Research article

Household Food Security During COVID-19 Pandemic in Bangkok

Chonlada Piromkraipak[1], Patcharanee Pavadhgul[1], Rewadee Chongsuwat[1]*

[1] *Faculty of Public Health, Mahidol University, Bangkok, Thailand*

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has severely disrupted urban economic systems, exacerbating household food insecurity. This study aims to investigate food security levels, selection behaviors, and associated factors among households in Bangkok. This cross-sectional study surveyed 424 households in Phaya Thai, Bang Khae, and Don Mueang districts (June–August 2025). Food security was assessed using the 18-item HFSSM. Data were analyzed using descriptive statistics and Multiple Linear Regression. Most households (56.13%) experienced moderate food insecurity (Mean = 4.46, SD = 1.38). Diverse food sourcing was positively associated with food security ($\beta = 0.162$, $p < 0.001$). Conversely, prioritizing nutritional value was significantly negatively correlated with food security ($\beta = -0.522$, $p < 0.001$), suggesting that maintaining high dietary standards imposes a substantial financial burden during crises. Households were forced into "Nutritional Trade-offs," compromising food quality to maintain quantity. Government interventions should focus on price controls and enhancing the affordability of nutritious food for vulnerable urban populations.

Key words: Household food security, Food selection behavior, COVID-19, Bangkok

Received: 6 March 2026 Accepted: 7 May 2026 Available online: 15 May 2026

*Corresponding author's email: Memookchon@gmail.com

บทความวิจัย

ความมั่นคงทางอาหารระดับครัวเรือนในช่วงการระบาดของโรคโควิด 19 ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร

ชลดา ภิรมย์ไกรภักดิ์,[1], พัชราณี ภวัตกุล[1], เรวดี จงสุวัฒน์[1*]

[1] คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล กรุงเทพ ฯ

บทคัดย่อ

วิกฤตโควิด-19 ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจครัวเรือนในเขตเมืองอย่างรุนแรง โดยเฉพาะความมั่นคงทางอาหารที่เปราะบางต่อความผันผวนของรายได้ การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความมั่นคงทางอาหาร พฤติกรรมการเลือกอาหาร และปัจจัยที่เกี่ยวข้องของครัวเรือนในกรุงเทพมหานคร การศึกษาเชิงสำรวจแบบภาคตัดขวางในกลุ่มตัวอย่าง 424 ครัวเรือน ในพื้นที่เขตพญาไท บางแค และดอนเมือง เก็บข้อมูลผ่านแบบสอบถามออนไลน์ (มิถุนายน-สิงหาคม 2568) ประเมินความมั่นคงทางอาหารด้วยเครื่องมือ HFSSM (18 ข้อ) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและการถดถอยพหุคูณ (Multiple Linear Regression) ผลการศึกษาพบว่าครัวเรือนร้อยละ 56.13 ประสบภาวะความมั่นคงทางอาหารระดับปานกลาง (Mean = 4.46, SD = 1.38) สะท้อนความกังวลต่อการเข้าถึงอาหาร ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อความมั่นคงทางอาหารคือพฤติกรรมการจัดหาอาหารจากแหล่งที่หลากหลาย ($\beta = 0.162$, $p < 0.001$) ในขณะที่การให้ความสำคัญกับคุณค่าทางโภชนาการมีความสัมพันธ์เชิงลบอย่างมีนัยสำคัญ ($\beta = -0.522$, $p < 0.001$) ชี้ให้เห็นว่ามาตรฐานอาหารคุณภาพสูงกลายเป็นภาระทางการเงินในภาวะวิกฤต **บทสรุป** ครัวเรือนต้องเผชิญภาวะจำยอมทางโภชนาการ (Nutritional Trade-offs) โดยลดคุณภาพอาหารเพื่อรักษาปริมาณให้อิ่มท้อง ภาครัฐควรมีนโยบายควบคุมราคาสินค้าและสนับสนุนการเข้าถึงอาหารปลอดภัยในราคาที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มเป้าหมายที่เปราะบาง

คำสำคัญ: ความมั่นคงทางอาหารระดับครัวเรือน, พฤติกรรมการเลือกอาหาร, โควิด-19, กรุงเทพมหานคร

*Corresponding author's email: Memookchon@gmail.com

บทนำ

อาหารเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีความสำคัญสูงสุดต่อการดำรงชีวิต โดยความมั่นคงทางอาหาร (Food Security) มิได้จำกัดเพียงแค่การมีอาหารบริโภค แต่หมายถึงสภาวะที่ประชากรทุกคนสามารถเข้าถึงอาหารที่มีความปลอดภัย มีคุณค่าทางโภชนาการ และมีปริมาณที่เพียงพอต่อความต้องการอย่างต่อเนื่อง อย่างไรก็ตาม วิกฤตการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 ได้กลายเป็นตัวเร่งปฏิกิริยาที่เผยให้เห็นถึงความเปราะบางของระบบอาหารในเขตเมือง โดยมาตรการจำกัดการเดินทาง (Lockdown) ส่งผลโดยตรงต่อห่วงโซ่อุปทานอาหารและการกระจายสินค้า ทำให้อัตราการว่างงานสูงขึ้นและรายได้ครัวเรือนลดลงอย่างฉับพลัน ในขณะที่ดัชนีราคาสินค้าอุปโภคบริโภคปรับตัวสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง

กรุงเทพมหานครในฐานะศูนย์กลางทางเศรษฐกิจ มีโครงสร้างสังคมที่พึ่งพาระบบตลาดในการจัดหาอาหารเป็นหลัก เมื่อเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจจึงส่งผลกระทบโดยตรงต่อความสามารถในการเข้าถึงอาหาร (Food Access)[1,2] โดยเฉพาะในกลุ่มครัวเรือนที่มีรายได้น้อยซึ่งมักประสบสภาวะ "ความไม่มั่นคงทางอาหารแฝง" (Hidden Hunger) หรือการบริโภคอาหารที่เน้นเพียงการให้อิ่มท้องแต่ขาดคุณค่าทางโภชนาการที่เหมาะสม สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาซึ่งพบว่าครัวเรือนจำนวนมากต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลือกอาหาร (Food Selection Behavior) โดยหันมาเลือกซื้ออาหารที่มีราคาถูกลง ลดคุณภาพของวัตถุดิบ หรือลดจำนวนมื้ออาหารเพื่อความอยู่รอดภายใต้ข้อจำกัดด้านงบประมาณ[3,4]

นอกจากนี้ การศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่กำหนดความมั่นคงทางอาหารในบริบทของเมืองใหญ่ยังพบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระหว่างปัจจัยทางเศรษฐสังคม เช่น ระดับการศึกษาของหัวหน้าครัวเรือน ภาระพึ่งพิงภายในครอบครัว และระดับรายได้ กับความสามารถในการจัดการอาหารในภาวะวิกฤต อย่างไรก็ตาม ข้อมูลเชิงประจักษ์ที่วิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงโครงสร้างระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล พฤติกรรมการเลือกซื้อ และระดับความมั่นคงทางอาหารเฉพาะพื้นที่กรุงเทพมหานครนั้นยังมีอยู่อย่างจำกัด

ด้วยเหตุนี้ การวิจัยฉบับนี้จึงมุ่งสร้างฐานข้อมูลเชิงวิชาการเพื่อทำความเข้าใจกลไกการปรับตัวและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความมั่นคงทางอาหารของประชากรในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อนำไปสู่การเสนอแนะเชิงนโยบายที่ตรงจุดและมีประสิทธิภาพ โดยมีวัตถุประสงค์หลักคือ 1) เพื่อศึกษาระดับความมั่นคงทางอาหารระดับครัวเรือน 2) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเลือกอาหารและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง และ 3) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล พฤติกรรมการเลือกอาหาร และระดับความมั่นคงทางอาหารของครัวเรือนในพื้นที่กรุงเทพมหานคร

นิยามศัพท์

1. ความมั่นคงทางอาหารในระดับครัวเรือน หมายถึง การที่บุคคลในครอบครัว ที่อาจมีความสัมพันธ์กันทางสายเลือด หรือไม่มีก็ตาม ซึ่งอาศัยอยู่ภายในบ้านหลังเดียวกัน มีความสามารถในการเข้าถึงอาหารที่มีความปลอดภัย มีคุณค่าทางโภชนาการเหมาะสมตามความต้องการตามวัยได้อย่างเพียงพอ เพื่อการมีสุขภาวะที่ดีโดยแบ่งระดับความมั่นคงทางด้านอาหารเป็น 4 ระดับ คือ ความมั่นคงทางอาหารสูงมาก ความมั่นคงทางอาหารปานกลาง ความมั่นคงทางอาหารในระดับต่ำ และความมั่นคงทางอาหารต่ำมาก

2. ปัจจัยส่วนบุคคล หมายถึง ปัจจัยต่าง ๆ ที่เป็นหลักเกณฑ์บ่งบอกถึงลักษณะของประชากรที่อยู่ในตัวบุคคลนั้น ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ ระดับรายได้ ขนาดครอบตรัว

3. พฤติกรรมการเลือกอาหาร หมายถึง ประสบการณ์ในการเลือกสินค้าหรือพฤติกรรมการตัดสินใจซื้อสินค้าของบุคคล เพื่อตอบสนองความต้องการ ความพึงพอใจของตนเอง ซึ่งในงานวิจัยนี้ศึกษาเกี่ยวกับ ความถี่ของการเลือกอาหารประเภทต่าง ๆ (ประกอบอาหารเพื่อรับประทานเอง เลือก

