

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาเรื่อง “พฤติกรรมของผู้จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับการดูแลผู้สูงอายุในอำเภอเมืองเชียงใหม่” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมของผู้จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ ในอำเภอเมืองเชียงใหม่ วิธีการศึกษาใช้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างบุคคลที่เป็นผู้จัดหาอาหารให้ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปที่อยู่ในความดูแลของครอบครัวในอำเภอเมืองเชียงใหม่จำนวน 100 คน โดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) ผลการศึกษาที่ได้แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมของผู้จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับการดูแลผู้สูงอายุในอำเภอเมืองเชียงใหม่

ส่วนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่าง พฤติกรรมของผู้จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ ในอำเภอเมืองเชียงใหม่ และข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

จากการศึกษาพฤติกรรมของผู้จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ ในอำเภอเมืองเชียงใหม่ จำนวน 100 คนพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 52.0 และเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 48.0 ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 66.0 และอนุปริญญา/ปวส. คิดเป็นร้อยละ 23.0 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001-20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 45.0 รายได้มีพอในการใช้จ่าย คิดเป็นร้อยละ 60.0 อาชีพ คือ ข้าราชการ คิดเป็นร้อยละ 35.0 และพนักงานบริษัท คิดเป็นร้อยละ 25.0 มีที่พักอาศัยเป็นบ้านของตัวเอง คิดเป็นร้อยละ 63.0 มีผู้สูงอายุที่ดูแล จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 67.0 โดยเป็นผู้สูงอายุเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 71.0 เพศชายร้อยละ 65.0 มีอายุระหว่าง 70 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 85.0 ผู้สูงอายุมีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 70.0 โดยมีความเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ เป็นบุตร คิดเป็นร้อยละ 55.0 (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามข้อมูลทั่วไป (n=100)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	48	48.0
หญิง	52	52.0
ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนปลาย	0	0.0
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช	0	0.0
อนุปริญญา / ปวส.	23	23.0
ปริญญาตรี	66	66.0
สูงกว่าปริญญาตรี	11	11.0
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน		
ต่ำกว่า 5,000 บาท	0	0.0
5,001-10,000 บาท	0	0.0
10,001-15,000 บาท	33	33.0
15,001-20,000 บาท	45	45.0

มากกว่า 20,000 บาท	22	22.0
--------------------	----	------

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
ความพอเพียงของรายได้		
มีเหลือเก็บ	40	40.0
มีพอในการใช้จ่าย	60	60.0
มีไม่เพียงพอใช้จ่ายและมีหนี้สิน	0	0.0
อาชีพ		
ข้าราชการ	35	35.0
ค้าขาย	11	11.0
พนักงานบริษัท	25	25.0
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	19	19.0
เจ้าของกิจการ	10	10.0
ที่พักอาศัย		
บ้านของตัวเอง	63	63.0
บ้านของญาติพี่น้อง	14	14.0
บ้านเช่า	23	23.0
จำนวนผู้สูงอายุที่ดูแล		
1 คน	23	23.0
2 คน	67	67.0
มากกว่า 3 คน	10	10.0
เพศผู้สูงอายุที่ดูแล		
ชาย	65	65.0
หญิง	71	71.0
หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ		
อายุของผู้สูงอายุที่ดูแล		
60-64 ปี	33	33.0
65-69 ปี	60	60.0
70 ปีขึ้นไป	85	85.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ		
---	--	--

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ		
ไม่มีโรคประจำตัว	30	30.0
มีโรคประจำตัว	70	70.0
มีความเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ		
บุตร	55	55.0
หลาน	45	45.0

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมของผู้จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ ในอำเภอเมือง เชียงใหม่

จากการสำรวจพฤติกรรมของผู้จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ สามารถสรุปได้ ดังนี้

อาหารที่มีการจัดหาเป็นประจำส่วนใหญ่ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 80.0 ผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 66.0 และ นม โคนม ถั่วเหลือง คิดเป็นร้อยละ 60.0

