

ทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังของนิสิตแพทย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

มณัญญา มัลลิกันนท์ พย.บ.*, ศรีญญา ด้านกุลประเสริฐ ภ.บ.* และ รุจามา เพชรเจริญ พ.บ.*

บทคัดย่อ

ความเป็นมา : เครื่องดื่มชูกำลังเป็นเครื่องดื่มผสมคาเฟอีน ช่วยกระตุ้นให้ร่างกายมีความพร้อมต่อการเรียน แต่การบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังในปริมาณมากอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพร่างกายได้เช่นกัน

วัตถุประสงค์ : เพื่อศึกษาทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังของนิสิตแพทย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

วิธีการศึกษา : เป็นงานวิจัยเชิงพรรณนา กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตแพทย์ ชั้นปีที่ 1 – 6 มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2562 จำนวน 985 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามออนไลน์เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังที่ออกแบบโดยผู้วิจัย มีค่าความเชื่อมั่นระหว่าง 0.5 – 1 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ Chi-square, Fisher's exact และ Mann-Whitney U นำเสนอผลการวิจัยด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และร้อยละ

ผลการศึกษา : กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามทั้งหมด 388 คน (ร้อยละ 39.40) พบว่านิสิตแพทย์ที่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง 187 คน (ร้อยละ 48.20) โดยข้อมูลด้านเพศและชั้นปีที่กำลังศึกษาของนิสิตแพทย์ระหว่างกลุ่มที่บริโภคและไม่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับทัศนคติของนิสิตแพทย์ต่อเครื่องดื่มชูกำลัง พบว่ากลุ่มที่บริโภคและไม่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังมีทัศนคติในระดับปานกลาง (3.30 และ 2.66 ตามลำดับ) ส่วนพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง พบว่านิสิตแพทย์ส่วนใหญ่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังยี่ห้อ M-150 ความถี่ในการบริโภคอยู่ในช่วงน้อยกว่าหรือเท่ากับ 4 ครั้งต่อเดือน วัตถุประสงค์หลักของการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง คือ การอ่านหนังสือ การสอบ และการพักผ่อนไม่เพียงพอ

สรุปและข้อเสนอแนะ : นิสิตแพทย์มีทัศนคติต่อเครื่องดื่มชูกำลังในระดับปานกลาง ส่วนพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง พบว่านิสิตแพทย์ส่วนใหญ่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังยี่ห้อ M-150 ความถี่ในการบริโภคอยู่ในช่วงน้อยกว่าหรือเท่ากับ 4 ครั้งต่อเดือน วัตถุประสงค์หลักของการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังเพื่อการศึกษา อย่างไรก็ตามการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังในปริมาณมาก อาจเกิดพฤติกรรมเสพติดได้เช่นกัน ดังนั้น การส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับผลกระทบจากการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังให้แก่นิสิตแพทย์ จึงเป็นอีกหนึ่งในองค์ประกอบของการส่งเสริมสุขภาพที่มีความสำคัญ

คำสำคัญ : เครื่องดื่มชูกำลัง นิสิตแพทย์ พฤติกรรมการบริโภค ทัศนคติ

*ศูนย์แพทยศาสตรศึกษาชั้นคลินิก โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช

ติดต่อเกี่ยวกับบทความ : มณัญญา มัลลิกันนท์ E-mail : Research.taksin@hotmail.com

วันที่รับเรื่อง : 17 กันยายน 2563 วันที่ส่งแก้ไข : 12 พฤศจิกายน 2563 วันที่ตีพิมพ์ : 4 ธันวาคม 2563

ATTITUDE AND BEHAVIOR OF ENERGY DRINK CONSUMPTION OF MEDICAL STUDENTS, NARESUAN UNIVERSITY

Mananchaya Manlikanon B.N.S.*, Sarunya Dankunprasert Pharm.D.* and Rujapa Pechjaroen M.D.*

ABSTRACT

BACKGROUND : Energy drink was caffeinated beverages and can stimulate the body to be ready for learning. However, behavior of energy drink consumption can have the negative impact on health.

