซึ่งเป็นคุณค่าทางอาหาร/โภชนาการ เช่น บำรุงร่างกาย เพื่อสุขภาพ สดใสแข็งแรง อนึ่ง การระบุคุณค่า ในลักษณะของป้องกัน หรือรักษาโรค เช่น ลดความอ้วน ป้องกันมะเร็ง จะไม่ได้รับอนุญาต ให้แสดงบนฉลากอาหารอยู่แล้ว

2.1.8.3 อาหารที่ระบุกลุ่มผู้บริโภค ในการส่งเสริมการขาย เช่น สำหรับผู้บริหาร สำหรับเด็ก หรือ สำหรับกลุ่มบุคคลต่างๆ โดยทั่วไปในลักษณะเดียวกัน โดยที่มีใช้กลุ่มผู้ป่วย และไม่มีกระบวนการตรวจสอบ ทราบถึงความเหมาะสมเฉพาะที่อ้าง เนื่องจาก อาจไม่มีการกำหนดค่าความต้องการ ทางโภชนาการเฉพาะไว้แน่ชัด หรือสาเหตุอื่นๆ การระบุกลุ่มนี้ ทำให้ผู้บริโภคเข้าใจผิดว่าอาหารนั้นมีคุณค่าทางโภชนาการที่พิเศษเฉพาะ ดังนั้น จึงต้องถูกบังคับให้แสดงข้อมูลโภชนาการให้ผู้บริโภคมีโอกาสตัดสินใจเลือกความเหมาะสมได้ด้วยตนเองจากกรอบข้อมูลโภชนาการ

2.1.8.4 อาหารที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา อาจประกาศกำหนดให้ ต้องแสดงฉลากโภชนาการ เนื่องจากพิจารณาแล้วว่าเป็นอาหารที่ก่อให้เกิดความเข้าใจผิดในด้านคุณค่าคุณประโยชน์ทางโภชนาการอย่างแพร่หลาย

สำหรับผลิตภัณฑ์อาหารที่ไม่ถูกบังคับให้แสดงฉลากโภชนาการตามประกาศฯ ฉบับนี้ ก็สามารถจะแสดงฉลากโภชนาการได้หากมีความประสงค์ (2)

ข้อมูลโภชนาการที่แสดงบนฉลาก แบ่งเป็น

1. ข้อมูลที่บังคับคือข้อมูลสารอาหารที่มีความสำคัญหลักสำหรับคนไทย ได้แก่
 - 1.1 ปริมาณพลังงานทั้งหมด และปริมาณพลังงานที่ได้จากไขมัน
 - 1.2 คาร์โบไฮเดรต ไขมัน โปรตีน ซึ่งเป็นสารอาหารที่ให้พลังงาน
 - 1.3 วิตามิน เหลือแร่ โดยเฉพาะที่สำคัญสำหรับภาวะโภชนาการของคนไทยปัจจุบัน คือ วิตามินเอ วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 แคลเซียม เหล็ก
 - 1.4 สารอาหารที่ต้องระวังไม่ให้กินมากเกินไป ได้แก่ โคเลสเตอรอล โซเดียม ไขมันอิ่มตัว และน้ำตาล
 - 1.5 สารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อระบบทางเดินอาหาร ได้แก่ ใยอาหารนอกจากนั้น ยังบังคับเพิ่มเติมในกรณีต่อไปนี้ด้วย คือ
- 1.6 สารอาหารที่มีการเติมลงในอาหาร (Fortification/Nitrification)
- 1.7 สารอาหารที่มีการกล่าวอ้าง เช่น หากระบุว่า “มีไอโอดีน” ไอโอดีนก็จะกลายเป็นสารอาหารที่บังคับให้แสดงในกรอบข้อมูลโภชนาการด้วย

2. ข้อมูลที่ไม่บังคับ (นอกจากที่กำหนดในข้อมูลบังคับ) ก็สามารถใส่ในฉลากได้ เช่น วิตามินเกลือแร่อื่นๆ ก็สามารถใส่ในฉลากได้ แต่ต้องระบุต่อท้ายจาก เหล็ก และเรียงจากมากไปหาน้อยด้วย สำหรับรูปแบบมาตรฐานของกรอบข้อมูลโภชนาการนั้น ใช้แบบเต็มเป็นหลัก โดยอาหารที่มีสารอาหารไม่กี่อย่าง (ตามเกณฑ์) จะได้รับอนุญาตให้เลือกแสดงแบบย่อก็ได้

หากอาหารนั้นมีสารอาหารบังคับตามแบบเต็มจำนวน 8 รายการขึ้นไปจาก 15 รายการ อยู่ในปริมาณน้อยมาก กรอบข้อมูลโภชนาการแบบย่อจะบังคับให้แสดงสารอาหารเพียง 6 รายการ สารอาหารบังคับในกรอบข้อมูลโภชนาการแบบเต็มมี 15 ตัว ได้แก่ พลังงานทั้งหมด พลังงานจากไขมันไขมันทั้งหมด ไขมันอิ่มตัว โคเลสเตอรอล โปรตีน คาร์โบไฮเดรตทั้งหมดใยอาหาร น้ำตาลโซเดียม วิตามินเอ วิตามินบี วิตามินบี 2 แคลเซียมและ เหล็ก ส่วนสารอาหารบังคับในกรอบข้อมูลโภชนาการแบบย้อมี 6 ตัว ได้แก่ พลังงานทั้งหมด ไขมันทั้งหมด, โปรตีน, คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด, น้ำตาลและ โซเดียม (5)

การแสดงกรอบข้อมูลโภชนาการแบบย่อ

ข้อมูลโภชนาการ	
หนึ่งหน่วยบริโภค :	(.....)
จำนวนหน่วยบริโภคต่อ	
คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค	
พลังงานทั้งหมด กิโลแคลอรี	
ไขมันทั้งหมด ก.	ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*
โปรตีน ก.	 %
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด ก.	 %
น้ำตาล ก.	 %
โซเดียม มก.	 %
*ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี	

รูปที่ 3 รูปแบบฉลากโภชนาการของไทยแบบย่อ (11)

ภาษาไทย

ข้อมูลโภชนาการ	
หน่วยบริโภค :	(.....)
จำนวนหน่วยบริโภคต่อ :	
คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค	
พลังงานทั้งหมด กิโลแคลอรี (พลังงานจากไขมัน กิโลแคลอรี)	
ร้อยละของปริมาณที่แนะนำให้บริโภค*	
ไขมันทั้งหมด ก.	 %
ไขมันอิ่มตัว ก.	 %
โคเลสเตอรอล มก.	 %
โปรตีน ก.	 %
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด ก.	 %
ใยอาหาร ก.	 %
น้ำตาล ก.	 %
โซเดียม มก.	 %
ร้อยละของปริมาณที่แนะนำให้บริโภค*	
วิตามินเอ %	วิตามินบี 1 %
วิตามินบี 2 %	แคลเซียม %
เหล็ก %	
*ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนโดยเฉลี่ยตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี	
ความต้องการพลังงานของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ผู้ที่ต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี ควรได้รับสารอาหารต่างๆ ดังนี้	
ไขมันทั้งหมด	น้อยกว่า 65 ก.
ไขมันอิ่มตัว	น้อยกว่า 20 ก.
โคเลสเตอรอล	น้อยกว่า 300 มก.
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	300 ก.
ใยอาหาร	25 ก.
โซเดียม	น้อยกว่า 2,400 มก.
พลังงาน (กิโลแคลอรี) ต่อกรัม : ไขมัน = 9 ; โปรตีน = 4 ; คาร์โบไฮเดรต = 4	

ภาษาอังกฤษ

Nutrition Facts	
Serving size :	(.....)
Servings per :	
Nutrition Value per serving size	
Total Energy kilocalories (Energy from Fat kilocalories)	
% of Recommended Daily Intake*	
Total Fat g	 %
Saturated Fat g	 %
Cholesterol mg	 %
Protein g	 %
Total Carbohydrate g	 %
Dietary Fiber g	 %
Sugar g	 %
Sodium mg	 %
% of Recommended Daily Intake*	
Vitamin A %	Vitamin B1 %
Vitamin B2 %	Calcium %
Iron %	
*Percentage of nutrients for Thai recommended daily intakes for ages of 6 years and up, (Thai RDI), are based on the energy demand of 2,000 kilocalories/day.	
The energy demand for individual may be different. The person whose energy demand of 2,000 kilocalories / day, shall receive nutrients as follows:	
Total Fat	Less than 65 g.
Saturated Fat	Less than 20 g.
Cholesterol	Less than 300 mg.
Total Carbohydrate	300 g.
Dietary Fiber	25 g.
Sodium	Less than 2,400 mg.
Energy (kilocalories) per gram : Fat = 9 ; Protein = 4 ; Carbohydrate = 4	

รูปที่ 4 รูปแบบฉลากโภชนาการของไทยแบบเต็ม (14)

Nutrition Facts			
Serving Size 1 cup (228g)			
Servings Per Container 2			
Amount Per Serving			
Calories 250		Calories from Fat 110	
		% Daily Value*	
Total Fat	12g		18%
Saturated Fat	3g		15%
Trans Fat	3g		
Cholesterol	30mg		10%
Sodium	470mg		20%
Total Carbohydrate	31g		10%
Dietary Fiber	0g		0%
Sugars	5g		
Protein	5g		
Vitamin A			4%
Vitamin C			2%
Calcium			20%
Iron			4%
* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your calorie needs.			
	Calories:	2,000	2,500
Total Fat	Less than	65g	80g
Sat Fat	Less than	20g	25g
Cholesterol	Less than	300mg	300mg
Sodium	Less than	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate		300g	375g
Dietary Fiber		25g	30g

ข้อมูลแสดงหน่วยบริโภค (Serving size) และจำนวนที่ผู้บริโภคควรบริโภค

ข้อมูลแสดงสารอาหารที่ได้รับต่อหน่วยบริโภค ทั้งปริมาณและร้อยละต่อวัน (% Daily Value)

ซึ่งเป็นข้อมูลทางวิทยาศาสตร์และสุขอนามัย เพื่อให้ผู้บริโภคสามารถเลือกบริโภคสารอาหารที่ต้องการได้ทุกวัน

หมายเหตุ อ้างอิงระดับค่าพลังงานที่ควรได้รับ ใน 2 ระดับที่แตกต่างกันตามน้ำหนักร่างกาย (65 กิโลกรัม และ 80 กิโลกรัม)

รูปที่ 5 ลักษณะฉลากโภชนาการของสหรัฐฯ (14)

2.1.9 หลักเกณฑ์ในการกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลากอาหาร

การกล่าวอ้างทางโภชนาการ (nutrition claim) หมายถึง การแสดงข้อความหรือข้อมูลใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับโภชนาการของอาหารนั้น เช่น การระบุถึงปริมาณของพลังงาน โปรตีน ไขมัน คาร์โบไฮเดรต ตลอดจนวิตามินหรือเกลือแร่ต่างๆ การกล่าวอ้างทางโภชนาการแบ่งออกเป็น 3 ประเภท (ซึ่งเป็นไปตามประกาศของกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 182 พ.ศ. 2541) ได้แก่

2.1.9.1 การกล่าวอ้างปริมาณสารอาหาร (nutrition content claim) คือ การกล่าวอ้างถึงระดับ (level) ของสารอาหารหรือพลังงานในอาหารนั้น เช่น “เป็นแหล่งของแคลเซียม (source of calcium)” “มีปริมาณใยอาหารสูงและไขมันต่ำ (high in fiber and low in fat)” อย่างไรก็ตาม ไม่อนุญาตการกล่าวอ้าง “ปราศจาก” หรือ “ต่ำ” หากอาหารนั้นหรือชนิดนั้นโดยธรรมชาติทั่วไปเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว โดยมีได้มีการใช้กระบวนการผลิตพิเศษ มีกระบวนการปรับโดยเฉพาะ หรือมีการปรับสูตรเพื่อให้อาหารนั้นมีปริมาณสารอาหารที่จะกล่าวอ้างลดลงจนเป็นไปตามเงื่อนไข เนื่องจากจะทำให้ผู้บริโภคเข้าใจผิดว่าอาหารจากผู้ผลิตนั้นแต่เพียงผู้เดียวที่มีคุณสมบัตินี้ ตัวอย่างเช่น ไม่อนุญาตให้น้ำบริโภคแสดงข้อความ “ปราศจากพลังงาน” หรือ “ไขมันต่ำ” เนื่องจากน้ำบริโภคทั่วไปจากผู้ผลิตทุกรายก็มีคุณสมบัตินี้ด้วย ในทางกลับกัน หากอาหารจากผู้ผลิตรายหนึ่งมีการปรับสูตรหรือใช้วัตถุดิบที่แตกต่างไปจากปกติทั่วไปจนสารอาหารที่จะกล่าวอ้างมีปริมาณที่เป็นไปตามเงื่อนไขแล้ว อาหารนั้นก็สามารกล่าวอ้าง “ปราศจาก” หรือ “ต่ำ” ได้

2.1.9.2 การกล่าวอ้างปริมาณโดยเปรียบเทียบ (comparative claim) เป็นการเปรียบเทียบปริมาณของสารอาหารหรือพลังงานที่มีในอาหารตั้งแต่สองอย่างขึ้นไป ตัวอย่างการกล่าวอ้าง ได้แก่ “น้อยกว่า (less than หรือ fewer)” “มากกว่า (more than)” “ลดปริมาณลง (reduce)” “พลังงานน้อย (little, light)” “เสริม (added, fortified, enriched)” เป็นต้น ในกรณีกล่าวอ้างปริมาณโดยเปรียบเทียบเช่นนี้อาหารที่ถูกเปรียบเทียบโดยอาหารที่มีการกล่าวอ้างเรียกว่า “อาหารอ้างอิง” อาหารอ้างอิงสำหรับใช้เปรียบเทียบเพื่อแสดงข้อกล่าวอ้างโดยเปรียบเทียบ อนุญาตได้เพียงสองแบบคือ อนุญาตให้เปรียบเทียบ

1) ผลิตภัณฑ์สูตรปกติของผู้ผลิตเอง

2) ผลิตภัณฑ์ชนิดเดียวกันทั่วไปที่เป็นตัวแทนของอาหารประเภทดังกล่าวที่มีจำหน่ายในประเทศ ทั้งนี้ผลิตภัณฑ์ที่เปรียบเทียบจะต้องเป็นผลิตภัณฑ์ประเภทเดียวกันหรือคล้ายกันเท่านั้น เช่น ซอสปรุงรสกับซอสปรุงรส ที่สำคัญคือ ห้ามใช้ข้อกล่าวอ้างปริมาณโดยเปรียบเทียบหากอาหารอ้างอิงมีสารอาหารหรือพลังงานที่จะเปรียบเทียบนั้น อยู่ในปริมาณที่เป็นไปตามเงื่อนไขของ “ต่ำ” หรือ “น้อยมาก” อยู่แล้ว

การแสดงข้อกล่าวอ้างโดยเปรียบเทียบจะต้องระบุชื่อชนิดของอาหารอ้างอิงและแสดงการเปรียบเทียบระดับของสารอาหารหรือพลังงานนั้นที่ลดลงหรือเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละหรือเศษส่วนเทียบกับปริมาณที่มีอยู่ในอาหารอ้างอิง และระบุปริมาณสารอาหารนั้นต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่ระบุที่ติดฉลากด้วย เช่น การกล่าวอ้าง “ลดโซเดียม” จะต้องกำกับด้วยข้อความว่า “ลดปริมาณโซเดียมลงร้อยละ 50 เทียบกับขอสูตรมาตรฐานปกติ” ขอสูตรมาตรฐานโซเดียมน้อยมีโซเดียม 200 มก. ต่อ 30 มล. ขอสูตรมาตรฐานปกติมีโซเดียม 400 มก. ต่อ 30 มล.

2.1.9.3 การกล่าวอ้างเกี่ยวกับหน้าที่ของสารอาหาร (nutrition function claim) คือ การกล่าวถึงหน้าที่ของสารอาหารที่มีต่อร่างกาย มีเงื่อนไขดังต่อไปนี้

- 1) สารอาหารที่มีการกล่าวอ้างถึง ต้องมีอยู่ในบัญชีสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคประจำวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI)
- 2) ผลิตภัณฑ์ที่กล่าวอ้างถึงต้องมีสารอาหารนั้นอยู่ในระดับที่จัดว่า “เป็นแหล่งของ” ของสารอาหารนั้นในปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงและปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลากสำหรับในกรณีที่ไม่มีการกำหนดค่าหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไว้ และอาหารนั้นไม่มีลักษณะการบริโภคใกล้เคียงกับอาหารที่มีการกำหนดค่าหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไว้ ให้คำนวณต่อปริมาณผลิตภัณฑ์ 100 กรัม หรือ 100 มิลลิลิตร
- 3) การกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหาร ต้องเป็นการกล่าวอ้างถึงสารอาหารตาม Thai RDI ดังกล่าวมาแล้ว โดยไม่ใช่การกล่าวอ้างถึงตัวผลิตภัณฑ์เป็นการเฉพาะ
- 4) การกล่าวอ้างดังกล่าวต้องมีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์เชื่อถือได้
- 5) การกล่าวอ้างจะต้องไม่มีข้อความระบุหรือมีความหมายให้เข้าใจว่าการบริโภคสารอาหารนั้นจะสามารถป้องกันหรือบำบัดรักษาโรคได้

ตัวอย่างการกล่าวอ้างเกี่ยวกับหน้าที่ของสารอาหาร

“แคลเซียมเป็นส่วนประกอบสำคัญของกระดูกและฟัน”

“แคลเซียมช่วยในกระบวนการสร้างกระดูกและฟันที่แข็งแรง”

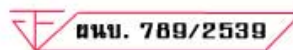
“โฟเลตเป็นองค์ประกอบสำคัญในการสร้างเม็ดเลือดแดง”

“วิตามินบี1 และวิตามินบี12 ช่วยในการทำงานของระบบประสาท”

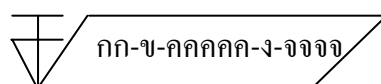
ข้อความกล่าวอ้างเกี่ยวกับหน้าที่ของสารอาหารจะต้องได้รับความเห็นชอบจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (2)

2.1.10 ความหมายของเครื่องหมายบนฉลากอาหารที่เลือกใช้ในงานวิจัย

2.1.10.1 เครื่องหมาย “อย.”



จากการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการเกี่ยวกับเลขสารบบอาหารของคณะกรรมการอาหารและยา ซึ่งมีผลบังคับใช้เมื่อ 24 กรกฎาคม พ.ศ. 2544 การเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจนคือเครื่องหมาย อย. ที่เคยเป็นระบบตัวอักษรและตัวเลขจะเปลี่ยนเป็นระบบตัวเลขเพียงอย่างเดียวที่เรียกว่า “เลขสารบบอาหาร” เลขสารบบอาหารประกอบด้วย ตัวย่อ “อย.” พร้อมแถบธงเหมือนของเดิม แต่ภายในธงจะไม่มีตัวอักษรเหมือนของเดิม แต่จะประกอบด้วยตัวเลข 13 หลัก ซึ่งแบ่งเป็น 2 กลุ่มใหญ่ โดยกลุ่มที่ 1 เป็นข้อมูลเกี่ยวกับสถานประกอบการแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มย่อย ได้แก่ กลุ่ม ก. ข. และ ค. และกลุ่มที่ 2 เป็นข้อมูลของผลิตภัณฑ์แบ่งเป็น 2 กลุ่มย่อย ได้แก่ กลุ่ม ง. และ จ.



กลุ่ม ก ประกอบด้วยตัวเลข 2 หลัก แสดงถึงจังหวัดที่เป็นที่ตั้งของสถานที่ผลิตหรือนำเข้าอาหาร โดยใช้ตัวเลขแทนอักษรย่อของจังหวัด รหัสจังหวัดดังกล่าวใช้ตามกระทรวงมหาดไทย เช่น เลข 10 หมายถึงกรุงเทพฯ

กลุ่ม ข ประกอบด้วยตัวเลข 1 หลัก แสดงถึงสถานะของสถานที่ผลิตหรือนำเข้าอาหาร และหน่วยงานที่เป็นผู้อนุญาตให้ตั้งสถานที่นั้นดังนี้

เลข 1 หมายถึง สถานที่ผลิตอาหาร ซึ่งคณะกรรมการอาหารและยาเป็นผู้อนุญาต

เลข 2 หมายถึง สถานที่ผลิตอาหาร ซึ่งจังหวัดเป็นผู้อนุญาต

เลข 3 หมายถึง สถานที่นำเข้าอาหาร ซึ่งคณะกรรมการอาหารและยาเป็นผู้อนุญาต

เลข 4 หมายถึง สถานที่นำเข้าอาหาร ซึ่งจังหวัดเป็นผู้อนุญาต

กลุ่ม ค ประกอบด้วยตัวเลข 5 หลัก โดยเลข 3 หลักแรกเป็นเลขสถานที่ผลิต หรือนำเข้าอาหารที่ได้รับอนุญาต ส่วนเลข 2 หลักหลังเป็นปีพุทธศักราชที่ได้รับอนุญาต เช่นปี 2541 ใช้ 41

กลุ่ม ง ประกอบด้วยตัวเลข 1 หลักแสดงถึงหน่วยงานที่ออกเลขสารบบดังนี้

เลข 1 หมายถึง ผลิตภัณฑ์ที่ได้รับเลขสารบบจากคณะกรรมการอาหารและยา

เลข 2 หมายถึง ผลิตภัณฑ์ที่ได้รับเลขสารบบจากจังหวัด

กลุ่ม จ ประกอบด้วยตัวเลข 4 หลัก แสดงถึงลำดับที่ของผลิตภัณฑ์ที่ผลิต หรือนำเข้าของสถานประกอบการนั้นๆ โดยแยกตามหน่วยงานที่ออกเลขสารบบตามกลุ่ม “ง” (1)

อาหารแบ่งตามลักษณะการขออนุญาต ออกเป็น 2 กลุ่มคือ

1) กลุ่มอาหารที่ไม่ต้องมีเครื่องหมาย อย.

อาหารกลุ่มนี้ ส่วนใหญ่เป็นอาหารที่ไม่แปรรูปหรือถ้าแปรรูปก็จะใช้กระบวนการผลิตที่ง่ายๆ ในชุมชน ผู้บริโภคจะต้องนำมาปรุงหรือผ่านความร้อนก่อนบริโภค อาหารกลุ่มนี้ผู้ผลิตที่มีสถานที่ผลิตไม่เข้าข่ายโรงงาน(ใช้อุปกรณ์หรือเครื่องจักรต่ำกว่า 5 แรงม้า หรือคนงานน้อยกว่า 7 คน) สามารถผลิตโดยไม่ต้องมาขออนุญาตจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาหรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด แต่ต้องแสดงฉลากอาหารที่ถูกต้อง

2) กลุ่มอาหารที่ต้องมีเครื่องหมาย อย.

อาหารกลุ่มนี้ เป็นอาหารที่มีการแปรรูปเป็นอาหารกึ่งสำเร็จรูป หรืออาหารสำเร็จรูปแล้ว ซึ่งอาจก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อผู้บริโภคในระดับต่ำ ปานกลางหรือสูง แล้วแต่กรณี ได้แก่ อาหารที่ต้องมีฉลาก อาหารกำหนดคุณภาพหรือมาตรฐาน หรืออาหารควบคุมเฉพาะ ดังนั้น จึงจำเป็นต้องขออนุญาตสถานที่ผลิตอาหารและขอขึ้นทะเบียนค้ารับอาหาร หรือจดทะเบียนอาหาร หรือแจ้งรายละเอียดของอาหารแต่ละชนิดแล้วแต่กรณี ได้ที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด (16)



2.1.10.2 เครื่องหมาย “ฮาลาล”

“ฮาลาล” เป็นคำมาจากภาษาอารบิก หมายความว่า การผลิต การให้บริการ หรือการจำหน่ายใด ๆ ที่ไม่ขัดต่อบัญญัติของศาสนา ดังนั้น เราจึงอาจกล่าวได้ว่า “อาหารฮาลาล” คืออาหารที่ได้ผ่านกรรมวิธีในการทำ ผสม ปรุง ประกอบ หรือแปรรูป ตามศาสนบัญญัตินั่นเอง เป็นการรับประกันว่า ชาวมุสลิมโดยทั่วไปสามารถบริโภคอาหาร หรืออุปโภคสินค้าหรือบริการต่าง ๆ ได้โดยสนิทใจ เราสามารถสังเกตผลิตภัณฑ์ว่าเป็น “ฮาลาล” หรือไม่นั้น ได้จากการประทับตรา “ฮาลาล” ที่ข้างบรรจุภัณฑ์นั้นเป็นสำคัญ

เครื่องหมายฮาลาล คือเครื่องหมายที่คณะกรรมการฝ่ายกิจการฮาลาลของคณะกรรมการกลางอิสลามแห่งประเทศไทย หรือคณะกรรมการอิสลามประจำจังหวัดต่าง ๆ ได้อนุญาตให้ผู้ประกอบการทำการประทับ หรือแสดงลงบนฉลาก หรือผลิตภัณฑ์ หรือกิจการใด ๆ

โดยใช้สัญลักษณ์ที่เรียกว่า“ฮาลาล”ซึ่งเขียนเป็นภาษาอาหรับว่า  ภายในกรอบสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูน หลังกรอบเป็นลายเส้นแนวตั้ง ได้กรอบภายในเส้นขนานมีคำว่า “สนง.คณะกรรมการกลางอิสลามแห่งประเทศไทย” โดยเครื่องหมายดังกล่าวนี้ จะออกให้กับผลิตภัณฑ์อาหาร และเครื่องดื่ม ผลิตภัณฑ์ฮาลาล และหรือเนื้อสัตว์ฮาลาลที่นำเข้าจากต่างประเทศ เป็นต้น (17)

การคิดเครื่องหมายฮาลาลบนผลิตภัณฑ์อาหารส่งออกของไทย มีลำดับขั้นตอนสำคัญ ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1: ยื่นขอหนังสือรับรองมาตรฐานผลิตภัณฑ์อาหารฮาลาล หรือการรับรองสถานประกอบการ ผู้ผลิตอาหารฮาลาลสามารถยื่นคำขอหนังสือรับรองมาตรฐานผลิตภัณฑ์อาหารฮาลาลและยื่นเอกสารประกอบ อาทิ สำเนาจดทะเบียนนิติบุคคล หนังสือแสดงรายละเอียดขั้นตอนวิธีการผลิตและวัตถุดิบที่ใช้ในการผลิตและบัญชีรายชื่อผลิตภัณฑ์ที่ขอมาตรฐานฮาลาลได้ที่สำนักงานคณะกรรมการอิสลามประจำจังหวัดหรือสำนักงานคณะกรรมการกลางอิสลามแห่งประเทศไทย ทั้งนี้ หลังจากตรวจสอบเอกสารและรับชำระค่าธรรมเนียมการตรวจรับรองและคำขอหนังสือรับรองเป็นที่เรียบร้อยแล้ว สำนักงานฯ จะดำเนินการตรวจสอบสถานประกอบการ และออกหนังสือรับรองมาตรฐานผลิตภัณฑ์อาหารฮาลาลให้กับสถานประกอบการที่ปฏิบัติตามระเบียบ ทั้งนี้ หนังสือรับรองมาตรฐานดังกล่าวมีอายุ 1 ปี ซึ่งสามารถขอต่ออายุได้ทุกปี

ขั้นตอนที่ 2: ยื่นขอใช้เครื่องหมายฮาลาล หรือขอการรับรองผลิตภัณฑ์แต่ละประเภท หลังจากผู้ผลิตอาหารฮาลาลได้รับการรับรองมาตรฐานผลิตภัณฑ์อาหารฮาลาลแล้ว สำนักงานคณะกรรมการอิสลามประจำจังหวัดจะส่งผลการรับรองมาตรฐานดังกล่าวพร้อมเอกสารประกอบการพิจารณารับรองให้สำนักงานคณะกรรมการกลางอิสลามแห่งประเทศไทย เพื่อพิจารณาออกหนังสือสำคัญให้ใช้เครื่องหมายฮาลาลแก่ผู้ผลิตอาหารฮาลาล ทั้งนี้ ผู้ผลิตอาหารฮาลาลต้องชำระค่าหนังสือสำคัญให้ใช้เครื่องหมายฮาลาลเป็นรายผลิตภัณฑ์อย่างไรก็ตาม ผู้ผลิตสามารถจำหน่ายผลิตภัณฑ์อาหารฮาลาลที่ได้รับการรับรองเฉพาะภายในประเทศเท่านั้น ส่วนวิเคราะห์ธุรกิจฝ่ายวิชาการ

ขั้นตอนที่ 3: ยื่นขอใบรับรองสินค้าอาหารฮาลาลส่งออก หากผู้ผลิตอาหารฮาลาลซึ่งได้รับอนุญาตให้ใช้เครื่องหมายฮาลาล มีความประสงค์จะส่งออก จะต้องดำเนินการยื่นสำเนาหนังสือสำคัญอนุญาตให้ใช้เครื่องหมายฮาลาลฉบับภาษาไทยและ/หรือฉบับภาษาอังกฤษสำเนารายการผลิตภัณฑ์ที่อนุญาตให้ใช้เครื่องหมายฮาลาล และสำเนาใบกำกับสินค้า (invoice) ที่ศูนย์บริการส่งออกแบบเบ็ดเสร็จกรมส่งเสริมการส่งออกเพื่อขอใบรับรองสินค้าอาหารฮาลาลส่งออกทั้งนี้ผู้ยื่นขอต้องชำระค่าธรรมเนียมเป็นรายผลิตภัณฑ์ผู้ผลิตและผู้ส่งออกที่ได้รับการ

รับรองและได้รับอนุญาตให้ติดเครื่องหมายฮาลาลบนผลิตภัณฑ์อาหารจำเป็นต้องควบคุมการผลิตให้เป็นไปตามบัญญัติของศาสนาอิสลามอย่างเคร่งครัด เพื่อให้ผู้บริโภคเกิดความเชื่อมั่นในเครื่องหมายฮาลาลของไทย ทั้งนี้ นอกจากเครื่องหมายฮาลาลจะเป็นจุดแข็งในการขยายตลาดส่งออกผลิตภัณฑ์อาหารฮาลาลของไทยแล้ว การได้รับเครื่องหมายดังกล่าวยังช่วยให้ผู้ผลิตและผู้ส่งออกอาหารฮาลาลของไทยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการขอรับรองเครื่องหมายฮาลาลเพิ่มเติมจากหน่วยงานของประเทศผู้นำเข้าอีก (18)



มอก. 20-2543

2.1.10.3 เครื่องหมาย “มอก.” (TIS. 20-2543)

เครื่องหมายมาตรฐานสำหรับผลิตภัณฑ์ (มอก.) สำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม (สมอ.) ได้ให้การรับรองคุณภาพผลิตภัณฑ์ โดยการอนุญาตให้แสดงเครื่องหมายกับผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพตามมาตรฐานประเภทต่างๆ รวม 2 เครื่องหมาย คือ

1) เครื่องหมายมาตรฐานทั่วไป



เป็นมาตรฐานที่กำหนดเพื่อให้การรับรองคุณภาพผลิตภัณฑ์โดยทั่วไป โดยผู้ประกอบการที่ทำผลิตภัณฑ์สามารถยื่นขอใบอนุญาตแสดงเครื่องหมายมาตรฐานได้ด้วยความสมัครใจ เมื่อสำนักงานฯ ได้ตรวจสอบโรงงาน กรรมวิธีการผลิต และทดสอบผลิตภัณฑ์และปฏิบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดแล้ว สำนักงานฯ ก็จะอนุญาตให้แสดงเครื่องหมายมาตรฐานที่ผลิตภัณฑ์นั้นได้

2) เครื่องหมายมาตรฐานบังคับ



เป็นมาตรฐานที่กำหนดขึ้นเพื่อความปลอดภัย และเพื่อป้องกันความเสียหายอันอาจเกิดแก่ประชาชนหรือกิจการอุตสาหกรรมหรือเศรษฐกิจของประเทศ โดยการตราพระราชกฤษฎีกากำหนดให้ผลิตภัณฑ์นั้นๆ ต้องเป็นไปตามมาตรฐาน หรือที่เรียกว่า มาตรฐานบังคับ ซึ่งผู้ผลิต ผู้จำหน่ายและผู้นำเข้าจะต้องผลิต จำหน่ายและนำเข้าแต่ผลิตภัณฑ์ที่ได้มาตรฐานตามที่สำนักงานฯ ประกาศเท่านั้นหากไม่กระทำตามจะมีความผิดตามกฎหมาย (19)



2.1.10.4 เครื่องหมาย “จี เอ็ม พี”

ระบบการจัดการสุขลักษณะที่ดีในการผลิตอาหาร (Good Manufacturing Practice, GMP) นับตั้งแต่วันที่ 24 กรกฎาคม 2544 ที่ผ่านมามีผู้ผลิตสินค้าอาหาร 54 ประเภท ต้องยื่นตัวกับประกาศของ อย. หรือสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข ในการบังคับใช้กฎหมาย GMP หรือ Good Manufacturing Practice อันเป็นเกณฑ์หรือข้อกำหนดขั้นพื้นฐานที่จำเป็นในการผลิตและควบคุมเพื่อให้ผู้ผลิตปฏิบัติตามและทำให้สามารถผลิตอาหารได้อย่างปลอดภัย เน้นที่การป้องกันและลดความเสี่ยงที่จะทำให้อาหารเป็นพิษ

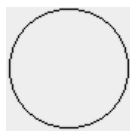
ประโยชน์ของการจัดทำระบบ GMP นั้นมีหลายประการ คือ เป็นหลักประกันความปลอดภัยให้กับผู้บริโภค โดยมีการควบคุมการผลิตในการผลิตอาหารได้อย่างปลอดภัย โดยเน้นที่การป้องกันและลดความเสี่ยงที่จะทำให้อาหารเป็นพิษเป็นอันตรายต่อผู้บริโภค สามารถยกระดับมาตรฐานการผลิตให้กับโรงงาน ส่งเสริมการค้าทั้งในและต่างประเทศ รวมทั้งได้เปรียบคู่แข่ง มีการวิเคราะห์ข้อมูลทำให้ช่วยลดปริมาณของเสีย และสามารถใช้ทรัพยากรได้อย่างมีประสิทธิภาพ และทำให้พนักงานมีความตระหนักและเกิดความเข้าใจในการปฏิบัติงานเกี่ยวกับหลักเกณฑ์ทั่วไปเกี่ยวกับสุขลักษณะอาหาร (20) (21) (22)



2.1.10.5 เครื่องหมาย “สกบ.”

