บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิเคราะห์สถานการณ์ (Situational Analysis) การป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน โรงเรียนบ้านปงสนุก เทศบาลนครลำปาง กลุ่มตัวอย่างจำนวน 167 คน ได้แก่ กลุ่มบุคลากรจำนวน 22 คน และกลุ่มเด็กวัยเรียนจำนวน 145 คนผู้ศึกษารวบรวมข้อมูลโดยใช้ แบบสัมภาษณ์บุคลากร และแบบสอบถามสำหรับนักเรียน ระหว่างเดือนมิถุนายน 2554 ถึงเดือนกรกฎาคม 2554 นำเสนอผลการศึกษาในรูปตารางประกอบการบรรยาย การจัดข้อมูลเป็นหมวดหมู่แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ดังตารางที่ 1-2

ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านโครงสร้าง กระบวนการ และผลลัพธ์การป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน ดังตารางที่ 3-4

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 1

จำนวนและร้อยละจำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ ของกลุ่มบุคลากรในโรงเรียน

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n=22)	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	15	68.20
ชาย	7	31.80
อายุ		
21-30 ปี	1	4.50
31-40 ปี	6	27.30
41-50 ปี	9	40.90
51-60 ปี	6	27.30
($\overline{X}$ =44.77, S.D=9.24, Min-Max = 22-57ปี)		
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	2	9.10
มัธยมศึกษา	3	13.60
อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	2	09.10
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	12	54.60
ปริญญาโท	3	13.60
อาชีพ		
ผู้บริหารและครู	12	54.60
แม่ครัว	5	22.70
คนขายอาหาร	5	22.70

จากตารางที่ 1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 68.20 และมีอายุอยู่ระหว่าง22-57 ปี กลุ่มอายุที่พบมากที่สุดคืออายุระหว่าง 41-50 ปี ร้อยละ 40.90 ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือเทียบเท่า ร้อยละ 54.50 อาชีพส่วนใหญ่ ได้แก่ ผู้บริหารและครูจำนวนร้อยละ 54.60

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตารางที่ 2

จำนวนและร้อยละจำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา ภาวะโภชนาการ และค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารของกลุ่มนักเรียน

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n=145)	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	89	61.40
ชาย	56	38.60
อายุ		
7 ปี	7	4.80
8 ปี	38	26.20
9 ปี	24	16.60
10ปี	30	20.70
11ปี	45	31.00
12 ปี	1	0.70
($\overline{X}$ =9.49, S.D=1.32, Min-Max = 7-12ปี)		
ระดับการศึกษา		
ป.2	24	16.60
ป.3	32	22.10
ป.4	34	23.40
ป.5	55	37.90
ภาวะโภชนาการ		
สมส่วน(-1.5SDถึง+2 S.D)	133	91.72
เริ่มอ้วน(+2 S.D ถึง +3 S.D)	10	6.90
อ้วน(+3 S.Dขึ้นไป)	2	1.38

จากตารางที่ 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 61.40 ส่วนใหญ่มีอายุ 11 ปี ร้อยละ 31 และกำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ร้อยละ 37.90 ส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการสมส่วน (-1.5 SD ถึง +2 S.D) โดยใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงเป็นไปตามเกณฑ์ ร้อยละ 91.72 แต่ยังพบว่ามีภาวะอ้วน (+3 S.D ขึ้นไป) ร้อยละ 1.38

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านโครงสร้าง กระบวนการ และผลลัพธ์ การป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน

ผลการศึกษาการวิเคราะห์สถานการณ์ การป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน โรงเรียนบ้านปงสนุก เทศบาลนครลำปางในครั้งนี้ ได้ใช้กรอบแนวคิดของโดนาบิเดียน (Donabedian, 2003) มี 3 ด้านคือ 1) โครงสร้าง (structure) 2) กระบวนการ (process) 3) ผลลัพธ์ (out come) มีดังนี้

ด้านโครงสร้าง (structure) การป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนโรงเรียนบ้านปงสนุก เทศบาลนครลำปาง ได้แก่

1. ทรัพยากรทางด้านวัตถุ (material resources) ประกอบด้วย

1.1 อาคารสถานที่ โรงเรียนบ้านปงสนุกตั้งอยู่ในเขตชุมชนเมือง มีตึกอาคารเรียน จำนวน 6 หลัง มีอาคารพลศึกษา จำนวน 1 หลัง มีร้านขายอาหาร ขนม เครื่องดื่มอยู่บริเวณด้านหลังอาคารเรียน จำนวน 5 ร้าน มีสนามฟุตบอลอยู่หน้าอาคารเรียนติดกับถนนใหญ่ มีสนามเด็กเล่นและสนามบาสเก็ตบอลอยู่ระหว่างอาคารเรียน ด้านหน้าของโรงเรียนมีร้านค้า รถเข็นขายเครื่องดื่มและอาหารติดรั้วโรงเรียนประมาณ 10 ร้าน ผลการศึกษาพบว่าการจัดหาสถานที่ออกกำลังกายให้นักเรียนเพิ่ม ร้อยละ27.27 ดังข้อมูลสนับสนุนต่อไปนี้

“โรงเรียนมีสนามกีฬาขนาดกว้างขวางและจำนวนเพียงพอที่นักเรียนสามารถได้ออกกำลังกายหรือวิ่งเล่นได้อย่างกว้างขวางและเพียงพอ เช่น เรามีสนามฟุตบอล สนามบาสเกตบอลและสนามเด็กเล่น ”

1.2 เครื่องมือ อุปกรณ์

1.2.1 โรงเรียนบ้านปงสนุก มีเครื่องมือและอุปกรณ์กีฬา ได้แก่ ลูกฟุตบอล บาสเก็ตบอล ผลการศึกษาพบว่าอุปกรณ์กีฬา ร้อยละ 95.45 ภาชนะเครื่องดื่มเช่น แก้วน้ำดื่ม ร้อยละ 50 มีข้อมูลสนับสนุนดังต่อไปนี้

“มีบอร์ด 2-3 ที่เกี่ยวกับวิชาโภชนาการ พลศึกษา”
“มีอุปกรณ์กีฬาในวิชาพลศึกษาให้นักเรียนเพียงพอ”
“มีภาชนะเครื่องดื่มจัดไว้ให้สำหรับนักเรียนเพียงพอ”
“ในชั้น ป.1 ทางโรงเรียนของเราได้จัดแก้วน้ำ แปรงฟันไว้ให้สำหรับเด็กนักเรียน”

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

“ทางโรงเรียนของเราได้รับการสนับสนุนโปสเตอร์เกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียนและเรื่องการดูแลสุขภาพจากโรงพยาบาลลำปางที่รับผิดชอบอยู่ในเขตเทศบาลนครลำปาง อำเภอเมืองลำปาง”

1.2.2 นักเรียนทุกคน มีสมุดระเบียนสะสม มีการบันทึกการตรวจสุขภาพประจำปี ผลการศึกษาพบว่า แบบบันทึกสุขภาพ ร้อยละ 81.20 ดังข้อมูลสนับสนุนดังต่อไปนี้

“เรามีสมุดระเบียนสะสม และมีการบันทึกการตรวจสุขภาพเช่น บันทึกภาวะการเจริญเติบโตฯ ให้กับนักเรียนทุกคน เทอมละ1 ครั้ง เพื่อแจ้งให้พ่อแม่ ผู้ปกครองรับทราบ”

1.3 งบประมาณ ผลการศึกษาพบว่า โรงเรียนมีการจัดงบประมาณสนับสนุนเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัย เรียน เช่น งบประมาณด้านอาหารกลางวัน ร้อยละ 95.45 งบประมาณสำหรับการจัดซื้อนมรสจืด ร้อยละ 81.82 งบประมาณด้านน้ำดื่มและเครื่องดื่ม ร้อยละ63.64 และได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกระทรวงศึกษาธิการ ดังข้อมูลสนับสนุนดังต่อไปนี้

“ทางโรงเรียนของเราได้รับการสนับสนุนงบประมาณในการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนจากรัฐบาลในส่วนของกระทรวงศึกษาธิการโดยจัดผ่านเทศบาลนครลำปาง”

“ทางโรงเรียนของเราได้มีบางองค์กรมาสนับสนุนเช่น เทศบาลนครลำปาง ได้แจกงบประมาณสำหรับนมจืดสำหรับนักเรียน ในวันเปิดเทอมแจกนมจืด 1 ถุงต่อคน ในวันปิดภาคเรียนแจก 1 กล่องใหญ่ต่อคน”

“มีค่ะทางรัฐบาลได้จัดให้มีงบประมาณด้านอาหารมื้อกลางวันในโรงเรียนให้เด็กวัยเรียนชั้นประถมศึกษาตั้งแต่ชั้นเด็กเล็ก (ป.1-4) และโดยเฉพาะชั้นเด็กโต (ป.5-6) ได้แจกคูปองอาหารเพื่อให้เด็กได้เลือกซื้อรับประทานอาหารเองตามอัธยาศัยเฉลี่ยวันละ 13 บาทต่อคน”

“เราจัดน้ำดื่มน้ำใช้ให้นักเรียนและน้ำเย็นสำหรับดื่มอย่างเพียงพอ”

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

2. ทรัพยากรมนุษย์ (human resources)

โรงเรียนมีบุคลากรผู้รับผิดชอบด้านโภชนาการของเด็กนักเรียน ผลการศึกษาพบว่า ครูอนามัยโรงเรียน ร้อยละ 86.36 รองลงมาคือครูพลศึกษา ร้อยละ 72.72 ดังข้อมูลสนับสนุนต่อไปนี้

"มีครูประจำชั้นที่คอยดูแล ให้คำแนะนำและสอนเรื่องโภชนาการของของเด็กนักเรียน"

"มีครูอนามัยโรงเรียน และเรายังมีนักเรียนผู้นำอนามัยคอยช่วยเหลือและสื่อสารกับเพื่อนๆ นักเรียน"

"มีครูเวรประจำวันที่คอยดูแลปลอดภัย ให้คำแนะนำทุกเรื่องเช่น การรับประทานอาหารของนักเรียน"

"มีครูพลศึกษาที่สอนวิชาพลศึกษาและคอยคอยแนะนำดูแลความปลอดภัยขณะที่นักเรียนออกกำลังกายในวิชาพลศึกษาและขณะอยู่ในโรงเรียน"