OBJECTIVE : To study the attitude and behavior of energy drink consumption of medical students, Naresuan University.

METHODS : The research was descriptive. The sample was 985 medical students in 1st–6th year, academic year 2019, Naresuan University. Research instrument was online questionnaire designed by the researcher about general data, attitude and behavior of energy drink consumption and the internal of consistency between 0.50 – 1.00 using IOC. Data was analyzed by Chi-square test, Fisher's exact test and Mann-Whitney U test. The research results were presented with descriptive statistics such as mean and percentage.

RESULTS : The results showed that there were 388 respondents (39.40%) and 187 medical students consumed the energy drinks (48.20%). The gender and study year were statistically significant differences between the consumed and unconsumed group. Medical students' attitudes towards energy drinks were moderate level in both groups (3.30 and 2.66). In the behavior of energy drink consumption, found that most of medical students consumed the M-150 brand and the frequency of consumption was less than or equal 4 times per month. The main objectives of energy drink consumption were for studying, preparing for the examination and making them awake when sleep deprivation.

CONCLUSIONS AND DISCUSSIONS : Medical students' attitudes towards energy drinks were moderate level. The behavior of energy drink consumption, found that most of the medical students consumed the M-150 brand and the frequency of consumption was less than or equal 4 times per month. The main objectives of energy drink consumption were for education. However, the consuming a plenty of energy drinks may lead to an addiction. Therefore, promoting the effects of energy drink consumption to the medical students was important element of health promotions.

KEYWORDS : energy drink, medical student, consumption behavior, attitude

*Somdejphrajaotaksinmaharaj Hospital Medical Education Center

Corresponding Author : Mananchaya Manlikanon E-mail : taksin@hotmail.com

Accepted date: 17 September 2020 Revise date: 12 November 2020 Publish date: 4 December 2020

ความเป็นมา

เครื่องดื่มชูกำลัง เป็นเครื่องดื่มผสมคาเฟอีน ซึ่งเป็นอาหารควบคุมเฉพาะตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขฉบับที่ 214 (พ.ศ.2524) ซึ่งวัตถุประสงค์ของการบริโภคเครื่องดื่มผสมคาเฟอีนส่วนมาก คือ ลดความง่วง กระตุ้นความคิด ลดความเหนื่อยล้า เพิ่มความกระปรี้กระเปร่าและกระฉับกระเฉง เป็นต้น¹ ทั้งนี้ หากผู้บริโภคมีการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังเกินขนาดหรือบริโภคติดต่อกันเป็นเวลานาน อาจทำให้เกิดอันตรายได้ อาทิ เกิดอาการกระสับกระส่าย คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้องแบบตะคริว ใจสั่น หัวใจเต้นเร็ว ความดันเลือดสูงมีอาการเกร็งของกล้ามเนื้อ ชัก และอาจเสียชีวิตได้ในที่สุด² ดังนั้น สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) จึงกำหนดมาตรการในการควบคุมเครื่องดื่มผสมคาเฟอีนที่จำหน่ายในราชอาณาจักร เช่น เครื่องดื่มชูกำลัง ให้มีคาเฟอีนเป็นส่วนผสมได้ในปริมาณไม่เกิน 50 มิลลิกรัมต่อหน่วยบรรจุ นอกจากนี้ ในอดีตเครื่องดื่มชูกำลังเป็นที่นิยมเฉพาะในกลุ่มผู้ใช้แรงงาน แต่ในปัจจุบันมีการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังในหลากหลายสาขาอาชีพ รวมทั้งกลุ่มนิสิตแพทย์ เป็นต้น³

ปัจจุบัน ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังในนิสิตนักศึกษาแพทย์ได้แพร่หลายและปรากฏภาพชัดเจนมากขึ้น ในฐานะเครื่องดื่มที่ช่วยกระตุ้นการตื่นตัวของร่างกายให้มีความพร้อมต่อการเรียน โดยในประเทศกำลังพัฒนา เช่น มอลตา ได้ศึกษาแนวโน้มของการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังของนิสิตนักศึกษาแพทย์และพบว่ามียอดรณแนวโน้มเพิ่มสูงมากขึ้น โดยเหตุผลหลักของการบริโภคก็เพื่อการศึกษา แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น กลับพบว่ากลุ่มนิสิตนักศึกษาแพทย์ได้รับผลกระทบทางจิตจากการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง เช่น สมาธิสั้นกว่าเดิมและเกิดความวิตกกังวลมากขึ้น⁴ นอกจากนี้ในประเทศ