หน้าที่หลักของ สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค คือติดตามและสอดส่องพฤติกรรมของผู้ประกอบการธุรกิจ มีหน้าที่รับเรื่องราวร้องทุกข์จากผู้บริโภค สคบ. จึงได้กำหนดให้ผู้ประกอบการธุรกิจนั้น ถ้าโฆษณาต้องไม่ก่อให้เกิดผลเสียต่อสังคม ต่อผู้บริโภค ไม่โฆษณาอันเป็นลักษณะที่ไม่เป็นธรรมต่อผู้บริโภค ด้านฉลากสินค้า ข้อความต้องตรงกับความเป็นจริง ไม่มีข้อความอันอาจก่อให้เกิดความเข้าใจผิดในสาระสำคัญเกี่ยวกับสินค้า ข้อความต้องเป็นภาษาไทย

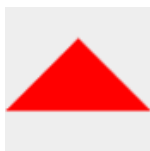
หากผู้ประกอบการใดปฏิบัติได้ถูกต้อง ไม่เอาเปรียบลูกค้า รัฐบาลก็จะให้ตราสัญลักษณ์หรือประกาศนียบัตรแสดงถึงว่าผู้ประกอบการนั้นไม่มีการเอาเปรียบลูกค้าแต่อย่างใด



วงกลมสีดำและ ชื่อย่อ สคบ. หมายถึง สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค



สีดำ เปรียบเสมือนความยุติธรรม ความหมายโดยรวมเปรียบเทียบการดำเนินงานด้านการคุ้มครองผู้บริโภคของ สคบ. เพื่อให้ประชาชนผู้บริโภคได้รับความเป็นธรรมจากการซื้อสินค้าหรือบริการ



รูปทรงเรขาคณิต ความหมาย รูปทรงสีน้ำเงินและรูปทรงสีแดง ประสานกันเป็นรูปสามเหลี่ยม เปรียบเสมือนผู้ประกอบการธุรกิจและผู้บริโภคต่างต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันในสังคม (22)



2.1.10.6 เครื่องหมาย “HACCP”

ระบบการการวิเคราะห์อันตรายและจุดวิกฤตที่ต้องควบคุมในการผลิตอาหาร (Hazard Analysis and Critical Control Point ,HACCP) คณะกรรมการอาหารระหว่างประเทศ FAO/WHO หรือที่เรียกย่อ ๆ ว่า Codex ก่อตั้งเมื่อ พ.ศ. 2505 ได้พัฒนามาตรฐานอาหาร แนวทางและข้อแนะนำต่าง ๆ ขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสนับสนุน การปฏิบัติทางการค้าที่เป็นธรรม และเพื่อคุ้มครองสุขภาพของผู้บริโภค จากการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหาร ซึ่งในปัจจุบันองค์การการค้าโลก (WTO) ได้ใช้เป็นหลักอ้างอิง ในการดำเนินการทางการค้าระหว่างประเทศ ในส่วนของการรับรองความปลอดภัยด้านสุขภาพของผู้บริโภค และการคุ้มครองการกีดกันทางการค้า โดย Codex ได้ร่วมแนวทางในการประยุกต์ใช้ระบบ HACCP ขึ้น ปัจจุบัน HACCP ถูกใช้เป็นหลักอ้างอิงสำหรับผู้ส่งออกผลิตภัณฑ์อาหาร และหน่วยงานควบคุมคุณภาพผลิตภัณฑ์อาหาร เนื่องจาก Codex ได้พัฒนาขึ้นโดยประเทศสมาชิก 160 ประเทศ ดังนั้นระบบคุณภาพ HACCP จึงได้มีการประยุกต์ใช้ในประเทศไทย ในการประกันความปลอดภัยของผลิตภัณฑ์อาหาร เพื่อสนับสนุนและอำนวยความสะดวก ในการดำเนินการค้าระหว่างประเทศระบบการวิเคราะห์อันตรายและจุดวิกฤตที่ต้องควบคุมในการผลิตอาหาร HACCP คือระบบการวิเคราะห์อันตรายและจุดวิกฤตที่ต้องควบคุมเพื่อควบคุมอันตราย ณ จุดหรือขั้นตอนการผลิตที่อันตรายเหล่านั้นมีโอกาสเกิดขึ้นจึงสามารถประกันความปลอดภัยของอาหารที่ยอมรับกันว่าสามารถป้องกันอันตรายและสิ่งปนเปื้อนได้ดีกว่าการตรวจสอบผลิตภัณฑ์ขั้นสุดท้ายหรือควบคุมคุณภาพที่ใช้กันอยู่เดิม โดยระบบ HACCP จะเน้นการควบคุมกระบวนการผลิตในจุดหรือขั้นตอนที่สำคัญที่สามารถประยุกต์วิธีการควบคุมเข้าไปใช้ได้ โดยพิจารณาตั้งแต่วัตถุดิบ กระบวนการผลิต การขนส่ง จนถึงผู้บริโภค นอกจากนั้นระบบ HACCP ยังมี

ศักยภาพในการระบุบริเวณหรือขั้นตอนการผลิตที่มีโอกาสเกิดความผิดพลาดขึ้นได้ แม้ว่าจุดหรือในขั้นตอนดังกล่าวจะยังไม่เคยเกิดอันตรายมาก่อนซึ่งนับว่าเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

ระบบ HACCP และระบบ GMP มีความสัมพันธ์กันอย่างมาก กล่าวคือ ระบบ HACCP มุ่งเน้นการควบคุมกระบวนการผลิตโดยเฉพาะขั้นตอนที่ได้รับการวิเคราะห์แล้วว่าเป็นจุด CCP ในขณะที่ระบบ GMP จะเน้นในเรื่องของการจัดการด้านสุขลักษณะของอาคาร สถานที่การผลิต เครื่องจักรอุปกรณ์ และควบคุมกระบวนการผลิตดังนั้นก็ก่อนที่จะประยุกต์ใช้ระบบ HACCP โรงงานต้องมีความพร้อมในเรื่องของโปรแกรมพื้นฐานหรือ GMP รวมทั้งกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับความปลอดภัยของอาหารที่ผลิตประเภทนั้นๆ

ประโยชน์ของการจัดทำระบบ HACCP

- 1) เป็นหลักประกันความปลอดภัยให้กับผู้บริโภค โดยมีการควบคุมการผลิตในการผลิตอาหารได้อย่างปลอดภัย เน้นที่การป้องกันและจัดการความเสี่ยงที่จะทำให้อาหารเป็นพิษ เป็นอันตรายต่อผู้บริโภค
- 2) สามารถยกระดับมาตรฐานการผลิตให้กับโรงงาน โดยมีการบริหารจัดการด้านความปลอดภัยของอาหารอย่างมีระบบ
- 3) เพิ่มอายุการเก็บรักษาของผลิตภัณฑ์ สอดคล้องกับข้อกำหนดของประเทศคู่ค้า
- 4) เกิดภาพพจน์ที่ดีต่อองค์กร และผลิตภัณฑ์
- 5) ลดภาระค่าใช้จ่ายในการผลิตที่ไม่เป็นไปตามข้อกำหนด โดยเฉพาะคุณภาพด้านความปลอดภัยเป็นระบบคุณภาพด้านความปลอดภัยของอาหารที่สามารถขอรับการรับรองได้
- 6) เป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาสู่ระบบคุณภาพ ISO 9000 (22)



2.1.10.7 เครื่องหมาย “กรมส่งเสริมอุตสาหกรรม”

สัญลักษณ์ของกรมส่งเสริมอุตสาหกรรม ประกอบด้วย 3 ส่วนได้แก่

1) พระนารายณ์ เป็นสัญลักษณ์ที่กรมส่งเสริมอุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรมให้ความเคารพนับถือเพราะเป็นองค์เทพที่ช่วยเหลือมนุษย์เมื่อถึงคราวยากเข็ญ พระนารายณ์ประทับอยู่ที่จุดศูนย์กลางของสัญลักษณ์ เพื่อสื่อความหมายว่าพระนารายณ์ คือจุดกำเนิดของการก่อตั้งกรมส่งเสริมอุตสาหกรรม

2) พื้นเพ็หรือเพ็องจักรอุตสาหกรรม แทนความหมายเกี่ยวกับภาระหน้าที่ของกรมส่งเสริมอุตสาหกรรมซึ่งเกี่ยวข้องกับอุตสาหกรรม

3) ลูกศรสีธงชาติ พุ่งจากจุดกำเนิดแล้วกระจายออกแทนความหมายว่าการให้บริการและความช่วยเหลือต่างๆของกรมส่งเสริมอุตสาหกรรม มุ่งกระจายไปสู่ประชาชนในชาติ ส่วนหัวลูกศร ชีขึ้นแทนความหมายว่าความช่วยเหลือต่างๆ ขององค์กร มีเป้าหมายทะยานพุ่งขึ้นสู่ความสำเร็จของคนในชาติโดยรวม ความหมายโดยรวมของสัญลักษณ์กรมส่งเสริมอุตสาหกรรม หมายถึง การบริการ การสนับสนุน การส่งเสริม และการให้ความช่วยเหลือของกรมส่งเสริมอุตสาหกรรม มุ่งกระจายไปสู่คนไทยเพื่อให้อุตสาหกรรมของชาติก้าวทะยานสู่ความสำเร็จ (23)

วัตถุประสงค์ของการใช้ตราสัญลักษณ์

1) เพื่อเป็นการส่งเสริมงานด้านวิชาการโดยไม่รวมถึงคุณภาพของผลิตภัณฑ์ให้แก่ผู้ประกอบการอุตสาหกรรม กลุ่มอาชีพอุตสาหกรรม ชุมชน และสหกรณ์ ที่ได้รับการพัฒนาส่งเสริมและสนับสนุนจาก กสอ.

2) เพื่อเผยแพร่ชื่อเสียงของ กสอ. ให้เป็นที่รู้จักทั้งในประเทศ และต่างประเทศ

3) เพื่อให้การอนุญาตใช้ตราสัญลักษณ์ กสอ. เป็นไปในแนวทางเดียวกัน และสอดคล้องกับภารกิจของ กสอ.

4) เพื่อสร้างระบบการควบคุมภายในที่ดี

ประเภทการอนุญาตให้ใช้ตราสัญลักษณ์ กสอ. จำแนกเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1. ด้านวิชาการด้านวิชาการ หมายความว่า การให้การสนับสนุนแก่บุคคลหรือนิติบุคคลที่ได้รับบริการด้านการจัดอบรม สัมมนา และการให้คำปรึกษาแนะนำเกี่ยวกับการจัดการ การตลาด ขบวนการผลิต การพัฒนารูปแบบผลิตภัณฑ์ ฯลฯ จาก กสอ.
2. ด้านบรรจุกฎด้านบรรจุกฎ หมายความว่า การให้การสนับสนุนแก่บุคคล หรือ นิติบุคคล ซึ่งได้รับบริการด้านบรรจุกฎ จาก กสอ.
3. ด้านการจัดงาน / นิทรรศการด้านการจัดงาน / นิทรรศการ หมายความว่า การให้ความสนับสนุนแก่บุคคลหรือนิติบุคคลในการจัดงาน/นิทรรศการในส่วนที่สอดคล้องกับภารกิจของ กสอ.
4. ด้านอื่นๆ (ขออนุมัติเป็นกรณีพิเศษ) (24)



2.1.10.8 เครื่องหมาย “อาหารปลอดภัย”

สัญลักษณ์อาหารปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข เป็นรูปตัวอักษร Q ซ่อนอยู่บนกากบาทของสี่เหลี่ยมผืนผ้าซึ่งมีภาพพืชผักและผลไม้เขียวชอุ่มอยู่ด้วยทั้งหมดนี้ล้อมด้วยวงกลมสีดำซึ่งขอบของวงกลมด้านบนมีข้อความว่าอาหารปลอดภัยและขอบวงกลมด้านล่างมีข้อความว่า Food Safety ภายใต้วงกลมนี้มีชื่อกระทรวงสาธารณสุขและ Ministry of Public Health ใช้เป็นสัญลักษณ์เพื่อ

1. รับรองอาหาร ได้แก่ อาหารสด อาหารแปรรูปปรุงจำหน่าย สารเคมีที่ตรวจได้แก่ บอแรกซ์ สารตกค้างจากยาฆ่าแมลง สารฟอกขาว สารกันเชื้อรา สารฟอรัมาลิน สารเร่งเนื้อแดง จุลินทรีย์ คลอแรมเฟนิคอล ไนโตรฟูแรน
2. รับรองสถานประกอบการ ด่านนำเข้า สถานที่เพาะเลี้ยง เพาะปลูก (สถานที่นำเข้า ได้แก่ ด้านต่างๆ สถานที่ผลิตได้แก่ แปลงปลูก โรงฆ่าสัตว์ สถานที่จำหน่าย ได้แก่ ตลาดสด ซูเปอร์มาร์เก็ต ร้านขายอาหาร สถานที่จำหน่ายยา และเภสัชเคมีภัณฑ์) (25)



2.1.10.9 เครื่องหมาย “รับรองคุณภาพระบบตรวจสอบสารพิษ”

สัญลักษณ์ รับรองคุณภาพระบบตรวจสอบสารพิษ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข เป็นภาพต้นผักใบเขียวอยู่ในวงกลมสีแดงขอบดำใช้รับรองคุณภาพระบบ

ตรวจสอบสารพิษตกค้างในผักสด/ผลไม้ ซึ่งผู้ประกอบการสามารถดำเนินการตรวจสอบผักสด/ผลไม้สด ที่จำหน่ายได้อย่างเป็นระบบ สามารถตรวจสอบให้เป็นไปตามข้อกำหนด และเงื่อนไขของกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข (25)



2.1.10.10 เครื่องหมาย “Q”

สัญลักษณ์ Q (คิว) หรือ สัญลักษณ์อาหารปลอดภัย ของกระทรวงเกษตรและสหกรณ์เป็นรูปตัว Q วงกลมของตัว Q เป็นสีเขียว หางตัว Q เป็นธงชาติไทย มีอักษรคำว่า “กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ อยู่บนตัว Q ด้านล่างตัว Q จะมีตัวอักษรซึ่งแปรเปลี่ยนไปตามชื่อของกรมที่ออกไปรับรอง และรหัสชนิดพืช สัตว์ ผลิตภัณฑ์และปัจจัยการผลิตที่ให้การรับรอง สัญลักษณ์นี้ใช้เพื่อ

1) รับรองปัจจัยการผลิต ฟาร์ม โรงงานแปรรูป สินค้าเกษตร สินค้าเกษตรแปรรูป อาหาร แหล่งผลิตสินค้า

2) รับรองสินค้าอาหาร

3) รับรองระบบ การจัดการด้านความปลอดภัย คุณภาพของอาหาร

เช่น ระบบ CoC (Code of Conduct) GAP (Good Agricultural Practice) GMP (Good Manufacturing Practice) HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point)

4) รับรองสินค้าที่มีใช้อาหาร เช่น ปัจจัยการผลิตทางการเกษตร

5) รับรองระบบอื่นๆ ที่ไม่ใช่ด้านความปลอดภัย และคุณภาพของอาหาร

หน่วยงานที่รับรอง ได้แก่ กรมประมง กรมปศุสัตว์ กรมวิชาการเกษตร กรมส่งเสริมการเกษตร กรมส่งเสริมสหกรณ์ กรมพัฒนาที่ดิน สำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ และองค์การตลาดเพื่อเกษตรกร โดยแต่ละหน่วยงาน แบ่งกันรับผิดชอบในการตรวจสอบรับรองดังนี้

ก. กรมประมง ตรวจสอบรับรอง ผลผลิตและผลิตภัณฑ์ประมง

ข. กรมปศุสัตว์ ตรวจสอบรับรอง ผลผลิต และผลิตภัณฑ์จากปศุสัตว์

ค. กรมส่งเสริมการเกษตร ตรวจสอบรับรอง ผลิตภัณฑ์ชุมชน

ง. กรมส่งเสริมสหกรณ์ ตรวจสอบ รับรอง ผลิตภัณฑ์ของสมาชิกสหกรณ์

จ. กรมพัฒนาที่ดิน ตรวจสอบรับรองปัจจัยการผลิต (สารเร่งสำหรับทำ

ปุ๋ยหมัก)

จ. สำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ ตรวจสอบรับรอง มาตรฐานคุณภาพ และการติดฉลากสินค้าเกษตร สินค้าเกษตรแปรรูป และสินค้าอาหาร

ข. องค์การตลาดเพื่อเกษตรกร ตรวจสอบรับรอง ความปลอดภัยของแหล่งจำหน่ายผลผลิต และผลิตภัณฑ์ทางการเกษตร

ค. กรมวิชาการเกษตร เป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบในการตรวจสอบรับรองมาตรฐานสินค้าเกษตรด้านพืช โดยเริ่มตั้งแต่แหล่งผลิตของเกษตรกร จนถึงผู้บริโภค ที่เรียกว่า From Farm to Table ซึ่งเป็นการแก้ปัญหาการปนเปื้อนในพืชอาหาร และอาหารแปรรูปจากพืชอย่างครบวงจร ทั้งนี้ กรมวิชาการเกษตร ได้ดำเนินการ-ตรวจสอบและรับรองพร้อมทั้งมอบสัญลักษณ์ Q ให้กับเกษตรกรและผู้ประกอบการในลักษณะต่างๆ ดังนี้

- รับรองแหล่งผลิต (GAP) ดำเนินการกับผัก ผลไม้ และธัญพืช
- รับรองโรงคัดบรรจุ หีบห่อ ดำเนินการกับผัก ผลไม้ และธัญพืช
- รับรองโรงงานแปรรูปสินค้าเกษตร (GMP) ดำเนินการกับผัก ผลไม้ และธัญพืชแปรรูป
- รับรองโรงงานผลิตสินค้าเกษตร ดำเนินการกับสินค้าเกษตรชนิดอื่นๆ
- รับรองโรงรมต่างๆ ดำเนินการกับโรงรมเมทิลโบรไมด์ สำหรับกล้วยไม้ โรงรม-ซัลเฟอร์ไดออกไซด์ สำหรับลำไย เป็นต้น
- รับรองระบบการผลิตอาหารปลอดภัย (Food Safety) ดำเนินการกับระบบการผลิตดังนี้
 - ผัก ผลไม้ และธัญพืชที่ผ่านการรับรองโรงคัดบรรจุหีบห่อและมีสมาชิกเครือข่ายที่ได้รับการรับรองแหล่งผลิต (GAP)
 - ผัก ผลไม้ และธัญพืชแปรรูป ที่ผ่านการรับรองโรงงานแปรรูปสินค้าเกษตร (GMP) และระบบ HACCP (25)



2.1.10.11 เครื่องหมาย “ผลิตภัณฑ์อินทรีย์”

สัญลักษณ์ผลิตภัณฑ์อินทรีย์ ประกอบด้วย วงกลม 2 วง วงแรกอยู่ในสุด เป็นวงกลมเล็กสีเขียว ล้อมกรอบด้วยวงกลมสีดำ ด้านบนของวงกลมเป็นเส้นคำสลับหนา บาง ด้านล่างของวงกลมเป็นตัวอักษรคำว่า “ผลิตภัณฑ์อินทรีย์” สีเขียว ภายในวงกลมใหญ่มีอักษรภาษาอังกฤษ

ว่า Organic Thailand ภายใต้วอักษรเป็นแถบสีธงชาติไทย สัญลักษณ์นี้เป็นของกรมวิชาการเกษตร ใช้รับรองระบบการผลิตพืชอินทรีย์และผลผลิตเกษตรอินทรีย์ (25)



2.1.10.12 เครื่องหมาย

เครื่องหมายนี้แสดงถึงผลิตภัณฑ์ทางเกษตรที่ผลิตจากฟาร์มที่ใช้กรรมวิธีแบบเกษตรอินทรีย์ซึ่งออกเป็นกฎหมายรับรองโดย องค์การอาหารและยาของสหรัฐฯ ตั้งแต่เดือนตุลาคม ปี ค.ศ. 2002 ทั้งนี้เนื่องมาจากความต้องการการบริโภคสินค้าเกษตรอินทรีย์ที่เพิ่มมากขึ้น ทำให้อุตสาหกรรมเกษตรอินทรีย์มีการขยายตัวอย่างมากจึงได้มีการออกกฎหมายรองรับผลิตภัณฑ์ดังกล่าวเพื่อให้ผู้บริโภคได้ตระหนักถึง (26)



2.1.10.13 เครื่องหมาย "โครงการผัก-ผลไม้ปลอดภัย"

ตราเครื่องหมายของโครงการนำร่องการผลิตผักผลไม้สดปลอดภัย เป็นตรารับรองซึ่งแสดงให้เห็นว่าผักผลไม้ดังกล่าว ได้ถูกผลิตจากฟาร์มที่ได้รับการรับรองจากกรมวิชาการเกษตรว่าได้ผ่านการผลิตที่ปลอดสารพิษและปลอดภัยต่อผู้บริโภค (27)

ผลการตรวจสอบสารพิษตกค้างในผักปลอดสารพิษ จากไร่เกษตรกรของกรมส่งเสริมการเกษตรพบสารพิษตกค้างสูงกว่าเกณฑ์กำหนดร้อยละ 37แสดงให้เห็นว่า ผักปลอดสารพิษที่คนรักสุขภาพซื้อมารับประทานบริโภคกันขณะนี้ไม่ได้ปลอดภัยแน่นอนอย่างที่เราคิดกัน ซึ่งปัญหาสารพิษตกค้างในผัก สาเหตุสำคัญเกิดจากการใช้สารเคมี ในช่วงการผลิตถึงร้อยละ 90 ดังนั้นการแก้ปัญหากรมวิชาการเกษตร จึงทำโครงการผักผลไม้ปลอดภัย โดยให้เกษตรกรที่เข้าเป็นสมาชิกต้องใช้น้ำ และยาป้องกันแมลงเฉพาะใน 4 กลุ่มคือ ออกาโนคลอไรด์ ออกาโนฟอสเฟต คาร์บาเมต และไพรีทรอยด์ ในปริมาณที่กำหนดไว้อย่างเข้มงวด โดยจะให้ตรา "โครงการผัก-ผลไม้ปลอดภัย" เป็นตัวการันตีคุณภาพ แต่ถ้าถูกตรวจพบภายหลังว่าผักที่ปลูกออกมาขายยังมีสารพิษตกค้างเหลืออยู่ ก็จะถูกถอนตราสัญลักษณ์ออกจากผลผลิต (28)



2.1.10.14 ตราสัญลักษณ์ “อาหารรักหัวใจ”

ตราสัญลักษณ์ “อาหารรักหัวใจ” เป็นเครื่องหมายภายใต้โครงการ “อาหารไทยหัวใจดี” จากมูลนิธิหัวใจแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ และคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ที่ออกเพื่อรับรองผลิตภัณฑ์อาหารที่มีไขมันในสัดส่วนที่เหมาะสม รสไม่เค็มจัด ไม่หวานจัดและมีใยอาหารสูง เมื่อบริโภคในปริมาณที่ให้พลังงานเหมาะสม จะไม่เพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด หากมีผลิตภัณฑ์ อาหารที่ได้รับอนุญาตให้ติดตรา “อาหารรักหัวใจ” ก็จะช่วยให้คนเตรียมอาหารเลือกอาหารที่ดีต่อหัวใจได้สะดวกขึ้น และเป็นการสนับสนุนให้ผู้ผลิตอาหาร เจ้าของสินค้า ได้ผลิตภัณ์อาหารที่ดีต่อสุขภาพด้วย

ส่วนผลิตภัณฑ์อาหารที่จะได้รับอนุญาตติด ตราสัญลักษณ์ “อาหารรักหัวใจ” นั้น ต้องได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการ สำหรับประเภทอาหารที่รับพิจารณาในเบื้องต้น นั้น มีอยู่ 6 กลุ่ม แต่ละกลุ่มจะมีเกณฑ์พิจารณาดังนี้ คือ

- 1) ธัญชาติและผลิตภัณฑ์ พิจารณาใยอาหารและปริมาณเกลือและไขมัน ไม่สูงเกินกำหนด
- 2) อาหารทะเล เนื้อสัตว์ และผลิตภัณฑ์ พิจารณาปริมาณไขมัน สัดส่วนชนิดของไขมัน และเกลือไม่มากเกินไป
- 3) นมและผลิตภัณฑ์นม พิจารณาระดับไขมัน และสัดส่วนของไขมันที่เหมาะสม ระดับน้ำตาลและเกลือไม่สูงเกินกำหนด
- 4) น้ำมัน พิจารณาสัดส่วนของไขมันที่เหมาะสม และปริมาณวิตามินอี ตามเกณฑ์กำหนด
- 5) ถั่วและผลิตภัณฑ์ถั่ว พิจารณาระดับไขมัน และสัดส่วนที่เหมาะสม ระดับน้ำตาลและเกลือไม่สูงเกินกำหนด
- 6) น้ำดื่ม เป็นการส่งเสริมให้มีการดื่มน้ำเปล่าแทนที่น้ำอัดลมหรือน้ำชนิดอื่นๆ

โดยผู้ผลิตสินค้าทั้ง 6 กลุ่มสามารถยื่นแสดงความจำนงมายังกรรมการเพื่อพิจารณาอนุมัติให้ใช้ตรา “อาหารรักหัวใจ” ได้ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป เมื่อคณะกรรมการตรวจสอบคุณสมบัติถูกต้องตามเกณฑ์ ผลิตภัณฑ์นั้นๆ จะได้รับอนุญาตให้ใช้ตราสัญลักษณ์นี้ครั้งละ 2 ปี และสามารถต่ออายุได้ถ้ายังคงคุณภาพตามเกณฑ์ ส่วนสินค้าใดที่ไม่ผ่านการเกณฑ์ที่กำหนดก็

สามารถไปปรับปรุงแล้วเพิ่มความจำนำมาใหม่ได้เช่นกัน โดยขั้นตอนการพิจารณาก่อนอนุมัติใช้ตราสัญลักษณ์ใช้เวลาประมาณ 1 เดือน (29)



2.1.10.15 เครื่องหมาย “The Pick The Tick”

ประเทศนิวซีแลนด์ได้ใช้ตรา The Pick the Tick โดยอยู่ใน The Pick the Tick Program ก่อตั้งในปี ค.ศ. 1991 โดยมูลนิธิโรคหัวใจ ทั้งนี้เพื่อให้ประชาชนมีทางเลือกสำหรับอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้นและยังช่วยกระตุ้นให้ผู้ผลิตได้ตระหนักถึงการผลิตอาหารที่ดีต่อสุขภาพอีกด้วย โดยผลิตภัณฑ์อาหารที่ได้รับการรับรองนี้จะผ่านการตรวจสอบแล้วว่ามีไขมันต่ำ มีไขมันอิ่มตัวต่ำ มีการเติมน้ำตาลและโซเดียมต่ำ และอาจมีใยอาหารสูง (30)



2.1.10.16 เครื่องหมาย “The heart-check mark”

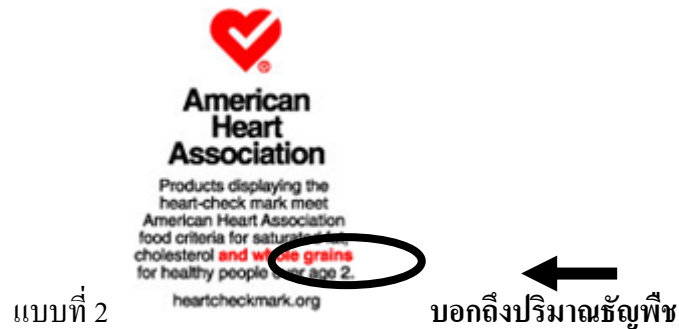
American Heart Association
Products displaying the heart-check mark meet American Heart Association food criteria for saturated fat and cholesterol for healthy people over age 2.

เป็นเครื่องหมายที่รับรองโดย The American Heart Association เป็นการรับรองถึงผลิตภัณฑ์อาหารที่มีประโยชน์เหมาะแก่การบริโภคเพื่อให้ประชาชนมีทางเลือกเพื่อมากขึ้นซึ่งเป็นอาหารที่เหมาะสมแก่ประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 2 ปีขึ้นไป หากมีโรคประจำตัวควรปรึกษาแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญก่อนบริโภคโดยแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ



แบบที่ 1

ไขมันรวม 3 กรัม หรือน้อยกว่า ไขมันอิ่มตัว 1 กรัมหรือน้อยกว่า โคลเลสเตอรอล 20 กรัม หรือน้อยกว่า โซเดียม 480 มิลลิกรัม หรือน้อยกว่า และประกอบไปด้วยสารอาหารเหล่านี้อย่างน้อย 1 ชนิดในปริมาณที่มากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 10 ที่ร่างกายต้องการใน 1 วัน คือ วิตามิน เอ ซี เหล็ก แคลเซียม โปรตีน หรือ ใยอาหาร



แบบที่ 2

บอกถึงปริมาณธัญพืช

แตกต่างจากแบบที่ 1 ตรงที่ปริมาณไขมันรวมจะน้อยกว่า 6.5 กรัม ปริมาณไขมันอิ่มตัวกำหนดให้ 0.5 กรัมหรือน้อยกว่า มีปริมาณของธัญพืชที่ร้อยละ 51 ของน้ำหนัก ต่อ Reference Amount Customarily Consumed (RACC) (31)



2.1.10.17 เครื่องหมาย “The Whole Grain Stamp”

เป็นเครื่องหมายที่รับรองโดย The Whole Grain Council ของสหรัฐฯ ตั้งแต่ เดือนมกราคม ปี ค.ศ. 2005 เพื่อรับรองผลิตภัณฑ์อาหารที่ประกอบด้วยธัญพืชแบ่งออกเป็น 3 ลักษณะคือ

1. Good source ซึ่งจะธัญพืชอย่างน้อย 8 กรัมต่อ 1 หน่วยบริโภค
2. Excellent source ซึ่งจะประกอบไปด้วยธัญพืชอย่างน้อย 16 กรัมต่อ 1

หน่วยบริโภค

3. Excellent source / 100% ซึ่งจะประกอบไปด้วยธัญพืชอย่างน้อย 16 กรัมต่อ 1 หน่วยบริโภค และไม่มีการดัดแปลงใดๆทั้งสิ้น (32)



2.1.10.18 เครื่องหมาย “The Healthier Choice Symbol”

เป็นเครื่องหมายซึ่งรับรองโดย The Health Promotion Board (HPB) ก่อตั้งขึ้นในปี ค.ศ. 2001 โดยรัฐบาลประเทศสิงคโปร์มีจุดประสงค์เพื่อช่วยให้ประชาชนมีทางเลือกเพิ่มมากขึ้นในการเลือกซื้ออาหารที่ดีต่อสุขภาพ โดยผลิตภัณฑ์อาหารที่ได้รับเครื่องหมายนี้แสดงถึงมีปริมาณไขมันรวม ไขมันอิ่มตัว และโซเดียมในปริมาณต่ำ และอาจมีใยอาหารและแคลเซียมสูงเมื่อเทียบกับอาหารประเภทเดียวกัน (33)



2.1.10.19 เครื่องหมาย “V-label

เป็นเครื่องหมายแสดงถึงผลิตภัณฑ์อาหารที่เป็นมังสวิรัติ ซึ่งจดทะเบียนภายใต้การรับรองของ The European Vegetarian Union (EVU)

สาเหตุที่ทำให้เกิดเครื่องหมายนี้

- 1) มีเครื่องหมายรับรองอาหารที่เป็นมังสวิรัติไม่เพียงพอบนผลิตภัณฑ์อาหาร
- 2) ทำให้มีอาหารสำหรับผู้รับประทานมังสวิรัติในตลาด
- 3) ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในการปรุงประกอบอาหารสำหรับผู้รับประทานมังสวิรัติ
- 4) ทำให้สะดวกต่อการสังเกตในการซื้อสินค้า

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้สะดวกและชัดเจนสำหรับผู้รับประทานมังสวิรัติและทำให้ผลิตภัณฑ์อาหารไม่มีการปนเปื้อน
- 2) เป็นการประชาสัมพันธ์ทำให้ตลาดของมังสวิรัติกว้างมากขึ้น
- 3) ทำให้เป็นเครื่องหมายแสดงความเป็นเอกลักษณ์ของสินค้ามังสวิรัติของยุโรป

เป้าหมายของกลุ่มผู้บริโภค

- 1) ผู้บริโภคทั่วไป
- 2) ผู้บริโภคที่ไม่รับประทานเนื้อสัตว์
- 3) ผู้ที่เป็นมังสวิรัติ
- 4) ผู้ที่แพ้จากการรับประทานอาหาร
- 5) ผู้ที่เคร่งในการรับประทานอาหารเช่น ห้ามรับประทานเนื้อหมู หรือตาม

หลักศาสนาอิสลาม (34)



2.1.10.20 เครื่องหมาย “the GI Symbol”

เครื่องหมายนี้เป็นการดำเนินงานร่วมกันของ University of Sydney, Diabetes Australia และ Juvenile Diabetes Research Foundation ประเทศออสเตรเลียโดยทั้งหมดเป็นสมาชิกของ Glycemic Index Limited เพื่อวิเคราะห์ผลิตภัณฑ์อาหารถึงค่าของดัชนีน้ำตาล แยกออกเป็น สูง กลางและต่ำเพื่อประโยชน์แก่ผู้บริโภค โดยจะมีระดับของ GI บอกไว้ที่บรรจุภัณฑ์ (35)



2.1.10.21 เครื่องหมาย “อาหารเพิ่มสารอาหาร”

เครื่องหมายรับรอง “อาหารเพิ่มสารอาหาร” (Nutrition Seal) เป็นเครื่องหมายหรือสัญลักษณ์ที่ใช้แสดงที่ภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อบ่งบอกว่าผลิตภัณฑ์อาหารที่มีการเพิ่มสารอาหารที่มีการเพิ่มสารอาหารชนิดที่ประชากรไทยมีความเสี่ยงที่จะขาดซึ่งคณะกรรมการจะกำหนดทั้งชนิดของผลิตภัณฑ์อาหารและชนิดของสารอาหารที่เสริมโดยกรมอนามัยรับผิดชอบดูแลมาตรฐานการเพิ่มสารอาหารรับรองโดยกองโภชนาการ กระทรวงสาธารณสุข ปัจจุบัน มีผลิตภัณฑ์อาหารที่สมัครขอรับเครื่องหมายดังกล่าว เช่น

- 1) เกลือบรีโอกเสริมไอโอดีน (มีเครื่องหมายแสดงที่ซองบรรจุ)
- 2) บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป (ตรา มาม่า และไวไว บริษัทผู้ผลิตยังไม่ได้แสดงเครื่องหมายที่ซองบรรจุ)
- 3) น้ำปลาเสริมธาตุเหล็กและไอโอดีน (น้ำปลาผสมตราปลาเอก, น้ำปลาแท้ตราเสม็ดพลัส ตราไชยฉลอม ตราเทศโก้ และตราสามแม่ครัว) (36)



2.1.10.22 เครื่องหมาย “Superbrands”

เป็นเครื่องหมายภายใต้การรับรองของ The Superbrands Council for Thailand จะเป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบในการประเมินอุตสาหกรรมในประเทศไทยซึ่งแบ่งออกเป็น 9 อุตสาหกรรม ในการมอบรางวัลให้กับแต่ละธุรกิจนั้นจะประเมินที่เป็นสินค้าที่ได้รับความนิยมในผู้บริโภคมาช้านาน เป็นสินค้าที่ดี หรือเป็น ยี่ห้อที่ ผู้บริโภคไว้ใจในคุณภาพ โดยจะทำการประเมินทุกๆปี โดย Synovate ซึ่งเป็นบริษัททำวิจัยนานาชาติโดยทำการ โหวตจากผู้บริโภค 1,000 คน ยี่ห้อ

ที่ได้รับความนิยมจากผู้บริโภคและได้รับรางวัล superbrands award ของไทย เช่น มาลี ทิปโก้ เจต พี ทีที เป็นต้น (37)



2.1.10.23 เครื่องหมาย “PM AWARD” (38)

รางวัลผู้ส่งออกสินค้าและบริการดีเด่น (PRIME MINISTER EXPORT'S AWARD: PM AWARD) ถือเป็นรางวัลสูงสุดของรัฐบาลที่มอบให้แก่ผู้ส่งออก เพื่อแสดงถึงภาพลักษณ์ของ คุณภาพและมาตรฐานของสินค้าไทยในตลาดโลก จัดให้มีขึ้นครั้งแรกในปีพ.ศ. 2535 โดยนายกรัฐมนตรี (นายอานันท์ ปันยารชุน) ได้ริเริ่มนโยบายที่จะสนับสนุนและให้ความสำคัญต่อผู้ประกอบการ ที่มีการส่งออกสินค้าและบริการโดยใช้ชื่อทางการค้าเป็นของตนเอง มีการออกแบบผลิตภัณฑ์ของตนเอง รวมทั้งการสร้างภาพลักษณ์องค์กรที่ดีแก่ผู้ประกอบการที่มีส่วนผลักดันการส่งออกและบริการของประเทศ ทั้งนี้ เพื่อมุ่งหวังให้สินค้าและบริการของไทยสามารถแข่งขันและสร้างตลาดต่างประเทศได้อย่างถาวร ทั้งยังเป็นการสร้างภาพลักษณ์อันดีแก่สินค้าและบริการของไทย จึงได้กำหนดให้มีการประกาศเกียรติคุณและมอบรางวัลดังกล่าวแก่ผู้ส่งออกสินค้าและบริการดีเด่นอย่างต่อเนื่อง นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2535 เป็นต้นมา โดยนายกรัฐมนตรีเป็นประธานมอบรางวัล ณ ทำเนียบรัฐบาล เพื่อเป็นเกียรติและกำลังใจแก่ผู้ประกอบการส่งออกทั้งสินค้าและบริการที่ได้ริเริ่มและพยายามบุกเบิกตลาดต่างประเทศภายใต้ชื่อทางการค้าของตนเอง รวมทั้งการออกแบบผลิตภัณฑ์ของตนเองจนเป็นที่ยอมรับในตลาดโลก

วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 1) เพื่อให้สินค้าและบริการของไทยสามารถแข่งขันและรักษาตลาดต่างประเทศได้อย่างถาวร และเป็นที่รู้จักในตลาดโลกมากยิ่งขึ้น
- 2) เพื่อสนับสนุนให้ผู้ประกอบการของไทยเปิดตลาดต่างประเทศ โดยใช้ชื่อทางการค้าของตนเอง
- 3) เพื่อกระตุ้นให้มีการพัฒนารูปแบบสินค้าที่เป็นของผู้ผลิต/ผู้ส่งออกและออกแบบโดยคนไทย รวมทั้งสร้างชื่อเสียงทางการค้าให้เป็นที่รู้จักมากยิ่งขึ้นในตลาดต่างประเทศ
- 4) เพื่อกระตุ้นให้ผู้ผลิต/ผู้ส่งออกสร้างภาพลักษณ์ที่ดีขององค์กร อันจะนำไปสู่การเสริมสร้างภาพลักษณ์สินค้าและบริการส่งออกของไทยมากขึ้น



2.1.10.24 เครื่องหมาย “รับรองข้าวหอมมะลิ”

เครื่องหมายรับรองข้าวหอมมะลิ หมายถึง เครื่องหมายรับรองข้าวหอมมะลิไทยซึ่งกรมการค้าต่างประเทศได้จดทะเบียนเป็นเจ้าของไว้ต่อกรรพัสสินทางปัญญาเพื่อรับรองว่าเป็นข้าวที่มีแหล่งกำเนิดในประเทศไทย มีคุณภาพเป็นไปตามมาตรฐานข้าวหอมมะลิไทยที่กระทรวงพาณิชย์กำหนดโดยมีข้อความอักษรภาษาไทยว่า “ข้าวหอมมะลิไทย” และภาพลักษณ์เมล็ดข้าวและรวงข้าวอยู่ภายในวงกลม ซึ่งล้อมรอบด้วยอักษรภาษาอังกฤษว่า “Thai Hom Rice” Original in Thailand และ Department of Foreign Trade

วัตถุประสงค์ของเครื่องหมาย

1) เพื่อแสดงว่าข้าวหอมมะลิไทยที่ส่งออกภายใต้เครื่องหมายรับรองมีคุณภาพตามมาตรฐานข้าวหอมมะลิไทยที่กระทรวงพาณิชย์กำหนด เรื่อง กำหนดให้ข้าวหอมมะลิไทยเป็นสินค้ามาตรฐานและมาตรฐานสินค้าข้าวหอมมะลิไทย พ.ศ. 2544 ภายใต้ พรบ. มาตรฐานสินค้าออก พ.ศ. 2503 ซึ่งมีผลใช้บังคับตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม พ.ศ. 2545 กำหนด ให้ข้าวหอมมะลิไทยมีชั้นคุณภาพเพียงชั้นเดียว คือ ต้องมีข้าวหอมมะลิไทยไม่ต่ำกว่าร้อยละ 92

2) เพื่อรักษาดลาดข้าวหอมมะลิไทยให้เกิดความมั่นใจแก่ผู้นำเข้าและผู้บริโภคต่างประเทศว่าข้าวหอมมะลิไทยที่ส่งออกภายใต้เครื่องหมายดังกล่าวมีแหล่งกำเนิดในประเทศไทยมีคุณภาพตามมาตรฐานข้าวหอมมะลิไทยที่กระทรวงพาณิชย์กำหนด (39)



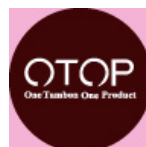
2.1.10.25 เครื่องหมาย “รูปมือพนม”

ปัจจุบันข้าวสารบรรจุถุงเป็นที่นิยมของประชาชนในการเลือกซื้อไปบริโภคอย่างกว้างขวาง ขณะเดียวกันก็มีตราสินค้าและชนิดของข้าวสารบรรจุถุงมากมายหลายชนิดให้ผู้บริโภคได้เลือกซื้อ โดยเฉพาะข้าวสารหอมมะลิซึ่งเป็นที่นิยมกันอย่างมาก และเพื่อเป็นการดูแลคุ้มครองผู้บริโภคให้ได้รับความเป็นธรรมในการเลือกซื้อข้าวสารที่มีคุณภาพและได้มาตรฐานกรมการค้าภายใน กระทรวงพาณิชย์ จึงได้จัดทำ “โครงการพัฒนาคุณภาพข้าวสารบรรจุถุงเพื่อผู้บริโภค” โดยเน้นข้าวสารหอมมะลิบรรจุถุงที่วางจำหน่ายต้องมีมาตรฐาน ดังนี้

- 1) มีข้าวหอมมะลิไม่น้อยกว่าร้อยละ 92
- 2) ลักษณะเมล็ดเป็นข้าวเมล็ดยาว มีความขาว ท้องไข่น้อยโดยธรรมชาติ มีอัตราส่วนความยาวเฉลี่ยต่อความกว้างเฉลี่ยของข้าวเต็มเมล็ด ต้องไม่ต่ำกว่า 3: 2:1
- 3) มีปริมาณมิโลสอยู่ระหว่างร้อยละ 13-18 ที่ระดับความชื้นร้อยละ 14 มีค่าการสลายเมล็ดข้าว ในค่าระดับ 6-7

ผู้ประกอบการค้าข้าวหอมมะลิบรรจุถุงที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว ว่าจะมีมาตรฐานตามที่กำหนดจะได้รับอนุญาตให้ใช้เครื่องหมายรับรองมาตรฐานรูปพนมมือของกรมการค้าภายใน ขณะนี้มีผู้ประกอบการค้าข้าวหอมมะลิบรรจุถุงที่ได้รับอนุญาตให้ใช้เครื่องหมายรับรองจำนวน 84 ราย 144 ตรา อาทิ ดอกบัว ดาวเรือง ม้า บังมังกู ธนสาร ฉัตร ฉัตรเพชร ฉัตรอุบล อคศ. บัณฑิตน้อย 3 โลมา ดอกจิก เกรทชาเวสต์ ไทไท อิมทิพย์ เกษตร ฉลาดชิม พระจันทร์ ข้าวรัชมงคล สุรินทร์ทิพย์ ตะวันทอง สมอเรือ มานูญครอง จัสมินโกลด์มานูญครอง มานูญครอง(สีแดง) เบญจรงค์ สุพรรณหงษ์ รุ่งทิพย์เพื่อนไทย มังกรหลวง รวงทอง โค-โค ปิ่นเงิน ขวัญเรือน ปิ่นเงินเพชร หงษ์ทอง ศาลาทอง นางร้านกระเรียนทอง ทิพย์ตะวัน แสนดี ออรักันนิค แม่ทองหล่อ ฯลฯ

ผู้ประกอบการค้าข้าวที่ต้องการขออนุญาตใช้เครื่องหมายรับรองมาตรฐานข้าวหอมมะลิบรรจุถุงรูปพนมมือ สามารถยื่นขออนุญาตได้ที่กลุ่มงานข้าวและผลิตภัณฑ์สำนักส่งเสริมการค้าสินค้าเกษตร กรมการค้าภายใน ชั้น 12 จังหวัดนนทบุรี โทร. 0-257-5502-4 (40)



2.1.10.26 เครื่องหมาย “OTOP”

“หนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์” เป็นแนวทางประการหนึ่ง ที่จะสร้างความเจริญแก่ชุมชนให้สามารถยกระดับฐานะความเป็นอยู่ของคนในชุมชนให้ดีขึ้น โดยการผลิตหรือจัดการทรัพยากรที่มีอยู่ในท้องถิ่น ให้กลายเป็นสินค้าที่มีคุณภาพ มีจุดเด่นเป็นเอกลักษณ์ของตนเองที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น สามารถจำหน่ายในตลาดทั้งภายใน และต่างประเทศ โดยมีหลักการ พื้นฐาน 3 ประการ คือ

- 1) ภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่สากล (Local Yet Global)
- 2) พึ่งตนเองและคิดอย่างสร้างสรรค์ (Self-Reliance-Creativity)
- 3) การสร้างทรัพยากรมนุษย์ (Human Resource Development)

ผลิตภัณฑ์ ไม่ได้หมายถึงตัวสินค้าเพียงอย่างเดียวแต่เป็นกระบวนการทางความคิด รวมถึงการบริการ การดูแลการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม การรักษาภูมิปัญญาไทย การท่องเที่ยว ศิลปวัฒนธรรม ประเพณี การต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่น การแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อให้กลายเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพ มีจุดเด่น จุดขายที่รู้จักกันแพร่หลายไปทั่วประเทศและทั่วโลก

วัตถุประสงค์ของหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์ จากนโยบายของรัฐบาล ที่แถลงต่อรัฐสภา และตามระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรีว่าด้วยคณะกรรมการอำนวยการหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์แห่งชาติ พ.ศ. 2544 การดำเนินงานตามโครงการหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อ

- 1) สร้างงาน สร้างรายได้ แก่ชุมชน
- 2) สร้างความเข้มแข็งแก่ชุมชน ให้สามารถคิดเอง ทำเอง ในการพัฒนาท้องถิ่น
- 3) ส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่น
- 4) ส่งเสริมการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์
- 5) ส่งเสริมความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของชุมชน ในการพัฒนาผลิตภัณฑ์ โดยสอดคล้องกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมในท้องถิ่น (41)



2.1.10.27 เครื่องหมาย “เชลล์ชวนชิม”

ม.ร.ว.ถนัดศรี สวัสดิวัฒน์ หรือ ถนัดสอ เป็นผู้เริ่มต้นก่อตั้งและแนะนำร้านอาหารอร่อยในหนังสือ ก่อนจะพัฒนาเป็นป้ายเชลล์ชวนชิม เพื่อเป็นเครื่องหมายรับประกันรสชาติอาหารตาม ร้านต่างๆ ความเชื่อมั่นที่ดำรงอยู่ยาวนานถึง 40 ปี ไม่ใช่เรื่องปกติธรรมดาที่ใครจะทำได้ง่ายๆ เครดิตของ เชลล์ชวนชิมตามร้านต่างะนั้น เป็นที่ยอมรับของนักกินทั่ว ฟ้ามืองไทยว่าเข้าไปไม่ผิดหวัง และสามารถเลือกกินได้ตามอำนาจเงิน (42)

2.2 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค (Consumer Behavior)

2.2.1 ความหมาย

2.2.1.1 หมายถึง กระบวนการตัดสินใจ และกิจกรรมทางกายภาพที่บุคคลกระทำเมื่อเขาทำการประเมิน (evaluating) แสวงหาและครอบครอง (acquiring) การใช้ (using) หรือบริโภค (consuming) สินค้าและบริการ (goods and services)

2.2.1.2 หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลในการค้นหา (searching) การซื้อ (purchasing) การใช้ (using) การประเมิน (evaluating) และการดำเนินการ (disposing) เกี่ยวกับสินค้าหรือบริการ โดยคาดหวังว่าสิ่งเหล่านั้นจะสามารถตอบสนองความต้องการของตนได้

2.2.1.3 หมายถึง กระบวนการตัดสินใจและลักษณะกิจกรรมของแต่ละบุคคลในการประเมิน (evaluating) การจัดหา (acquiring) การใช้ (using) และการดำเนินการ (disposing) เกี่ยวกับสินค้าและบริการ

สรุปได้ว่า พฤติกรรมผู้บริโภค หมายถึง กระบวนการหรือพฤติกรรมการตัดสินใจ การซื้อ การใช้ และการประเมินผลการใช้สินค้าหรือบริการของบุคคล ซึ่งมีความสำคัญต่อการซื้อสินค้าและบริการทั้งในปัจจุบันและอนาคต (43)

โดยทั่วไปการเกิดพฤติกรรมของมนุษย์ จะมีสาเหตุให้เกิดเสมอ เหตุดังกล่าวจะเป็นตัวกระตุ้นทำให้เกิดความต้องการและความต้องการกระทำพฤติกรรมโดยมีกระบวนการที่เรียกว่า “กระบวนการของพฤติกรรม” (process of behavior) มีลักษณะดังนี้

1) มีสาเหตุให้เกิด (Behavior is cause) สิ่งที่เป็นสาเหตุ คือความต้องการในตัวคนนั่นเอง

2) มีแรงจูงใจหรือแรงกระตุ้น (Behavior is motivated) ความต้องการที่จะบรรลุวัตถุประสงค์เป็นแรงกระตุ้นหรือแรงจูงใจที่แสดงพฤติกรรมต่างๆ เพื่อตอบสนองความต้องการนั้นๆ

3) มุ่งไปสู่เป้าหมาย (Behavior is goal-directed) คนที่แสดงพฤติกรรมออกมา มีความมุ่งไปสู่เป้าหมายแน่นอน เพื่อบรรลุความต้องการของตน (7)

2.2.2 ปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจของผู้บริโภค แบ่งออกเป็น 2 ประการได้แก่

2.2.2.1 ปัจจัยภายใน (internal factor) ได้แก่ ความจำเป็น ความต้องการและความปรารถนา แรงจูงใจ บุคลิกภาพ ทัศนคติ การรับรู้ และการเรียนรู้ ซึ่งเป็นปัจจัยที่เกิดจากตัวบุคคล ในด้านความคิดและการแสดงออก ซึ่งมีพื้นฐานมาจากสภาพแวดล้อมต่างๆ มีดังนี้

1) ความจำเป็น (needs) ความต้องการ (wants) และความปรารถนา (desires) ซึ่งเราจะใช้คำว่าความต้องการในการสื่อความเป็นส่วนใหญ่ โดยที่ความต้องการสิ่งหนึ่งสิ่งใดของบุคคลจะเป็นจุดเริ่มต้นของความต้องการในการใช้สินค้าหรือบริการ ความต้องการของมนุษย์ หรือความต้องการของผู้บริโภคเป็นเกณฑ์สำหรับการตลาดยุคใหม่ คือ ธุรกิจต้องสามารถที่จะกำหนดและตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคที่ยังไม่ได้รับการตอบสนอง (unfulfilled needs)

2) แรงจูงใจ (motive) เป็นเรื่องที่สำคัญที่เราต้องศึกษาถึงความต้องการและความคิดของผู้บริโภค เพื่อที่จะสร้างแรงจูงใจในการซื้อสินค้าหรือบริการแก่ผู้บริโภคให้ได้

3) บุคลิกภาพ (personality) เป็นลักษณะนิสัยโดยรวมของบุคคลที่พัฒนาขึ้นมาจากความคิด ความเชื่อ อุปนิสัย และสิ่งจูงใจต่างๆ ระยะเวลาและแสดงออกมาในด้านต่างๆ ซึ่งมีผลต่อการกำหนดรูปแบบในการสนอง (reaction) ของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ซึ่งจะเป็นลักษณะการตอบสนองในรูปแบบที่คงที่ต่อตัวกระตุ้นทางสภาพแวดล้อม

4) ทัศนคติ (attitude) เป็นการประเมินความรู้สึกหรือความคิดเห็นต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งของบุคคล โดยทัศนคติจะมีผลต่อพฤติกรรมต่างๆ ของบุคคล ดังนั้น เมื่อเราต้องการให้บุคคลใดเปลี่ยนพฤติกรรม เราจะต้องพยายามที่จะเปลี่ยนทัศนคติของเขาก่อน

5) การรับรู้ (perception) เป็นกระบวนการของบุคคลในการยอมรับความคิดหรือการกระทำของบุคคลอื่น

6) การเรียนรู้ (learning) เป็นการเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลที่เกิดจากการรับรู้และประสบการณ์ของบุคคล

2.2.2.2 ปัจจัยภายนอก (external factor) ได้แก่ สภาพเศรษฐกิจ ครอบครัวยุค สังคม วัฒนธรรม การติดต่อธุรกิจ และสภาพแวดล้อม ซึ่งหมายถึงปัจจัยที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมรอบตัวของบุคคลซึ่งมีอิทธิพลต่อความคิดและพฤติกรรมของผู้บริโภค มีดังนี้

1) สภาพเศรษฐกิจ (economy) เป็นสิ่งที่กำหนดอำนาจซื้อ (purchasing power) ของผู้บริโภค

2) ครอบครัว (family) การเลี้ยงดูในสภาพครอบครัวที่แตกต่างกันส่งผลให้บุคคลมีความแตกต่างกัน

3) สังคม (social) กลุ่มสังคมนรอบๆ ตัวของบุคคลมีผลต่อการปรับพฤติกรรมของบุคคลให้เป็นในทิศทางเดียวกันของสังคม เพื่อการยอมรับเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

4) วัฒนธรรม (culture) เป็นวิถีการดำเนินชีวิตที่สังคมเชื่อถือเป็นสิ่งที่ดีงามและยอมรับปฏิบัติมา เพื่อให้สังคมดำเนินและมีพัฒนาการไปได้ด้วยดี

5) การติดต่อธุรกิจ (business contact) หมายถึงโอกาสที่ผู้บริโภคจะได้พบเห็นบริการหรือสินค้านั้นๆ สินค้าตัวใดที่ผู้บริโภคได้รู้จักและพบเห็นบ่อยๆ ก็จะมีคุณค่าซึ่งทำให้ผู้บริโภคมีความไว้วางใจและมีความยินดีที่จะใช้สินค้านั้น การสร้างให้บุคคลเกิดการเปิดรับ (expose) มากเท่าใด ก็ยิ่งทำให้ได้ประโยชน์มากขึ้นเท่านั้น

6) สภาพแวดล้อม (environment) การเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมทั่วไปส่งผลให้การตัดสินใจของผู้บริโภคเปลี่ยนแปลงด้วยเช่นกัน

2.2.3 กระบวนการตัดสินใจซื้อ แบ่งออกเป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้

2.2.3.1 การตระหนักถึงปัญหา (problem recognition) สามารถสรุปปัญหาของผู้บริโภคอาจเกิดขึ้นได้จากสาเหตุต่อไปนี้

- 1) สิ่งของที่ใช้อยู่เดิมหมดไป
- 2) ผลของการแก้ปัญหาในอดีตนำไปสู่ปัญหาใหม่
- 3) การเปลี่ยนแปลงของสภาพครอบครัว
- 4) การเปลี่ยนแปลงของสถานะทางการเงินของบุคคล หรือครอบครัว
- 5) ผลจากการเปลี่ยนกลุ่มอ้างอิง บุคคลแต่ละบุคคลจะมีกลุ่มอ้างอิงในแต่
วัย แต่ละช่วงชีวิตและแต่ละกลุ่มที่แตกต่างกัน เช่นวัยเด็กจะมีกลุ่มอ้างอิงเป็นครอบครัว
- 6) ประสิทธิภาพของการส่งเสริมทางการตลาดที่มีประสิทธิภาพก็จะสามารถกระตุ้นให้ผู้บริโภคตระหนักถึงปัญหาและเกิดความต้องการขึ้นได้

2.2.3.2 การแสวงหาข้อมูล (search for information) เมื่อเกิดปัญหาผู้บริโภคต้องแสวงหาหนทางแก้ไข โดยหาข้อมูลเพื่อช่วยในการตัดสินใจจากแหล่งต่อไปนี้

- 1) ข้อมูลภายใน คือหาจากความทรงจำของตนเองที่สามารถระลึกได้ในระดับต้นๆ

2) ข้อมูลจากภายนอก เป็นข้อมูลจากแหล่งต่างๆ ที่สามารถใช้ข้อมูลเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ได้ เช่น การโฆษณาผ่านสื่อต่างๆ

2.2.3.3 การประเมินทางเลือก (evaluation) นักการตลาดต้องพยายามให้จุดเด่นของสินค้า (Feature) ตรงกับเกณฑ์ (criteria) ในการเลือกซื้อของผู้บริโภค ซึ่งอาจเป็นราคา รูปแบบ หรือคุณสมบัติที่เหมาะสมกับความต้องการหรือสถานะของผู้บริโภค ซึ่งการประเมินสามารถได้ 2 วิธี

1) การแสดงรายการคุณสมบัติของสินค้า เป็นการประเมินโดยใช้รายการคุณสมบัติของสินค้า แล้วนำมาเปรียบเทียบตามความต้องการ ความรู้สึก และสถานภาพของผู้บริโภค โดยผู้บริโภคจะพิจารณาคุณสมบัติที่เห็นว่าสำคัญที่สุดเป็นอันดับต้นๆ

2) การให้คะแนนตามคุณสมบัติของสินค้า โดยกำหนดคะแนนจากต่ำไปสูง

2.2.3.4 การตัดสินใจซื้อ (decision making) ในการซื้อแต่ละครั้งผู้บริโภคจะต้องตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ดังนี้

- 1) ท่านเลือกที่จะซื้อผลิตภัณฑ์นั้นหรือไม่
- 2) ถ้าซื้อท่านจะซื้อยี่ห้ออะไร
- 3) ท่านจะซื้อที่ไหน
- 4) ท่านจะซื้อจำนวนเท่าใด
- 5) ท่านจะซื้ออย่างไร ได้แก่ซื้อสดหรือซื้อผ่อน

นักการตลาดจะต้องพยายามที่สร้างแรงกระตุ้นให้ผู้บริโภคตัดสินใจซื้อสินค้าหรือบริการให้เร็วขึ้น โดย

1) การให้ผลตอบแทนส่วนเพิ่ม (incentives) เพื่อเป็นการจูงใจแก่ผู้บริโภค
 2) การสร้างความแตกต่าง (differentiation) ให้แก่ผลิตภัณฑ์โดยการสร้างให้ผู้บริโภคเห็นถึงความแตกต่างของสินค้าหรือบริการว่ามีความแตกต่าง หรือมีความโดดเด่นจากคู่แข่ง

3) การสร้างความมั่นใจ (confidence) ให้แก่ผู้บริโภค จะทำให้การตัดสินใจง่ายขึ้นและเร็วขึ้น โดยมีภาพพจน์ของตราผลิตภัณฑ์ การให้การรับประกันคุณภาพ ภาพพจน์ที่ดีมีชื่อเสียงมายาวนานของบริษัท เป็นต้น

2.2.3.5 ทศนคติหลังการซื้อ-การใช้ (post-attitudes) การบริโภคสินค้าหรือบริการชิ้นหนึ่งๆ ของผู้บริโภคจะมีขั้นตอน ดังนี้

- 1) ผู้บริโภคจะเกิดการรับรู้ (awareness) ผ่านสื่อต่างๆ
- 2) การยอมรับ (acceptance) ในผลิตภัณฑ์นั้น
- 3) การแสวงหาข้อมูล (search for information) จากแหล่งข้อมูลต่างๆ

4) ความพอใจ (preference)

5) การตัดสินใจซื้อ (select)

6) การใช้ (use) เมื่อใช้แล้วรู้สึกอย่างไรต่อผลิตภัณฑ์ มีความพอใจหรือไม่ ก็จะกลายเป็นทัศนคติหลังการซื้อและการใช้ (post-attitudes) จะเป็นแหล่งข้อมูลสำหรับการตัดสินใจในครั้งต่อไป (43)

2.3 พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอาหาร (Food choice behavior)

พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอาหารในมนุษย์มีหลายปัจจัยที่รวมกันและมีผลซึ่งกันและกันทั้งจากทาง กระบวนการทางชีวเคมีในร่างกายคือ ความอยากอาหาร กลไกทางจิตคือ พฤติกรรมการกิน ทางสังคมและวัฒนธรรม ซึ่งส่งผลต่อ สาธารณสุข และ การค้าที่เพิ่มทางเลือกต่อการบริโภคของประชาชน ซึ่งจะแสดงถึงกระบวนการทางความคิด การตัดสินใจ จากคำจำกัดความของการเลือกตัดสินใจซื้อ หมายถึงระดับการตัดสินใจเลือกสินค้าของประชาชน ซึ่งมาตรฐานการวัดนั้น มาจากกระบวนการสังเกต สัมภาษณ์ แบบสอบถาม การทดลองในสัตว์ทดลองถึงกลไกในร่างกาย และระบบประสาทรับรู้ถึงถึงความชอบ ความพอใจ ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกซื้อ คือ

2.3.1 ปัจจัยทางด้านประชากรที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกซื้อ

2.3.1.1 ปัจจัยทางด้านวัฒนธรรม นั้นมีหลายปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกันกับวัฒนธรรมซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอาหาร และยังเป็นปัจจัยหลักที่มีผลมากที่สุด เช่น ค่านิยม ความเชื่อ

1) พันธุกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อ จากการศึกษาที่ผ่านมาไม่พบว่า พันธุกรรมที่แตกต่างกันนั้นส่งผลต่อพฤติกรรมดังกล่าว แต่สิ่งที่มีอิทธิพลมากกว่าคือ ประสบการณ์ ทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคนั้นส่งผลมากกว่า

2) วัฒนธรรมทางรสชาติ ประกอบไปด้วย อาหารบริโภคขั้นพื้นฐาน กรรมวิธีในการปรุง และวัฒนธรรม หรือ ศาสนาที่มีผลต่อรสชาติของอาหาร เช่น กลุ่มประเทศทางตะวันออกกลางนิยมรับประทานอาหารที่มีเครื่องเทศ สมุนไพร น้ำมันมะกอก เป็นส่วนประกอบหลักของอาหาร

3) ปัจจัยด้านชีววิทยาที่มีความเกี่ยวข้องกับ วัฒนธรรมและพฤติกรรมส่วนบุคคล เช่น การที่มีบุคคลบางกลุ่มไม่ชอบรสชาติของพริกอาจมาจากความเผ็ดร้อน ซึ่งเป็นจากตัวของพริกเองหรือเป็นความไม่ชอบส่วนบุคคลที่มาจากจิตใจ และจากการวิเคราะห์พบว่ามันลําปะหลังนั้น มีรสชาติที่ขมซึ่งเป็นลักษณะทางชีวภาพแต่ด้วยการผสมผสานทางวัฒนธรรมทำให้สามารถลดความขมลงและ กลายเป็นอาหารที่มีรสชาติเป็นที่ยอมรับได้

4) วัฒนธรรมการกินที่มีอิทธิพล และเป็นประโยชน์ต่อประชากรที่ต่างวัฒนธรรมกัน เช่น ค่านิยมการบริโภคอาหารตามแบบวัฒนธรรมของ เมดิเตอร์เรเนียน ในประเทศแถบอุตสาหกรรมตะวันตก คือรับประทานผัก และผลไม้มากขึ้นลดการบริโภค อาหารที่มีไขมันสูง

5) วัฒนธรรมที่ผสมผสานกันทั่วโลกส่งผลต่อธุรกิจทั่วโลก เช่นการนิยมนบริโภคอาหารจานด่วน

6) การเป็นอันหนึ่งอันเดียวทางวัฒนธรรมที่แตกต่างอย่างเห็นได้ชัดในประเทศแถบเอเชียที่มีการเติบโตทางอุตสาหกรรมอย่างรวดเร็วเช่น เกาหลีใต้ และมาเลเซีย ในขณะที่เกาหลีใต้มีการเติบโตทางอุตสาหกรรมอย่างรวดเร็วแต่ยังคงไว้ซึ่งวัฒนธรรมของตนอย่างเหนียวแน่น ในขณะที่มาเลเซียมีการเปลี่ยนแปลงทางอุตสาหกรรมไปพร้อมกับวัฒนธรรมตามแบบตะวันตกด้วย ผลที่ตามมาจึงพบว่า ประชากรเป็นโรคหัวใจและ โรคเรื้อรังมากขึ้น

7) การผสมผสานทางวัฒนธรรม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้ผลมาจากการย้ายถิ่นฐานของประชากรหรือการอพยพ ทำให้มีการผสมผสานกันระหว่างวัฒนธรรม

2.3.1.2 ปัจจัยด้านสื่อและการโฆษณา สื่อและการโฆษณาอย่างหนึ่งที่มีผลโดยตรงต่อการให้ข้อมูลเกี่ยวกับอาหารคือโทรทัศน์ มีหลายงานวิจัยที่สนับสนุนความคิดดังกล่าว พบว่า เด็กวัยรุ่นในอังกฤษบริโภคอาหารตามการโฆษณาทางโทรทัศน์ แต่ประเด็นนี้ยังเป็นข้อโต้แย้งกันอยู่ว่าการโฆษณานี้เป็นอิทธิพลหลักของพฤติกรรมการบริโภคในเด็กหรือไม่ และจากผลกระทบนี้ทำให้มีการโฆษณาประชาสัมพันธ์เพื่อให้ความรู้ผ่านสื่อมากขึ้น แต่การติดตามผลในระยะยาวยังพบน้อย อย่างไรก็ตามสิ่งที่แสดงให้เห็นได้คือสื่อนี้เป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อความต้องการอาหาร และการเลือกอาหาร

2.3.1.3 การจัดเตรียมอาหารที่สามารถหาได้ง่าย มีหลายการศึกษาที่สนับสนุนความคิดดังกล่าวคือการจัดเตรียมสถานที่ขายอาหารที่ประโยชน์ต่อการบริโภคเช่น การมีผักและผลไม้วางขายมากขึ้นและง่ายต่อการซื้อ แทนขนมหวาน ลูกกวาด ขนมขบเคี้ยวแสดงให้เห็นถึงการซื้อ มาบริโภคที่เพิ่มมากขึ้น

2.3.2 ปัจจัยด้านสังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกซื้อสินค้าอาหาร

2.3.2.1 ปัจจัยพื้นฐานของประชากร คือ อายุ เพศ ฐานะทางสังคม เชื้อชาติ สถานภาพทางสังคม อาชีพ สภาพทางจิต ความแตกต่างกันทางอายุนี้มีผลโดยตรงต่อการบริโภค คือในแต่ละช่วงอายุที่บริโภคต่างกันเช่น ในวัยเด็กเริ่มต้นด้วยการดื่มนม ซึ่งปัจจัยทางสังคมที่เข้ามา มีบทบาทโดยตรงคือการรณรงค์ การสอน นโยบาย กระตุ้นให้มีการดื่มนมแม่ เป็นต้น

ปัจจัยต่อมาคือเพศ เห็นได้อย่างชัดเจนว่า พฤติกรรมการบริโภคในเพศหญิง และเพศชายมีความแตกต่างกัน โดยเพศหญิงมักได้รับประทานผักและผลไม้มากกว่า ในขณะที่เพศชาย จะบริโภคเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ น้ำตาล และเนื้อมากกว่าผู้หญิง

ปัจจัยต่อมาคือ ฐานะทางสังคมซึ่งประกอบด้วยการศึกษาและรายได้เป็นตัวบ่งบอกมีผลโดยตรงต่อการเลือกซื้อ เนื่องมาจากการมีความรู้และ การมีรายได้ที่ดีย่อมสามารถที่จะเลือกซื้ออาหารที่ดีมีประโยชน์ต่อร่างกายได้มากกว่า

2.3.2.2 ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อครอบครัว กล่าวคือหากสมาชิกในครอบครัวรับประทานอาหาร ต่างสถานที่ ต่างเวลา ต่างสิ่งแวดล้อมย่อมส่งผลโดยตรงต่อพฤติกรรมการ รับประทานอาหาร และการตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร ดังนั้นในครอบครัวควรมีกำหนดที่เป็นแบบแผนภายในครอบครัวโดยอาจให้แม่เป็นหลักในการดูแล การบริโภค การจัดเตรียมอาหารภายในบ้าน

2.3.2.3 ปัจจัยด้านศาสนา ศีลธรรม และเชื้อชาติ มีผลโดยตรงต่อ การตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอาหาร เช่น การงดรับประทานเนื้อวัวของผู้นับถือศาสนาฮินดู การอดอาหารในช่วงเดือนรอมมาดอนของผู้นับถือศาสนาอิสลาม

2.3.3 ปัจจัยส่วนบุคคลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอาหาร

ประโยชน์จากการศึกษาพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าต่อความต้องการทางโภชนาการนั้นควรทำความเข้าใจถึงความแตกต่างในการรับรู้ถึงพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าในแต่ละกลุ่มซึ่งต้องอาศัยความรู้ทางวิทยาศาสตร์ สามารถประเมินผลได้จาก การบริโภค การทดสอบการยอมรับโดยใช้สเกลแบบ hedonic response และการยอมรับ โดยปัจจัยส่วนบุคคลประกอบด้วย

2.3.3.1 พันธุกรรมและการทดสอบประสาทสัมผัส ได้มีการค้นพบการทดสอบทางการรับรู้ทางรสชาติที่แตกต่างกันในแต่ละบุคคลที่เรียกว่า 6-n-propylthiouracil (PROP) ซึ่ง

สามารถแยกการรับรู้ทางรสชาติ เช่น รสขมนั้นในผักหนึ่งชนิดมีสารที่เป็นส่วนประกอบที่ทำให้เกิดรสขมหลายชนิดซึ่งแต่ละบุคคลจะรู้ได้แตกต่างกัน อีกตัวอย่างที่พบคือในคนเอเชียจะมีประสาทรับรู้สารที่เรียกว่า capsaicin ซึ่งมีอยู่ในพริก และนี้อาจเป็นสาเหตุที่อาหารของคนในแถบเอเชียถึงมีส่วนประกอบของพริกหลายประเภท

2.3.3.2 การเรียนรู้ถึงความที่ติดตัวมาแต่กำเนิด ซึ่งการเรียนรู้ไม่ใช่สิ่งที่เกิดจากกรรมพันธุ์แต่เป็นการเรียนรู้ได้ถึงความชอบในส่วนบุคคลที่เกิดหลังจากการเรียนรู้ในครั้งแรกและเกิดความชอบ

2.3.3.3 รสชาติ การรับรู้ทางรสชาติในปัจจุบันยังมีข้อสงสัยถึงการทดสอบอยู่ว่าเป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิดหรือเป็นที่เกิดจากการเรียนรู้ในครั้งแรก เช่น การไม่ชอบรสชาติขมอาจมาจากการได้รับรสของ อาหารที่เป็นพิษเช่น alkaloid หรือการเรียนรู้ถึงความชอบของรสหวานอาจมาจากการดื่มนมในครั้งแรก หรือเป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด แต่จากการศึกษาจะพบว่าเด็กได้รับรสเค็มได้เมื่ออายุ 4-6 เดือนขึ้นไป

2.3.3.4 กลิ่นสัมผัส ได้มีการศึกษาถึงการรับรู้กลิ่นสัมผัสจากผักในเด็กทารกที่ดื่มนมจากแม่และ เด็กทารกที่ดื่มนมผงดัดแปลงพบว่าในเด็กที่ดื่มนมแม่สามารถรับรู้กลิ่นสัมผัสได้จากอาหารที่แม่รับประทานผ่านการดื่มนม

2.3.3.5 ผิวสัมผัส จากการศึกษาในสัตว์ทดลองพบว่าการรับรู้ถึงรสสัมผัสน่าจะเป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด

2.3.3.6 การเลือกอาหารในครั้งแรก จากการศึกษาที่ผ่านมาในเด็กทารกพบว่าไม่มีความแตกต่างกันในการเรียนรู้ถึงความชอบในอาหารในครั้งแรกที่มีความแตกต่างในลักษณะทางประชากร เช่น เพศ อายุ น้ำหนักตัว

2.3.3.7 พลังงานที่ได้รับและขนาดของมื้ออาหาร จากการศึกษาถึงพลังงานที่ได้รับและปริมาณที่กินเข้าไปพบว่า ถึงแม้ปริมาณอาหารที่แตกต่างกันในแต่เมื่อแต่ร่างกายจะรับปริมาณพลังงานในแต่ละครั้งที่เท่ากันของแต่ละบุคคลไม่ขึ้นกับปริมาณของอาหารที่กิน

2.3.4 สิ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อ

2.3.4.1 การคาดหวังซึ่งเกิดจากการเรียนรู้เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีตัวกระตุ้นและไม่มี เช่นเกิดจากการรับประทานอาหาร

2.3.4.2 ผลที่เกิดจากการประเมินโดยใช้แบบประเมิน เช่น hedonic response (44)

2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.4.1 งานวิจัยในไทย

ในปี พ.ศ. 2539 เบญจพรได้ทำการศึกษาทัศนคติ ความรู้ ความเข้าใจและการนำไปใช้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการของคนกรุงเทพฯ ผลที่ได้โดยรวมคือกลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติด้านอาหารและโภชนาการที่เหมาะสม มีความรู้โภชนาการอยู่ในระดับต่ำ และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดี ความรู้ในการนำข้อมูลสารอาหารบนฉลากโภชนาการไปใช้เกี่ยวข้องกับโรคอยู่ระดับปานกลาง และพบว่าบุคลากรทางสาธารณสุขและผู้บริโภคที่มีความรู้สูงกว่าระดับปริญญาตรีจะมีคะแนนทัศนคติและความรู้ด้านอาหารและโภชนาการสูง ความเข้าใจกับฉลากโภชนาการมากกว่าอาชีพและระดับการศึกษาอื่น แสดงว่าความรู้ทางโภชนาการมีความสัมพันธ์กับการนำข้อมูลสารอาหารบนฉลากไปใช้ (45)