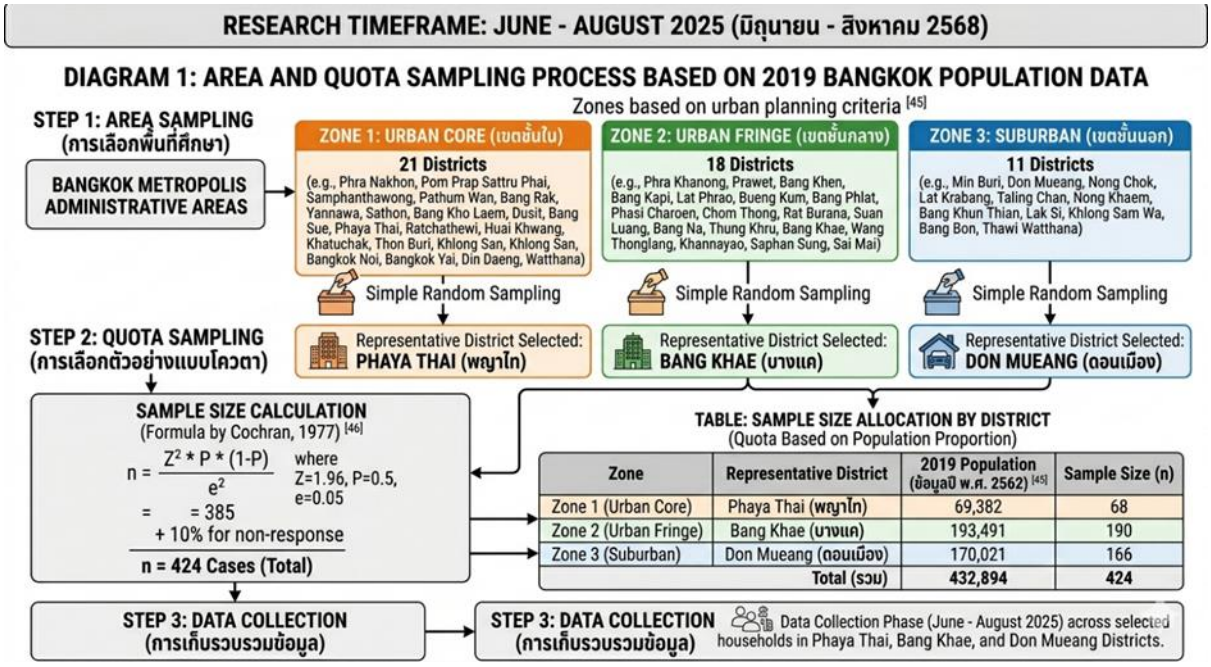
อาหารพร้อมรับประทาน/อาหารสำเร็จรูป และเลือกอาหารพร้อมปรุง/กึ่งสำเร็จรูป) ความถี่ของพฤติกรรมการเลือกซื้ออาหาร (เลือกซื้ออาหารโดยการออกไปใช้จ่ายเลือกซื้อเอง สั่งอาหารผ่านช่องทางออนไลน์ หรือ ใช้บริการจัดส่ง) และความถี่ในการจัดหาอาหารจากแหล่งต่าง ๆ/สัปดาห์ (เลือกอาหารจากตลาดสด เลือกอาหารจากซูปเปอร์มาร์เก็ต/ห้างสรรพสินค้า/ร้านสะดวกซื้อ เลือกอาหารจากร้านอาหาร และการผลิตอาหารเพื่อรับประทานเอง (ปลูกพืช เลี้ยงสัตว์)

4. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกอาหาร หมายถึง สาเหตุ สิ่งกระตุ้น หรือแรงจูงใจ ที่ส่งผลให้เกิดการพฤติกรรมการเลือกอาหาร โดยในงานวิจัยนี้จะศึกษาปัจจัยด้านความสะอาด ปลอดภัย ราคาอาหาร ความประหยัด/คุ้มค่า คุณค่าทางโภชนาการ (สารอาหาร) รสชาติอาหาร/ความพึงพอใจ ความสะดวกในการบริโภค (อาหารแช่แข็ง/อาหารกึ่ง/สำเร็จรูป/อาหารพร้อมรับประทาน) และการคาดคะเนราคาของ อาหารในอนาคต ปริมาณอาหารในตลาด (สินค้าที่มีแนวโน้มจะมีราคาสูงขึ้นหรือมีแนวโน้มจะมีไม่เพียงพอต่อความต้องการใน อนาคต)

5. ภาวะที่มีการระบาดของโรค COVID-19 ในประเทศไทย หมายถึง ในงานวิจัยนี้ทำการศึกษาข้อมูลที่เกิดขึ้นในช่วงระยะเวลาที่มีการแพร่กระจายของเชื้อ novel coronavirus 2019, 2019-nCoV ซึ่งโรคสามารถก่อให้เกิดอาการป่วยจนถึงเสียชีวิต มีการติดต่อระหว่างคนสู่คน ในประเทศไทย นับตั้งแต่วันที่ 13 มกราคม พ.ศ. 2563 ซึ่งมีการยืนยันการติดเชื้อรายแรก และนับต่อจากนั้นเป็นระยะเวลา 12 เดือน

วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงสำรวจแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional study) ดำเนินการเก็บข้อมูลในช่วงเดือน มิถุนายน - สิงหาคม พ.ศ. 2568 โดยประชากรเป้าหมายคือประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร และเป็นผู้ที่มีส่วนร่วมหลักในการตัดสินใจเลือกซื้อหรือจัดหาอาหารเข้าสู่ครัวเรือน คำนวณขนาดตัวอย่างตามสูตรของ Cochran (1977)[7] ได้จำนวน 424 ราย ราย ใช้วิธีสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage sampling) แบ่งเป็น 3 โซน ได้แก่ ชั้นใน (พญาไท) ชั้นกลาง (บางแค) และชั้นนอก (ดอนเมือง) เพื่อสะท้อนความหลากหลายทางเศรษฐกิจ แสดงดัง**ภาพที่ 1**



ภาพที่ 1 แสดงขั้นตอนและวิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือชุดแบบสอบถามการประเมินความมั่นคงทางอาหารที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม แบ่งออกเป็น 4 ส่วนหลัก คือ ส่วนที่หนึ่งข้อมูลลักษณะทางประชากรและเศรษฐกิจสังคม ส่วนที่สองคือแบบประเมินความมั่นคงทางอาหารระดับครัวเรือน จำนวน 18 ข้อ (U.S. Household Food Security Survey Module: HFSSM) ซึ่งครอบคลุมทั้งประเด็นความวิตกกังวลเรื่องอาหาร การลดคุณภาพอาหารและการอดอาหารเนื่องจากปัจจัยทางเศรษฐกิจ แบ่งเป็นคำถามสำหรับผู้ใหญ่ 10 ข้อ และคำถามเกี่ยวกับเด็กในครัวเรือน 8 ข้อ (ถ้าไม่มีเด็กจะตอบเพียง 10 ข้อแรก) ตัวอย่างคำถาม "ในรอบ 12 เดือนที่ผ่านมา คุณหรือคนในครอบครัวเคยตัดงบประมาณค่าอาหารหรือลดปริมาณอาหารลงเนื่องจากไม่มีเงินเพียงพอหรือไม่" ส่วนที่สาม คือ แบบสอบถามพฤติกรรมการเลือกอาหารในด้านแหล่งที่มาและความถี่ และส่วนสุดท้ายคือปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกอาหารโดยใช้มาตรวัดแบบ Likert scale 5 ระดับ

แบบสอบถามผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน และคัดเลือกเฉพาะข้อคำถามที่มีค่า IOC (Index of Item-Objective Congruence) ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป และผ่านการตรวจคุณภาพ (S-CVI หรือ Scale-level Content Validity Index = 0.97, Cronbach's Alpha = 0.97) ซึ่งประยุกต์มาจากกรอบแนวคิดการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร[5]

เกณฑ์การแปลผลของแบบสอบถามประเมินจากผลคะแนน ดังนี้ 1 คะแนนสำหรับคำตอบที่แสดงถึงภาวะไม่มั่นคง (เช่น ใช่/บ่อยครั้ง/บางครั้ง) และ 0 คะแนนสำหรับคำตอบที่แสดงว่าไม่มีปัญหา โดยระดับคะแนนที่ได้สามารถแปลผลความมั่นคงทางอาหารได้ ดังนี้

1) ความมั่นคงทางอาหารระดับสูงมาก (0-2 คะแนน) หมายถึง เข้าถึงอาหารได้ปกติ
2) ความมั่นคงทางอาหารระดับปานกลาง (3-7 คะแนน) หมายถึง กังวลเรื่องอาหารแต่ยังไม่จำเป็นต้องลดปริมาณ
3) ความมั่นคงทางอาหารระดับต่ำ (8-12 คะแนน) หมายถึง จำเป็นต้องลดคุณภาพและความหลากหลาย
4) ความมั่นคงทางอาหารระดับต่ำมาก (13-18 คะแนน) หมายถึง จำเป็นต้องลดปริมาณอาหารและเผชิญภาวะหิวโหย

หมายเหตุ ใช้วิธีการบันทึกคะแนนดิบ (Raw Score 0-18) โดยคะแนนความมั่นคงทางอาหาร (Food Security Score) ได้จากการสลับค่าคะแนนดิบ (Reverse coding) โดยคะแนนที่สูงขึ้นหมายถึงความมั่นคงทางอาหารที่เพิ่มขึ้น

การวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนาประกอบด้วยความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ใช้สถิติการถดถอยพหุคูณ (Multiple Linear Regression Analysis) โดยใช้ Adjusted Model ควบคุมปัจจัยด้านอายุ ระดับการศึกษา และรายได้ เพื่อลดอิทธิพลของปัจจัยกวน (Confounders) รายงานผลด้วยค่า *p*-value และ 95% CI พร้อมตรวจสอบ Multicollinearity (Tolerance, VIF) ไม่พบปัญหาภาวะพหุสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ (Multicollinearity) โดยมีค่า VIF อยู่ระหว่าง [1.078 - 1.553] ซึ่งไม่เกินเกณฑ์ 10

ในด้านจริยธรรมการวิจัย โครงการนี้ได้รับการพิจารณารับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยมหิดล (COA No. MUPH 2022-092) โดยผู้เข้าร่วมวิจัยจะได้รับคำชี้แจงเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ สิทธิในการเข้าร่วมหรือถอนตัว และการเก็บรักษาความลับของข้อมูลก่อนการทำแบบสอบถามทุกครั้ง ข้อมูลจะถูกนำเสนอในภาพรวมเพื่อใช้ประโยชน์ทางวิชาการเท่านั้น

ผลการวิจัยและการวิจารณ์ผล

จากการศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง 424 ราย พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 68.40) มีอายุเฉลี่ย 34.5 ปี สถานภาพสมรสเป็นโสดร้อยละ 55.66 และมีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรีร้อยละ 70.28 จากการเก็บข้อมูลพบดัชนีชี้วัดความเปราะบางทางเศรษฐกิจที่สำคัญ โดยเฉพาะการมีรายได้ไม่เพียงพอต่อรายจ่ายถึงร้อยละ 74.06 ซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มี

ความสัมพันธ์กับการเข้าถึงอาหาร แสดงดัง**ตารางที่ 1 และ 2**

1. ระดับความมั่นคงทางอาหาร

ในการวิจัยนี้ ประเมินความมั่นคงทางอาหารด้วยแบบสอบถาม HFSSM (18 ข้อ) โดยใช้เกณฑ์คะแนนดิบ 0-18 คะแนน ซึ่งมีหลักการแปลผลคือ ค่าคะแนนที่สูงขึ้นสะท้อนถึงระดับความมั่นคงทางอาหารที่ลดลง โดย คะแนนความมั่นคงทางอาหาร (Food Security Score) ได้จากการสลับค่าคะแนนดิบ (Reverse coding) โดยคะแนนที่สูงขึ้นหมายถึงความมั่นคงทางอาหารที่เพิ่มขึ้น ผลการศึกษาพบว่าครัวเรือนร้อยละ 56.13 มีความมั่นคงทางอาหารระดับต่ำ (Mean = 4.46, SD = 1.38) ซึ่งสะท้อนการเกิดภาวะที่ครัวเรือนจำยอมต้องลดคุณภาพอาหารลงเพื่อความอยู่รอด แสดงดัง**ตารางที่ 3**

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ลักษณะข้อมูล	จำนวน (n=424)	ร้อยละ
อาชีพ		
มีรายได้แน่นอน	151	35.61
รายได้ไม่แน่นอน	237	55.9
ไม่มีรายได้	36	8.49
รายได้		
รายได้ไม่เพียงพอในแต่ละเดือน/มีหนี้สิน	314	74.06
มีเงินพอใช้จ่ายในแต่ละเดือน และอาจมีเหลือเก็บ	110	25.94

