

## บทที่ 4

### ผลการศึกษา

การศึกษา เรื่อง การใช้วิตามินและเกลือแร่เสริมของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ นักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม ได้รับกลับคืนมา จำนวน 180 ชุด และสามารถใช้ในการวิเคราะห์ได้ คิดเป็น 100 % ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลได้นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยาย แบ่งเป็น 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 การใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม

ก. การใช้วิตามินเสริม

ข. การใช้เกลือแร่เสริม

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุ ระดับชั้นที่ศึกษาและ  
ค่าใช้จ่าย

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	130	72.22
หญิง	50	27.77
<b>อายุ</b>		
ระหว่าง 19 – 21 ปี	164	91.11
ระหว่าง 22 – 24 ปี	15	8.33
มากกว่า 24 ปี	1	0.66
<b>ระดับชั้นที่ศึกษา</b>		
ปีที่ 1	72	40.00
ปีที่ 2	86	47.77
ปีที่ 3	22	12.22
<b>ค่าใช้จ่ายต่อเดือน/บาท</b>		
ต่ำกว่า 3,000 บาท	69	38.33
3,001 – 4,000 บาท	83	46.11
4,001 – 5,000 บาท	22	12.22
5,001 บาทขึ้นไป	6	3.33

จากตารางที่ 4.1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 72.22 อายุระหว่าง 19-21 ปี ร้อยละ 91.11 ศึกษาในระดับชั้นปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 47.77 มีค่าใช้จ่ายระหว่าง 3,001-4,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 46.11

ตารางที่ 4.2 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามชนิดกีฬาที่เล่นเป็นประจำ (อย่างน้อย 3 ครั้ง/สัปดาห์)\*

ชนิดกีฬาที่เล่นเป็นประจำ	จำนวน	ลำดับที่
ฟุตบอล	83	1
ว่ายน้ำ	32	2
เซปักตะกร้อ	32	2
กรีฑา	27	4
เทนนิส	18	5
วอลเลย์บอล	15	6
แบดมินตัน	11	7
เทเบิลเทนนิส	9	8
เทควันโด	5	9
บาสเก็ตบอล	5	9
ยูโด	4	11
ลีลาศ	3	12
แอโรบิก	3	12
ยิงปืน	2	14
กอล์ฟ	2	14
กอล์ฟ	1	16
แชร์บอล	1	16
ยิมนาสติก	1	16
มวยปล้ำ	1	16

หมายเหตุ\* ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 4.2 พบว่า ชนิดกีฬาที่กลุ่มตัวอย่างเล่นเป็นประจำ 3 ลำดับแรก คือ ฟุตบอล ว่ายน้ำและเซปักตะกร้อ

ตารางที่ 4.3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเวลาในการเล่นกีฬา

เวลาในการเล่นกีฬา	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า ½ ชั่วโมง	5	2.77
½ ชั่วโมงถึง 1 ชั่วโมง	38	21.11
1 ชั่วโมง ถึง 1 ½ ชั่วโมง	69	38.33
มากกว่า 1 ½ ชั่วโมง	68	37.77

จากตารางที่ 4.3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างใช้เวลาในการเล่นกีฬาระหว่าง 1 ชั่วโมง – 1 ½ ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 38.33

ตารางที่ 4.4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเล่นกีฬามีผลต่อการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม

ผลต่อการใช้วิตามิน และเกลือแร่เสริม	จำนวน	ร้อยละ
มี	151	83.88
ไม่มี	20	11.11
ไม่ระบุ	9	5.00

จากตารางที่ 4.4 พบว่า การเล่นกีฬามีผลต่อการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม จำนวน 151 คน คิดเป็นร้อยละ 83.9 และการเล่นกีฬาไม่มีผลต่อการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 11.1

ตารางที่ 4.5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่คิดว่าการเล่นกีฬาที่มีผลต่อการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริมจำแนกตามเหตุผล

เหตุผล	จำนวน	ร้อยละ
สูญเสียเหงื่อ	28	18.54
ร่างกายสูญเสียพลังงานและกำลัง	15	9.93
ขึ้นอยู่กับประเภทกีฬาที่เล่น	12	7.94
ร่างกายใช้กำลังงานในการออกกำลังกาย		
เสริมสร้างความสมบูรณ์แก่ร่างกาย	12	7.94
ร่างกายสดชื่นไม่เหนื่อย	6	3.97
วิตามินและเกลือแร่ช่วยให้แข็งแรงมีกำลัง		
จึงส่งผลให้ใช้วิตามินและเกลือแร่	6	3.97
ช่วยให้ไม่ขาดสารอาหาร	6	3.97
ช่วยสร้างกล้ามเนื้อ	4	2.64
ความแตกต่างของสภาพแวดล้อมมีผลต่อการใช้	3	1.98
วิตามินและเกลือแร่มีความสำคัญต่อร่างกาย	2	1.32
เพิ่มประสิทธิภาพให้พลังงาน	2	1.32
ร่างกายสูญเสียพลังงานและเหงื่อ	2	1.32
บำรุงร่างกายและผิวพรรณ	1	0.66
ไม่ระบุเหตุผล	52	34.43
รวม	151	100.00

