

ภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน*

The Nutritional Status of the Students in Samakompayabanthai School In Songkwaee District, Nan Province*

ทิพย์สุดา ดวงแก้ว Tipsuda Duangkaew **
พนิดา ขวัญพรหม Panida Kwanprom**
ละอียศ รักขเลิศวงศ์ La-aiied Ruklertwong

บทคัดย่อ

การศึกษาแบบพรรณนาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย ประชากรได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 อายุระหว่าง 7-17 ปี ปีการศึกษา 2556 และ ปีการศึกษา 2557 จำนวน 536 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย สมุดบันทึกสุขภาพประจำตัวนักเรียน แบบบันทึกผลสรุปการชั่งน้ำหนัก และส่วนสูง แบบบันทึกการประเมินภาวะโภชนาการ โดยใช้เกณฑ์น้ำหนัก/อายุ ส่วนสูง/อายุ และน้ำหนัก/ส่วนสูง ของสำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ปี พ.ศ. 2555 วิเคราะห์ข้อมูล ใช้การแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ

ผลการศึกษาพบว่า ในปีการศึกษา 2556 และปีการศึกษา 2557 นักเรียนมีน้ำหนักโดยรวมน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 11.41 และ 8.79 ตามลำดับ มีส่วนสูงโดยรวมน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 15.59 และ 17.58 ตามลำดับ มีรูปร่างอ้วนร้อยละ 1.14 และ 1.47 ตามลำดับ และมีรูปร่างผอม ร้อยละ 3.42 และ 1.10 ตามลำดับ จากผลการศึกษาบ่งชี้ว่าปัญหาภาวะทุพโภชนาการ พบได้ทั้งนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนต้น และประถมศึกษาตอนปลาย ดังนั้นทีมสหวิชาชีพควรรหาแนวทางแก้ไขปัญหาภาวะทุพโภชนาการ ภาวะน้ำหนักน้อย และภาวะน้ำหนักมากกว่าเกณฑ์

คำสำคัญ: ภาวะโภชนาการ ประถมศึกษาตอนต้น ประถมศึกษาตอนปลาย

* ได้รับทุนอุดหนุนจากสมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทยฯ สาขาภาคเหนือ

** พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลน่าน จังหวัดน่าน

Abstract

The aim of this descriptive research was to study the nutrition status of the students in Samakom Payabanthai School. The populations were 536 students who were studying in year 1- year 6, aged between 7 and 17 years old during the school year 2013 and 2014. The instruments included student health record book, the total result of weight, and height measurement record. The nutritional status was calculated by body weight by age, height by age, and weight by height according to the standard score of Bureau of Nutrition, Department of Health, Ministry of Public Health, in 2012. The data was analyzed by using frequency and percentage.

The results showed that, between 2013 and 2014, the students have a weight less than the standard which are 11.42 and 8.79 percent respectively, the students have a height less than the standard which are 15.59 and 17.58 percent respectively, the percentage of overweight are 1.14 and 1.47 respectively, and the percentage of skinny body are 3.42 and 1.10, respectively. The results showed that the malnutrition status problems are found in both primary school and secondary school students. Therefore, the multidisciplinary team should cooperate to solve the problems of malnutrition both underweight and overweight students.

Key words: Nutritional Status, Primary School Students, Secondary School Students

ความเป็นมาและความสำคัญ

การเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการถือว่าเป็นเครื่องบ่งชี้ภาวะสุขภาพโดยรวมของเด็ก (ลัดดา เหมาะสุวรรณ, 2551) เด็กต้องได้รับสารอาหารเพื่อให้เกิดภาวะโภชนาการที่ดี โดยเฉพาะโปรตีน และพลังงาน หากขาดเป็นเวลานานจะทำให้รูปร่างเตี้ยและผอม ขาวน้ปัญหาลดลง การเรียนรู้ช้า เฉื่อยชา ภูมิคุ้มกันต้านโรคต่ำ (สุธี สฤกษ์ศิริ, 2555) ปัจจัยที่ส่งเสริมให้เด็กได้รับสารอาหารที่มีประโยชน์ เช่น ฐานะทางเศรษฐกิจ ความรู้ความตระหนักของบิดามารดา ความเชื่อในกลุ่มเผ่า การถ่ายทอดพันธุกรรมจากบิดามารดา เป็นต้น เนื่องจากเด็กวัยเรียนเป็นกลุ่มประชากรที่จะเจริญเป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติ จึงต้องมีสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์แข็งแรง ทั้งร่างกายและจิตใจ สติปัญญา และสังคมที่ดี เพื่อช่วยให้เล่าเรียนได้ ประสพผลสำเร็จเต็มที่ตามศักยภาพ เป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาคุณภาพของประชากร

โรงพยาบาลน่าน และโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทยสาขาภาคเหนือได้เห็นความสำคัญของการส่งเสริมภาวะโภชนาการของนักเรียน จึงได้ศึกษาภาวะ

โภชนาการของนักเรียนโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย โดยประเมินภาวะโภชนาการเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานของสำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2555 และเกณฑ์ของกระทรวงศึกษาในการประเมินโรงเรียนสู่ระดับเพชร เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้ไปจัดหาแนวทางในการส่งเสริมภาวะโภชนาการของนักเรียนต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 โรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน ในปีการศึกษา 2556 และปีการศึกษา 2557

ขอบเขตการศึกษา

มุ่งศึกษาในนักเรียนของโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย สาขาภาคเหนือ อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน ในปีการศึกษา 2556 และปีการศึกษา 2557 จำนวน 536 คน

นิยามศัพท์

ภาวะโชนาการ หมายถึง สภาวะของร่างกายที่เกิดจากการบริโภค โดยประเมินจากอายุ น้ำหนัก และส่วนสูง

ระดับประถมศึกษาตอนต้น หมายถึง ช่วงประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงประถมศึกษาปีที่ 3

ระดับประถมศึกษาตอนปลาย หมายถึง ช่วงประถมศึกษาปีที่ 4 ถึงประถมศึกษาปีที่ 6

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาภาวะโชนาการของนักเรียนโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย ใช้ค่าน้ำหนักตัวนักเรียนเทียบอายุ ส่วนสูงเทียบอายุ และน้ำหนักเทียบกับส่วนสูง ว่าเป็นลักษณะ ผอม อ้วน หรือสมส่วน เทียบกับเกณฑ์มาตรฐานของสำนักโชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และตามเกณฑ์ของกระทรวงศึกษาเข้าสู่ระดับเพชร คือน้ำหนักตัวต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ยไม่เกินร้อยละ 5 ส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์เฉลี่ยไม่เกินร้อยละ 5 ภาวะน้ำหนักเกิน หรืออ้วนกว่าเกณฑ์เฉลี่ยไม่เกินร้อยละ 5

วิธีการศึกษา

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาแบบพรรณนา (Descriptive research) ประชากรกลุ่มเป้าหมาย คือนักเรียนโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน ระดับประถมศึกษาตอนต้น และระดับประถมศึกษาตอนปลาย ที่ได้รับการตรวจสอบสุขภาพ ในปีการศึกษา 2556 จำนวน 263 คน และปีการศึกษา 2557 จำนวน 273 คน กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 536 คน

วิธีดำเนินการวิจัย สุ่มตัวอย่างข้อมูลย้อนหลัง โดยการทบทวนบันทึกการตรวจสอบสุขภาพของนักเรียนโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน ระดับประถมศึกษาตอนต้น และระดับประถมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2556 และปีการศึกษา 2557 จากแบบบันทึกข้อมูลสุขภาพประจำตัวนักเรียน แบบบันทึกสรุปผลการชั่งน้ำหนัก (กิโลกรัม) และส่วนสูง (เซนติเมตร) โดยครูประจำชั้นเป็นผู้บันทึกไว้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลสุขภาพประจำตัวนักเรียน แบบบันทึกสรุปผลการชั่งน้ำหนัก (กิโลกรัม) และส่วนสูง (เซนติเมตร) และเครื่องมือประเมินภาวะโชนาการ โดยใช้เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง เป็นเครื่องชี้วัดทางโชนาการ จัดทำและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยสำนักโชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2555 คือ น้ำหนักเทียบเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต (น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ) แปลผลภาวะโชนาการ ดังนี้ น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ แสดงว่าได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ ขาดอาหารเฉียบพลัน ส่วนสูงเทียบเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต (ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ) บอกลักษณะการเจริญเติบโตได้ว่า สูง ปกติ หรือ เตี้ย แปลผลภาวะโชนาการ ดังนี้ ส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์ คือ เตี้ย แสดงถึงการขาดอาหารแบบเรื้อรัง ได้รับสารอาหารไม่เพียงพอต่อเนื่องเป็นเวลานาน และน้ำหนักเทียบกับส่วนสูง (น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง) แปลผลภาวะโชนาการ จากการดูลักษณะการเจริญเติบโตว่ามีน้ำหนักเหมาะสมกับส่วนสูงหรือไม่ รูปร่างสมส่วน จะถือว่าภาวะโชนาการดีเมื่อมีการเจริญเติบโตด้านส่วนสูงสมวัย รูปร่างอ้วน ซึ่งมีโอกาสเกิดโรคแทรกซ้อน และรูปร่างผอม มีน้ำหนักน้อยกว่าเด็กที่มีส่วนสูงเท่ากัน แสดงว่าได้รับอาหารไม่เพียงพอ