อิตาลียังได้ศึกษาการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังในกลุ่มนิสิตนักศึกษาแพทย์ โดยเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มคนที่บริโภคกับไม่บริโภค ตามช่วงอายุ เพศ การบริโภคร่วมกับกาแฟและเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ตลอดจนผลแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นหลังบริโภค พบว่าตัวแปร อาทิ ปริมาณการบริโภคและความถี่ของการบริโภค เป็นต้น มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อีกทั้ง ยังมีการพบอาการแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นกับนิสิตนักศึกษาแพทย์ อันมีสาเหตุมาจากการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังร่วมกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วย⁵

จากผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังนั้น ผู้วิจัยในฐานะนิสิตแพทย์จึงเกิดคำถามการวิจัยที่สำคัญ 2 ประการ ได้แก่ นิสิตแพทย์มีทัศนคติอย่างไรต่อการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังของนิสิตแพทย์เป็นอย่างไร โดยศึกษาเปรียบเทียบนิสิตแพทย์ในกลุ่มชั้นปรีคลินิก (ชั้นปีที่ 1-3) ที่มีการเรียนการสอนเฉพาะทางด้านวิทยาศาสตร์และวิทยาศาสตร์การแพทย์พื้นฐาน กับกลุ่มชั้นคลินิก (ชั้นปีที่ 4-6) ที่มีการเรียนการสอนโดยเน้นการฝึกปฏิบัติ ณ โรงพยาบาลแหล่งฝึก โดยประโยชน์ของงานวิจัยนี้ จะสามารถนำไปกำหนดแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพของนิสิตแพทย์ ตลอดจนปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังต่อไปในอนาคต

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังของนิสิตแพทย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

วิธีการศึกษา

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงพรรณนา เป็นการสำรวจแบบออนไลน์ กลุ่มตัวอย่าง คือนิสิตแพทย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ชั้นปีที่ 1-6 ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร และศูนย์แพทยศาสตรศึกษาชั้นคลินิกของโรงพยาบาลสถาบันเครือข่ายทั้ง 6 แห่ง ได้แก่ รพ.มหาวิทยาลัยนเรศวร รพ.อุดรดิตถ์ รพ.พุทธชินราช พิษณุโลก รพ.พิจิตร รพ.แพร่ และรพ.สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช ปีการศึกษา 2562 จำนวน 985 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามที่พัฒนาขึ้นโดยคณะผู้วิจัยและผ่านการทดสอบความตรงของเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน มีค่าดัชนีความสอดคล้องของคำถาม (IOC) มากกว่า 0.5 แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 7 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ หลักสูตรการเข้ารับนิสิต ระดับชั้นการศึกษา ศูนย์แพทย์ที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นคลินิก เกรดเฉลี่ยภาคเรียนล่าสุด (GPA) และเกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX)

ส่วนที่ 2 ทัศนคติต่อการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ คำถามเกี่ยวกับทัศนคติต่อเครื่องดื่มชูกำลังที่พัฒนาขึ้นโดยคณะผู้วิจัย กำหนดคะแนนโดยใช้ระดับการวัดข้อมูลเป็นอันตรภาคชั้น (Likert Scale) ตั้งแต่ 1-5 คะแนน โดยเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนแบ่งออกเป็น 5 ระดับ ได้แก่

- 4.21 – 5.00 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด
- 3.41 – 4.20 หมายถึง เห็นด้วยมาก
- 2.61 – 3.40 หมายถึง เห็นด้วยปานกลาง
- 1.81 – 2.60 หมายถึง เห็นด้วยน้อย
- 1.00 – 1.80 หมายถึง เห็นด้วยน้อยที่สุด