ในปี พ.ศ. 2540 สุพรรณิได้ทำการศึกษารูปแบบโภชนาการที่เหมาะสมสำหรับผู้บริโภคกลุ่มนักเรียนอายุ 15-19 ปี ในเขตกรุงเทพฯ ผลสรุปคือฉลากโภชนาการที่แสดงรายละเอียดในรูปของร้อยละของปริมาณที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน และปริมาณสารอาหารเป็นตัวหนังสือ ทำให้ผู้อ่านเข้าใจง่ายที่สุด พบว่าฉลากที่เหมาะสมที่สุดไม่ควรมีข้อมูลมากเกินไปเพราะจะทำให้ผู้บริโภคเกิดความสับสนและเสียเวลาในการทำความเข้าใจข้อมูลบนฉลาก และไม่ควรมีข้อมูลน้อยเกินไปจะทำให้ข้อมูลที่ไม่เพียงพอ และไม่เข้าใจ ถ้ามีการให้รายละเอียดของปริมาณสารอาหารเป็นกรัม ควรต้องมีรายละเอียดของสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคอยู่ด้วย (46)

ในปี พ.ศ. 2546 พชรวิริได้ศึกษาเกี่ยวกับ ความเข้าใจและการใช้ฉลากโภชนาการของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ผลการศึกษาพบว่า ผู้ที่มีความรู้เรื่องอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีและมีความเข้าใจข้อมูลบนฉลากโภชนาการในระดับสูงจะมีการใช้ฉลากโภชนาการมากกว่าผู้ที่มีความรู้ต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และข้อมูลบนฉลากโภชนาการที่นิยมอ่านมากที่สุด ได้แก่ พลังงานจากไขมัน ปริมาณโคเลสเตอรอล น้ำตาล และคาร์โบไฮเดรต ในขณะที่สนใจใยอาหารน้อยสุด การศึกษานี้แสดงให้เห็นว่า การมีความรู้เกี่ยวกับอาหารเพื่อสุขภาพที่ดี และการมีความเข้าใจในข้อมูลบนฉลากโภชนาการ จะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการใช้ฉลากโภชนาการ โดยเฉพาะข้อมูลที่สัมพันธ์กับภาวะเจ็บป่วย ดังนั้น การให้ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับอาหารกับสุขภาพและการเจ็บป่วย รวมทั้งการให้ความรู้ความเข้าใจข้อมูลบนฉลากโภชนาการแก่ผู้ป่วยจึงเป็นสิ่งจำเป็น (47)

2.4.3 งานวิจัยในต่างประเทศ

French ได้ทำการศึกษาในปี ค.ศ. 2003 เกี่ยวกับราคาที่มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าเนื่องมาจากทุกวันนี้มีการบริโภคอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาลสูงสาเหตุหนึ่งเนื่องมาจากอาหารประเภทเหล่านี้มีราคาถูกกว่าและเมื่อเรานี้ได้มีทฤษฎีทางเศรษฐศาสตร์ในการเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภค ดังนั้นจึงเกิดการศึกษาขึ้นเพื่อใช้กลยุทธ์ทางการตลาดในการเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภค โดยให้การลดราคาเป็นปัจจัยในการเลือกซื้อสินค้า กำหนดให้ มีการลดราคาของผู้ขายขนมที่ลดปริมาณของไขมัน และ ผลไม้และแครอท เปรียบเทียบกับราคาเดิม ผลปรากฏว่าทำให้มีการเพิ่มการขายขึ้นของอาหารทั้ง 2 ประเภท จากการศึกษาแสดงให้เห็นว่าการลดราคาของสินค้าอาหารสุขภาพทำให้เพิ่มปริมาณการขาย จึงเป็นข้อเสนอแนะว่า ควรนำกลยุทธ์นี้ไปใช้ในนโยบายสาธารณสุขให้กว้างขึ้น (48)

Senesi และคณะทำการศึกษาเกี่ยวกับความรู้ทางโภชนาการ และการใช้ฉลากโภชนาการในผู้บริโภคของประเทศ อาร์เจนตินา เนื่องมาจากรายงานของกระทรวงสาธารณสุขว่ามีคนอาร์เจนตินาเสียชีวิตจากการบริโภคที่ไม่ถูกหลักมากถึง 302,064 คนในปี ค.ศ. 2003 และขณะเดียวกันจากกระแสโลกาภิวัตน์ทั่วโลกให้ความสำคัญกับการให้ข้อมูลทางโภชนาการแก่ผู้บริโภคมากขึ้น และการศึกษาแสดงให้เห็นถึงการที่ผู้บริโภคมีความรู้ทางโภชนาการที่มากขึ้นจะเพิ่มความสนใจในการอ่านฉลากโภชนาการมากขึ้นซึ่งก็สัมพันธ์กับการศึกษาที่ผ่านมา (49)

ในปี ค.ศ. 2004 Cowburn และ Stockley ทำการศึกษาแบบทบทวนวรรณกรรม มีจำนวน paper ทั้งหมด 103 ฉบับ ในช่วงปี ค.ศ. 2002-2003 พบว่ามีเพียงร้อยละ 9 ที่เป็นงานวิจัยที่มีคุณภาพในระดับปานกลางถึงระดับสูงผลที่ได้แสดงให้เห็นว่าคนส่วนใหญ่นั้นเข้าใจข้อมูลบนฉลากแต่จะสับสนในส่วนของการเปรียบเทียบสัดส่วนบนฉลากเมื่อเทียบปริมาณ จาก 100 กรัม หรือการเทียบพลังงานจากหน่วยบริโภค แต่ก็แสดงให้เห็นได้ว่าการใช้ข้อมูลบนฉลากนั้นเป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการมีสุขภาพที่ดี อย่างไรก็ตามก็ควรปรับปรุงในส่วนของการให้ข้อมูลที่เข้าใจง่ายในการเปรียบเทียบ (50) และในปีเดียวกัน Lin, Lee และ Yen ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการบริโภคกับการใช้ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ เพื่อหาลักษณะของบุคคลที่ไม่ใช้ข้อมูลบนฉลากในการดูปริมาณ ไขมันทั้งหมด ไขมันอิ่มตัวและปริมาณโคเลสเตอรอล และหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ในการใช้ข้อมูลบนฉลากแสดงให้เห็นว่าการศึกษาเกี่ยวกับการใช้ฉลากมีความสำคัญในการช่วยเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพ และพบว่าการใช้ฉลากโภชนาการช่วยลดการบริโภคสารอาหารทั้ง 3 ชนิด (51)

Pelletier และคณะทำการศึกษาเกี่ยวกับการทำความเข้าใจ และการใช้ข้อมูลทางโภชนาการบนซองขนมขบเคี้ยว ของผู้ป่วยในสหรัฐฯ ในปี ค.ศ. 2004 สมมติฐานของงานวิจัยนี้คือ

ผู้ป่วยทั่วไปจะไม่สามารถแยกได้ออกระหว่าง จำนวน 1 หน่วยบริโภค กับ จำนวนบริโภคทั้งหมด ทำให้เป็นสาเหตุที่จะนำไปสู่ปัญหาโรคอ้วนได้ ผลของการศึกษาพบว่าร้อยละ 90 ของกลุ่มตัวอย่างสามารถแยกได้ระหว่าง จำนวน 1 หน่วยบริโภค กับ จำนวนบริโภคทั้งหมด และพบว่าระดับการศึกษา กับ การที่ตรวจพบว่าเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือดนั้น มีความสัมพันธ์กับการอ่านข้อมูลบนทางโภชนาการบนซองขนมขบเคี้ยว ($p = 0.011, < 0.05$) ตามลำดับ (52)

Rothman และคณะทำการศึกษาเกี่ยวกับความเข้าใจของผู้ป่วยกับฉลากโภชนาการในระหว่างปี ค.ศ. 2004-2005 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนมาก ร้อยละ 89 ใช้ฉลากโภชนาการ และพบว่ามีรายได้ การศึกษา ความสามารถในการอ่านหนังสือ ความสามารถในการเข้าใจทางคณิตศาสตร์ มีความสัมพันธ์กับการใช้ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ ($p < 0.001$) และพบว่ามีกลุ่มตัวอย่างยังขาดความเข้าใจในการเปรียบเทียบข้อมูลบนฉลากโภชนาการโดยเฉพาะ ข้อมูลเกี่ยวกับหนึ่งหน่วยบริโภค ที่ยังมีความสับสน และพบว่ากลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยที่มีโรคเรื้อรัง คือ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคหัวใจล้มเหลว และโรคไขข้อในเลือดสูง มีความสัมพันธ์กับการใช้ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ ($p < 0.05$) (53)

ในปี ค.ศ. 2006 มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ฉลากโภชนาการหลายฉบับดังต่อไปนี้

Gracia, Loureiro และ Nayga Jr ทำการศึกษาเกี่ยวกับความรู้ของผู้บริโภค ในเรื่องการนำฉลากโภชนาการไปใช้ และประโยชน์ที่ได้รับจากการกำหนดบังคับใช้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าผู้ที่มีปัญหาทางด้านสุขภาพจากการบริโภคอาหารไม่เหมาะสมจะสามารถเรียนรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการได้ดีกว่า และพบว่าคนส่วนมากคำนึงถึงราคาและวันหมดอายุมากกว่า การอ่านฉลาก แต่ส่วนมากก็เห็นว่าเป็นสิ่งที่จำเป็นในการอ่านฉลากแต่อาจเป็นเพราะสับสนและไม่เข้าใจในการอ่าน จึงไม่ค่อยสนใจ (54)

Krukowski และคณะได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ ความรู้และความเข้าใจของผู้บริโภคในการอ่านฉลากเกี่ยวกับพลังงาน จากเมนูของร้านอาหารพบว่า นักเรียนและบุคคลทั่วไปร้อยละ 48-66 ที่อ่านฉลาก และร้อยละ 64-73 สามารถอ่านฉลากและทำความเข้าใจกับพลังงานที่ควรได้รับ และร้อยละ 44-57 ไม่สนใจที่จะอ่านแม้จัดไว้ก็ตาม สิ่งที่เกี่ยวข้องกับการศึกษานี้มีมาจกปัจจุบันคนอเมริกันพบความชุกของการมีน้ำหนักเกินมาตรฐานเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากพฤติกรรมการบริโภคที่เปลี่ยนไป คนส่วนมากนิยมบริโภคอาหารนอกบ้านโดยเฉพาะอาหารจานด่วน ซึ่งนิยมจำหน่ายในปริมาณมากเพื่อจูงใจผู้บริโภค ทำให้มีการกำหนดให้ร้านอาหาร จานด่วนแสดงพลังงานบนฉลากการศึกษานี้ยังเน้นที่การควบคุมน้ำหนักควรพิจารณาที่จำนวนบริโภคต่อพลังงานที่ได้รับ ประโยชน์จากการศึกษานี้ยังสามารถนำไปปรับปรุงการให้ข้อมูลบนฉลากในหลายรูปแบบ เช่น เมนูร้านอาหาร website เพื่อประโยชน์ในการควบคุมน้ำหนัก และยังเน้นที่การให้ความรู้เกี่ยวกับการ

ร้านอาหาร website เพื่อประโยชน์ในการควบคุมน้ำหนัก และยังเน้นที่การให้ความรู้เกี่ยวกับการได้รับพลังงานอย่างเหมาะสมจากการอ่านฉลาก และการกำหนดค่าจำกัดความของ พลังงานต่ำ สูง และการเปลี่ยนกล-ยุทธ์ของปริมาณอาหารกับราคาเพื่อจูงใจผู้บริโภค (55)

Hawthorne และคณะ ทำการศึกษาเกี่ยวกับความรู้ ความเข้าใจในฉลากโภชนาการ ในเด็กวัยรุ่น โดยทดสอบความรู้เกี่ยวกับฉลากก่อนให้ความรู้และประเมินหลังให้ความรู้ ผลปรากฏว่าเด็กวัยรุ่นสามารถเข้าใจในการใช้ฉลากโภชนาการหลังได้รับความรู้ดีขึ้น แสดงให้เห็นว่า การสอนเกี่ยวกับฉลากโภชนาการเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพในการเพิ่มความรู้เกี่ยวกับสารอาหาร ในวัยรุ่น และแนะนำว่าควรจัดให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาในโรงเรียน หรือในชุมชน (56)

Bowman ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค ลักษณะทางเศรษฐศาสตร์ทางสังคม และพื้นฐานทางสุขภาพของผู้หญิง ที่คำนึงถึงราคาของสินค้าก่อนซื้อ มากกว่าอีกกลุ่ม ผลปรากฏว่า ในกลุ่มที่คำนึงถึงราคามากกว่าจะไม่ค่อยสนใจในการอ่านฉลากก่อนซื้อ และจะเป็นกลุ่มที่มีรายได้น้อย การศึกษาดังกล่าว คุณภาพชีวิตด้อยกว่า การเลือกซื้ออาหารก็มีคุณภาพด้อยกว่าและยังพบอีกว่าในกลุ่มนี้ มีน้ำหนักเกิน มีประวัติ เป็นโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและ เบาหวาน มากกว่ากลุ่มที่สนใจการอ่านฉลากมากกว่า คำนึงถึงราคา ทำให้นักโภชนาการมุ่งไปที่ผู้บริโภคที่มีรายได้น้อยในการแนะนำการเลือกซื้ออาหารอย่างคุ้มค่า ในการเลือกซื้อผักและผลไม้และลดปริมาณของไขมัน (57)

Wadolowska และคณะได้ทำการศึกษาในปี ค. ศ. 2007 ถึงรูปแบบในการเลือกอาหารกับ ความชอบในอาหารและความถี่ในการบริโภคของประชากรในโปแลนด์ จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 9,339 คนอายุระหว่าง 13-75 ปี แบ่งผู้บริโภคออกเป็น 4 กลุ่มคือ 1 ผู้บริโภคที่ตอบสนองต่อการโฆษณาและแสวงหาสินค้าสุขภาพ 2 ผู้บริโภคที่ไม่สนใจในการดูแลสุขภาพ 3 ผู้บริโภคที่ไม่ตอบสนองต่อการโฆษณาและไม่ใส่ใจในการดูแลสุขภาพ และ 4 ผู้บริโภคที่ไม่สนใจในผักและผลไม้ ผลที่ได้คือ ประเภทของอาหาร ประเภทสัมผัส และบทบาทหน้าที่ เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการเลือกซื้อสินค้า ส่วนสุขภาพและราคามีผลปานกลาง การโฆษณาไม่ได้เป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกซื้อ และยังพบว่าเพศและอายุมีผลอย่างมากต่อพฤติกรรม (58)

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

3.1 รูปแบบการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ รูปแบบการวิจัยเป็นการศึกษาวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) มุ่งศึกษาการอ่านและการใช้ข้อมูลบนฉลากผลิตภัณฑ์อาหารในการตัดสินใจซื้อของประชากร อายุ 15 ปีขึ้นไป ที่มารับบริการที่หน่วยตรวจผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลรามาริบัติ

3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.2.1 ประชากรที่จะทำการศึกษาในครั้งนี้เป็นประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปี ขึ้นไป ที่มารับบริการในหน่วยตรวจผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลรามาริบัติ กรุงเทพมหานคร

3.2.2 การกำหนดกลุ่มตัวอย่าง

ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ใช้สูตรการคำนวณแบบ simple random sampling โดยกำหนดให้มีความเชื่อมั่นที่ระดับร้อยละ 95 โดยใช้สูตร

$$n = \frac{\left(z_{1-\alpha/2}^2 \right) (P)(Q)}{d^2}$$

และกำหนดให้

n	=	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
Z	=	ค่ามาตรฐานภายใต้ส่วนโค้ง กำหนดให้ = 0.05, $Z_{1-\alpha/2} = 1.96$
P	=	0.7 (จาก ร้อยละ 70 ของกลุ่มตัวอย่างที่อ่านฉลากก่อนซื้อผลิตภัณฑ์ อาหาร, รัตนา พงศ์จารุสถิต)
Q	=	1 - P
d	=	ค่าความคลาดเคลื่อนที่กำหนดให้ = 0.05

$$n = \frac{(1.96)(0.7)(1-0.7)}{(0.05)^2} = 164.4$$

จากการแทนค่าในสูตรได้ขนาดตัวอย่างประมาณ 165 คน

3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.3.1 การสร้างแบบสอบถาม

3.3.1.1 ทำการศึกษาหาความรู้จากตำรา งานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือโดยอยู่ในกรอบแนวคิดทางการวิจัย ซึ่งเป็นไปตามวัตถุประสงค์และสมมติฐานที่ตั้งไว้

3.3.1.2 นำแบบสอบถามทั้ง 5 ส่วน ไปทดสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) โดยให้อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ตรวจสอบความถูกต้องและความครอบคลุมเนื้อหาให้ตรงตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสัมภาษณ์ ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ส่วนได้แก่

ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ถูกสัมภาษณ์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน ภูมิลำเนา โรคประจำตัว การดูแลญาติที่ป่วย (หากมี) และ ร้านค้าบริการที่ใช้บริการ รวมทั้งหมด 9 ข้อ

ส่วนที่ 2 เป็นข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพรวมทั้งหมด 4 ข้อ ประกอบไปด้วยข้อมูลเกี่ยวกับการออกกำลังกาย การรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร การตรวจร่างกายประจำปี และความถี่ในการบริโภคอาหาร 17 ประเภท โดยแบ่งความถี่ของการรับประทานออกเป็น 7 ระดับ คือ

1	=	ไม่กินเลย
2	=	น้อยกว่า 1 ครั้ง ต่อ เดือน
3	=	1-3 ครั้ง ต่อเดือน
4	=	1-3 ครั้งต่อสัปดาห์
5	=	4-6 ครั้งต่อสัปดาห์
6	=	1 ครั้งต่อวัน
7	=	มากกว่า 1 ครั้งต่อวัน

โดยเปลี่ยนหน่วยของความถี่ทุกตัวให้เป็นความถี่เดียวกันโดยใช้ค่าคงที่ในการเปรียบเทียบคูณกับจำนวนคนที่รับประทานอาหารเช้าแต่ละความถี่ในแต่ละประเภท

น้อยกว่า 1 ครั้ง ต่อ เดือน	ใช้ 0.03	เป็นตัวคูณ
1-3 ครั้ง ต่อ เดือน	ใช้ 0.06	เป็นตัวคูณ
1-3 ครั้ง ต่อ สัปดาห์	ใช้ 0.29	เป็นตัวคูณ
4-6 ครั้ง ต่อ สัปดาห์	ใช้ 0.71	เป็นตัวคูณ
1 ครั้ง ต่อ วัน	ใช้ 1	เป็นตัวคูณ
มากกว่า 1 ครั้ง ต่อวัน	ใช้ 2.5	เป็นตัวคูณ

ผลรวมที่ได้จะเป็นความถี่รวมของกลุ่มตัวอย่างในการบริโภคอาหารแต่ละประเภท เช่น รับประทานปลา 1-3 ครั้ง ต่อ เดือน มีจำนวน 100 คน จึงได้ว่า $0.06 \times 100 = 6$ จะเท่ากับการรับประทานปลาในความถี่ที่ 3 หลังจากนั้นคำนวณในทุกๆความถี่ของการรับประทานปลาแล้วเอาผลคูณที่ได้นำมารวมกันจะได้เป็นผลรวมสุดท้ายของการรับประทานปลาทั้งหมด หลังจากนั้นนำผลรวมที่ได้หารด้วยจำนวนกลุ่มตัวอย่างผลลัพธ์ที่ได้คือ ความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทนั้นๆ ต่อคน ต่อวัน

ส่วนที่ 3 เป็นข้อมูลด้านการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร ประกอบไปด้วย การสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับการอ่านข้อมูลบนฉลากอาหาร ข้อมูลฉลากโภชนาการและการกล่าวอ้างทางโภชนาการรวมทั้งหมด 13 ข้อ โดยในแต่ละข้อของแบบสัมภาษณ์สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ โดยกำหนดให้

0 แทนคำตอบที่ไม่ได้เลือก

1 แทนคำตอบที่ถูกเลือก

และกำหนดคะแนนของคำถามทั้งหมด แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ช่วงคือ

< ร้อยละ 60 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับต่ำ

ร้อยละ 60-80 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับปานกลาง

> ร้อยละ 80 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับสูง

ส่วนที่ 4 เป็นความเข้าใจเกี่ยวกับสัญลักษณ์หรือเครื่องหมายบนฉลากอาหาร มี 27 ข้อ โดยในแต่ละข้อจะมีข้อย่อยอีก 5 ข้อ ซึ่งข้อย่อยที่ 1, 3, 4 และ 5 เป็นคำถามให้เลือกตอบกำหนดให้

0 แทนคำตอบที่ไม่ได้เลือก

1 แทนคำตอบที่ถูกเลือก

ส่วนข้อย่อยที่ 2 เป็น คำถามแบบ ปรนัย

0 แทนคำตอบที่ตอบผิด

1 แทนคำตอบที่ถูกต้อง

9 แทนคำตอบที่ไม่ทราบ

โดยกำหนดให้ข้อย่อยที่ 1 และ 2 เป็นตัวแปรต้น แทนการรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร และข้อย่อยที่ 3 เป็นตัวแปรตามแทนพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า

ส่วนที่ 5 เป็นความเข้าใจเกี่ยวกับการกล่าวอ้างทางโภชนาการมีทั้งหมด 11 ข้อ

0 แทนคำตอบที่ตอบผิด

1 แทนคำตอบที่ถูกต้อง

9 แทนคำตอบที่ไม่ทราบ

และกำหนดคะแนนของคำถามทั้ง 11 ข้อรวมทั้งหมด 11 คะแนนแบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ช่วงคือ

< ร้อยละ 60 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับต่ำ

ร้อยละ 60-80 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับปานกลาง

> ร้อยละ 80 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับสูง

3.4 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

3.4.1 นำแบบสอบถามที่ได้นำไปตรวจสอบจากคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิจากการแต่งตั้งเพื่อเป็นคณะกรรมการตรวจสอบเครื่องมือ

3.4.2 นำแบบสัมภาษณ์มาแก้ไขปรับปรุงรูปแบบและให้เข้าใจง่ายมากขึ้นตามความเหมาะสม

3.4.3 นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้บริการจากแผนกผู้ป่วยนอกสถาบันมะเร็งแห่งชาติจำนวน 20 ราย แล้วนำแบบสัมภาษณ์มาหาความเที่ยง (reliability) ตามแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient) ของ Cronbach ได้ค่าความเที่ยง = 0.67

3.4.4 นำแบบสัมภาษณ์ที่แก้ไขแล้วปรับปรุงแล้ว มาปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาอีกครั้งก่อนนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

เริ่มดำเนินการรวบรวมข้อมูลแบบสัมภาษณ์ ระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2550 ถึง เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นผู้มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกของ โรงพยาบาลรามาริบัติ กรุงเทพมหานคร โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่ายโดยใช้ การสุ่มตัวอย่างแบบ บังเอิญ (Accidental sampling) โดยผู้ที่มารับบริการมีโอกาสได้รับเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างเท่าๆ กัน ซึ่งเป็นผู้ที่มารับบริการทั้งในคลินิกในเวลาตั้งแต่เวลา 7.00-16.00 และคลินิกนอกเวลา ตั้งแต่เวลา 16.00- 20.00 น. โดยขั้นตอนในการสัมภาษณ์นั้นผู้ถูกสัมภาษณ์จะตอบแบบสอบถามเองในส่วน ของข้อมูลทั่วไปคือ ส่วนที่ 1 และผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยจะเป็นผู้สัมภาษณ์เองในส่วนที่เหลือใช้เวลา ในการสัมภาษณ์แต่ละคนประมาณ 30 นาที

โดยก่อนการเก็บข้อมูลในครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาเห็นชอบโดยสอดคล้องกับแนว ปฏิญญาเฮลซิงกิ จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน จากคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาล รามาริบัติ รับรองวันที่ 28 พฤศจิกายน พ.ศ. 2550 เป็นที่เรียบร้อยแล้ว

3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล

การประมวลผลข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ โดยดำเนินการดังนี้

3.6.1 จัดทำคู่มือลงรหัส

3.6.2 ลงรหัสเป็นหมายเลขในแบบสอบถาม

3.6.3 บันทึกข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์

3.6.4 ประมวลผลข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ ดังนี้

3.6.4.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ถูกสัมภาษณ์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน ทำการวิเคราะห์โดยการแสดง จำนวน และ ร้อยละ

3.6.4.2 ข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพ ทำการวิเคราะห์โดยการแสดง จำนวน และ ร้อยละ

3.6.4.3 ข้อมูลด้านความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับข้อมูลบนฉลากอาหาร ทำการ วิเคราะห์โดยการแสดง จำนวน และ ร้อยละ

3.6.4.4 ความเข้าใจเกี่ยวกับการรับรู้ ความเข้าใจสัญลักษณ์หรือเครื่องหมายบน ฉลากอาหารวิเคราะห์โดยการแสดง จำนวนและร้อยละ

3.6.4.5 ความเข้าใจเกี่ยวกับการกล่าวอ้างทางโภชนาการวิเคราะห์โดยการแสดงจำนวนและร้อยละ

3.6.4.6 การหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นคือ ปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ พฤติกรรมสุขภาพ สถานะการเจ็บป่วย การเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วย การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร การรับรู้และความเข้าใจเครื่องหมายบนฉลากอาหาร กับตัวแปรตามคือ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร โดยใช้ไคสแควร์ (Pearson Chi-square) และ ฟิชเชอร์ แอคเซคเทส (Fisher's exact test)

บทที่ 4

ผลการวิจัย

จากการศึกษาในครั้งนี้เป็นการศึกษาการรับรู้ในเครื่องหมายบนฉลากอาหาร และการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้ที่มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลรามารับดี โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป ทั้งชายและหญิง จำนวน 166 คน โดยมีหัวข้อที่ของผลการวิจัยโดยสรุปดังต่อไปนี้

- 4.1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
- 4.2 ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ
- 4.3 การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
- 4.4 ความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร
- 4.5 ความเข้าใจเกี่ยวกับข้อความกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลาก
- 4.6 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา รายได้ กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
- 4.7 ความสัมพันธ์ระหว่างสภาวะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง และ การเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วยของกลุ่มตัวอย่าง กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
- 4.8 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพกับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
- 4.9 ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้อข้อมูลบนฉลากอาหาร กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า
- 4.10 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

4.1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

จากจำนวนกลุ่มตัวอย่าง ทั้งหมด 166 คน ซึ่งเป็นผู้ที่มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลรามารับดี มีลักษณะทั่วไป (ตารางที่ 1) เป็นเพศชายซึ่งมีจำนวน เป็น 1 ใน 3 ของจำนวนเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 26.5 ส่วนมากอยู่ในช่วงวัยทำงาน อายุตั้งแต่ 21- 32 ปีซึ่งมีจำนวน

มากกว่าครึ่งของจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด และรองลงมาอยู่ในช่วงอายุ ของวัยกลางคนที่อายุ 45-56 ปี และน้อยที่สุดคือวัยรุ่น 15-20ปี มีโรคประจำตัว 42 คน คิดเป็นร้อยละ 25.3 พบมากที่สุดคือ โรค ภูมิแพ้ 10 คนร้อยละ 23.8 รองลงมาคือ หอบหืดและ ไ้ขมันในเลือดสูง 3 คน ร้อยละ 7.1 เท่ากัน ต่อมาคือ โรคเบาหวาน โลหิตจาง Hyperthyroid โรคกระดูก และความดันโลหิตสูงเท่ากัน ที่ 2 คน ร้อยละ 4.8 และ โรคกระเพาะอาหาร เกาต์ โรคหลอดเลือดสมอง โรคผิวหนังและ ไมเกรน เท่ากัน อย่างละ 1 คน ร้อยละ 2.4 และไม่มีโรค 11 คน คิดเป็น ร้อยละ 26.2 ไม่มีญาติที่ป่วยในครอบครัว มีปริมาณมากที่สุดเกินครึ่งของจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด คือ ร้อยละ 59.6 รองลงมาคือ กลุ่มที่มี ญาติป่วยแต่ไม่ได้เป็นผู้ดูแล และ เป็นผู้ดูแล มีจำนวนน้อยที่สุด ร้อยละ 18.4

ส่วนมากระดับการศึกษาสูงสุดคือปริญญาตรี 2 ใน 3 ของจำนวนทั้งหมดรองลงมาคือ สูงกว่าปริญญาตรี และ ประถมศึกษาประกอบอาชีพ รับราชการมีร้อยละ 33 ซึ่งรองลงมาจาก นักศึกษา และพนักงานมหาวิทยาลัย ร้อยละ 33.7 ส่วนมากมีรายได้อยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างสูงซึ่งร้อยละ 38 มี รายได้มากกว่า 20, 000 บาท ต่อเดือน รองลงไปรายได้อยู่ที่ 5, 001-10,000 บาท และ 15,001-20,000 บาท ตามลำดับ

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามลักษณะทั่วไป

ลักษณะทั่วไป	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	44	26.5
หญิง	122	73.5
อายุ (ปี)		
15-20	2	1.2
21-26	45	27.1
27-32	45	27.1
33-38	20	12.0
39-44	8	4.8
45-50	19	11.4
51-56	18	10.8
≥ 57	9	5.4

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามลักษณะทั่วไป (ต่อ)

ลักษณะทั่วไป	จำนวน(คน)	ร้อยละ
โรคประจำตัว		
ภูมิแพ้	10	23.8
หอบหืด	3	7.1
ไขมันในเลือดสูง	3	7.1
เบาหวาน	2	4.8
โลหิตจาง	2	4.8
Hyperthyroid	2	4.8
โรคกระดูก	2	4.8
ความดันโลหิตสูง	2	4.8
กระเพาะอาหาร	1	2.4
เกาต์	1	2.4
หลอดเลือดสมอง	1	2.4
ไม่ระบุ	11	26.2
รวม	42	100
การดูแลญาติที่ป่วย		
เป็นคนดูแล	31	18.7
ไม่เป็น	36	21.7
ไม่มีญาติป่วย	99	59.6
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	10	6.0
มัธยมศึกษา	6	3.6
อนุปริญญา	13	7.8
ปริญญาตรี	107	64.5
สูงกว่าปริญญาตรี	29	17.5
อาชีพ		
รับราชการ	55	33.1
เอกชน	33	19.9

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามลักษณะทั่วไป (ต่อ)

ลักษณะทั่วไป	จำนวน(คน)	ร้อยละ
อาชีพ (ต่อ)		
รัฐวิสาหกิจ	3	1.8
ธุรกิจส่วนตัว	12	7.2
แม่บ้าน	7	4.2
อื่นๆ	56	33.7
รายได้ต่อเดือน		
น้อยกว่า 5,000 บาท	16	9.6
5,001-10,000 บาท	34	20.5
10,001-15,000 บาท	22	13.3
15,001-20,000 บาท	26	15.7
มากกว่า 20,000 บาท	63	38.0
ไม่แน่นอน	5	3.0

4.2 ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ

จากการวิเคราะห์พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ออกกำลังกาย นานๆ ครั้งมากที่สุด คิดเป็นจำนวน 2 ใน 3 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด รองลงมาคือ 3-6 ครั้ง ต่อสัปดาห์ และ 2 ครั้ง ต่อสัปดาห์ ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างเกือบ 2 ใน 3 ที่ไม่รับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เลยซึ่งมีจำนวนมากที่สุด รองลงมาคือ รับประทานบางครั้ง และรับประทานเป็นประจำมีจำนวนน้อยที่สุด ตรวจร่างกายประจำปี มีจำนวนมากกว่า 2 ใน 3 ของจำนวนทั้งหมด (ตารางที่2)

ประเภทของอาหารที่กลุ่มตัวอย่างรับประทานมากที่สุด 3 อันดับแรกคือ ผัก ผลไม้ และ เนื้อสัตว์ไม่ติดมันและหนัง ส่วนประเภทอาหารที่รับประทานน้อยที่สุดคือเบหมีกึ่งสำเร็จรูป และ อาหารจานด่วน (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ

ข้อมูล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
การออกกำลังกาย		
ทุกวัน	9	5.4
3-6 ครั้ง/ สัปดาห์	21	12.7
2 ครั้ง / สัปดาห์	18	10.8
นานๆ ครั้ง	105	63.3
ไม่เคยออกกำลังกาย	13	7.8
การรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร		
ไม่รับประทาน	98	59.0
รับประทานบางครั้ง	53	31.0
รับประทานเป็นประจำ	15	9.0
การตรวจร่างกายประจำปี		
ไม่ตรวจ	66	39.8
ตรวจ	100	60.2

ตารางที่ 3 ความถี่ในการบริโภคอาหาร 17 ประเภท

ลำดับ	ประเภทอาหาร	ความถี่ในการบริโภค(ครั้ง/วัน/ คน)
1	ผัก	1.36
2	ผลไม้	1.27
3	เนื้อวัว/หมูไม่ติดมัน ไก่/ เป็ดไม่ติดหนัง	0.88
4	ข้าวขัดสี และผลิตภัณฑ์ เช่น ก๋วยเตี๋ยว	0.76
5	ปลา	0.63
6	นม หรือผลิตภัณฑ์จากนม เช่น โยเกิร์ต	0.50
7	ธัญพืช เช่น ถั่ว และผลิตภัณฑ์	0.46
8	เนื้อสัตว์ติดมัน หนัง หรือ ผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์แปรรูป เช่น ไส้กรอก แฮม หมูยอ	0.41
9	ข้าวไม่ขัดสี เช่น ข้าวกล้อง	0.41
10	อาหารทะเล	0.39
11	อาหารรสหวาน เช่น ขนมหวาน เบเกอรี่	0.32

ตารางที่ 3 ความถี่ในการบริโภคอาหาร 17 ประเภท (ต่อ)

ลำดับ	ประเภทอาหาร	ความถี่ในการบริโภค(ครั้ง/วัน/ คน)
12	อาหารคาวที่ใส่กะทิ	0.31
13	ไข่	0.30
14	อาหารทอด เช่น หมู/ไก่ ทอดมัน กุ้งชุบแป้งทอด	0.28
15	เครื่องในสัตว์	0.19
16	บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป	0.15
17	อาหารจานด่วน เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์	0.09

4.3 การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมากอ่านฉลากอาหารก่อนซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ร้อยละ 93.4 และข้อความที่สนใจก่อนการซื้อ 3 อันดับแรกคือ วันหมดอายุ ข้อการคำ ส่วนประกอบของอาหาร ร้อยละ 88, 71.1 และ 62.7 ตามลำดับ ซึ่งสัมพันธ์กับเหตุผลที่ต้องอ่านฉลากก่อนซื้อคือ ต้องการของที่มีคุณภาพ ด้วยจำนวนของกลุ่มตัวอย่าง 2 ใน 3 และเหตุผลที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องอ่านคือ เคยชินค่านั้น และปัจจัยที่เลือกเมื่อจะซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร มากที่สุดคือ ราคา รองลงมาคือ คุณภาพ และสารอาหาร กลุ่มตัวอย่างส่วนมาก รู้จักฉลากโภชนาการ และ สิ่งที่น่าสนใจมากที่สุดบนฉลากโภชนาการคือ คุณค่าทางโภชนาการต่อหน่วยบริโภค เกือบทั้งหมดของจำนวนกลุ่มตัวอย่างคิดว่ามีความจำเป็นต้องแสดงฉลากโภชนาการ เพื่อใช้ประกอบในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ให้เหมาะสมกับภาวะโภชนาการ และต้องการให้ข้อมูลมีลักษณะที่อ่านเข้าใจง่าย ส่วนการกล่าวอ้างทางโภชนาการเกือบครึ่งของกลุ่มตัวอย่างรู้จักและเห็นว่ามีจำเป็นต้องแสดงบนฉลาก เหตุผลที่คิดว่าจำเป็นต้องแสดงมากที่สุดคิดว่าทำให้ทราบถึงประโยชน์จากการบริโภค ส่วนเหตุผลที่คิดว่าไม่มีความจำเป็นคือ คิดว่าเป็นการโฆษณาชวนเชื่อ และอยากให้ลักษณะข้อความเป็นการแสดงข้อมูลที่เป็นจริง (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

ข้อความ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
การอ่านฉลากก่อนซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร		
อ่าน	155	93.4
ไม่อ่าน	11	6.6

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
(ต่อ)