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างดัชนีความเปราะบางและความมั่นคงทางอาหาร

ปัจจัยส่วนบุคคล	ความมั่นคงทางอาหาร (ร้อยละ)				*p*
	สูงมาก	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก	
อาชีพ					
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ/พนักงานประจำ (มีรายได้แน่นอน)	41.90	50.00	26.90	14.30	<0.001
ธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย/รับจ้าง (รายได้ไม่แน่นอน)	23.30	47.80	66.40	57.10	
นักเรียน/นักศึกษา (ไม่มีรายได้)	34.90	2.20	6.70	28.60	
รายได้					
รายได้ไม่เพียงพอในแต่ละเดือน/มีหนี้สิน	39.50	65.40	92.00	85.70	<0.001
มีเงินพอใช้จ่ายและหรือมีเงินเก็บในแต่ละเดือน	60.50	34.60	8.00	14.30	

ตารางที่ 3 ระดับความมั่นคงทางอาหารของกลุ่มตัวอย่าง (n=424)

ระดับความมั่นคงทางอาหาร	จำนวน	ร้อยละ
ความมั่นคงทางอาหารสูงมาก	43	10.14
ความมั่นคงทางอาหารระดับปานกลาง	136	32.08
ความมั่นคงทางอาหารระดับต่ำ	238	56.13
ความมั่นคงทางอาหารระดับต่ำมาก	7	1.65

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความมั่นคงทางอาหาร (Regression Analysis)

จากการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อหาปัจจัยพยากรณ์คะแนนความมั่นคงทางอาหาร (Food Security Score) โดยควบคุมปัจจัยกวนใน Adjusted Model พบตัวแปรที่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังแสดงใน **ตารางที่ 4**

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยพยากรณ์คะแนนความมั่นคงทางอาหาร (Adjusted Model)

ตัวแปร	β	95%CI
พฤติกรรมการจัดหาอาหารจากแหล่งที่หลากหลาย	0.162	[0.08, 0.24]
พฤติกรรมการเลือกซื้ออาหาร	-0.184	[-0.26, -0.11]
การให้ความสำคัญกับคุณค่าทางโภชนาการ	-0.522	[-0.61, -0.42]
การให้ความสำคัญกับความสะอาดและปลอดภัย	-0.234	[-0.32, -0.15]
R = 0.684, R^2 = 0.467, Adj. R^2 = *0.456*, F = 40.05, *p of F* = <0.001		

หมายเหตุ:

1. กลยุทธ์การปรับตัวเชิงบวก (Effective Coping Strategy) พฤติกรรมการจัดหาอาหารจากแหล่งที่หลากหลาย (β = 0.162) เป็นปัจจัยเดียวที่มีทิศทางบวกอย่างมีนัยสำคัญ สะท้อนว่าในบริบทของกรุงเทพฯ ช่วงวิกฤต ความสามารถในการแสวงหาแหล่งอาหารที่แตกต่างกัน (เช่น ตลาดสด รถพุ่มพวง การช่วยเหลือจากชุมชน หรือช่องทางออนไลน์) ช่วยเพิ่มโอกาสการเข้าถึงอาหาร (Food Access) และเป็นกลไกสำคัญในการประคับประคองความมั่นคงทางอาหารของครัวเรือน แสดงดัง**ตารางที่ 4**
2. กับดักโภชนาการและคุณภาพ (The Quality-Stability Paradox): การให้ความสำคัญกับคุณค่าทางโภชนาการ (β = -0.522) และความสะอาดปลอดภัย (β = -0.234) มีทิศทางลบอย่างรุนแรง ชี้ให้เห็นว่าในสภาวะที่รายได้จำกัด มาตรฐานด้านโภชนาการและความสะอาดไม่ได้เป็นเพียงทางเลือกด้านสุขภาพ แต่กลับกลายเป็นภาระทางเศรษฐกิจที่บั่นทอนความสามารถในการรักษาปริมาณอาหารให้อิ่มท้อง ครัวเรือนที่พยายามรักษาคุณภาพอาหารจึงมีความเสี่ยงจะเผชิญภาวะความมั่นคงทางอาหารที่ลดลงอย่างมาก เป็นความสัมพันธ์เชิงลบในภาวะวิกฤตเท่านั้น ไม่ใช่ว่าโภชนาการไม่ดี แต่เป็นเพราะ ข้อจำกัดด้านงบประมาณในช่วงโควิดที่ทำให้การเลือกของดีกลายเป็นการเบียดบังปริมาณอาหารรวม แสดงดัง**ตารางที่ 4**
3. ภาวะจำยอมทางการเลือกซื้อ พฤติกรรมการเลือกซื้ออาหาร (β = -0.184) ที่มีทิศทางลบ สะท้อนถึงข้อจำกัดในอำนาจซื้อ ของครัวเรือนในเขตเมือง ซึ่งการมีพฤติกรรมการเลือกซื้อที่เฉพาะเจาะจงหรือการต้องพึ่งพาระบบตลาดท่ามกลางความผันผวนของราคาอาหารในช่วงการระบาด ซึ่งสัมพันธ์กับเสถียรภาพความมั่นคงทางอาหาร แสดงดัง**ตารางที่ 4**

การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ ดังนี้

1. ค่าคลาดเคลื่อนเฉลี่ยเท่ากับศูนย์ (residual Mean = 0)
2. ค่าคลาดเคลื่อนมีความแปรปรวนคงที่
3. ค่าคลาดเคลื่อนมีการแจกแจงปกติ (Kolmogorov-Smirnov, Shapiro-Wilk $p > 0.05$)
4. ค่าคลาดเคลื่อนของตัวแปรต้นเป็นอิสระต่อกัน โดยมีค่า Durbin-Watson เท่ากับ 1.524 (อยู่ในช่วงที่ยอมรับได้ 1.5 - 2.5)
5. ตัวแปรต้นเป็นอิสระต่อกัน (tolerance, VIF ใกล้ 1)

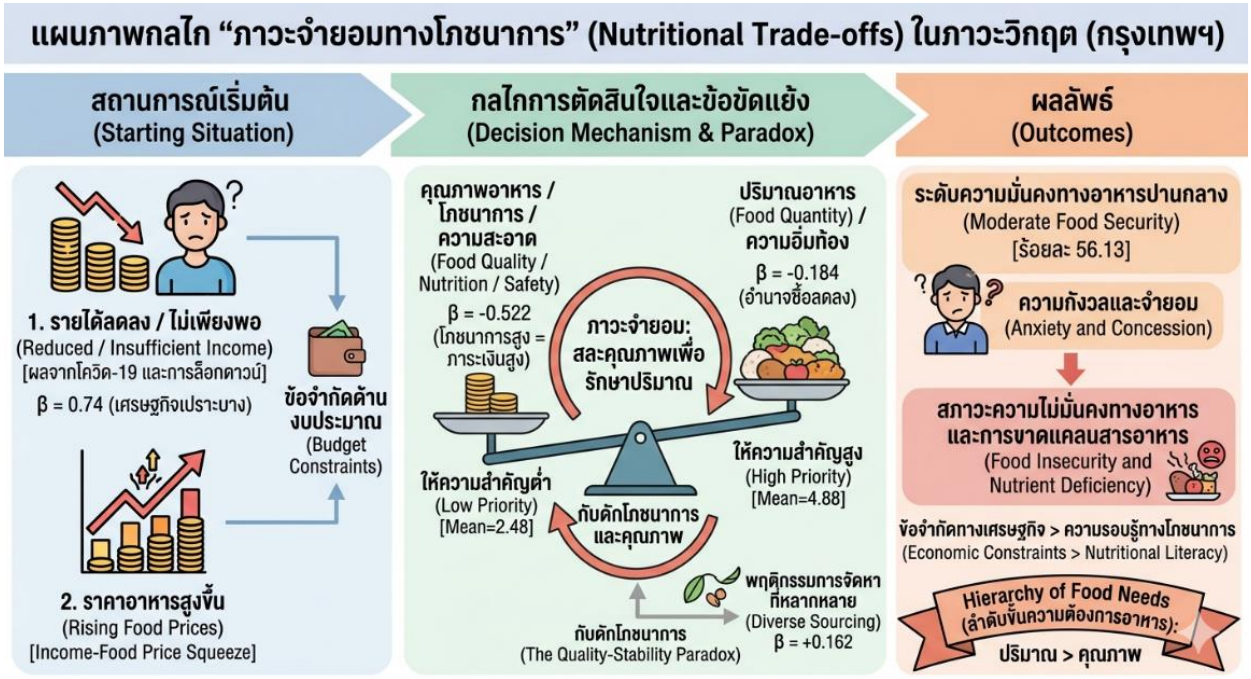
อภิปรายผล

จากการวิเคราะห์ปัจจัยพยากรณ์พหุคูณ พบประเด็นสำคัญที่สะท้อนถึงโครงสร้างทางเศรษฐกิจและพฤติกรรมการปรับตัวของครัวเรือนในกรุงเทพมหานคร ท่ามกลางวิกฤตการณ์โควิด-19 ดังนี้

1. ผลการศึกษาพบความย้อนแย้งที่สำคัญ โดยการให้ความสำคัญกับคุณค่าทางโภชนาการ มีความสัมพันธ์เชิงลบอย่างรุนแรงกับระดับความมั่นคงทางอาหาร ($\beta = -0.522$, $p < 0.001$) สอดคล้องกับคะแนนความสำคัญของปัจจัยด้านโภชนาการที่อยู่ในระดับต่ำสุด (Mean = 2.48) ในขณะที่ปัจจัยด้านราคาและความคุ้มค่ากลับสูงเป็นอันดับหนึ่ง (Mean = 4.88) ผลการศึกษาพบว่าร้อยละ 74.06 ของกลุ่มตัวอย่างเผชิญกับภาวะรายได้ไม่เพียงพอ สะท้อนว่าอาชีพในเขตเมืองมีความเปราะบางสูงต่อการหยุดชะงักทางเศรษฐกิจ เมื่อรายได้ลดลงแต่ค่าครองชีพคงที่ปรากฏการณ์นี้สะท้อนภาวะ Income-Food Price Squeeze ซึ่งในภาวะวิกฤตที่รายได้ลดลงแต่ราคาอาหารพุ่งสูงขึ้น โภชนาการที่ดีไม่ได้เป็นเพียงทางเลือกสุขภาพแต่กลายเป็น ภาระทางการเงินที่บั่นทอนเสถียรภาพของครัวเรือน[2,8] ครัวเรือนส่วนใหญ่จึงจำยอมต้องใช้กลยุทธ์ Nutritional Trade-offs โดยการสละคุณภาพของอาหารเพื่อรักษาปริมาณให้อิ่มท้อง ตามแนวคิด "Hierarchy of Food Needs" (ลำดับขั้นความต้องการอาหาร) ที่ชี้ให้เห็นว่าในภาวะวิกฤต มนุษย์จะยอมสละ "คุณภาพ" (Quality) เพื่อรักษา "ความอิ่มท้อง" (Quantity) ไว้ก่อน[1,9]

