

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหา

ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วและรอบด้านในสังคมไทยปัจจุบัน ได้ส่งผลกระทบต่อทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคลให้เผชิญกับกระแสนิยมและบริโภคนิยม วิกฤตของสิ่งแวดล้อม อุบัติภัยจากธรรมชาติ ภัยคุกคามจากโรคภัยสมัยใหม่และโรคระบาดซ้ำ ความเสื่อมโทรมทางด้านสภาพแวดล้อมและด้านจริยธรรมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวถือเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้วิถีการดำรงชีวิตของคนแปรเปลี่ยนไปสู่การมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อสุขภาพมากขึ้น (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541, น. 6-7) อาทิ การนิยมบริโภคอาหารสมัยใหม่ที่มีไขมันสูงโซเดียมสูงและมีกากใยน้อย การขาดการออกกำลังกาย การขาดการพักผ่อน การเกิดความเครียดและเจ็บป่วยทางจิตใจ การไม่เคารพกฎจราจร และการขับขีในขณะมึนเมา เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมต่าง ๆ นี้ก่อให้เกิดปัญหาที่สูญเสียทั้งสุขภาพชีวิตและค่าใช้จ่ายทางด้านสุขภาพสูงตามมา

นอกจากนี้ พบว่าสาเหตุที่คนในสังคมไทยต้องเจ็บป่วยล้มตายเป็นจำนวนมากในช่วงที่ผ่านมา นั้น มาจากโรคภัยไข้เจ็บทางสุขภาพที่สามารถป้องกันได้ทั้งสิ้น ดังเช่น จากสถิติสาธารณสุข พ.ศ. 2550 พบสาเหตุการตายของประชากรไทย อันดับแรก คือ โรคมะเร็งและเนื้องอกทุกชนิด อันดับที่ 2 คือ อุบัติเหตุและการเป็นพิษ อันดับที่ 3 คือ โรคหัวใจ และอันดับที่ 4 คือ โรคความดันเลือดสูงและโรคหลอดเลือดในสมอง (สำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์, กลุ่มภารกิจด้านข้อมูลข่าวสารและสารสนเทศสุขภาพ, 2552)

เนื่องจากสาเหตุและสภาพปัญหาสุขภาพดังกล่าว รัฐบาลได้มีนโยบายและมีการปรับเปลี่ยนยุทธศาสตร์ของการพัฒนาสุขภาพไทยให้สอดคล้องกับความเป็นจริงทางสังคมมากที่สุด โดยได้กำหนดการดูแลสุขภาพให้เกิดการมีสุขภาพที่ดีตามแนวทางแผนพัฒนาสุขภาพฉบับที่ 9 (พ.ศ.2545-2549) ที่ได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาสุขภาพที่เน้นคนเป็นศูนย์กลาง รวมถึงการพัฒนาองค์ประกอบในด้านตัวบุคคล สภาพแวดล้อมและระบบบริการสาธารณสุขอย่างประสานสอดคล้องกันไป โดยมีแนวคิดหลัก คือ สุขภาพคือสุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างเป็นบูรณาการ (คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 9, 2544, น. 29) และถือว่าเป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่

เป็นการปรับหรือสร้างสิ่งแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติตนเพื่อสุขภาพที่ดีครบด้าน อีกทั้งก่อให้เกิดผลดีในด้านการป้องกันโรค รวมถึงในภาวะเจ็บป่วยก็ทำให้เกิดประสิทธิภาพในการรักษาได้เป็นอย่างดี

จนมาถึงแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ.2550-2554) ที่ยังคงสานต่อจากแผนพัฒนาสุขภาพฉบับที่ผ่านมา และให้ความสำคัญต่อยอดความคิด สร้างจินตนาการสุขภาพใหม่ และมุ่งสู่จุดหมายที่เป็นเอกภาพในการสร้างระบบสุขภาพไทยที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้นเพื่อเป็นการพัฒนาสุขภาพที่เป็นองค์รวม การรวมพลังทั้งสังคมเพื่อสร้างสุขภาพ และการน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้เป็นฐานคิดและขับเคลื่อนไปสู่การปฏิบัติ โดยยึดหลักการที่ว่าสุขภาพดีเป็นผลจากสังคมดีหรือสังคมแห่งสุขภาพะ ที่มุ่งสู่ระบบสุขภาพพอเพียง เพื่อสร้างให้สุขภาพดี บริการดี สังคมดี ชีวิตมีความสุขอย่างพอเพียง โดยมาจากการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในสังคมซึ่งสะท้อนการเกิดจิตสำนึกสุขภาพใหม่ที่ถือว่าสุขภาพไม่ใช่สิ่งที่หยิบนำให้โดยสถาบันทางการแพทย์ แต่เป็นหน้าที่ของทุกคนที่จะต้องใส่ใจและแสวงหา (คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 10, 2550, น. 7-8)