อาหารที่มีการจัดหาบ่อยครั้งส่วนใหญ่ ได้แก่ เนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 40.0 ข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดเป็นร้อยละ 39.0 ข้าวเหนียวสุก คิดเป็นร้อยละ 29.0 และ น้ำผัก น้ำผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 29.0

อาหารที่มีการจัดหามาครั้ง ส่วนใหญ่ ได้แก่ ข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 43.0 พืชผักอินทรีย์หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 40.0 และผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 33.0

อาหารที่ไม่เคยจัดหาส่วนใหญ่ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100 อาหารที่มีรสชาติจัด เบี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด คิดเป็นร้อยละ 71.0 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 53.0 (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความถี่ในการจัดหาอาหาร (n=100)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภคอาหาร	ระดับความถี่ในการจัดหาอาหาร				รวม
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยจัดให้	
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	
1. ข้าวเหนียวสุก	38.0	29.0	27.0	6.0	100.0
2. ข้าวสวย (ข้าวขาว)	43.0	39.0	17.0	1.0	100.0
3. ข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี)	6.0	14.0	43.0	37.0	100.0
4. เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว)	60.0	27.0	6.0	7.0	100.0
5. เนื้อปลา	31.0	40.0	29.0	0.0	100.0
6. อาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง)	23.0	13.0	26.0	38.0	100.0
7. ผักทั่วไป	80.0	20.0	0.0	0.0	100.0
8. พืชผักอินทรีย์หรือผักปลอดสารพิษ	19.0	15.0	40.0	26.0	100.0
9. ผลไม้	66.0	27.0	5.0	2.0	100.0
10. อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล	33.0	12.0	2.0	53.0	100.0
11. กาแฟ น้ำชา	15.0	16.0	22.0	47.0	100.0
12. น้ำผัก น้ำผลไม้	16.0	29.0	29.0	26.0	100.0
13. นม โคนม ถั่วเหลือง	60.0	5.0	10.0	25.0	100.0
14. เครื่องดื่มแอลกอฮอล์	0.0	0.0	0.0	100.0	100.0
15. อาหารที่มีรสชาติจัด เช่น เปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด	5.0	3.0	21.0	71.0	100.0
16. ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	25.0	12.0	33.0	30.0	100.0
17. อาหารที่จัดเป็นอาหารอ่อน ย่อยง่าย รสไม่จัด	43.0	20.0	14.0	23.0	100.0

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความเข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 83.0 (ตารางที่ 3) การกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ พิจารณาจากการจัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 85.0 และจากปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ ร้อยละ 65.0 (ตารางที่ 4) วิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ มีทั้งการซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุง

เอง คิดเป็นร้อยละ 52.0 (ตารางที่ 5) โดยมีเหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จากวิธี ดังกล่าว คือ มีอาหารให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 87.0 ความสะอาด คิดเป็นร้อยละ 80.0 สะดวก คิดเป็นร้อยละ 74.0 ความสดใหม่ คิดเป็นร้อยละ 52 และรสชาติถูกปาก คิดเป็นร้อยละ 51.0 (ตารางที่ 6)

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน	83	83.0
อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ	17	17.0
รวม	100	100.0

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการพิจารณาในการกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ

การพิจารณาในการกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ตามการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจของผู้สูงอายุ	12	12.0
พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ	44	44.0
ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ	65	65.0
จัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ	85	85.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามวิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ อย่างไร

วิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ซื้ออาหารสำเร็จรูป	16	16.0
ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง	32	32.0
ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง	52	52.0
รวม	100	100.0

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จากวิธี ดังกล่าว

เหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จากวิธี ดังกล่าว	จำนวน	ร้อยละ
ความสะดวก	80	80.0
สะดวก	74	74.0
มีอาหารให้เลือกหลากหลาย	87	87.0
ความสด, ใหม่	52	52.0
ราคาไม่แพง	30	30.0
คุณภาพดี	33	33.0
การบริการที่ดี	47	47.0
รสชาติถูกปาก	51	51.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ใช้วิธีการจัดเตรียมอาหารประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ โดยการต้มมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 80.0 (ตารางที่ 7) การจัดเตรียมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่ใช้วิธีการต้ม, ตุ่นเป็ย คิดเป็นร้อยละ 77.0 (ตารางที่ 8) ประเภทปลา จัดเตรียมโดยการนึ่งมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 89.0 (ตารางที่ 9) ส่วนอาหารประเภทผัก ส่วนใหญ่จัดเตรียมโดยการต้ม คิดเป็นร้อยละ 77.0 (ตารางที่ 10)

