

ภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนที่สังกัดเทศบาลนครเชียงใหม่

จิตติมา กัตัญญู พย.บ., ส.ด.

ภาควิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

Received: April 25, 2018

Revised: November 8, 2018

Accepted: December 11, 2018

บทคัดย่อ

ภูมิหลัง: ภาวะโภชนาการเป็นดัชนีบ่งชี้ภาวะสุขภาพโดยรวมของเด็กและเป็นต้นทุนสำคัญสำหรับการพัฒนาเด็กให้เจริญเติบโตเต็มศักยภาพ มีสุขภาพดีและมีเชาว์ปัญญา

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการ ความรู้ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนที่สังกัดเทศบาลนครเชียงใหม่

วัสดุและวิธีการ: เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 จำนวน 508 คน ในโรงเรียนที่สังกัดเทศบาลนครเชียงใหม่ 5 แห่ง คัดเลือกโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน ประเมินภาวะโภชนาการโดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง แปลผลตามกราฟน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงของเด็กไทย สอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับภาวะโภชนาการกับข้อมูลทั่วไปและระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยใช้สถิติ Chi-square

ผลการศึกษา : กลุ่มตัวอย่างอายุเฉลี่ย 11.2 ± 1.0 ปี (พิสัย 9-15 ปี) เป็นเพศชายร้อยละ 51.0 ส่วนใหญ่บิดามารดามีอาชีพรับจ้าง (ร้อยละ 47.7) และให้เงินมาโรงเรียนวันละ 41-60 บาท (ร้อยละ 51.4) นักเรียนส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการอยู่ระดับสมส่วน (ร้อยละ 70.3) รองลงมาคือ อ้วน (ร้อยละ 10.8) เริ่มอ้วน (ร้อยละ 7.9) ท้วม (ร้อยละ 4.9) ค่อนข้างผอม (ร้อยละ 4.7) และผอม (ร้อยละ 2.0) ร้อยละ 64.8 มีความรู้เรื่องการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง พฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ภาวะโภชนาการมีความสัมพันธ์กับเพศชาย ($p=0.011$) และจำนวนเงินที่ได้รับต่อวันอย่างมีนัยสำคัญ ($p=0.005$) แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ($p=0.364$)

สรุป : เพศชายและจำนวนเงินที่ได้รับต่อวันมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกิน ระดับความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ

คำสำคัญ : พฤติกรรมการบริโภคอาหาร, ความรู้, ภาวะโภชนาการ, นักเรียน

ติดต่อบทความ: จิตติมา กัตัญญู ภาควิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี 202 ถนนช้างเผือก ซอย 4 อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50300 โทร. 0-5388-5651, E-mail: yo45chi@gmail.com

บทนำ

เด็กวัยเรียน เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายอย่างรวดเร็ว พัฒนาการทุกด้านของเด็กควรได้รับการดูแลและสร้างเสริมให้เหมาะสมเพื่อให้มีสุขภาพทางกาย จิต ปัญญาและสังคม ด้วยการสนับสนุนพฤติกรรมบุคคลและการจัดการสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดี เป็นไปตามพระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2550⁽¹⁾