สำหรับทุกภาคส่วนต่าง ๆ ในสังคมขณะนี้ก็ได้เห็นถึงความสำคัญของการดูแลและสร้างสุขภาพตนเองมากขึ้นเช่นเดียวกัน โดยเน้นการดูแลสุขภาพให้ดีอยู่เสมอก่อนการเจ็บป่วยหรือถ้าเจ็บป่วยแล้วสามารถดูแลตนเองให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพน้อยที่สุด กระแสความตื่นตัวและใส่ใจเรื่องสุขภาพตนเองจึงค่อย ๆ ก่อตัวขึ้นอย่างต่อเนื่องทั้งในด้านการดูแลสุขภาพแบบกระแสหลักและกระแสแบบทางเลือกที่ได้รับความนิยมและเป็นทางออกจากภาวะบีบคั้นของวิถีชีวิตแบบสมัยใหม่ได้อย่างลงตัว

จากที่สังคมให้ความสนใจด้านสุขภาพมากขึ้นนั้นย่อมสะท้อนการเกิดจิตสำนึกใหม่ให้เห็นว่าสุขภาพเป็นหน้าที่ของทุกคนที่จะต้องสนใจและแสวงหาเพื่อช่วยเสริมสร้างวิถีชีวิตตนเองให้เอื้อต่อการมีสุขภาพดีสม่ำเสมออย่างครบองค์รวมและพอเพียง โดยอาจกระทำได้จากการเลือกบริโภคอาหารสุขภาพ การออกกำลังกายสม่ำเสมอ การสร้างความผ่อนคลายเพื่อป้องกันความเครียด การพักผ่อนอย่างเพียงพอ การดูแลสุขภาพจิตใจ การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่นในสังคม เป็นต้น

การที่จะให้คนในสังคมสามารถรับทราบ เข้าใจ และปฏิบัติตนตามข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพได้นั้น สามารถใช้การสื่อสารที่เป็นเสมือน “เครื่องมือ” สำคัญของการสร้างสังคมสุขภาพแบบใหม่ โดยสมควรจะมีการกระตุ้นให้ประชาชนเกิดความตื่นตัวและสนใจที่จะดูแลสุขภาพของตนเอง ซึ่งมีแนวนโยบายที่ควรปฏิบัติ (สุวรรณมณท์ อวิยานนท์, 2543, น. 5) ดังนี้

1. ส่งเสริมการเผยแพร่ความรู้และสร้างทัศนคติที่ถูกต้องแก่ประชาชนให้รู้จักการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของตนเอง ครอบครัวและชุมชน
2. ส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชนและชุมชนมีสิทธิรับรู้ เข้าถึงข้อมูลข่าวสารอันเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ และสามารถเลือกบริโภคสินค้าที่มีคุณภาพและปลอดภัย
3. สนับสนุนการรณรงค์ผ่านสื่อต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ครอบครัวมีความรู้ความเข้าใจ และสามารถดูแลสุขภาพของสมาชิกในครอบครัว

สำหรับในชีวิตประจำวันของบุคคลทั่วไป สื่อมวลชนนับว่าเข้ามามีส่วนเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของประชาชน และสามารถเข้าถึงประชาชนเป็นจำนวนมากได้อย่างรวดเร็วในเวลาเดียวกัน จึงกลายเป็นสถาบันหนึ่งที่มีศักยภาพในการช่วยเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพแก่ประชาชนให้รู้จักวิธีป้องกันโรคและเกิดการปฏิบัติตนอย่างถูกต้อง ซึ่งเห็นได้ว่ามีสื่อมวลชนจำนวนมากที่เข้ามามีส่วนร่วมในการสนับสนุนดังกล่าว เช่น หนังสือพิมพ์ นิตยสาร วิทยุและโทรทัศน์ เป็นต้น