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยสำรวจข้อมูลย้อนหลัง โดยการทบทวนบันทึกสุขภาพของนักเรียน วิเคราะห์ และนำเสนอข้อมูลในภาพรวม โดยไม่มีการเปิดเผยชื่อหรือนำข้อมูลส่วนบุคคลไปเผยแพร่

การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้การแจกแจงความถี่ และร้อยละ

ผลการศึกษา

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านกายภาพของนักเรียนโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย ในปีการศึกษา 2556 และปีการศึกษา 2557 พบภาวะทุพโชนาการของเด็กชั้นประถมปีที่ 1-6 มีภาวะขาดสารอาหารทั้งในระยะเวลายาว และภาวะขาดสารอาหารเรื้อรัง

ระยะยาว โดยใช้ค่าน้ำหนักตัวและส่วนสูง เทียบเคียงกับเกณฑ์มาตรฐาน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจำแนกตามภาวะขาดสารอาหารแสดงดังต่อไปนี้

1. การขาดสารอาหารในระยะเวลานั้น ประเมินจากระดับน้ำหนักตัวของนักเรียนเทียบกับเกณฑ์ พบว่าในปีการศึกษา 2556 มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 263 คน พบกลุ่มนักเรียนที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 11.41 โดยนักเรียนที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ส่วนใหญ่อยู่ในระดับชั้นประถมศึกษา

ตอนต้น (ป.1-3) ส่วนปีการศึกษา 2557 มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 273 คน พบกลุ่มนักเรียนที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 8.79 โดยนักเรียนที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ส่วนใหญ่ยังคงพบอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาตอนต้น เมื่อเทียบเคียงข้อมูลของ 2 ปีที่ศึกษา พบว่านักเรียนที่มีภาวะขาดสารอาหารในช่วงระยะเวลานั้นมีแนวโน้มลดจำนวนลง รายละเอียดแสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของนักเรียนที่มีน้ำหนักตัวต่ำกว่าเกณฑ์ จำแนกตามระดับชั้นและปีการศึกษา

ระดับชั้น	ชั้นเรียน	ปีการศึกษา 2556		ปีการศึกษา 2557	
		จำนวนนักเรียน (คน)	น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน (ร้อยละ)	จำนวนนักเรียน (คน)	น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน (ร้อยละ)
ประถมต้น	ป.1	64	8 (12.5)	67	7 (10.45)
	ป.2	44	10 (22.73)	58	3 (5.17)
	ป.3	45	0 (0.00)	34	3 (8.82)
	ป.4	47	8 (17.02)	41	1 (2.44)
ประถมปลาย	ป.5	27	2 (4.71)	47	10 (21.28)
	ป.6	36	2 (5.56)	26	0 (0.00)
รวม		263	30 (11.41)	273	24 (8.79)

2. การขาดสารอาหารเรื้อรังระยะยาว ประเมินจากส่วนสูงของนักเรียนเทียบกับเกณฑ์ พบว่าในปีการศึกษา 2556 ซึ่งมีจำนวนนักเรียน 263 คน พบกลุ่มนักเรียนที่มีส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์ จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 15.59 โดยนักเรียนที่มีส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์ส่วนใหญ่อยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาตอนต้น ส่วนปีการศึกษา 2557 มีจำนวนนักเรียน 273 คน พบ

กลุ่มนักเรียนที่มีส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์ จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 17.58 โดยนักเรียนที่มีส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์ส่วนใหญ่ยังคงพบอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาตอนต้น เมื่อเทียบเคียงข้อมูลของ 2 ปีที่ศึกษา พบจำนวนนักเรียนที่มีส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์เพิ่มมากขึ้น แสดงถึงภาวะขาดสารอาหารเรื้อรังระยะยาว ยังคงเป็นปัญหาต่อเนื่อง รายละเอียดแสดงดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของนักเรียนที่มีส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ จำแนกตามระดับชั้นและปีการศึกษา

ระดับชั้น	ชั้นเรียน	ปีการศึกษา 2556		ปีการศึกษา 2557	
		จำนวนนักเรียน (คน)	ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน (ร้อยละ)	จำนวนนักเรียน (คน)	ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน (ร้อยละ)
ประถมต้น	ป.1	64	8(12.5)	67	12(17.91)
	ป.2	44	14(31.82)	58	6(10.34)
	ป.3	45	0(0.00)	34	10(29.41)
ประถมปลาย	ป.4	47	11(23.40)	41	5(12.20)
	ป.5	27	4(14.81)	47	14(29.79)
	ป.6	36	4(11.11)	26	1(3.85)
รวม		263	41(15.59)	273	48(17.58)

3. การเปรียบเทียบน้ำหนักตัวและส่วนสูงของนักเรียน ผู้วิจัยนำผลการเปรียบเทียบน้ำหนักตัวและส่วนสูงมาจำแนกนักเรียนเป็น 3 กลุ่มคือ รูปร่างสมส่วน รูปร่างอ้วนและรูปร่างผอม พบว่า ปีการศึกษา 2556 นักเรียนชั้นประถมปีที่ 1-6 มีรูปร่างอ้วน ร้อยละ 1.14 และรูปร่างผอมร้อยละ 3.42 ส่วนในปีการศึกษา 2557 นักเรียนชั้นประถมปีที่ 1-6 มีรูปร่างอ้วนร้อยละ 1.47 และรูปร่างผอมร้อยละ 1.10 ซึ่งพบว่านักเรียนที่มีรูปร่างผอมมีจำนวนลดลง รายละเอียดแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ภาวะรูปร่างของนักเรียนจำแนกตามชั้นเรียนและปีการศึกษา

ชั้นเรียน	จำนวน (ร้อยละ) ของนักเรียนปีการศึกษา 2556				จำนวน (ร้อยละ) ของนักเรียนปีการศึกษา 2557			
	นักเรียน	สมส่วน	อ้วน	ผอม	นักเรียน	สมส่วน	อ้วน	ผอม
ป.1	64	62 (96.88)	0	2 (3.12)	67	65 (97.01)	2 (2.99)	0
ป.2	44	38 (86.37)	1(2.27)	5 (11.36)	58	58 (100)	0	0
ป.3	45	45 (100)	0	0	34	33 (97.06)	1 (2.94)	0
ป.4	47	46 (97.87)	0	1 (2.13)	41	40 (97.56)	0	1 (2.44)
ป.5	27	26 (96.30)	1(0.38)	0	47	46 (97.87)	0	1 (2.13)
ป.6	36	34 (94.44)	1(0.38)	1 (2.78)	26	24 (92.31)	1 (3.85)	1 (3.85)
รวม	263	251 (95.44)	3 (1.14)	9 (3.42)	273	266 (97.44)	4 (1.47)	3 (1.10)

อภิปรายผล

ผลการศึกษาพบว่าในปีการศึกษา 2556 และปีการศึกษา 2557 นักเรียนมีน้ำหนักโดยรวมน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 11.42 และ 8.79 ตามลำดับ ส่วนสูงโดยรวมน้อยกว่าเกณฑ์ร้อยละ 15.59 และ 17.58 ตามลำดับ แสดงว่ามีนักเรียนขาดสารอาหารในช่วงระยะเวลาสั้น (น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์) และขาดสารอาหารเป็นระยะเวลานาน (ส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์) นอกจากนี้นักเรียนยังมีภาวะโภชนาการเกิน (รูปร่างอ้วน) ร้อยละ 1.14 และ 1.47 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบกับผลการศึกษาคั้งนี้กับข้อมูลที่ได้จากรายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2552 พบว่านักเรียนมีภาวะขาดสารอาหารทั้งในช่วงระยะเวลาสั้น และขาดสารอาหารในช่วงระยะเวลานานมากกว่าข้อมูลที่รายงานไว้ ซึ่งข้อมูลที่รายงานไว้คือ นักเรียนอายุ 6-11 ปีขาดสารอาหารในช่วงเวลาสั้นร้อยละ 3.5 และขาดสารอาหารเป็นช่วงระยะเวลานาน ร้อยละ 4.1 อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาภาวะโภชนาการเกิน ผลการศึกษาคั้งนี้พบว่านักเรียนมีภาวะโภชนาการเกินทั้งปีการศึกษา 2556 และปีการศึกษา 2557 น้อยกว่าที่รายงานไว้ว่าเด็กวัยเรียนมีภาวะโภชนาการเกินร้อยละ 8

เมื่อเปรียบเทียบผลการศึกษาคั้งนี้กับผลการศึกษาในภูมิภาคอื่นๆ พบว่า นักเรียนมีน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ในอัตราที่ใกล้เคียงกัน จากผลการสำรวจเด็กวัยเรียนในเขตตรวจราชการเขต 10 และเขต 12 จำนวน 2,484 คน (กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ ศูนย์อนามัยที่ 6, 2554) พบว่า เด็กมีน้ำหนักตัวน้อย และค่อนข้างน้อยกว่าเกณฑ์ร้อยละ 11.6 มีความเตี้ยและค่อนข้างเตี้ยร้อยละ 9.1 และการสำรวจภาวะสุขภาพของนักเรียนในพื้นที่สาธารณสุขเขต 17 ครอบคลุม 3 จังหวัดคือ จังหวัดพิษณุโลก สุโขทัย และตากพบว่า นักเรียนอายุ 6-18 ปี มีน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ และค่อนข้างน้อยร้อยละ 10.0 มีความเตี้ยและค่อนข้างเตี้ยร้อยละ 7.6 สำหรับเรื่องรูปร่างท้วม เริ่มอ้วน และอ้วนมีร้อยละ 15.9 ซึ่งผลการศึกษานักเรียนโรงเรียน

สมาคมพยาบาลไทยปีการศึกษา 2557 และปีการศึกษา 2558 พบว่า มีอัตราภาวะโภชนาการเกิน (รูปร่างอ้วน) น้อยกว่าคือ ร้อยละ 1.14 และ 1.47 ตามลำดับ จากการศึกษาข้อมูลพื้นฐานของผู้ปกครองนักเรียนโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย แต่ละครอบครัวเป็นครอบครัวใหญ่ อาศัยมากกว่า 5 คนร้อยละ 53.60 และมากกว่า 10 คน ร้อยละ 13.80 มารดาไม่ได้เรียนหนังสือ ร้อยละ 66.94 และที่สำคัญนักเรียนเหล่านี้มีชาติพันธุ์เป็นชนเผ่าบนพื้นที่สูง ซึ่งมีลักษณะเตี้ย เป็นสาเหตุส่งเสริมต่อการเจริญเติบโตส่วนสูงของนักเรียนกลุ่มนี้ เหตุผลที่มีรูปร่างอ้วนเตี้ยอาจเนื่องจากระดับการศึกษาของครอบครัวโดยเฉพาะมารดาที่มีความสำคัญต่อภาวะโภชนาการของเด็ก ภาวะทุพโภชนาการมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อความแออัดในครอบครัวของเด็ก (Khan, et al. 2011)

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย อำเภอสองแคว ปีการศึกษา 2556 และปีการศึกษา 2557 ไม่เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุขที่ตั้งไว้ คือไม่เกินร้อยละ 5 ทั้งด้านน้ำหนักเทียบอายุ ส่วนสูงเทียบอายุ แสดงถึง การขาดสารอาหารที่มีประโยชน์ทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. ผู้บริหารหรือครูควรนำผลการวิจัยที่ได้ไปวางแผนจัดอบรมให้ความรู้แก่ผู้ปกครองนักเรียนด้านการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน โดยเฉพาะการเลือกอาหารที่มีสารอาหารครบถ้วน
2. จัดกลุ่มให้คำปรึกษาแนะนำเกี่ยวกับการเสริมโปรตีนแก่นักเรียนที่มีน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมของผู้ปกครองต่อการเลี้ยงดูบุตรที่น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ในเขตบ้านถ้ำเวียงแก จังหวัดน่าน

เอกสารอ้างอิง

- กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ ศูนย์อนามัยที่ 6. (2554). การสำรวจสภาวะสุขภาพเด็กวัยเรียนในเขตตรวจราชการที่ 10 และ 12. สืบค้นวันที่ 12 กรกฎาคม 2557 จาก http://203.157.71.148/Information/center/research%2054/ser_student.pdf.
- ชลทิศ อุไรฤกษ์กุล. (2554). หลักของการประเมินภาวะเจริญเติบโต. สืบค้นวันที่ 29 กรกฎาคม 2558 จาก <http://hpe4.anamai.moph.go.th/Surveillance/growth.php>.
- นภาพร เหมะเหม็ง, สุจิตรา สีหะอำไพ และรัตนภรณ์ เหมือนจันทร์. (2013). *สำรวจภาวะสุขภาพเด็กวัยเรียน ในพื้นที่สาธารณสุขเขต 17*. สืบค้นวันที่ 30 กรกฎาคม 2558 จาก http://hpc9.anamai.moph.go.th/research/index.php?option=com_content&task=view&id=139&Itemid=58
- ประยงค์ จินดาวงศ์. (2553). *วิธีการการประเมินภาวะโภชนาการด้วยการวัดส่วนต่างๆ ของร่างกาย ใน: หน่วยที่ 1-7 โภชนศาสตร์กับชีวิตมนุษย์*. เอกสารการสอนชุดวิชาโภชนาการสุขภาพ. มหาวิทยาลัย สุโขทัยธรรมาธิราช. (พิมพ์ครั้งที่ 25). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย สุโขทัยธรรมาธิราช, 9-20.
- โรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย. (2556). *แบบสรุปภาวะโภชนาการเด็กนักเรียน โรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน*. น่าน: โรงเรียน. (อัดสำเนา).
- โรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย. (2557). *แบบสรุปภาวะโภชนาการเด็กนักเรียน โรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน*. น่าน: โรงเรียน. (อัดสำเนา).
- ลัดดา เหมาะสุวรรณ. (2551). *โภชนาการในเด็กไทย ใน 10 ปี ทศวรรษเพื่อเด็กและภูมิปัญญาของครอบครัว* : สายฤดี วรกิจโกศาธร, บัญญัติ ยงยวน, สาวิตรี ทยานศิลป์ บรรณาธิการ นครปฐม: สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล, 49-52
- ลัดดา เหมาะสุวรรณ. (2554). *ภาวะโภชนาการของเด็ก*. ใน วิชัย เอกพลากร (บรรณาธิการ), *รายงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2: สุขภาพเด็ก*.
- สำนักงานสำรวจ สุขภาพประชาชนไทย สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.นนทบุรี: บริษัท เดอะ กราฟิโก ซิสเต็มส์ จำกัด, 103-125.
- ลัดดา เหมาะสุวรรณ. (2555). *ความสำคัญของเครื่องชี้วัดทางโภชนาการใน คู่มือเครื่องชี้วัดทางโภชนาการและโรคที่เกี่ยวข้อง*. กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์, 7-22.
- ลัดดา เหมาะสุวรรณ ในวิชัย เอกพลากร บรรณาธิการ. (2553). *ภาวะโภชนาการของเด็ก ในการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551- 2552*. นนทบุรี : เดอะกราฟิโกซิสเต็มส์.
- ลัดดา เหมาะสุวรรณ. (2556). *รายงานการสำรวจพฤติกรรมกรรมการบริโภค ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมสุขภาพเด็กอายุ 6 เดือน -14 ปี ตำบลควนรู*. สืบค้นวันที่ 1 กันยายน 2558 จาก <http://consumersouth.org/files/3756>
- ศิรินุช ชมโท. (2555). *เครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการและโรคที่เกี่ยวข้องในเด็ก* ใน ลัดดา เหมาะสุวรรณ และอุไรพร จิตต์แจ้ง (บรรณาธิการ), *เครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการและโรคที่เกี่ยวข้อง*. กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก ในพระบรมราชูปถัมภ์.
- สุธี สฤกษ์ศิริ. (2555). *ภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียน เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร*. *วารสารสาธารณสุขศาสตร์*. 42(1), 77-87.
- Khan, et all. (2011). *Malnutrition in primary school-age children: A case of urban and slum areas of Bahawalpur, Pakistan*. *International Journal of Social Economics*. 38(9), 748-766.