3. องค์กรหรือหน่วยงานรับผิดชอบในการดูแลสุขภาพเด็กนักเรียน

มีองค์กรหรือหน่วยงานรับผิดชอบในดูแลสุขภาพเด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านปงสนุก ประกอบด้วย

3.1 โรงเรียนบ้านปงสนุก ประกอบด้วยผู้บริหาร ครูและบุคลากรสนับสนุน มีภารกิจบทบาทหน้าที่หลักในการนิเทศ จัดการเรียนการสอนเพื่อให้เด็กนักเรียนมีคุณภาพทางการศึกษาเป็นไปตามมาตรฐานหลักสูตรและมีคุณภาพชีวิตที่ดี ได้มีการกำหนดเป้าหมายให้ความชุกของภาวะอ้วนในเด็กวัยเรียนไม่เกิน 10% (กระทรวงสาธารณสุข, 2553) ดังข้อมูลสนับสนุนต่อไปนี้

"พวกเราทุกคนมีความพยายามทุกอย่างในการส่งเสริมนักเรียนทุกคนในด้านการเรียนการสอนรวมทั้งการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนทุกคนให้ดีขึ้น ขณะนี้ได้รับรางวัลโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับทองแดง"

"ผู้อำนวยการโรงเรียนและผู้ช่วยฯ มักเดินตรวจเยี่ยมนักเรียนทุกวัน เรื่องสถานที่ โรงอาหาร การรับประทานอาหารมื้อกลางวันของนักเรียนและสิ่งแวดล้อมโดยทั่วไป"

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

3.2 โรงพยาบาลลำปาง เป็นหน่วยงานมีภารกิจบทบาทหน้าที่หลักในฐานะที่อยู่ในเขตภารกิจความรับผิดชอบในการให้บริการสุขภาพแก่เด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านปงสนุก โดยเฉพาะงานอนามัยโรงเรียน ได้เยี่ยมโรงเรียน ให้คำแนะนำ สนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน และจัดบุคลากรครูเข้ารับการอบรมเรื่องการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียนในการทำโครงการต่างๆ ดังข้อมูลสนับสนุนต่อไปนี้

"ทางโรงเรียนของเราได้รับการสนับสนุนโปสเตอร์เกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียนและเรื่องการดูแลสุขภาพจากโรงพยาบาลลำปางเพราะอยู่ในเขตรับผิดชอบเทศบาลนครลำปาง อำเภอเมืองลำปาง"

"โรงเรียนของเรายังไม่ได้จัดทำโครงการหุ่นสวย วัยใสและเด็กไทยไร้พุงค่ะ"

"โรงพยาบาลลำปางได้จัดอบรมโครงการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กนักเรียนให้แต่ยังไม่ได้ดำเนินการ"

3.3 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปางเป็นหน่วยงานมีภารกิจบทบาทหน้าที่หลักในฐานะที่อยู่ในเขตภารกิจความรับผิดชอบให้บริการสุขภาพแก่เด็กนักเรียนในโรงเรียนบ้านปงสนุก ดังข้อมูลสนับสนุนต่อไปนี้

"สสจ.ลำปางได้มาตรวจเยี่ยมโรงเรียนพร้อมทีมงานโรงพยาบาลลำปางในการตรวจสุขภาพผู้ปรุงอาหารหรือแม่ครัว ความสะอาดภาชนะบรรจุอาหารทุกเทอม"

3.4 สำนักงานเทศบาลนครลำปาง เป็นองค์กรบริหารส่วนท้องถิ่น มีภารกิจบทบาทหน้าที่หลักในการสนับสนุนเงินงบประมาณในเรื่องอาหารกลางวันแก่นักเรียนทุกคนในโรงเรียนบ้านปงสนุก และยังสนับสนุนการจัดซื้อนมดื่มรสจืด ผลการศึกษาพบว่าการจัดเครื่องดื่มให้นักเรียนดื่มและนมรสจืดฟรี ร้อยละ 81.82 ดังข้อมูลสนับสนุนต่อไปนี้

"นักเรียนของเราได้รับงบประมาณสนับสนุนอาหารมื้อกลางวัน และนมดื่มรสจืดจากสำนักงานเทศบาลนครลำปาง โดยเฉลี่ยคนละ 13 บาทต่อวัน"

"และนักเรียนของเรายังได้รับการสนับสนุนจัดซื้อนมจืด โดยแจก1 ถุงต่อคนต่อวันในวันเปิดเทอม และในวันปิดเทอมได้แจกชนิดกล่องครบตามจำนวนวันที่ปิดเทอม"

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

3.4 กระทรวงศึกษาธิการ โดยผ่านสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งเป็นสำนักงานบริหารส่วนราชการโรงเรียนในเขตจังหวัดและเทศบาล รวมทั้งโรงเรียนบ้านปงสนุกซึ่งได้รับงบประมาณสนับสนุนกระทรวงศึกษาธิการ ดังข้อมูลสนับสนุนต่อไปนี้

“โรงเรียนของเราได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกระทรวงฯ ในด้านสาระสุขศึกษาพลศึกษา จำนวนปีละ 80,000 บาท เพื่อจัดซื้ออุปกรณ์กีฬา เช่น ลูกฟุตบอล บาสเก็ตบอล แชร์บอล ปิงปองและจัดซื้อวัสดุอุปกรณ์การเรียนการสอนวิชาสุขศึกษา พลศึกษา”

4. นโยบายการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนทั้ง 4 ด้าน มีผลการศึกษาดังตารางที่ 3

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตารางที่ 3

จำนวนและร้อยละ จำแนกตามรายข้อนโยบายการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนทั้ง 4 ด้าน ของกลุ่มบุคลากรในโรงเรียน (n=22)

นโยบายการป้องกันภาวะโภชนาการเกินทั้ง 4 ด้าน	มี	ไม่มี
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)
1. นโยบายเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนด้านน้ำดื่มและเครื่องดื่ม		
1) การเพิ่มจุดน้ำดื่มเช่นจัดบริการน้ำสะอาดและเย็นให้นักเรียนดื่มฟรี อย่างเพียงพอ	17(77.27)	5(22.73)
2) การจัดเครื่องดื่มให้นักเรียนดื่มและนมรสจืดฟรี	18(81.82)	4(18.18)
3) การใช้มาตรการไม่ให้ขายน้ำอัดลม	20(90.91)	2(9.09)
2. นโยบายเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนด้านขนม		
1) การห้ามแม่ค้าขายขนมกรุบกรอบ เช่นขนมซองข้าวโพดคั่ว บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป	19(86.36)	3(13.64)
2) ไม่มีขนมกรุบกรอบหรือขนมที่มีรสหวาน มันหรือเค็มเกินไป จำหน่ายในโรงเรียน	20(90.91)	2(9.09)
3. นโยบายเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนด้านการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกาย		
1) จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนได้การออกกำลังกายหรือกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2-3 วัน เช่นกิจกรรมเข้าจังหวะ มีชั่วโมงพลศึกษามากกว่า 1 คาบต่อสัปดาห์การจัดแข่งขันกีฬาระหว่างห้องเรียน การแข่งขันกีฬาสีภาคการศึกษาละ 1ครั้ง	17(77.27)	5(22.73)
2) การจัดหาสถานที่ออกกำลังกายให้นักเรียนเพิ่ม	6(27.27)	16(72.73)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตารางที่ 3 (ต่อ)

นโยบายการป้องกันภาวะโภชนาการเกินทั้ง 4 ด้าน	มี	ไม่มี
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
4. นโยบายเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนด้านอาหาร		
1) การจัดเมนูอาหารกลางวัน การจัดครูผู้ดูแลอาหารกลางวัน	18(81.20)	4(18.80)
2) ส่งเสริมให้เด็กรับประทานผลไม้และผักสดเป็นอาหารว่างมีการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการโดยครูมีแผนการเรียน การสอน	14(63.64)	8(36.36)
3) การส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนได้บริโภคผักมื้อกลางวันทุกวันเปิดเรียน คนละ 4 ช้อนกินข้าว/มื้อ	9(40.10)	13(59.10)
5. นโยบายเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนด้านสิ่งแวดล้อม		
1) ให้ร้านค้าขายผลไม้แทนขนมกรุบกรอบ	15(68.18)	7(31.82)
2) จัดทำป้ายนิเทศ บอร์ดวิชาการ เช่นการเลือกซื้ออาหารที่เหมาะสม มีคุณภาพและเป็น ประโยชน์ต่อสุขภาพ ตามหลักโภชนาการและมีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น อาหารขนมและเครื่องดื่มในโรงเรียนโดยเน้นลดหวานมัน เค็มเติมผักผลไม้	16(72.72)	8(27.28)
3) การจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ โดยครูมีแผนการเรียนการสอน	19(86.36)	3(36.64)
6. การจัดบุคลากรรับผิดชอบเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียน		
1) ครูอนามัยโรงเรียน	19(83.36)	3(36.64)
2) ครูพลศึกษา	16(72.72)	8(27.28)
3) นักโภชนาการ	5(22.70)	7(77.30)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตารางที่ 3 (ต่อ)

นโยบายการป้องกันภาวะโภชนาการเกินทั้ง 4 ด้าน	มี	ไม่มี
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
7. การจัดวัสดุ อุปกรณ์เกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียน		
1) อุปกรณ์กีฬา	21(95.45)	1(4.55)
2) ภาชนะเครื่องดื่ม	11(50.00)	11(50.00)
3) แบบบันทึกสุขภาพ	18(81.20)	4(18.80)
8. การจัดงบประมาณสนับสนุนเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียน		
1) งบประมาณด้านอาหารกลางวัน	21(95.45)	1(4.55)
2) งบประมาณด้านน้ำดื่มและเครื่องดื่ม	14(63.64)	8(36.36)
3) งบประมาณสำหรับการจัดซื้อนมรสจืด	18(81.20)	4(18.80)

จากตารางที่ 3 ผลการศึกษาด้านโครงสร้างนโยบายของการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน โรงเรียนบ้านปงสนุกเทศบาลนครลำปาง จากกลุ่มตัวอย่างบุคลากร ส่วนใหญ่พบว่ามีการใช้นโยบายเพื่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนครบทั้ง 4 ด้าน มีดังนี้

1. นโยบายเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนด้านน้ำดื่ม มากที่สุดคือ การใช้มาตรการไม่ให้ขายน้ำอัดลม ร้อยละ 90.91 รองลงมาคือ การจัดเครื่องดื่มให้นักเรียนดื่มและนมรสจืดฟรี ร้อยละ 81.82 ส่วนนโยบายด้านน้ำดื่มน้อยที่สุด คือการเพิ่มจุดน้ำดื่มเช่น จัดบริการน้ำสะอาดและเย็นให้นักเรียนดื่มฟรีอย่างเพียงพอ ร้อยละ 77.27