นิตยสารเป็นสื่อมวลชนหนึ่งที่มีคุณลักษณะเฉพาะด้าน และเหมาะสมที่จะเป็นสื่อในการให้ข้อมูลข่าวสารเพื่อการสร้างประโยชน์ด้านสุขภาพแก่ประชาชนอย่างมาก ด้วยเหตุที่ว่าสื่อ นิตยสารสามารถให้รายละเอียดของเนื้อหาได้มากมายหลายประเภท นำเสนอมุ่งให้ความรู้เฉพาะด้านได้ดี มีขนาดกะทัดรัดง่ายแก่การพกพาไปอ่านยังสถานที่ต่าง ๆ และเก็บเนื้อหาไว้อ่านในภายหลังหรือตลอดไปได้ อีกทั้งนิตยสารอยู่กับผู้อ่านได้นานจึงทำให้สามารถกระตุ้นผู้อ่านให้เกิดการรับรู้ประโยชน์ได้มากในลักษณะที่ส่งผลแบบค่อย ๆ เป็นไป

ท่ามกลางแผงหนังสือชั้นนำทั่วประเทศนั้น นิตยสาร Health & Cuisine เป็นนิตยสารฉบับหนึ่งที่นำเสนอข่าวสารและบทความต่าง ๆ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพทั่วไป ซึ่งมีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวและแตกต่างจากนิตยสารฉบับอื่น เนื่องจากเป็นนิตยสารที่นำเสนอเนื้อหาควบคู่ทั้งอาหารและสุขภาพภายในฉบับเดียวกัน ซึ่งผู้อ่านจะได้ทั้งความรู้เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ และพฤติกรรมการมีสุขภาพดีด้านอื่น ๆ อย่างเหมาะสม

นิตยสาร Health & Cuisine อยู่ภายใต้การบริหารงานของ บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน) และได้เริ่มวางตลาดตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ.2544 เป็นต้นมา (บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), 2545, น. 10)

โดยมีแนวทางในการจัดทำมาจากนิตยสารชีวจิต ซึ่งเกิดจากที่ผู้บริหารของบริษัทฯ ได้ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตใหม่ในแบบของชีวจิต และเห็นว่าการเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพด้านการบริโภคอาหารก่อนเป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายและใกล้ตัว ซึ่งสามารถ

ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนพฤติกรรม การดูแลสุขภาพด้านอื่น ๆ ตามมาได้ อีกทั้งคำนึงถึงการรับประทานอาหารสุขภาพที่มีความอร่อยและการดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างง่าย ๆ ในรูปแบบหลากหลายที่เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตประจำวันของแต่ละบุคคล (ภัทรภรณ์ อภิชาติ, สัมภาษณ์, 16 กันยายน 2548)

นิตยสาร Health & Cuisine เป็นนิตยสารรายเดือนวางแผงทุกต้นเดือน ปัจจุบันราคา 90 บาท มีขนาด 23 x 27.5 เซนติเมตร หรือ 9 x 10.75 นิ้ว และสโลแกน คือ “Inspiration for Healthy Living” นอกจากนี้ มีการนำเสนอเนื้อหาบางส่วนทางเว็บไซต์ “www.healthandcuisine.com” ซึ่งเริ่มตั้งแต่เดือนมิถุนายน พ.ศ.2545 เป็นต้นมา เพื่อเป็นอีกช่องทางหนึ่งของผู้อ่านนิตยสารและผู้สนใจเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพสามารถรับทราบเรื่องราว ข่าวคราว ความเคลื่อนไหว กิจกรรมพิเศษต่าง ๆ ของนิตยสาร โดยสามารถเข้าไปดูเนื้อหาเด่นในทุกฉบับทั้งปัจจุบันและย้อนหลังได้