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง จำนวน 6 ข้อ ได้แก่ ยี่ห้อ ความถี่ในการบริโภค เครื่องดื่มชูกำลัง วัตถุประสงค์ในการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง ประสิทธิภาพจากการบริโภคและการบริโภคในครั้งต่อไป

ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล ตั้งแต่วันที่ 1 ตุลาคม 2562 – วันที่ 31 มกราคม 2563 รวมระยะเวลาทั้งหมด 4 เดือน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา แสดงผลเป็นความถี่ ร้อยละและค่าเฉลี่ย และใช้สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ Chi-square, Fisher's exact และ Mann-Whitney U กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างชั้นปริคlinikกับชั้นคลินิกที่มีต่อการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง อนึ่ง งานวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช หมายเลขโครงการที่ 9/2562

ผลการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม 388 คน (ร้อยละ 39.40 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด) โดยพบว่า นิสิตแพทย์ที่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง 187 คน (ร้อยละ 48.20) ลักษณะทั่วไปของนิสิตแพทย์ที่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย 103 คน (ร้อยละ 55.10) ศึกษาในโครงการระบบปกติ 112 คน (ร้อยละ 59.90) กำลังศึกษาในระดับชั้นปริคlinik 95 คน (ร้อยละ 50.80) และพบมากที่สุดที่นิสิตแพทย์ชั้นปีที่ 4 จำนวน 57 คน (ร้อยละ 30.50) ส่วน GPA เฉลี่ยในกลุ่มที่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังเท่ากับ 3.37 และ GPAX เฉลี่ยเท่ากับ 3.44 ลักษณะทั่วไปด้านเพศและชั้นปีที่กำลังศึกษาของนิสิตแพทย์ระหว่างกลุ่มที่บริโภคและไม่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ลักษณะทั่วไปของนิสิตแพทย์ (n=388)

ลักษณะทั่วไป	กลุ่มที่บริโภค		กลุ่มที่ไม่บริโภค		p-value
	จำนวน	%	จำนวน	%	
1. เพศ					0.001**
ชาย	103	55.10	72	35.80	
หญิง	84	44.90	129	64.20	
2. โครงการ					0.611**
New track	75	40.10	88	43.80	
ระบบปกติ	112	59.90	113	56.20	
3. ระดับชั้น					0.334*
ปรีคลินิก (ปี 1-3)	95	50.80	118	58.70	
คลินิก (ปี 4-6)	92	49.20	83	41.30	
4. ชั้นปีที่กำลังศึกษา					0.045**
ชั้นปีที่ 1	11	5.90	18	9.00	
ชั้นปีที่ 2	37	19.80	35	17.40	
ชั้นปีที่ 3	47	25.10	65	32.30	
ชั้นปีที่ 4	57	30.50	39	19.40	
ชั้นปีที่ 5	28	15.00	23	11.40	
ชั้นปีที่ 6	7	3.70	21	10.40	
5. GPA (mean $\pm$ SD)	3.37 $\pm$ 0.45		3.47 $\pm$ 0.42		0.232***
6. GPAX (mean $\pm$ SD)	3.44 $\pm$ 0.41		3.54 $\pm$ 0.32		0.381***

* Chi-square, ** Fisher's exact, *** Mann-Whitney U

ลักษณะทั่วไปของนิสิตแพทย์กลุ่มที่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง จำนวน 187 คน เมื่อเปรียบเทียบกับระหว่างกลุ่มระดับชั้นปรีคลินิกและกลุ่มระดับชั้นคลินิก พบว่าค่าเฉลี่ยอายุของกลุ่มระดับชั้นปรีคลินิก คือ 22.74 ปี และกลุ่มระดับชั้นคลินิก คือ 26.67 ปี ทั้งนี้ นิสิตแพทย์กลุ่มระดับชั้นปรีคลินิกที่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังส่วนใหญ่อยู่ในโครงการระบบปกติร้อยละ 70.60 แต่กลุ่มระดับชั้นคลินิกจะอยู่ในโครงการ New Track ร้อยละ 53.20