2. นโยบายเกี่ยวกับการป้องกันและควบคุมภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนในด้านขนมมากที่สุดคือ ไม่มีขนมกรุบกรอบหรือขนมที่มีรสหวาน มัน หรือเค็มเกินไป จำหน่ายในโรงเรียนร้อยละ 90.91 รองลงมาคือ การห้ามแม่ค้าขายขนมกรุบกรอบ เช่นขนมซอง ข้าวโพดคั่ว บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ร้อยละ 86.36

3. นโยบายเกี่ยวกับการป้องกันและควบคุมภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนด้านการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกายมากที่สุดคือ โรงเรียนควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนได้การออกกำลังกายหรือกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2-3 วัน เช่นกิจกรรมเข้าจังหวะมีชั่วโมงพลศึกษามากกว่า 1 คาบต่อสัปดาห์การจัดแข่งขันกีฬาระหว่างห้องเรียน การแข่งขันกีฬาสี

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคการศึกษาละ 1 ครั้ง ร้อยละ 77.27 รองลงมาคือ การจัดหาสถานที่ออกกำลังกายให้นักเรียนเพิ่ม ร้อยละ 27.27

4. นโยบายเกี่ยวกับการป้องกันและควบคุมภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนด้านอาหารมากที่สุดคือ การจัดเมนูอาหารกลางวัน การจัดครูผู้ดูแลอาหารกลางวัน ร้อยละ 81.20 รองลงมาคือ ส่งเสริมให้เด็กรับประทานผลไม้และผักสดเป็นอาหารว่าง มีการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการโดยครูมีแผนการเรียน การสอน ร้อยละ 63.64 ส่วนนโยบายด้านอาหารน้อยที่สุดคือมีการส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนได้บริโภคผักมื้อกลางวันทุกวันเปิดเรียน คนละ 4 ช้อนกินข้าว/มื้อ ร้อยละ 40.90

5. นโยบายเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนด้านสิ่งแวดล้อมมากที่สุดคือ มีการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการโดยครูมีแผนการเรียนการสอน ร้อยละ 86.30 รองลงมาคือ จัดทำป้ายนิเทศ บอร์ดวิชาการ เช่นการเลือกซื้ออาหารที่เหมาะสม มีคุณภาพและเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ ตามหลักโภชนาการและมีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น อาหารขนมและเครื่องดื่มในโรงเรียนโดยเน้นลดหวานมัน เค็มเติมผักผลไม้ ร้อยละ 72.72 ส่วนนโยบายด้านสิ่งแวดล้อมน้อยที่สุดคือให้ร้านค้าขายผลไม้แทนขนมกรุบกรอบ ร้อยละ 68.18

6. นโยบายการจัดบุคลากรรับผิดชอบเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียนมากที่สุดคือ ครูอนามัยโรงเรียน ร้อยละ 86.36 รองลงมาคือครูพลศึกษา นโยบายด้านการจัดบุคลากรฯน้อยที่สุดคือ นักโภชนาการ ร้อยละ 22.70

7. นโยบายการจัดวัสดุ อุปกรณ์เกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียนมากที่สุดคือ อุปกรณ์กีฬาร้อยละ 95.45 รองลงมาคือแบบบันทึกสุขภาพ ร้อยละ 81.20 นโยบายการจัดวัสดุฯน้อยที่สุดคือ ภาชนะเครื่องดื่ม ร้อยละ 50

8. นโยบายการจัดงบประมาณสนับสนุนเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียนมากที่สุดคือ งบประมาณด้านอาหารกลางวัน ร้อยละ 95.45 รองลงมาคือ งบประมาณสำหรับการจัดซื้อนมรสจืด ร้อยละ 81.20 น้อยที่สุดคือ งบประมาณด้านน้ำดื่มและเครื่องดื่ม ร้อยละ 63.64

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ด้านกระบวนการ (process) การป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนโรงเรียนบ้านปงสนุก เทศบาลนครลำปาง

ผลการศึกษาด้านกระบวนการ การป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน โรงเรียนบ้านปงสนุกเทศบาลนครลำปาง โดยใช้กระบวนการดำเนินงานตามแนวทางการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน 4 ด้าน ได้แก่น้ำดื่ม ขนม การเคลื่อนไหวและการออกกำลังกายในโรงเรียน อาหารและสิ่งแวดล้อม มีผลการศึกษาตารางที่ 4 ดังนี้

ตารางที่ 4

จำนวนและร้อยละ จำแนกตามแนวทางการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนทั้ง 4 ด้าน ของกลุ่มตัวอย่างบุคลากร (n=22) และนักเรียน (n=145)

การดำเนินงานตามแนวทางการป้องกันทั้ง 4 ด้าน	ใช่/มี		ไม่ใช่/ไม่มี	
	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
1. น้ำดื่มและเครื่องดื่ม				
1) โรงเรียนจำกัดเวลาระบุเวลาขายของว่างและเครื่องดื่ม	21(91.70)	135(93.10)	1(8.30)	10(6.90)
2) ในโรงเรียนไม่มีขายน้ำอัดลมขายหรือไม่ให้จำหน่ายน้ำอัดลม	20(90.90)	137(94.50)	2(9.10)	8(5.50)
3) โรงเรียนจัดบริการน้ำสะอาดและเย็นให้นักเรียนดื่มฟรีอย่างเพียงพอโดยมีจุดบริการน้ำดื่ม 1 ที่ต่อนักเรียน 75 คน	19(86.40)	134(92.70)	3(13.60)	11(7.60)
4) นมเปรี้ยวที่จำหน่ายในโรงเรียนเป็นสูตรน้ำตาลน้อยต่ำกว่า 5% หรือไม่มีน้ำตาล (หมายถึงมีน้ำตาลไม่ เกิน 12 ช้อนชา (หมายถึงมีน้ำตาลไม่ เกิน 12 ช้อนชาหรือ 50 กรัม ต่อน้ำ 1 ลิตร)	21(95.50)	140(96.60)	1(4.50)	11(3.40)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตารางที่ 4 (ต่อ)

การดำเนินงานตามแนวทางการป้องกันทั้ง 4 ด้าน	ใช่/มี		ไม่ใช่/ไม่มี	
	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
5) น้ำหวาน น้ำผลไม้ หรือน้ำสมุนไพรที่ขายในโรงเรียนมีส่วนผสมของน้ำตาลไม่เกิน 5%	21(95.50)	143(98.50)	1(4.50)	2(1.40)
6) น้ำผลไม้ที่จำหน่ายในโรงเรียนเป็นน้ำผลไม้คั้นสดชนิดไม่เติมน้ำเชื่อมหรือเติมไม่เกิน 5%	13(59.10)	138(95.20)	9(40.90)	7(4.80)
7) ไม่มีน้ำชาเขียว หรือ นมรสกาแฟหรือ กาแฟกระป๋องจำหน่ายในโรงเรียน	19(86.40)	128(88.30)	3(13.60)	17(11.70)
8) ในโรงเรียนไม่ขายเครื่องดื่มที่มีการเติมแต่งสี (หรือถ้าหากจำเป็นต้องใส่สีต้องเป็นสีที่มาจากธรรมชาติ) หรือไม่มีเครื่องหมายอาหารและยา (อย.)	18(81.10)	127(87.60)	4(18.20)	18(12.40)
2. ขนม				
1) ในโรงเรียนห้ามขายขนมที่มีรสหวาน มันหรือเค็มเกินไป ตามคำแนะนำเรื่องอาหารว่างและขนมสำหรับเด็ก	21(95.50)	132(91.50)	1(4.50)	13(8.50)
2) ในโรงเรียนไม่มีหรือห้ามขายขนมกรุบกรอบ เช่น ขนมซอง ข้าวโพดคั่ว บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป เป็นต้น	20(90.90)	127(87.60)	2(9.10)	18(12.40)
3) ในโรงเรียนได้มีการลดและควบคุมการขายขนมที่มีลักษณะเป็นครีมเหนียวติดฟันเช่น ทอฟฟี่ ลูกอม ช็อกโกเลต เยลลี่ และขนมที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบเกินร้อยละ 5 (ดูจากฉลากโภชนาการ)	19(86.40)	129(89.00)	3(13.60)	16(11.00)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตารางที่ 4 (ต่อ)

การดำเนินงานตามแนวทางการป้องกันทั้ง 4 ด้าน	ใช่/มี		ไม่ใช่/ไม่มี	
	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
4) ในโรงเรียนของท่านห้ามการขายอาหารหมักดอง	20(90.90)	129(89.00)	2(9.10)	16(11.00)
5) ในโรงเรียนห้ามขายขนมที่มีการเติมแต่งสีที่เป็นอันตรายแต่ไม่ทำให้อ้วน หากจำเป็นต้องใส่สีต้องเป็นสีที่มาจากธรรมชาติ	21(95.50)	130(89.70)	1(4.50)	15(10.30)
3. การเคลื่อนไหวและการออกกำลังกาย				
1) นักเรียนมีชั่วโมงพลศึกษามากกว่า 1 คาบต่อสัปดาห์	18(83.30)	118(81.40)	4(9.10)	27(18.60)
2) นักเรียนมีชั่วโมงพลศึกษาและได้ออกกำลังกายอย่างเต็มที่อย่างน้อยเป็นเวลา 30 นาที ต่อ1 คาบและได้ออกกำลังกายติดต่อกัน >30นาที (ได้รับหรือมีการจัดเป็นกิจกรรมเสริม >1 คาบ)	20(91.70)	135(93.10)	2(8.30)	10(6.90)
3) นักเรียนทุกคนออกกำลังกาย หรือมีกิจกรรมก่อนหรือหลังเรียนทุกวันเป็นประจำอย่างน้อยวันละ 15 นาที	13(59.10)	129(89.00)	9(40.90)	16(11.00)
4) นักเรียนได้รับการส่งเสริมเข้าเป็นชมรมกีฬาและกำหนดเวลาให้นักเรียนเข้าชมรมเพื่อฝึกซ้อมอย่างน้อยสัปดาห์ละครั้ง	20(91.70)	132(91.00)	2(8.30)	13(9.00)
5) นักเรียนมีสถานที่ออกกำลังกายและมีอุปกรณ์กีฬาเพียงพอต่อจำนวนนักเรียน	21(95.50)	140(96.60)	1(4.50)	5(3.40)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตารางที่ 4 (ต่อ)