ผู้ผลิตนิตยสารมีความพึงพอใจในการทำงาน คัดเลือก และคัดกรองเนื้อหา ซึ่งข้อมูลที่นำเสนอจะต้องเชื่อถือได้ และผู้อ่านสามารถนำความรู้ต่าง ๆ ไปใช้ประโยชน์เพื่อให้เกิดสุขภาพที่ดีในการดำเนินชีวิตประจำวันได้จริง จึงกล่าวได้ว่านิตยสาร Health & Cuisine เป็นนิตยสารที่มีการนำเสนอเนื้อหาที่มุ่งเน้นเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพด้านต่าง ๆ อย่างหลากหลายครบองค์รวมสำหรับผู้อ่านนิตยสารที่สนใจในด้านอาหารและสุขภาพสามารถได้รับทั้งข่าวสาร ความรู้ในการบริโภคอาหารอย่างเหมาะสม รวมถึงการดูแลสุขภาพด้านอื่น ๆ ควบคู่กัน เพื่อนำไปปฏิบัติตนให้มีสุขภาพดีอย่างสอดคล้องกับวิถีชีวิตประจำวัน ซึ่งจะทำให้ลดปัญหาสุขภาพและเกิดคุณภาพชีวิตที่ดีในสังคม ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาถึงผู้ผลิตนิตยสาร Health & Cuisine ว่ามีนโยบายและแนวทางในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพอย่างไร รวมถึงศึกษาถึงการวิเคราะห์เนื้อหาของนิตยสารว่ามีประเภท รูปแบบ และบทบาทในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพอย่างไร พร้อมทั้งผู้อ่านมีความคิดเห็นต่อนิตยสารอย่างไรบ้าง

ปัญหานำวิจัย

1. ผู้ผลิตนิตยสาร Health & Cuisine มีนโยบายและแนวทางในการนำเสนอเนื้อหา
ด้านสุขภาพอย่างไร
2. นิตยสาร Health & Cuisine มีประเภทการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพอย่างไร
3. นิตยสาร Health & Cuisine มีรูปแบบการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพอย่างไร
4. นิตยสาร Health & Cuisine มีบทบาทในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพอย่างไร
5. ผู้อ่านนิตยสารมีความคิดเห็นต่อนิตยสาร Health & Cuisine อย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษานโยบายและแนวทางในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพของผู้ผลิตนิตยสาร Health & Cuisine
2. เพื่อศึกษาประเภทการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพของนิตยสาร Health & Cuisine
3. เพื่อศึกษารูปแบบการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพของนิตยสาร Health & Cuisine
4. เพื่อศึกษาบทบาทในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพของนิตยสาร Health & Cuisine
5. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของผู้อ่านนิตยสาร Health & Cuisine

ขอบเขตการวิจัย

1. ศึกษานโยบายและแนวทางในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพ โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกฝ่ายผลิตนิตยสาร Health & Cuisine
2. วิเคราะห์เนื้อหาจากนิตยสาร Health & Cuisine ที่วางจำหน่ายตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2544 ถึง เดือนมกราคม พ.ศ. 2550 โดยจะศึกษานิตยสารฉบับที่ 1 ถึงฉบับที่ 72 รวมตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาทั้งสิ้น 36 ฉบับ และเพื่อให้เกิดความชัดเจนในการระบุประเภท รูปแบบ และบทบาทในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพ ผู้วิจัยจะศึกษาโดยวิเคราะห์เนื้อหาทุกหน้าที่ปรากฏ ซึ่งขอยกเว้นไม่ศึกษาหน้าปก หน้าสารบัญนิตยสาร หน้าสารบัญเมนูอาหาร หน้าแนะนำกองบรรณาธิการ หน้าจดหมายจากผู้อ่าน หน้าใบสมัครสมาชิกนิตยสาร หน้าโฆษณา รวมถึงเนื้อหาที่ไม่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
3. ศึกษาถึงความคิดเห็นของผู้อ่านนิตยสาร Health & Cuisine ที่อ่านนิตยสารเป็นประจำ และอาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

นิยามศัพท์ที่เกี่ยวข้อง

นิตยสารอาหารและสุขภาพ หมายถึง นิตยสารที่มุ่งเน้นการนำเสนอเนื้อหาควบคู่ทั้งอาหารและสุขภาพทั่วไปเป็นหลัก

นิตยสาร Health & Cuisine หมายถึง นิตยสารที่นำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพแบบครบองค์รวม โดยมุ่งเน้นเกี่ยวกับอาหารเพื่อให้ได้คุณค่าโภชนาการที่ดีต่อสุขภาพ สุขภาพความงาม การออกกำลังกาย และการดูแลสุขภาพทั่วไปที่มีรูปแบบหลากหลาย เพื่อเป็นทางเลือกหนึ่งที่ทำให้

ความรู้แก่ผู้อ่านยุคใหม่ซึ่งสนใจในเรื่องการรับประทานอาหารและการดูแลสุขภาพนำไปปฏิบัติให้เกิดสุขภาพที่ดีในการดำเนินชีวิตประจำวันได้