อาหาร และภาวะโภชนาการเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมให้มีสุขภาพดี จากการสำรวจของกรมอนามัย ในปี พ.ศ. 2549⁽²⁾ พบว่า ร้อยละ 17.2 ของเด็กวัยเรียนอายุ 6-14 ปีมีภาวะโภชนาการเกิน (อ้วนและเริ่มอ้วน) และร้อยละ 3.4 มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน โดยพบในเพศชายมากกว่าเด็กหญิง เมื่อพิจารณาตามเขตที่อยู่อาศัยพบว่า ภาวะโภชนาการเกินนั้นพบในเขตเมืองมากกว่าชนบท ซึ่งสอดคล้องกับการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย โดยการตรวจร่างกาย ในปี พ.ศ.2551-2552 พบว่า ร้อยละ 4.7 ของเด็กไทยอายุ 1-14 ปี มีน้ำหนักเกิน และร้อยละ 4.6 อยู่ในภาวะอ้วน⁽³⁾ โดยเด็กวัยเรียนอายุ 6-14 ปี ร้อยละ 27.4 กินขนมกรุบกรอบทุกวัน, ร้อยละ 17.2 ดื่มน้ำอัดลมทุกวันและร้อยละ 8.9 กินขนมมีกึ่งสำเร็จรูปทุกวัน⁽⁴⁾ ซึ่งพฤติกรรม การบริโภคลักษณะนี้นำไปสู่โรคอ้วนและอาจส่งผลให้เกิดโรคเรื้อรังต่อไปในอนาคต เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด นอกจากนี้ รายงานประจำปีของกรมอนามัย พ.ศ.2559⁽⁵⁾ พบว่า เด็กไทยมีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วนร้อยละ 12.5 และ 12.9 ตามลำดับ โดยเด็กในภาคเหนือตอนบนมีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วนร้อยละ 14.7

เทศบาลนครเชียงใหม่มีโรงเรียนที่อยู่ภายใต้สังกัดจำนวน 11 แห่ง เปิดสอนตั้งแต่ชั้นอนุบาลจนถึงชั้นประถมปีที่ 6 มีร้านขายอาหารบริเวณรอบโรงเรียนที่หลากหลายสะดวกต่อการซื้อมาบริโภคได้ตามความชอบส่วนบุคคล ซึ่งบางครั้งเด็กก็

ไม่ได้คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการและอาจส่งผลต่อสุขภาพในระยะยาวได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาภาวะโภชนาการ ความรู้ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและปัจจัยที่ส่งผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนในโรงเรียนที่สังกัดเทศบาลนครเชียงใหม่ เพื่อนำผลมาใช่วางแผนป้องกันภาวะทุพโภชนาการ และส่งเสริมให้เด็กมีสุขภาพดี เป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพของประเทศต่อไป

วัสดุและวิธีการ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบสำรวจ ในโรงเรียนที่สังกัดเทศบาลนครเชียงใหม่ จำนวน 11 แห่งในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 ซึ่งมีนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 จำนวน 3,883 คน ผู้วิจัยดำเนินการสุ่มแบบหลายขั้นตอนได้โรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง 5 แห่งและมีนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง 508 ราย แบ่งเป็นโรงเรียนขนาดใหญ่ (มีนักเรียน 600 คนขึ้นไป) 1 แห่ง มีกลุ่มตัวอย่าง 185 ราย, โรงเรียนขนาดกลาง (มีนักเรียน 301-509 คน) 2 แห่ง มีกลุ่มตัวอย่าง 233 รายและโรงเรียนขนาดเล็ก (มีนักเรียนไม่เกิน 300 คน) 2 แห่ง มีกลุ่มตัวอย่าง 90 ราย เกณฑ์คัดออกคือ นักเรียนที่ขาดเรียนในวันที่เก็บข้อมูล ประเมินภาวะโภชนาการโดยการชั่งน้ำหนักด้วยเครื่องชั่งน้ำหนักบุคคลแบบเข็ม Tanita (Japan) รุ่น HA - 622 และวัดส่วนสูงด้วยแถบวัดความสูง เปรียบเทียบกับค่ามัธยฐานของน้ำหนักตามเกณฑ์ ส่วนสูงของเด็กไทย ตามเกณฑ์อ้างอิงของกระทรวงสาธารณสุข⁽⁶⁾ โดยแบ่งเป็น 6 ระดับคือ อ้วน > +3 SD, น้ำหนักเกินหรือเริ่มอ้วน > +2 SD ถึง +3 SD, ท้วม > +1.5 SD ถึง +2 SD, สมส่วน -1.5 SD ถึง +1.5 SD, ค่อนข้างผอม < -1.5 SD ถึง -2 SD และผอม < -2 SD นอกจากนี้ยังเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างด้วยตนเองและนำไปทดสอบในนักเรียนโรงเรียนเทศบาลที่ไม่ได้เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.78 แบ่งออกเป็น 3 ส่วนคือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 12 ข้อ

ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ เป็นแบบสอบถาม 4 ตัวเลือก จำนวน 10 ข้อ เกี่ยวกับการจดจำเข้าใจเรื่องอาหารหลัก 5 หมู่ และหลักการบริโภคอาหารในแต่ละวันโดยมีเกณฑ์การแปลผลคือ มีความรู้ในระดับมาก (ตอบถูก 8-10 ข้อ), ปานกลาง (ตอบถูก 4-7 ข้อ) และน้อย (ตอบถูก 0-3 ข้อ) และ**ส่วนที่ 3** พฤติกรรมในการบริโภคอาหารของนักเรียนใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับภาวะโภชนาการกับข้อมูลทั่วไปและระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยใช้สถิติ Chi-square กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ค่า $p < 0.05$ โครงร่างวิจัยได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยด้านสาธารณสุขในคน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่ (หมายเลข EC-CMPO 01/2559)

ผลการศึกษา

นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง อายุเฉลี่ย 11.2 ± 1.0

ปี (พิสัย 9-15 ปี) เป็นเพศชายร้อยละ 51.0, อยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ร้อยละ 34.8 ส่วนใหญ่บิดามารดามีอาชีพรับจ้าง (ร้อยละ 47.7) และให้เงินมาโรงเรียนวันละ 41-60 บาท (ร้อยละ 51.4) ดังแสดงในตารางที่ 1 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการสมส่วน (ร้อยละ 70.3) รองลงมาคือ อ้วน (ร้อยละ 10.8) และเริ่มอ้วน (ร้อยละ 7.9) ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 64.6) มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง (ตารางที่ 2)

นักเรียนส่วนใหญ่กินอาหารเช้าทุกวัน (ร้อยละ 57.1) และกินอาหารครบ 3 มื้อ (ร้อยละ 72.6) โดยดื่มนมวัวรสจืดร้อยละ 36.6 และเติมน้ำตาลในอาหารเป็นบางครั้งร้อยละ 45.0 (ตารางที่ 3) พฤติกรรมการบริโภคอาหารใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนมีพฤติกรรมโดยรวมอยู่ในระดับดี พฤติกรรมที่ปฏิบัติถูกต้องเป็นประจำ ได้แก่ การดื่มนม การไม่บริโภคอาหารที่ปรุงสุกๆ การบริโภคผักและผลไม้ชนิดต่างๆบ่อยครั้ง ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ก่อนกินอาหาร เป็นต้น

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน (N=508)

	ข้อมูล	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
เพศ	ชาย	259	51.0
	หญิง	249	49.0
อายุ	<10 ปี	8	1.6
	10 ปี	127	25.0
	11 ปี	159	31.3
	12 ปี	178	35.0
	>12 ปี	36	7.1
	ไม่ระบุ		
ระดับชั้นประถมศึกษา	ปีที่ 4	177	34.8
	ปีที่ 5	161	31.7
	ปีที่ 6	169	33.3
	ไม่ระบุ	1	0.2
อาชีพของบิดามารดา (ตอบได้ข้อเดียว)	รับจ้าง	242	47.7
	ค้าขาย	127	25.0
	เกษตรกรรม	20	3.9
	พนักงานบริษัท	20	3.9
	รับราชการ	17	3.4
	อื่นๆ	82	16.1
จำนวนเงินที่ได้รับต่อวัน	< 20 บาท	78	15.4
	20 - 40 บาท	26	5.1
	41 - 60 บาท	261	51.4
	61 - 80 บาท	87	17.1
	81 - 100 บาท	24	4.7
	> 100 บาท	31	6.1
	ไม่ระบุ	1	0.2
คนปรุงอาหารให้นักเรียนรับประทาน	พ่อ	44	8.7
	แม่	290	57.1
	ผู้ปกครอง	98	19.3
	ญาติ	45	8.9
	ซื้อ	29	5.7
	ไม่ระบุ	2	0.3