การดำเนินงานตามแนวทางการป้องกันทั้ง 4 ด้าน	ใช่/มี		ไม่ใช่/ไม่มี	
	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
6) นักเรียนมีสถานที่ออกกำลังกายได้คำนึงถึงความปลอดภัยและมีคุณครูหรือเจ้าหน้าที่คอยดูแล	21(95.5)	137(94.5)	1(4.5)	8(5.50)
7) นักเรียนได้มีการเดินเปลี่ยนย้ายห้องระหว่างชั่วโมงเรียน	20(90.9)	140(96.50)	2(9.10)	5(4.40)
8) นักเรียนได้รับการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมและเห็นความสำคัญและเพิ่มโอกาสการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เช่น การจัดแข่งขันกีฬาระหว่างห้องเรียน การแข่งขันกีฬาสีภาคการศึกษาละ 1 ครั้ง	21(95.50)	136(93.80)	1(4.50)	9(6.20)
4. อาหารและสิ่งแวดล้อม				
1) นักเรียนได้รับข่าวประชาสัมพันธ์มีโปสเตอร์เกี่ยวกับอาหารสุขภาพและการออกกำลังกายกำหนดให้ร้านอาหารติดป้ายแสดงปริมาณไขมันและพลังงานที่มีในอาหารแต่ละชนิด	11(50.00)	120(82.80)	11(50.00)	25(17.20)
2) นักเรียนได้รับการจัดหรือปรับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพให้เอื้อต่อการออกกำลังกาย	21(95.50)	137(94.50)	1(4.50)	8(5.50)
3) นักเรียนได้ทราบหรือมีอุปกรณ์การเรียนการสอนภาชนะอุปกรณ์ของโรงเรียนติดตรา สัญลักษณ์ เครื่องหมายการค้าของผลิตภัณฑ์ ที่ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการ	14(63.60)	130(89.70)	8(36.40)	15(10.30)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตารางที่ 4 (ต่อ)

การดำเนินงานตามแนวทางการป้องกันทั้ง 4 ด้าน	ใช่/มี		ไม่ใช่/ไม่มี	
	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
4) นักเรียนได้ทราบหรือมีการจัดเอกสารความรู้ด้านโภชนาการอาหารการเลือกซื้อรวมถึงมุมความรู้ ข่าวสารด้านโภชนาการอาหารและการมีกิจกรรมทางกาย	16(72.70)	136(93.80)	6(27.30)	9(6.20)
5) นักเรียนได้ทราบหรือมีการจัดบอร์ดแสดงรายการและคุณค่าอาหารประจำวัน	16(72.70)	126(86.90)	6(27.30)	19(13.10)
6) บริเวณข้างรั้วโรงเรียนมีการรณรงค์ไม่ให้จำหน่ายน้ำอัดลมขนมกรุบกรอบ	11(50.00)	132(91.00)	11(50.00)	13(9.00)
7) นักเรียนได้ทราบหรือมีกิจกรรมให้ความรู้ด้านโภชนาการอาหารและขนมสำหรับเด็กและความรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารให้แก่ผู้ประกอบการในโรงเรียน	17(77.30)	135(93.10)	5(22.70)	10(6.90)
8) นักเรียนได้ทราบหรือมีการรณรงค์หรือควบคุมให้ร้านค้าจำหน่ายอาหารที่สะอาดและปลอดภัยไม่ให้ปรุงรสหวาน มัน เค็ม	21(95.50)	138(95.20)	1(4.50)	7(4.80)
9) นักเรียนได้ทราบหรือมีรายการอาหารที่จำหน่ายในโรงเรียนมีความหลากหลายที่มีคุณภาพตามหลักโภชนาการและมีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น อาหาร ขนมและเครื่องดื่มในโรงเรียนโดยเน้นลดหวาน มัน เค็มเติมผักผลไม้	19(86.40)	133(91.70)	3(13.60)	12(8.30)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตารางที่ 4 (ต่อ)

การดำเนินงานตามแนวทางการป้องกันทั้ง 4 ด้าน	ใช่/มี		ไม่ใช่/ไม่มี	
	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)	บุคลากร (n=22)	นักเรียน (n=145)
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
10) นักเรียนได้รับทราบหรือเห็นครูเป็นตัวอย่างที่ดีในเรื่องการรับประทานอาหารและการออกกำลังกาย	21(95.50)	137(94.50)	1(4.50)	8(5.50)
11) นักเรียนได้รับการเรียนรู้จากครูถึงเรื่องการเลือกรับประทานและเลือกซื้อขนมที่เป็นประโยชน์	20(91.70)	142(97.90)	2(8.30)	3(2.10)
12) นักเรียนได้รับการเรียนรู้เสริมเนื้อหาด้านโภชนาการลงในวิชาต่างๆ ทุกเทอม	21(95.50)	137(94.50)	1(4.50)	8(5.50)
13) นักเรียนได้รับการเรียนรู้จากครูเรื่องการอ่านฉลากโภชนาการ	21(95.50)	140(96.60)	1(4.50)	5(3.40)
14) นักเรียนได้รับการเรียนรู้ในเรื่องการรับประทานอาหารโดยครูเป็นตัวอย่างที่ดี เช่นคุณภาพของอาหาร ขนม และเครื่องดื่มในโรงเรียนตามหลักโภชนาการโดยเน้นลดหวาน มัน เค็มเติมผักผลไม้	20(91.70)	140(96.6)	2(8.30)	5(3.40)
15) นักเรียนได้รับการส่งเสริมให้มีส่วนร่วมในการจัดบริการอาหารของโรงเรียน เช่น เลือกรายการอาหารรับประทานหรืออาหารที่จัดจำหน่ายในโรงเรียน	17(77.30)	132(91.00)	5(22.70)	13(9.00)
16) โรงเรียนจัดอาหารกลางวันเป็นไปตามมาตรฐานอาหารกลางวันสำหรับเด็กนักเรียน	21(95.50)	137(85.50)	1(4.50)	8(5.50)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

จากตารางที่ 4 พบว่า กระบวนการดำเนินงานตามแนวทางการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนโรงเรียนบ้านปงสนุกเทศบาลนครลำปางตามกระบวนการทั้ง 4 ด้านในกลุ่มตัวอย่างบุคลากรและนักเรียนมีดังนี้

1. น้ำดื่ม ส่วนใหญ่พบว่าน้ำหวาน น้ำผลไม้ หรือน้ำสมุนไพรที่ขายในโรงเรียนมีส่วนผสมของน้ำตาลไม่เกิน ร้อยละ 95.50 และ 98.50 นมเปรี้ยวที่จำหน่ายในโรงเรียนเป็นสูตรน้ำตาลน้อยต่ำกว่า 5%หรือไม่มีน้ำตาล (หมายถึงมีน้ำตาลไม่ เกิน 12 ช้อนชา (หมายถึงมีน้ำตาลไม่เกิน 12 ช้อนชาหรือ 50 กรัมต่อน้ำ1ลิตร) ร้อยละ 95.50 และ 96.60 รองลงมาคือ ในโรงเรียนไม่มีขายน้ำอัดลมขายหรือไม่ให้จำหน่ายน้ำอัดลม ร้อยละ 90.90 และ94.5โรงเรียนจำกัดเวลาระบุเวลาขายของว่าง และเครื่องดื่ม ร้อยละ91.70 และ 93.10 และมีเล็กน้อยด้านน้ำดื่มคือ น้ำผลไม้ที่จำหน่ายในโรงเรียนเป็นน้ำผลไม้คั้นสดชนิดไม่เติมน้ำเชื่อมหรือเติมไม่เกิน 5% ร้อยละ59.10 และ 95.20 ในโรงเรียนไม่ขายเครื่องดื่มที่มีการเติมแต่งสี (หรือถ้าหากจำเป็นต้องใส่สีต้องเป็นสีที่มาจากธรรมชาติ) หรือไม่มีเครื่องหมายอาหารและยา (อย.) ร้อยละ 81.10 และ 87.60

2. ขนม ส่วนใหญ่พบว่า ในโรงเรียนไม่ขายขนมที่มีรสหวาน มันหรือเค็มเกินไปและเป็นไปตามคำแนะนำเรื่องอาหารว่างและเป็นไปตามคำแนะนำเรื่องอาหารว่างและขนมสำหรับเด็กร้อยละ95.50 และ91.50 ในโรงเรียนงดเว้นการขายขนมที่มีการเติมแต่งสีที่เป็นอันตรายแต่ไม่ทำให้อ้วน หากจำเป็นต้องใส่สี ต้องเป็นสีที่มาจากธรรมชาติ ร้อยละ 95.5 และ 89.70 รองลงมาคือ ในโรงเรียนงดเว้นการขายอาหารหมักดอง ร้อยละ 90.9 และ 89.00 ในโรงเรียนไม่มีหรือไม่ขายขนมกรุบกรอบเช่นขนมซอง ข้าวโพดคั่ว บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นต้น ร้อยละ 90.9 และ 87.60 และมีเล็กน้อยด้านขนมคือ ในโรงเรียนได้มีการลดและควบคุมการขายขนมที่มีลักษณะเป็นครีมเหนียวติดฟันเช่น ทอฟฟี่ ลูกอม ช็อกโกเลต เยลลี่ และขนมที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบเกินร้อยละ 5 (ดูจากฉลากโภชนาการ) ร้อยละ 86.40 และ 89.00

3. ด้านการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่พบว่านักเรียนมีสถานที่ออกกำลังกายและมีอุปกรณ์กีฬาเพียงพอต่อจำนวนนักเรียน ร้อยละ 95.50 และ96.60 นักเรียนได้รับการจัดหรือปรับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพให้เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนร้อยละ 95.50 และ 95.20 รองลงมาคือ นักเรียนมีสถานที่ออกกำลังกาย ได้คำนึงถึงความปลอดภัยและมีคุณครูหรือเจ้าหน้าที่คอยดูแล ร้อยละ 95.50 และ 94.50 นักเรียนได้รับการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมและเห็นความสำคัญและเพิ่มโอกาสการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเช่น การจัดแข่งขันกีฬาระหว่างห้องเรียน การแข่งขันกีฬาสีภาคการศึกษาละ 1 ครั้ง ร้อยละ 95.50 และ 93.80 และมีเล็กน้อยด้านการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกายคือ นักเรียนทุกคนออกกำลังกายหรือมีกิจกรรมก่อนหรือหลังเรียนทุกวันเป็นประจำอย่างน้อยวันละ 15 นาที ร้อยละ 59.10 และ 89.00