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
หุง	69	69.0
ต้ม	80	80.0
ผัด	54	54.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม, ตุ่นเปื่อย	77	77.0
ทอด	25	25.0
ผัด	66	66.0
นึ่ง	54	54.0
ปิ้ง, ย่าง	12	12.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	68	68.0
ทอด	41	41.0
ผัด	35	35.0
นึ่ง	89	89.0
ปิ้ง, ย่าง	14	14.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 10 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทผักให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผักให้กับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	77	77.0
ผัด	65	65.0
นึ่ง	45	45.0
ลวก	16	16.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีการจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ แบบรับประทานสด คิดเป็นร้อยละ 100.0 (ตารางที่ 11) ส่วนประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ จัดเตรียมแบบน้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูป คิดเป็นร้อยละ 84.0 (ตารางที่ 12)

ตารางที่ 11 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
รับประทานสด	100	100.0
แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว	12	12.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 12 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
น้ำคั้นสดแบบแยกกาก	10	10.0
ปั่นสดรวมกาก	55	55.0
น้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูป	84	84.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีการจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ 2 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 44.0 (ตารางที่ 13) โดยจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) แบบต้ม คิดเป็นร้อยละ 87.0 (ตารางที่ 14)

ตารางที่ 13 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุฟอง/สัปดาห์

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง)ให้กับผู้สูงอายุฟอง/สัปดาห์	จำนวน	ร้อยละ
1 ฟอง/สัปดาห์	19	19.0
2 ฟอง/สัปดาห์	44	44.0
3 ฟอง/สัปดาห์	25	25.0
มากกว่า 3 ฟอง/สัปดาห์	12	12.0
รวม	100	100.0

ตารางที่ 14 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง)ให้กับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	87	87.0
ทอด	56	56.0
ลวก	14	14.0
ตุ๋น	8	8.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีการจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุ คือ นมที่มีแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 41.0 (ตารางที่ 15) ส่วนผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ คือ ตัวเอง คิดเป็นร้อยละ 87.0 (ตารางที่ 16) ส่วนเหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ คือ เพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 74.0 (ตารางที่ 17)

ตารางที่ 15 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดหานมสำหรับผู้สูงอายุ

การจัดหานมสำหรับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
นมทั่วไป	5	5.0
นมพร้อมมันเนย	29	29.0
นมที่มีแคลเซียมสูง	41	41.0
นมถั่วเหลือง	25	25.0
รวม	100	100.0

ตารางที่ 16 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

ผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ตัวท่านเอง	87	87.0
สามี - ภรรยา	26	26.0
บุตร - หลาน	44	44.0
เพื่อน	16	16.0
ญาติ	20	20.0
บุคลากรทางการแพทย์	4	4.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 17 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ

เหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ	74	74.0
เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ	18	18.0
ลดอัตราเสี่ยงของการเกิดโรคของผู้สูงอายุ	8	4.0
รวม	100	100.0

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความถี่ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ บ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 69.0 (ตารางที่ 18) ส่วนจำนวนการจัดอาหารเพื่อสุขภาพ คือ 1-2 มื้อ/วัน คิดเป็นร้อยละ 82.0 (ตารางที่ 19) โดยจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในลักษณะ รายการอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุ รวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 80.0 รองลงมา ได้แก่ ผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช่นเดียวกับที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานไม่ได้จัดทำพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 65.0 และวัตถุดิบในการเตรียมอาหารเป็นวัตถุดิบชนิดเดียวกับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 56.0 (ตารางที่ 20)