ข้อความ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
สิ่งที่อ่านบนฉลาก		
1 เครื่องหมาย อย.	81	48.8
2 วันผลิต	100	60.2
3 วันหมดอายุ	146	88.0
4 ชื่อผู้ผลิต	52	31.3
5 ส่วนประกอบของอาหาร	104	62.7
6 ชื่อการค้า	118	71.1
เหตุผลที่ต้องอ่านฉลากก่อนซื้อ		
1 เพื่อต้องการของที่มีคุณภาพ	138	83.1
2 เพื่อต้องการเปรียบเทียบกับสินค้าอื่น	95	57.2
3 ทราบอันตรายที่อาจเกิดจากการบริโภค	90	54.2
เหตุผลที่ไม่จำเป็นต้องอ่าน		
1 ผลิตภัณฑ์มีชื่อเสียงอยู่แล้ว	27	16.3
2 ไม่เห็นความสำคัญต้องอ่าน	5	3.0
3 เคยซื้อสินค้านั้น	103	62.0
ปัจจัยที่ใช้ตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร		
1 บรรจุภัณฑ์	84	50.6
2 ราคา	148	89.2
3 คุณภาพ	145	87.3
4 ชื่อเสียงของสินค้า	62	37.3
5 สารอาหาร	79	47.6
6 รสชาติ	103	62.0
7 ของแถม	44	26.5
การรู้จักฉลากโภชนาการ		
รู้จัก	113	68.1
ไม่รู้จัก	53	31.9

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
(ต่อ)

ข้อความ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
สิ่งที่ต้องพิจารณาบนฉลากโภชนาการ		
1 จำนวนหน่วยบริโภคต่อภาชนะบรรจุ	62	37.3
2 คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค	97	58.4
3 ร้อยละของปริมาณที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน	62	37.3
4 ค่าพลังงานต่อกรัมของไขมัน โปรตีน คาร์โบไฮเดรต และไขมัน	81	48.8
5 หนึ่งหน่วยบริโภค	39	23.5
6 ความต้องการของสารอาหารที่ควร ได้รับต่อพลังงาน 2,000 กิโลแคลอรี	45	27.1
ความเห็นต่อการแสดงข้อมูลทางโภชนาการบนฉลากอาหาร		
ควร	165	99.4
ไม่ควร	1	0.6
เหตุผลที่ควรแสดงข้อมูลทางโภชนาการ		
1. ใช้เพื่อประกอบการเลือกซื้อสินค้าอาหาร ให้เหมาะสมตามภาวะโภชนาการ	151	91.0
2. เพื่อป้องกันการเกิดโรคขาดสารอาหาร	39	23.5
3. เพื่อป้องกันการเกิดโรคโภชนาการเกิน	45	27.1
4. เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารและ พลังงานเพียงพอกับความต้องการ	103	62.0
เหตุผลที่ไม่ควรแสดงข้อมูลทางโภชนาการบนฉลาก		
1. ไม่สนใจในการอ่านฉลากอาหารก่อนเลือกซื้อ	7	4.2
2. ไม่มีความเข้าใจข้อมูลที่แสดงบนฉลากอาหาร	20	12.0
3. ไม่มีเวลาในการอ่านฉลากอาหารก่อนเลือกซื้อ	13	7.8
4. ไม่มีความจำเป็นต้องรู้ข้อมูลคุณค่าทางโภชนาการ	3	1.8
ข้อมูลบนฉลากโภชนาการควรมีลักษณะ		
1. อ่านเข้าใจง่าย	157	94.6
2. ตัวหนังสือ/ตัวเลขชัดเจน	120	72.3

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (ต่อ)

ข้อความ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ข้อมูลบนฉลากโภชนาการควรมีลักษณะ (ต่อ)		
3. มีคำประกอบเข้าใจง่าย	112	67.5
การรู้จักการกล่าวอ้างทางโภชนาการ		
รู้จักและมีความจำเป็น	93	56.0
รู้จักแต่ไม่มีความจำเป็น	11	6.6
ไม่รู้จัก	62	37.3
เหตุผลที่คิดว่าการแสดงกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลากอาหารมีความจำเป็น		
1. ทำให้สินค้ามีความน่าสนใจมากขึ้น	44	26.5
2. ทำให้ทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการบริโภคสินค้านั้น	79	47.6
3. ใช้เพื่อประกอบการเลือกซื้อสินค้าอาหารให้เหมาะสมตามภาวะโภชนาการ	67	40.4
4. เป็นการเพิ่มทางเลือกให้กับผู้ที่ใส่ใจในการดูแลสุขภาพ	68	41.0
เหตุผลที่คิดว่าการแสดงกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลากอาหารไม่มีความจำเป็น		
1. เป็นการโฆษณาชวนเชื่อ	25	15.1
2. ไม่สนใจการแสดงข้อความเหล่านั้น	4	2.4
3. ไม่เข้าใจการแสดงข้อความเหล่านั้น	7	4.2
4. ไม่มีเวลาอ่าน	4	2.4
ลักษณะของข้อความการกล่าวอ้างทางโภชนาการควรมีลักษณะ		
1. เป็นการแสดงข้อมูลที่เป็นจริง	96	57.8
2. มีคำอธิบายประกอบเข้าใจง่าย	82	49.4
3. ไม่มีข้อความที่ก่อให้เกิดความเข้าใจผิด	73	44.0

4.4 ความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร

จากการสำรวจความเข้าใจ และการรับรู้ในเครื่องหมายทั้ง 27 เครื่องหมายของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า เครื่องหมายที่กลุ่มตัวอย่างพบเห็นมากที่สุดคือ เครื่องหมาย อย. และ เครื่องหมาย OTOP เท่ากันที่ ร้อยละ 98.2 รองลงมาคือ เครื่องหมายเซลล์ชวนชิม และเครื่องหมาย มอก. เท่ากันที่ ร้อยละ 96.4 เครื่องหมายที่ไม่เคยเห็น 5 อันดับแรก คือ เครื่องหมาย The Whole Grain เครื่องหมาย V-label เครื่องหมาย รางวัลผู้ส่งออกสินค้าและบริการดีเด่น เครื่องหมาย The GI symbol และ เครื่องหมายเกษตรอินทรีย์ของสหรัฐฯ ส่วนเครื่องหมายที่ตอบความหมายได้ถูกต้องมากที่สุด มากกว่าร้อยละ 80 มีเพียงเครื่องหมายเดียวคือ เครื่องหมายเซลล์ชวนชิม รองลงมาคือ เครื่องหมาย OTOP เครื่องหมาย มอก. เครื่องหมาย อย. และเครื่องหมาย ฮาลาล เครื่องหมายที่ตอบความหมาย ผิดมากที่สุด คือ เครื่องหมายอาหารปลอดภัย รองลงมาคือ เครื่องหมาย OTOP เครื่องหมาย มอก. เครื่องหมาย อย. และ เครื่องหมาย สคบ. เครื่องหมายที่ไม่ทราบความหมายมากที่สุดคือ อย. รองลงมาคือ เครื่องหมาย มอก. เครื่องหมาย คิว เครื่องหมาย ฮาลาล และ เครื่องหมาย โครงการผักผลไม้ ส่วนเครื่องหมายที่ใช้ประกอบในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารมากที่สุด คือ เครื่องหมาย อย. เครื่องหมายมอก. เครื่องหมายอาหารปลอดภัย เครื่องหมายเซลล์ชวนชิม และ เครื่องหมาย OTOP และ เครื่องหมายที่มีความน่าเชื่อถือมากที่สุด ร้อยละ 60 คือ เครื่องหมาย อย. รองลงมาคือ อาหารปลอดภัย เครื่องหมาย มอก. เครื่องหมาย OTOP เครื่องหมาย เซลล์ชวนชิม และ เครื่องหมายที่ต้องการข้อมูลเพิ่มเติมมากที่สุดคือ เครื่องหมาย สคบ. รองลงมาคือ เครื่องหมายรางวัลผู้ส่งออกสินค้าและบริการดีเด่น เครื่องหมาย HACCP และ เครื่องหมายกรมส่งเสริมอุตสาหกรรมมีความถี่เท่ากัน ตราสัญลักษณ์อาหารรักษ์หัวใจ เครื่องหมายอาหารเพิ่มสารอาหาร เครื่องหมายรับรองข้าวหอมมะลิ เครื่องหมายเกษตรอินทรีย์ของสหรัฐฯ และ เครื่องหมาย The GI symbol มีความถี่เท่ากัน (ตารางที่ 5)

ตารางที่ 5 พฤติกรรมผู้บริโภคกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร

ลำดับ	เครื่องหมาย	เคยเห็นเครื่องหมายนี้ จำนวน(%)	ไม่เคยเห็น จำนวน(%)	บอก ความหมาย ถูก จำนวน(%)	บอก ความหมาย ผิด จำนวน(%)	ไม่ทราบ ความหมาย จำนวน(%)	ใช้ประกอบใน การเลือกซื้อ จำนวน(%)	ความน่าเชื่อถือ จำนวน(%)	ต้องการข้อมูล เพิ่ม จำนวน(%)
1	เครื่องหมาย อย.	163(98.2)	3(1.8)	82(49.4)	36(21.7)	45(27.1)	114(68.7)	154(92.8)	131(78.5)
2	เครื่องหมายสากล	96(57.8)	70(42.2)	75(45.2)	8(4.8)	13(7.8)	27(16.3)	87(52.4)	129(77.7)
3	เครื่องหมาย มอก.	160(96.4)	6(3.6)	97(58.4)	43(25.9)	21(12.7)	113(68.1)	154(92.8)	125(75.3)
4	เครื่องหมาย จีเอ็มพี	42(25.3)	124(74.7)	26(15.7)	7(4.2)	9(5.4)	24(14.5)	39(23.5)	147(88.6)
5	เครื่องหมาย สคบ.	43(25.9)	122(73.9)	10(6.0)	29(17.5)	6(3.6)	31(18.7)	40(24.1)	146(88.0)
6	เครื่องหมาย HACCP	27(16.3)	139(83.7)	21(12.7)	2(1.2)	4(2.4)	18(10.8)	24(14.5)	144(86.7)
7	เครื่องหมาย กรม ส่งเสริม	34(20.5)	132(79.5)	0	24(14.5)	10(6.0)	12(7.2)	31(18.7)	144(86.7)
อุตสาหกรรม									
8	เครื่องหมายอาหาร ปลอดภัย	132(79.5)	34(20.5)	41(24.7)	75(45.2)	16(9.6)	113(68.1)	127(76.5)	115(69.3)
9	เครื่องหมายรับรอง คุณภาพระบบ	49(29.5)	117(70.5)	41(24.7)	1(0.6)	7(4.2)	45(27.1)	48(28.9)	138(83.1)

ตารางที่ 5 พฤติกรรมผู้บริโภคกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร (ต่อ)

ลำดับ	เครื่องหมาย	เคยเห็นเครื่องหมายนี้ จำนวน(%)	ไม่เคยเห็น จำนวน(%)	บอก ความหมาย ถูก จำนวน(%)	บอก ความหมาย ผิด จำนวน(%)	ไม่ทราบ ความหมาย จำนวน(%)	ใช้ประกอบใน การเลือกซื้อ จำนวน(%)	ความน่าเชื่อถือ จำนวน(%)	ต้องการข้อมูล เพิ่ม จำนวน(%)
10	เครื่องหมายคว	74(44.6)	92(55.4)	54(32.5)	2(1.2)	18(10.8)	46(27.7)	70(42.2)	136(81.9)
11	เครื่องหมาย ผลิตภัณฑ์อินทรีย์	22(13.3)	144(86.7)	15(9)	4(2.4)	3(1.8)	19(11.4)	22(13.3)	143(86.1)
12	เครื่องหมาย โครงการผักผลไม้ อนามัย	62(37.3)	104(62.7)	43(25.9)	6(3.6)	13(7.8)	44(26.5)	55(33.1)	135(81.3)
13	ตราสัญลักษณ์ อาหารรักษ์หัวใจ	36(21.7)	130(78.3)	29(17.5)	1(0.6)	6(3.6)	27(16.3)	33(19.9)	142(85.5)
14	เครื่องหมายอาหาร เพิ่มสารอาหาร	18(10.8)	148(89.2)	11(6.6)	0(0)	7(4.2)	11(6.6)	15(9.0)	142(85.5)
15	เครื่องหมาย Superbrands	40(24.1)	126(75.9)	27(16.3)	1(0.6)	12(7.2)	19(11.4)	30(18.1)	140(84.3)
16	เครื่องหมายรางวัล ผู้ส่งออกสินค้าและ บริการดีเด่น	8(4.8)	158(95.2)	1(0.6)	0	7(4.2)	1(0.6)	6(3.6)	146(88.0)

ตารางที่ 5 พฤติกรรมผู้บริโภคกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร (ต่อ)

ณัฐพินันท์ ภิรมย์ภักดี

ลำดับ	เครื่องหมาย	เคยเห็น เครื่องหมายนี้ จำนวน(%)	ไม่เคยเห็น จำนวน(%)	บอก ความหมาย ถูก จำนวน(%)	บอกความหมาย ผิด จำนวน(%)	ไม่ทราบ ความหมาย จำนวน(%)	ใช้ประกอบใน การเลือกซื้อ จำนวน(%)	ความน่าเชื่อถือ จำนวน(%)	ต้องการ ข้อมูลเพิ่มเติม จำนวน(%)
17	เครื่องหมายรับรอง ข้าวหอมมะลิ	26(15.7)	140(84.3)	7(4.2)	9(5.4)	10(6.0)	15(9.0)	24(14.5)	142(85.5)
18	เครื่องหมายรูปมือ พนม	57(34.3)	109(65.7)	13(7.8)	23(13.9)	21(12.7)	27(16.3)	52(31.3)	138(83.1)
19	เครื่องหมาย OTOP	163(98.2)	3(1.8)	107(64.5)	46(27.7)	10(6.0)	108(65.1)	151(91.0)	101(60.8)
20	เครื่องหมาย เชลล์ชวนชิม	160(96.4)	6(3.6)	153(92.2)	0(0)	8(4.8)	109(65.7)	139(83.7)	89(53.6)
21	เครื่องหมายเกษตร อินทรีย์ของสหกรณ์	9(5.4)	157(94.6)	4(2.4)	2(1.2)	3(1.8)	6(3.6)	8(4.8)	142(85.5)
22	เครื่องหมาย The pick the tick	22(13.3)	144(86.7)	12(7.2)	0(0)	10(6.0)	13(7.8)	21(12.7)	137(82.5)
23	เครื่องหมาย The heart check mark	23(13.9)	142(85.5)	14(8.4)	4(2.4)	5(3.0)	14(8.4)	21(12.7)	141(84.9)
24	เครื่องหมาย The whole grain stamp	3(1.8)	163(98.2)	0	1(0.6)	2(1.2)	2(1.2)	3(1.8)	139(83.7)

ผลการวิจัย / 80

ตารางที่ 5 พฤติกรรมผู้บริโภคกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร (ต่อ)

ลำดับ	เครื่องหมาย	เคยเห็นเครื่องหมายนี้ จำนวน(%)	ไม่เคยเห็น จำนวน(%)	บอก ความเหมาะสม จำนวน(%)	บอก ความหมาย ผิด จำนวน(%)	ไม่ทราบ ความหมาย จำนวน(%)	ใช้ประกอบ ในการเลือก ซื้อ จำนวน(%)	ความ น่าเชื่อถือ จำนวน(%)	ต้องการข้อมูล เพิ่ม จำนวน(%)
25	เครื่องหมาย The healthier choice symbol	15(9.0)	151(91)	7(4.2)	0	8(4.8)	6(3.6)	15(9.0)	138(83.1)
26	เครื่องหมาย V- label	7(4.2)	159(95.8)	0	3(1.8)	4(2.4)	4(2.4)	7(4.2)	140(84.3)
27	เครื่องหมาย The GI symbol	8(4.8)	158(95.2)	6(3.6)	0	2(1.2)	6(3.6)	8(4.8)	142(85.5)

4.5 ความเข้าใจเกี่ยวกับข้อความกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลาก

จากผลการวิเคราะห์พบว่าข้อความการกล่าวอ้างทางโภชนาการที่กลุ่มตัวอย่างเข้าใจความหมายและตอบถูกมากที่สุดคือ ไฮไฟเบอร์ (high fiber) ที่ร้อยละ 57.2 รองลงมาคือ ไขมันต่ำ ร้อยละ 52.4 และ วิตามินซีสูงที่ร้อยละ 48.2 ตอบผิดมากที่สุดคือ ไม่มีไขมัน และ ชูการ์ฟรี (sugar free) ร้อยละ 57.8 และ ร้อยละ 49.4 (ตารางที่ 6)

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละการตอบคำถามเรื่องการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

ความหมายของคำ	จำนวน (ร้อยละ)		
	ตอบถูก	ตอบผิด	ไม่ทราบ
1. ไขมันต่ำ (Low fat)	87(52.4)	29(17.5)	50(30.1)
2. ไม่มีไขมัน (Fat 0%)	26(15.7)	96(57.8)	44(26.5)
3. ไฮไฟเบอร์ (High fiber)	95(57.2)	16(9.6)	55(33.1)
4. แคลเซียมสูง (High calcium)	47(28.3)	69(41.6)	50(30.1)
5. ไม่มีโคเลสเตอรอล (No cholesterol)	46(27.7)	71(42.8)	49(29.5)
6. โซเดียมต่ำ (Low sodium)	58(34.9)	35(21.1)	73(44.0)
7. ไกลซีมิกอินเดกซ์ต่ำ (Low GI)	24(14.5)	10(6.0)	132(79.5)
8. วิตามินซีสูง (High vitamin C)	80(48.2)	16(9.6)	70(42.2)
9. ไลท์ (light/lite)	50(30.1)	40(24.1)	76(45.8)
10. ไม่มีไขมัน (Fat free)	36(21.7)	64(38.6)	66(39.8)
11. ชูการ์ฟรี (Sugar free)	33(19.9)	82(49.4)	51(30.7)

4.6 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา รายได้ กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

จากการวิเคราะห์พบว่า ปัจจัยทางด้านสังคมเศรษฐกิจ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา และ รายได้ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารมีเพียง 2 ปัจจัยคือ อาชีพและการศึกษาที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = 0.025, 0.036$ ตามลำดับ) (ตารางที่ 7)

ตารางที่ 7 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา รายได้ กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (การใช้เครื่องหมายในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร)

ข้อมูล	พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร จำนวน (ร้อยละ)				
	ไม่ใช้	ใช้	รวม	X ²	p-value
เพศ					
ชาย	29(17.5)	15(9)	44(26.5)	1.602	0.206
หญิง	67(40.3)	55(33.1)	122(73.4)		
รวม	96(57.8)	70(42.1)	166(100)		
อายุ					
15-20	2(1.2)	0	2(1.2)	11.629	0.143
21-26	22(13.2)	23(13.9)	45(27.1)		
27-32	23(13.9)	22(13.2)	45(27.1)		
33-38	12(7.2)	8(4.8)	20(12.0)		
39-44	5(3.0)	3(1.8)	8(4.8)		
45-50	15(9.0)	4(2.4)	19(11.4)		
51-56	13(7.8)	5(3.0)	18(10.8)		
57-59	3(1.8)	1(0.6)	4(2.4)		
>59	1(0.6)	4(2.4)	5(3.0)		
รวม	96(57.8)	70(42.1)	166(100)		
การศึกษา					
ประถม	10(6.0)	0	10(6.0)	9.924	0.036
มัธยม	9(5.4)	4(2.4)	13(7.8)		
อนุปริญญา	3(1.8)	3(1.8)	6(3.6)		
ปริญญาตรี	59(35.5)	48(28.9)	107(66.5)		
สูงกว่า ป.ตรี	15(9.0)	14(8.4)	29(17.5)		
รวม	96(57.8)	69(41.6)	165(100)		
อาชีพ					
รับราชการ	33(19.9)	22(13.3)	55(33.1)		
เอกชน	14(8.4)	19(11.4)	33(19.9)		

ตารางที่ 7 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา รายได้ กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (การใช้เครื่องหมายในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร) (ต่อ)

ข้อมูล	พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร จำนวน (ร้อยละ)			X ²	p-value
	ไม่ใช้	ใช้	รวม		
อาชีพ (ต่อ)					
รัฐวิสาหกิจ	3(1.8)	0	3(1.8)	12.110	0.025
ธุรกิจส่วนตัว	9(5.4)	3(1.8)	12(7.2)		
แม่บ้าน	7(4.2)	0	7(4.2)		
อื่นๆ	30(18.0)	26(15.7)	56(33.7)		
รวม	96(57.8)	70(42.1)	166(100)		
รายได้					
<5,000	12(7.2)	4(2.4)	16(9.6)	6.625	0.250
5,000-10,000	21(12.7)	13(7.8)	34(20.5)		
10,001-15,000	9(5.4)	13(7.8)	22(13.3)		
15,001-20,000	12(7.2)	14(8.4)	26(15.7)		
>20,000	39(23.5)	24(14.5)	63(38.0)		
รายได้ (ต่อ)					
ไม่แน่นอน	3(1.8)	2(1.2)	5(3.0)		
รวม	96(57.8)	70(42.1)	166(100)		

4.7 ความสัมพันธ์ระหว่างสถานะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง และการเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วยของกลุ่มตัวอย่าง กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

จากการวิเคราะห์พบว่าสถานะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่างและการเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วยของกลุ่มตัวอย่างไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ($p = 0.917, 0.854$) โดยจะพบได้ว่าผู้ที่มิโรคประจำตัวใช้การดูแลเครื่องหมายประกอบการตัดสินใจเลือกซื้อเพียง ร้อยละ 10.8 และเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วย ใช้การดูแลเครื่องหมายเพื่อประกอบการตัดสินใจเลือกซื้อเพียง ร้อยละ 8.4 (ตารางที่ 8)

ตารางที่ 8 ความสัมพันธ์ระหว่างสภาวะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง และ การเป็นผู้ดูแลผู้ป่วยของกลุ่มตัวอย่าง กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (การใช้เครื่องหมายในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร)

ข้อมูล	พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร				จำนวน (ร้อยละ)	
	ไม่ใช่	ใช่	รวม	X ²	p-value	
โรคประจำตัว						
มี		24(14.5)	18(10.8)	42(25.3)	0.011	0.917
ไม่มี		72(43.3)	52(31.3)	124(74.7)		
รวม		96(57.8)	70(42.1)	166(100)		
เป็นผู้ดูแลญาติป่วย						
เป็น		17(10.2)	14(8.2)	31(18.7)	0.317	0.854
ไม่เป็น		20(12.0)	16(9.6)	36(21.7)		
ไม่มีญาติป่วย		59(35.5)	40(24.0)	99(59.6)		
รวม		96(57.8)	70(42.1)	166(100)		

4.8 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพกับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

จากการวิเคราะห์พบว่าพฤติกรรมสุขภาพที่ประกอบไปด้วย การออกกำลังกาย การตรวจร่างกายประจำปี การรับประทานอาหารเสริม ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ส่วนการรับประทานอาหาร 17 ประเภท พบว่ามีเพียง 4 ประเภทที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ การรับประทานเนื้อวัว/หมูไม่ติดมัน ไข่/แปดไม่ติดหนัง การรับประทานอาหารคาวที่ใส่กะทิ การรับประทานนมหรือผลิตภัณฑ์จากนม และการรับประทานธัญพืช ($p = 0.014, 0.005, 0.009$ และ 0.005 ตามลำดับ) (ตารางที่ 9)

ตารางที่ 9 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพกับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (การใช้เครื่องหมายในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร)

ข้อมูล	พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า		จำนวน (ร้อยละ)		
	ไม่ใช่	ใช่	รวม	X ²	p-value
การออกกำลังกาย					
ไม่เคยออกกำลังกาย	9(5.4)	4(2.4)	13(7.8)	7.350	0.119
นานๆครั้ง	62(37.3)	43(25.9)	105(63.3)		
2 ครั้ง/ สัปดาห์	9(5.4)	9(5.4)	18(10.8)		
3-6 ครั้ง / สัปดาห์	11(6.6)	10(6)	21(12.7)		
ทุกวัน	5(3.0)	4(2.4)	9(5.4)		
รวม	96(57.8)	70(42.2)	166(100)		
การรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร					
ไม่	63(38.0)	35(21.1)	98(59.0)	4.269	0.118
บางครั้ง	25(15)	28(16.9)	53(31.9)		
เป็นประจำ	8(4.8)	7(4.2)	15(9.0)		
รวม	96(57.8)	70(42.2)	166(100)		
การตรวจร่างกายประจำปี					
ไม่ตรวจ	42(25.3)	24(14.5)	66(39.8)	1.514	0.219
ตรวจ	54(32.5)	46(27.7)	100(60.2)		
รวม	96(57.8)	70(42.2)	166(100)		
ประเภทอาหาร					
เนื้อวัว/หมูไม่ติดมัน ไข่ไก่/เป็ดไม่ติดหนัง					
บริโภคน้อย	76(45.8)	45(27.1)	121(72.9)	6.083	0.014
บริโภคมาก	13(7.8)	19(11.4)	32(19.3)		
รวม	89(53.6)	64(38.6)	153(92.2)		
อาหารคาวใส่กะทิ					
บริโภคน้อย	84(50.6)	49(29.5)	133(80.1)	7.784	0.005
บริโภคมาก	12(7.2)	21(12.7)	33(19.9)		
รวม	96(57.8)	70(42.2)	166(100)		

ตารางที่ 9 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพกับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (การใช้เครื่องหมายในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร) (ต่อ)

ข้อมูล	พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า		จำนวน (ร้อยละ)		
	ไม่ใช้	ใช้	รวม	X ²	p-value
นม หรือผลิตภัณฑ์จากนม					
บริโภคน้อย	76(45.8)	43(25.9)	119(71.7)	6.913	0.009
บริโภคมาก	19(57.2)	27(16.3)	46(27.7)		
รวม	95(57.2)	70(42.2)	165(99.9)		
ธัญพืช เช่นถั่วและผลิตภัณฑ์					
บริโภคน้อย	84(50.6)	49(29.5)	133(80.1)	7.784	0.005
บริโภคมาก	12(7.2)	21(12.7)	33(19.9)		
รวม	96(57.8)	70(42.2)	166(100)		

4.9 ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

จากการวิเคราะห์พบว่า การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ($p < 0.001$) โดยที่กลุ่มตัวอย่างจำนวนมากกว่าครึ่งร้อยละ 57.8 ที่ไม่ใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารจะไม่ใช้เครื่องหมายบนฉลากประกอบในการเลือกตัดสินใจซื้อสินค้าด้วย ขณะที่กลุ่มตัวอย่างเกือบครึ่ง ร้อยละ 46.4 มีคะแนนความเข้าใจความหมายของการกล่าวอ้างทางโภชนาการในระดับต่ำจะไม่ใช้เครื่องหมายบนฉลากอาหารประกอบในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (ตารางที่ 10)

ตารางที่ 10 ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (การใช้เครื่องหมายในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร)

ข้อมูล	พฤติกรรม การตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร จำนวน(ร้อยละ)				
(คะแนน)	ไม่ใช้	ใช้	รวม	X ²	p-value
การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร					
ต่ำ	35(21.1)	3(1.8)	38(22.9)	28.124	0.000
ปานกลาง	53(31.9)	47(28.3)	100(60.2)		
สูง	8(4.8)	19(11.4)	27(16.3)		
รวม	96(57.8)	69(41.6)	165(100)		
การกล่าวอ้างทางโภชนาการ					
ต่ำ	77(46.4)	38(22.9)	115(69.3)	13.747	0.001
ปานกลาง	16(9.6)	23(13.9)	39(23.5)		
สูง	3(1.8)	9(5.4)	12(7.2)		
รวม	96(57.8)	70(42.2)	166(100)		

4.10 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหารกับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

จากการวิเคราะห์พบว่า การรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเพื่อตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) โดยจำนวนกลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่ง ร้อยละ 54.2 มีคะแนนการรับรู้และความเข้าใจในระดับต่ำจะไม่ใช้เครื่องหมายบนฉลากในการตัดสินใจเพื่อเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (ตารางที่ 11)

ตารางที่ 11 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (การใช้เครื่องหมายในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร)

การรับรู้และความเข้าใจ (คะแนน)	พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร จำนวน(ร้อยละ)			Fisher's Exact Test	p-value
	ไม่ใช้	ใช้	รวม		
ต่ำ	90(54.2)	48(28.9)	138(83.1)	100.578	0.000
ปานกลาง	6(3.6)	14(8.4)	20(12.0)		
สูง	0	8(4.8)	8(4.8)		
รวม	96(57.8)	70(42.2)	166(100)		

บทที่ 5

อภิปรายผล

การศึกษาการรับรู้ในเครื่องหมายบนฉลากอาหาร และการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ของผู้ที่มารับบริการในโรงพยาบาลรามธิบดี จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังต่อไปนี้

5.1 ลักษณะข้อมูลทางสังคมเศรษฐกิจ

กลุ่มตัวอย่างส่วนมากจะเป็นผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย อยู่ในช่วงวัยทำงาน (21-32 ปี) ซึ่งทั้ง 2 ปัจจัยไม่มีความแตกต่างกันในการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารอาหารในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ซึ่งผลที่ได้สัมพันธ์กับงานวิจัยที่ผ่านมาของรัตน พงศ์จารุสถิต (6) พบว่าเพศ และอายุไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการอ่านฉลากอาหารก่อนการซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร และการศึกษาอยู่ในระดับที่ค่อนข้างสูงคือ เกินครึ่งของกลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาดังแต่ปริญญาตรีจนถึงสูงกว่าและมีรายได้สูง อาชีพส่วนมาก รับราชการ เกือบร้อยละ 40 มีรายได้ที่มากกว่า 20,000 บาทต่อเดือน เป็นไปได้ว่าที่ลักษณะของข้อมูลเป็นเช่นนี้อาจมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนมากเป็นผู้รับบริการของแผนกผู้ป่วยนอกซึ่งเป็นคลินิกนอกเวลาซึ่งจะเป็นกลุ่มคนที่มีการศึกษาและมีรายได้สูง เพราะเป็นคลินิกที่ต้องจ่ายค่าตรวจเองเนื่องจากการทำแบบสัมภาษณ์ในเวลาราชการมีอุปสรรคมาก ทั้งจากทางเสียง ปริมาณคนที่มากและวุ่นวาย ทำให้ขาดสมาธิในการทำแบบสัมภาษณ์แต่อย่างไรก็ตามปัจจัยที่ได้มาก็ไม่มีความแตกต่างกันในทางสถิติต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร และจากการหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรพบว่า มีเพียงตัวแปร อาชีพและ การศึกษาเท่านั้นที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารแต่ไม่ใช่เครื่องหมายประกอบในการตัดสินใจเลือกซื้อ ทั้งนี้สาเหตุอาจมาจากการที่กลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาที่สูง และมีอาชีพที่มั่นคง คิดว่าการนำข้อมูลไปใช้เพื่อประกอบการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารไม่มีความจำเป็น และพบว่าเหตุผลที่กลุ่มตัวอย่างคิดว่าไม่มีความจำเป็นต้องอ่านฉลากก่อนซื้อ คือ ผลิตภัณฑ์ที่มีชื่อเสียอยู่แล้ว มี

ความสัมพันธ์ กับตัวแปร ของปัจจัยที่กลุ่มตัวอย่างเลือกเมื่อตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร คือ ชื่อเสียงของสินค้า แสดงให้เห็นว่าหาก สินค้าอาหารนั้นเป็นสินค้าที่มีชื่อเสียง หรือเป็นสิ่งที่ซื้อเป็นประจำก็จะไม่สนใจในการอ่านข้อมูลบนฉลากก่อนตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร และพบอีกว่าเหตุผลมากที่สุดที่กลุ่มตัวอย่างคิดว่าไม่มีความจำเป็นต้องอ่านฉลากก่อนซื้อคือ เคยซื้อสินค้านั้นมีถึงร้อยละ 62 ซึ่งแตกต่างกับงานวิจัยของ พัชรวิทย์ จันทระ (47) ซึ่งพบว่า การศึกษาและรายได้มีความสัมพันธ์กับการใช้ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ

5.2 การเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วยและ การมีโรคประจำตัว

เนื่องการสำรวจในครั้งนี้ไม่ได้เจาะจงเฉพาะแต่ผู้ป่วยหมายถึงรวมถึงกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้รับบริการทั้งญาติ และผู้ป่วย ผลที่ได้พบว่ากลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งไม่มีโรคประจำตัว คือ ร้อยละ 74.7 นอกจากนั้นพบว่าในจำนวนผู้ที่มีโรคประจำตัวเป็นโรคภูมิแพ้มากที่สุด ผลจากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรพบว่า การที่กลุ่มตัวอย่างมีโรคประจำตัว และ การที่ต้องเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วยทั้ง 2 ตัวแปรไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ Pelletier ในปี ค.ศ. 2004 (52) ซึ่งพบว่าการใช้ข้อมูลทางโภชนาการบนฉลากอาหารของชนมชนเคียวนั้นมีความสัมพันธ์กับการเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด และเช่นเดียวกับการศึกษาของ Rothman ในปี ค.ศ. 2006 (53) ศึกษาในผู้ป่วยที่เป็นโรคเรื้อรัง พบการใช้ข้อมูลบนฉลากโภชนาการมีความสัมพันธ์กับการมีโรคประจำตัว

อย่างไรก็ตามพบว่า 2 งานวิจัยนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นโรคเรื้อรังและจำเป็นต้องสนใจข้อมูลทางโภชนาการเนื่องจากมีผลโดยตรงต่อโรคที่เป็น แต่ในขณะที่การศึกษานี้พบโรคภูมิแพ้มากที่สุดซึ่งไม่ใช่โรคเรื้อรังและกลุ่มตัวอย่างส่วนมากไม่มีโรคประจำตัว เป็นไปได้ว่ากลุ่มตัวอย่างอาจไม่สนใจข้อมูลบนฉลาก ที่จะมีผลเกี่ยวข้องต่อการเจ็บป่วย

5.3 พฤติกรรมสุขภาพ

พฤติกรรมสุขภาพที่พิจารณาในกลุ่มตัวอย่างนั้นจะพบว่าส่วนมากมีการออกกำลังกายเป็นประจำน้อยกว่าออกกำลังกายนานๆ ครั้งแต่จากผลการวิเคราะห์ที่ได้ไม่มีความแตกต่างกันในการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารเพื่อตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร และในส่วนของ การตรวจร่างกายประจำปี กลุ่มตัวอย่างส่วนมากเกินครึ่งตรวจเป็นประจำ และการรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหารนั้นพบว่า ผู้ที่รับประทานเป็นประจำและรับประทานบางครั้งรวมแล้ว คิดเป็นร้อยละ 40 และจากการวิเคราะห์

ความถี่ของการบริโภคอาหารทั้ง 17 ประเภทพบว่า ประเภทของอาหาร 3 อันดับแรกนั้น คือ ผัก-ผลไม้ และ เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน และสัตว์ปีกที่ไม่ติดหนังและประเภทของอาหาร 2 อันดับสุดท้ายที่บริโภคความถี่น้อยที่สุดคือ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปและ อาหารจานด่วน เมื่อมองโดยภาพรวมแสดงให้เห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมากใส่ใจในการดูแลสุขภาพ มีการออกกำลังกาย ตรวจร่างกายประจำปี และรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ แต่เมื่อหาความสัมพันธ์ระหว่าง การออกกำลังกาย การตรวจร่างกายประจำปี การรับประทานอาหารเสริม พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ทั้งนี้อาจมาจากที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ และสามารถดูแลตนเองทางด้านสุขภาพในเกณฑ์ดี และไม่มีโรคประจำตัวที่เป็นโรคเรื้อรังจึงไม่สนใจในการแสวงหาข้อมูลบนฉลากอาหารก่อนการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ส่วนการรับประทานอาหาร 17 ประเภทนั้นพบว่ามีเพียง 4 ประเภทที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร คือเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน และ ไก่ เป็ดไม่ติดหนัง อาหารคาวที่ใส่กะทิ นม หรือผลิตภัณฑ์ และ กล้วย ความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารแต่พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่บริโภคอาหารดังกล่าวจะไม่ใช้เครื่องหมายในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารอาจเนื่องมาจากมีการปฏิบัติตนที่คือนั่งอยู่แล้วจึงไม่สนใจในข้อมูลดังกล่าว

