

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากการศึกษาภาวะสุขภาพของนักเรียนทั่วทุกภาคของประเทศไทย ในปีการศึกษา 2533-2534 พบว่า ปัญหาโภชนาการยังคงเป็นปัญหาสำคัญของเด็กในระดับประถมศึกษา โดยพบนักเรียนมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุ มีค่าร้อยละสูงกว่าปัญหาอื่น คือ นักเรียนมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุร้อยละ 14.6 หัวัดร้อยละ 11.3 และเหารร้อยละ 8.9 เป็นต้น (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2534) นอกจากนี้การสำรวจภาวะการเจริญเติบโตของนักเรียนระดับประถมศึกษาของจังหวัดพิษณุโลก เดือนกรกฎาคม 2537 สำนารวณักเรียนทั้งหมด 88,961 คน พบนักเรียนมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุ 14,487 คน คิดเป็นร้อยละ 16.3 เมื่อแบ่งตามช่วงอายุพบว่า นักเรียนอายุ 5-6 ปี จำนวน 15,447 คนมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุจำนวน 2,384 คน คิดเป็นร้อยละ 17.8 นักเรียนอายุ 7-9 ปี จำนวน 37,354 คน มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุ จำนวน 6,447 คน คิดเป็นร้อยละ 17.3 นักเรียนอายุ 10-12 ปี จำนวน 33,538 คน มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุ 5,107 คน คิดเป็นร้อยละ 15.2 นักเรียนอายุ 13-14 ปี จำนวน 2,622 คน มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุ จำนวน 549 คน คิดเป็นร้อยละ 20.9 (งานอนามัยโรงเรียนสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพิษณุโลก, 2537)

จากข้อมูลดังกล่าวจะพบว่าค่าร้อยละของนักเรียนที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุ มีค่าร้อยละสูงกว่าเมื่อเทียบกับเกณฑ์ของแผนงานกอง โภชนาการ แผนพัฒนาการสาธารณสุขแห่งชาติตามแผนพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 7 พ.ศ. 2535-2539 (คณะกรรมการวางแผนพัฒนาสาธารณสุข, 2535) ซึ่งกำหนดเป้าหมายเพื่อลดอัตราการพบนักเรียนอายุ 5-14 ปี มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุไม่เกินร้อยละ 7.0 จากการศึกษาของกุหลาบ (2529) พบว่า สาเหตุประการหนึ่งของการที่นักเรียนมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุ คือ นักเรียนมีบริโภคนิสัยที่ไม่ถูกต้อง ได้แก่การรับประทานอาหารที่ไม่มีประโยชน์ เช่น ทอफी การรับประทานอาหารบางชนิดที่ชอบ การงดรับประทานอาหารที่มีประโยชน์บางชนิด ซึ่งสอดคล้องกับสัทธลักษณ์และกฤตยา (2531) ที่กล่าวถึงบริโภคนิสัยที่ไม่เหมาะสมของ เด็ก ได้แก่ ความชอบรับประทานขนม การไม่รับประทาน

ผักสดและความชอบรับประทานทอดที่และดื่มน้ำอัดลม ซึ่ง ไกรสิทธิ์และพัชนี (2527) ได้กล่าวว่า บริโภคนิสัยที่ไม่เหมาะสมได้แก่ การรับประทานขนมหวานและทอดที่ การดื่มน้ำหวานและน้ำอัดลม การรับประทานอาหารไม่ครบ 3 มื้อ เช่น ไม่ได้รับประทานอาหารมื้อเช้าและ/หรือมื้อกลางวัน (คุชณี, 2531 ; ภา, 2531 ; ภารดีและเพ็ญศรี, 2527 และ วลัย, 2530)

จากการสำรวจภาวะการเจริญเติบโตของนักเรียนของจังหวัดพิษณุโลกดังกล่าวข้างต้นพบว่าช่วงอายุ 13-14 ปี เป็นช่วงอายุที่ค่าร้อยละของนักเรียนมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุมากที่สุด เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 และเป็นช่วงอายุก่อนวัยรุ่น (Pre-adolescent) ที่มีการเจริญเติบโตทางร่างกายอย่างมาก เป็นวัยที่ร่างกายต้องการพลังงานและสารอาหารต่อน้ำหนักตัวค่อนข้างสูงเพื่อเตรียมตัวเข้าสู่วัยรุ่น สำหรับพัฒนาการด้านจิตใจและสังคมของเด็กวัยนี้ตามทฤษฎีของอีริคสันซึ่งศรีเรือน (2531) อธิบายว่าเป็นระยะที่เด็กเริ่มจะมีการค้นหาความเป็นตัวของตัวเองอย่างจริงจัง เพื่อเป็นการวางรากฐานลักษณะบุคลิกภาพเฉพาะตัวต่อไปในอนาคต ดังนั้นวัยนี้จึงเป็นช่วงอายุที่มีความสำคัญที่จะปลูกฝังลักษณะนิสัยส่วนตัวเพื่อวางรากฐานบุคลิกภาพและนิสัยในอนาคต โดยเฉพาะอย่างยิ่งนิสัยในการรับประทานอาหาร เพราะเชื่อว่าการปลูกฝังบริโภคนิสัยที่ถูกต้องจะเป็นการวางรากฐานที่ดีและปลูกฝังทัศนคติต่อการบริโภค ซึ่งมีความสำคัญต่อการตัดสินใจเลือกรับประทานอาหารที่จะส่งผลต่อการมีวิถีชีวิตที่ถูกต้อง ช่วยให้มีความสุขภาคีต่อไปตลอดชีวิต

