

นิพนธ์ต้นฉบับ

เปรียบเทียบระดับการรับรู้และการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง ของนักศึกษาปริญญาตรีสองกลุ่มคณะ ในมหาวิทยาลัยขอนแก่น

วัชรพงศ์ สมยา⁽¹⁾, สุวลี โลวีกรณ⁽²⁾

วันที่ได้รับต้นฉบับ: 2 เมษายน 2562

วันที่ตอบรับการตีพิมพ์: 21 มิถุนายน 2562

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional descriptive study) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบระดับการรับรู้และการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือวิจัยในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักศึกษาปริญญาตรีช่วงวัยเจนเนอเรชั่นวาย ระหว่างนักศึกษาสาขาเทคโนโลยีการอาหาร คณะเทคโนโลยี กับนักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์ จำนวนคณะละ 133 คน ซึ่งดำเนินการระหว่างช่วงเดือนมกราคม 2561-มีนาคม 2561

ผลการศึกษา พบว่า นักศึกษาทั้งสาขาเทคโนโลยีการอาหารและคณะสาธารณสุขศาสตร์ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 80.45 และ 82.71 ตามลำดับ มีอายุระหว่าง 18-23 ปี โดยนักศึกษาทุกคนทั้งสองกลุ่มคณะบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง รวมทั้งมีการรับรู้ด้านความหมายของผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value= 0.004) โดยสาขาเทคโนโลยีการอาหารมีการรับรู้ในระดับสูง แต่คณะสาธารณสุขศาสตร์มีการรับรู้ในระดับปานกลาง ส่วนการรับรู้ประโยชน์และการรับรู้ถึงส่วนประกอบและผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการบริโภค นักศึกษาทั้งสองกลุ่มคณะมีการรับรู้ในระดับสูง ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value>0.05) ในขณะที่การรับรู้ถึงแรงจูงใจในการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน ทั้งสองกลุ่มคณะมีการรับรู้ในระดับปานกลาง ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value>0.05) รวมทั้งนักศึกษาทั้งสองกลุ่มคณะส่วนใหญ่มีความถี่ในการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานประเภทต่างๆ นานๆ ครั้ง บางครั้ง และไม่บริโภค

ดังนั้นจากข้อค้นพบที่ได้จากผลการศึกษา จึงควรส่งเสริมให้นักศึกษาช่วงวัยเจนเนอเรชั่นวายเกิดความตระหนักต่ออันตรายและความเสี่ยงทางด้านสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นจากการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง ติดต่อกันเป็นประจำหรือเป็นระยะเวลานาน เพื่อความคาดหวังให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม อันจะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพและช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค

คำสำคัญ: การรับรู้, การบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน, นักศึกษาปริญญาตรี, เจนเนอเรชั่นวาย

(1) ผู้รับผิดชอบบทความ: นักศึกษาหลักสูตร
สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาโภชนาการเพื่อสุขภาพ
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
(โทรศัพท์: 085-4529993,
e-mail: ttopwatcha@gmail.com)

(2) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาการบริหาร
สาธารณสุข การส่งเสริมสุขภาพ โภชนาการ
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Original Article

The Comparison on Levels of Perception and Consumption of Ready-to-Eat Foods, chilled ready meals & frozen ready meals among Two Groups of Undergraduate Students in Khon Kaen University

Watcharapong Somya⁽¹⁾, Suwalee Lowirakom⁽²⁾

Received Date: 2 April 2019

Accepted Date: 21 June 2019

Abstract

This research is a cross-sectional descriptive study. The aimed of this study was to compare on levels of perception and consumption of ready-to-eat foods, chilled ready meals and frozen ready meals. The questionnaire was used as a research tool for collecting data with undergraduate students at the ages of generation y between Food Technology students, Faculty of Technology and Public Health students, 133 persons per group. The study was conducted during January 2018 to March 2018.

The results of the study found that the most students of both groups were female, 80.45% and 82.71% respectively with ages ranged 18 to 23 years old. All of them had consumed ready-to-eat foods, chilled ready meals and frozen ready meals. The meaning perception of ready-to-eat foods was statistically significant different (p -value=0.004) with high-level perception for food technology students, but moderate-level perception for public health students. The benefits perception and the components perception with impacts of consumption, were high-level perception of both group students which statistically insignificant different (p -value> 0.05). The motivation perception of ready-to-eat foods, were moderate-level

perception of both group students which statistically insignificant different (p -value> 0.05). The frequencies of consumption on ready-to-eat foods in both groups were occasionally, sometimes, and none consumed.

Therefore, according to the results of these study findings, it should encourage the students at the ages of generation y to be aware of hazards and risks on health form long times consumption of ready-to-eat foods, chilled ready meals and frozen ready meals. For expectation, the students were adjusted the behavior on ready-to-eat foods consumption at the appropriate level. This will lead to health advantages and reduce the risk of diseases.

Keywords: Perception, Consumption of Ready-to-eat Foods, Undergraduate Students, Generation Y

(1) **Corresponding author:** Master of
Public Health Student in Nutrition and
Health, Faculty of Public Health,
Khon Kaen University
(Tel.: 085-4529993,
e-mail: ttopwatcha@gmail.com)

(2) Assistant Professor Department of
Public Health Administration, Nutrition,
Faculty of Public Health,
Khon Kaen University

บทนำ

ในสภาพสังคมปัจจุบัน วิธีการดำเนินชีวิตของ ผู้คนแตกต่างกันไปจากอดีต ต้องรีบเร่งแข่งขันกับเวลา จึงมี การปรับเปลี่ยนลักษณะการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะ ลักษณะหรือรูปแบบในการบริโภคอาหารให้สอดคล้อง กับกระแสโลกาภิวัตน์ โดยมีแนวโน้มว่าผู้คนในปัจจุบัน นิยมเลือกบริโภคอาหารที่ตอบสนองต่อความสะดวกสบาย ของตนเอง เพื่อขจัดปัญหาด้านเวลาอันเคร่งครัดและเพิ่ม ความรวดเร็วในการใช้ชีวิต หนึ่งในนั้นคือ อาหารพร้อม ทานแช่เย็นและแช่แข็ง ซึ่งเป็นอาหารที่ผ่านกระบวนการ แปรรูปทางอุตสาหกรรม โดยใช้อุณหภูมิในระดับแช่เย็น และแช่แข็ง เพื่อการรักษาคุณภาพ ความปลอดภัยและ ความสดใหม่ของอาหาร ก่อนส่งตรงถึงมือผู้บริโภค และ เพียงนำมาผ่านการอุ่นภายใต้เครื่องกำเนิดความร้อน อย่างไมโครเวฟ ก็สามารถรับประทานได้เลยทันที ซึ่ง สะท้อนให้เห็นได้จากการศึกษาของเซียน ไป (2558) ถึง ปัจจัยด้านวิธีการดำรงชีวิตต่อการเลือกซื้ออาหารแช่แข็ง ของผู้บริโภค พบว่า เหตุผลสำคัญที่ผู้บริโภคเลือก รับประทานอาหารแช่แข็ง เนื่องจากความสะดวก สามารถ พกพาติดตัวไปได้ง่าย รวมทั้งมีช่องทางการหาซื้อได้ที่ หลากหลาย เพียงนำเข้าเครื่องไมโครเวฟในระยะเวลา สั้นๆ ก็รับประทานได้ทันที จึงช่วยเพิ่มความคล่องตัวใน การใช้ชีวิต และสิ่งสำคัญมากกว่านั้น คือ ผลิตภัณฑ์ อาหารพร้อมทานมีอายุการเก็บรักษาได้ยาวนานกว่า อาหารสดตามธรรมชาติและอาหารปรุงสุกใหม่ รวมทั้งยัง สามารถเข้าถึงได้ในทุกเวลาและทุกโอกาส