ตารางที่ 18 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความถี่ของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ความถี่การจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
เป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์)	23	23.0
บ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์)	69	69.0
นาน ๆ ครั้ง (1-2 วันต่อสัปดาห์)	8	8.0
รวม	100	100.0

ตารางที่ 19 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดอาหารเพื่อสุขภาพ แก่ผู้สูงอายุจำนวนมือ/วัน

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุจำนวนมือ/วัน	จำนวน	ร้อยละ
1-2 มือ/วัน	82	82.0
3- 4 มือ/วัน	10	10.0
ทุกมือ	8	8.0
รวม	100	100.0

ตารางที่ 20 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดอาหารเพื่อสุขภาพ ให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมือ

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ รับประทาน ในแต่ละมือ	จำนวน	ร้อยละ
ผู้สูงอายुरับประทานอาหารเช่นเดียวกันกับที่ท่าน รับประทานไม่ได้จัดทำพิเศษ	65	65.0
จัดเตรียมอาหารเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุและแยก รับประทาน	32	32.0
รายการอาหารที่ท่านรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุ รวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน	80	80.0
วัตถุดิบในการเตรียมอาหารของท่านเป็นวัตถุดิบชนิด เดียวกับผู้สูงอายุ	56	56.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ 1,001-3,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 67.0 (ตารางที่ 21) สื่อที่ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ นิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 35.0 รองลงมาคือ เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 30.0 (ตารางที่ 22) การส่งเสริมผู้สูงอายुरับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ คือ ให้บริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 76.0 รองลงมาคือ จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 57.0 (ตารางที่ 23)

ตารางที่ 21 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน

ค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน	จำนวน	ร้อยละ
1,001-3,000 บาท	67	67.0
3,001-5,000 บาท	23	23.0
มากกว่า 5,000 บาทขึ้นไป	10	10.0
รวม	100	100.0

ตารางที่ 22 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสื่อที่ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

สื่อที่ได้ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ	30	30.0
สื่อโทรทัศน์ วิทยุ	24	24.0
นิตยสาร วารสาร	35	35.0
กิจกรรมส่งเสริมการขายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพต่าง ๆ	6	6.0
แลกเปลี่ยนข้อมูลกับบุคคลรอบตัว	15	15.0
รวม	100	100.0

ตารางที่ 23 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการส่งเสริมผู้สูงอายุ รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ

การส่งเสริมผู้สูงอายุรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
ให้บริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ	76	76.0
จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ	57	57.0
กำหนดราคาผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ให้ต่ำกว่าในปัจจุบัน	34	34.0
การให้คำแนะนำบนฉลากโภชนาการของผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	46	46.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่จัดผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ คือ วิตามินชนิดต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 40.0 รองลงมาคือ รังนก คิดเป็นร้อยละ 39.0 (ตารางที่ 24) โดยมีเหตุผลที่เลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว คือ เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 56.0 (ตารางที่ 25) แหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ ห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 53.0 (ตารางที่ 26) เหตุผลสำหรับการเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว คือ สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 54.0 (ตารางที่ 27) ค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 60.0 (ตารางที่ 28)

ตารางที่ 24 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
รังนก	39	39.0
ซูปลั๊กสกัด	23	23.0
น้ำมันตับปลา	12	12.0
แคลเซียมอัดเม็ด	24	24.0
วิตามินชนิดต่างๆ	40	40.0
สมุนไพรอัดเม็ด	15	15.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 25 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ ดังกล่าว	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี	56	56.0
เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น	32	32.0
เพื่อลด/บรรเทาปัญหาสุขภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน	17	17.0
เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน	43	43.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 26 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามแหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

แหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ	28	28.0
ห้างสรรพสินค้า	53	53.0
ขายตรงหรือร้านขายยา	19	19.0
รวม	100	100.0

ตารางที่ 27 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว	จำนวน	ร้อยละ
ความสะดวก	15	15.0
สะดวกในการซื้อ	54	54.0
มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย	43	43.0
คุณภาพดี	18	18.0
ราคาไม่แพง	3	3.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 28 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน

ค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน	จำนวน	ร้อยละ
501-1,000 บาท	5	5.0
1,001-2,000 บาท	25	25.0
2,001-3,000 บาท	60	60.0
มากกว่า 3,000 บาทขึ้นไป	10	10.0
รวม	100	100.0

ส่วนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่าง พฤติกรรมของผู้จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ ในอำเภอเมืองเชียงใหม่ และข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

3.1 จำแนกตามเพศ

อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชายจัดหาให้ผู้สูงอายุเป็นประจำส่วนใหญ่ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 83.3 ผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 70.8 เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) คิดเป็นร้อยละ 54.1 น้ำผัก น้ำผลไม้ และ นมโค นมถั่วเหลือง คิดเป็นร้อยละ 45.8 ข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดเป็นร้อยละ 41.6

อาหารที่จัดหาบ่อยครั้ง ได้แก่ จัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 50.0 อาหารประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง) คิดเป็นร้อยละ 37.5

อาหารที่จัดหามานานๆ ครั้ง ได้แก่ จัดหาข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 45.8 พืชผักอินทรีย์หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 41.6

อาหารที่ไม่เคยจัดให้ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100.0 กาแฟ น้ำชา คิดเป็นร้อยละ 58.3 อาหารที่มีรสชาติจัด เช่นเปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด คิดเป็นร้อยละ 56.2 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 52.0

อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามเพศหญิงส่วนใหญ่จัดหาให้ผู้สูงอายุเป็นประจำ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 75.0 เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) คิดเป็นร้อยละ 61.5 ผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 53.8

อาหารที่จัดหาบ่อยครั้ง ได้แก่ การจัดหาข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดเป็นร้อยละ 46.1 จัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 42.3

อาหารที่จัดหามานานๆ ครั้ง ได้แก่การจัดหาพืชผักอินทรีย์ หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 53.8 การจัดหาข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 40.3

อาหารที่ไม่เคยจัดให้ ได้แก่เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100.0 อาหารที่มีรสชาติจัด เช่นเปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด คิดเป็นร้อยละ 63.4 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 55.7 กาแฟ น้ำชา คิดเป็นร้อยละ 48.0 (ตารางที่ 29)

ตารางที่ 29 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามระดับความถี่ในการจัดหาอาหารและพืช (n=100)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค อาหาร	เพศ	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
1. ข้าวเหนียวสุก	ชาย	19 (39.5)	12 (22.9)	15 (31.2)	3 (6.2)	48 (100.0)
	หญิง	19 (32.6)	16 (30.7)	14 (26.9)	5 (9.6)	52 (100.0)
2. ข้าวสวย (ข้าวขาว)	ชาย	20 (41.6)	19 (39.5)	6 (12.5)	0 (0.0)	48 (100.0)
	หญิง	16 (30.7)	24 (46.1)	10 (19.2)	2 (3.8)	52 (100.0)
3. ข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี)	ชาย	12 (25.0)	10 (20.8)	22 (45.8)	4 (8.3)	48 (100.0)
	หญิง	11 (21.1)	16 (30.7)	21 (40.3)	3 (5.7)	52 (100.0)
4. เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว)	ชาย	26 (54.1)	13 (27.0)	7 (14.5)	2 (4.1)	48 (100.0)
	หญิง	32 (61.5)	14 (26.9)	5 (9.6)	1 (1.9)	52 (100.0)
5. เนื้อปลา	ชาย	18 (37.5)	24 (50.0)	6 (12.5)	0 (0.0)	48 (100.0)
	หญิง	13 (25.0)	22 (42.3)	16 (30.7)	1 (1.9)	52 (100.0)