การวิเคราะห์เนื้อหา หมายถึง เทคนิคการวิจัยสำหรับศึกษาเนื้อหาของนิตยสาร Health & Cuisine โดยเป็นการวิเคราะห์ประเภท รูปแบบ และบทบาทในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพ

ประเภทการนำเสนอเนื้อหา หมายถึง ข่าวสาร บทความ เมนูอาหาร และภาพต่าง ๆ เกี่ยวกับสุขภาพในนิตยสาร Health & Cuisine ซึ่งสามารถแบ่งประเภทของเนื้อหา ดังนี้

1. อาหารและโภชนาการ หมายถึง การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับสารอาหารตามหลักโภชนาการ อาหารที่ให้พลังงานและเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย อาหารที่ให้ประโยชน์ต่อสุขภาพทางด้านคุณค่าทางโภชนาการ อาหารสะอาดปราศจากการปนเปื้อน อาหารต้านอนุมูลอิสระ อาหารไขมันต่ำ อาหารช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค เทคนิคการเลือกซื้อและวิธีการเก็บรักษาอาหารหรือส่วนผสมของอาหาร รวมถึงเนื้อหาเกี่ยวกับสารพิษและอันตรายจากอาหาร

2. การออกกำลังกาย หมายถึง การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับการเล่นกีฬา การทำกายบริหาร และเคลื่อนไหวร่างกาย การเพิ่มสมรรถภาพทางร่างกาย การฝึกจิตหรือฝึกสมาธิในการออกกำลังกาย การหายใจเข้าออกในการออกกำลังกาย คุณประโยชน์ของการออกกำลังกาย อุบัติเหตุและการบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้นจากการออกกำลังกาย ข้อปฏิบัติตนหรือควรรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและสุขภาพจิตที่ดี

3. สุขภาพความงาม หมายถึง การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดและความงาม วิธีการเลือกซื้อและเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ สำหรับใบหน้า เรือนร่าง ผิวพรรณ เล็บ ผม และฟัน เพื่อให้เกิดสุขภาพและอนามัยที่ดีจากภายในและภายนอกร่างกายของแต่ละบุคคลด้วยวิธีการแบบธรรมชาติ

4. โรคภัยไข้เจ็บ หมายถึง การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับสาเหตุและอาการของการเกิดโรคภัยไข้เจ็บ ข้อแนะนำหรือวิธีการบำบัด รักษา ป้องกันและฟื้นฟูโรคภัยไข้เจ็บ ตลอดจนปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บ

5. การพัฒนาจิตใจ หมายถึง การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับการมองโลกในเชิงบวก ความพึงพอใจและรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การมีเป้าหมายในชีวิต การร่วมสร้างสรรค์สังคม การจัดการทางอารมณ์และความรู้สึกให้เกิดการพัฒนาไปสู่ภาวะที่มีความสุข การผ่อนคลายความเครียด หลักธรรมะ การสวดมนต์ การฝึกสมาธิ การพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบหรือเข้าถึงความดี

6. การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น หมายถึง การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับการสร้างเสริมความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลรอบข้าง ทั้งครอบครัว ชุมชน และสังคม

7. การดูแลสุขภาพแบบธรรมชาติ หมายถึง การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับการบำบัด ดูแลรักษาฟื้นฟูสุขภาพตนเองทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยยึดเอาวิถีการแบบธรรมชาติ เช่น ดนตรีบำบัด เสียงบำบัด กลิ่นบำบัด การนวดและสัมผัส สปา เป็นต้น

8. ยา หมายถึง การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับข้อแนะนำและวิธีการใช้ยา รวมทั้งอันตรายหรือผลข้างเคียงจากการใช้ยา

9. สมุนไพร หมายถึง การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับสรรพคุณและวิธีใช้ประโยชน์จากสมุนไพร

10. การดูแลตนเองทั่วไป หมายถึง การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพพื้นฐานและสุขภาพต่าง ๆ โดยรวมทั่วไปของแต่ละบุคคล เช่น เพศสัมพันธ์ การมีประจำเดือน การเข้าสู่วัยทอง การตรวจเลือด การตั้งครรภ์ การพักผ่อนนอนหลับ การตรวจสุขภาพร่างกาย การควบคุมน้ำหนักอย่างเหมาะสม เป็นต้น รวมถึงการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพ เช่น ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มสุรา ลดการเสี่ยงต่ออุบัติเหตุและอันตรายต่าง ๆ ต่อสุขภาพ เป็นต้น