5.4 การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร

หมายถึง การใช้ข้อมูลในส่วนของ เครื่องหมายบนฉลาก ยี่ห้อ วันเดือนปีที่ผลิต วัน เดือน ปีที่หมดอายุ ส่วนประกอบ/ส่วนผสม ข้อมูลโภชนาการ ผู้ผลิต และ การกล่าวอ้างทางโภชนาการพบว่า กลุ่มตัวอย่างอ่านฉลากอาหารก่อนซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ร้อยละ 93.4 และข้อความที่อ่านมากที่สุดคือ วันหมดอายุ และเมื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น คือวันหมดอายุ กับ เหตุผลที่ต้องอ่านฉลากก่อนซื้อคือ ต้องการของที่มีคุณภาพ พบว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาของ รัตนา พงศ์จารุสฤติ (6) คือ เกือบครึ่งหนึ่งของกลุ่มตัวอย่างคิดว่ามีความจำเป็นต้องแสวงหาข้อมูลก่อนซื้อผลิตภัณฑ์ เพราะต้องการได้ของที่มีคุณภาพมากกว่าเหตุผลอื่น ส่วนปัจจัยที่เลือกอันดับแรกเมื่อเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร คือราคาซึ่งถือว่าเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า(44) เมื่อต้องการงูใจถูกค่าปัจจัยต่างๆที่ผู้บริโภคสนใจคือราคาและพบว่ามิจานวิจัยที่สนับสนุนประเด็นนี้โดยนำปัจจัย ราคานำมางูใจผู้บริโภคเพื่อให้บริโภคอาหารที่ดีต่อสุขภาพมากขึ้น โดยการนำอาหารสุขภาพ คือ ผักและผลไม้ อาหารไขมันต่ำ มาลดราคาเปรียบเทียบกับราคาเดิมพบว่า สามารถเพิ่มปริมาณการขายได้จริง (48) ในส่วนของข้อมูลทางโภชนาการพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนมากรู้จัก ร้อยละ 68.1 สิ่งที่พิจารณามากที่สุด

คือ คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค แต่สิ่งที่พิจารณาน้อยที่สุดคือ พลังงานต่อหนึ่งหน่วยบริโภค มีการศึกษาที่ผ่านมาสืบค้นข้อมูลนี้คือ พบว่ากลุ่มผู้บริโภคหลายกลุ่มยังสับสนกับปริมาณพลังงานต่อหนึ่งหน่วยบริโภค และปริมาณพลังงานต่อภาชนะบรรจุอาจมาจากการที่กลุ่มตัวอย่างอาจสับสนทางด้านหลักทางคณิตศาสตร์ หรือการสื่อความหมายของข้อมูลมีความกระเจ่งไม่เพียงพอและเข้าใจยาก (53, 55) ส่วนของการกล่าวอ้างทางโภชนาการพบว่ากลุ่มตัวอย่างรู้จักและคิดว่ามีความจำเป็น ร้อยละ 56 และคิดว่าไม่มีความจำเป็นต้องแสดงการกล่าวอ้างทางโภชนาการเนื่องจากคิดว่าเป็นการโฆษณาชวนเชื่อ ร้อยละ 15.1 ลักษณะของข้อมูลทางโภชนาการที่อยากให้เป็นคือ เป็นแสดงข้อมูลที่เป็นจริง ซึ่งมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร กับ พฤติกรรมการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร พบว่ามีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนการใช้ข้อมูลบนฉลากระดับปานกลางจนถึงระดับสูงไม่ใช่เครื่องหมายบนฉลากในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร อาจเป็นเพราะทราบที่อยู่แล้วในการใช้ข้อมูลจึงไม่สนใจในการนำไปใช้

ในส่วนของการรับรู้และความเข้าใจในเครื่องหมายบนฉลากอาหารนั้นพบว่าเครื่องหมายที่มีการประชาสัมพันธ์มากหรือเป็นสิ่งที่กฎหมายบังคับใช้หลายคนจะรู้จักและเคยเห็นเช่น เครื่องหมาย อย. เป็นสิ่งที่กฎหมายกำหนด ว่าต้องมีบนสินค้าที่ได้รับอนุญาตต้องขึ้นทะเบียนแต่มีข้อที่น่าสังเกต คือ กลุ่มตัวอย่างส่วนมากเลือกเครื่องหมายนี้เพื่อประกอบในการเลือกซื้อ และคิดว่ามีความน่าเชื่อถือมากที่สุด แต่ตอบความหมายผิดมากที่สุดจากจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เคยเห็นเครื่องหมายนี้ ทำให้เป็นที่น่าสนใจต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ตระหนักถึงการประชาสัมพันธ์ที่ควรมีมากกว่านี้เพื่อให้ประชาชนเข้าใจถึงความสำคัญและประโยชน์จากเครื่องหมายนี้ และยังพบว่า เครื่องหมาย OTOP และ เครื่องหมายเซลล์ชวนชิมเป็นเครื่องหมายที่กลุ่มตัวอย่างรู้จักและเข้าใจความหมายเป็นจำนวนมากซึ่งอาจมาจากการประชาสัมพันธ์ที่ดี แต่อย่างไรก็ตามเครื่องหมายนี้ไม่ได้แสดงถึงอาหารที่มีผลต่อสุขภาพหรือมาตรฐานของการผลิต ซึ่งหากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ตระหนักถึงความสำคัญในข้อนี้ให้มีการประชาสัมพันธ์แก่ประชาชนให้ทราบถึงความสำคัญและประโยชน์ของเครื่องหมายต่างๆ เหล่านั้นก็จะประโยชน์อย่างมากแก่ประชาชนเนื่องจากความสำคัญของเครื่องหมายต่างๆ นั้นแสดงถึงประโยชน์หลายด้านเช่น มาตรฐานการผลิต คุณค่าทางโภชนาการ ความปลอดภัยในอาหาร หลายปัจจัยที่กล่าวมานี้ถือว่าเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร(45) ซึ่งหากมีการประชาสัมพันธ์ที่ดีแล้วนั้นประชาชนก็จะมีทางเลือกในการบริโภคมากขึ้นเพื่อให้เหมาะสมกับความต้องการของตนมากที่สุด ส่วนเครื่องหมายที่กลุ่มตัวอย่างตอบว่าไม่เคยเห็นเป็นจำนวนมากนั้นส่วนใหญ่เป็นเครื่องหมายที่อยู่

บนฉลากอาหารที่นำเข้ามาจากต่างประเทศ ซึ่งอันที่จริงควรที่จะมีการประชาสัมพันธ์ให้ผู้บริโภคเข้าใจในความหมายมากกว่านี้ เนื่องจากหลายๆ เครื่องหมายบนผลิตภัณฑ์อาหารนำเข้าแสดงถึงประเภทของอาหารที่ดีต่อสุขภาพ และเหมาะสมกับผู้บริโภคตามสภาวะสุขภาพ เช่น เครื่องหมาย The GI symbol แสดงถึงอาหารที่มีการควบคุมระดับ ไกลซีมีกอินเดกซ์ (glycemix index) ซึ่งเหมาะแก่การบริโภคของผู้ป่วยเบาหวาน เครื่องหมาย The heart check mark หรือ เครื่องหมาย The Pick The Tick แสดงถึงอาหารที่ลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ ซึ่งในประเทศไทยเองก็มี ตราสัญลักษณ์อาหารรักษ์หัวใจ สื่อความหมายเดียวกันกับ 2 เครื่องหมายที่กล่าวมา

ส่วนความเข้าใจเกี่ยวกับข้อความการกล่าวอ้างทางโภชนาการที่บนอยู่บนฉลากอาหารนั้น กลุ่มตัวอย่างส่วนมากมีคะแนนความเข้าใจอยู่ในระดับที่ต่ำและสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกันเนื่องจากมีความเข้าใจในระดับต่ำจึงไม่นำไปใช้ในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ดังนั้นผู้ที่อ่านข้อความบนฉลากได้อย่างเข้าใจจำเป็นต้องมีความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการอยู่บ้าง ซึ่งผลจากการวิเคราะห์พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมากจะเข้าใจว่าสารอาหารที่มีการกล่าวอ้างว่าไม่มีในผลิตภัณฑ์ต่างๆ นั้น มีปริมาณเป็นศูนย์ซึ่งในความเป็นจริงแล้ว จะหมายถึงมีปริมาณที่น้อยกว่า 0.5 กรัม ขึ้นไป เช่น ไขมัน 0% จะหมายถึงมีปริมาณไขมันรวม ที่น้อยกว่า 0.5 กรัม จากความจริงนี้จึงควรมีการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนทราบจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งจากภาครัฐฯ และเอกชน เพื่อให้ประชาชนได้ทราบถึงความหมายที่ถูกต้อง และไม่เป็นการโฆษณาเกินจริงให้เข้าใจผิดถึงข้อความเหล่านั้นเพื่อประโยชน์ต่อการนำไปใช้เลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารอย่างเหมาะสม

บทที่ 6

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การวิจัยนี้เป็นการเป็นการศึกษาวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) มุ่งศึกษาการอ่านและการใช้ข้อมูลบนฉลากผลิตภัณฑ์อาหารในการตัดสินใจซื้อของประชากร อายุ 15 ปีขึ้นไปที่มาใช้บริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลรามารับดี มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการรับรู้ และ ความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายและการใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากอาหารที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกซื้อสินค้าของผู้บริโภค ระหว่าง เดือนธันวาคม พ.ศ. 2550 - เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551

6.1 ลักษณะทั่วไปทางประชากร และข้อมูลทั่วไป

พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมากมีอายุ ระหว่าง 21-32 ปี ร้อยละ 64.2 เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ร้อยละ 73.5 และร้อยละ 26.5 ตามลำดับ การศึกษาสูงสุดส่วนใหญ่ปริญญาตรี ร้อยละ 64.5 รายได้ ส่วนมากอยู่ที่ มากกว่า 20,000 บาทต่อเดือน และรับราชการร้อยละ 33.1 มีโรคประจำตัวร้อยละ 25.3 พบมากที่สุดคือโรคภูมิแพ้ ร้อยละ 23.8 และเป็นผู้ที่ต้องดูแลญาติที่ป่วย ร้อยละ 18.7

6.2 พฤติกรรมสุขภาพ

จากการวิเคราะห์พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ออกกำลังกาย นานๆ ครั้งมากที่สุด ร้อยละ 63.3 คิดเป็นจำนวน 2 ใน 3 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ไม่รับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เป็นจำนวนเกือบ 2 ใน 3 ของ กลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 59) การตรวจร่างกายประจำปี พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ที่ตรวจร่างกายประจำปี มีจำนวนมากกว่า 2 ใน 3 ของจำนวนทั้งหมด (ร้อยละ 60.2)

ความถี่ในการบริโภคอาหาร 17 ประเภทของกลุ่มตัวอย่าง จากการวิเคราะห์พบว่า ประเภทของอาหารที่กลุ่มตัวอย่างรับประทานมากที่สุด 3 อันดับแรกคือ ผัก ผลไม้ และ เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน และหนึ่ง ส่วนประเภทอาหารที่รับประทานน้อยที่สุดคือเบหมีกึ่งสำเร็จรูป และ อาหารจานด่วน

6.3 การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร

กลุ่มตัวอย่างส่วนมากอ่านฉลากก่อนเลือกซื้อสินค้าอาหาร ร้อยละ 93.4 และข้อความที่อ่านมากที่สุดคือ วันหมดอายุ ร้อยละ 88 เหตุผลที่ต้องอ่านฉลากก่อนคือ เพื่อต้องการของที่มีคุณภาพ ร้อยละ 83.1 และเหตุผลที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องอ่านมากที่สุดคือ เคยซื้อสินค้านั้น ปัจจัยหลักที่เลือกเวลาซื้อสินค้าคือ ราคา คุณภาพ และรสชาติ ร้อยละ 89.2, 87.3 และ 62 ตามลำดับ ส่วนฉลากโภชนาการนั้น กลุ่มตัวอย่างส่วนมากรู้จักร้อยละ 68.1 และพิจารณาคุณค่าทางโภชนาการมากที่สุด และคิดว่ามีความจำเป็นที่ต้องมีอยู่บนฉลากอาหารเนื่องจาก เพื่อใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้าให้เหมาะกับภาวะโภชนาการ และต้องการข้อมูลที่อ่านเข้าใจง่าย ส่วนการกล่าวอ้างทางโภชนาการนั้นส่วนมากรู้จักและคิดว่ามีความจำเป็นเพราะ ทำให้ทราบถึงประโยชน์จากการบริโภค และต้องการให้ข้อมูลมีการแสดงข้อมูลที่เป็นจริงไม่เป็นการโฆษณาชวนเชื่อ

6.4 ความเข้าใจในเครื่องหมายบนฉลากอาหาร

เครื่องหมายที่กลุ่มตัวอย่างเคยเห็นมากที่สุดคือเครื่องหมาย ออ. และ เครื่องหมาย OTOP เท่ากันที่ ร้อยละ 98.2 เครื่องหมายที่ไม่เคยเห็นมากกว่า ร้อยละ 80 ของกลุ่มตัวอย่างเลือก คือ เครื่องหมาย The Whole Grain Stamp ส่วนเครื่องหมายที่ตอบความหมายได้ถูกต้องมากที่สุดคือเครื่องหมาย เครื่องหมายเซลล์ชวนชิม ส่วนเครื่องหมายที่ใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้ามากที่สุดคือ เครื่องหมาย ออ. เครื่องหมายที่มีความน่าเชื่อถือที่สุดเท่ากัน คือ เครื่องหมาย ออ. เครื่องหมาย มอก. เครื่องหมายที่ต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกือบทุกเครื่องหมายต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมมากกว่าร้อยละ 70 ยกเว้น เครื่องหมายเซลล์ชวนชิม เครื่องหมาย OTOP และ เครื่องหมายอาหารปลอดภัย

6.5 ความเข้าใจเกี่ยวกับข้อความการกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลากอาหาร

ข้อความการกล่าวอ้างทางโภชนาการที่กลุ่มตัวอย่างเข้าใจความหมายและตอบถูกมากที่สุดคือ "ไฮไฟเบอร์ (high fiber) ตอบผิดมากที่สุดคือ ไม่มีไขมัน (fat 0%) และ ซูการ์ฟรี (sugar free)

6.6 ประโยชน์ที่ได้รับจากงานวิจัย

6.6.1 จากการวิจัยในครั้งนี้จะทราบถึงพฤติกรรมของผู้ป่วยและญาติที่มารับบริการของโรงพยาบาลรามาธิบดีในการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอาหาร

6.6.2 ผลการวิจัยในครั้งนี้จะเป็นข้อมูลที่เป็นประโยชน์กับหน่วยงานทางสาธารณสุขและหน่วยงานเอกชนที่เกี่ยวข้อง ในการวางแผนเพื่อปรับปรุงการให้ข้อมูลบนฉลากอาหารแก่ผู้บริโภคได้อย่างเหมาะสมและเข้าใจง่าย

6.6.3 จากการทำวิจัยในครั้งนี้จะเป็นการกระตุ้นให้ผู้บริโภคตระหนักถึงการให้ข้อมูลบนฉลากเพื่อเลือกซื้อสินค้าอาหาร และทำให้ผู้บริโภคได้สังเกตเครื่องหมายบนฉลากอาหารและความสำคัญเพื่อใช้ประกอบในการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า

6.7 การยอมรับสมมติฐานในงานวิจัย

6.7.1 ปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าพบเพียง อาชีพกับการศึกษาที่มีความสัมพันธ์ ($p < 0.05$)

6.7.2 ข้อมูลสภาวะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง และการเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วย ของกลุ่มตัวอย่างไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า

6.7.3 พฤติกรรมสุขภาพไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

6.7.4 การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

6.7.5 การรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

6.8 ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

6.8.1 การรณรงค์ส่งเสริมให้ผู้บริโภคเข้าใจถึงประโยชน์และความสำคัญในการใช้ข้อมูลบนฉลากจะส่งผลให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า ให้เป็นไปตามหลักโภชนาการเพื่อลดการเป็นโรคเรื้อรัง

6.8.2 ให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับเครื่องหมายจากการวิจัยทราบถึงการประชาสัมพันธ์แก่ประชาชนเพื่อให้ทราบถึงความสำคัญของเครื่องหมายต่างๆ และ ในการวางแผนเพื่อปรับปรุงการ

ให้ข้อมูลบนฉลากอาหารแก่ผู้บริโภคได้อย่างเหมาะสมและเข้าใจง่าย ดังจะเห็นได้ว่าเครื่องหมายในกลุ่มตัวอย่างเคยเห็นมากที่สุด คือเครื่องหมาย ออ. แต่บอกความหมายได้ถูกเพียงร้อยละ 49.4 นั้นแสดงให้เห็นว่าประชาชนส่วนมากตระหนักถึงประโยชน์จึงสนใจที่จะสังเกตเครื่องหมายดังกล่าวแต่อาจยังมีการเข้าใจที่คลาดเคลื่อนถึงความหมายหากมีการประชาสัมพันธ์ที่ดีกว่านี้จะเป็นประโยชน์อย่างมากแก่ประชาชนที่สนใจ เพราะอันที่จริงเครื่องหมายในแต่ละเครื่องหมายนั้นมีความสำคัญที่แตกต่างกันออกไป หากแบ่งออกตามประโยชน์ที่ประชาชนสามารถจะนำไปใช้ได้นั้นสามารถแบ่งได้คร่าวๆดังนี้

6.8.2.1 กลุ่มที่แสดงถึงมาตรฐานของสินค้า และ คุณภาพ เช่น เครื่องหมาย ออ. เครื่องหมาย มอก.

6.8.2.2 กลุ่มที่แสดงถึงความปลอดภัยในอาหาร เช่น เครื่องหมายอาหารปลอดภัย เครื่องหมายผักผลไม้อนามัย เครื่องหมายผลิตภัณฑ์อินทรีย์

6.8.2.3 กลุ่มที่แสดงถึงสินค้าที่ได้รับความนิยมและได้รับการยอมรับในระดับสากล เช่น เครื่องหมาย superbrands เครื่องหมาย PM AWARD

6.8.2.4 กลุ่มที่แสดงถึงสินค้าที่ให้คุณค่าทางโภชนาการ เช่น เครื่องหมายอาหารรักษ์หัวใจ เครื่องหมาย The GI symbol

เมื่อพิจารณาจากผลการศึกษาในส่วนของการอ่านข้อมูลบนฉลากอาหารแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมากสนใจในการใช้ข้อมูลบนฉลากเหตุผลหลักๆ คือต้องการสินค้าที่ได้คุณภาพ และสินค้าที่มีประโยชน์แก่ร่างกาย ดังนั้นหากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับเครื่องหมายดังกล่าวที่พบในงานวิจัยนี้สามารถประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนทั่วไปได้ทราบถึงประโยชน์และความหมาย ความสำคัญของเครื่องหมายเหล่านี้ก็จะเป็ประโยชน์อย่างมากแก่ประชาชนเพื่อใช้ประกอบในการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอาหาร

6.9 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

6.9.1 ควรทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างจากงานวิจัยนี้ เพราะจะทำให้พบความแตกต่างระหว่างปัจจัยที่แตกต่างจากงานวิจัยนี้ หากต้องการเห็นความแตกต่างของการใช้ข้อมูลในผู้ป่วยมากกว่านี้ควรมีการระบุเกณฑ์ในการคัดกรองกลุ่มตัวอย่าง

6.9.2 ควรปรับแบบสอบถามให้มีความกระชับ และปริมาณของเนื้อหาควรน้อยกว่านี้เพื่อลดความเบื่อหน่ายในการทำของกลุ่มตัวอย่าง

การรับรู้ในเครื่องหมายบนฉลากอาหาร และการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้ที่มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลรามารบิ

ณัฐพินิจ ภิรมย์เมือง 4836062 PHPH/M

วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกโภชนาวิทยา

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: เรวดี จงสุวัฒน์, วท.บ., M.S., Ph.D., ดวงใจ มาลัย ,วท.ม.

บทสรุปแบบสมบูรณ์

บทนำ

เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคมอย่างรวดเร็ว ประชาชนส่วนใหญ่ต้องทำงานนอกบ้าน จึงทำให้มีความจำเป็นต้องพึ่งพาอาหารนอกบ้าน ด้วยเหตุนี้ข้อมูลข่าวสารด้านอาหารและโภชนาการจึงจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับประชาชนทั่วไปในการเลือกซื้ออาหารมาบริโภคได้อย่างคุ้มค่า ข้อมูลบนฉลากที่ถูกต้อง ประกอบกับการมีความรู้ทางวิชาการด้านอาหารและโภชนาการจะช่วยให้เราสามารถทราบถึงที่มาของอาหารในแง่วัตถุดิบ กระบวนการผลิต ราคาคู่มือของราคา และความปลอดภัยที่จะบริโภคอาหารเหล่านั้น (1)

ปัจจุบันประเทศทั่วโลก ได้กำหนดให้มีการแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารบนฉลากเพื่อให้ข้อมูลในการเลือกอย่างเหมาะสมแก่ผู้บริโภค สำหรับในระดับนานาชาตินั้น ในการประชุมสมัชชา ระหว่างประเทศว่าด้วยโภชนาการ (International Conference on Nutrition-ICN) เมื่อเดือนธันวาคม 2535 ประเทศต่างๆทั่วโลก ได้ร่วมกันจัดทำปฏิญญาโลก ว่าด้วยโภชนาการ และแผนปฏิบัติการด้านโภชนาการโลก (World Declaration and Plan of Action for Nutrition) ซึ่งได้มีการกำหนดให้การจัดให้มีการแสดงคุณค่าทางโภชนาการบนฉลากอาหาร (nutrition labeling)

ปัจจุบันพบว่าข้อมูลบนฉลากอาหารนั้นมีเพิ่มมากขึ้นแต่จะมีผู้บริโภคจำนวนน้อยที่สนใจอ่านข้อมูลดังกล่าว ซึ่งความหมายของการแสดงข้อมูลต่างๆ เหล่านั้น มาจากหน่วยงานที่รับผิดชอบที่ต้องการสื่อให้ผู้บริโภคทราบถึงสินค้าที่ได้มาตรฐานผ่านการรับรองแล้ว มีคุณค่า ประโยชน์ในแง่ของสารอาหารเฉพาะกลุ่มผู้บริโภค รวมไปถึงความปลอดภัยในการบริโภค แหล่งผลิตที่ได้มาตรฐาน เป็นต้น ซึ่งการสื่อถึงประโยชน์ดังกล่าวมาแล้วนั้นจะสามารถพบได้จากเครื่องหมาย หรือ

สัญลักษณ์ที่อยู่บนฉลากอาหารที่หลายคนอาจมองข้าม เนื่องมาจากไม่ทราบถึงความสำคัญ ซึ่งจากการศึกษาที่ผ่านมายังไม่มีการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับเครื่องหมาย หรือสัญลักษณ์เหล่านั้นจึงทำให้ผู้วิจัยสนใจในการศึกษาการใช้ประโยชน์จากการอ่านข้อมูลบนฉลากอาหาร โดยเน้นที่เครื่องหมาย หรือสัญลักษณ์ที่พบบนฉลากของหน่วยงานต่างๆ เพื่อประกอบการเลือกซื้อสินค้าของผู้บริโภค ทั้งนี้เพื่อเป็นประโยชน์แก่ประชาชนในการกระตุ้นให้ตระหนักถึงความสำคัญในการอ่านข้อมูลบนฉลากอาหารก่อนการเลือกซื้อสินค้าอาหารอันนำไปสู่พฤติกรรมผู้บริโภคที่ดีช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรคเรื้อรังทางหนึ่ง ซึ่งในปัจจุบันพบมากขึ้นดังที่ได้กล่าวไปแล้วในข้างต้น และผู้บริโภคยังได้สินค้าบริโภคที่มีคุณภาพ และเพื่อการปรับปรุงการให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์บนฉลากอาหารรวมถึงจะได้นำข้อมูลเบื้องต้นนำไปประกอบการปรับปรุงรูปแบบการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับเครื่องหมายที่สำคัญแก่ผู้บริโภคต่อไปในอนาคตโดยหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา เป็นต้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อสำรวจการรับรู้ และ ความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายและการใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากอาหารที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้บริโภค อายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปที่มาใช้บริการในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลรามารบิต

วัตถุประสงค์เฉพาะ

1. เพื่อศึกษาการอ่านข้อมูลบนฉลากอาหาร ได้แก่ เครื่องหมายบนฉลาก ชื่อทางการค้า วันเดือนปีที่ผลิต วันเดือนปีที่หมดอายุ ส่วนประกอบ/ส่วนผสม ข้อมูลโภชนาการ ผู้ผลิต และการกล่าวอ้างทาง-โภชนาการ
2. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา รายได้ กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
3. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างสภาวะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง และ การเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วย กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

4. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพกับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
5. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร กับ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
6. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

สมมติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ข้อมูลสถานะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง และ การเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
2. พฤติกรรมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
3. การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร
4. การรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้ของผู้บริโภคอายุ ตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปที่ได้รับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลรามารับดี ถึงการรับรู้ในเครื่องหมายและการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ทำการศึกษาในระหว่างเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2550 ถึง เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551

คำจำกัดความ

1. **ฉลากอาหาร** หมายถึง กระดาษหรือสิ่งอื่นใดที่ทำให้ปรากฏข้อความ รูปภาพหรือสัญลักษณ์เกี่ยวกับรายละเอียดของสินค้า ซึ่งแสดงไว้ที่อาหาร ภาชนะบรรจุอาหาร หรือหีบห่อของภาชนะที่บรรจุอาหาร (7)

2. **เครื่องหมาย หรือ สัญลักษณ์ (symbol)** โดยพื้นฐานหมายถึง สิ่งที่ใช้แทนความหมายของอีกสิ่งหนึ่ง หรือถ้าจะกล่าวให้ลึกลงไปอีก สัญลักษณ์ หมายถึง วัตถุ อักษร รูปร่าง หรือสีสรร ซึ่งใช้ในการสื่อความหมายหรือแนวความคิดให้มนุษย์เข้าใจไปในทางเดียวกัน อาจจะเป็นรูปธรรมหรือนามธรรมได้ ในทางปรัชญามักมีคำนิยามว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในธรรมชาติ หรือแม้ในจักรวาลสามารถแทนได้ด้วยสัญลักษณ์ทั้งสิ้น สัญลักษณ์นั้นช่วยในการสื่อสาร อาจจะเป็นรูปภาพ การเขียนอักษร การออกเสียง หรือการทำท่าทาง ซึ่งช่วยให้ผู้ส่งสารและผู้รับสารเข้าใจตรงกันแม้จะพูดกันคนละภาษา แต่ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของทั้งสองฝ่ายว่า ผู้ส่งสารมีความสามารถใช้สัญลักษณ์ให้สื่อความหมายมากเพียงใด และผู้รับสารมีความเข้าใจในสัญลักษณ์ที่ใช้มากเพียงใด ดังนั้นภาษามือจึงจัดว่าเป็นสัญลักษณ์อย่างหนึ่งเช่นกัน (9)

3. **ผู้รับบริการในหน่วยตรวจผู้ป่วยนอก** หมายถึงถึงทั้งญาติและผู้ป่วยที่มารับบริการในทุหน่วยตรวจผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลรามาธิบดีที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปี ขึ้นไป

4. **พฤติกรรมสุขภาพ** หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกของบุคคลในการกระทำหรืองดเว้นการกระทำในสิ่งที่มีผลต่อสุขภาพของตนเอง โดยอาศัยความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ และการปฏิบัติตนทางด้านสุขภาพด้านต่าง ๆ คือสุขภาพกาย จิตใจ/อารมณ์ และสังคม ที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างสมดุล ในงานวิจัยนี้จะศึกษาถึง การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารเสริม การตรวจร่างกายประจำปี และ การรับประทานอาหารซึ่งในงานวิจัยแบ่งออกเป็น 17 ประเภท

5. **พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อ** หมายถึง พฤติกรรมในมนุษย์ที่มีหลายกระบวนการรวมกันและมีผลซึ่งกันและกันทั้งจากทาง กระบวนการทางชีวเคมีในร่างกายคือ ความอยากอาหาร กลไกทางจิตคือ พฤติกรรมการกิน ทางสังคมและวัฒนธรรม ซึ่งส่งผลต่อ สาธารณสุข และ การค้าที่เพิ่มทางเลือกต่อการบริโภคของประชาชน ซึ่งจะแสดงถึงกระบวนการทางความคิด การตัดสินใจ

6. **ปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ** หมายถึง เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษาและ รายได้

7. **ข้อมูลบนฉลากอาหาร** หมายถึง เครื่องหมายบนฉลาก ยี่ห้อ วันเดือนปีที่ผลิต วัน เดือน ปี ที่หมดอายุ ส่วนประกอบ/ส่วนผสม ข้อมูลโภชนาการ ผู้ผลิต และ การกล่าวอ้างทางโภชนาการ

8. **ผู้ดูแลญาติที่ป่วย** หมายถึง การเป็นผู้ที่ต้องดูแลญาติที่ป่วยของครอบครัวเป็นหลัก

วิธีการดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ รูปแบบการวิจัยเป็นการศึกษาวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) มุ่งศึกษาการอ่านและการใช้ข้อมูลบนฉลากผลิตภัณฑ์อาหารในการตัดสินใจซื้อของประชากร อายุ 15 ปีขึ้นไปที่มาใช้บริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลรามารับดี

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากรที่จะทำการศึกษาในครั้งนี้เป็นประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปที่มาใช้บริการในหน่วยตรวจผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลรามารับดี กรุงเทพมหานคร

2.2 การกำหนดกลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ใช้สูตรการคำนวณแบบ simple random sampling โดยกำหนดให้มีความเชื่อมั่นที่ระดับร้อยละ 95 โดยใช้สูตร

$$n = \frac{\left(Z_{1-\alpha/2}^2 \right) (P)(Q)}{d^2}$$

และกำหนดให้

n	=	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
Z	=	ค่ามาตรฐานภายใต้ส่วนโค้ง กำหนดให้ = 0.05, $Z_{1-\alpha/2}^2 = 1.96$
P	=	0.7 (สัดส่วนของผู้ที่อ่านฉลากอาหารก่อนซื้อจากการทบทวนวรรณกรรม)
Q	=	1 - P
d	=	ค่าความคลาดเคลื่อนที่กำหนดให้ = 0.05
n	=	$\frac{(1.96)(0.7)(1-0.7)}{(0.05)^2} = 164.64$

จากการแทนค่าในสูตรได้ขนาดตัวอย่างประมาณ 165 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสัมภาษณ์ ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ส่วนได้แก่

ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ถูกสัมภาษณ์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน ภูมิลำเนา โรคประจำตัว การดูแลญาติที่ป่วย (หากมี) และ ร้านค้าบริการที่ใช้บริการ รวมทั้งหมด 9 ข้อ

ส่วนที่ 2 เป็นข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพรวมทั้งหมด 4 ข้อ ประกอบไปด้วยข้อมูลเกี่ยวกับการออกกำลังกาย การรับประทานอาหารเสริม การตรวจร่างกายประจำปี และความถี่ในการบริโภคอาหาร 17 ประเภท โดยแบ่งความถี่ของการรับประทานออกเป็น 7 ระดับ คือ

1	=	ไม่กินเลย
2	=	น้อยกว่า 1 ครั้ง ต่อ เดือน
3	=	1-3 ครั้ง ต่อเดือน
4	=	1-3 ครั้งต่อสัปดาห์
5	=	4-6 ครั้งต่อสัปดาห์
6	=	1 ครั้งต่อวัน
7	=	มากกว่า 1 ครั้งต่อวัน

โดยเปลี่ยนหน่วยของความถี่ทุกตัวให้เป็นความถี่เดียวกันโดยใช้ค่าคงตัวในการเปรียบเทียบคูณกับจำนวนคนที่รับประทานอาหารแต่ละความถี่ในแต่ละประเภท

น้อยกว่า 1 ครั้ง ต่อ เดือน	ใช้ 0.03 เป็นตัวคูณ
1-3 ครั้ง ต่อ เดือน	ใช้ 0.06 เป็นตัวคูณ
1-3 ครั้ง ต่อ สัปดาห์	ใช้ 0.29 เป็นตัวคูณ
4-6 ครั้ง ต่อ สัปดาห์	ใช้ 0.71 เป็นตัวคูณ
1 ครั้ง ต่อ วัน	ใช้ 1 เป็นตัวคูณ
มากกว่า 1 ครั้ง ต่อวัน	ใช้ 2.5 เป็นตัวคูณ

ผลรวมที่ได้จะเป็นความถี่รวมของกลุ่มตัวอย่างในการบริโภคอาหารแต่ละประเภท เช่น รับประทานปลา 1-3 ครั้ง ต่อ เดือน มีจำนวน 100 คน จึงได้ว่า $0.06 \times 100 = 6$ จะเท่ากับการรับประทานปลาในความถี่ที่ 3 หลังจากนั้นคำนวณในทุกๆความถี่ของการรับประทานปลาแล้วเอาผลคูณที่ได้นำมารวมกันจะได้เป็นผลรวมสุดท้ายของการรับประทานปลาทั้งหมด หลังจากนั้นนำ

ผลรวมที่ได้ หารด้วยจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ผลที่ได้คือความถี่ในการบริโภคของกลุ่มตัวอย่าง
ต่อครั้ง ต่อวัน

ส่วนที่ 3 เป็นข้อมูลด้านการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร ประกอบไปด้วยการสำรวจข้อมูล
เกี่ยวกับการอ่านข้อมูลบนฉลากอาหาร ข้อมูลฉลากโภชนาการและการกล่าวอ้างทางโภชนาการรวม
ทั้งหมด 13 ข้อ โดยในแต่ละข้อของแบบสัมภาษณ์สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ โดยกำหนดให้

0 แทนคำตอบที่ไม่ได้เลือก

1 แทนคำตอบที่ถูกเลือก

หลังจากนั้นนำคะแนนรวมของการใช้ข้อมูลแบ่งเป็น 3 ช่วงคะแนน เพื่อนำไปสู่การหา
ความสัมพันธ์

< ร้อยละ 60 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับต่ำ

ร้อยละ 60-80 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับปานกลาง

> ร้อยละ 80 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับสูง

ส่วนที่ 4 เป็นความเข้าใจเกี่ยวกับสัญลักษณ์หรือเครื่องหมายบนฉลากอาหาร มี 27 ข้อ โดย
ในแต่ละข้อจะมีข้อย่อยอีก 5 ข้อ ซึ่งข้อย่อยที่ 1, 3, 4 และ 5 เป็นคำถามให้เลือกตอบกำหนดให้

0 แทนคำตอบที่ไม่ได้เลือก

1 แทนคำตอบที่ถูกเลือก

ส่วนข้อย่อยที่ 2 เป็น คำถามแบบ ประนัย

0 แทนคำตอบที่ตอบผิด

1 แทนคำตอบที่ถูก

9 แทนคำตอบที่ไม่ทราบ

โดยกำหนดให้ข้อย่อยที่ 1 และ 2 เป็นตัวแปรต้น แทนการรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับ
เครื่องหมายบนฉลากอาหาร และข้อย่อยที่ 3 เป็นตัวแปรตามแทนพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อ
สินค้า

หลังจากนั้นนำคะแนนรวมของการใช้ข้อมูลแบ่งเป็น 3 ช่วงคะแนน เพื่อนำไปสู่การหา
ความสัมพันธ์

< ร้อยละ 60 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับต่ำ

ร้อยละ 60-80 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับปานกลาง

> ร้อยละ 80 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับสูง

ส่วนที่ 5 เป็นความเข้าใจเกี่ยวกับการกล่าวอ้างทางโภชนาการมีทั้งหมด 11 ข้อ

0 แทนคำตอบที่ตอบผิด

1 แทนคำตอบที่ถูก

9 แทนคำตอบที่ไม่ทราบ

และกำหนดคะแนนของคำถามทั้ง 11 ข้อ รวมทั้งหมด 11 คะแนนแบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ช่วง

คือ < ร้อยละ 60 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับต่ำ
 ร้อยละ 60-80 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับปานกลาง
 > ร้อยละ 80 ของคะแนนรวม หมายถึงคะแนนที่ระดับสูง

4. การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

4.1 ทำการศึกษาหาความรู้จากตำรา งานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือโดยอยู่ในกรอบแนวคิดทางการวิจัย ซึ่งเป็นไปตามวัตถุประสงค์และสมมติฐานที่ตั้งไว้

4.2 นำแบบสอบถามทั้ง 5 ส่วน ไปทดสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) โดยให้อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ตรวจสอบความถูกต้องและความครอบคลุมเนื้อหาให้ตรงตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา

4.3 นำแบบสอบถามที่ได้นำไปตรวจสอบจากคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิจากการแต่งตั้งเพื่อเป็นคณะกรรมการตรวจสอบเครื่องมือ

4.4 นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้บริการจากแผนกผู้ป่วยนอกสถาบันมะเร็งแห่งชาติจำนวน 20 ราย แล้วนำแบบสัมภาษณ์มาหาความเที่ยง (reliability) ตามแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient) ของ Cronbach ได้ค่าความเที่ยงรวม 0.67

4.5 นำแบบสัมภาษณ์ที่แก้ไขแล้วปรับปรุงแล้ว มาปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาอีกครั้งก่อนนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

เริ่มระหว่างเดือนธันวาคม 2550 ถึง เดือน กุมภาพันธ์ 2551 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นผู้มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลรามาธิบดี กรุงเทพมหานคร โดยการใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่ายโดยใช้การสุ่มแบบบังเอิญ (Accidental sampling) โดยผู้ที่มารับบริการมีโอกาสได้รับเลือกเป็นกลุ่มเท่าๆกัน ซึ่งเป็นผู้ที่มารับบริการทั้งในคลินิกในเวลาตั้งแต่เวลา 7.00-16.00 และคลินิกนอกเวลา ตั้งแต่เวลา 16.00- 20.00 น. โดยขั้นตอนในการสัมภาษณ์นั้นผู้ถูกสัมภาษณ์จะตอบ

แบบสอบถามเองในส่วนของข้อมูลทั่วไปคือ ส่วนที่ 1 และผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยจะเป็นผู้สัมภาษณ์เองในส่วนที่เหลือใช้เวลาในการสัมภาษณ์แต่ละคนประมาณ 30 นาที

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

การประมวลผลข้อมูลด้วยโปรแกรม คอมพิวเตอร์ โดยดำเนินการดังนี้

6.1 จัดทำคู่มือลงรหัส

6.2 ลงรหัสเป็นหมายเลขในแบบสอบถาม

6.3 บันทึกข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์

6.4 ประมวลผลข้อมูลโดยใช้โปรแกรม คอมพิวเตอร์

6.4.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ถูกสัมภาษณ์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน ทำการวิเคราะห์โดยการแสดง จำนวน และ ร้อยละ

6.4.2 ข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพ ทำการวิเคราะห์โดยการแสดง จำนวน และ ร้อยละ

6.4.3 ข้อมูลด้านความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับข้อมูลบนฉลากอาหาร ทำการวิเคราะห์โดยการแสดง จำนวน และ ร้อยละ

6.4.4 ความเข้าใจเกี่ยวกับการรับรู้ ความเข้าใจสัญลักษณ์หรือเครื่องหมายบนฉลากอาหารวิเคราะห์โดยการแสดง จำนวน และ ร้อยละ

6.4.5 ความเข้าใจเกี่ยวกับการกล่าวอ้างทางโภชนาการวิเคราะห์โดยการแสดง จำนวน และร้อยละ

6.4.6 การหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นคือ ปัจจัยด้านสังคมเศรษฐกิจ พฤติกรรมสุขภาพ สถานะการเจ็บป่วย การเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วย การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร การรับรู้และความเข้าใจเครื่องหมายบนฉลากอาหาร กับตัวแปรตามคือ พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร แปลผลโดยใช้ค่าสถิติ ไคสแควร์ (Pearson Chi-square) และ ฟิชเชอร์ แอคเซกเทส (Fisher's exact test)

ผลการวิจัย และการวิเคราะห์ผล

ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

เป็นเพศชายซึ่งมีจำนวน เป็น 1 ใน 3 ของจำนวนเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 26.5 อายุตั้งแต่ 21-32 ปี ซึ่งมีจำนวนมากกว่าครึ่งของจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ระดับการศึกษาสูงสุดคือ ปริญญา

ตรี 2 ใน 3 ของจำนวนทั้งหมด อาชีพส่วนมากรับราชการมีร้อยละ 33 มีรายได้อยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างสูงซึ่งร้อยละ 38 มีรายได้ มากกว่า 20,000 บาท ต่อเดือน

จากการวิเคราะห์พบว่า ปัจจัยทางด้านสังคมเศรษฐกิจ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา และ รายได้ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกผลิตภัณฑ์อาหารมีเพียง 2 ปัจจัยคือ อาชีพ และการศึกษา มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแตกต่างกับงานวิจัยของพัชรวิรุ์ จันทรดี (47) ซึ่งพบว่า การศึกษาและรายได้มีความสัมพันธ์กับการใช้ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ

สภาวะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง และการเป็นผู้ดูแลผู้ป่วย

มีโรคประจำตัว 42 คน คิดเป็นร้อยละ 25.3 พบมากที่สุดคือโรค ภูมิแพ้ 10 คนร้อยละ 23.8 ไม่มีญาติที่ป่วยในครอบครัวมีปริมาณมากที่สุดเกินครึ่งของจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด คือ ร้อยละ 59.6 จากการวิเคราะห์พบว่าสภาวะการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่างและการเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วยของกลุ่มตัวอย่างไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าโดยจะพบได้ว่าผู้ที่มีโรคประจำตัวใช้การดูเครื่องหมายประกอบการตัดสินใจเลือกซื้อเพียง ร้อยละ 10.8 และเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วย ใช้การดูเครื่องหมายเพื่อประกอบการตัดสินใจเลือกซื้อเพียง ร้อยละ 8.4

ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ Pelletier ในปี ค.ศ. 2004 (52) ซึ่งพบว่าการใช้ข้อมูลทางโภชนาการบนฉลากอาหารของขนมขบเคี้ยว นั้นมีความสัมพันธ์กับการเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด และเช่นเดียวกับการศึกษาของ Rothman ในปี ค.ศ. 2006 (53) ศึกษาในผู้ป่วยที่เป็นโรคเรื้อรังพบการใช้ข้อมูลบนฉลากโภชนาการมีความสัมพันธ์กับการมีโรคประจำตัว

ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ

จากการวิเคราะห์พบว่าพฤติกรรมสุขภาพที่ประกอบไปด้วย การออกกำลังกาย การตรวจร่างกายประจำปี การรับประทานอาหารเสริม ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ส่วนการรับประทานอาหาร 17 ประเภท พบว่ามีเพียง 4 ประเภทที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) คือ การรับประทานเนื้อวัว/หมูไม่ติดมัน ไก่/เป็ดไม่ติดหนัง การรับประทานอาหารคาวที่ไม่ใส่กะทิ การรับประทานนมหรือผลิตภัณฑ์จากนม และการรับประทานธัญพืช ($p = 0.014, 0.005, 0.009, 0.005$)

ออกกำลังกาย นานๆ ครั้งมากที่สุด คิดเป็นจำนวน 2 ใน 3 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด รองลงมาคือ 3-6 ครั้ง ต่อสัปดาห์ และ 2 ครั้ง ต่อสัปดาห์ ตามลำดับ และพบว่า 2 ใน 3 ของกลุ่มตัวอย่างไม่รับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเลยซึ่งมีจำนวนมากที่สุด ประเภทของอาหารที่กลุ่มตัวอย่างรับประทานมากที่สุด 3 อันดับแรกคือ ผัก ผลไม้ และ เนื้อสัตว์ไม่ติดมันและหนัง ส่วนประเภทอาหารที่รับประทานน้อยที่สุดคือบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป และ อาหารจานด่วน

เห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างมีการดูแลสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ดีเป็นไปได้ว่าจึงไม่คิดที่จะหาข้อมูลเพิ่มในการแสวงหาข้อมูลก่อนซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

กลุ่มตัวอย่างส่วนมากอ่านฉลากก่อนเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ร้อยละ 93.4 และข้อความที่อ่านมากที่สุดคือ วันหมดอายุ ร้อยละ 88 เหตุผลที่ต้องอ่านฉลากก่อนคือ เพื่อต้องการของที่มีคุณภาพ ร้อยละ 83.1 และเหตุผลที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องอ่านมากที่สุดคือ เคยซื้อสินค้านั้น ปังจยหลัก ที่เลือกเวลาซื้อสินค้าคือ ราคา คุณภาพ และรสชาติ ร้อยละ 89.2, 87.3 และ 62 ตามลำดับ ส่วนฉลากโภชนาการนั้น กลุ่มตัวอย่างส่วนมากรู้จักร้อยละ 68.1 และพิจารณาคูณค่าทางโภชนาการมากที่สุด และคิดว่ามีความจำเป็นที่ต้องมีอยู่บนฉลากอาหารเนื่องจาก เพื่อใช้ประกอบในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ให้เหมาะกับภาวะโภชนาการ และต้องการข้อมูลที่อ่านเข้าใจง่าย ส่วนการกล่าวอ้างทางโภชนาการนั้นส่วนมากรู้จักและคิดว่ามีความจำเป็นเพราะ ทำให้ทราบถึงประโยชน์จากการบริโภค และต้องการให้ข้อมูลมีการแสดงข้อมูลที่เป็นจริงไม่เป็นการโฆษณาชวนเชื่อ

การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร กับ พฤติกรรมการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารพบว่ามี ความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติแต่พบว่าไม่น่าเครื่องหมายบนฉลากอาหารไปประกอบการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร อาจเป็นเพราะทราบอยู่แล้วถึงการใช้ข้อมูลจึงคิดว่าไม่มีความจำเป็นต้องใช้ข้อมูลเพิ่มในการประกอบการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

ความเข้าใจเกี่ยวกับข้อความกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลาก

จากผลการวิเคราะห์พบว่าข้อความการกล่าวอ้างทางโภชนาการที่กลุ่มตัวอย่างเข้าใจ ความหมายและตอบถูกมากที่สุดคือ ไฮไฟเบอร์ (high fiber) ที่ร้อยละ 57.2 รองลงมาคือ ไขมันต่ำ ร้อยละ 52.4 และ วิตามินซีสูงที่ร้อยละ 48.2 ตอบผิดมากที่สุดคือ ไม่มีไขมัน และ शुगरฟรี (sugar free) ร้อยละ 57.8 และ ร้อยละ 49.4

กลุ่ดัวอย่างส่วนมากมีคะแนนความเข้าใจอยู่ในระดับที่ต่ำและสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกันเนื่องจากมีความเข้าใจในระดับต่ำจึงไม่ นำไปใช้ในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

4. ความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร

จากการสำรวจความเข้าใจ และการรับรู้ในเครื่องหมายทั้ง 27 เครื่องหมายของกลุ่มตัวอย่างพบว่า เครื่องหมายที่กลุ่มตัวอย่างพบเห็นมากที่สุดคือ เครื่องหมาย ออ. และ เครื่องหมาย OTOP เท่ากันที่ ร้อยละ 98 ส่วนเครื่องหมายที่ตอบความหมายได้ถูกต้องมากที่สุด เครื่องหมายเชลล์ชวนชิม

เครื่องหมายที่ใช้ประกอบในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารมากที่สุดคือ เครื่องหมาย ออ. เครื่องหมายมอก. เครื่องหมายที่ต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกือบทุกเครื่องหมายต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมมากกว่าร้อยละ 70 ยกเว้น เครื่องหมายเชลล์ชวนชิม เครื่องหมาย OTOP และ เครื่องหมายอาหารปลอดภัย ที่ร้อยละ 53.6, 60.8 และ 69.3 ตามลำดับ

การรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเพื่อตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยจำนวนกลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่ง ร้อยละ 54.2 มีคะแนนการรับรู้และความเข้าใจในระดับต่ำจะไม่ใช้เครื่องหมายบนฉลากในการตัดสินใจเพื่อเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

สรุปผลการวิจัย

พบว่า ข้อมูลทางสังคมเศรษฐกิจไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ยกเว้น อาชีพและการศึกษา และ ปัจจัยที่ต้องเป็นผู้ดูแลญาติที่ป่วย และการมีโรคประจำตัว และปัจจัยด้านพฤติกรรมสุขภาพก็ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เช่นกันยกเว้น การรับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ที่ไม่ติดมัน และ ไข่เป็ดไม่ติดหนัง การรับประทานอาหารที่มีกะทิ การดื่มนมหรือรับประทานผลิตภัณฑ์จากนมและการรับประทานธัญพืช และผลิตภัณฑ์นอกจากนั้นยังพบว่า การใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร การกล่าวอ้างทางโภชนาการ การรับรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหารมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. การรณรงค์ส่งเสริมให้ผู้บริโภคเข้าใจถึงประโยชน์และความสำคัญในการใช้ข้อมูลบนฉลากจะส่งผลให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ให้เป็นไปตามหลักโภชนาการเพื่อลดการเป็นโรคเรื้อรัง
2. ให้องค์กรที่เกี่ยวข้องกับเครื่องหมายจากการวิจัยทราบถึงการประชาสัมพันธ์แก่ประชาชนเพื่อให้ทราบถึงความสำคัญของเครื่องหมายต่างๆ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างจากงานวิจัยนี้ เพราะจะทำให้พบความแตกต่างระหว่างปัจจัยที่แตกต่างจากงานวิจัยนี้
2. หากต้องการเห็นความแตกต่างของการใช้ข้อมูลในผู้ป่วยมากกว่านี้ควรมีการระบุให้ชัดเจนกว่านี้ถึงเกณฑ์ในการคัดกรองกลุ่มตัวอย่าง
3. ควรปรับแบบสอบถามให้มีความกระชับ และปริมาณของเนื้อหาควรน้อยกว่านี้เพื่อลดความเบื่อหน่ายในการทำของกลุ่มตัวอย่าง

PERCEPTION OF SYMBOLS AND USE OF INFORMATION ON THE FOOD LABEL FOR FOOD CHOICE BEHAVIOR AMONG CLIENTS AT OUT-PATIENT DEPARTMENT OF RAMATHIBODI HOSPITAL.

NUTTAPIMON BHIROMMUANG 4836062 PHPH/M

M.Sc. (PUBLIC HEALTH) MAJOR IN NUTRITION

THESIS ADVISORY COMMITTEE: REWADEE CHONGSUWAT, Ph.D.
DUANGJAI MALAI, M.Sc.

EXTENDED SUMMARY

Introduction

The change of the economy and social structure of society has forced a lot of people to work outside the home. Due to the fact that a lot of people had to work outside of home, the information on food label has become more and more important. The information on the food labels help people make healthy food choice and safely consume food.

Food labeling has become more important in 1992 when countries throughout the world made a world wide declaration and plan of action at the assembly meeting of International Conference on Nutrition (ICN) on December, 1992. Most people don't pay a lot of attention to food labels, even though currently there is a lot of information on food labeling. The meaning of data that are shown from an institute that is responsible for giving to the consumers know about the standardized goods, having the nutrition of the specific group, the safety for consuming, the source of standardized production, ect. The data shows there are a lot of symbols on food labels. However most people over look symbols on food label because most people don't know the importance and meaning of the symbols on food labels.

In this study, it focus on the information on food labels by emphasizing how symbols help people make food choices.

The results from this research would help to increase the number of people reading food labels. By increasing the number of people that read food labels, this researcher hopes to help people make better food choices. This researcher hopes that this study would encourage the Food and Drug Administration and other authorities to increase the promotion of symbols to the consumer in the future.

Objective

To study how the perception and the understanding of symbols, and the use of information on foods affected the food choices of clients who are 15 years and older in the out patient department at Ramathibodi Hospital.

Specific of Objectives

1. To study consumer's reading and understanding of information found on the food labeling including symbols, the expiration date, the manufacture date, and nutrition information.
2. To study the associations between the socio-economic factors and food choice behavior.
3. To study the associations between the care provider factor, and congenital disease factors and food choice behavior.
4. To study the associations between the health behavior factors and the food choice behavior.
5. To study the associations between the use of information on food label factors and the food choice behavior.
6. To study the associations between the perception and understanding of the symbols and the food choice behavior.

Hypothesis

1. There are positive associations between the socio-economic factors and the food choice behavior.

2. There are positive associations between the care giver factor and health factors and the food choice behavior.
3. There are positive associations between the health behavior factors and the food choice behavior.
4. There are positive associations between the use of information on food label factors and the food choice behavior.
5. There are positive associations between the perception and understanding of the symbols and the food choice behavior.

Scope of the Study

The researcher only studied clients that are 15 years and older in the out patient department at Ramathibodi Hospital during December 2007- February 2008.

Definition of Terms

Food label means paper or other thing that are made any appear messages, the picture or the symbol about the detail of goods which are shown at the food, the utensils packs the food or the package

Symbols mean a drawing, shape, or object that represents an idea, object, or amount of something. The most common symbols are letters, which are symbols of words and sounds. A symbol can be an actual object. Symbols can even be colors or patterns. Symbols are used often in poetry and other types of literature, most often used as metaphors or similes. A national emblem is a symbol for a certain country.

The clients at the out patient department means the patients and the relatives that are 15 years and older, and come in at the out patient department at Ramathibodi Hospital during November 2007- February 2008

Information on the food label means the symbols, the expire date, the manufacture date, the compound of food, brand, nutrition information, the health claim

Health behavior means the practice or the expression of behavior that makes or refrains for the health, and using the knowledge, understanding, attitude comprise

with the mental health, mood health and the social. In this research will study about the exercise, eating the food supplement, checking up and eating the kind of food that has 17 groups

Food choice behavior means food choice in human involves many complex interactions, incorporating areas ranging from the biological mechanisms of appetite control, through the psychology of eating behavior, social and cultural values, to public health and commercial attempts to alter the food intake of particular populations

Socio-economic factors means gender, age, occupation, education level and income per month

Care giver means a person who has to take care of a person or relative

Materials and Methods

Research Design

This research was conducted using a survey aimed to study the perception and the understanding of symbols, and the use of information on food label and their relationship to the food choices of clients who were 15 years and older in the out patient department at Ramathibodi Hospital during December 2007- February 2008.

Study Population

Population in this research was the clients that are 15 years and older in the out patient department at Ramathibodi Hospital during December 2007- February 2008.

Sample Size

All clients who are 15 years and older in the out patient department at Ramathibodi Hospital during December 2007- February 2008, and the total number of the subjects were calculated (166) by the simple random sampling as follows.

$$n = \frac{\left(z_{1-\alpha/2}^2\right)(P)(Q)}{d^2} \quad \text{Reliability 95\%}$$

n = sample size

Z = standard scores (z- score)

p = 0.7 (the proportion of who read food label before purchase from the literature review)

Q = 1-p

d = déviation value (0.05)

$$n = \frac{(1.96)(0.7)(1-0.7)}{(0.05)^2} = 164.64$$

Proportionate an example about 165 persons, and this group was literate and willing to participate in the study.

Research Instruments

The main instrument that was used in this study was study was a five part interview. The following is the information that is contained in the five part interview.

Part 1 of the interview contains socio-economic data (gender, age, education level, occupation, income per month), domicile, disease, caring of the relative's sickness and a store that going to shopping

Part 2 of the interview contains information of the health behaviors comprise of exercise, taking food supplement, checking up health and frequency of consume of the 17 foods, that was divided into 7 levels as follow.

1 = do not eat

2 = less than 1 time per month

3 = 1-3 times per month

4 = 1-3 times per week

5 = 4-6 times per week

6 = 1 time per day

7 = more 1 times per day

By change the division of every frequency to same frequency by use the constant in the comparison multiplies by with person amount that has a meal each the frequency in each a kind.

2 = less than 1 time per month	use 0.03
3 = 1-3 times per month	use 0.06
4 = 1-3 times per week	use 0.29
5 = 4-6 times per week	use 0.71
6 = 1 time per day	use 1
7 = more 1 times per day	use 2.5

By the sum total was shown the frequency of the consuming food each a kind of the sample, and divided by the total of the subject that is the frequency of the portion of intake per time per day

Ex: eat the fish 1-3 per month, there are 100 persons

$0.06 \times 100 = 6$ that means the sum of 3rd frequency, and then calculating in every frequency and plus of each frequency, that will bring to the total of eating fish all of the consuming samples

Part 3 contains information on the food label that was comprised reading on information of food label, nutrition information and health claim information, and all of questions were choose more than one answer.

0 = the answer wasn't choose

1 = the answer was choose

The total scores obtained were divided into 3 levels as follow.

< 60% of the total scores: low

60-80% of the total scores: middle

> 80% of the total scores: high

Part 4 of the interviews contains information that contains the understanding of the symbols on the food label, and each of the answer was divided 5 titles. The first, third, fourth and fifth of title are the question that has to choose the answer one of all by

0 = the answer wasn't choose

1 = the answer was choose

And the other one of the title was the second which has 4 choices and one correct answer as follow

0 = the false answer

1 = the true answer

9 = don't know

Part 5 contains information which relates to the Understanding of the health claim information

0 = the false answer

1 = the true answer

9 = don't know

The total scores obtained were divided into 3 levels as follow.

< 60% of the total scores: low

60-80% of the total scores: middle

> 80% of the total scores: high

Instrument Development and Instrument Testing

1. Collecting data from reading, searching from literature review and previous studies that were supported the conceptual frame work, the objective and the hypothesis

2. Submitting the questionnaires to the advisors for recommendations, improvement to fulfill with appropriate contents and language used for final approving before commencing the research work.

3. Submitting the questionnaires to the experts that were committed of the validity expert.

4. Reliability of the questionnaires was tested by using the Cronbach Alpha Coefficient method for evaluating

20 samples of patients at the National Cancer Institute Thailand were interview, and the questionnaires were thus analyzed with score of reliability was 0.67.

Data collection

Beginning the interview between December, 2007- February 2008, for accidental sampling of the clients were invited to complete the questionnaires within 30 minutes at out-patient department of Ramathibodi hospital.

Statistical Analysis

The complete questionnaires returned from 166 subjects were coded. The computer program was used for statistical analysis as follow.

1. Descriptive of socio-economic factors, health behavior factors, care giver factor and congenital disease factor, the use of information on the food label factor and the perception of symbol factor were analyzed by percentage.

2. Relationship between the socio-economic factors, the care giver factor and congenital disease factors, health behavior factors , the use of information on food label factors, the perception and understanding of the symbols and the food choice behavior by Pearson Chi-square and Fisher's exact test .

Results and Discussion

The socio-economic data

There was about one fourth of subject's male (26.5%). The largest numbers of the subjects were age between 21-32 years (63.3%) and the most of them graduated with the bachelor's degree (64.5%). About one third had income more than 20,000 per month (33.8%), and about the sample amount were the government officials (33.1%).

Associations between the socio-economic factors and the food choice behavior that were related significantly with the food choice behavior, which were education, and occupation.

This study was difference from the study of Pacharavee that the occupation and education factor depending on the reading of the nutrition labeling.

The care giver and who had underlying disease data

There were 25.3 % who had underlying disease, and who had the allergy was the highest among the diseases were 23.8%. There were 18.7% who were the care givers.

It was also found that the association between the care giver factor and underlying disease factor were not significantly related with the food choice behavior. This contrast with the finding of Allen L (53) and Rusell L (54) which found that the chronic diseases (ex: diabetes, hypertension) associated with the reading of the nutrition labeling because the subjects who have sickness would have more health concern than others.

The health behavior data

The highest percentage of the subjects were exercise for seldom time (63.3%), and didn't taking of the food supplement were 59 %. The most of them checked up yearly was 60.2 percentages, and the highest of the frequency of consumption of the kind of food were vegetables and fruit, skinless meat and poultry and least were the readymade noodles and the fast food.

Health behavior factors were not significantly related with the food choice behaviors that exception of the consumption of skinless meat and poultry, the consumption of food compound with coconut milk, the consumption of milk or products and the consumption of cereals also were significantly related with the food choice behavior.

The most of subjects who wouldn't pay attention on the use of information on food label for choosing of purchasing the food products because they would know the right way to take care their self, so that don't want to receive more the information anymore.

The use of information on food label data

The majority of samples read the food label before choosing to buy food products (93.4%), and the most of information that they read were expiated date (88%). The highest reason that why they must to read the label were want to be of good quality (83.1%), and the reason that they think reading the label that wasn't importance that because they used to buy that food products before. The most of factors that they choose before buy the food products were price, quality and the smack that were 89.2, 87.3 and 62 percentages respectively.

The nutrition labeling that most of the subjects known was 68.1 percentages, and they considered on the nutrition information because they wanted to buy the food products that suit for health status. And they think that the nutrition labeling was necessary, and it must exit on the food label, and the data should to easily understanding. The majority of them think that the health claim information was necessary because it was made known a benefit of the products, and the information that should for easily to read and it wasn't the propaganda.

The use of information on the food label factor was significantly related with the food choice behavior.

The perception and understanding of the symbols data

The symbol of The Food and Drug Administration was seen by the subjects which was equal the OTOP symbol about 98.2 percentages, and the symbol that the most of them had seen before was the whole grain stamp symbol, and the symbol was answered that the meaning was the most correct was the Shell Suan Chim symbol. The symbol was used for choosing for purchase the food goods that was the symbol of The Food and Drug Administration, and the symbol of The Food and Drug Administration and the symbol of Thai Industrial Standards Institute were the most reliable symbols. There was significantly different between this factor and the food choice behavior.

This result was shown that the most of the subjects had the low level of scores of this data which means; those with low level of scores wouldn't obtain to use the symbols on the food label for food choice behavior too.

The health claim data

The most of data which was choose for correcting answer that was “high fiber”, and the most of the fault answer were “no fat” and “sugar free”. There was significantly different between this factor and the food choice behavior. This finding the most of the subjects had the low level of scores of this data, so they didn’t use the symbols on the food label for choosing of purchasing the food goods too.

Recommendation from this research

1. Programs to advocate consumers in reading information on food labels and realizing the importance of food choice in the prevention of chronic disease should be implemented.
2. The institutes that are pertaining of symbol and usefulness that should promoted of importance of all symbols for the clients.

Recommendation for future research

1. Future research should study in other population to find different factors.
2. The criteria in recruiting the subjects should be more specific for example those who had underlying disease versus no underlying disease.
3. The questionnaires should be more precise and shorter to reduce the error due to boredom.

รายการอ้างอิง

1. วิสิฐ จะวะสิต และคณะ. รู้จักอาหารจากฉลาก. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล; 2545.
2. หัตยา กองจันทิก. บันได 10 ขั้น สู่ฉลากโภชนาการ. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา, 2542.
3. ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาต, ประไพศรี สิริจักรวาล, ประภาศรี ภูวเสถียร, วิสิฐ จะวะสิต. ฉลากโภชนาการ. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล; 2537.
4. Nayga RM. Looking for the Nutritional Label Does it make a difference?. Choices [Online]. Winter 2001-2002;4 pars. Farm and Resource. Available from: <http://www.choicesmagazine.org/2002-4/2002-4-07.pdf> [Accessed 2007 Aug 10].
5. หัตยา กองจันทิก. ฉลากโภชนาการคืออะไร. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา [Online]. กรกฎาคม 2542; 11 หน้า. Available from: <http://www.fda.moph.go.th/fda-net/html/new/label/label.html> [Accessed 2007 Aug 10].
6. รัดนา พงศ์จารุสติด. พฤติกรรมการซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของผู้บริโภคในเขต กรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาเภสัชศาสตร์]. กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล; 2540.
7. อรพร วนมงคล. การใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลาก มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มของผู้บริโภค อายุ 20-60 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเอกโภชนาการ]. กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล; 2544.
8. Weaver D, Finke M. The relationship between the use of sugar content information on nutrition labels and the consumption of added sugars. Food Policy 2003; 28(3):213-219
9. Wikipedia.org [Online]. ความหมายของ “สัญลักษณ์”, 2007 March 31. Available from <http://www.wikipedia.org/wiki> [Accessed 2007 Aug 2].

10. การคุ้มครองผู้บริโภคในด้านฉลาก. สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค [Online]. Available from http://www.ocpb.go.th/file_pdf/protection_label.pdf. [Accessed 2006 Dec 12].
11. ความสำคัญของฉลากต่อผู้บริโภค. [Online]. 2007 Apr 26. Available from: http://www.fda.moph.go.th/fdanet/html/service/project42/readlabel_important.html [Accessed 2007 Aug 20].
12. สมทรง อินทรวาส. การคุ้มครองผู้บริโภค. เอกสารการสอนมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช สาขาวิชาการควบคุมอาหารและยา หน่วยที่ 12. พิมพ์ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2532: 241-297.
13. อุสนา ประจง. ฉลากอาหารและการขออนุญาต. กรุงเทพมหานคร: กองควบคุมอาหาร สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข; 2538.
14. Mathioudakis B, Odile M, Charoenpong Ch, Caims G, Boville C, Schneeman BO, Fung WJ, Tee ES. Recent and forthcoming changes to the regulation of nutrition labeling claims in the European Union and in Asia Conference. 2006 Nov 6; Leed.EU- Thailand Economic Cooperation Small Projects Facility (SPF) Delegation of the European Commission to Thailand.
15. หัตยา กองจันทิก. การศึกษาเพื่อหากรอบและแนวทางในการจัดให้มีฉลากโภชนาการในประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: กองควบคุมอาหาร สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข; 2539.
16. การขออนุญาตผลิตภัณฑอาหาร (ขอเครื่องหมาย อย.). สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา [Online]. Available from: <http://www.fda.moph.go.th/fda-> [Accessed 2007 Apr 26].
17. มาทำความรู้จักกับ “ฮาลาล” กันเถอะ. สถาบันมาตรฐานฮาลาลแห่งประเทศไทย [Online]. Available from: <http://www.halal.or.th/th/main/content.php?page=sub&category=11&id=8> [Accessed Sep 10].
18. ส่วนวิเคราะห์ธุรกิจ ฝ่ายวิชาการ. การติดเครื่องหมายฮาลาลบนผลิตภัณฑ์อาหารส่งออกของประเทศไทย. วิชาการเพื่อการส่งออกและนำเข้าแห่งประเทศไทย [Online]. Available from: www.exim.go.th/doc/research/article/3455.pdf [Accessed 2007 Oct 9].

19. กองส่งเสริมและพัฒนาด้านการมาตรฐาน. เครื่องหมายมาตรฐานสำหรับผลิตภัณฑ์ (มอก.).
สำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม [Online]. Available from:
<http://www.tisi.go.th/standardization/marks.html> [Accessed 2007 Oct 10].
20. กลุ่มควบคุมวัตถุอันตราย. ประโยชน์ที่ได้รับจากการดำเนินการตามหลักเกณฑ์ของGMP
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา [Online]. Available from:
<http://www.fda.moph.go.th/psiond/gmp2-toxic.html> [Accessed 2006 Oct 26].
21. ระบียั่งยืน. รอบรู้เรื่องกฎหมาย. บริษัทซิงเกอร์ประเทศไทย [Online]. Available from:
http://www.singerthai.co.th/th/rabian_bann/200401/08law.htm [Access 20007 Sep 10].
22. คณะอุตสาหกรรมเกษตร. การให้คำปรึกษาแนะนำและฝึกอบรมด้านGMP/HACCP.
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ [Online]. Available from:
http://www.ftpi.or.th/th/prdsrv_cns_iso14000.htm [Accessed 2006 Oct 26].
23. กรมส่งเสริมอุตสาหกรรม. ความหมายของสัญลักษณ์. กระทรวงอุตสาหกรรม [Online].
Available from: <http://www.dip.go.th/html/introduction/symbol.asp> [Accessed 2007 May 15].
24. กรมส่งเสริมอุตสาหกรรม. ระเบียบกรมส่งเสริมอุตสาหกรรมว่าด้วยการใช้ตราสัญลักษณ์.
กระทรวงอุตสาหกรรม [Online]. Available from: [www.dip.go.th/ HTML/logoword.doc](http://www.dip.go.th/HTML/logoword.doc) [Accessed 2007 May 15].
25. กองบรรณาธิการ. นานาสัญลักษณ์อาหารปลอดภัย. ศูนย์สารสนเทศ กรมวิชาการเกษตร
[Online]. Available from: <http://www.doa.go.th/showArticle> [Accessed 2007 Sep 23].
26. USDA's Economic research service. Organic Agriculture. United States Department of
Agriculture [Online]. Available from: <http://www.ers.usda.gov/AmberWaves/Feb03/Finding/OrganicAgriculture.htm> [Accessed 2007 Sep 9].
27. ตลาดรับรองผลิตภัณฑ์พืชผักผลไม้ปลอดภัย. การกำจัดศัตรูพืชแบบผสมผสานในประเทศไทย (IPM) [Online]. Available from: <http://thailand.ipm-info.org/index.htm>.28
August 2006 [Accessed 2007 Oct 21].
28. ระวังผักปลอดภัย. BECNEWS [Online]. Available from: http://www.becnews.com/backissue/d_special/special110746.html29 [Accessed 2007 Sep 11]

29. โครงการอาหารไทย หัวใจดี อาหารติดตราสัญลักษณ์ “อาหารรักหัวใจ”. โครงการอาหารไทย หัวใจดี [Online]. Available from: <http://www.thaiheartfound.org/thaiheartdetail.php?id=22> [Accessed 2007 May 15].
30. Pick the tick. The national heart foundation of New Zealand [Online]. Available from: <http://www.nhf.org.nz/index.asp?PageID=2145820218> [Accessed 2007 Sep10].
31. What certification means. The American Heart Association [Online]. Available from: <http://www.heartcheckmark.org/presenter.jhtml?identifier=4973> [Accessed 2007 Oct 21].
32. Whole Grain Stamp. Wikipedia [Online]. Available from: http://en.wikipedia.org/wiki/Whole_Grain_Stamp33 [Accessed 2007 Oct 21].
33. Ido seafood range is healthier. WTT Trading Pte Ltd [Online]. Available from: http://wtt.com.sg/newsevents_03.html# [Accessed 2007 Oct 21].
34. V-label international. The European Vegetarian Label [Online]. Available from: <http://www.v-label.info/en/home/international.html> [Accessed 2007 Oct 21].
35. GI symbol. The Glycemic index [Online]. Available from: <http://www.gisymbol.com.au/pages/index.asp> [Accessed 2007 Oct 21].
36. กองโภชนาการ กรมอนามัย. งานบริการตรวจสอบวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการในอาหาร. กระทรวงสาธารณสุข [Online]. Available from: <http://nutrition.anamai.moph.go.th/temp/main/health.php> [Accessed 2007 Oct 21].
37. Introduction. Superbrands Thailand [Online]. Available from: <http://www.superbrandinternational.com/thailand/vol1/th-intro.html> [Accessed Oct 21].
38. กรมส่งเสริมการค้าส่งออก. โครงการประกาศเกียรติคุณผู้ส่งออกสินค้าและบริการดีเด่น. กระทรวงพาณิชย์ [Online]. Available from: <http://application.depthai.go.th/pm/> [Accessed 2007 Oct 21].
39. สำนักงานพาณิชย์จังหวัดบุรีรัมย์. เครื่องหมายรับรองข้าวหอมมะลิ. กระทรวงพาณิชย์ [Online]. Available from http://pcoc.moc.go.th/pcocsys/index_upload.aspx?v=31&view=1 [Accessed 2007 Oct 21].
40. สำนักงานพาณิชย์จังหวัดพังงา. สารพาณิชย์. กระทรวงพาณิชย์ [Online]. Available from: <http://www.moc.go.th/opscenter/pg/sanpanit2.doc> [Accessed 2007 Oct 21].

41. ข้อมูลโครงการหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์. Thai tambon [Online]. Available from: <http://www.thaitambon.com/OTOP/Info/Info1A.htm> [Accessed 2007 Oct 21].
42. หนังสือ ถนัดศรีชีทางอร้อย 1. มติชน [Online]. Available from: <http://www.matichonbook.com/index.php?mnuid=5&selmenu=47042610264543> [Accessed 2007 Oct 21].
43. นิตยาพร เสมอใจ, มัทนียา สมมิ. พฤติกรรมผู้บริโภค. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: ธรรมการพิมพ์, 2546: 10-46.
44. Gibney M, Margetts BM, Kearney JM, Arab L. Public health nutrition. Oxford: Blackwell Publishing; 2004.
45. เบญจพร สุขประเสริฐ. การศึกษาทัศนคติ ความรู้ความเข้าใจและการนำไปใช้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการของคนกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาโภชนาการ]. กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล; 2539.
46. สุพรรณิ ศรีปัญญากร. การศึกษารูปแบบของฉลากโภชนาการสำหรับผู้บริโภคกลุ่มวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาโภชนาการ]. กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล; 2540.
47. พัชรวีร์ จันทรี. ความเข้าใจและการใช้ฉลากโภชนาการของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเอกโภชนาการ]. กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล; 2546.
48. French SA. Pricing effects on food choices. American Society for Nutritional Sciences. J Nutr; 133: 841S–843S, 2003.
49. Senesi SI, Nayga Jr RM, Gomez G, Palau H, Ordonez HA. Nutrition knowledge and consumer use of nutrition food labels. “agribusiness, food, health and nutrition.”. 2006 June 10-13; Buenos Aires Argentina: International Food & Agribusiness Management Association World Food & Agribusiness Symposium; 2006.
50. Cowburn G, Stockley L. Consumer understanding and use of nutrition labeling: a systemic review. Public Health Nutr 2005; 8(1):21-8.
51. Lin CT, Lee JY, Yen ST. Do dietary intakes affect search for nutrition information on food labels?. Soc Sci Med 2004; 59(9): 1955-67.
52. Pelletier AL, Chang WW, Delzell JE Jr, McCall JW. Patients' Understanding and use of snack food package nutrition labels. J Am Board Fam Pract 2004; 17(5): 319-23.