ประกอบกับประเทศไทยมีศักยภาพในการผลิต แปรรูปและจัดจำหน่าย จึงเป็นผลให้ตลาดของผลิตภัณฑ์ อาหารพร้อมทานเติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว ไปพร้อมๆ กับ ความก้าวหน้าของเทคนิคการส่งเสริมการจำหน่ายผ่าน วิธีทางต่างๆ ทั้งในรูปแบบของสื่อกระแสหลัก เช่น โทรทัศน์ หรือวิทยุ และสื่อสังคมออนไลน์ โดยเฉพาะไลน์ เฟสบุ๊ก และยูทูบ จึงดึงดูดและช่วยให้ผู้บริโภคในทุกกลุ่มและทุก ช่วงวัยมีโอกาสรับรู้ถึงข้อมูลข่าวสาร อันนำไปสู่การตอบ สอนต่อความต้องการบริโภคในยุคปัจจุบัน โดยเฉพาะ ผู้คนในช่วงวัยรุ่น ซึ่งถือเป็นตัวแทนของกลุ่มคนช่วงวัย เจนเนอเรชั่นวาย ที่มีจำนวนประชากรใหญ่ที่สุดใน ประเทศไทย ราว 19 ล้านคนหรือคิดเป็นสัดส่วนเกือบ 1 ใน 3 ของประเทศ (ศูนย์วิจัยเศรษฐกิจและธุรกิจ ธนาการ ไทยพาณิชย์, 2557) ที่เติบโตมาพร้อมกับยุคก้าวกระโดด

ทางเทคโนโลยี อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์และอินเทอร์เน็ต จึงทำให้ช่วงวัยนี้นิยมความท้าทาย ชอบความแปลกใหม่ และการสร้างสรรค์ของสิ่งต่างๆ ที่แตกต่างแหวกแนวไป จากเดิม รวมทั้งการนิยมรับประทานอาหารนอกบ้าน ไม่ เน้นการปรุงประกอบอาหารรับประทานเอง ดังจะเห็นได้ จากการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือนใน ปี พ.ศ. 2529, 2547, และ 2556 พบว่าเจนเนอเรชั่น วายมีการใช้จ่ายกับการบริโภคอาหารสูงสุดถึงร้อยละ 77 เมื่อเทียบกับรายจ่ายทั้งหมดในส่วนอื่น ซึ่งมีสาเหตุหลัก มาจากพฤติกรรมการบริโภคที่เปลี่ยนแปลงไป รูปแบบ วิธีชีวิตสมัยใหม่ทำให้การปรุงประกอบอาหารเองลด น้อยลง จึงมีพฤติกรรมการรับประทานอาหารนอกบ้าน ร่วมกับการซื้ออาหารสำเร็จรูปเพิ่มสูงขึ้น (สถาบันวิจัย ประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2559)

ในการศึกษานี้ ผู้วิจัยมองว่า ผู้บริโภคควรมี ความตระหนักและความเข้าใจที่ถูกต้องต่อความเสี่ยงและ อันตรายที่อาจจะได้รับจากการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหาร พร้อมทานที่ติดต่อกันบ่อยครั้งหรือเป็นประจำ ซึ่งย่อม เป็นหนึ่งในสาเหตุสำคัญที่สามารถก่อให้เกิดผลกระทบ ทางด้านสุขภาพ เช่น ความไม่ปลอดภัยที่เกิดจากการ บริโภคสารในวัสดุบรรจุภัณฑ์ประเภทพลาสติก ที่ละลาย ปนเปื้อนลงในอาหาร ภายหลังจากการอุ่นหรือให้ความร้อน ด้วยไมโครเวฟ ซึ่งจากการศึกษาของ Cai (2013) บ่งชี้ ให้เห็นว่า พลาสติกชนิดโพลีสไตรีน (PS), โพลีโพรพิลีน (PP) และพอลิเอทิลีน เทเรทาเลท (PET) ซึ่งมัก นิยมใช้เป็นภาชนะบรรจุสำหรับอาหาร สามารถเกิดการ เคลื่อนย้ายของสารในวัสดุบรรจุภัณฑ์ลงสู่อาหารได้ ในขณะที่ให้ความร้อนด้วยไมโครเวฟ

ความไม่ปลอดภัยที่เกิดจากการบริโภคส่วนประกอบ ของวัตถุเจือปนและสารปรุงแต่งทางอาหารหลากหลาย ชนิดในอาหารพร้อมทาน ไม่ว่าจะเป็นสารกันเสีย สารกัน หิน สารแต่งสี กลิ่นและรส (เกลือ ผงชูรส) ซึ่งมักถูก พบว่า ใช้เป็นส่วนผสมเพื่อจุดประสงค์ในการช่วยยืดอายุ การเก็บรักษา และทำให้อาหารเกิดความคงสภาพอยู่ได้ นาน ซึ่งจากการศึกษาของสุระเดช ไชยตอกเกีย (2558) สะท้อนให้เห็นว่า บุคคลมีพฤติกรรมบริโภคอาหารชนิด เดิมซ้ำๆ กันทุกวันบ่อยครั้งร้อยละ 27.52 และบ่อยมาก ร้อยละ 8.03 ซื้ออาหารปรุงสำเร็จมาไว้รับประทานบางครั้ง ร้อยละ 37.38 และบ่อยครั้งร้อยละ 29.43 รับประทาน อาหารรสหวาน มันและเค็มบ่อยครั้งร้อยละ 35.45,

37.29, และ 34.94 ตามลำดับ ซึ่งล้วนแต่เป็นความเสี่ยงต่อการเกิดโรคในกลุ่มไม่ติดต่อชนิดเรื้อรัง เช่น การมีภาวะน้ำหนักเกินหรือโรคอ้วน เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจและหลอดเลือด ไขมันอุดตันในเส้นเลือด และการเกิดมะเร็งขึ้นได้ในอนาคต (สุลัดดา พงษ์อุทธา & วาทีณี คุณเผือก, 2558) รวมทั้งความไม่ปลอดภัยจากการบริโภคอาหารที่อาจมีส่วนประกอบของสารก่อภูมิแพ้ ซึ่งจะส่งผลโดยตรงต่อบุคคลที่มีภาวะภูมิไวเกิน และรวมไปถึงร้อยละ 90 ของบุคคลทั่วไป ที่ไม่ทราบว่าตนเองมีอาการแพ้อาหารใน 8 กลุ่มชนิด อาทิ ถั่วเหลือง ถั่วลิสง แป้งสาลี นม ไข่และอาหารทะเล (กุ้ง ปลาทะเลและผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนประกอบมาจากทะเล) (The food science and technology association of Thailand, 2016)