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

4. ด้านอาหารและสิ่งแวดล้อม ส่วนใหญ่พบว่า นักเรียนได้รับการเรียนรู้จากครูเรื่องการอ่านฉลากโภชนาการ ร้อยละ 95.50 และ 96.60 นักเรียนได้ทราบหรือมีการรณรงค์หรือควบคุมให้ร้านค้าจำหน่ายอาหารที่สะอาดและปลอดภัยไม่ให้ปรุงรสหวาน มัน เค็ม ร้อยละ 95.50 และ 95.20 รองลงมาคือนักเรียนได้รับการจัดหรือปรับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพให้เอื้อต่อการออกกำลังกาย ร้อยละ 95.50 และ 94.50 นักเรียนได้รับทราบหรือเห็นครูเป็นตัวอย่างที่ดีในเรื่องการรับประทานอาหารและการออกกำลังกาย ร้อยละ 95.50 และ 94.50 แต่บริเวณข้างรั้วโรงเรียนมีการรณรงค์ไม่ให้จำหน่ายน้ำอัดลม ขนมกรุบกรอบ ร้อยละ 49.90 และ 91.00 นักเรียนได้รับข่าวประชาสัมพันธ์ มีโปสเตอร์เกี่ยวกับอาหารสุขภาพและการออกกำลังกายกำหนดให้ร้านอาหารติดป้ายแสดงปริมาณไขมันและพลังงานที่มีในอาหารแต่ละชนิด ร้อยละ 50.00 และ 82.80 มีค่อนข้างน้อย

3. ด้านผลลัพธ์ (out come) การป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนโรงเรียนบ้านปงสนุก เทศบาลนครลำปาง

ผลการศึกษาด้านผลลัพธ์พบว่า บุคลากรส่วนใหญ่เห็นความสำคัญของการดำเนินการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนได้แก่ โรงเรียนมีการดำเนินงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินอย่างต่อเนื่อง บุคลากรและนักเรียนเห็นความสำคัญของการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน และนักเรียนได้รับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินครบทั้ง 4 ด้าน และบุคลากรส่วนใหญ่คิดว่าภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนในโรงเรียนลดลง ดังข้อมูลสนับสนุนต่อไปนี้

“เห็นด้วย มีแนวโน้มที่จะเป็นไปได้”

“คิดว่าลดลงเพราะได้ดำเนินการตามนโยบายอย่างต่อเนื่อง”

แต่บุคลากรบางส่วนให้ข้อมูลว่า ภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนในโรงเรียนไม่ลดลง เนื่องจากบริเวณด้านหน้าและข้างรั้วโรงเรียนยังมีร้านค้าจำหน่ายน้ำอัดลม ขนมกรุบกรอบ เพราะว่ามีเด็กนักเรียนชอบไปซื้ออาหารและน้ำดื่มนอกบริเวณโรงเรียนมารับประทานซึ่งไม่สามารถควบคุมได้ และยังมีผู้ปกครองตามใจเด็กในเรื่องการกิน และยังมีผลจากการศึกษาเอกสารพบว่า โรงเรียนบ้านปงสนุก ปีการศึกษา 2553 ภาคเรียนที่ 1 พบว่า ยังมีภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนเพิ่มขึ้น 11.75% และภาคเรียนที่ 2 พบ 13.25 % ปีการศึกษา 2554 ภาคเรียนที่1 พบ 14.25% (โรงพยาบาลลำปาง, 2554ข) ดังข้อมูลสนับสนุนต่อไปนี้

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

“ไม่ได้ลดลงเลยเพราะว่าเนื่องจากยังมีเด็กอ้วนอยู่ โรงเรียนมีการห้ามแม่ค้าขายอาหารได้ในเขตโรงเรียน แต่นักเรียนกลับไปซื้ออาหารจากนอกโรงเรียนมาทานทุกวัน ซึ่งไม่สามารถควบคุมได้ ผู้ปกครองตามใจเด็กในเรื่องการกิน”

การอภิปรายผล

การศึกษาการวิเคราะห์สถานการณ์ การป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน โรงเรียนบ้านปงสนุก เทศบาลนครลำปาง ขออภิปรายผลตามคำถามการศึกษาได้ดังนี้

1. ด้านโครงสร้าง

1.1 ทรัพยากรทางด้านวัตถุ (material resources)

1) ด้านอาคารและสถานที่ ผลการศึกษาพบว่า มีอาคารและสถานที่เพียงพอต่อการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวของนักเรียน โดยเฉพาะมีสนามฟุตบอล อาคารพลศึกษา สนามบาสเก็ตบอลและสนามเด็กเล่น แสดงได้ว่าทางโรงเรียนมีการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย หรือออกกำลังกายให้แก่เด็กวัยเรียนในโรงเรียน และเป็นไปตามแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมการออกกำลังกาย โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชร ได้แก่ การปรับสนามลานกีฬา หรือสถานที่ออกกำลังกาย (กระทรวงสาธารณสุข และ กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) นับเป็นผลดีต่อการส่งเสริมการการเรียนรู้ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ การใช้ทักษะทางร่างกายของเด็กวัยเรียน (สุรางค์ โค้วตระกูล, 2548) และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ นวลอนงค์ บุญจรูญศิลป์ (2545) ที่พบว่า ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมมีผลต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน โดยการส่งเสริมนโยบายการออกกำลังกายเพื่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินได้แก่ การออกกำลังกาย จัดเตรียมสถานที่สำหรับออกกำลังกายเพิ่มขึ้น และยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ (2551) ที่พบว่า นโยบายและมาตรการด้านการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกายในโรงเรียน และการจัดหาสถานที่ออกกำลังกายให้นักเรียนนั้น มีความสำคัญและจำเป็นสำหรับการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ผลการศึกษาพบว่า การจัดหาสถานที่ออกกำลังกายให้นักเรียนเพิ่ม ร้อยละ 27.27 แสดงว่า เพียงพอ

นอกจากนั้นจากผลการสำรวจและสังเกตยังพบว่า มีโรงอาหารขนาดใหญ่ มีโต๊ะและเก้าอี้เพียงพอ สำหรับนักเรียนนั่งพักรับประทานอาหาร จึงสอดคล้องกับผลการศึกษาของ นวลอนงค์ บุญจรูญศิลป์ (2545) เป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นว่า ทางโรงเรียนได้มีการส่งเสริมปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมสุขภาพในการบริโภคอาหารที่ดี และการทำกิจกรรมต่างๆชีวิตประจำวันให้กับเด็กวัยเรียน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

2) เครื่องมือ อุปกรณ์ ผลการศึกษาพบว่า มีเครื่องมือและอุปกรณ์กีฬาเพียงพอต่อการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวได้แก่ ลูกฟุตบอล บาสเก็ตบอล ปิงปอง แชร์บอล โดยสอดคล้องกับ กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2548) ที่แสดงให้เห็นว่าทางโรงเรียนได้มีสิ่งส่งเสริมหรือสนับสนุนให้เด็กได้มีการเคลื่อนไหวออกแรง หรือการออกกำลังกายในโรงเรียนเพราะว่า การออกกำลังกายเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินและยังเป็นการควบคุมน้ำหนักตัว ช่วยส่งเสริมสุขภาพกายและใจให้แข็งแรง สำหรับเด็กวัยเรียนการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอทำให้เด็กเกิดความสนุกสนานและมีสังคม ทำให้เด็กสุขภาพร่างกาย แข็งแรง อารมณ์แจ่มใสและรู้สึกว่า ตนเองเป็นคนแข็งแรง มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง มีความมั่นใจและกล้าแสดงออก ผลการศึกษาพบว่า มีอุปกรณ์กีฬาร้อยละ 95.45

มีอุปกรณ์เครื่องทำน้ำดื่มและน้ำเย็นเพียงพอสำหรับนักเรียน โดยมีเครื่องทำน้ำเย็นขนาดใหญ่ 2 ที่สำหรับใช้ดื่มอย่างเพียงพอเพราะว่า เป็นโรงเรียนขนาดกลาง และมีน้ำประปาที่สะอาดสามารถใช้ดื่มและล้างมือ มีก๊อกน้ำจำนวน 10 อันต่อ 1 อ่างขนาดใหญ่ติดข้างตึกชั้นล่างทั้ง 6 อาคารเรียน มีเครื่องทำน้ำเย็นบรรจุขวดพลาสติกขนาดใหญ่ที่หน้าห้องเรียนสำหรับชั้นนักเรียนเด็กโต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 โดยสอดคล้องกับ กระทรวงสาธารณสุข และ กระทรวงศึกษาธิการ (2551) และถือว่าเพียงพอตามเกณฑ์โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชรที่ได้กำหนดให้มีจุดบริการน้ำดื่ม 1 ที่ต่อนักเรียน 75 คน ผลการศึกษาพบว่า การเพิ่มจุดน้ำดื่มเช่นจัดบริการน้ำสะอาดและเย็นให้นักเรียนดื่มฟรีอย่างเพียงพอ ร้อยละ 77.27 แต่จากการสังเกตพบว่า ไม่มีการจัดเตรียมภาชนะบรรจุหรือแก้วน้ำไว้ให้สำหรับนักเรียนที่จุดบริการเครื่องทำน้ำดื่มน้ำเย็น ผลการศึกษาพบว่า มีภาชนะเครื่องดื่ม ร้อยละ 50

มีป้ายนิเทศ บอร์ดวิชาการ มีวัสดุบอร์ด 2-3 ที่วางอยู่ชั้นล่างระหว่างอาคารเรียนมีจำนวนเพียงพอ แต่ทางโรงเรียนได้จัดเนื้อหาวิชาการอื่น จึงสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ (2548) พบว่า ร้อยละ 60 มีโปสเตอร์ส่งเสริมการกินผักและผลไม้ และผลการศึกษาพบว่า การจัดทำป้ายนิเทศ บอร์ดวิชาการ เช่นการเลือกซื้ออาหารที่เหมาะสม มีคุณภาพและเป็น ประโยชน์ต่อสุขภาพ ตามหลักโภชนาการและมีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น อาหาร ขนมและเครื่องดื่มในโรงเรียนโดยเน้นลดหวานมัน เค็มเติมผักผลไม้ ร้อยละ 72.72