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะสำรวจบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ของโรงเรียนในสังกัดเทศบาลเมืองพิษณุโลก กระทรวงมหาดไทย ซึ่งพบว่านักเรียนมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุสูงเป็น 3 อันดับแรกของโรงเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก เพื่อเป็นพื้นฐานในการศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างบริโภคนิสัยและภาวะโภชนาการ และหาแนวทางการแก้ไขภาวะทุพโภชนาการในนักเรียนต่อไป

1.2 กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก โดยนำแนวคิดบริโภคนิสัยแบบหลายมิติ (Multidimensional code) ของ Sanjur (1982) มาเป็นแนวคิดพื้นฐานในการศึกษาบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6

Sanjur อธิบายว่าบริโภคนิสัยเป็นแบบแผนของการรับประทานอาหาร (Dietary patterns) ที่เป็นตัวกำหนดปริมาณสารอาหารที่ได้รับ โดยกล่าวถึงพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการรับประทานอาหารไว้ 3 มิติ ที่มีความเกี่ยวข้องซึ่งกันและกันคือการบริโภคอาหาร ความชอบอาหาร และความเชื่อเกี่ยวกับอาหาร

การบริโภคอาหาร เป็นพฤติกรรมการรับประทานอาหารของนักเรียนที่เกี่ยวกับความถี่ของการรับประทานอาหารชนิดต่าง ๆ ใน 1 สัปดาห์ การบริโภคอาหารจะมีความเกี่ยวข้องกับปริมาณของอาหารที่มีในท้องถื่น ความชอบอาหารของบุคคลและความเชื่อเกี่ยวกับอาหาร ชนิดอาหารครอบคลุม 6 หมวด ได้แก่ หมวดเนื้อสัตว์ ไข่ นม ถั่วเมล็ด และผลิตภัณฑ์ หมวดข้าว แป้ง น้ำตาล เผือก มัน และผลิตภัณฑ์ หมวดผักใบเขียวและผักชนิดต่าง ๆ หมวดผลไม้ต่าง ๆ หมวดไขมันจากสัตว์และพืช และหมวดเครื่องดื่มอื่น ๆ

ความชอบอาหาร เป็นความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อชนิดอาหารซึ่งมี 2 ลักษณะคือ ชอบหรือไม่ชอบ และสามารถบอกได้ถึงเหตุผลที่ความรู้สึกดังกล่าว เช่น รส สี กลิ่น ความง่ายในกรรับประทานและอื่น ๆ ซึ่งความรู้สึกที่มีต่ออาหารชนิดต่าง ๆ จะสนับสนุนต่อการบริโภคอาหารชนิดนั้นด้วย

ความเชื่อเกี่ยวกับอาหาร เป็นความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับเหตุผลที่รับประทานหรือไม่รับประทานอาหารชนิดต่าง ๆ ซึ่งความคิดเห็นดังกล่าวได้รับการถ่ายทอดมาจากบิดา มารดา หรือผู้ใหญ่ อาจมีเหตุผลหรือไม่มีเหตุผลตามหลักการแพทย์ แต่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในการเลือกรับประทานอาหารชนิดนั้น ๆ ความคิดเห็นมี 2 ลักษณะคือเชื่อหรือไม่เชื่อ และเหตุผลมี 2 ลักษณะคือ 1) รับประทานแล้วเกิดประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น ทำให้ร่างกายเจริญเติบโตและซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ บำรุงเลือดหรือสร้างเลือด รักษาโรค ป้องกันพิษ ตาหวาน ผิวสวย 2) รับประทานแล้วเกิดผลเสียต่อสุขภาพ เช่น ทำให้การเจ็บป่วยเป็นมากขึ้น เกิดโรคและอาการต่างๆ ได้แก่ บวม ไล่ตั้งอักเสบ โรคเรื้อน เลือดกำเดาออก เป็นชา ไอ ชัก แผลอักเสบ ผมหงอก สายตาสั้น ตาเป็นเกล็ด และกลิ่นตัวแรง ความคิดเห็นดังกล่าวครอบคลุมอาหาร 5 หมวด ได้แก่ หมวดเนื้อสัตว์ ไข่ นม ถั่วเมล็ดและผลิตภัณฑ์ หมวดข้าว แป้ง น้ำตาล เผือก มันและผลิตภัณฑ์ หมวดผักใบเขียวและผักชนิดต่าง ๆ หมวดผลไม้ต่าง ๆ หมวดไขมันจากสัตว์และพืช