53. Rothman RL, Housam R, Weiss H, Davis D, Gregory R, Gebretsadik T, et al. Patient understanding of food labels the role of literacy and numeracy. *Am J Prev Med* 2006; 31(5): 391-8.
54. Garcia A, Loureiro M, Nayga Jr RM. Do consumers perceive benefits from the implementation of a EU mandatory nutritional labeling program?. *Food Policy* 2007; 32(2): 160-174.
55. Krukowski RA, Harvey-Berino J, Kolodinsky J, Narsana RT, Desisto TP. Consumers may not use or understand calorie labeling in restaurants. *J Am Diet Assoc* 2006; 106(6):917-20.
56. Hawthorne KM, Moreland K, Griffin IJ, Abrams SA. An educational program enhances food label understanding of young adolescents. *J Am Diet Assoc* 2006; 106(6): 913-6.
57. Bowman SA. A comparison of the socioeconomic characteristics, dietary practices, and health status of women food shoppers with different food price attitudes. *Nutrition Research* 2006; 26(7): 318-324.
58. Wadolowska L, Babicz-Zielinska E, Czarnocinska J. Food choice models and their relation with food preferences and eating frequency in the Polish population. *Food policy* 2008; 33(2): 122-134.

ภาคผนวก

แบบสัมภาษณ์

เลขที่แบบสัมภาษณ์ _____

แบบสัมภาษณ์

เรื่อง

การรับรู้ในเครื่องหมายบนฉลากอาหาร และการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารในการเลือกซื้อ
ผลิตภัณฑ์อาหารของผู้ที่มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลรามารัตน์

คำชี้แจง

1. การตอบแบบสัมภาษณ์นี้ เป็นเพียงการแสดงถึงการใช้ประโยชน์จากการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารและพฤติกรรมการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของท่านเท่านั้น ไม่ถือว่าเป็นคำตอบที่ได้ถูกหรือผิด และไม่มีผลต่อท่านในทางลบ ข้อมูลที่ได้จะนำไปใช้ประโยชน์ในการศึกษาวิจัย คำตอบทุกข้อของท่านมีค่าต่อการวิจัยในครั้งนี้ ดังนั้น จึงขอความร่วมมือในการตอบแบบสัมภาษณ์ โดยพิจารณาคำตอบแต่ละข้อ และตอบตามความเป็นจริงมากที่สุดตามคำชี้แจงในแบบสอบถามแต่ละส่วน (หากท่านไม่สมัครใจตอบในข้อใดสามารถไม่ตอบได้)
2. แบบสัมภาษณ์มีทั้งหมด 5 ส่วน ได้แก่
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ถูกสัมภาษณ์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน มีจำนวน 9 ข้อ
 - ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพ มีจำนวน 4 ข้อ
 - ส่วนที่ 3 ข้อมูลด้านการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหารมีจำนวน 13 ข้อ
 - ส่วนที่ 4 ข้อมูลความเข้าใจเกี่ยวกับสัญลักษณ์หรือเครื่องหมายบนฉลากอาหาร เลือกคำตอบจากตัวเลือกที่ให้ในแต่ละส่วนจะมีจำนวน 27 ข้อ
 - ส่วนที่ 5 ข้อมูลความเข้าใจเกี่ยวกับการกล่าวอ้างทางโภชนาการมีจำนวน 11 ข้อ

ขอขอบคุณทุกท่านที่กรุณาให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูลในครั้งนี้

นางสาวฉัฐพิมณห์ ภิรมย์เมือง

นักศึกษาหลักสูตร วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาโภชนวิทยา

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ส่วนที่ 1

ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือโปรดเติมข้อความ ตามความเป็นจริงมากที่สุด

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
2. อายุ (ปี)

☐ 15-20	☐ 21-26	☐ 27-32
☐ 33-38	☐ 39-44	☐ 45-50
☐ 51-56	☐ > 57	
3. ภูมิลำเนา

☐ กรุงเทพฯ	☐ ปริมณฑล
☐ ไม่ใช่คนกรุงเทพฯแต่อยู่กรุงเทพฯนานเกิน 3 เดือน	☐ อื่นๆ ระบุ_____
4. โรคประจำตัว (หากมีโปรดระบุ)

☐ มี ระบุ_____	☐ ไม่มี
---------------------------------------	--------------------------------
5. ท่านมีญาติที่ป่วยในครอบครัวโดยท่านเป็นผู้ดูแล

☐ เป็นคนดูแล	☐ ไม่เป็น	☐ ไม่มีญาติป่วย
-------------------------------------	----------------------------------	--
6. ระดับการศึกษา

☐ ประถมศึกษา	☐ มัธยมศึกษา
☐ อนุปริญญา	☐ ปริญญาตรี
☐ สูงกว่าปริญญาตรี	☐ อื่นๆ ระบุ_____
7. อาชีพ

☐ รับราชการ	☐ รัฐวิสาหกิจ
☐ เอกชน	☐ ธุรกิจส่วนตัว
☐ อื่นๆ ระบุ_____	☐ แม่บ้าน
8. รายได้ต่อเดือน

☐ น้อยกว่า 5,000 บาท	☐ 5,001- 10,000 บาท
☐ 10,001- 15,000 บาท	☐ 15,001- 20,000 บาท
☐ มากกว่า 20,000 บาทขึ้นไป	☐ ไม่แน่นอน
9. ท่านใช้บริการในการซื้อสินค้าใดเป็นประจำ (โปรดระบุสาขา)

☐ Tops market สาขา_____	☐ Leader priceสาขา_____
☐ Tops สาขา_____	☐ ตั้งฮั่วเซ่งสาขา_____

- () Big c สาขา _____ () ร้านขายของชำ _____
 () Lotus สาขา _____ () Macro สาขา _____
 () Food land สาขา _____ () Carfour สาขา _____
 () Villa market สาขา _____ () ร้านสะดวกซื้อ เช่น เซเว่น อีเลว่น ระบุ ____
 () อื่นๆ โปรดระบุ _____ () Fresh mart สาขา _____

ส่วนที่ 2 ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือโปรดเติมข้อความ ตามความเป็นจริงมากที่สุด

- การออกกำลังกาย

() ทุกวัน () 3-6 ครั้ง / สัปดาห์
 () 2 ครั้ง / สัปดาห์ () นานๆ ครั้ง
 () ไม่เคยออกกำลังกาย
- การรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เช่น วิตามิน

() ไม่รับประทาน
 () รับประทานบางครั้ง () รับประทานเป็นประจำ
- การตรวจร่างกายประจำปี

() ตรวจ () ไม่ตรวจ
- ความถี่ในการบริโภคอาหาร ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่องความถี่ที่เลือก โดยระดับความถี่ในการบริโภคอาหาร มีดังนี้

1= ไม่กินเลย 2= น้อยกว่า 1 ครั้ง / เดือน 3= 1-3 ครั้ง ต่อเดือน

4= 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ 5= 4-6 ครั้งต่อสัปดาห์ 6= 1 ครั้งต่อวัน 7= มากกว่า 1 ครั้งต่อวัน

ข้อ	ประเภทอาหาร / ความถี่ในการบริโภค	1	2	3	4	5	6	7
1	เนื้อวัว/หมูไม่ติดมัน ไก่/ เป็ดไม่ติดหนัง							
2	เนื้อสัตว์ติดมัน หนัง หรือ ผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์แปรรูปเช่น ไส้กรอก แฮม หมูยอ							
3	ปลา							
4	อาหารทะเล							
5	เครื่องในสัตว์							
6	ไข่							
7	ธัญพืช เช่น ถั่ว และผลิตภัณฑ์							

ข้อ	ประเภทอาหาร / ความถี่ในการบริโภค	1	2	3	4	5	6	7
8	ข้าวขัดสี และผลิตภัณฑ์ เช่น ก๋วยเตี๋ยว							
9	ข้าวไม่ขัดสี เช่น ข้าวกล้อง							
10	อาหารทอด เช่น หมู/ไก่ ทอดมัน ก๋วยเตี๋ยว							
11	อาหารจานด่วน เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์							
12	อาหารคาวที่ใส่กะทิ							
13	อาหารรสหวาน เช่น ขนมหวาน เบเกอรี่							
14	ผัก							
15	ผลไม้							
16	นม หรือผลิตภัณฑ์จากนม เช่น โยเกิร์ต							
17	บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป							
18	อื่นๆ							

ส่วนที่ 3 ข้อมูลการใช้ข้อมูลบนฉลากอาหาร

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือโปรดเติมข้อความ ตามความเป็นจริงมากที่สุด

- ก่อนซื้อสินค้าท่านอ่านฉลากอาหารหรือไม่
 - อ่าน
 - ไม่อ่าน (ข้ามไปข้อ 4)
- ท่านอ่านข้อความอะไรบ้างบนฉลากอาหาร(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - เครื่องหมายทะเบียนหรือเลขอนุญาต (อย.)
 - วันผลิต
 - วันหมดอายุ
 - ชื่อผู้ผลิต
 - ส่วนประกอบของอาหาร
 - ชื่อการค้า
 - อื่นๆ ระบุ _____
- เหตุผลใดที่ท่านคิดว่ามีความจำเป็นต้องอ่านฉลากก่อนเลือกซื้อสินค้า(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - เพื่อต้องการได้ของที่มีคุณภาพ
 - เพื่อต้องการเปรียบเทียบกับยี่ห้ออื่น
 - ทราบอันตรายที่อาจเกิดจากการบริโภคสินค้านั้น
 - อื่นๆ โปรดระบุ _____
- เหตุผลใดที่ท่านคิดว่าไม่จำเป็นต้องอ่านฉลากก่อนเลือกซื้อ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - ผลิตภัณฑ์มีชื่อเสียงอยู่แล้ว
 - ไม่เห็นความสำคัญที่ต้องอ่าน

- () เคยซื้อสินค้านั้น () ใดๆ โปรดระบุ _____
5. ปัจจัยใดบ้างที่ท่านตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร(ตอบได้มากกว่า 1ข้อ)
- () บรรจุภัณฑ์ () ราคา () คุณภาพ
() ชื่อเสียงของสินค้า () สารอาหาร () รสชาติ
() ของแถม () ใดๆ โปรดระบุ _____
6. ท่านรู้จักฉลากโภชนาการหรือไม่
- () รู้จัก () ไม่รู้จัก (ข้ามไป ข้อ 8)
7. สิ่งที่ต้องพิจารณาบนฉลากโภชนาการ (ตอบได้มากกว่า 1ข้อ)
- () จำนวนหน่วยบริโภคต่อภาชนะบรรจุ
() คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค
() ร้อยละของปริมาณที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน
() ค่าพลังงานต่อกรัมของไขมัน โปรตีน และ คาร์โบไฮเดรต
() หนึ่งหน่วยบริโภค
() ความต้องการของสารอาหารที่ควรได้รับต่อพลังงาน 2,000 กิโลแคลอรี
8. ท่านคิดว่าสินค้าอาหารควรแสดงข้อมูลทางโภชนาการบนฉลากอาหารหรือไม่
- () ควร (ไปตอบข้อ 8.1) () ไม่ควร (ไปตอบข้อ 8.2)
- 8.1 ควรแสดงข้อมูลทางโภชนาการเพราะ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- () ใช้เพื่อประกอบการเลือกซื้อสินค้าอาหารให้เหมาะสมตามภาวะโภชนาการ
() เพื่อป้องกันการเกิดโรคขาดสารอาหาร
() เพื่อป้องกันการเกิดโรคโภชนาการเกิน
() เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารและพลังงานเพียงพอกับความต้องการ
() ใดๆ ระบุ _____
- 8.2 ไม่ควรแสดงข้อมูลทางโภชนาการบนฉลากเพราะ (ตอบได้มากกว่า 1ข้อ)
- () ไม่สนใจในการอ่านฉลากอาหารก่อนเลือกซื้อ
() ไม่มีความเข้าใจข้อมูลที่แสดงบนฉลากอาหาร
() ไม่มีเวลาในการอ่านฉลากอาหารก่อนเลือกซื้อ
() ไม่มีความจำเป็นต้องรู้ข้อมูลคุณค่าทางโภชนาการ
() ใดๆ ระบุ _____
9. ท่านคิดว่าข้อมูลฉลากโภชนาการบนฉลากอาหารควรมีลักษณะเช่นไร (ตอบได้มากกว่า 1ข้อ)
- () อ่านเข้าใจง่าย

- () ตัวหนังสือ/ ตัวเลขชัดเจน
- () มีคำอธิบายประกอบเข้าใจง่าย
- () อื่นๆระบุ_____

10. ท่านรู้จักการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

- () รู้จักและมีความจำเป็น (ไปตอบข้อ 11, 13)
- () รู้จักแต่ไม่มีความจำเป็น (ไปตอบข้อ 12, 13)
- () ไม่รู้จัก (ไปตอบส่วน 4)

11. ท่านคิดว่าการแสดงการกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลากอาหารมีความจำเป็น (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () ทำให้สินค้ามีความน่าสนใจมากขึ้น
- () ทำให้ทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการบริโภคสินค้านั้น
- () ใช้เพื่อประกอบการเลือกซื้อสินค้าอาหารให้เหมาะสมตามภาวะโภชนาการ
- () เป็นการเพิ่มทางเลือกให้กับผู้ที่ใส่ใจในการดูแลสุขภาพ
- () อื่นๆ ระบุ_____

12. ท่านคิดว่าการแสดงการกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลากอาหารไม่มีความจำเป็น (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () เป็นการโฆษณาชวนเชื่อ
- () ไม่สนใจการแสดงข้อความเหล่านั้น
- () ไม่เข้าใจการแสดงข้อความเหล่านั้น
- () ไม่มีเวลาอ่าน
- () อื่นๆระบุ_____

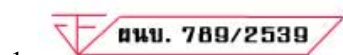
13. ท่านต้องการให้การแสดงข้อความการกล่าวอ้างทางโภชนาการมีลักษณะอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () เป็นการแสดงข้อมูลที่เป็นจริง
- () มีคำอธิบายประกอบเข้าใจง่าย
- () ไม่มีข้อความที่ก่อให้เกิดความเข้าใจผิดแก่ผู้บริโภค
- () อื่นๆระบุ_____

ส่วนที่ 4

ความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องหมายบนฉลากอาหาร

คำชี้แจง โปรดเลือกข้อความที่ถูกต้องโดยใช้เครื่องหมาย O ล้อมรอบหน้าข้อความที่ท่านเลือก
เครื่องหมายที่พบฉลากอาหาร



1.

1.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 1.5)

1.2 หมายถึง

ก. เลขสารบบอาหาร ข. แสดงถึงผลิตภัณฑ์อาหารแปรรูป ที่มีภาชนะบรรจุสนิท

ค. วันหมดอายุ ง. ไม่ทราบ

1.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

1.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

☐ มี ☐ ไม่มี

1.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



2.

2.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 2.5)

2.2 หมายถึง

ก. เครื่องหมายแสดงถึงอาหารที่รับประทานได้ตามหลักศาสนาอิสลาม

ข. เครื่องหมายแสดงมาตรฐานวัสดุปลอดภัย

ค. แสดงถึงการผลิตที่ได้มาตรฐานของประเทศในแถบตะวันออกกลาง

ง. ไม่ทราบ

2.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

2.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

2.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



มอก. 20-2543

3. (TIS. 20-2543)

3.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 3.5)

3.2 หมายถึง

ก. สัญลักษณ์แสดงถึงคุณภาพที่ได้รับการรับรองมาตรฐานของผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ ว่าผู้บริโภค จะได้รับการคุ้มครองในด้านความปลอดภัย รวมทั้งได้รับความเป็นธรรมจากการบริโภค ผลิตภัณฑ์ดังกล่าว

ข. กระทรวงอุตสาหกรรมออกเพื่อให้รับรองคุณภาพของสินค้า

ค. สัญลักษณ์สินค้าส่งออก

ง. ไม่ทราบ

3.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

3.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

3.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



4.

4.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 4.5)

4.2 หมายถึง

- ก. มาตรฐานสินค้าอุตสาหกรรม
- ข. ด้านระบบการจัดการสุขลักษณะที่ดีในการผลิตอาหาร
- ค. รางวัลที่ให้กับสินค้าที่ได้รับรองมาตรฐาน
- ง. ไม่ทราบ

4.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

4.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

4.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



5.

5.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 5.5)

5.2 หมายถึง

- ก. แสดงถึงสินค้าที่มีความปลอดภัยและมีคุณภาพได้มาตรฐานแก่ผู้บริโภค
- ข. แสดงถึงสินค้าที่จัดทำถูกต้อง โฆษณาสินค้าและบริการที่เป็นธรรมต่อผู้บริโภค และใช้สัญญาที่เป็นธรรมต่อผู้บริโภค
- ค. สำนักงานควบคุมและป้องกันสิทธิผู้บริโภค
- ง. ไม่ทราบ

5.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

5.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

5.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



6.

6.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 6.5)

6.2 หมายถึง

ก. ระบบการการวิเคราะห์อันตรายและจุดวิกฤตที่ต้องควบคุมในการผลิตอาหาร (ระบบการผลิตอาหารปลอดภัย)

ข. สัญลักษณ์การควบคุมมาตรฐานการผลิตอาหาร

ค. มาตรฐานการผลิตอาหารของโรงงาน

ง. ไม่ทราบ

6.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

6.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

6.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



7.

7.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 7.5)

7.2 หมายถึง

ก. สินค้าได้รับมาตรฐานกรมส่งเสริมอุตสาหกรรม

ข. สัญลักษณ์สินค้าส่งออก

ค. แสดงถึงสินค้าที่ได้รับการสนับสนุนในด้านวิชาการโดยไม่เกี่ยวกับคุณภาพของสินค้าหรือรับรองด้านบรรจุกฎหมาย ด้านจัดงานหรือจัดนิทรรศการ

ง. ไม่ทราบ

7.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

7.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- () มี () ไม่มี

7.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- () ต้องการ () ไม่ต้องการ

เครื่องหมายที่พบบนฉลากอาหารสด ข้อ 8-12



8. กระทรวงสาธารณสุข
Ministry of Public Health

8.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- () เคยเห็น () ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 8.5)

8.2 หมายถึง

- ก. เครื่องหมายแสดงอาหารปลอดภัย
ข. รับรองอาหาร ได้แก่ อาหารสด อาหารแปรรูปปรุงจำหน่ายและรับรองสถานประกอบการ ด่านนำเข้า สถานที่เพาะเลี้ยง เพาะปลูกว่าได้มาตรฐานปลอดภัย
ค. เป็นสัญลักษณ์ให้กับร้านอาหาร แผงที่จำหน่ายอาหารสดในตลาดสด
ง. ไม่ทราบ

8.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- () ใช่ () ไม่ใช่

8.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- () มี () ไม่มี

8.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- () ต้องการ () ไม่ต้องการ



9.

9.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- () เคยเห็น () ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 9.5)

9.2 หมายถึง

- ก. สัญลักษณ์อาหารปลอดภัยประเภทผักและผลไม้ว่าไม่มีการใช้ฮอร์โมน

- ข. ตราสัญลักษณ์แสดงการรับรองคุณภาพการตรวจสอบสารพิษซึ่งมีความปลอดภัยตาม
มาตรฐานที่กำหนดในผักสด/ผลไม้สด
- ค. สัญลักษณ์แสดงการปลูกผักอย่างถูกหลัก
- ง. ไม่ทราบ

9.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

9.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

9.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



10.

10.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 10.5)

10.2 หมายถึง

- ก. เครื่องหมายรับรองมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหาร ที่แสดงถึงควมมีคุณภาพและ
มาตรฐานความปลอดภัย
- ข. สัญลักษณ์แสดงถึงการปรับปรุงคุณภาพมาตรฐานของร้านอาหาร
- ค. Quality logo ตามมาตรฐานสากลเพื่อการส่งออก
- ง. ไม่ทราบ

10.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

10.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

10.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



11.

11.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- () เคยเห็น () ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 11.5)

11.2 หมายถึง

- ก. แสดงถึงการปลูกพืชในโครงการคอยคำ
ข. สัญลักษณ์นี้เป็นของกรมวิชาการเกษตร ใช้รับรองระบบการผลิตพืชอินทรีย์และผลผลิตเกษตรอินทรีย์
ค. แสดงถึงผลิตภัณฑ์ที่ผ่านการทดสอบได้มาตรฐานการส่งออก
ง. ไม่ทราบ

11.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- () ใช่ () ไม่ใช่

11.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- () มี () ไม่มี

11.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- () ต้องการ () ไม่ต้องการ



12.

12.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- () เคยเห็น () ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 12.5)

12.2 หมายถึง

- ก. แสดงถึงผักผลไม้ดังกล่าวได้รับการรับรองจากกรมวิชาการเกษตรว่าได้ผ่านการผลิตที่ปลอดภัยและปลอดภัยต่อผู้บริโภค
ข. ผักผลไม้ที่ผ่านการฆ่าเชื้อแล้ว
ค. ผักและผลไม้ที่ผ่านการตรวจสอบว่าได้มาตรฐานสำหรับเป็นสินค้าส่งออก
ง. ไม่ทราบ

12.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

12.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

12.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ

เครื่องหมายที่พบบนฉลากอาหารสำเร็จรูปในประเทศไทย ข้อ 13-20



13.

13.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 13.5)

13.2 หมายถึง

- ก. แสดงถึงอาหารที่ได้ผ่านการรับรองว่าไม่มีส่วนประกอบที่เพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ
- ข. แสดงถึงอาหารบำรุงกำลังผ่านการรับรองจากกระทรวงสาธารณสุข
- ค. แสดงถึงอาหารที่ช่วยรักษาโรคหัวใจ
- ง. ไม่ทราบ

13.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

13.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

13.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



14.

14.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

☐ เคยเห็น

☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 14.5)

14.2 หมายถึง

ก. เครื่องหมายรับรอง “อาหารเพิ่มสารอาหาร” (Nutrition Seal) เป็นเครื่องหมายหรือสัญลักษณ์ที่ใช้แสดงที่ภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร เพื่อบ่งบอกว่าเป็นผลิตภัณฑ์อาหารที่มีการเพิ่มสารอาหารชนิดที่ประชากรไทยมีความเสี่ยงที่จะขาด

ข. เครื่องหมายแสดงการเติมสารอาหารตามองค์การอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุขตามวัยของผู้บริโภค

ค. เครื่องหมายแสดงอาหารที่ผ่านการตรวจสอบแล้วจากกระทรวงสาธารณสุข

ง. ไม่ทราบ

14.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

☐ ใช่

☐ ไม่ใช่

14.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

☐ มี

☐ ไม่มี

14.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

☐ ต้องการ

☐ ไม่ต้องการ



15.

15.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

☐ เคยเห็น

☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 15.5)

15.2 หมายถึง

ก. แสดงถึงสินค้าที่ได้รับความนิยมและไว้วางใจจากตลาดและผู้บริโภค

ข. ยี่ห้อสินค้า

ค. แสดงถึงสินค้าที่ผลิตสินค้าได้มากที่สุด

ง. ไม่ทราบ

15.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

15.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

15.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



16.

16.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 16.5)

16.2 หมายถึง

- ก. รางวัลแห่งความสำเร็จของผู้ประกอบการจากรัฐบาล
- ข. แสดงถึงสินค้าได้มาตรฐานอุตสาหกรรม
- ค. แสดงถึงสินค้าที่ได้รับการรับรองมาตรฐานสินค้าส่งออก
- ง. ไม่ทราบ

16.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

16.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

16.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



17.

17.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 17.5)

17.2 หมายถึง

- ก. แสดงถึงแหล่งผลิตข้าวที่ได้มาตรฐาน
- ข. เครื่องหมายจดทะเบียนโดยรัฐบาลเพื่อเป็นการสนับสนุนข้าวหอมมะลิไทยสู่ตลาดโลก

ค. ฉัณณณณการรวมกลุ่มของผุ้ผลิตข้าวหอมมะล

ง. ไม้ทราบ

17.3 ท่านใช้ประกอบในการเล็กซื้อสินค้

() ใช้ () ไม้ใช้

17.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

() มี () ไม้มี

17.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

() ต้องการ () ไม้ต้องการ



18.

18.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

() เคยเห็น () ไม้เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 18.5)

18.2 หมายถึง

ก. แสดงถึงข้าวหอมมะลิปลอดสารพิษ 100%

ข. แสดงมาตรฐานสินค้าเกษตร

ค. เครื่องหมายที่แสดงถึงส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพข้าวหอมมะลิที่ส่งไปจำหน่ายต่างประเทศ และในประเทศให้เป็นมาตรฐานเดียวกัน

ง. ไม้ทราบ

18.3 ท่านใช้ประกอบในการเล็กซื้อสินค้

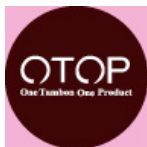
() ใช้ () ไม้ใช้

18.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

() มี () ไม้มี

18.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

() ต้องการ () ไม้ต้องการ



19.

19.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- () เคยเห็น () ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 19.5)

19.2 หมายถึง

- ก. ตราสัญลักษณ์แสดงถึงสินค้าจากภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยได้รับการสนับสนุนจากรัฐในด้านความรู้สมัยใหม่ และการบริหารจัดการ
ข. ผลิตภัณฑ์พื้นบ้านที่เกิดจากการรวมตัวของกลุ่มแม่บ้านของแต่ละชุมชนเพื่อแสดงเอกลักษณ์ของแต่ละชุมชนเพื่อเป็นสินค้าส่งออก
ค. ตราสัญลักษณ์สินค้าหัตถกรรม
ง. ไม่ทราบ

19.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- () ใช่ () ไม่ใช่

19.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- () มี () ไม่มี

19.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- () ต้องการ () ไม่ต้องการ



20.

20.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- () เคยเห็น () ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 20.5)

20.2 หมายถึง

- ก. เพื่อเป็นเครื่องหมายรับประกันรสชาติอาหาร โดย ม.ร.ว. ถนัดศรี สวัสดิวัตน์
ข. ตราสัญลักษณ์ของบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป
ค. ยี่ห้ออาหารจานเดียว
ง. ไม่ทราบ

20.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- () ใช่ () ไม่ใช่

20.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

20.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ

เครื่องหมายที่พบบนฉลากอาหารที่นำเข้าจากต่างประเทศ ข้อ 21-27



21

21.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 21.5)

21.2 หมายถึง

- ก. แสดงถึงผลิตภัณฑ์พืชผักที่ปราศจากการใช้สารกำจัดศัตรูพืชและปุ๋ยสังเคราะห์ที่ได้รับการรับรองโดยกระทรวงเกษตรฯของสหรัฐฯ
- ข. แสดงถึงพืชผักที่ใช้ยาฆ่าแมลงในปริมาณต่ำผ่านการตรวจสอบแล้วของสหรัฐฯ
- ค. แสดงถึงผลิตภัณฑ์ที่ผ่านมาตรฐานการตรวจสอบขององค์การอาหารและยาของสหรัฐฯ
- ง. ไม่ทราบ

21.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

21.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

21.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



22.

22.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 22.5)

22.2 หมายถึง

- ก. สัญลักษณ์แสดงว่าผลิตภัณฑ์อาหารนั้นผ่านการรับรองจากมูลนิธิโรคหัวใจของออสเตรเลีย ในส่วนของ ไขมันอิ่มตัว และสัดส่วนของอาหาร

ข. เครื่องหมายรับรองมาตรฐานสินค้าว่าปลอดภัย

ค. แสดงสินค้าได้มาตรฐานการส่งออก

ง. ไม่ทราบ

22.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

☐ ใช่

☐ ไม่ใช่

22.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

☐ มี

☐ ไม่มี

22.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

☐ ต้องการ

☐ ไม่ต้องการ



23. American Heart Association
Products displaying the heart check mark meet American Heart Association food criteria for saturated fat and cholesterol for healthy people over age 2.

23.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

☐ เคยเห็น

☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 23.5)

23.2 หมายถึง

ก. แสดงถึงผลิตภัณฑ์สำหรับผู้ป่วยโรคหัวใจ

ข. แสดงถึงผลิตภัณฑ์อาหารที่ผ่านการรับรองจากสมาคมโรคหัวใจสหรัฐฯว่ามีปริมาณไขมันอิ่มตัว และโคเลสเตอรอลในปริมาณต่ำ

ค. แสดงถึงอาหารที่เพิ่มพลังงาน

ง. ไม่ทราบ

23.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

☐ ใช่

☐ ไม่ใช่

23.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

☐ มี

☐ ไม่มี

23.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

☐ ต้องการ

☐ ไม่ต้องการ



24.

24.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

☐ เคยเห็น☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 24.5)

24.2 หมายถึง

ก. แสดงถึงผลิตภัณฑ์ที่เป็นธัญพืชปลอดสารพิษ

ข. เป็นสัญลักษณ์แสดงปีที่บอกถึงผลิตภัณฑ์นั้นมีธัญพืชอย่างน้อยครึ่งส่วนบริโภค

ค. แสดงถึงผลิตภัณฑ์อาหารที่เป็นธัญพืชเหมาะแก่การบริโภคสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน

ง. ไม่ทราบ

24.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

☐ ใช่☐ ไม่ใช่

24.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

☐ มี☐ ไม่มี

24.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

☐ ต้องการ☐ ไม่ต้องการ

25. Eat All Foods In Moderation

25.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

☐ เคยเห็น☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 25.5)

25.2 หมายถึง

ก. สัญลักษณ์ที่แสดงถึงอาหารมีประโยชน์ต่อสุขภาพโดยที่มีไขมัน ไขมันอิ่มตัว และ โซเดียมต่ำหรืออาจมีใยอาหารและแคลเซียมสูงภายใต้การรับรองของ Health promotion board ประเทศสิงคโปร์

ข. Logo ขนมหเพื่อสุขภาพตามหลัก food pyramid ของ WHO

ค. สัญลักษณ์สินค้าที่นำเข้าจากประเทศอียิปต์

ง. ไม่ทราบ

25.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

25.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

25.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



26.

26.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 26.5)

26.2 หมายถึง

- ก. แสดงถึงผลิตภัณฑ์อาหารที่เป็นผักสดผ่านการฆ่าเชื้อแล้วรับประทานได้ทันที
- ข. แสดงถึงสินค้าส่งออกประเภทผักผลไม้
- ค. แสดงถึงผลิตภัณฑ์อาหารที่เป็นมังสวิวัติ
- ง. ไม่ทราบ

26.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

26.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

- ☐ มี ☐ ไม่มี

26.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

- ☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ



27.



27.1 เครื่องหมายนี้ ท่าน

- ☐ เคยเห็น ☐ ไม่เคยเห็น (ข้ามไปตอบ 27.5)

27.2 หมายถึง

- ก. สัญลักษณ์แสดงว่าอาหารนั้นมีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำ

ข. แสดงถึงการมีระดับน้ำตาลกลูโคสในอาหารต่ำ

ค. แสดงถึงการมีระดับกลีเซอรอลในอาหารต่ำ

ง. ไม่ทราบ

27.3 ท่านใช้ประกอบในการเลือกซื้อสินค้า

() ใช่

() ไม่ใช่

27.4 เครื่องหมายนี้มีความน่าเชื่อถือหรือไม่

() มี

() ไม่มี

27.5 ท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องหมายนี้หรือไม่

() ต้องการ

() ไม่ต้องการ

ส่วนที่ 5

การกล่าวอ้างทางโภชนาการ (Nutrition claim)

คำชี้แจง โปรดเลือกข้อความที่ถูกต้องโดยใช้เครื่องหมาย O ล้อมรอบหน้าข้อความที่ท่านเลือก

1. ไขมันต่ำ (low fat) หมายถึง

ก. ไม่มีไขมัน

ค. มีไขมันและแคลเซียมต่ำ

ข. มีไขมันรวมที่ไม่เกิน 3 กรัม

ง. ไม่ทราบ

2. ไม่มีไขมัน (Fat 0 %) หมายถึง

ก. มีไขมันต่ำกว่ามาตรฐาน

ค. มีไขมันทั้งหมดน้อยกว่า 0.5 กรัม

ข. ไม่มีไขมัน

ง. ไม่ทราบ

3. ไฮไฟเบอร์ (High fiber) หมายถึง

ก. มีใยอาหารในปริมาณสูงกว่าปริมาณที่แนะนำให้บริโภค 20%

ข. ประกอบไปด้วยผักและผลไม้มาก

ค. มีปริมาณแร่ธาตุสูง

ง. ไม่ทราบ

4. แคลเซียมสูง (High calcium) หมายถึง

ก. มีแคลเซียมในปริมาณสูง

ข. มีปริมาณแคลเซียมสูงกว่าปริมาณที่แนะนำให้บริโภค 20%

ค. มีแคลเซียมสูงเท่ากับการดื่มนม 2 แก้วต่อวัน

ง. ไม่ทราบ

5. ไม่มีโคเลสเตอรอล (No cholesterol) หมายถึง

ก. ไม่มีไขมันในอาหารเลย

ข. ไม่มีโคเลสเตอรอล

ค. มีโคเลสเตอรอลน้อยกว่า 2 มิลลิกรัมและมีกรดไขมันอิ่มตัว ไม่เกิน 2 กรัม

ง. ไม่ทราบ

6. โซเดียมต่ำ (Low sodium) หมายถึง

ก. มีแร่ธาตุป้องกันโรคเอชไอวี

ค. มีปริมาณเกลือต่ำ

ข. มีโซเดียมน้อยกว่า 140 มิลลิกรัม

ง. ไม่ทราบ

7. ไกลซีมิกอินเดกซ์ต่ำ (low GI) หมายถึง

ก. มีปริมาณน้ำตาลต่ำ

ข. เป็นอาหารที่มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำตั้งแต่ 55 ลงไป

ค. มีแร่ธาตุที่ช่วยป้องกันโรคทางเดินอาหาร

ง. ไม่ทราบ

8. วิตามินซีสูง (High vitamin C) หมายถึง

ก. มีปริมาณเกลือแร่ที่ป้องกันกระดูกพรุน

ข. มีปริมาณวิตามิน ซี สูงมากกว่าค่าปกติตั้งแต่ 20 % ขึ้นไป

ค. มีปริมาณของวิตามินซีสูงเท่ากับน้ำผลไม้ 120 ซีซี ขึ้นไป

ง. ไม่ทราบ

9. ไลท์ (Light/Lite) หมายถึง

ก. อาหารที่ให้พลังงานต่ำลงจากปกติตั้งแต่ 1 ใน 3 เทียบกับอาหารอ้างอิง

ข. อาหารลดน้ำหนัก

ค. อาหารที่มีน้ำตาลน้อย

ง. ไม่ทราบ

10. ไม่มีไขมัน (Fat free) หมายถึง

ก. มีไขมันทั้งหมดน้อยกว่า 0.5 กรัม

ค. สามารถเติมไขมันได้อีก

ข. ไม่มีไขมัน

11. ซูการ์ฟรี (Sugar free) หมายถึง

ก. มีปริมาณน้ำตาลน้อยกว่า 0.5 กรัม

ค. ไม่มีน้ำตาล

ข. สามารถเติมน้ำตาลเพิ่มได้

ง. ไม่ทราบ

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ

นางสาวณัฐพิมพ์ ภิรมย์เมือง

วัน เดือน ปี เกิด

3 มิถุนายน 2520

สถานที่เกิด

จังหวัดนครปฐม

ประวัติการศึกษา

มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2538-2542

คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี

ภาควิชาพยาธิวิทยา พยาบาลศาสตร์บัณฑิต

มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2548-2551

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)

สาขาวิชาเอกโภชนวิทยา

ตำแหน่งและสถานที่ทำงานปัจจุบัน

พยาบาลประจำการ หอผู้ป่วยอายุกรรมพิเศษ

โรงพยาบาลรามาธิบดี