ส่วน GPAX เฉลี่ยในกลุ่มระดับชั้นปรีคลินิก คือ 3.53 และกลุ่มระดับชั้นคลินิก คือ 3.37 โดยลักษณะทั่วไปของนิสิตแพทย์ในด้านค่าเฉลี่ยอายุ โครงการและ GPAX เฉลี่ย ระหว่างกลุ่มระดับชั้นปรีคลินิกและกลุ่มระดับชั้นคลินิก มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ลักษณะทั่วไปของนิสิตแพทย์กลุ่มที่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง (n=187)

ลักษณะทั่วไป	กลุ่มชั้นปริคลินิก (n=95)		กลุ่มชั้นคลินิก (n=92)		p-value
	จำนวน	%	จำนวน	%	
1. เพศ					0.278**
ชาย	58	61.10	45	48.90	
หญิง	37	38.90	47	51.10	
2. อายุ (ปี) (mean $\pm$ SD)	22.74 $\pm$ 3.84		26.67 $\pm$ 4.45		0.001***
3. โครงการ					0.001***
New track	28	29.40	49	53.20	
ระบบปกติ	67	70.60	43	46.80	
4. GPA (mean $\pm$ SD)	3.37 $\pm$ 0.49		3.38 $\pm$ 0.42		0.224***
5. GPAX (mean $\pm$ SD)	3.53 $\pm$ 0.37		3.37 $\pm$ 0.43		0.012***

** Fisher's exact, *** Mann-Whitney U

ทัศนคติต่อเครื่องดื่มชูกำลังของนิสิตแพทย์กลุ่มที่บริโภคและไม่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับเห็นด้วยปานกลาง (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 ทัศนคติของนิสิตแพทย์ต่อการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง (n=388)

ระดับชั้น	กลุ่มที่บริโภค (n=187)			กลุ่มที่ไม่บริโภค (n=201)		
	ค่าเฉลี่ย	$\pm$ SD	ระดับทัศนคติ	ค่าเฉลี่ย	SD	ระดับทัศนคติ
ปริคลินิก	3.25	0.63	เห็นด้วยปานกลาง	2.66	0.61	เห็นด้วยปานกลาง
คลินิก	3.09	0.59	เห็นด้วยปานกลาง	2.66	0.67	เห็นด้วยปานกลาง

พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังของนิสิตแพทย์ เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มชั้นปริคลินิกและกลุ่มชั้นคลินิก พบว่าทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังยี่ห้อ M-150 จำนวน 64 คน (ร้อยละ 67.40) และ 74 คน (ร้อยละ 80.50) ตามลำดับ ความถี่ในการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังอยู่ในช่วงน้อยกว่าหรือเท่ากับ 4 ครั้งต่อเดือน จำนวน 79 คน (ร้อยละ 51.30) และ 75 คน (ร้อยละ 48.70) ตามลำดับ วัตถุประสงค์ในการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังคือ เพื่อการศึกษาจำนวน 65 คน (ร้อยละ 68.50) และ

79 คน (ร้อยละ 85.80) ตามลำดับ โดยวัตถุประสงค์ลำดับที่ 1 คือ อ่านหนังสือ จำนวน 38 คน (ร้อยละ 40.10) และ 28 คน (ร้อยละ 30.50) ตามลำดับ วัตถุประสงค์ลำดับที่ 2 คือ การสอบ จำนวน 24 คน (ร้อยละ 25.20) และนอนหลับไม่เพียงพอ จำนวน 39 คน (ร้อยละ 42.40) และวัตถุประสงค์ลำดับที่ 3 คือ การพักผ่อนไม่เพียงพอ 38 คน (ร้อยละ 40.10) และ 28 คน (ร้อยละ 30.5) ตามลำดับ ทั้งนี้ การบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังมีประสิทธิภาพ จำนวน 44 คน (ร้อยละ 46.30) และ 45 คน (ร้อยละ 48.90) ตามลำดับ

และต้องการบริโภคในครั้งต่อไป 39 คน (ร้อยละ 41.10) และ 47 คน (ร้อยละ 51.10) ตามลำดับ อีกทั้งยังพบว่า พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง ด้านยี่ห้อและด้านวัตถุประสงค์ในการบริโภคเครื่องดื่ม