รูปแบบการนำเสนอเนื้อหา หมายถึง ลักษณะการนำเสนอเนื้อหาข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพต่างๆ ในนิตยสาร Health & Cuisine 6 ประการ ได้แก่

1. ข่าว คือ การรายงานเหตุการณ์ ข่าวสาร หรือข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับสุขภาพ ซึ่งเป็นเรื่องที่มีความสำคัญและน่าสนใจต่อผู้อ่าน

2. บทความประเภทรายงาน คือ งานเขียน ข้อเขียน หรือแบบทดสอบที่นำเสนอเนื้อหาในการให้รายละเอียดเกี่ยวกับบุคคล เหตุการณ์ สถานที่ เรื่องวิชาการ และความรู้ต่าง ๆ ทั่วไปเกี่ยวกับสุขภาพ

3. บทความประเภทวิธีทำ คือ งานเขียนหรือข้อเขียนเกี่ยวกับสุขภาพที่อธิบายการกระทำตามขั้นตอน หรือแสดงวิธีการต่าง ๆ ให้ผู้อ่านสามารถนำไปปฏิบัติได้

4. บทความประเภทสัมภาษณ์ คือ งานเขียนหรือข้อเขียนเกี่ยวกับสุขภาพที่เสนอเรื่องราวหรือการแสดงความคิดเห็นของบุคคลรับเชิญจากการสัมภาษณ์ของกองบรรณาธิการ

5. คอลัมน์ถาม-ตอบ คือ พื้นที่ส่วนการถาม-ตอบปัญหาสุขภาพ เพื่อให้ผู้อ่านได้รับความรู้และความเข้าใจในเรื่องสุขภาพสำหรับนำไปดูแลสุขภาพตนเอง

6. เมนูอาหาร คือ พื้นที่ในส่วนที่กล่าวถึงเมนูอาหาร ส่วนผสมอาหาร วิธีการปรุงอาหาร และเคล็ดลับการปรุงอาหารต่าง ๆ เพื่อสุขภาพ

บทบาทในการนำเสนอเนื้อหา หมายถึง บทบาทของนิตยสาร Health & Cuisine ในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพ 4 ประการ คือ

1. บทบาทในด้านการส่งเสริมสุขภาพ คือ การนำเสนอเนื้อหาให้ผู้อ่านรู้จักสร้างเสริมภูมิคุ้มกันและหมั่นดูแลสุขภาพตนเองให้ดียิ่งขึ้น เพื่อยกระดับภาวะสุขภาพทุกด้านให้ดีขึ้น
2. บทบาทในด้านการป้องกันสุขภาพ คือ การนำเสนอเนื้อหาในการปฏิบัติกิจกรรมป้องกันและเฝ้าระวัง ตรวจสุขภาพเพื่อไม่ให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ โดยไม่จำเป็น หรือเกิดแล้วไม่ให้อาการของโรคกำเริบมากขึ้น
3. บทบาทในด้านการรักษาพยาบาล คือ การนำเสนอเนื้อหาแนวทางในการรักษาพยาบาล วิธีการดูแลรักษา หรือแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพต่าง ๆ เมื่อเกิดการเจ็บป่วยแล้ว
4. บทบาทในด้านการฟื้นฟูสุขภาพ คือ การนำเสนอเนื้อหาด้านการเปลี่ยนแปลง และแก้ไขความบกพร่องด้านต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแก่สุขภาพร่างกายและจิตใจให้กลับสู่สภาพปกติโดยเร็ว และดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบถึงนโยบายและแนวทางในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพของนิตยสาร Health & Cuisine
2. เพื่อทราบประเภท รูปแบบ และบทบาทในการนำเสนอเนื้อหาด้านสุขภาพของนิตยสาร Health & Cuisine
3. เพื่อทราบถึงความคิดเห็นของผู้อ่านที่มีต่อนิตยสาร Health & Cuisine โดยที่ผู้ผลิตสามารถนำผลการวิจัยมาผลิตเนื้อหาให้สอดคล้องกับผู้อ่านให้นำความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาและดูแลสุขภาพตนเอง
4. เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับนิตยสารและหน่วยงานต่าง ๆ ที่ดำเนินงานเกี่ยวกับอาหารและสุขภาพ และเพื่อประโยชน์ในการพัฒนาเนื้อหาของนิตยสารอาหารและสุขภาพ