2. กลไกราคาอาหารและภาวะจำยอมทางโภชนาการ ราคาของอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงทำหน้าที่เป็นอุปสรรคเชิงโครงสร้าง ที่ขวางกั้นการเข้าถึงอาหารคุณภาพดี มีความสัมพันธ์กับครัวเรือนในเขตเมืองที่มีความเปราะบางต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปสู่การบริโภคอาหารกลุ่ม Energy-dense, Nutrient-poor foods หรืออาหารที่ให้พลังงานสูงแต่สารอาหารต่ำ[11,12] เช่น กลุ่มคาร์โบไฮเดรตราคาถูก เพื่อทดแทนกลุ่มโปรตีนคุณภาพสูงหรือผักสดที่มีราคาสูงขึ้นตามกลไกตลาด ในช่วงวิกฤต สอดคล้องกับทิศทางลบของ พฤติกรรมการเลือกซื้ออาหาร ($\beta = -0.184$) ที่ชี้ว่าอำนาจซื้อที่ลดลงมีความสัมพันธโดยตรงต่อคุณภาพอาหารอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้[4,13,14] สนับสนุนทฤษฎีที่ว่า พฤติกรรมการซื้อเปลี่ยนไปจนส่งผลเสียต่อความมั่นคงทางอาหารนั้น ไม่ใช่แค่เรื่องความชอบส่วนบุคคล แต่เป็นผลจาก สถานะทางเศรษฐกิจและชนชั้นที่บีบบังคับ[13] แสดงดัง**ภาพที่ 2**

3. กลยุทธ์การจัดหาอาหารเพื่อการอยู่รอด ความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างการแสวงหาแหล่งอาหารที่หลากหลาย ($\beta = 0.162$, $p < 0.001$) กับคะแนนความมั่นคงทางอาหาร สะท้อนถึงความพยายามของครัวเรือนในการเข้าถึงแหล่งอาหารที่แตกต่างกันสอดคล้องกับพฤติกรรมการปรับเปลี่ยนความหลากหลายทางอาหารในช่วงการระบาดในบริบทเขตเมือง[6] ความหลากหลายในที่นี้ไม่ได้หมายถึงความอุดมสมบูรณ์ของทางเลือก แต่หมายถึงความพยายามของครัวเรือนในการเสาะแสวงหาแหล่งอาหารที่ราคาถูกที่สุดหรือเข้าถึงได้ง่ายที่สุด (เช่น ตลาดสดรอบนอก รถพุ่มพวง หรือโครงการช่วยเหลือจากรัฐ)[6,15] เพื่อประคับประคองสถานะความมั่นคงทางอาหารของตนเองภายใต้ข้อจำกัดด้านงบประมาณ



ภาพที่ 2 แสดงกลไกการเกิดภาวะ Nutritional Trade-offs

เหล่านี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ TDRI (2563) ที่ระบุว่ากลุ่มแรงงานนอกระบบในเมืองเป็นกลุ่มที่สูญเสียความมั่นคงทางอาหารรวดเร็วที่สุดในช่วงล็อกดาวน์ และยังคล้ายคลึงกับการศึกษาในประเทศแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ (เช่น ฟิลิปปินส์) ที่พบว่าความมั่นคงทางอาหารไม่ได้ขึ้นอยู่กับปริมาณอาหารในตลาด แต่ขึ้นอยู่กับ "อำนาจซื้อ (Purchasing Power)" และระยะห่างจากแหล่งอาหารราคาถูก

ข้อจำกัด (Limitations) เนื่องจากเป็นการสำรวจออนไลน์ (Online Survey) อาจเกิดอุปสรรคในการเข้าไม่ถึงกลุ่มเปราะบางที่ไม่มีอินเทอร์เน็ต และการศึกษาแบบภาคตัดขวางระบุได้เพียงความสัมพันธ์เท่านั้นไม่สามารถระบุความเป็นเหตุเป็นผลได้ชัดเจน และข้อมูลถูกจัดเก็บในช่วงหลังการแพร่ระบาดของโรค COVID-19 แม้ว่าจะอยู่ในภาวะวิกฤต แต่การตอบแบบสอบถามโดยอาศัยความทรงจำย้อนหลัง อาจก่อให้เกิดความคลาดเคลื่อนและความแม่นยำของข้อมูล

สรุปผลการวิจัย

วิกฤตโควิด-19 บีบให้ครัวเรือนในกรุงเทพฯ ต้องเผชิญกับ "ภาวะจำยอมในการแลกเปลี่ยน" (Nutritional Trade-offs) อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ซึ่งสามารถสรุปใจความสำคัญได้ 3 ประเด็นหลัก

Quantity over Quality (ปริมาณสำคัญกว่าคุณภาพ) เมื่อรายได้ลดลงอย่างรุนแรง (ร้อยละ 74) ครัวเรือนต้องเปลี่ยนเป้าหมายจากการกินเพื่อ "สุขภาพ" มาเป็นการกินเพื่อ "ให้อิ่มท้อง" โดยยอมลดการซื้ออาหารที่มีสารอาหารสูงแต่ราคาสูง (เช่น โปรตีนคุณภาพ ผักสด) แล้วแทนที่ด้วยอาหารกลุ่มคาร์โบไฮเดรตราคาถูกเพื่อรักษาพลังงานในแต่ละวัน