ชูกำลัง วัตถุประสงค์ลำดับที่ 1 และ 2 ระหว่างกลุ่ม ชั้นปรีคลินิกและกลุ่มชั้นคลินิก มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังของนิสิตแพทย์ (n=187)

พฤติกรรมการบริโภค เครื่องดื่มชูกำลัง	กลุ่มชั้นปรีคลินิก (n=95)		กลุ่มชั้นคลินิก (n=92)		p-value
	จำนวน	%	จำนวน	%	
1. ยี่ห้อ					0.050*
M-150	64	67.40	74	80.50	
กระทิงแดง	7	7.30	7	7.60	
Ready	6	6.40	7	7.60	
อื่น ๆ	18	18.90	4	4.30	
2. ความถี่ในการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง					0.766*
≤4 ครั้ง/เดือน	79	83.20	75	81.60	
5-15 ครั้ง/เดือน	10	10.50	8	8.70	
>15 ครั้ง/เดือน	6	6.30	9	9.70	
3. วัตถุประสงค์ในการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง					0.152**
ด้านการศึกษา	65	68.50	79	85.80	
ด้านอื่น ๆ	30	31.50	13	14.20	
3.1 วัตถุประสงค์ลำดับที่ 1					0.037*
อ่านหนังสือ	38	40.00	28	30.50	
การสอบ	19	20.00	23	25.00	
พักผ่อนไม่เพียงพอ	13	13.70	21	22.80	
การเรียนและการฝึกปฏิบัติ	8	8.40	14	15.20	
อื่น ๆ	17	17.90	6	6.50	
3.2 วัตถุประสงค์ลำดับที่ 2					0.012*
อ่านหนังสือ	20	21.10	32	34.70	
การสอบ	24	25.20	20	21.70	
พักผ่อนไม่เพียงพอ	18	18.90	9	9.80	
การเรียนและการฝึกปฏิบัติ	14	14.80	21	22.90	
อื่น ๆ	19	20.00	10	10.90	

ตารางที่ 4 (ต่อ)

พฤติกรรมการบริโภค เครื่องดื่มชูกำลัง	กลุ่มชั้นปรีคลินิก (n=95)		กลุ่มชั้นคลินิก (n=92)		p-value
	จำนวน	%	จำนวน	%	
3.3 วัตถุประสงค์ลำดับที่ 3					0.084*
อ่านหนังสือ	5	5.30	11	11.90	
การสอบ	10	10.50	17	18.40	
พักผ่อนไม่เพียงพอ	38	40.10	28	30.50	
การเรียนและการฝึกปฏิบัติ	15	15.70	14	15.30	
อื่น ๆ	27	28.40	22	23.90	
4. ประสิทธิภาพจากการบริโภค					0.104*
มีประสิทธิภาพ	44	46.30	45	48.90	
ไม่มีประสิทธิภาพ	17	17.90	12	13.10	
ไม่แน่ใจ	34	35.80	35	38.00	
5. การบริโภคในครั้งต่อไป					0.354*
บริโภคต่อไป	39	41.10	47	51.10	
ไม่บริโภคต่อ	22	23.20	16	17.40	
ไม่แน่ใจ	34	35.70	29	31.50	

*Chi-square

การวิเคราะห์ข้อมูล

จากผลการศึกษาพบว่านิสิตแพทย์ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 388 คน แบ่งเป็นกลุ่มที่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง 187 คน หรือคิดเป็นเกือบร้อยละ 50 ของนิสิตแพทย์ที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด จึงอาจกล่าวได้ว่า กลุ่มนิสิตแพทย์จำนวนมากมีการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง สอดคล้องกับงานวิจัยที่นำเสนอว่า นักศึกษาแพทย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มนักศึกษาเพศชายจะมีแนวโน้มอัตราการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังเพิ่มสูงขึ้นขณะเรียนหนังสือ⁵ นอกจากนี้ยังพบว่ากลุ่มนิสิตแพทย์ที่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง ส่วนใหญ่จะเป็นนิสิตแพทย์ชั้นปีที่ 4 (ชั้นคลินิก) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่นำเสนอให้เห็นถึงความสำคัญของ