จากตารางที่ 4.5 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีเหตุผลว่าการเล่นกีฬามีผลต่อการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม สาเหตุเพราะสูญเสียเหงื่อมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 18.54 รองลงมา คือ ร่างกายสูญเสียพลังงานและกำลัง คิดเป็นร้อยละ 9.93

ตารางที่ 4.6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่คิดว่าการเล่นกีฬาไม่มีผลต่อการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริมจำแนกตามเหตุผล

เหตุผล	จำนวน	ร้อยละ
ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ดี	7	35.00
ร่างกายไม่จำเป็นต้องได้รับ	3	15.00
ไม่เคยใช้	1	5.00
ไม่ทราบเหตุผล	1	5.00
ไม่ระบุ	8	40.00
รวม	20	100.00

จากตารางที่ 4.6 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีเหตุผลว่าการเล่นกีฬาไม่มีผลต่อการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม สาเหตุเพราะร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ดีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.00

ตารางที่ 4.7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม

การใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม	จำนวน	ร้อยละ
ใช้	117	65.00
ไม่ใช้	63	35.00

จากตารางที่ 4.7 พบว่า กลุ่มตัวอย่างใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม จำนวน 117 คน คิดเป็นร้อยละ 65.00 และไม่ใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 35.00

ตารางที่ 4.8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม จำแนกตาม เหตุผล

การใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม	จำนวน	ลำดับที่
เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการออกกำลังกายให้กับตนเอง	31	1
วิตามินและเกลือแร่เสริมช่วยให้ร่างกายแข็งแรง ป้องกันโรค	28	2
การใช้วิตามินและเกลือแร่เสริมช่วยไม่ให้เหนื่อยเร็ว	16	3
ได้รับการชักชวนแนะนำจากพ่อแม่ ญาติพี่น้อง และเพื่อน ๆ	7	4
เป็นหลักประกันการได้รับสารอาหารพอเพียง	4	5
การจัดนิทรรศการ การเผยแพร่ความรู้ เป็นเหตุให้ใช้วิตามิน และเกลือแร่เสริม	4	5
ทดแทนสิ่งที่เสียไปกับเหงื่อ	1	7
วิตามินและเกลือแร่ช่วยไม่ให้ตกใจและตื่นตื้นง่าย	0	8
ไม่ระบุลำดับสาเหตุ	28	

หมายเหตุ \* เรียงลำดับจากมากไปน้อย

จากตารางที่ 4.8 พบว่า กลุ่มตัวอย่างใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม โดยสาเหตุของการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริมของกลุ่มตัวอย่าง คือ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการออกกำลังกายให้กับตนเอง รองต่อมา คือ การใช้วิตามินและเกลือแร่เสริมช่วยให้ร่างกายแข็งแรง ป้องกันโรค

ตารางที่ 4.9 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้วิตามินและเกลือแร่เสริมจำแนกตามแหล่งคำแนะนำที่ได้รับ

แหล่งคำแนะนำที่ได้รับ	จำนวน	ร้อยละ
อาจารย์ ผู้ฝึกสอน	29	24.78
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	20	17.09
บุคคลในครอบครัว	14	11.96
เพื่อน	8	6.83
ผู้คุมทีม	1	0.85
เอกสารเผยแพร่ความรู้	4	3.41
โทรทัศน์	13	11.11
สื่อให้ความรู้ทั้งหมด	1	0.85
มากกว่า 1 แหล่ง	27	23.07

จากตารางที่ 4.9 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม ส่วนใหญ่ได้รับคำแนะนำจากอาจารย์ ผู้ฝึกสอน คิดเป็นร้อยละ 24.78



ตารางที่ 4.10 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกเหตุผลของการไม่ใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม

เหตุผลของการไม่ใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม	จำนวน	ลำดับที่
ได้รับจากอาหาร 5 หมู่ในปริมาณพอเพียง	17	1
ร่างกายไม่จำเป็นต้องได้รับเพิ่ม	12	2
ร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ สุขภาพและสมรรถภาพดี	9	3
ไม่เคยใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม	9	3
ได้จากอาหารที่บริโภคและออกกำลังกายให้ถูกวิธี	2	5
ได้จากอาหารไม่จำเป็นต้องได้รับเพิ่มจากการเสริม	2	5
หาซื้อได้ยากและไม่สะดวก	1	6
การใช้วิตามินและเกลือแร่เกิดจากความเชื่อส่วนตัว	1	6
กินมาก ๆ มีผลให้เกิดโรคได้	1	6
ไม่ระบุสาเหตุ	9	3

จากตารางที่ 4.10 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ไม่เคยมีประสบการณ์ในการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม มีสาเหตุของการไม่ใช้เนื่องด้วยได้รับจากอาหาร 5 หมู่ในปริมาณพอเพียง

ตารางที่ 4.11 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้เคยวิตามินและเกลือแร่เสริม จำแนกตามการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม

การใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม	จำนวน	ร้อยละ
การใช้วิตามิน	30	25.64
การใช้เกลือแร่	4	3.41
การใช้วิตามินและเกลือแร่	83	70.94

จากตารางที่ 4.11 พบว่า กลุ่มตัวอย่างใช้ทั้งวิตามินและเกลือแร่เสริมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 70.94

## ส่วนที่ 2 การใช้วิตามินและเกลือแร่เสริมของกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม

### ก. การใช้วิตามินเสริม

ตารางที่ 4.12 จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้วิตามินเสริม จำแนกตามวิตามินที่ท่านใช้บ่อย\*

วิตามินที่ท่านใช้บ่อย	จำนวน	ลำดับที่
วิตามินซี	66	1
วิตามินรวม	36	2
วิตามินเอ หรือ น้ำมันตับปลา	21	3
วิตามินบีรวม	15	4
วิตามินอี	9	5

หมายเหตุ\* ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 4.12 พบว่า วิตามินที่กลุ่มตัวอย่างใช้หรือซื้อบ่อยที่สุด 3 ลำดับแรก คือ วิตามินซี รองลงมา คือวิตามินรวม และวิตามินเอหรือน้ำมันตับปลา ตามลำดับ

ตารางที่ 4.13 จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้วิตามินเสริม จำแนกตามวิตามินที่กลุ่มตัวอย่างใช้\*

ลักษณะของวิตามิน	จำนวน	ลำดับที่
เม็ด	65	1
น้ำ	31	2
ผง	20	3
แคปซูล	18	4

หมายเหตุ\* ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 4.13 พบว่า กลุ่มตัวอย่างใช้วิตามินตามลักษณะที่เป็นเม็ดมากที่สุด รองลงมา คือ ลักษณะที่เป็นน้ำ รองลงมาคือ ลักษณะที่เป็นผง รองลงมาคือ ลักษณะที่เป็นแคปซูล

ตารางที่ 4.14 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความถี่ในการใช้วิตามินและจำนวนครั้งในการรับประทาน/วัน

การใช้วิตามิน	จำนวน	ร้อยละ
<b>ความถี่</b>		
ทุกวัน	20	17.69
วันเว้นวัน	17	15.04
สัปดาห์ละ 2 ครั้ง	21	18.58
สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	24	21.23
ช่วงใกล้การแข่งขันกีฬา	6	5.30
ใช้ช่วงการออกกำลังกายหนัก ๆ	1	0.88
เมื่อร่างกายอ่อนแอ	2	1.76
นาน ๆ ครั้ง	20	17.69
ไม่ระบุ	2	1.69
<b>จำนวนครั้งในการรับประทาน/วัน</b>		
1 ครั้ง	56	49.55
2 ครั้ง	33	29.20
3 ครั้ง	9	7.96
มากกว่า 3 ครั้ง	4	3.53
ไม่ระบุจำนวนครั้ง	11	9.73

จากตารางที่ 4.14 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความถี่ในการใช้วิตามินสัปดาห์ละ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 21.23 รองลงมา คือ ใช้สัปดาห์ละ 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 18.58 จำนวนครั้งในการรับประทาน/วัน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่รับประทานวิตามินวันละ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 49.55

ตารางที่ 4.15 จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้วิตามินเสริม จำแนกตามปริมาณวิตามินที่รับประทาน/ครั้ง

ปริมาณการใช้วิตามิน	จำนวน	ลำดับที่
ครั้งละ 1 เม็ด	60	1
ครั้งละ 2 เม็ด	17	3
ครั้งละ 3 เม็ด	3	4
ครั้งละ 1 ซอง	3	4
ครั้งละ 1 ซ้อนโต๊ะ	2	5
ใช้เป็นขวด	3	4
ใช้เป็นหลอด	1	6
ไม่ทราบจำนวนที่แน่นอน	24	2

จากตารางที่ 4.15 พบว่า กลุ่มตัวอย่างปริมาณที่รับประทานวิตามิน ส่วนใหญ่รับประทาน  
ครั้งละ 1 เม็ด รองลงมาคือ รับประทานครั้งละ 2 เม็ด

ตารางที่ 4.16 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้วิตามินเสริมจำแนกตามค่าใช้จ่ายในการซื้อวิตามินต่อเดือน ระยะเวลาที่ใช้วิตามิน

การใช้วิตามินเสริม	จำนวน	ร้อยละ
<b>ค่าใช้จ่ายในการซื้อวิตามินต่อเดือน</b>		
ต่ำกว่า 40 บาท	48	42.47
41-60 บาท	25	22.12
61-80 บาท	6	5.30
81-100 บาท	9	7.96
101-120 บาท	6	5.30
ตั้งแต่ 121 บาทขึ้นไป	19	16.81
<b>ระยะเวลาที่ใช้วิตามิน</b>		
มากกว่า 4 เดือน	29	25.66
น้อยกว่า 1 เดือน	27	23.89
1 เดือน	19	16.81
2 เดือน	16	14.15
3 เดือน	11	9.73
ไม่ทราบระยะเวลา	9	7.96
ไม่ระบุ	2	1.76

จากตารางที่ 4.16 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายในการซื้อวิตามินต่ำกว่า 40 บาทต่อเดือน รองลงมา คือ 41-60 บาทต่อเดือน ส่วนระยะเวลาในการใช้วิตามินของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้มากกว่า 4 เดือน คิดเป็นร้อยละ 25.66

ตารางที่ 4.17 กลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้วิตามินเสริม จำแนกตามเกณฑ์การเลือกซื้อและปัญหาที่เกิดจากการใช้วิตามินเสริม

การใช้วิตามิน	จำนวน	ลำดับที่
<b>เกณฑ์การเลือกซื้อ</b>		
ความจำเป็นของการใช้	95	1
ราคา	19	2
การโฆษณาประชาสัมพันธ์	13	3
ความนิยมและสังคม	6	4
ประโยชน์ของวิตามิน	3	5
ความชอบ	1	6
ตามแพทย์สั่ง	1	6
เสริมสร้างร่างกาย	1	6
ไม่ระบุ	1	6
<b>ปัญหาการใช้วิตามินเสริม</b>		
ไม่มีปัญหา	100	
มีปัญหา	13	
สารเคมีตกค้าง	3	1
ราคาแพง	3	1
รับประทานไม่ตรงเวลา	1	3
ใช้เวลาไม่ได้ผล เกิดอาการแพ้ และทำให้อ้วน	1	3
ไม่ชอบรสชาติ	1	3
รับประทานมาก ๆ ใจสั้น	1	3
นอนไม่หลับ	1	3
ใช้มากเกินไปมีผลต่อร่างกาย	1	3
เหนื่อย ,อ่อนเพลีย	1	3

จากตารางที่ 4.17 พบว่า กลุ่มตัวอย่างพิจารณาเลือกซื้อวิตามินตามความจำเป็นของการใช้มากที่สุด รองลงมาคือ ราคา ปัญหาที่พบ คือ ปัญหาด้านสารเคมีตกค้าง ซึ่งเท่ากับจำนวนที่มีปัญหาด้านราคาแพง

### ข. การใช้เกลือแร่เสริม

ตารางที่ 4.18 จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้เกลือแร่เสริมจำแนกตามเกลือแร่ที่ใช้บ่อย

เกลือแร่ที่ท่านใช้บ่อย	จำนวน	ลำดับที่
แคลเซียม	41	1
เกลือแร่รวม	39	2
เหล็ก	16	3
โซเดียม	9	4
ฟอสฟอรัส	8	5
ไอโอดีน	8	5
แมกนีเซียม	6	7

หมายเหตุ\* ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 18 พบว่า เกลือแร่ที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เลือกใช้บ่อย 3 ลำดับแรก คือ แคลเซียม รองลงมาคือ เกลือแร่รวมและเหล็ก

ตารางที่ 4.19 จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้เกลือแร่เสริมจำแนกตามลักษณะของเกลือแร่ที่ใช้

ลักษณะเกลือแร่	จำนวน	ลำดับที่
ผง	47	1
น้ำ	47	1
เม็ด	14	3
แคปซูล	10	4

หมายเหตุ\* ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 4.19 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้เกลือแร่ลักษณะที่เป็นผง เท่ากับ ลักษณะเป็นน้ำ รองลงมาคือ ลักษณะที่เป็นเม็ด และที่เป็นแคปซูล

จ/ภช  
615.228

เลขหมู่..... ๑11511

สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ตารางที่ 4.20 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความถี่ในการใช้เกลือแร่และจำนวนครั้งในการรับประทาน/วัน

การใช้เกลือแร่	จำนวน	ร้อยละ
<b>ความถี่</b>		
ทุกวัน	17	19.54
วันเว้นวัน	10	11.49
สัปดาห์ละ 2 ครั้ง	21	24.13
สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	18	20.68
ช่วงใกล้แข่งขัน	4	4.59
เฉพาะช่วงเล่นกีฬาหนัก ๆ	1	1.14
ไม่แน่นอน	4	4.59
ใช้เมื่อจำเป็น	3	3.44
นาน ๆ ครั้ง	9	10.34
<b>จำนวนครั้งในการรับประทาน/วัน</b>		
1 ครั้ง	50	57.47
2 ครั้ง	22	25.28
3 ครั้ง	6	6.89
มากกว่า 3 ครั้ง	3	3.44
ไม่ระบุ	6	6.89

จากตารางที่ 4.20 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความถี่ในการใช้เกลือแร่สัปดาห์ละ 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 24.13 รองลงมาคือ ใช้สัปดาห์ละ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 20.68 จำนวนครั้งในการรับประทาน/วัน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่รับประทานเกลือแร่วันละ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 57.47



ตารางที่ 4.21 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้เกลือแร่เสริม จำนวนค่าใช้จ่ายในการซื้อเกลือแร่ต่อเดือนและระยะ เวลาที่ใช้เกลือแร่

การใช้เกลือแร่เสริม	จำนวน	ร้อยละ
<b>ค่าใช้จ่ายในการซื้อเกลือแร่ต่อเดือน</b>		
ต่ำกว่า 40 บาท	31	35.63
41 – 60 บาท	17	19.54
61 – 80 บาท	9	10.34
81 – 100 บาท	7	8.04
101 – 120 บาท	4	4.59
ตั้งแต่ 121 บาทขึ้นไป	19	21.83
<b>ระยะเวลาที่ใช้เกลือแร่</b>		
น้อยกว่า 1 เดือน	22	25.28
1 เดือน	11	12.64
2 เดือน	8	9.19
3 เดือน	6	6.89
มากกว่า 4 เดือน	27	31.03
ช่วงใกล้การแข่งขัน	1	1.14
ใช้ไม่ต่อเนื่อง	1	1.14
บางครั้ง	2	2.29
นาน ๆ ครั้ง	2	2.29
จำไม่ได้	2	2.29
ไม่ระบุ	5	5.74

จากตารางที่ 4.21 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายในการซื้อเกลือแร่ต่ำกว่า 40 บาทต่อเดือน รองลงมาคือ ตั้งแต่ 121 บาทขึ้นไป(ต่อเดือน) ส่วนระยะเวลาในการใช้เกลือแร่ของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้มากกว่า 4 เดือน คิดเป็นร้อยละ 31.03

ตารางที่ 4.22 จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เคยใช้เกลือแร่เสริมจำแนกตามเกณฑ์การเลือกซื้อเกลือแร่และปัญหาการใช้เกลือแร่เสริม

การใช้เกลือแร่	จำนวน	ลำดับที่
<b>การเลือกซื้อเกลือแร่</b>		
ความจำเป็นของการใช้	75	1
ราคา	18	2
การโฆษณาประชาสัมพันธ์	16	3
ความนิยมและสังคม	5	4
ลักษณะการใช้งานและประโยชน์	2	5
<b>ปัญหาการใช้เกลือแร่เสริม</b>		
ราคาแพง	3	1
เกิดการสะสมในร่างกาย	2	2
เสียเหม็นมาก	1	3
กลัวเป็นโรคเกี่ยวกับทางเดินอาหาร	1	4
กระหายน้ำ	1	4
รสชาติไม่อร่อย รับประทานยาก	1	4
บางชนิดต้องผสมเอง ยุ่งยาก	1	4
นอนไม่หลับ	1	4

จากตารางที่ 4.22 พบว่า กลุ่มตัวอย่างพิจารณาเลือกซื้อเกลือแร่จากความจำเป็นของการใช้ มากที่สุด รองลงมา คือ ราคา ปัญหาที่พบคือ ปัญหาด้านราคาแพง