The Cost of High Standards (ต้นทุนของมาตรฐานที่สูงเกินเอื้อม) ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า โภชนาการและความสะอาดปลอดภัยไม่ได้เป็นเพียงทางเลือกด้านสุขภาพอีกต่อไป แต่กลายเป็น "ภาระทางเศรษฐกิจ" (Economic Burden) โดยครัวเรือนที่พยายามคงมาตรฐานเดิมไว้จะเผชิญกับความไม่มั่นคงทางอาหารที่รุนแรงกว่า เนื่องจากสัดส่วนค่าใช้จ่ายด้านอาหารคุณภาพพุ่งสูงเกินกว่าฐานรายที่เหลืออยู่

Structural Barrier and Coping Strategies อุปสรรคเชิงโครงสร้าง (ราคาอาหารที่แพงขึ้น) ทำให้การ "เลือกกินของดี" กลายเป็นความเสี่ยงทางการเงิน กลยุทธ์การปรับตัวจึงเปลี่ยนจากการเลือก "ประเภทอาหาร" ไปสู่การเลือก "แหล่งอาหาร" ที่หลากหลายและเข้าถึงได้ง่าย (เช่น Food Apps หรือตลาดท้องถิ่น) เพื่อประคับประคองปริมาณอาหารให้เพียงพอต่อคนในครอบครัว แม้จะต้องยอมแลกด้วยคุณค่าทางโภชนาการที่ลดลงก็ตามบทสรุปของงานวิจัยนี้จึงชี้ให้เห็นว่า ในสภาวะวิกฤต ความรอบรู้ด้านโภชนาการเพียงอย่างเดียวไม่สามารถส่งเสริมสุขภาพได้ หากปัจจัยด้านราคาอาหารยังคงบีบบังคับให้กลุ่มเปราะบางต้องเผชิญกับภาวะจำยอมทางคุณภาพ โดยการสละอาหารที่มีคุณค่าเพื่อแลกกับปริมาณอาหารที่เพียงพอต่อการประทังชีวิต

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

- ระยะสั้น รัฐควรสนับสนุน คูปองอาหารโภชนาการสูง แทนการให้เงินสดทั่วไป เพื่อแก้ปัญหา Nutritional Trade-off
- ระยะกลาง พัฒนาโครงสร้างพื้นฐาน ธนาคารอาหาร ในระดับเขตเพื่อลดช่องว่างของสิ่งแวดล้อมอาหารในพื้นที่เปราะบาง
- ระยะยาว การส่งเสริมการเกษตรระดับเมืองเพื่อสร้างแหล่งอาหารสำรองในระดับชุมชน ลดการพึ่งพากลไกราคาตลาดเพียงอย่างเดียว

เอกสารอ้างอิง

1. FAO, IFAD, UNICEF, WFP, WHO. The State of Food Security and Nutrition in the World 2022. Rome: FAO; 2022.
2. สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย (TDRI). ปัจจัยที่มีผลต่อความไม่มั่นคงทางอาหารในระดับครัวเรือนไทยในช่วงวิกฤตเศรษฐกิจ. กรุงเทพฯ: TDRI; 2563.
3. Wolfson JA, Leung CW. Food insecurity and COVID-19: Disparities in early effects for US adults. Nutrients. 2020;12(6):1648. doi: 10.3390/nu12061648
4. Murphy B, Benson T, McCloat A, Mooney E, Elliott C, Dean M, Lavelle F. Changes in consumers' food practices during the COVID-19 lockdown. Nutrients. 2020;12(12):3708. doi: 10.3390/nu13010020
5. ภารดี คำจริง. ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกซื้ออาหารพร้อมปรุงเพื่อสุขภาพในเขตกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล; 2564.
6. Zhao A, Li Z, Ke Y, Huo S, Ma Y, Zhang Y, et al. Dietary diversity among Chinese residents during the COVID-19 outbreak and its associated factors. Nutrients. 2020;12(6):1699. doi: 10.3390/nu12061699.
7. Cochran WG. Sampling techniques. 3rd ed. New York: John Wiley & Sons; 1977.
8. Laborde D, Martin W, Swinnen J, Vos R. COVID-19 risks to global food security. Science. 2020;369(6503):500-2. doi: 10.1126/science.abc4765.
9. Kent G. Urban food security in the context of the COVID-19 pandemic. Food Policy. 2021;99:101990. doi: 10.1016/j.foodpol.2020.101990.
10. กองยุทธศาสตร์และแผนงาน กระทรวงสาธารณสุข. รายงานสถานการณ์โภชนาการและการเข้าถึงอาหารของประชากรไทย ปี 2565. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข; 2565.
11. Niles MT, Beavers AW, Belarmino EH, Bertmann FMW, Carlson NI, Chappelle E, et al. The 12-month impact of the COVID-19 pandemic on food insecurity

and dietary quality: Evidence from a ten-state national study. BMC Public Health. 2021;21(1):1777. doi: 10.1186/s12889-021-11801-y.

12. Picchioni F, Goulao LF, Roberfroid D. The impact of COVID-19 on diet quality, food security and nutrition in low and middle-income countries: A systematic review of the evidence. Clin Nutr. 2022;41(12):2955-64. doi: 10.1016/j.clnu.2021.08.015.
13. Power M, Doherty B, Pybus K, Pickett K. How COVID-19 has exposed issues of food insecurity in the UK: Intersections of race and class. Int J Sociol Soc Policy. 2020;40(9/10):1037-49. doi: 10.1108/IJSSP-07-2020-0251.
14. O'Connell M, Smith-Greenaway E, Trinitapoli J. Food insecurity and the COVID-19 pandemic: Early evidence from sub-Saharan Africa. World Dev. 2021;144:105465. doi: 10.1016/j.worlddev.2021.105465.
15. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. แนวทางการจัดการด้านอาหารและโภชนาการในภาวะวิกฤตการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19. นนทบุรี: สำนักโภชนาการ กรมอนามัย; 2564.