การเรียนในชั้นคลินิก ซึ่งนิสิตแพทย์จะเน้นการฝึกปฏิบัติงานร่วมกับสหวิชาชีพบนหอผู้ป่วย (Ward) ทั้งในและนอกเวลาราชการ ไม่มีวันหยุดเสาร์-อาทิตย์หรือวันหยุดนักขัตฤกษ์ เหมือนนิสิตแพทย์ชั้นปรีคลินิก รวมทั้ง ยังมีภาระงานค่อนข้างมาก อาทิ การเขียนรายงานผู้ป่วย การอยู่เวร และการสอบ เป็นต้น ทำให้นิสิตแพทย์พักผ่อนไม่เพียงพอและเกิดอาการเหนื่อยล้าจากการเรียน เป็นต้น อีกทั้ง การศึกษานี้ ยังพบข้อสังเกตที่น่าสนใจ กล่าวคือ นิสิตแพทย์โครงการระบบปกติจะบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังมากกว่านิสิตแพทย์โครงการ New track

ซึ่งคณะผู้วิจัยพิจารณาว่า เนื่องจากเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์มีราคาถูกและหาซื้อได้ง่ายตามร้านสะดวกซื้อ จึงทำให้นิสิตแพทย์โครงการระบบปกติเลือกบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์แทนเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์อื่น ในขณะที่นิสิตแพทย์โครงการ New track นั้น เป็นกลุ่มนิสิตที่ถูกคัดเลือกมาจากบุคคลที่มีประสบการณ์การทำงานมาก่อน โดยนิสิตหลายคนมีรายได้จากการลาศึกษาต่อของหน่วยงานภาครัฐ รวมทั้ง นิสิตหลายคนมีรายได้จากอาชีพเสริมหรือธุรกิจส่วนตัว ดังนั้น ความแตกต่างทางสถานภาพทางการเงินและการเข้าถึงเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์จึงอาจเป็นหนึ่งในตัวแปรที่ส่งผลต่อการบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ได้เช่นกัน⁶

สำหรับทัศนคติต่อการบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์พบว่า นิสิตแพทย์ทั้งสองกลุ่มมีทัศนคติต่อเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับการศึกษาที่นำเสนอว่ากลุ่มนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยในประเทศตุรกีที่บรรลุนิติภาวะ (อายุ 18 ปีขึ้นไป) และเคยบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ มีทัศนคติต่อเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ว่าเป็นเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ที่บริโภคได้ตามปกติ อีกทั้งกลุ่มนักศึกษานี้ยังมีความรู้ความเข้าใจถึงอันตรายของการบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ในปริมาณที่เหมาะสมและไม่เป็นโทษต่อร่างกาย เป็นต้น⁷ รวมทั้ง ยังสอดคล้องกับการศึกษาที่นำเสนอให้เห็นถึงการรับรู้และทัศนคติต่อการบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ของนักศึกษาแพทย์พบว่านักศึกษาแพทย์ส่วนมาก รับรู้ถึงผลกระทบของการบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์แต่ก็ยังบริโภค และมีทัศนคติต่อเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ในฐานะเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ให้พลังงานชนิดหนึ่ง⁸

ในขณะที่พฤติกรรมการบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ของนิสิตแพทย์นั้น พบว่า ตัวแปรด้านยี่ห้อด้านวัตถุประสงค์ในการบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ด้านวัตถุประสงค์ลำดับที่ 1 และ 2 ระหว่างกลุ่มระดับชั้นปริคณีกและกลุ่มระดับชั้นคลินิก

มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับงานวิจัยที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยพบว่าเมื่อนักศึกษาแพทย์ที่เคยดื่มเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์มากถึงร้อยละ 53.7 ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก และวัตถุประสงค์หลักของการดื่มเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ คือ การศึกษา ซึ่งนักศึกษาแพทย์จะดื่มเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ ในช่วงของการเรียน/การสอบมากที่สุด รองลงมา คือ เพื่อสร้างความตื่นตัวก่อนการทำกิจกรรมอื่น ๆ เป็นต้น³