1.3 วัตถุประสงค์ในการวิจัย

เพื่อศึกษาบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

1.4 ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ศึกษาเฉพาะโรงเรียนวัดน้อย โรงเรียนวัดคูหาสวรรค์ และโรงเรียนวัดท่ามะปราง ซึ่งเป็นโรงเรียนในสังกัดเทศบาลเมืองพิษณุโลก กระทรวงมหาดไทย และเป็นโรงเรียนที่นักเรียนมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์อายุสูงเป็น 3 อันดับแรกของโรงเรียนระดับประถมศึกษาในเขตอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก การเก็บข้อมูลเก็บในช่วงเดือนมิถุนายนถึงสิงหาคม 2537

1.5 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

บริโภคนิสัย หมายถึง พฤติกรรมที่เกี่ยวกับการรับประทานอาหารของนักเรียนซึ่งประกอบด้วย การบริโภคอาหาร ความชอบอาหาร และความเชื่อเกี่ยวกับอาหาร สามารถวัดได้โดยใช้แบบสัมภาษณ์และการบันทึกรายการอาหารที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

การบริโภคอาหาร หมายถึง พฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เกี่ยวกับชนิดอาหาร และความถี่ของการรับประทานอาหารชนิดต่าง ๆ โดยให้นักเรียนบันทึกรายการอาหารที่รับประทานใน 1 สัปดาห์ แล้วนำผลจากการบันทึกมาประเมินชนิดอาหารและความถี่ของการรับประทานอาหารตามแบบวัดความถี่ของการรับประทานอาหารที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากของ Sanjur ชนิดอาหาร มี 6 หมวด ได้แก่ หมวดเนื้อสัตว์ ไข่ เนย ถั่ว เมล็ดและผลิตภัณฑ์ หมวดข้าว แป้ง น้ำตาล ผัก ผลไม้ และผลิตภัณฑ์ หมวดผักใบเขียวและผักชนิดต่าง ๆ หมวดผลไม้ต่าง ๆ หมวดไขมันจากสัตว์และพืช และหมวดเครื่องดื่มอื่น ๆ

ความชอบอาหาร หมายถึง การบอกถึงความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่ออาหารชนิดต่าง ๆ โดยบอกอย่างใดอย่างหนึ่งใน 2 ลักษณะ คือ ชอบหรือไม่ชอบ และบอกเหตุผลที่ชอบหรือไม่ชอบอาหารชนิดนั้น ๆ ได้แก่ รส สี กลิ่น ความง่ายในการรับประทาน และอื่น ๆ ชนิดอาหารมี 6 หมวด ได้แก่ หมวดเนื้อสัตว์ ไข่ เนย ถั่ว เมล็ดและผลิตภัณฑ์ หมวดข้าว แป้ง น้ำตาล ผัก ผลไม้ และผลิตภัณฑ์ หมวดผักใบเขียวและผักชนิดต่าง ๆ หมวดผลไม้ต่าง ๆ หมวดไขมันจากสัตว์

และพืช และหมวดเครื่องดื่มอื่น ๆ

ความเชื่อเกี่ยวกับอาหาร หมายถึง การบอกถึงความคิดเห็นที่มีต่อการรับประทานอาหารชนิดต่าง ๆ ตามความเข้าใจของนักเรียน ซึ่งได้รับการถ่ายทอดต่อ ๆ กันมา อาจมีหรือไม่มีเหตุผลตามหลักการแพทย์ แต่มีแนวโน้มทำให้ประพฤติดตามความคิดเห็นนั้น โดยบอกอย่างใดอย่างหนึ่งใน 2 ลักษณะ คือ เชื่อ หรือไม่เชื่อ การรับประทานอาหารชนิดต่าง ๆ มีผลต่อร่างกาย 2 ลักษณะ คือ 1) เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น ทำให้ร่างกายเจริญเติบโต และซ่อมแซมส่วนที่สึกหรบ บำรุงเลือดหรือสร้างเลือด รักษาโรค ป้องกันพิษ คางหาว ผิวสวย 2) เกิดผลเสียต่อสุขภาพ เช่น ทำให้การเจ็บป่วยเป็นมากขึ้น เกิดโรคและอาการต่าง ๆ ได้แก่ บวม ไล่ตั้ง อักเสบ โรคเรื้อน เลือดกำเดาออก เป็นขาง ไอ-ชัก แผลอักเสบ ผื่นรัง สายตาสั้น ตาเป็นเกล็ด และกลิ่นตัวแรง ชนิดอาหารมี 5 หมวด คือ หมวดเนื้อสัตว์ ไช้ หม กัวเมล็ดและผลิตภัณฑ์หมวดข้าว แป้ง น้ำตาล เผือก มัน และผลิตภัณฑ์ หมวดผักใบเขียวและผักชนิดต่าง ๆ หมวดผลไม้ต่าง ๆ และหมวดไขมันจากสัตว์และพืช

1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1.6.1 เป็นแนวทางในการพัฒนาบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6

1.6.2 เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับบริโภคนิสัยของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในประเด็นอื่น ๆ และนักเรียนชั้นอื่น ๆ ต่อไป