นอกจากนั้นนักเรียนทุกคนมีสมุดระเบียนสะสมและมีการบันทึกการตรวจสุขภาพประจำปีเพียงพอ เพื่อรายงานพ่อ แม่หรือผู้ปกครองรับทราบปีละ 2 ครั้ง จึงสนับสนุนกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ (2548) ที่กำหนดให้มีสมุดหรือเอกสารบันทึกการประเมินภาวะสุขภาพของเด็กนักเรียน และ ลัดดา เหมาะสุวรรณ (2551) อธิบายถึงปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กทั้งโดยตรงและโดยอ้อมได้แก่ สิ่งแวดล้อมด้านครอบครัว

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

เช่น การศึกษาของบิดา/ญาติ รายได้ครอบครัว ขนาดครอบครัว จำนวนพี่น้อง ทัศนคติและการรับรู้โดยเฉพาะพ่อ แม่หรือผู้ปกครอง จึงควรรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพของเด็กวัยเรียนเพราะพ่อ แม่หรือผู้ปกครอง สมาชิกในครอบครัวเป็นปัจจัยที่มีส่วนสำคัญในการเลี้ยงดูจะปลูกฝังพฤติกรรมการกินของเด็ก สะสมจนเป็นนิสัยและค่านิยมที่มีผลกระทบต่อภาวะโภชนาการของเด็ก และมีการส่งเสริมดูแลสุขภาพนักเรียนสำหรับเด็กวัยเรียนและสอดคล้องกับ กระทรวงสาธารณสุข และ กระทรวงศึกษาธิการ (2551) ตามตามเกณฑ์ระดับเพชร ที่ได้มีการเฝ้าระวังและติดตามภาวะโภชนาการในเด็กนักเรียนที่มีน้ำหนักและส่วนสูงเกินเกณฑ์ (ท้วม เริ่มอ้วน และอ้วน)ไม่เกินร้อยละ 7 และมีผลสรุปตามระดับชั้นเรียนผู้ที่ประเมินแล้วพบว่ามีภาวะท้วม โดยให้ปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เพื่อไม่ให้น้ำหนักเพิ่มขึ้นและเข้าสู่ภาวะอ้วน ดังนั้นจึงควรได้รับความร่วมมือจากครอบครัว โรงเรียนและชุมชนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน (นวลอนงค์ บุญจรูญศิลป์, 2545) ผลการศึกษาพบว่า มีแบบบันทึกสุขภาพ ร้อยละ 81.20

3) งบประมาณ ได้รับงบประมาณสนับสนุนเพียงพอ จึงสอดคล้องกับผลการศึกษาของ นวลอนงค์ บุญจรูญศิลป์ (2545) พบว่า งบประมาณหรือเงินสนับสนุน เป็นปัจจัยที่มีส่วนสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในการการบริหารจัดการขั้นพื้นฐาน ควรได้รับความร่วมมือจากองค์กรต่างๆที่ต่างๆที่เกี่ยวข้องได้แก่ งบประมาณด้านการจัดอาหารกลางวันและการจัดซื้อนมรสจืด โดยทางกระทรวงศึกษาธิการได้จัดผ่านมายังองค์กรบริหารส่วนท้องถิ่นคือ เทศบาลนครลำปางที่ได้เห็นถึงความสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียนทุกคนให้มีการเจริญเติบโตเหมาะสมตามเกณฑ์ และการได้รับงบประมาณด้านสาระสุขศึกษาพลศึกษา เพื่อการจัดซื้อเครื่องมือและอุปกรณ์กีฬาให้กับเด็กวัยเรียน ปีละ 80,000 บาท ผลการศึกษาพบว่า โรงเรียนมีการจัดงบประมาณสนับสนุนเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียนเช่น งบประมาณด้านอาหารกลางวัน ร้อยละ95.45 งบประมาณสำหรับการจัดซื้อนมรสจืด ร้อยละ 81.82

1.2 ทรัพยากรมนุษย์ (human resourses) ผลการศึกษาพบว่า ทางโรงเรียนมีการจัดบุคลากรเพียงพอ โดยสอดคล้องกับ กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2548) ที่กำหนดให้โรงเรียนเป็นผู้จัดบุคลากรทำหน้าที่รับผิดชอบในการดูแลสุขภาพเด็กวัยเรียนได้แก่ มีครูพลศึกษาที่คอยดูแลให้เด็กวัยเรียนได้ออกกำลังกายด้วยความระมัดระวัง เล่นอย่างปลอดภัย และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ (2551) ที่มีการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการโดยครูมีแผนการเรียนการสอนได้แก่ครูประจำชั้น และครูอนามัย เพื่อสนับสนุนการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนให้เกิดผลดี ผลการศึกษาพบว่า มีครูอนามัยโรงเรียน ร้อยละ 86.36 รองลงมาคือครูพลศึกษา ร้อยละ 72.72

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

1.3 องค์กรหรือหน่วยงานรับผิดชอบ (organizations or responsible units) ผลการศึกษาพบว่า มีองค์กรหรือหน่วยงานรับผิดชอบเพียงพอโดยมีหน่วยงานมีบทบาทและหน้าที่ร่วมกันโดยตรง ได้แก่กระทรวงศึกษาธิการ รับผิดชอบในด้านงบประมาณค่าใช้จ่ายทางด้านอาหารกลางวัน น้ำดื่มและเครื่องดื่ม การจัดซื้อนมรสจืดโดยจัดการจ่ายผ่านสำนักงานสาธารณสุขเทศบาลนครลำปาง และกระทรวงสาธารณสุขโดยมีสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปางและโรงพยาบาลลำปางได้จัดแพทย์และพยาบาลจากกลุ่มงานเวชกรรมสังคมรับผิดชอบให้คำแนะนำดูแลและติดตาม ส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียน เพื่อลดค่าใช้จ่ายในการรักษาโรคที่สามารถป้องกัน และสอดคล้องกับนโยบายของภาครัฐตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (2550-2554) ที่มุ่งสร้างการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนและระดมพลังทั้งสังคม กับภารกิจการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน (กระทรวงสาธารณสุข, 2553)

1.4 โครงสร้างนโยบาย (policy) ผลการศึกษาพบว่า มีนโยบายเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินทั้ง 4 ด้านเพียงพอ ดังนี้

1) นโยบายด้านน้ำดื่ม เครื่องดื่มผลการศึกษาพบว่าเพียงพอคือ มีการใช้มาตรการไม่ให้ขายน้ำอัดลม ร้อยละ 90.91 (ตารางที่ 3) การจัดเครื่องดื่มให้นักเรียนดื่มและนมรสจืดฟรี ร้อยละ81.82 และการเพิ่มจุดน้ำดื่มเช่นจัดบริการน้ำสะอาดและเย็นให้นักเรียนดื่มฟรีอย่างเพียงพอ ร้อยละ 77.27 เพราะว่าโรงเรียนบ้านปงสนุกเป็นโรงเรียนขนาดกลาง ผลจากการสำรวจและการสังเกตพบว่า มีจุดน้ำดื่ม1 ที่ต่อนักเรียน14 คน และมีจุดบริการน้ำดื่มอย่างน้อย 2 จุด ถือว่าเพียงพอตามเกณฑ์โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชรที่ได้กำหนดให้มีจุดบริการน้ำดื่ม 1 ที่ต่อนักเรียน75 คน (กระทรวงสาธารณสุข และ กระทรวงศึกษาธิการ, 2551)

2) นโยบายด้านขนม ผลการศึกษาพบว่า เพียงพอได้แก่ ห้ามขายหรือจำหน่ายขนมกรุบกรอบ หรือขนมที่มีรสหวาน มัน หรือเค็มเกินไปในโรงเรียน ร้อยละ 90.91 และการห้ามแม่ค้าขายขนมกรุบกรอบ เช่นขนมซอง ข้าวโพดคั่ว บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ร้อยละ86.36 โดยมีนโยบายด้านขนมที่ไม่สอดคล้องกันกับผลการศึกษาของลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ (2548) ที่พบว่า โรงเรียนยังมีปัญหาในการใช้นโยบายและมาตรการด้านขนม พบว่าร้อยละ 50 มีการขายขนมกรุบกรอบในโรงเรียน และร้อยละ 3 มีการโฆษณาขนมกรุบกรอบในโรงเรียน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าโรงเรียนบ้านปงสนุกมีนโยบายที่เข้มงวดกับการห้ามขายหรือจำหน่ายขนมกรุบกรอบ หรือขนมที่มีรสหวาน มัน หรือเค็มเกินไปในโรงเรียน

3) นโยบายด้านการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกายผลการศึกษาพบว่าเพียงพอ คือ โรงเรียนควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนได้การออกกำลังกายหรือกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2-3 วัน เช่นกิจกรรมเข้าจังหวะ มีชั่วโมงพลศึกษามากกว่า 1 คาบ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ต่อสัปดาห์การจัดแข่งขันกีฬาระหว่างห้องเรียน การแข่งขันกีฬาสีภาคการศึกษาละ1ครั้ง ร้อยละ 77.27 จึงสอดคล้องกับกองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2548) ที่อธิบายถึงการออกกำลังกายว่า เป็นวิธีที่ดีที่สุดในการควบคุมน้ำหนักตัว ควรช่วยส่งเสริมสุขภาพกายและใจให้แข็งแรง มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเพราะว่า การออกกำลังกายทำให้เด็กเกิดความสนุกสนานเพราะได้มีสังคมและทำให้สุขภาพร่างกาย แข็งแรง อารมณ์แจ่มใสและรู้สึกว่า ตนเองเป็นคนแข็งแรง มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง มีความมั่นใจและกล้าแสดงออก ควรส่งเสริมหรือสนับสนุนให้เด็กได้ทำกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2-3 วัน เช่น กิจกรรมเข้าจังหวะและในขณะเดียวกันส่งเสริมให้เด็กได้มีการฝึกความแข็งแรงและความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อด้วย และโรงเรียนมีสถานที่เพียงพอต่อการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวของนักเรียนเพียงพอโดยเฉพาะมีสนามฟุตบอล อาคารพลศึกษา สนามบาสเก็ตบอลและสนามเด็กเล่น ถึงแม้ว่าโรงเรียนไม่ได้มีนโยบายการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนได้การออกกำลังกายหรือกิจกรรมนันทนาการที่เป็นรูปแบบชัดเจน แต่ก็ยังเปิดโอกาสให้เด็กวัยเรียนได้การออกกำลังกายอย่างเพียงพอ