ข้อค้นพบจากการศึกษานี้ พบว่าการบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์เป็นไปในทิศทางบวก เนื่องจากนิสิตแพทย์ใช้เครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ในฐานะเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ที่ทำให้สามารถบรรลุวัตถุประสงค์ในการศึกษา เช่น การอ่านหนังสือสอบ การสอบ การพักผ่อนไม่เพียงพอ และความไม่สดชื่น เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตาม การบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ในระยะเวลานาน อาจเกิดพฤติกรรมเสพติดได้ รวมทั้ง การบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์ไม่ได้มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อผลการเรียนของนิสิตแพทย์ ดังนั้น ผู้บริหารและอาจารย์แพทย์ควรสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลกระทบจากการบริโภคเครื่องตี้นักศึกษาแพทย์แก่นิสิตแพทย์ ซึ่งเป็นองค์ประกอบของการส่งเสริมสุขภาพที่มีความสำคัญตลอดจน ควรค้นหาแนวทางหรือทางเลือกอื่น ๆ ทดแทนและแก้ปัญหาเรื่องการปรับตัวในการเรียนของนิสิตแพทย์ เช่น การจัดสรรเวลาปฏิบัติงานที่เหมาะสมกับบริบทของนิสิตแพทย์ การเตรียมตัวก่อนเรียนหรือโครงการพินิจสอนน้อง เป็นต้น

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

นิสิตแพทย์ที่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อยู่ในกลุ่มโครงการระบบปกติ กำลังศึกษาอยู่ในชั้นคลินิกและเป็นนิสิตชั้นปีที่ 4 มากที่สุด โดยข้อมูลด้านเพศและชั้นปีที่กำลังศึกษาของนิสิตแพทย์ระหว่างกลุ่มที่บริโภคและไม่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับทัศนคติของนิสิตแพทย์ต่อเครื่องดื่มชูกำลัง พบว่า กลุ่มที่บริโภคและไม่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังมีทัศนคติในระดับปานกลาง (3.30 และ 2.66 ตามลำดับ) ส่วนพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังพบว่า นิสิตแพทย์ส่วนใหญ่บริโภคเครื่องดื่มชูกำลังยี่ห้อ M-150 ความถี่ในการบริโภคอยู่ในช่วงน้อยกว่าหรือเท่ากับ 4 ครั้งต่อเดือน วัตถุประสงค์หลักของการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลัง คือ การอ่านหนังสือ การสอบและการพักผ่อนไม่เพียงพอ

REFERENCES

1. Sangdee C. Effects of caffeine on health. Thai J Pharmacol. 1999;21(Supp1):S43-64.
2. Prasith-thimet T, Suvarnakuta P. Energy drinks: are they really useful?. J Prapokklao Hosp Clin Med Educat Center. 2018;35(4):415-21.
3. Dangkrajang S, Teangrangsang S. Knowledge, attitude and behavior of energy-drink intake of medical students. Thammasat Med J. 2017;17(4):574-83.
4. Grech A, Axiak S, Pace L, Fondocaro D. A survey of energy drinks consumption amongst medical students and foundation year doctors in Malta. Malta Medical School Gazette. 2019;(3):59-66.
5. Casuccio A, Bonanno V, Catalano R, Cracchiolo M, Giugno S, Sciuto V, et al. Knowledge, attitudes and practices on energy drink consumption and side effects in a cohort of medical students. Journal of Addictive Diseases. 2015;34(4):274-83.
6. Oteri A, Salvo F, Caputi AP, Calapai G. Intake of energy drinks in association with alcoholic beverages in a cohort of students of the School of Medicine of the University of Messina. Alcohol Clin Exp Res. 2007;31(10):1677-80.
7. Attila S, Çakir B. Energy-drink consumption in college students and associated factors. Nutrition. 2011;27(3):316-22.
8. Imran S, Khan K, Maqsood I, Mehmood M, Tallae T. Perception and practice of energy drinks consumption by medical students of Wah medical college. Pakistan Armed Forces Medical Journal. 2018;68(5):1323-26.