

ชื่องานวิจัย

ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการ
ของสตรีวัยทองบ้านสลักได หมู่ที่ 1 ตำบลสลักได อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์

ผู้วิจัย

สุพิตรรา เศลวัฒน์ทะกุล
กนกวรรณ มีดี
กรรณิการ์ พรธนา
กฤษฎาการ บุญหลักคำ
กัญญรัตน์ สุปิงคลัด
กัญญาพัชร ขุนสี

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรีวัยทอง 2) เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการของสตรีวัยทอง 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการของสตรีวัยทอง กลุ่มตัวอย่างคือ สตรีวัยทองที่มีอายุระหว่าง 40-59 ปี บ้านสลักได หมู่ที่ 1 ตำบลสลักได อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ จำนวน 165 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของสตรีวัยทอง โดยพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เป็นแบบ จำนวน 35 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.84 และพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.76 สถิติที่ใช้ในการวิจัย คือ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความถี่ ค่าร้อยละ และสถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน Chi-square

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างสตรีวัยทองส่วนใหญ่มีพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับผ่านเกณฑ์ ร้อยละ 78.20 โดยมีพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหารอยู่ในระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ ร้อยละ 29.70, ระดับปานกลาง ร้อยละ 13.90, ระดับดี ร้อยละ 21.80 และระดับดีมาก ร้อยละ 12.70 และไม่ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ 21.80 พฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยภาพรวมอยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.87 ภาวะโภชนาการของสตรีวัยทองมีภาวะโภชนาการดี ร้อยละ 66.10 รองลงมาภาวะทุพโภชนาการ ร้อยละ 33.90 โดยมีภาวะโภชนาการ ต่ำกว่ามาตรฐาน ร้อยละ 2.40, ภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานยังไม่จัดเป็นโรคอ้วน ร้อยละ 29.70 และภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจัดเป็นโรคอ้วน ร้อยละ 1.80 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการของสตรีวัยทอง พบว่า พฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารในภาพรวมมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p = 0.036$ ($p < 0.050$)

คำสำคัญ : พฤติกรรมการบริโภคอาหาร, ภาวะโภชนาการ, สตรีวัยทอง

Research Name	The relationship of the food Consumption Behavior and Nutritional status of Menopausal women of Salukdai Village No.1, Salukdai Sub-district, Meung District, Surin
Researcher	Dr. Supitra Selavattanakul and et. al

Abstract

Purposes of this research are 1) Learning about food consumption behavior of postmenopausal women 2) Learning about nutrition status of menopausal women 3) Learning about relationship of the food Consumption Behavior and Nutritional status of menopausal women. Representative sample is 165 menopausal women (40-59 years old) from Salukdai village, No.1, Salukdai sub-district, Meung district, Surin which chose from sample random sampling. Using questionnaire as a tool for the research, consumption knowledge 35 questions which the reliability with Cronbach's alpha coefficient was 0.84 and consumption behavior is scale (Rating Scale) 15 items, with confidence and Cronbach's alpha coefficient was 0.76. The research statistic is mean, standard deviation, percentages, and statistics which used to test the Chi-square hypothesis.

The research show that the menopausal women mostly have consumption knowledge about 78.2%, medium rate 13.9%, good rate 21.8%, excellent 12.7%, and minority 21.8% having consumption knowledge lower than standard level. They have good rate of consumption behavior in average 2.87 %. Nutritional status of menopausal women who have a good rate is 66.1%, minor with malnutrition 33.90 percent by nutritional status. Substandard percent 2.40, over nutrition is also classified as obese percentage 29.70 and overweight is classified as obese percentage 1.80. The analysis of the relationship between dietary habits and nutritional status of menopausal women found. Knowledge about the behavior of the overall food intake correlated with nutritional statistically significant at $p = 0.036$ ($p < 0.050$)