4) นโยบายด้านอาหารและสิ่งแวดล้อมผลการศึกษาพบว่า เพียงพอคือ การจัดเมนูอาหารกลางวัน การจัดครูผู้ดูแลอาหารกลางวัน ร้อยละ 81.20 มีการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ โดยครูมีแผนการเรียนการสอน ร้อยละ86.3 ให้ร้านค้าขายผลไม้แทนขนมกรุบกรอบ ร้อยละ 68.18 สำหรับนโยบายด้านอาหารและสิ่งแวดล้อมลดลงซึ่งตรงกับผลการสำรวจการใช้ทรัพยากรทางด้านวัตถุด้านเครื่องมือ อุปกรณ์ที่พบว่า มีวัสดุบอร์ด 2-3 ที่วางอยู่ชั้นล่างระหว่างอาคารเรียนมีจำนวนเพียงพอแต่ทางโรงเรียนได้จัดเนื้อหาวิชาการด้านอื่น สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ (2551) ในการพัฒนารูปแบบการบูรณาการ งานโภชนาการในโรงเรียนนำร่องสังกัดเทศบาล ได้แก่ อาหารและสิ่งแวดล้อม การจัดโปรแกรมอาหารกลางวัน ให้ร้านค้าขายผลไม้แทนขนมกรุบกรอบ จัดทำป้ายนิเทศ บอร์ดวิชาการ มีการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการโดยครูมีแผนการเรียนการสอน และเกิดผลดีเด็กต่อวัยเรียน แต่นโยบายด้านอาหารและสิ่งแวดล้อมการส่งเสริมให้เด็กรับประทานผลไม้และผักสดเป็นอาหารว่าง มีการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการโดยครูมีแผนการเรียนการสอน ร้อยละ 63.64 และการส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนได้บริโภคผักมื้อกลางวันทุกวันเปิดเรียนคนละ 4 ช้อนกินข้าว/มื้อ ร้อยละ 40.90 จึงควรมีการประชาสัมพันธ์ส่งเสริมให้เด็กรับประทานผลไม้และผักสด และมีการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการเพิ่มเติม

2. ด้านกระบวนการ

ผลการศึกษาพบว่า การดำเนินงานตามแนวทางการป้องกันภาวะโภชนาการเกินทั้ง 4 ด้าน มีดังนี้

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

1) น้ำดื่มและเครื่องดื่มผลการศึกษาพบว่า โรงเรียนจัดบริการน้ำสะอาดและเย็นให้นักเรียนดื่มฟรีอย่างเพียงพอ จากผลการสำรวจมีอุปกรณ์เครื่องทำน้ำดื่มและน้ำเย็นเพียงพอสำหรับนักเรียน โดยมีเครื่องทำน้ำเย็นขนาดใหญ่ 2 ที่สำหรับใช้ดื่ม มีเครื่องทำน้ำเย็นบรรจุขวดพลาสติกขนาดใหญ่ที่หน้าห้องเรียนสำหรับชั้นนักเรียนเด็กโต ป.5-6 เพราะว่า เป็นโรงเรียนขนาดกลาง และมีน้ำประปาที่สะอาดสามารถใช้ดื่มและล้างมือเฉลี่ย 1 จุดต่อจำนวนนักเรียน14 คน และเป็นไปตามเกณฑ์โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชรที่ได้กำหนดให้มีจุดบริการน้ำดื่ม 1 ที่ต่อนักเรียน 75 คน (กระทรวงสาธารณสุข และ กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) และผลการศึกษาพบว่าโรงเรียนห้ามขายน้ำอัดลม ร้อยละ 90.90 และ 94.5 (ตารางที่ 4) สอดคล้องกับผลการศึกษาของลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ (2548) ที่พบว่า มีมาตรการห้ามขายน้ำอัดลมโรงเรียน ร้อยละ 75

ความสำคัญของการจัดน้ำดื่มและเครื่องดื่มที่เพียงพอ จะมีผลต่อภาวะโภชนาการได้ จากผลการศึกษาถึงสาเหตุและปัจจัยที่ทำให้เกิดโรคอ้วนหรือภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 นั้นว่า พบว่าเกิดจากกลุ่มเด็กอ้วนที่มีบิดาและมารดาอ้วนมากกว่า กินอาหารที่มีไขมันสูงกว่า ดื่มน้ำอัดลมบ่อยกว่า และกินอาหารที่มีโปรตีนน้อยกว่า (อุรุวรรณ แย้มบริสุทธิ์, 1993, อ้างใน จิตติวัฒน์ สุประสงค์สิน, 2544) และการดื่มเครื่องดื่มที่ให้ความหวาน มีความสัมพันธ์กับโรคอ้วนในเด็กด้วย เครื่องดื่ม (soft drinks) ในที่นี้ครอบคลุมตั้งแต่น้ำอัดลมและเครื่องดื่มรสหวานต่างๆ เด็กวัยเรียนและวัยรุ่นมีแนวโน้มของการได้รับพลังงานจากเครื่องดื่มรสหวานเพิ่มขึ้นในขณะที่ปริมาณการดื่มนมลดลง และเครื่องดื่มรสหวานจะให้พลังงานเฉลี่ยร้อยละ 5-10 ของพลังงานทั้งหมด (Striegel-Moore et all, 2006; Harnack, Stang, and Story, 1999, อ้างใน ลัดดา เหมาะสุวรรณ, 2551)

ดังนั้นแนวทางการป้องกันภาวะโภชนาการเกินเด็กวัยเรียนในโรงเรียนเพื่อให้เกิดผลดีนั้น ดังผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ (2551) พบว่า ด้านน้ำดื่ม และเครื่องดื่มได้แก่ การเพิ่มจุดน้ำดื่ม การจัดเครื่องดื่มให้เด็กดื่มและนมรสจืดฟรี การใช้มาตรการไม่ให้ขายน้ำอัดลม ไม่จัดเครื่องดื่มที่มีรสหวานจัด หมายถึง เครื่องดื่มที่เติมน้ำตาลมากเกินร้อยละ 5 (จากฉลากโภชนาการ) เช่น ไมโล โอวัลติน นมปรุงแต่งรสต่างๆ น้ำอัดลม น้ำหวาน น้ำผลไม้ น้ำสมุนไพร ตลอดจนเครื่องดื่มที่จัดทำขึ้นเองที่มีการเติมน้ำตาลเกินร้อยละ 5 การจัดให้นักเรียนได้มีน้ำดื่มสะอาดและเพียงพอ จากผลการศึกษาและการสังเกตพบว่า ส่วนใหญ่น้ำหวาน น้ำผลไม้ หรือน้ำสมุนไพรที่ขายในโรงเรียนมีส่วนผสมของน้ำตาลไม่เกิน ร้อยละ 95.50 และ 98.50 นมเปรี้ยวที่จำหน่ายในโรงเรียนเป็นสูตรน้ำตาลน้อยต่ำกว่า 5%หรือไม่มีน้ำตาล (หมายถึงมีน้ำตาลไม่ เกิน 12 ช้อนชา (หมายถึงมีน้ำตาลไม่เกิน 12 ช้อนชาหรือ 50 กรัมต่อน้ำ1ลิตร) ร้อยละ 95.50 และ96.60 (ตารางที่ 4)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

2) ขนม ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่ห้ามจัดหรือจำหน่ายขนมกรุบกรอบในโรงเรียนเช่น ขนมซอง ข้าวโพดคั่ว บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นต้น ร้อยละ 90.9 และ 87.60 (ตารางที่ 4) ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ (2548) ที่พบว่า มีการขายขนมกรุบกรอบในโรงเรียน ร้อยละ 50 โดยปกติเด็กวัยเรียนมีความต้องการสารอาหาร มี 4 ประเภท (วีนัส ลีหกุล และคณะ, 2545) และเด็กวัยนี้ควรได้รับสารอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายโดยได้รับอาหารครบทั้ง 5 หมู่ วันละ 3 มื้อ (ลัดดา เหมาะสุวรรณ, 2551) เพราะฉะนั้น ขนมไม่ได้เป็นรายการหลักอาหารครบทั้ง 5 หมู่สำหรับเด็กวัยเรียน แต่กลับนิยมบริโภคและมีอิทธิพลทำให้เกิดโรคอ้วนหรือภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนที่ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ จิตติวัฒน์ สุประสงค์สิน (2544) ที่พบว่า สาเหตุเนื่องจากค่านิยมในสังคมและพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เปลี่ยนแปลงไปการดำเนินชีวิตในรูปแบบทางตะวันตกที่เป็นสาเหตุสำคัญ และกองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2548) ที่ได้อธิบายถึง การที่เด็กชอบบริโภคอาหารสำเร็จรูปที่มีส่วนประกอบของแป้งและไขมันปริมาณมากร่วมกับการใช้เวลาในการดูโทรทัศน์ เล่นเกมคอมพิวเตอร์ หรือเล่นอินเตอร์เนตเพิ่มขึ้น มีผลทำให้เกิดโรคอ้วนหรือภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน

ดังนั้นแนวทางการป้องกันภาวะโภชนาการเกินเด็กวัยเรียนในโรงเรียนเพื่อให้เกิดผลดี ดังผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ (2551) พบว่า ด้านขนมได้แก่ การห้ามแม่ค้าขายขนมกรุบกรอบ ห้ามจัดและจำหน่ายอาหารว่างหรือขนมที่มีไขมันสูง หมายถึง อาหารทอดต่างๆ เช่นไส้กรอกทอด ลูกชิ้นทอด มันฝรั่งทอด ขนมบรรจุซองที่มีไขมันสูงและขนมเบเกอรี่ต่างๆ ประเภทเค้ก แครกเกอร์ คุ้กกี้ โดนัท พิซซ่า เป็นต้น ไม่จัดและจำหน่ายอาหารว่างหรือขนมรสเค็ม หมายถึง ขนมกรุบกรอบ ขนมซอง ข้าวโพดคั่ว บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป เป็นต้น ไม่จัดและจำหน่ายอาหารว่างรสหวานจัด หมายถึง ทอฟฟี่ ลูกอม ช็อกโกเลต เยลลี่ และขนมที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบเกินร้อยละ 5 (ดูจากฉลากโภชนาการ) จากผลการศึกษาและการสังเกตพบว่า ในโรงเรียนห้ามหรือจำหน่ายขนมกรุบกรอบเช่น ขนมซอง ข้าวโพดคั่ว บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นต้น ร้อยละ 90.9 และ 87.60 มีการลดและควบคุมการขายขนมที่มีลักษณะเป็นครีมเหนียวติดฟันเช่น ทอฟฟี่ ลูกอม ช็อกโกเลต เยลลี่ และขนมที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบเกินร้อยละ 5 (ดูจากฉลากโภชนาการ) ร้อยละ 86.40 และ 89.00