จากการสุ่มสำรวจเพื่อการศึกษา นำร่องโดยผู้วิจัย ถึงการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็งของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยขอนแก่น พบว่า นักศึกษาสาขาเทคโนโลยีการอาหารและคณะสาธารณสุขศาสตร์ทุกคนบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน โดยมีแนวโน้มการบริโภคในประเภทหรือชนิดของอาหารที่คล้ายคลึงกัน ดังนั้นจากข้อมูลและสถานการณ์ดังที่กล่าวมา ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบระดับการรับรู้และการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็งกับนักศึกษาปริญญาตรีช่วงวัยเจนเนอเรชั่นวาย โดยเลือกนักศึกษาสาขาเทคโนโลยีการอาหาร เป็นตัวแทนของกลุ่มคณะทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี กับนักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์ เป็นตัวแทนของกลุ่มคณะทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ เพื่อทำการศึกษาต่อเนื่องจากการศึกษานำร่อง โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้ร่วมกับแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ (Health belief model) เพื่อประเมินและเปรียบเทียบนักศึกษาจาก 2 กลุ่มคณะ ว่าจะมีการรับรู้ด้านความหมาย ด้านประโยชน์ ด้านส่วนประกอบและผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการบริโภค ด้านแรงจูงใจและปริมาณความถี่ในการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็งแตกต่างกันหรือไม่ เพื่อความคาดหวังให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม อันจะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพและช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาเปรียบเทียบระดับการรับรู้และการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็งของนักศึกษาปริญญาตรีช่วงวัยเจนเนอเรชั่นวายระหว่างกลุ่มคณะทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีกับกลุ่มคณะทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ ในมหาวิทยาลัยขอนแก่น

วิธีดำเนินการวิจัย

● รูปแบบการวิจัย

การศึกษาวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross-Sectional Descriptive Study)

● ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

นักศึกษานิเทศศาสตร์หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต 2 กลุ่มคณะ คือ นักศึกษาสาขาเทคโนโลยีการอาหาร และนักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2560 และมีอายุอยู่ในช่วงวัยเจนเนอเรชั่นวาย ตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป แต่ไม่เกิน 24 ปี จำนวนกลุ่มคณะละ 133 คน รวมทั้งสิ้น 266 คน จากการคำนวณขนาดตัวอย่าง โดยใช้สูตรเปรียบเทียบสัดส่วนของประชากร 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (อรุณ จิรวัดกุล, 2550) ดังสูตรแสดง

$$n/\text{group} = \frac{2p(1-p) (Z_\alpha + Z_\beta)^2}{(p_1 - p_2)^2}$$

● การสุ่มตัวอย่าง

สุ่มตัวอย่างแบบอาศัยทฤษฎีความน่าจะเป็น (Probability sampling method) ด้วยวิธีการสุ่มอย่างเป็นระบบ (Systematic Random Sampling) โดยใช้รหัสประจำตัวนักศึกษาเป็นตัวแทนของระบบในการสุ่ม

● เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้น โดยแบ่งเนื้อหาออกเป็น 3 ส่วน ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามถึงระดับการรับรู้การบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง ให้เลือกตอบ 5 ระดับ คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยปานกลาง เห็นด้วยน้อย และเห็นด้วยน้อยที่สุด ตามลำดับ ตามเกณฑ์ของ Likert และแปลความหมายเป็น 3 ระดับ ตามเกณฑ์ของ Best คือ ระดับการรับรู้สูง

(ช่วงคะแนน 3.67-5.00) ระดับการรับรู้ปานกลาง (ช่วงคะแนน 2.34-3.66) และระดับการรับรู้ต่ำ (ช่วงคะแนน 1.00-2.33)

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามถึงการบริโภคและความถี่ในการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง โดยสอบถามความถี่เป็นจำนวนครั้งต่อสัปดาห์ ใน 5 ระดับ คือ บริโภคเป็นประจำ (ทุกวัน) บริโภคบ่อยครั้ง (5-6 ครั้ง/สัปดาห์) บริโภคบางครั้ง (3-4 ครั้ง/สัปดาห์) บริโภคนานๆ ครั้ง (1-2 ครั้ง/สัปดาห์) และไม่บริโภค

แบบสอบถามผ่านการตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงของเนื้อหา โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน และผ่านการทดสอบค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่น 0.786 และ 0.764 ตามลำดับ และโครงการวิจัยได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณาเพื่อขอยกเว้นจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เลขที่สำคัญโครงการ HE 612020

● การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

STATA V.10.1 ด้วยสถิติเชิงพรรณนา แสดงค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยกับส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่ามัธยฐานกับค่าอินเทอร์ควิล (Q₁-Q₃) และใช้สถิติเชิงอนุมาน Independent t-test และ chi-square test โดยกำหนดระดับนัยสำคัญของการทดสอบที่ร้อยละ 5 ($\alpha=0.05$)

ผลการวิจัย

● ข้อมูลทั่วไป

นักศึกษาสาขาเทคโนโลยีการอาหารส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 80.45 มีอายุเฉลี่ย 20.64 (± 1.24) ปี ศึกษาอยู่ระดับชั้นปีที่ 1 และ 2 ในสัดส่วนที่เท่ากัน ร้อยละ 27.82 พักอาศัยอยู่หอพักในและนอกมหาวิทยาลัย ร้อยละ 42.11 และ 42.86 ตามลำดับ แบบพักอาศัยอยู่คนเดียวตามลำพัง ร้อยละ 42.11 ส่วนนักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์เป็นเพศหญิง ร้อยละ 82.71 อายุเฉลี่ย 20.83 (± 1.06) ปี ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ระดับชั้นปีที่ 3 ร้อยละ 45.86 พักอาศัยอยู่หอพักในมหาวิทยาลัย ร้อยละ 55.64 แบบพักอาศัยอยู่กับเพื่อน ร้อยละ 47.37

นักศึกษาทั้งสาขาเทคโนโลยีการอาหารและคณะสาธารณสุขศาสตร์ ได้รับเงินต่อเดือนเฉลี่ย

6,405.64 ($\pm 2,021.89$) บาท และ 6,660.90 ($\pm 2,196.31$) บาท ตามลำดับ โดยใช้จ่ายเป็นค่าอาหารต่อวันระหว่าง 101-150 บาท ทั้งสองกลุ่มคณะ ร้อยละ 39.85 เฉลี่ย 147.97 (± 47.75) บาท และร้อยละ 45.11 เฉลี่ย 138.65 (± 39.20) บาท ตามลำดับ นักศึกษารู้จักหรือเคยบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานประเภทข้าวกล่องต่างๆ ร้อยละ 96.99 และ 98.50 ตามลำดับ รองลงมาคือประเภทเนื้อสัตว์แปรรูปและปรุงรส และประเภทแซนวิชพิซซ่า ขนมปัง ร้อยละ 94.74, 90.23 และ 91.73, 82.71 ตามลำดับ ซึ่งบริเวณที่พักอาศัยของทั้งสองกลุ่มคณะต่างก็มีแหล่งจำหน่ายผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน ร้อยละ 93.23 และ 95.49 ตามลำดับ รวมทั้งบุคคลที่นักศึกษา รู้จักหรืออาศัยอยู่ด้วย บริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน ร้อยละ 91.73 และ 86.47 ตามลำดับ รสชาติอาหารที่นักศึกษาสาขาเทคโนโลยีการอาหารชอบบริโภคคือ รสเค็ม ร้อยละ 29.32 ส่วนนักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์ชอบบริโภครสหวาน ร้อยละ 27.82 นักศึกษาทราบข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานจากสื่อสังคมออนไลน์ในสัดส่วนที่เท่ากันทั้งสองกลุ่มคณะ ร้อยละ 91.73

● การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง

การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง มีประเด็นที่ศึกษาทั้งหมด 4 ด้าน โดยพบว่า นักศึกษาทั้งสองกลุ่มคณะมีการรับรู้ประเด็นด้านความหมายในภาพรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p\text{-value}=0.004$ โดยสาขาเทคโนโลยีการอาหารมีการรับรู้ความหมายในระดับสูง ร้อยละ 66.92 ส่วนคณะสาธารณสุขศาสตร์มีการรับรู้ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.38 ในขณะที่ประเด็นการรับรู้อื่นอีก 3 ด้าน คือ ด้านการรับรู้ประโยชน์ ด้านการรับรู้ถึงส่วนประกอบและผลกระทบที่อาจจะเกิดขึ้นจากการบริโภค และด้านการรับรู้แรงจูงใจในการบริโภค นักศึกษาทั้งสองกลุ่มคณะในภาพรวมมีการรับรู้แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}>0.05$) ซึ่งนักศึกษามีการรับรู้ประโยชน์ และการรับรู้ถึงส่วนประกอบและผลกระทบที่อาจจะเกิดขึ้นจากการบริโภคในระดับสูงทั้งสองกลุ่มคณะ ร้อยละ 62.41, 59.40 และ ร้อยละ 58.65, 60.15 ตามลำดับ ส่วนการรับรู้แรงจูงใจในการบริโภค มี

การรับรู้ในระดับปานกลางทั้งสองกลุ่มคณะ ร้อยละ 57.89 และ 63.91 ตามลำดับ (ตารางที่ 1)

● การบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง

นักศึกษาทุกคนทั้งสองกลุ่มคณะบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง โดยสาขาเทคโนโลยีการอาหารเลือกบริโภคในมื้อเช้า และมื้อกลางวันในสัดส่วนที่เท่ากันร้อยละ 29.32 ส่วนคณะสาธารณสุขศาสตร์ส่วนใหญ่เลือกบริโภคในมื้อเช้า ร้อยละ 33.83 รวมถึงนักศึกษาจากทั้งสองกลุ่มคณะได้เลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานจากร้านค้าจำหน่ายสะดวกซื้อ ร้อยละ 93.23 และ 96.99 ตามลำดับ โดยนิยมเลือกบริโภคอาหารกล่องประเภทข้าว ร้อยละ 45.11 และ 36.84 ตามลำดับ และมีค่าใช้จ่ายเพื่อการบริโภคต่อ 1 ครั้ง หรือ 1 มื้อ อยู่ระหว่าง 31-60 บาท ร้อยละ 83.46 (ค่าเฉลี่ย 51.26 ± 16.56 บาท) และร้อยละ 75.94 (ค่าเฉลี่ย 50.75 ± 18.87 บาท) ตามลำดับ

นักศึกษาสาขาคเทคโนโลยีการอาหาร อ่านฉลากผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน เฉพาะกรณีเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ในครั้งแรก (เลือกซื้อครั้งถัดไป จะไม่อ่าน) ร้อยละ 36.84 ในขณะที่นักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์อ่านบ้างเป็นบางครั้ง ร้อยละ 45.11 โดยทั้งสองกลุ่มคณะอ่านพบสารปรุงแต่งทางอาหารประเภทเกลือหรือโซเดียม ร้อยละ 91.73 และ 82.71 ตามลำดับ รองลงมาคือ อ่านพบน้ำตาล ร้อยละ 54.14 และ 54.89 ตามลำดับ รวมทั้งนักศึกษาบางส่วนเคยพบปัญหาเกี่ยวกับคุณภาพหรือลักษณะไม่พึงประสงค์ของผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็งที่ซื้อหามาบริโภค ร้อยละ 21.05 และ 15.04 ตามลำดับ และได้ระบุปัญหาที่เคยพบ เช่น บรรจุภัณฑ์ผิดรูป กลิ่นรสของอาหารผิดปกติ เวฟอาหารสุกไม่ทั่วถึง อาหารไหม้หรือมีกลิ่นคาวเหม็น ผลิตภัณฑ์หมดอายุหรือพบสิ่งแปลกปลอมอยู่ในอาหาร เป็นต้น

● ความถี่ในการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง

นักศึกษาสาขาคเทคโนโลยีการอาหารและคณะสาธารณสุขศาสตร์ บริโภคอาหารพร้อมทานประเภทข้าวกล่องต่างๆ บางครั้ง นานๆ ครั้ง และไม่บริโภค โดยทั้งสองกลุ่มคณะเลือกบริโภคอาหารชนิดข้าวผัดและข้าวอบ นานๆ ครั้ง ร้อยละ 62.41 และ 71.43 ตามลำดับ รองลงมา

คือ เลือกบริโภคอาหารชนิดข้าวกระเพรานั้นๆ ครั้ง ร้อยละ 53.38 และ 48.87 ตามลำดับ ส่วนอาหารชนิดก๋วยเตี๋ยวเป็นชนิดอาหารที่นิยมไม่เลือกบริโภคสูงสุดทั้งสองกลุ่มคณะ ร้อยละ 78.20 และ 81.20 ตามลำดับ

อาหารพร้อมทานประเภทฮอตดอก/ไส้กรอกและแฮม นักศึกษาทั้งสองกลุ่มคณะบริโภคฮอตดอก/ไส้กรอกนานๆ ครั้ง ร้อยละ 49.62 และ 41.35 ตามลำดับ บริโภคแฮมนานๆ ครั้ง ร้อยละ 48.87 และ 47.37 ตามลำดับ อาหารพร้อมทานประเภทเบอร์เกอร์ ทั้งสองกลุ่มคณะบริโภคเบอร์เกอร์ชนิดที่ทำจากขนมปังนานๆ ครั้ง ร้อยละ 55.64 และ 50.38 ตามลำดับ ส่วนเบอร์เกอร์ชนิดที่ทำจากข้าวเหนียว สาขาคเทคโนโลยีการอาหารบริโภคนานๆ ครั้ง ร้อยละ 48.87 ในขณะที่นักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์ บริโภคนานๆ ครั้งและไม่บริโภคในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน ร้อยละ 41.35 และ 42.11 ตามลำดับ อาหารพร้อมทานประเภทแซนวิช/ครัวซองและพิซซ่า ทั้งสองกลุ่มคณะบริโภคชนิดแซนวิช/ครัวซองนานๆ ครั้ง ร้อยละ 51.13 และ 40.60 ตามลำดับ ส่วนชนิดพิซซ่า สาขาคเทคโนโลยีการอาหาร บริโภคนานๆ ครั้งและไม่บริโภคในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน ร้อยละ 43.61 และ 47.37 ตามลำดับ ส่วนคณะสาธารณสุขศาสตร์ไม่บริโภค ร้อยละ 48.87 อาหารพร้อมทานประเภทชาลาเปา/หมั่นโถ และขนมจีบ/ติ่มซำ และเกี๊ยวซ่า ทั้งสองกลุ่มคณะบริโภคชาลาเปา/หมั่นโถนานๆ ครั้ง ร้อยละ 50.38 และ 48.87 ตามลำดับ บริโภคขนมจีบ/ติ่มซำนานๆ ครั้ง ร้อยละ 51.88 และ 44.36 ตามลำดับ และบริโภคเกี๊ยวซ่านานๆ ครั้ง ร้อยละ 57.14 และ 45.86 ตามลำดับ อาหารพร้อมทานประเภทไก่/ไข่ปรุงรส และเนื้อปลาปรุงรส สาขาคเทคโนโลยีการอาหารบริโภคไก่/ไข่ปรุงรสนานๆ ครั้ง ร้อยละ 46.62 ส่วนคณะสาธารณสุขศาสตร์บริโภคนานๆ ครั้ง และไม่บริโภค ร้อยละ 38.35 และ 43.61 ตามลำดับ แต่ทั้งสองกลุ่มคณะไม่บริโภคเนื้อปลาปรุงรส ร้อยละ 56.39 และ 59.40 ตาม ลำดับ และอาหารพร้อมทานประเภทขนมหวานต่างๆ ทั้งสองกลุ่มคณะบริโภคนานๆ ครั้ง ร้อยละ 44.36 และ 49.62 ตามลำดับ

บทสรุปและอภิปรายผล

นักศึกษาทุกคนทั้งสองกลุ่มคณะต่างก็บริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง เป็น

เพราะว่า นักศึกษาส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่ทั้งหอพักในและนอกมหาวิทยาลัยเหมือนกัน ซึ่งโดยบริเวณรอบๆ ที่พักอาศัยมีสถานที่หรือแหล่งจำหน่ายผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน โดยเฉพาะร้านค้าสะดวกซื้อที่เปิดทำการตลอด 24 ชั่วโมง จึงทำให้นักศึกษาสามารถหาซื้อผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานมาเพื่อการบริโภคได้ไม่แตกต่างกัน โดยอาหารพร้อมทานที่นิยมเลือกบริโภคมากที่สุด คืออาหารกล่องประเภทข้าว รongลงมาคือ อาหารประเภทแซนวิช ครั้วซอง พิซซา และประเภทไส้กรอก ฮอตดอกแฮม ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันทั้งสองกลุ่มคณะ โดยเลือกซื้อจากร้านสะดวกซื้อ ที่ตั้งอยู่ใกล้ๆ กับบริเวณหอพักที่อาศัย ประกอบกับทั้งสองกลุ่มคณะมีสัดส่วนความชื่นชอบรสชาติอาหาร คือ รสเค็มและรสหวาน ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนพวรรณ เปียชื่อ และคณะ (2552) ที่พบว่า นักศึกษาปริญญาตรี คณะพยาบาลศาสตร์ มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในการบริโภคอาหารที่มีโซเดียมมากถึงร้อยละ 44 รวมทั้งก่อนการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานในแต่ละครั้ง นักศึกษาทั้งสองกลุ่มคณะเลือกอ่านฉลากของผลิตภัณฑ์เฉพาะกรณีเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ในครั้งแรก (เลือกซื้อผลิตภัณฑ์ชนิดเดิมครั้งถัดไป จะไม่อ่าน) รongลงมาคืออ่านฉลากบ้างเป็นบางครั้ง โดยมีเกลือหรือโซเดียม เป็นรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุเจือปนหรือสารปรุงแต่งทางอาหารที่แสดงบนฉลากผลิตภัณฑ์ที่นักศึกษาอ่านพบบ่อยมากที่สุด ดังนั้น การบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็น/แช่เยือกแข็ง ซึ่งเป็นอาหารที่ผ่านกระบวนการแปรรูป ติดต่อกันอย่างต่อเนื่องและเป็นประจำ ในระยะยาวจึงอาจเป็นปัจจัยความเสี่ยงหนึ่งที่สามารถก่อให้เกิดความผิดปกติขึ้นกับร่างกาย โดยเฉพาะในกลุ่มโรคชนิดที่ไม่ติดต่อเรื้อรัง

แหล่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน ที่นักศึกษาทั้งสองกลุ่มคณะได้รับเป็นอันดับหนึ่ง คือ ได้รับข้อมูลจากสื่อสังคมออนไลน์ เช่น เฟสบุ๊ก อินสตราแกรม เป็นเพราะว่า สื่อออนไลน์เป็นสื่อประเภทที่นักศึกษาสามารถเข้าถึงได้ง่าย และโดยมากมักนิยมเข้าถึงสื่อดังกล่าวบนโทรศัพท์เคลื่อนที่ จึงทำให้มีความสะดวก รวดเร็วและสามารถใช้งานเมื่อใดหรือใช้งานจากสถานที่ไหนก็ได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ Duffett (2015) ที่พบว่า กลุ่มคนช่วงวัยเจนเนอเรชั่นวายมีสัดส่วนของการใช้งานโทรศัพท์มือถือสูงถึงร้อยละ 73.4

และการศึกษาของ Graf (2015) ที่พบว่าช่วงวัยเจนเนอเรชั่นวายมีการใช้แหล่งข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตและออนไลน์สูงถึงร้อยละ 90 ประกอบกับมีแบบแผนชีวิตที่เป็นสังคมเมืองเพิ่มขึ้น ซึ่งมักจะพบเห็นว่า มีการแบ่งปันข้อมูลหรือข้อเท็จจริงเกี่ยวกับอาหารร่วมกับบุคคลอื่นๆ ลงบนสื่อสังคมออนไลน์ในรูปแบบต่างๆ

นักศึกษาศาสาเทคโนโลยีการอาหารและคณะสาธารณสุขศาสตร์ มีการรับรู้ความหมายของผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p\text{-value}=0.004$ เป็นเพราะว่า สาขาศาเทคโนโลยีการอาหาร เป็นสาขาวิชาที่ทำการศึกษาศาและเรียนรู้ทั้งในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติเกี่ยวกับหลักการและกระบวนการแปรรูปอาหารในระดับอุตสาหกรรมโดยตรง จึงส่งผลให้นักศึกษามีความเข้าใจต่อความหมายคำจำกัดความ และคำนิยามเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็งได้มากกว่านักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์ ส่วนการรับรู้อีก 3 ด้าน คือ การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้ถึงส่วนประกอบและผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการบริโภค และการรับรู้แรงจูงใจในการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง นักศึกษาทั้งสองกลุ่มคณะมีการรับรู้แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}>0.05$) เป็นเพราะว่า นักศึกษามีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานจากสื่อประเภทเดียวกัน นั่นคือ สื่อสังคมออนไลน์ เช่น เฟสบุ๊ก อินสตราแกรม ไลน์หรือยูทูบ ร่วมกับการพบเห็นและจดจำข้อมูลหรือรูปภาพของผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานจากสื่อกระแสหลัก (โทรทัศน์) และสื่อสิ่งพิมพ์ (ป้ายโฆษณา ใบปลิว) ซึ่งเป็นแหล่งข้อมูลที่มักพบเห็นได้โดยทั่วไปตามสถานที่สาธารณะและตามป้ายโฆษณาสินค้าต่างๆ จึงเป็นผลให้ทั้งสองกลุ่มคณะมีการรับรู้ในประเด็นทั้ง 3 ด้านดังกล่าวไม่แตกต่างกัน

การรับรู้ความหมายของผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง ข้อที่ค่าเฉลี่ยสูงสุดของทั้งสองกลุ่มคณะคือ “อาหารที่ก่อนจะรับประทานต้องนำมาผ่านการอุ่นหรือให้ความร้อนก่อน และโดยมากนิยมให้ความร้อนด้วยเตาอบไมโครเวฟ” ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดของสาขาศาเทคโนโลยีการอาหาร คือ “อาหารที่ผ่านกระบวนการแปรรูป (แช่เย็น/แช่เยือกแข็ง) จะยังคงคุณภาพของอาหาร เช่น ลักษณะปรากฏ สี กลิ่นรส เนื้อสัมผัส เหมือนกับอาหารสดตามธรรมชาติทุกประการ”

โดยเฉพาะนักศึกษาระดับชั้นปีที่ 1 ที่ยังคงเห็นด้วย เป็นไปได้ว่าคุณภาพในความหมายที่นักศึกษาเข้าใจคง หมายถึง ลักษณะปรากฏของอาหารโดยทั่วไปที่มองเห็น แล้วยังดูดี คงรูปร่างหรือรูปทรงตามปกติ ประกอบกับ นักศึกษายังไม่ได้เรียนในรายวิชาภาค จึงอาจทำให้มีความเข้าใจที่คาดเคลื่อนได้ ซึ่งในความเป็นจริงแล้ว วัตถุดิบทางอาหารทุกชนิดเมื่อเข้าสู่กระบวนการถนอมอาหาร ไม่ว่าจะด้วยวิธีการใช้ความเย็นหรือความร้อน จะเป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้น ทั้งในเชิงโครงสร้างทางกายภาพและเชิงเคมีในอาหารและผลิตภัณฑ์ (วิไลรังสาทอง, 2545; อรพิน ชัยประสพ, 2548) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดของคณะสาธารณสุขศาสตร์ คือ “ผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เยือกแข็ง มีช่วงอุณหภูมิควบคุมของอาหารอยู่ที่ระหว่าง -40°C ถึง -18°C และมีอายุการเก็บรักษาได้ประมาณ 6-18 เดือน” แสดงให้เห็นว่านักศึกษาบางส่วนไม่เห็นด้วย อาจเป็นเพราะไม่แน่ใจในช่วงของอุณหภูมิหรือระยะเวลาการเก็บรักษาของผลิตภัณฑ์

การรับรู้ประโยชน์ของผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดของทั้งสองกลุ่มคณะ คือ “ผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง ช่วยเพิ่มความรวดเร็วและความสะดวกสบายในการรับประทานอาหาร” สอดคล้องกับการศึกษาของ เซียน ไป (2558) ที่ระบุว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคิดว่าอาหารแช่แข็งสามารถหาซื้อได้ง่าย และบริโภคได้ในทุกเวลา ทุกสถานที่ ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดของทั้งสองกลุ่มคณะ คือ “ผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง มีความแปลกใหม่และดึงดูดใจมากกว่าอาหารปรุงสุกใหม่” ซึ่งเป็นไปได้ที่นักศึกษาอาจมองว่าผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแม้จะมีรูปลักษณ์ที่แปลกใหม่หรือมีประเภทและชนิดที่หลากหลายให้สามารถเลือกบริโภคแต่อาหารพร้อมทานนั้นผ่านกระบวนการแปรรูป จึงทำให้เนื้อสัมผัสของอาหารมีความหยาบร่วนไม่อร่อย เหมือนกับอาหารปรุงสุกใหม่ จึงเป็นเหตุให้นักศึกษาเลือกไม่เห็นด้วยกับข้อคำถามดังกล่าว สอดคล้องกับการศึกษาของ Kavitha et al. (2011) ที่ระบุว่า เนื้อสัมผัสของอาหารเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความชื่นชอบอาหารของผู้บริโภค

การรับรู้ถึงส่วนประกอบและผลกระทบที่อาจจะเกิดขึ้นจากการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง ข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดของสาขาเทคโนโลยีการ

อาหาร คือ “พลาสติกทุกชนิดที่ใช้เป็นภาชนะบรรจุสำหรับผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง มีความปลอดภัยต่อการใช้งานกับเตาอบไมโครเวฟ” ซึ่งจากการศึกษาของ Cai (2013) แสดงให้เห็นว่า พลาสติกชนิดโพลีไสตรีน (PS), โพลีโพรพิลีน (PP) และ พอลิเอทิลีน เทเรทาเลท (PET) ซึ่งนิยมใช้เป็นภาชนะบรรจุสำหรับผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน สามารถเกิดการเคลื่อนย้ายของสารในวัสดุบรรจุภัณฑ์ลงสู่อาหารได้ ในขณะที่ให้ความร้อนด้วยไมโครเวฟ ดังนั้นหากนักศึกษาเลือกบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน ที่มักถูกทำให้ร้อนโดยการอุ่นภายใต้บรรจุภัณฑ์ประเภทพลาสติกบ่อยครั้งหรือติดต่อกันเป็นประจำ ก็ย่อมเป็นสาเหตุสำคัญที่จะก่อให้เกิดปัญหาและผลกระทบทางด้านสุขภาพได้ในอนาคต ในขณะที่ข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดของคณะสาธารณสุขศาสตร์ คือ “การบริโภคอาหารพร้อมรับประทาน ที่อุ่นหรือให้ความร้อนด้วยไมโครเวฟ จะไม่มีอันตรายที่ได้รับจากคลื่นไมโครเวฟ เพราะคลื่นจะสลายตัวไปหลังการอุ่นหรือให้ความร้อน จึงไม่เกิดการตกค้างในอาหาร” มีนักศึกษาบางส่วนไม่เห็นด้วย อาจเป็นเพราะนักศึกษาเข้าใจว่าคลื่นไมโครเวฟมีอันตรายแต่ในความเป็นจริงแล้ว ไมโครเวฟเป็นเพียงคลื่นความถี่แม่เหล็กไฟฟ้าชนิดหนึ่ง ประกอบกับใช้ปริมาณของคลื่นเพียงเล็กน้อย เพื่อส่งผ่านความร้อนไปยังโมเลกุลของน้ำในชิ้นอาหาร ให้เกิดการสั่นสะเทือนและทำให้อาหารสุก ดังนั้น ภายหลังการให้ความร้อนเสร็จสิ้น คลื่นไมโครเวฟจะสลายตัวไป โดยไม่ตกค้างในชิ้นอาหาร จึงไม่ใช่อันตรายต่อการบริโภค

การรับรู้แรงจูงใจในการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดของสาขาเทคโนโลยีการอาหารคือ “การมีร้านค้าจำหน่ายผลิตภัณฑ์จำนวนมาก และช่องทางการหาซื้อผลิตภัณฑ์ที่ง่ายและสะดวก มีผลต่อการตัดสินใจบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง” เนื่องจากการมีร้านค้าสะดวกซื้อที่เปิดให้บริการหลายหลายสาขา ช่วยให้นักศึกษาสามารถเข้าถึงและตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าได้ง่ายขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของรัตนกัญญา

ชีวะปัญญารัจน์ & ไกรชิต สุตะเมือง (2554) ที่พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ให้ความสำคัญกับการมีจุดจำหน่ายที่ครอบคลุมและหลากหลายช่องทาง ซึ่งช่วยเพิ่มความสะดวกต่อการเลือกซื้อสินค้า ส่วนนักศึกษา

คณะสาธารณสุขศาสตร์ คือ “เวลาที่รีบเร่งหรือยุ่งมากในการเรียน จะเลือกบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง” เพราะผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานหาซื้อได้ง่ายและรับประทานได้เลยทันที หรือพกพาไปเพื่อบริโภคได้ จึงช่วยเพิ่มความคล่องตัวให้กับนักศึกษาในช่วงเวลาที่รีบเร่ง ในขณะที่ข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดของทั้งสองกลุ่มคณะ คือ “กลุ่มคน เช่น บิดา มารดา ญาติพี่น้อง เพื่อน เคยแนะนำหรือชักชวนให้บริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง” ซึ่งมีความเป็นไปได้ว่า นักศึกษาที่กำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น (เจนเนอเรชั่นวาย) มีความเป็นตัวของตัวเองสูงและไม่ชอบถูกบังคับ จึงเลือกตัดสินใจด้วยตนเองมากกว่าการรับฟังคำชักชวนจากบุคคลรอบข้าง สอดคล้องกับการศึกษาของสมยศ อวเกียรติ & สิทธิพร ประสิทธิ์รุ่งเรือง (2558) พบว่า ร้อยละ 66.25 ของบุคคลที่มีผลต่อการตัดสินใจในการซื้ออาหารสำเร็จรูปแช่แข็งมากที่สุด คือ ตนเอง

จากการสอบถามเพื่อสำรวจถึงการบริโภคและพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็งของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาทุกคนทั้งสองกลุ่มคณะบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทาน โดยเลือกบริโภคอาหารพร้อมทานในทุกๆ ประเภท ซึ่งส่วนใหญ่ของนักศึกษาสาขาเทคโนโลยีการอาหารมีความถี่ในการบริโภคอาหารพร้อมทานบางครั้งและนานๆ ครั้ง โดยรวมมากกว่าคณะสาธารณสุขศาสตร์ ในอาหารประเภทข้าวกล่องต่างๆ (ชนิดข้าวผัดและข้าวอบ ชนิดข้าวกะเพรา และชนิดสปาเก็ตตี้และมักริณี) รวมทั้งมีความถี่ในการบริโภคนานๆ ครั้ง ในอาหารประเภทไส้กรอก/ฮอตดอกและแฮม ประเภทเบอร์เกอร์ ประเภทแซนวิช/ครัวซอง ประเภทขนมจีบ/ติ่มซำ ประเภทไก่/ไข่ปรงรส และประเภทอาหารคาวอื่นๆ (ไก่จ้อ หมูปั้น หมูเส้นทอดลูกชิ้นหมู) ในขณะที่นักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์มีความถี่ในการบริโภคอาหารพร้อมทานประเภทพิซซ่า และประเภทซาลาเปา/หมั่นโถ และเกี้ยวซ่า บางครั้งและนานๆ ครั้ง รวมทั้งประเภทขนมหวานต่างๆ (เอแคลร์ ครีมเนยสด ช็อคโกแลตลาวาเค้ก ข้าวโพดฟักต้ม กล้วยปิ้ง) มีความถี่ในการบริโภคนานๆ ครั้ง โดยรวมมากกว่าสาขาเทคโนโลยีการอาหาร สอดคล้องกับการศึกษาวิชุดา สมจิตร (2557) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษามีความถี่ในการบริโภคอาหารพร้อมทานจากร้านสะดวกซื้อชนิดข้าวกล่อง (บริโภคปานกลางและเป็นประจำ) ชนิด

ไส้กรอกและแฮม (บริโภคปานกลางและบริโภคน้อย) ชนิดแซนวิชและครัวซอง (บริโภคน้อย) และอาหารพร้อมทานชนิดอื่นๆ อาทิ ไก่ปรงรส ไก่จ้อ หมูยอกลิ้น (บริโภคน้อย และบริโภคนานๆ ครั้ง)

ซึ่งจากการศึกษาจะเห็นว่า ลักษณะสำคัญที่ส่งเสริมให้นักศึกษานิยมบริโภคอาหารพร้อมทานประเภทข้าวกล่องต่างๆ ใน 3 ชนิด (ชนิดข้าวผัดและข้าวอบ ชนิดข้าวกะเพรา และชนิดสปาเก็ตตี้และมักริณี) มากกว่าชนิดอื่นๆ ในประเภทอาหารกล่อง อาจเป็นเพราะอาหารดังกล่าวมีลักษณะคล้ายกับอาหารจานเดียวหรืออาหารตามสั่ง ซึ่งสามารถบริโภคได้ง่าย ร่วมกับมีความเป็นอาหารฟิวชั่นแบบตะวันตก ซึ่งให้ความรู้สึกหรูหราและดูมีระดับเมื่อบริโภค ประกอบกับอาหารมีราคาจำหน่วยที่ไม่แพงอยู่ในช่วง 29-55 บาท เมื่อเทียบกับความสะดวกสบายที่จะได้รับ จึงช่วยให้นักศึกษาเข้าถึงและตัดสินใจเลือกซื้ออาหารมาบริโภคได้ง่ายขึ้น ในขณะที่ลักษณะสำคัญของอาหารพร้อมทานประเภทฮอตดอก/ไส้กรอกและแฮม ประเภทเบอร์เกอร์ ประเภทแซนวิช/ครัวซองและพิซซ่า ประเภทซาลาเปา/หมั่นโถ และขนมจีบ/ติ่มซำ และเกี้ยวซ่า และประเภทไก่/ไข่ปรงรส และเนื้อปลาปรงรส ที่ทำให้นักศึกษานิยมบริโภค อาจเป็นเพราะอาหารนั้นมีลักษณะเป็นอาหารที่สามารถจับถือได้ง่ายด้วยมือเพื่อรับประทานในขณะที่นั่งหรือเดิน โดยไม่จำเป็นต้องอาศัยอุปกรณ์เสริมอื่นๆ เช่น ถ้วย จาน ช้อน หรือตะเกียบ จึงช่วยเพิ่มความคล่องตัวในการรับประทานอาหาร รวมทั้งมีลักษณะเป็นอาหารที่สามารถนำมาทานเล่น (Snack Foods) เพื่อรองท้องหรือคลายความหิวกระหายในช่วงเวลาที่รีบเร่งหรือมีระยะเวลาจำกัดในการบริโภค แต่ทั้งนี้หากนักศึกษาคิดมาเลือกรับประทานอาหารพร้อมทานสะดวกซื้อ จำพวกไข่ เช่น ไข่ต้ม ไข่ลวก เป็นต้น ก็จะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพได้มากกว่า เนื่องจากจะได้คุณค่าทางสารอาหารประเภทโปรตีนที่มีคุณภาพดีและง่ายต่อการที่ร่างกายจะนำไปใช้ประโยชน์ รวมทั้งปลอดภัยจากสารปรุงแต่งหรือวัตถุเจือปนทางอาหาร เพราะไข่ต้มเป็นอาหารที่ปรุงประกอบได้ง่าย อาศัยเพียงการต้มในน้ำที่ร้อนเดือด จึงถือเป็นการช่วยลดอันตรายและความเสี่ยงทางด้านสุขภาพจากการเลือกบริโภคอาหารพร้อมทานได้ทางหนึ่งด้วย

ข้อเสนอแนะหรือการนำไปใช้ประโยชน์

1. ควรส่งเสริมให้แต่ละคณะของนักศึกษาจัดกิจกรรมให้ความรู้ การสัมมนา การอภิปรายในหัวข้อ/ประเด็นเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง ที่กำลังเป็นกระแสได้รับความสนใจจากผู้บริโภคหรือเป็นข่าวอยู่ในสถานการณ์ปัจจุบัน เพื่อให้ข้อมูลที่ถูกต้องแก่กลุ่มนักศึกษานำไปใช้พิจารณาข่าวสารต่างๆ ที่ได้รับในชีวิตประจำวัน