ตารางที่ 2 ภาวะโภชนาการและระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียน (N=508)

ข้อมูล	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
ภาวะโภชนาการ		
ผอม	10	2.0
ค่อนข้างผอม	21	4.1
สมส่วน	357	70.3
ท้วม	25	4.9
เริ่มอ้วน	40	7.9
อ้วน	55	10.8
ระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร		
มาก	65	12.8
ปานกลาง	328	64.6
น้อย	115	22.6

เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับข้อมูลทั่วไปและระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารพบว่า เพศและจำนวนเงินที่ได้รับต่อวันมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.011$ และ $p=0.005$ ตามลำดับ) แต่ระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของนักเรียน ($p=0.364$, ตารางที่ 4)

วิจารณ์

ภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลนครเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการอยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 70.3 และมีภาวะโภชนาการเกิน (อ้วนและเริ่มอ้วน) ถึงร้อยละ 18.7 ซึ่งสูงกว่าเป้าหมายที่กรมอนามัยกำหนดไว้คือ ไม่เกินร้อยละ 10⁽⁷⁾ ใกล้เคียงกับผลการสำรวจความชุกภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนของเด็กอายุ 12-14 ปี ในเขตเทศบาลทั่วประเทศ พ.ศ.2552⁽³⁾ ที่พบร้อยละ 16.1 และสอดคล้องกับการศึกษาของ กัมปนาท คำสุข

และคณะ⁽⁸⁾ ที่ศึกษาภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนบ้านหนองยาว อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษามีน้ำหนักมากกว่าเกณฑ์และภาวะอ้วนร้อยละ 11.21 และ 8.41 ตามลำดับ ซึ่งภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนในเด็กจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพในระยะยาวและมีโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยเพิ่มขึ้นหลายโรค ได้แก่ ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคหลอดเลือดหัวใจและสมอง ข้อเสื่อม ภาวะหยุดหายใจขณะหลับ เป็นต้น⁽⁹⁾ การศึกษานี้พบว่า นักเรียนเพศชายมีภาวะโภชนาการเกิน (อ้วน เริ่มอ้วนและท้วม) มากกว่าเพศหญิงและเพศมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการอย่างมีนัยสำคัญสอดคล้องกับการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย ในปี พ.ศ.2551-2552 ที่พบว่า เด็กชายอายุ 6-11 ปี มีน้ำหนักเกินและอ้วนสูงกว่าเด็กหญิง⁽³⁾ ในทำนองเดียวกับการศึกษาภาวะโภชนาการของนักเรียนตั้งแต่ชั้นอนุบาลจนถึงมัธยมศึกษา ในโรงเรียนเขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551-2553 โดยสุธี สฤกษ์ศิริ⁽¹⁰⁾ ที่พบสัดส่วนภาวะโภชนาการเกินในเพศชายมากกว่าเพศหญิงทุกระดับชั้นการศึกษา

ตารางที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน (N=508)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
การกินอาหารเช้า		
กินทุกวัน	290	57.1
กินบางวัน	179	35.2
ไม่กินเลย	30	5.9
ไม่ระบุ	9	1.8
จำนวนมื้ออาหารต่อวัน		
น้อยกว่า 3 มื้อ	80	15.8
3 มื้อ	369	72.6
มากกว่า 3 มื้อ	53	10.4
ไม่ระบุ	6	1.2
ประเภทนมที่ชอบดื่ม		
ไม่ดื่มเลย	4	0.8
นมเปรี้ยว	108	21.3
นมพร่องมันเนย	23	4.5
นมวัวรสหวาน	79	15.6
นมวัวรสจืด	186	36.6
นมถั่วเหลือง	18	3.5
ไม่ระบุ	90	17.7
การเติมน้ำตาลในอาหาร		
ไม่เติม	108	21.3
เติมบางครั้ง	229	45.0
เติมทุกครั้ง	76	15.0
ไม่ระบุ	95	18.7

ตารางที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการของนักเรียนกับเพศ จำนวนเงินที่ได้รับต่อวันและระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ปัจจัย	ภาวะโภชนาการ 6 ระดับ (ร้อยละ)						ค่า p
	ผอม	ค่อนข้างผอม	สมส่วน	ท้วม	เริ่มอ้วน	อ้วน	
เพศ							
ชาย	0.4	4.2	66.8	5.0	9.3	14.3	0.011
หญิง	3.6	4.0	73.9	4.8	6.4	7.2	
จำนวนเงินที่ได้รับต่อวัน							
<20 บาท	0.0	2.6	67.9	2.6	16.7	10.3	0.005
20-40 บาท	7.7	3.8	65.4	19.2	3.8	0.0	
41-60 บาท	2.3	3.8	73.2	5.7	5.7	9.2	
61-80 บาท	2.3	4.6	66.7	3.4	9.2	13.8	
81-100 บาท	0.0	0.0	70.8	0.0	4.2	25.0	
>100 บาท	0.0	9.7	67.7	0.0	6.5	16.1	
ระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร							
มาก	0.0	4.6	64.6	3.1	7.7	20.0	0.364
ปานกลาง	2.1	3.4	70.7	5.2	8.2	10.4	
น้อย	2.6	6.1	72.2	5.2	7.0	7.0	

นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการอยู่ในระดับปานกลางและพฤติกรรมบริโภคของนักเรียนอยู่ในเกณฑ์ดี ส่วนใหญ่กินอาหารครบ 3 มื้อต่อวัน ล้างมือด้วยน้ำ และสบู่มาก่อนกินอาหาร ตีมนมรสจืด เต็มเครื่องปรุงรสเค็มและรสหวานในอาหารเป็นบางครั้ง อย่างไรก็ตามปัจจัยด้านความรู้ไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของนักเรียน สอดคล้องกับการศึกษาของ รุ่งนภา สุตินันท์โอภาส⁽¹¹⁾ ที่ศึกษาภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนระดับประถมศึกษา โรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองลำปางพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการอยู่ในระดับดี พฤติกรรมการบริโภคอยู่ในระดับปานกลางและภาวะโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภค แม้ว่าความรู้ด้านอาหารและโภชนาการได้ถูกบรรจุไว้ในหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง 2533)⁽¹²⁾ ในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ตั้งแต่ประถมปีที่ 1 - 6 แล้วก็ตาม ซึ่งไกรสิทธิ์ ตันติศิริพันธ์⁽¹³⁾ กล่าวว่า การปลูกฝังความรู้ด้านอาหารและโภชนาการในนักเรียนควรดำเนินการมากกว่านี้ เนื่องจากความรู้ความเข้าใจเรื่องอาหารและคุณค่าทางโภชนาการมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติที่เหมาะสมในการบริโภคอาหาร

นักเรียนส่วนใหญ่ได้รับเงินมาโรงเรียน 41-60 บาทต่อวัน ซึ่งจำนวนเงินที่ได้รับต่อวัน มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการอย่างมีนัยสำคัญ สอดคล้องกับโครงการวิจัยพัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย⁽¹⁴⁾ ที่พบว่า รายได้ของครอบครัวสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กทุกวัย โดยเด็กในครอบครัวที่มีรายได้ต่ำมีความเสี่ยงสูงต่อภาวะทุโภชนาการทั้งภาวะผอมและภาวะเตี้ย และสอดคล้องกับการศึกษาของ รุ่งฟ้า โต๊ะถม ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารนอกครัวเรือนของนักเรียนชั้นประถม

ปีที่ 4 - 6 ในสังกัดสำนักงานเขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร⁽¹⁵⁾ พบว่าค่าใช้จ่ายสำหรับอาหารและเครื่องดื่มมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงกับเงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน เมื่อนักเรียนได้รับเงินมากขึ้นจะนำไปซื้ออาหารและเครื่องดื่มเพิ่มขึ้น ดังนั้นผู้ประกอบการให้คำแนะนำบุตรหลานและปฏิบัติตัวเป็นตัวอย่างให้กับเด็กในด้านพฤติกรรมการเลือกซื้ออาหารที่ถูกสุขลักษณะ ลดการบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม โรงเรียนควรจัดการสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีพฤติกรรมการบริโภคที่ดีให้แก่นักเรียนอย่างต่อเนื่อง

ข้อจำกัดในการศึกษาคั้งนี้คือ เป็นการศึกษาระดับประถมศึกษาครั้งนี้คือ เป็นการศึกษาระดับประถมศึกษาครั้งนี้คือ เป็นการศึกษาที่ประเมินภาวะโภชนาการตามน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงเพียงอย่างเดียว ทำให้ไม่สามารถจำแนกว่า ในกลุ่มเด็กสมส่วนนั้นมีเด็กเตี้ยสมส่วนอยู่มากน้อยเพียงใด หรือในกลุ่มเด็กผอมนั้นมีเด็กเตี้ยและผอม (แคระแกร็น) อยู่ร้อยละเท่าใด ซึ่งอาจทำการศึกษาเพิ่มเติมต่อไปโดยใช้กราฟส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ

สรุป

นักเรียนส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการอยู่ในระดับปกติ มีความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการอยู่ในระดับปานกลาง เพศชายและจำนวนเงินที่ได้รับต่อวันมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกิน แต่ระดับความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้อำนวยการสถานศึกษา ทั้ง 5 แห่งของเทศบาลนครเชียงใหม่ ที่อำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูลและนักศึกษาภาควิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ที่ช่วยเก็บข้อมูล

เอกสารอ้างอิง

1. สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. พระราชบัญญัติส่งเสริมและพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2550. ราชกิจจานุเบกษา เล่ม 1258/ ตอนที่ 9 ก/หน้า1/14 มกราคม 2551.
2. กระทรวงสาธารณสุข, กรมอนามัย, กองโภชนาการ. การสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทยครั้งที่ 5 พ.ศ.2546. กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์; 2549.
3. ลัดดา เหมาะสุวรรณ. ภาวะโภชนาการของเด็ก. ใน: วิชัย เอกพลากร, บรรณาธิการ. รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 4 พ.ศ.2551-2552: สุขภาพเด็ก. นนทบุรี: เดอะกราฟิโกซิสเต็มส์; 2554. หน้า 103-25.
4. วิชัย เอกพลากร, บรรณาธิการ. รายงานการสำรวจการบริโภคอาหารของประชาชนไทย การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 4 พ.ศ.2551-2. นนทบุรี:สำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข; 2554.
5. กระทรวงสาธารณสุข, กรมอนามัย, กองแผนงาน. รายงานประจำปี กรมอนามัย 2559. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก; 2560.
6. กระทรวงสาธารณสุข, กรมอนามัย, กองโภชนาการ. แนวทางการดำเนินงานเฝ้าระวังการเจริญเติบโตของเด็กอายุ 6-18 ปี. กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย; 2552.
7. กระทรวงสาธารณสุข, สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์.ยุทธศาสตร์ตัวชี้วัดและแนวทางการจัดเก็บข้อมูลกระทรวงสาธารณสุข ปีงบประมาณ พ.ศ.2559. นนทบุรี:สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข; 2558.
8. กัมปนาท คำสุข, นัตยา ศรีตะวัน, สุธิดา พันแสน, นารีลักษณ์ ตั้งศรีศักดิ์. ภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนในโรงเรียนบ้านหนองยาว อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา [อินเทอร์เน็ท]. 2559 [สืบค้นเมื่อ 23 พ.ค.2560]. เข้าถึงได้จาก: http://www.northern.ac.th/north_research/p/document/file_14909481030.docx
9. ลัดดา เหมาะสุวรรณ, อุไรพร จิตต์แจ้ง, บรรณาธิการ. คู่มือเครื่องชี้วัดทางโภชนาการและโรคที่เกี่ยวข้อง. กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์; 2555.
10. สุธี สฤกษ์ศิริ. ภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียน เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร. วารสารสาธารณสุขศาสตร์ 2555;42(1):78-89.
11. รุ่งนภา สุนิรินทร์โสภาส. ภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนระดับประถมศึกษา โรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองลำปาง. ใน: เอนก ชิตเกษร, บรรณาธิการ. Proceedings of the Payap University Research Symposium 2016; 12 กุมภาพันธ์ 2559; เชียงใหม่. เชียงใหม่:สำนักวิจัยมหาวิทยาลัยพายัพ. หน้า 1009-16.
12. กระทรวงศึกษาธิการ. หลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ 2533). พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์คุรุสภา; 2537.
13. ไกรสิทธิ์ ตันติศิรินทร์. องค์ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการสำหรับทุกช่วงวัย. นนทบุรี:สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา; 2559.
14. ลัดดา เหมาะสุวรรณ, ศิริกุล อิศรานุรักษ์, นิชรา เรืองดารกานนท์, สุธรรม นันทมงคลชัย, ภัทรา สง่า, กัลยา นิตีเรืองจรัส และคณะ. หนังสือชุดโครงการวิจัยพัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย เล่ม 1: เด็กไทยวันนี้เป็นอยู่อย่างไร. สงขลา:ลิมบราเดอร์สการพิมพ์; 2547.
15. รุ่งฟ้า โตตะถน. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารนอกครัวโรงเรียนของนักเรียนในสังกัดสำนักงานเขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร. Veridian E-Journal, Slipakorn University ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์และศิลปะ 2558;8(3):781-92.

Nutritional Status of Upper Level Students in Chiang Mai Municipality Primary Schools

Chitima Katonyoo B.N.S., Dr.P.H.

Department of Public Health, Faculty of Science and Technology

Chiang Mai Rajabhat University, Chiang Mai, Thailand

Lampang Med J 2018, 39(2): 62-71

Abstract

Background: Nutritional status is an indicator of a child's health and is important for their development.

Objective: To explore the nutritional status, knowledge, food consumption behavior and the factors related to the nutritional status of upper level students in Chiang Mai Municipality primary schools,

Material and method: A survey study was undertaken in semester 2/2015 among 508 upper level students from 5 primary schools of Chiang Mai Municipality. All participants were selected by a multi-stage random sampling method. Weight and height were measured and interpreted according to the weight-for-height standards of Thai children to approximate the level of nutritional status. The relation between nutritional status and general data, nutritional status and knowledge level were analyzed by Chi-square test.

Results: The mean age was 11.2 ± 1.0 years (range 9-15) and 51% of participants were male. Most of their parents were employees (47.7%) and 51.4% received the daily pocket money of 41-60 Baht. Most of them had an average-built nutritional status (70.3%), followed by obese (10.8%), rather obese (7.9%), plump (4.9%), rather thin (4.7%) and thin (2.0%). Two-thirds (64.8%) had the moderate level of nutritional knowledge. The nutritional status was significantly related with male gender ($p=0.011$) and amount of daily pocket money ($p=0.005$), but not related with the level of nutritional knowledge ($p=0.364$).

Conclusion: Male gender and the amount of daily pocket money were significantly related to the students' nutritional status.

Keywords: Food consumption behavior, knowledge, nutritional status, students.