3) การเคลื่อนไหวและการออกกำลังกาย ผลการศึกษาพบว่า โรงเรียนมีสถานที่ให้นักเรียนได้ออกกำลังกาย และมีอุปกรณ์กีฬาเพียงพอต่อจำนวนนักเรียน ร้อยละ 95.50 และ 96.60 (ตารางที่ 4) ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ นวลอนงค์ บุญจรูญศิลป์ (2545) พบว่า การออกกำลังกายเป็นการส่งเสริมการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนระดับที่ 1 เป็นการป้องกันในวงกว้าง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

(Universal precaution) และนโยบายกำหนดให้โรงเรียนมีบทบาทในการจัดสถานที่สำหรับเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ผลการศึกษาพบว่า การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนได้การออกกำลังกาย หรือกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2-3 วันเช่น กิจกรรมเข้าจังหวะ มีชั่วโมงพลศึกษามากกว่า 1 คาบต่อสัปดาห์ การจัดแข่งขันกีฬาระหว่างห้องเรียน การแข่งขันกีฬาสีภาคการศึกษาละ1ครั้ง ร้อยละ 77.27 แต่ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ (2548) พบว่า ร้อยละ 40 มีกิจกรรมแอโรบิก (ตารางที่ 3) นอกจากนั้นนักเรียนทุกคนออกกำลังกาย หรือมีกิจกรรมก่อนหรือหลังเรียนทุกวันเป็นประจำอย่างน้อยวันละ 15 นาทีร้อยละ 59.10 และ89.00 พบว่าไม่เพียงพอ สาเหตุที่โรงเรียนไม่ได้กิจกรรมให้นักเรียนได้ออกกำลังกายก่อนหรือหลังเรียนทุกวันเป็นรูปแบบที่แน่นอนนั้น ก็เพราะว่าโรงเรียนได้เปิดโอกาสให้นักเรียนมีสถานที่ออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬาในเวลาพักรับประทานอาหารกลางวันได้อย่างเพียงพอ โดยได้เปิดอาคารพลศึกษาและจัดเตรียมอุปกรณ์กีฬา โดยมีครูพลศึกษาคอยให้คำแนะนำและดูแลความปลอดภัยขณะที่นักเรียนได้ออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา

4) อาหารและสิ่งแวดล้อม ผลการศึกษาพบว่า โรงเรียนได้มีการรณรงค์ให้นักเรียนได้รับการเรียนรู้จากครูเรื่องการอ่านฉลากโภชนาการ ร้อยละ 95.50 และ 96.60 นักเรียนได้ทราบหรือมีการรณรงค์หรือควบคุมให้ร้านค้าจำหน่ายอาหารที่สะอาดและปลอดภัยไม่ให้ปรุงรสหวาน มัน เค็ม ร้อยละ 95.50 และ 95.20 (ตารางที่ 4) ซึ่งความสำคัญและความต้องการสารอาหารของเด็กวัยเรียน โดยปกติแล้วมีความต้องการสารอาหารเช่นเดียวกับเด็กก่อนวัยเรียนเพียงแต่ปริมาณมากกว่า (วีนัส ลีหกุล และคณะ, 2545) แต่ผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ (2551) พบว่า การบริโภคอาหารมื้อหลักและอาหารจานด่วน อาหารว่าง (ขนมหวานและขนมกรุบกรอบ) เครื่องดื่ม รวมทั้งกิจกรรมการออกกำลังกาย ล้วนเป็นสาเหตุทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกินตัวอย่างเช่น ทำให้เกิดระดับไขมันในเลือดสูง ดังผลการศึกษาวิจัยของ ศักดา พรึงลำภู (2548) ที่ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ของภาวะโภชนาการเกินและระดับไขมันในเลือดของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาที่ 1-6 อ.เมือง จ.เชียงใหม่และพบว่า มีความสัมพันธ์ ระหว่างภาวะโภชนาการกับภาวะไขมันในเลือดของเด็กนักเรียนและภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนเมื่อประเมินโดยใช้ น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (Weight/Age) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับระดับไขมันในเลือดทั้ง 4 ตัว

นอกจากนั้นบริเวณข้างรั้วโรงเรียนมีการรณรงค์ไม่ให้จำหน่ายน้ำอัดลม ขนมกรุบกรอบ ร้อยละ 49.90 และ 91.00 จึงสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ (2548) พบว่า มีร้านขายของทอดและน้ำอัดลมหน้าโรงเรียนช่วงเลิกเรียน โรงเรียนมีการส่งเสริมโภชนาการ ร้อยละ 70-80 ทั้งนี้เนื่องจากด้านหน้าของโรงเรียนและติดรั้วโรงเรียน มีร้านค้า รถเข็นขายเครื่องดื่มและอาหาร ที่ยังขายขนมกรุบกรอบ เครื่องดื่มและอาหาร น้ำอัดลมช่วงเลิกเรียน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

นอกจากนั้นยังพบว่า นักเรียนได้รับข่าวประชาสัมพันธ์ มีโปสเตอร์เกี่ยวกับอาหารสุขภาพและการออกกำลังกาย กำหนดให้ร้านอาหารติดป้ายแสดงปริมาณไขมันและพลังงานที่มีในอาหารแต่ละชนิด ร้อยละ 50.00 และ 82.80 จึงสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ (2548) พบว่ามีโปสเตอร์ส่งเสริมการไม่กินหวาน ร้อยละ 35 เนื่องจากการสังเกตพบว่า มีวัสดุบอร์ด 2-3 ที่วางอยู่ชั้นล่างระหว่างอาคารเรียนมีจำนวนเพียงพอ แต่ทางโรงเรียนได้จัดเนื้อหาวิชาการด้านอื่น

3. ด้านผลลัพธ์

ด้านผลลัพธ์พบว่า ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตระหนักถึงความสำคัญของการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในโรงเรียน เพราะว่าโรงเรียนเป็นสถาบันที่มีบทบาทสำคัญมากต่อเด็กต่อจากครอบครัว จึงสอดคล้องกับผลการศึกษาของลัดดา เหมาะสุวรรณ (2551) ที่พบว่าเด็กใช้เวลาที่โรงเรียน 8-9 ชั่วโมงต่อวัน 5 วันต่อสัปดาห์ 8 เดือนต่อปี โรงเรียนจึงมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการพัฒนาเด็กให้เติบโตเป็นคนที่มีความพร้อมสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ปัญญา และจริยธรรม รวมทั้งต่อพฤติกรรมด้านต่างๆ ที่จะปลูกฝังเป็นนิสัยของเด็กคนนั้นต่อไปในอนาคต

การดำเนินการป้องกันภาวะโภชนาการเกินในโรงเรียนพบว่า มีการดำเนินการป้องกันภาวะโภชนาการเกินอย่างต่อเนื่อง จากการสัมภาษณ์บุคลากรพบว่า ผู้อำนวยการโรงเรียนและผู้ช่วยผู้อำนวยการ และครูเวรประจำวันมักเดินตรวจเยี่ยมนักเรียนทุกวันในเรื่องสถานที่ โรงอาหาร การรับประทานอาหารมื้อกลางวันของนักเรียนและสิ่งแวดล้อมโดยทั่วไป ตลอดจนบุคลากรทุกคนมีความพยายามทุกอย่างในการส่งเสริมนักเรียนทุกคนในทุกๆ ด้าน และจากการสังเกตพบว่าโรงเรียนมีสถานที่ วัสดุ อุปกรณ์ บุคลากร งบประมาณ องค์กรหรือหน่วยงานที่รับผิดชอบอย่างเพียงพอ มีการดำเนินการตามนโยบายอย่างต่อเนื่อง มีการสนับสนุนการจัดการเรียนการสอนและการส่งเสริมสุขภาพรวมทั้งการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน เพื่อให้เด็กวัยเรียนมีคุณภาพชีวิตที่ดี

สถานะภาวะโภชนาการเกินเด็กวัยเรียนในโรงเรียนกับการดำเนินการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ผลการศึกษาพบว่า ภาวะโภชนาการเกินในเด็กนักเรียนยังไม่ลดลง จากผลการสำรวจเอกสารภาวะโภชนาการเด็กวัยเรียนโรงเรียนบ้านปงสนุก ปีการศึกษา 2553 ภาคเรียนที่1 พบว่า มีเด็กวัยเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน 11.75% และภาคเรียนที่ 2 พบ 13.25% (เพิ่มขึ้น 1.50%) ปีการศึกษา 2554 ภาคเรียนที่ 1 พบ 14.25% (เพิ่มขึ้น 1%) (โรงพยาบาลลำปาง, 2554ข) ซึ่งสอดคล้องกับผลศึกษาของ จิตติวัฒน์ สุประสงค์สิน (2544) พบว่า อุบัติการณ์ของโรคอ้วนในเด็กเพิ่มขึ้นทั้งในเขตเมืองและชนบทของประเทศไทย และจากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างบุคลากรบางส่วนให้ข้อมูลว่า ภาวะโภชนาการเกินในเด็กนักเรียนยังไม่ลดลง เนื่องจากบริเวณด้านหน้าและข้างรั้วโรงเรียนยังมีร้านค้าจำหน่ายน้ำอัดลม ขนมกรุบกรอบ เพราะว่า ยังมีเด็กนักเรียนชอบไปซื้อ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

อาหารและน้ำดื่มนอกบริเวณโรงเรียนมารับประทาน ไม่สามารถควบคุมได้ ผู้ปกครองตามใจเด็กในเรื่องการกิน และจากการสังเกตพบว่า บริเวณด้านหน้าและข้างรั้วโรงเรียนยังมีร้านค้าจำหน่ายน้ำอัดลม อาหาร ขนมกรุบกรอบ จำนวนมากกว่า 10 ร้าน ทั้งนี้การป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน จะต้องมีการดำเนินงานที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคของเด็กและสิ่งแวดล้อม จึงสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ (2551) พบว่าเกิดจากพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่เหมาะสม ส่วนใหญ่มาจากสิ่งแวดล้อมต่างๆรอบตัวเด็ก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved