

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สถิติสาเหตุการตายของประชากร พ.ศ. 2541 ของกระทรวงสาธารณสุข พบว่าอัตราการตายอันดับ 1 อันดับ 2 และอันดับ 3 มีสาเหตุจาก โรคหัวใจ โรคมะเร็ง และอุบัติเหตุ ตามลำดับ ในการสำรวจสถานการณ์โรคอ้วนในประเทศไทย กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าความชุกของโรคอ้วนในประเทศไทย ในช่วงเวลา 9 ปี (พ.ศ. 2529-2538) มีอัตราเพิ่มขึ้นทุกกลุ่มอายุ กลุ่มที่มีอัตราเพิ่มสูงสุด คือกลุ่มอายุ 40-49 ปี ซึ่งเพิ่มจากร้อยละ 19.1 เป็น 40.2 รองลงมา คือ กลุ่มอายุ 20-29 ปี ซึ่งเพิ่มจากร้อยละ 2.9 เป็น 20.4 ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีความชุกในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 คิดเป็นร้อยละ 24.9 รองลงมา คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 คิดเป็นร้อยละ 24.5 และพบว่านักเรียนหญิงมีอัตราการเกิดโรคอ้วนสูงสุด สาเหตุของโรคอ้วนที่สำคัญคือ การบริโภคอาหารมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย และมีการออกกำลังกายน้อย (แสงโสม สีนะวัฒน์, 2542) ดังนั้นจะเห็นว่าปัญหาสุขภาพที่เกิดจากการบริโภคอาหารไม่ถูกส่วนมีอัตราเพิ่มสูงขึ้น ประชาชนที่บริโภคอาหารไม่ถูกส่วนมีความเสี่ยงสูงในการเกิดโรคต่าง ๆ ซึ่งอาหารประเภทนี้จะส่งผลต่อสุขภาพร่างกายซึ่งใช้เวลานาน จึงจะแสดงอาการ แต่เมื่อแสดงอาการแล้ว ยากที่จะแก้ไข

อาหารบางประเภทมีส่วนสัมพันธ์กับการเกิดโรคมะเร็งได้ถึง ร้อยละ 30-50 (สถาบันมะเร็งแห่งชาติ, 2543) ส่วนอาหารที่เป็นเนื้อสัตว์รมควันหรือปิ้งย่าง มีสารที่ก่อมะเร็งชื่อ เฮเทอโรไซคลิกอะโรมาติกเอมีน (heterocyclic aromatic amine, HAA) ซึ่งเป็นสารที่เกิดจากการเผาไหม้กรดอะมิโน และเนื้อสัตว์ที่อุณหภูมิสูง พบมากในปลาอย่าง และเนื้อย่าง นอกจากนี้ยังมีสารโพลีไซคลิกอะโรมาติกไฮโดรคาร์บอน (polycyclic aromatic hydrocarbon, PAH) เกิดจากการปิ้ง ย่าง เนื้อสัตว์ โดยเมื่อไขมัน และสารโปรตีนในเนื้อสัตว์หยดลงบนเตาถ่านที่ลุกแดง และมีออกซิเจนเข้ามาทำปฏิกิริยา จะรวมตัวกันเป็นสาร PAH ลอยมาติดที่ผิวอาหาร ดังที่มีรายงานการศึกษาของมหาวิทยาลัยฮาวาร์ด และโกลเดินคา สหรัฐอเมริกา (อ้างไว้ใน วินัย คะห์สัน, 2542) พบว่า คนที่บริโภคเนื้อสัตว์มีโอกาสเป็นมะเร็งมากกว่าคนบริโภคมังสวิรัตได้ถึงร้อยละ 55

แม้ว่าจะบริโภคเพียงสัปดาห์ละครั้ง อีกทั้งในเนื้อสัตว์ที่มีแต่เนื้อแดง ซึ่งมีไขมันชนิดที่มองไม่เห็น โดยไขมันนี้จะให้พลังงานที่ได้จากไขมันถึงร้อยละ 30 ของพลังงานทั้งหมด และไขมันนี้เป็นไขมันอิ่มตัว ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการศึกษาโรคหลอดเลือดหัวใจอุดตัน โรคอ้วน โรคความดันโลหิตสูง โรคไขมันสูงในเลือดตามมา

อาหารบางประเภทอาจมีสารปนเปื้อนสูง ทั้งจากยาฆ่าแมลงในผัก ซึ่งพบว่าผักที่มียาฆ่าแมลงมาก เช่น ผักกวางตุ้ง ผักกาดขาว ต้นหอม ผักชี ส่วนผักบึงพบการปนเปื้อนของสารเคมีน้อย การล้างผักด้วยน้ำสะอาดหลาย ๆ ครั้ง โดยให้น้ำไหลผ่านผัก ซึ่งจะช่วยให้ล้างเอาสารพิษออกไปและลดสารพิษตกค้างได้เพียง ร้อยละ 1-12 เท่านั้น (พรพรรณ รพี, 2541) จากการสำรวจสุขภาพสิ่งแวดล้อมของร้านอาหารในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่โดยศูนย์สุขภาพเขต 5 ลำปาง ปี 2522 พบว่าในการล้างผักสด ร้อยละ 94.97 ล้างผักด้วยน้ำอย่างเดียว โดยไม่ได้แช่หรือผ่านการฆ่าเชื้อโรคด้วยวิธีใด ๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งการตรวจสอบสารพิษในผักทั่วไปในเชียงใหม่ พบว่าจากจำนวนตัวอย่างผัก 148 ตัวอย่าง พบสารพิษ ร้อยละ 22 และมีตัวอย่างผักที่ตรวจพบสารพิษเกินมาตรฐาน ร้อยละ 2 (ทิพวรรณ ประภามณฑล, 2541)

อาหารหมักดอง เป็นอาหารที่ประกอบขึ้นด้วยการบั้ง ย่าง อาหารประเภทเนื้อสัตว์ ได้แก่ เนื้อวัว เนื้อหมู มันหมู หมูสามชั้น เนื้อไก่ เนื้อปลา ปลาหมึก ตับหมู และกุ้ง และการต้ม ได้แก่ วุ้นเส้น หมี่หยก และผักต่าง ๆ เช่น ผักบึง ผักกวางตุ้ง ผักกาดขาว วิธีการปรุงอาหาร ผู้บริโภคจะประกอบอาหารเอง การบั้ง ย่าง จะทำบนกระทะที่มีลักษณะเฉพาะคือมีลักษณะนูนตรงกลาง มีรูโดยรอบ ใช้สำหรับบั้งเนื้อ ส่วนบริเวณแอ่งรอบ ๆ ใช้ต้มน้ำ และต้มผัก ส่วนเนื้อสัตว์ที่สามารถบริโภคได้ จะมีหลายลักษณะแล้วแต่ที่ผู้บริโภคจะชอบแบบใด ซึ่งจะมีทั้งแบบใหม่เกรียม แบบเกรียม และแบบสุก ๆ ดิบ ๆ ซึ่งจะบริโภคพร้อมกับการจิ้ม

รูปแบบการบริการร้านอาหารหมักดองที่ได้รับความนิยม คือ บริการแบบบุฟเฟต์ ซึ่งผู้บริโภคสามารถบริโภคได้เต็มที่ ไม่จำกัดปริมาณ ลักษณะอาหารจะมีเนื้อสัตว์เป็นส่วนใหญ่ จากลักษณะของอาหารหมักดอง จะพบว่ามีประโยชน์มากในด้านการได้รับสารอาหารโปรตีนจาก เนื้อสัตว์ ไขมันจากไขมันสัตว์ เกลือแร่ และวิตามินต่าง ๆ รวมทั้งใยอาหารจากผักต่าง ๆ แต่ถ้าหากว่าร่างกายได้รับสารเหล่านี้ในปริมาณมากเกินไปความต้องการของร่างกาย จะก่อให้เกิดโทษได้เช่นเดียวกัน จะเห็นว่าการบริโภคหมักดองแต่ละครั้ง มีโอกาสได้รับสารพิษจากยาฆ่าแมลงจำนวนมาก อีกทั้งในเนื้อสัตว์สิ่งที่ควรพึงระวัง คือการปนเปื้อนของไข่พยาธิ หากร่างกายได้รับเนื้อสัตว์ที่มีไข่พยาธิเข้าไป ประกอบกับการปรุงอาหารแบบสุก ๆ ดิบ ๆ จะทำให้เกิดโรคพยาธิในร่างกายได้ ถ้าบริโภคเนื้อสัตว์ที่ใหม่เกรียมบ่อยครั้ง จะมีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็ง และการบริโภค

เนื้อสัตว์ในปริมาณที่มากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย อาจส่งผลให้เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ โรคไขมันสูงในเลือด และโรคอ้วน

การเกิดปัญหาสุขภาพจากการบริโภค จะขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการบริโภคของแต่ละบุคคล นักศึกษาถึงแม้จะเป็นบุคคลที่มีความรู้ มีโอกาสได้รับข้อมูลข่าวสาร แต่ยังคงพบว่ามีปัญหาจากการบริโภค ดังเช่น การศึกษาของ นานเยลลูโกและโอเกกี (Nnanyelugo & Okeke, 1987) ศึกษาบริโภคนิสัยและปริมาณอาหารที่ได้รับของนักศึกษาในจีเรีย โดยการตอบแบบสอบถามการบริโภคและการวิเคราะห์อาหารโดยการชั่งน้ำหนักอาหารที่บริโภคพบว่า นักศึกษาชายและหญิงได้รับพลังงานมากกว่าปริมาณที่แนะนำโดย องค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ และองค์การอนามัยโลก (Food and Agriculture Organization and World Health Organization, FAO/WHO) ทั้งยังได้รับสารอาหารประเภทโปรตีนในปริมาณที่มากกว่าปริมาณที่แนะนำ เช่นเดียวกับการศึกษาของ ออล-ออตมานและเฮเวดี (Al-Othman & Hewedy, 1997) โดยประเมินการบริโภคอาหารของนักศึกษาชาย มหาวิทยาลัยคิงซาอุด์ (King Saud University) ประเทศซาอุดีอาระเบีย พบว่า นักศึกษาได้รับสารอาหารโปรตีนและไขมันสูงกว่าปริมาณที่กำหนด

สำหรับในประเทศไทยมีการศึกษาที่กล่าวถึงพฤติกรรมการบริโภคของนักศึกษาไทยนั้น จากการศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของผู้ที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน ในกรุงเทพมหานคร ของ สุกลักษณ์ บุญความดี (2540) พบว่า ร้อยละ 97.6 ของผู้ที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐานมีการรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง ประกอบกับการศึกษาพฤติกรรมสุขภาพที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจของวัยรุ่นตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ของ กนกพร วิสุทธิกุล (2540) พบว่า พฤติกรรมสุขภาพที่มีปัญหามากที่สุด คือ การขาดการออกกำลังกาย ร่วมกับการรับประทานอาหารที่มีไขมัน และพลังงานสูง สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงการเกิดปัญหาจากพฤติกรรมการบริโภคที่เปลี่ยนไป จากการไหลบ่าของวัฒนธรรมผ่านการติดต่อสื่อสาร และการคมนาคมที่ใกล้ชิดกันมากขึ้น ส่งผลให้มีการบริโภคอาหารเนื้อสัตว์ โดยเฉพาะสัตว์ใหญ่มากขึ้น เป็นผลให้สัดส่วนอาหารโปรตีน และไขมันเพิ่มขึ้น ในขณะที่อาหารประเภทผัก และผลไม้ลดลง (วิณะ วีระไวทยะ และสง่า คามาพงษ์, 2541)

การแสดงออกหรือพฤติกรรมของบุคคลที่กระทำนั้น อาจมีสิ่งเร้าจากการเห็นคุณค่าของสิ่งที่ตนได้รับจากการกระทำของตน สิ่งเร้านี้จึงเป็นแรงจูงใจภายในตัวบุคคลที่จะกระตุ้นให้บุคคลนั้นมีพฤติกรรมสุขภาพในทางบวกหรือทางลบ ดังนั้นพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคล จึงอาจมีสิ่งเร้าจากความเชื่อด้านสุขภาพของบุคคล ตามแนวคิดของ เบคเกอร์ (Becker, 1975) ซึ่งประกอบด้วย การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ต่อความรุนแรงของโรค

การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตน การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติตน และปัจจัยร่วมต่าง ๆ จะเห็นได้จากการศึกษา ของ วิเชียร ศรีวิชัย (2541) ที่ทำการศึกษาความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากสารเคมีกำจัดศัตรูพืชของเกษตรกร ออถอแม่วาง จังหวัด เชียงใหม่ พบว่า เกษตรกรที่มีระดับคะแนนความเชื่อด้านสุขภาพสูงมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรม การป้องกันตนเองจากสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสูง เช่นเดียวกับการศึกษาของ จาตุรงค์ ประดิษฐ์ (2540) พบว่า ความเชื่อด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยเบาหวาน และความเชื่อด้านสุขภาพ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมดูแลและ สุขภาพอนามัยของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (มรรยาท ฦ นคร, 2536) อีกทั้งใน การศึกษา ของ บุษผา แก้ววิเชียร และคณะ (2540) พบว่า มารดาในระยะหลังคลอดที่มีความเชื่อ ว่าการดื่มน้ำปูเลยในระยะหลังคลอดมีผลดี ก็มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมที่จะดื่มน้ำปูเลย ส่วน กลุ่มที่ไม่เชื่อว่าการดื่มน้ำปูเลยมีผลดี ก็มีแนวโน้มที่จะไม่ดื่มน้ำปูเลยหลังคลอด

ดังนั้นผู้ศึกษาคาดว่า ความเชื่อด้านสุขภาพจึงน่าจะเป็นปัจจัยสำคัญที่สามารถส่งผลต่อ พฤติกรรมการบริโภคของนักศึกษาได้ จากข้อมูลจะเห็นว่าหมูกระทะเป็นอาหารที่มีความเสี่ยงต่อ การเกิดปัญหาสุขภาพมาก หากบริโภคไม่ถูกต้อง แต่หมูกระทะกลับเป็นอาหารที่ได้รับความนิยม สูง โดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียน นักศึกษา ดังจะเห็นได้จากจำนวนร้านหมูกระทะในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่มีจำนวนเพิ่มขึ้นมาก จากการสำรวจจำนวนร้านหมูกระทะด้วยตนเอง ในเขตอำเภอ เมือง เชียงใหม่ (เมษายน 2543) พบว่า มีจำนวน 27 ร้าน จากการสังเกตและการซักถามจาก เจ้าของร้าน พบว่า กลุ่มคนที่นิยมบริโภคอาหารประเภทนี้คือ กลุ่มนักเรียน นักศึกษา และในเวลา เดียวกันบริเวณรอบ ๆ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่มีร้านหมูกระทะ จัดจำหน่ายเป็นจำนวนหนาแน่นกว่า บริเวณอื่น ๆ พบว่ามีจำนวนถึง 10 ร้านด้วยกัน ด้วยเหตุนี้ผู้ศึกษาจึงมีความสนใจที่จะศึกษาถึง ความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมบริโภคหมูกระทะของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เพื่อ เป็นแนวทางในการส่งเสริมการให้ความรู้ในด้านโภชนาการ ซึ่งจะช่วยให้ผู้บริโภคตระหนักและ บริโภคหมูกระทะได้อย่างปลอดภัยมากที่สุดต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาความเชื่อด้านสุขภาพ ของกลุ่มตัวอย่าง
2. เพื่อศึกษาการบริโภคหมูกระทะของกลุ่มตัวอย่าง
3. เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อด้านสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ คณะ ชั้นปี การศึกษา และค่าใช้จ่าย

4. เพื่อเปรียบเทียบการบริโภคหมูกระทะของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ คณะ ชั้นปี การศึกษา และค่าใช้จ่าย

5. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อด้านสุขภาพและการบริโภคหมูกระทะของกลุ่มตัวอย่าง

สมมติฐาน

1. ความเชื่อด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์กับการบริโภคหมูกระทะ
2. ความเชื่อด้านสุขภาพมีความแตกต่างกัน เมื่อจำแนกตามเพศ คณะ ชั้นปีการศึกษา และค่าใช้จ่าย
3. การบริโภคหมูกระทะมีความแตกต่างกันเมื่อจำแนกตาม เพศ คณะ ชั้นปีการศึกษา และค่าใช้จ่าย

ขอบเขตการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาเพื่อที่จะศึกษาความเชื่อด้านสุขภาพและการบริโภคหมูกระทะโดยยึดกรอบแนวคิด Health Belief Model ของ Becker และคณะ โดยศึกษาตัวแปร ได้แก่ การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ต่อความรุนแรงของโรค การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตน การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติตน และปัจจัยร่วมต่าง ๆ โดยจะนำเสนอความเชื่อด้านสุขภาพโดยรวม ทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 370 คน รวบรวมข้อมูลในระหว่างวันที่ 1 สิงหาคม 2543 ถึงวันที่ 30 สิงหาคม 2543

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความเชื่อด้านสุขภาพ คือ การรับรู้ ความคิดเห็น ความเข้าใจ และความรู้สึกที่มีต่ออาหารหมูกระทะ ตามแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ ซึ่งประกอบด้วย การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ต่อความรุนแรงของโรค การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตน การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติตน และปัจจัยร่วมต่าง ๆ ซึ่งวัดได้จากการใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง จากกรอบแนวคิดของ Becker และคณะ

การบริโภค คือ การกระทำที่เกิดขึ้นขณะรับประทานหมูกระทะที่ร้าน ได้แก่ การเลือกบริโภค วิธีการรับประทานหมูกระทะ ลักษณะของอาหารหมูกระทะ ความถี่ ชนิด และปริมาณของอาหารหมูกระทะที่รับประทาน

หมูกะทะ คือ ลักษณะของอาหารที่ได้จากการปิ้งย่าง ของอาหารประเภทเนื้อสัตว์ ได้แก่ เนื้อวัว เนื้อหมู เนื้อไก่ เนื้อปลา ปลาหมึก ตับหมู และกุ้ง การต้มวุ้นเส้น หมี่หยก และผักต่างๆ เช่น ผักบุ้ง ผักกวางตุ้ง ผักกาดขาว เป็นต้น บนกะทะที่มีลักษณะเฉพาะ

นักศึกษา คือ นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีและปริญญาโท ของ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2543

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University