2. ควรจัดทำสื่อมัลติมีเดียลงบนสื่อสังคมออนไลน์ ที่สอดแทรกเนื้อหาสาระเกี่ยวกับอันตรายที่นักศึกษาจะได้รับจากการบริโภคอาหารที่ผ่านกระบวนการแปรรูป ความไม่ปลอดภัยของภาชนะบรรจุประเภทพลาสติก และความเสี่ยงที่ร่างกายจะได้รับจากการบริโภคสารปรุงแต่งทางอาหาร (โดยเฉพาะเกลือหรือโซเดียม) เป็นประจำ เพื่อให้สามารถเข้าถึงกลุ่มของนักศึกษาช่วงวัยเจนเนอเรชั่นวาย อันจะได้ทั้งสาระประโยชน์ควบคู่กับความบันเทิงแก่นักศึกษา ซึ่งจะช่วยให้ นักศึกษามีข้อมูลไว้ประกอบการตัดสินใจเลือกบริโภคหรือหลีกเลี่ยงไม่บริโภคผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่เยือกต่างๆ ได้ดียิ่งขึ้น

3. ควรส่งเสริมให้มีร้านค้าจำหน่ายผลไม้หรือเครื่องดื่มรองท้องเพื่อสุขภาพแก่นักศึกษา เช่น ผลไม้สดตามฤดูกาล น้ำผักและผลไม้ นมสด น้ำเต้าหู้ ณ บริเวณแต่ละคณะของนักศึกษา เพื่อให้ นักศึกษามีทางเลือกในการเลือกซื้ออาหารบริโภค ยามต้องการหาอาหารทานเล่นรองท้อง แทนการบริโภคอาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่แข็ง

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณกลุ่มวิจัย (Research Group Grant) การป้องกันและควบคุมโรคเบาหวานในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่สนับสนุนทุนการวิจัย และขอบคุณนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1-4 คณะเทคโนโลยี สาขาเทคโนโลยีการอาหาร และคณะสาธารณสุขศาสตร์ทุกคน ที่สละเวลาและให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ซึ่งช่วยให้งานวิจัยนี้ดำเนินการได้อย่างราบรื่นและสำเร็จลุล่วงไปได้เป็นอย่างดี

เอกสารอ้างอิง

- เขียน เป้. (2558). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการซื้ออาหารแช่แข็งของผู้บริโภคในกรุงเทพมหานคร. รายงานการศึกษาระดับปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาบริหารธุรกิจ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
- นพวรรณ เปียชื่อ, ดุชนิ ทศนาจันทรานี, สุมาลี กิตติภูมิ, & พรณวดี พุฒินนะ. (2552). ความรู้ทางโภชนาการ ทักษะคิดเกี่ยวกับอาหาร พฤติกรรมการรับประทานอาหารและภาวะโภชนาการของนักศึกษาพยาบาล. *รามาริบัติพยาบาลสาร*, 15(1), 48-59.
- รัตนัญญา ชิวะปัญญาโรจน์, & ไกรชิต สุตะเมือง. (2554). อิทธิพลความไว้วางใจของคนกรุงเทพมหานครที่มีต่ออาหารแช่แข็ง. *วารสารการเงิน การลงทุน การตลาดและการบริหารธุรกิจ*, 1(3), 128-145.
- วิชุดา สมจิตร. (2557). พฤติกรรมในการเลือกซื้ออาหารพร้อมรับประทานจากร้านสะดวกซื้อ และภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตเทศบาลนครขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนาการเพื่อสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วิไล รังสาดทอง. (2545). *เทคโนโลยีการแปรรูปอาหาร Food Processing Technology* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ภาควิชาเทคโนโลยีอุตสาหกรรมเกษตร คณะวิทยาศาสตร์ประยุกต์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ.
- ศูนย์วิจัยเศรษฐกิจและธุรกิจ ธนาคารไทยพาณิชย์. (2557). *กลยุทธ์มัดใจผู้บริโภค Gen Y*. กรุงเทพฯ: ธนาคารไทยพาณิชย์.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2559). *สุขภาพคนไทย 2559 : 12 ตัวชี้วัดสุขภาพคนไทยต่างเจนเนอเรชั่น*. นครปฐม: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- สมยศ อวเกียรติ, & สิทธิพร ประวัตรุ่งเรือง. (2558). การตัดสินใจและพฤติกรรมการบริโภคอาหารสำเร็จรูปแช่แข็งพร้อมทานของผู้บริโภคในเขตบางแค กรุงเทพมหานคร. ใน *การประชุมวิชาการระดับชาติ เบญจมิตรวิชาการครั้งที่ 5 ประจำปี 2558*. (หน้า 1-10). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยกรุงเทพสุวรรณภูมิ.
- สุระเดช ไชยตอกเกีย. (2558). รายงานวิจัยปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยผู้ใหญ่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.
- สุลัดดา พงษ์อุทธา, & วาทีณี คุณเผือก. (2558). *อาหารและโภชนาการในประเทศไทย: เราอยู่ตรงจุดไหนในปัจจุบัน*. [ม.ป.ท.: ม.ป.พ.].
- อรพิน ชัยประสพ. (2548). *การถนอมอาหาร* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ภาควิชาเทคโนโลยีอาหาร คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

อรุณ จิรวรรณกุล. (2550). **ชีวสถิติ** (พิมพ์ครั้งที่ 4). ขอนแก่น: ภาควิชาชีวสถิติและประชากรณศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

Cai, R. (2013). **Effect of microwave heating on the migration of additives from PS, PP and PET container into food simulants**. Master of Science thesis, College of applied science and technology, Rochester institute of technology.

Duffett, R. G. (2015). The influence of mxit advertising on purchase intentions and purchase amid generation y. **Journal of Contemporary Management**, 12, 336-359.

Food Science and Technology Association of Thailand. (2016). **Food allergy and food allergen**. Retrieved June 29, 2017, from <http://www.fostat.org/food-allergy-and-food-allergen/>

Graf, M. (2015). **The role of food for tourists: a comparison between generation x and generation y**. Bachelor of Business administration thesis in Tourism and Hospitality management, Modul Vienna University.

Kavitha, H., Souji, G., & Prabhu, D. R. R. (2011). A study of factors influencing generation y's food preferences with special reference to Kuala Lumpur, Malaysia. **International Journal of Business Economics & Management Research**, 1(3), 1-14.

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาปริญญาตรี คณะเทคโนโลยี สาขาเทคโนโลยีการอาหาร และคณะสาธารณสุขศาสตร์ จำแนกตามระดับการรับรู้แต่ละประเด็น

ระดับการรับรู้รายด้าน	เทคโนโลยีการอาหาร (n=133)	สาธารณสุขศาสตร์ (n=133)	p-value
	ร้อยละ (จำนวน)	ร้อยละ (จำนวน)	
1. การรับรู้ความหมาย*			0.004
การรับรู้สูง	66.92 (89)	49.62 (66)	
การรับรู้ปานกลาง	33.08 (44)	50.38 (67)	
การรับรู้ต่ำ	0 (0)	0 (0)	
2. การรับรู้ประโยชน์*			0.615
การรับรู้สูง	62.41 (83)	59.40 (79)	
การรับรู้ปานกลาง	37.59 (50)	40.60 (54)	
การรับรู้ต่ำ	0 (0)	0 (0)	
3. การรับรู้ถึงส่วนประกอบและผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการบริโภค*			0.803
การรับรู้สูง	58.65 (78)	60.15 (80)	
การรับรู้ปานกลาง	41.35 (55)	39.85 (53)	
การรับรู้ต่ำ	0 (0)	0 (0)	
4. การรับรู้ถึงแรงจูงใจในการบริโภค*			0.321
การรับรู้สูง	44.36 (59)	35.34 (47)	
การรับรู้ปานกลาง	57.89 (73)	63.91 (85)	
การรับรู้ต่ำ	0.75 (1)	0.75 (1)	

*ผลิตภัณฑ์อาหารพร้อมทานแช่เย็นและแช่เยือกแข็ง