Key word: Food Consumption Behavior, Nutritional status and Menopausal women

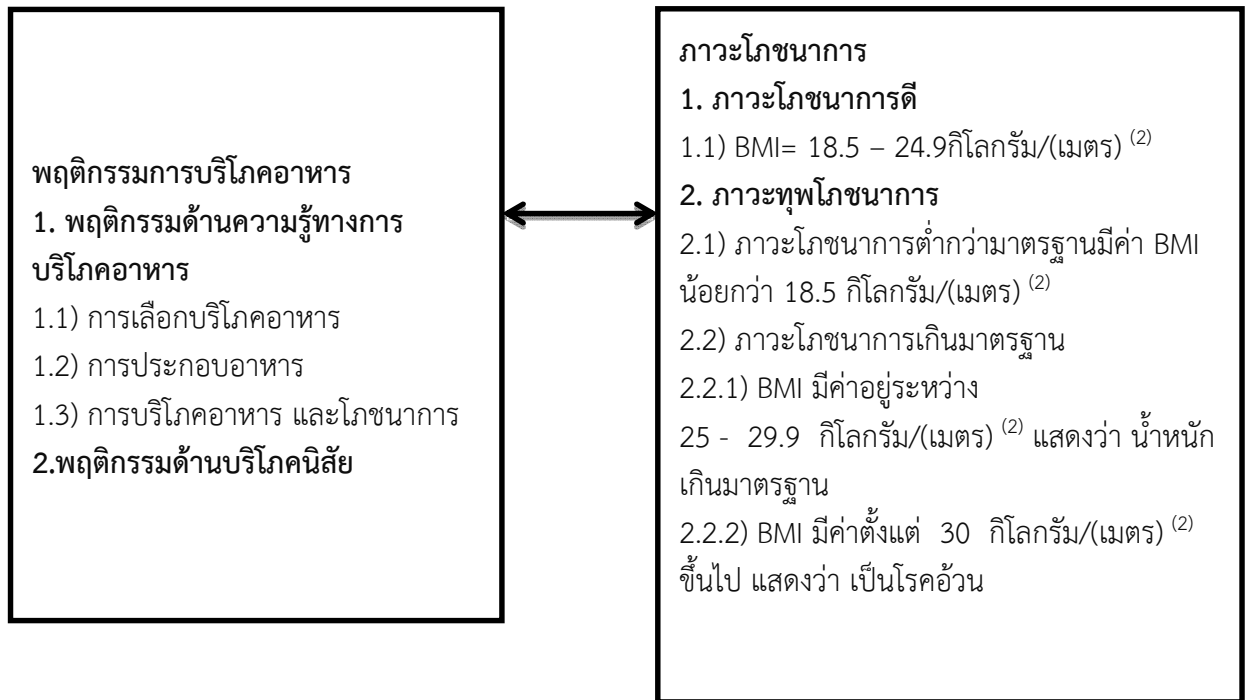
ความเป็นมาและความสำคัญ

สตรีวัยทอง คือ ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปีถึง 59 ปีโดยที่ผู้หญิงจะสังเกตจากการหมดประจำเดือน วัยทองเป็นวัยที่อยู่ในช่วงของการถดถอยลงของร่างกาย และจิตใจ จากการเปลี่ยนของฮอร์โมนเพศและเริ่มมีหรือมีปัญหาสุขภาพเนื่องมาจากการดูแลส่งเสริมสุขภาพในช่วงวัยต้น ๆ ของชีวิต ปัญหาที่เกิดจากการขาดการมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม หรือปัญหาที่เกิดจากสิ่งแวดล้อม การประกอบอาชีพและพันธุกรรม จึงทำให้มีปัญหาภาวะสุขภาพ และเกิดโรคเรื้อรังต่างๆ ที่เป็นปัญหาสุขภาพ ซึ่งตรงกับการสำรวจของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขปี 2556 ได้เผยว่าหญิงชายวัยทองป่วยด้วยโรคประจำตัวมาก 3 อันดับแรก ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรคกระดูกและข้อทั้งนี้เนื่องจากสตรีวัยนี้ต้องประสบกับปัญหาสุขภาพมากมาย โดยเฉพาะความรู้ทางด้านโภชนาการของบุคคลนับเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เพราะความรู้มีผลต่อการกำหนดพฤติกรรมการบริโภค ซึ่งส่งผลต่อภาวะโภชนาการทางด้านร่างกาย โดยเกิดจากประชาชนขาดข้อมูลที่ถูกต้องและเข้าถึงข้อมูลด้านอาหารและโภชนาการ จึงนำไปสู่พฤติกรรมบริโภคที่ไม่ถูกต้องและเหมาะสมจึงควรได้รับการดูแลสุขภาพให้เหมาะสมกับวัยหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยเสี่ยงต่างๆ เพื่อให้หญิงและชายวัยทองมีสุขภาพดี ลดโรค ที่สามารถป้องกันได้ชะลอการเสื่อมถอยของร่างกายและก้าวสู่วัยสูงอายุที่มีคุณภาพไม่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังสามารถพึ่งพาตนเองได้และสามารถทำประโยชน์ให้กับสังคมต่อไป (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2556)

บ้านสลักไผ่หมู่ที่ 1 ตำบลสลักไผ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ เป็นหมู่บ้านที่อยู่ใกล้อำเภอเมืองมากที่สุดมีการคมนาคมมีความสะดวกสบายต่อการเดินทางไปใช้บริการด้านโภชนาการในตัวเมืองสุรินทร์ อีกทั้งหมู่บ้านมีร้านค้าหรือสถานบริการด้านโภชนาการระดับย่อยรวมถึงการมีตลาดบริการด้านโภชนาการขนาดเล็กของหมู่บ้านจำหน่ายอาหารสดอาหารสำเร็จรูปและอาหารตามสั่ง เป็นต้น ประชากรที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านสลักไผ่ หมู่ที่ 1 จึงมีช่องทางในการเลือกบริโภคอาหารที่หลากหลายและแตกต่างกัน จากรายงานผลการปฏิบัติงานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสลักไผ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ ปี พ.ศ. 2555 พบว่ามีประชากรสตรีอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไปจากทั้งหมด 16 หมู่บ้านของตำบลสลักไผ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานอย่างเดียวจำนวน 121 คน โรคความดันโลหิตสูงอย่างเดียวจำนวน 162 คน และโรคเบาหวานร่วมกับความดันโลหิตสูง 13 คนซึ่งโรคดังกล่าวนี้เกิดขึ้นจากปัจจัยหลายๆด้าน รวมทั้งพฤติกรรมบริโภคอาหารยังเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพดังกล่าวได้ ซึ่งจากผลการวิจัยเรื่องภาวะเสี่ยงของการเป็นโรคเบาหวานของประชาชน อายุ 40 ปีขึ้นไป พบว่าปัจจัยที่สัมพันธ์กับโรคเบาหวาน คือ ปัจจัยด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ปัจจัยด้านความอ้วนของผู้ที่ไม่ควบคุมน้ำหนักและระดับรอบเอว ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของสตรีวัยทองหมู่ที่ 1 ตำบลสลักไผ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยถึงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการของสตรีวัยทองบ้านสลักไผ่ หมู่ที่ 1 ตำบลสลักไผ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ โดยผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิดพฤติกรรมของลาเฮย์ (Lahey, 2001) และตรวจสอบเกี่ยวกับภาวะโภชนาการโดยใช้สูตรของกาโลว์ (Garrow, 1988) การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้



พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเป็นการกระทำหรือการตอบสนองความต้องการทั้งภายในและภายนอก อันเป็นผลให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ประกอบด้วย 1. พฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหารในการเลือกบริโภคอาหาร, การประกอบอาหาร, การบริโภคอาหารและโภชนาการ 2. พฤติกรรมด้านบริโภคนิสัย ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ล้วนมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการอันเป็นผลให้เกิดภาวะโภชนาการดีและภาวะทุพโภชนาการซึ่งสามารถประเมินได้จากค่าดัชนีมวลกาย

ระเบียบการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นสตรีวัยทองในเขตบ้านสลักได หมู่ที่ 1 ตำบลสลักได อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ ที่มีอายุระหว่าง 40 – 59 ปี กำหนดกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนของประชากรจากจำนวนประชากรสตรีวัยทองทั้งหมด 290 คน โดยการสุ่มเลือกจากตารางสำเร็จรูปของเครซซี่และมอร์แกน (Krejcie and Mogan, 1970, p. 608) โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยการจับฉลากได้จำนวน 165 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยแบบสอบถามจำนวน 2 ตอน คือ

1. เป็นข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม อายุ สถานภาพ ศาสนา ระดับการศึกษา ภาวะสุขภาพ การดื่มเหล้า สูบบุหรี่ น้ำหนัก ส่วนสูง และดัชนีมวลกาย ลักษณะแบบสำรวจเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check list) โดยมีการแปลผลค่าดัชนีมวลกายโดยการคำนวณจากสูตรการหาค่าดัชนีมวลกายจากน้ำหนักและส่วนสูง โดยมีเกณฑ์การแบ่งค่าดัชนีมวลกายตามระดับภาวะโภชนาการ 4 ระดับ ได้แก่ ภาวะโภชนาการต่ำกว่าปกติ ค่าดัชนีมวลกายต่ำกว่า 18.5 กิโลกรัม/เมตร² ภาวะโภชนาการปกติ ค่าดัชนีมวลกายอยู่ระหว่าง 18.5 – 24.9 กิโลกรัม/เมตร² ภาวะโภชนาการเกินยังไม่จัดเป็นโรคอ้วน ค่าดัชนีมวลกายอยู่ระหว่าง 25.0 – 29.9 กิโลกรัม/เมตร² ภาวะโภชนาการเกินจัดเป็นโรคอ้วน ค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 30 กิโลกรัม/เมตร²

2. เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน

ส่วนที่ 1 เป็นพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหารโดยมีลักษณะเป็นแบบเลือกตอบ 2 คำตอบ คือ ถูก และผิด และเมื่อนำไปทดลองใช้กับสตรีวัยทองที่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) มีค่าเท่ากับ 0.84

ส่วนที่ 2 เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scales) โดยแบ่งระดับการวัดออกเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ปฏิบัติเป็นประจำ (5-6 วัน/สัปดาห์) เท่ากับ 4 ปฏิบัติบ่อย (2-4 วัน/สัปดาห์) เท่ากับ 3 ปฏิบัตินานๆ ครั้ง (1 วัน/สัปดาห์) เท่ากับ 2 และไม่เคยปฏิบัติ (ไม่ปฏิบัติแม้แต่ครั้งเดียวใน 4 สัปดาห์ที่ผ่านมา) เท่ากับ 1 โดยเกณฑ์การให้คะแนนพิจารณาจากการปฏิบัติเป็นไปในทางบวกหรือทางลบแปลผลคะแนนออกเป็น 4 ระดับ คือ ระดับต้องปรับปรุง มีช่วงคะแนน 1.00-1.50 ระดับพอใช้ มีช่วงคะแนน 1.51-2.50 ระดับดี มีช่วงคะแนน 2.51-3.51 ระดับดีมาก มีช่วงคะแนน 3.51-4.00 เมื่อนำไปทดลองใช้กับสตรีวัยทองที่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) มีค่าเท่ากับ 0.76

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างสตรีวัยทองบ้านสลักไผ่ หมู่ที่ 1 ตำบลสลักไผ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ที่ให้ความร่วมมือในการทำวิจัย ด้วยตนเองโดยมีแบบสอบถามทั้งสิ้น 165 ฉบับ และแจ้งรายละเอียดเกี่ยวกับการคุ้มครองกลุ่มตัวอย่าง รวมทั้งผ่านการพิจารณารับรองโดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์ เป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 แสดงข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

ตารางที่ 1 ระดับพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหาร

พฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหาร	จำนวน (คน) (n = 165)	ร้อยละ
มีพฤติกรรมด้านความรู้ระดับต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ (ร้อยละ 49 ลงมา)	36	21.80
มีพฤติกรรมด้านความรู้ระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ (ร้อยละ 50-59)	49	29.70
มีพฤติกรรมด้านความรู้ระดับปานกลาง (ร้อยละ 60-69)	23	13.90
มีพฤติกรรมด้านความรู้ระดับดี (ร้อยละ 70-79)	36	21.80
มีพฤติกรรมด้านความรู้ระดับดีมาก (ร้อยละ 80 ขึ้นไป)	21	12.70
รวม	165	100

จากตารางที่ 1 พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหารผ่านเกณฑ์ คิดเป็นร้อยละ 78.20 โดยมีพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหารอยู่ในระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ ร้อยละ 29.70, ระดับปานกลาง ร้อยละ 13.90, ระดับดี ร้อยละ 21.80 และระดับดีมาก ร้อยละ 12.70 และพบว่ามีส่วนน้อยคิดเป็นร้อยละ 21.80 มีพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหารต่ำกว่าเกณฑ์

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัย

ตารางที่ 2 ระดับพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัย

พฤติกรรมด้านบริโภคนิสัย	จำนวน (คน) (n = 165)	ร้อยละ
ต้องปรับปรุง (1.00-1.50)	0	0.00
พอใช้ (1.51-2.50)	11	6.70
ดี (2.51-3.50)	154	93.30
ดีมาก (3.51-4.00)	0	0.00
รวม	165	100.00

จากตารางที่ 2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 93.30 และรองลงมาคืออยู่ในระดับพอใช้คิดเป็นร้อยละ 6.70 มีค่าเฉลี่ยของระดับการปฏิบัติอยู่ที่ 2.87

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับภาวะโภชนาการของสตรีวัยทอง

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ภาวะโภชนาการ

ภาวะโภชนาการ	จำนวน (คน) (n = 165)	ร้อยละ
1.ภาวะโภชนาการดี	109	66.10
2.ภาวะทุพโภชนาการ	56	33.90
2.1 ภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน	4	2.40
2.2ภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานยังไม่จัดเป็นโรคอ้วน	49	29.70
2.3ภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจัดเป็นโรคอ้วน	3	1.80
รวม	165	100

จากตารางที่ 3 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการดี คิดเป็นร้อยละ 66.10 รองลงมามีภาวะทุพโภชนาการ คิดเป็นร้อยละ 33.90 โดยมีภาวะโภชนาการ ต่ำกว่ามาตรฐาน ร้อยละ 2.40, ภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานยังไม่จัดเป็นโรคอ้วน ร้อยละ 29.70 และภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจัดเป็นโรคอ้วน ร้อยละ 1.80

ตอนที่ 3 ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหาร พฤติกรรมด้านบริโภคนิสัย กับภาวะโภชนาการของสตรีวัยทอง

ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหาร กับภาวะโภชนาการ	Chi-square	df	p-value
1. พฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการ	4.421	1	0.036
1.1 พฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการ	0.447	1	0.663
1.2 พฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการประกอบอาหารกับภาวะโภชนาการ	0.013	1	0.911
1.3 พฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและโภชนาการกับภาวะโภชนาการ	0.429	1	0.513
2. พฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยกับภาวะโภชนาการ	0.697	1	0.512

จากตารางพบว่า 1) ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยรวมกับภาวะโภชนาการ พบว่าพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ โดยมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ $p = 0.036$ ($p < 0.050$) แต่เมื่อจำแนกผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหาร ออกเป็น 3 ส่วน ประกอบด้วย พฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหาร พฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการประกอบอาหาร และพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและโภชนาการ พบว่าทั้ง 3 ส่วนประกอบมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการอย่าง

ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ 2) ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยกับภาวะโภชนาการ พบว่า พฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

1. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรีวัยทองบ้านสลักไถ หมู่ที่ 1 ตำบลสลักไถ อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์จากผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างสตรีวัยทองส่วนใหญ่มีพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหารผ่านเกณฑ์ร้อยละ 78.20 และมีส่วนน้อยร้อยละ 21.80 มีพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหารต่ำกว่าเกณฑ์ และเมื่อพิจารณาองค์ประกอบของพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหารพบว่ามีพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหารผ่านเกณฑ์ร้อยละ 97.0 และไม่ผ่านเกณฑ์ร้อยละ 3.0 มีพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการประกอบอาหารผ่านเกณฑ์ร้อยละ 78.20 และไม่ผ่านเกณฑ์ร้อยละ 21.80 และมีพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและโภชนาการไม่ผ่านเกณฑ์ คิดเป็นร้อยละ 50.90 ผ่านเกณฑ์ร้อยละ 49.10 ในส่วนพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยอยู่ในระดับดี ร้อยละ 93.30 และรองลงมาคืออยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 6.70 โดยมีค่าเฉลี่ยของระดับการปฏิบัติอยู่ที่ 2.87 ซึ่งถือว่ามีความรู้ด้านบริโภคนิสัยอยู่ในระดับดี จากพฤติกรรมการบริโภคอาหาร แสดงให้เห็นว่าควรมีการส่งเสริมให้สตรีวัยทองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและโภชนาการ เพื่อให้สตรีวัยทองมีความรู้ในการบริโภคอาหารและโภชนาการที่ถูกต้องและเหมาะสม โดยการจัดให้ความรู้ทางโภชนาการจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขของตำบล ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้สตรีวัยทองมีพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหาร และมีพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยที่ดียิ่งขึ้น

2. ภาวะโภชนาการของสตรีวัยทองบ้านสลักไถ หมู่ที่ 1 ตำบลสลักไถ อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์จากผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างสตรีวัยทองส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการดี ร้อยละ 66.10 รองลงมามีภาวะทุพโภชนาการ ร้อยละ 33.90 โดยมีภาวะโภชนาการ ต่ำกว่ามาตรฐาน ร้อยละ 2.40, ภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานยังไม่จัดเป็นโรคอ้วน ร้อยละ 29.70 และภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจัดเป็นโรคอ้วน ร้อยละ 1.80 ดังนั้นจึงควรมีการส่งเสริมกลุ่มสตรีวัยทองที่มีภาวะทุพโภชนาการให้มีภาวะโภชนาการดี หากกลุ่มสตรีวัยทองส่วนน้อยนี้ไม่ได้รับการส่งเสริมอาจทำให้ มีภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานมากขึ้น มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานมากขึ้นจนเกิดโรคอ้วนมากขึ้นได้ซึ่งภาวะทุพโภชนาการเหล่านี้จะส่งผลต่อภาวะสุขภาพของสตรีวัยทองทำให้ป่วยเป็นโรคเกี่ยวกับ Metabolic syndrome เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ วิจิต อินทร์ลำพันธ์ (2549) พบว่าภาวะเสี่ยงของการเป็นโรคเบาหวานของประชาชน อายุ 40 ปีขึ้นไป มีปัจจัยที่สัมพันธ์กับโรคเบาหวาน คือ ปัจจัยด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ปัจจัยด้านความอ้วนของผู้ที่ไม่ควบคุมน้ำหนักและระดับรอบเอว ผู้ที่มีดัชนีมวลกายมากกว่า 25 กิโลกรัมต่อตารางเมตร จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน 3.3 เท่าของผู้ที่มีดัชนีมวลกายน้อยกว่า 25 กิโลกรัมต่อตารางเมตร

3. ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการของสตรีวัยทองบ้านสลักไถ หมู่ที่ 1 ตำบลสลักไถ อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์

3.1) ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการพบว่ามีความสัมพันธ์กันโดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p=0.036$ ($p<0.050$) เมื่อจำแนกผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมด้านความรู้ทางการบริโภคอาหาร ออกเป็น 3 ส่วน ประกอบด้วย พฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหาร พฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการประกอบอาหาร และพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและโภชนาการ พบว่าทั้ง 3 ส่วนประกอบมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการที่สตรีวัยทองจะมีภาวะโภชนาการที่ดีนั้นจะต้องมีพฤติกรรมด้าน

ความรู้ทางการบริโภคอาหารครบทั้ง 3 ส่วนประกอบ จึงไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยของศุภลักษณ์ ทองนุ่น (2552) ที่พบว่า ความรู้ทางการบริโภคอาหารไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ

3.2) ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยกับภาวะโภชนาการพบว่าพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p = 0.512$ ($p > 0.050$) ซึ่งขัดแย้งกับผลการวิจัยของศุภลักษณ์ ทองนุ่น (2552) ที่พบว่าพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ ซึ่งผลจากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่าผู้ที่มีภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานสามารถมีพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยอยู่ในระดับดี ผู้ที่มีภาวะโภชนาการดีสามารถมีพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยในระดับดี และพอใช้ ผู้ที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานที่ยังไม่จัดเป็นโรคอ้วนสามารถมีพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยในระดับดี และพอใช้ และผู้ที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานที่จัดเป็นโรคอ้วนสามารถมีพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยในระดับดี และพอใช้ ดังนั้นจึงไม่สามารถจำแนกได้ว่าผู้ที่มีพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยที่อยู่ในระดับดีจะสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการดี

ข้อจำกัดในงานวิจัย

วิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดในเรื่องของแบบสอบถามการวิจัยที่ใช้ลงเก็บข้อมูลและผลการวิจัยซึ่งแบบสอบถามในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ใช้เฉพาะกับกลุ่มตัวอย่างสตรีวัยทองที่มีอายุ 40-59 ปี หมู่ที่ 1 ตำบลสลักได อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์การนำแบบสอบถามในงานวิจัยนี้ไปใช้ในสถานที่อื่นจึงจำเป็นต้องพิจารณาถึงบริบทของกลุ่มตัวอย่างที่จะนำไปใช้ซึ่งควรจะมีลักษณะที่ใกล้เคียงกันและผลการวิจัยครั้งนี้เป็นผลจากการวัดของกลุ่มตัวอย่างการวิจัยไม่สามารถนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างแหล่งอื่นได้

ข้อเสนอแนะ

1. ควรทำการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยพฤติกรรมด้านปฏิบัติในหมู่บ้านอื่นของตำบลสลักไดด้วย เนื่องจากหมู่บ้านอื่นในตำบลสลักไดมีวิถีชีวิตที่แตกต่างกันออกไป เพื่อนำข้อมูลมาจัดรูปแบบการให้โภชนศึกษาได้สอดคล้องกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
2. ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารระหว่างหมู่บ้านที่อยู่ใกล้เคียงที่อยู่ในตำบลเดียวกันว่ามีความแตกต่างกันหรือไม่ และมีปัจจัยที่สัมพันธ์
3. ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบความรู้ทางด้านโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการระหว่างตำบลสลักไดและตำบลใกล้เคียงที่อยู่ในอำเภอเดียวกันว่ามีความแตกต่างกันหรือไม่และมีปัจจัยใดที่สัมพันธ์กัน

เอกสารอ้างอิง

- กมลวรรณ เตชะฟอง. (2548).พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน. การค้นคว้าแบบอิสระวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาโภชนศาสตร์ศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- กมล อยู่สุข.(2551).พฤติกรรมการดูแลสุขภาพและภาวะโภชนาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน ในสถานธรรมไท่เอวี่ยน จังหวัดพิษณุโลก.การค้นคว้าแบบอิสระสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- กรมอนามัย. (2546).ข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพดีของคนไทย. [Online].เข้าถึงได้จาก <http://www.anamai.moph.go.th>
- กรมอนามัย.(2548).การเลือกซื้ออาหารพร้อมปรุง.กองสุขภาพิบาลอาหาร กระทรวงสาธารณสุข.[Online].เข้าถึงได้จาก www.agri.ubru.ac.th
- กรมอนามัย.(2550).ข้อกำหนดด้านสุขภาพิบาลสำหรับร้านอาหาร.กรุงเทพมหานคร: กองสุขภาพิบาลอาหารและน้ำ กระทรวงสาธารณสุข.
- กรมอนามัย.(2551).คู่มือการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน.(พิมพ์ครั้งที่6). นนทบุรี : กระทรวงสาธารณสุข.
- กรมอนามัย. (2551).โภชนบัญญัติ 9 ประการ.[Online].เข้าถึงได้จาก<http://www.anamai.moph.go.th>
- กรมอนามัย. (2556).กรมอนามัย เผยความดัน-เบาหวาน-กระดูกและข้อ 3 โรคฮิตในวัยทอง ระดมนักวิชาการสร้างความรู้รับมือ.[Online].เข้าถึงได้จากhttp://www.anamai.moph.go.th/ewt_news
- กรมอนามัย.(2553).สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ.[Online].เข้าถึงได้จาก<http://www.hed.go.th>
- กรมอนามัย. กองอนามัยครอบครัว.(2543).เอกสารส่งเสริมสุขภาพสตรีวัยก่อนและหลังหมดระดูเรื่องสตรีวัยหมดระดูสำหรับบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข. (พิมพ์ครั้งที่ 4).กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กรรณิการ์ พงษ์สนิท,อะเคื้อ อุนหะเลขกะ, และ ประพิมพ์ พุทธิรักษ์กุล. (2545).รายงานวิจัยเรื่องการเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่วัยหมดประจำเดือนของบุคลากรหญิง มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.เชียงใหม่: คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- กอบจิตต์ ลิ้มพยอม และคณะ. (2543).วัยหมดประจำเดือน.กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.
- ชลิต รัตนกุล.(2544). กินอย่างไรห่างไกลโรควัยทอง. ใน ศัยยา คงสมบูรณ์เวช(บรรณาธิการ),คู่มือคนรักสุขภาพ กินเพื่อสุขภาพ.(หน้า26). กรุงเทพฯ: สมาคมเภสัชกรรมโรงพยาบาล ประเทศไทย.
- ชิดชนก กัณกุล.(2548).พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในโรงเรียนพาณิชยการสุโขทัย.กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดวงพร สุตสุนทร.(2546).ปัจจัยที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพในด้านการบริโภคอาหารของบุคลากรทางการแพทย์โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เทพ หิมะทองคำ.(2550).การเคี้ยวรักษาโรคอ้วนและสมองเสื่อมได้จริงหรือ.วารสารโภชนาการ,42(2), 5-6.
- ัญญธร ยงพานิช. (2551).การปฏิบัติการดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน. การค้นคว้าแบบอิสระวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาโภชนศาสตร์ศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ธานีรินทร์ ศิลปจารุ.(2551).การวิจัยและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วย SPSS.กรุงเทพฯ : เอส.อาร์. พรินต์ติ้งแมสโปรดักส์.

- บุญตา กิริยานันท์.(2545).ภาวะโภชนาการ พฤติกรรมการด้านอาหารโภชนาการ และพฤติกรรมสุขภาพของ บุคคลวัยทำงาน จังหวัดพิษณุโลก พิจิตร และอุตรดิตถ์.นนทบุรี : กลุ่มงานโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- ประไพศรี ศิริจักรวาล.(2551).อาหารและโภชนาการกับวงจรชีวิต ใน สุนาฏ เตชางาม และชนิดา ปิไธการ (บรรณาธิการ),การประเมินตนเองสู่การเป็นนักกำหนดอาหารวิชาชีพ (หน้า 24).กรุงเทพฯ: กลุ่มงานโภชนวิทยา โรงพยาบาลราชวิถี.
- พุทธชาติ สงวนจันทร์.(2550).ความรู้ทางโภชนาการ การบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของครูโรงเรียน เอกชน.วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาโภชนศาสตร์ศึกษา, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วิจิต อินทร์ลำพันธ์. (2549). ภาวะเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ของประชาชนอายุ 40 ปีขึ้นไป จังหวัด สุพรรณบุรี.สารนิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาวิทยาการสังคมและการจัดการ ระบบสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- วรวรรณ วิสวะกุล.(2545).พฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรีวัยหมดประจำเดือน ในชุมชนพัฒนาภู่เต้า ตำบลศรีภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่.การค้นคว้าแบบอิสระ ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาโภชนศาสตร์ศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศัลยา สมบูรณ์เวช. (2551).กินอย่างไรไม่ให้อ้วน ไม่มีโรค.(พิมพ์ครั้งที่ 6).กรุงเทพฯ : อัมรินทร์พรินต์ติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- ศุภลักษณ์ ทองนุ่น. (2552).การศึกษาความรู้ทางด้านโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร และภาวะ โภชนาการของบุคลากรโรงพยาบาลกล้วยน้ำไท กรุงเทพมหานคร.การค้นคว้าแบบอิสระปริญญาโท วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาคหกรรมศาสตร์, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร.
- สง่า ตามาพงษ์ สุจิตต์ สาลีพันธ์ และแสงโสม ลิ่นะวัฒน์.(2550).ข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคน ไทย.วารสารชมรมนักกำหนดอาหาร, 2-25(รวมเล่ม), 5-10
- สุเทพ เพชรมาก. (2550).คลินิกคนไทยไร้พุง ทางเลือกใหม่สำหรับผู้ต้องการลดรอบเอว.[Online].เข้าถึงได้จาก<http://hpc.5.anamai.moph.go.th>.
- สุมาลี ทองแก้ว และวลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์. (2546).อาหารสตรีวัยหมดประจำเดือน.(พิมพ์ครั้งที่ 2).กรุงเทพฯ : บ้านปัญญา.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2552).การสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากรพ.ศ. 2552(พฤติกรรมการ บริโภคอาหาร).[Online].เข้าถึงได้จาก <http://service.nso.go.th>
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.(2540).แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม แห่งชาติฉบับที่ 8(พ.ศ. 2540-2544).[Online].เข้าถึงได้จาก <http://www.nesdb.go.th>
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.(2550). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม แห่งชาติ ฉบับที่ 10(พ.ศ. 2550-2554).[Online].เข้าถึงได้จาก <http://www.nesdb.go.th>