ตารางที่ 29 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค อาหาร	เพศ	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยจัดให้	
		จำนวนร้อยละ	จำนวนร้อยละ	จำนวนร้อยละ	จำนวนร้อยละ	
6. ประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง)	ชาย	22 (45.8)	18 (37.5)	8 (16.6)	0 (0.0)	48 (100.0)
	หญิง	19 (36.5)	18 (34.6)	14 (26.9)	1 (1.9)	52 (100.0)
7. พืชผักทั่วไป	ชาย	40 (83.3)	8 (16.6)	0 (0.0)	0 (0.0)	48 (100.0)
	หญิง	39 (75.0)	11 (21.1)	2 (3.8)	0 (0.0)	52 (100.0)
8. พืชผักอินทรีย์หรือผักปลอดสารพิษ	ชาย	13 (27.0)	15 (31.2)	20 (41.6)	0 (0.0)	48 (100.0)
	หญิง	14 (26.9)	10 (19.2)	28 (53.8)	0 (0.0)	52 (100.0)
9. ผลไม้	ชาย	34 (70.8)	12 (25.0)	2 (4.1)	0 (0.0)	48 (100.0)
	หญิง	28 (53.8)	19 (36.5)	5 (9.6)	0 (0.0)	52 (100.0)
10. อาหารที่มีไขมัน/ คอเลสเตอรอล	ชาย	9 (18.7)	9 (18.7)	5 (10.4)	25 (52.0)	48 (100.0)
	หญิง	5 (9.6)	8 (15.3)	10 (19.2)	29 (55.7)	52 (100.0)
11. กาแฟ น้ำชา	ชาย	6 (12.5)	6 (12.5)	8 (16.6)	28 (58.3)	48 (100.0)
	หญิง	5 (9.6)	10 (19.2)	12 (23.0)	25 (48.0)	52 (100.0)

ตารางที่ 29 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค อาหาร	เพศ	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยจัดให้	
		จำนวนร้อยละ	จำนวนร้อยละ	จำนวนร้อยละ	จำนวนร้อยละ	
12. น้ำผัก น้ำผลไม้	ชาย	22 (45.8)	16 (33.3)	10 (20.8)	0 (0.0)	48 (100.0)
	หญิง	18 (34.6)	17 (32.6)	16 (30.7)	1 (1.9)	52 (100.0)
13. นม โคนม ถั่วเหลือง	ชาย	22 (45.8)	18 (37.5)	8 (16.6)	0 (0.0)	48 (100.0)
	หญิง	19 (36.5)	18 (34.6)	14 (26.9)	1 (1.9)	52 (100.0)
14. เครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ชาย	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	48 (100.0)	48 (100.0)
	หญิง	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	52 (100.0)	52 (100.0)
15.อาหารที่มีรสชาติจัด เช่น เปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด	ชาย	5 (10.4)	2 (4.1)	14 (29.1)	27 (56.2)	48 (100.0)
	หญิง	1 (1.9)	5 (9.5)	13 (25.0)	33 (63.4)	52 (100.0)
16.ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	ชาย	20 (41.6)	15 (31.2)	13 (27.0)	0 (0.0)	48 (100.0)
	หญิง	20 (38.4)	18 (34.6)	14 (26.9)	0 (0.0)	52 (100.0)
17.อาหารที่จัดเป็นอาหารอ่อน ย่อยง่าย รสไม่จัด	ชาย	15 (31.2)	13 (27.0)	14 (29.1)	6 (12.5)	48 (100.0)
	หญิง	16 (30.7)	15 (28.8)	16 (30.7)	5 (9.6)	52 (100.0)

ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชายส่วนใหญ่เข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ คืออาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 79.2 รองลงมาคือ อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 20.8 ส่วนเพศหญิง เข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คืออาหารที่รับประทานแล้วได้รับ สารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 86.5 รองลงมาคือ อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหา สุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 13.5 (ตารางที่ 30)

ตารางที่ 30 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความหมายของอาหารเพื่อ สุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับ ผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหาร ครบถ้วน	38	79.2	45	86.5
อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ	10	20.8	7	13.5
รวม	48	100.0	52	100.0

การกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเพศ ชายพิจารณาจากการ จัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ร้อยละ 83.3 รองลงมาคือ ปัญหา สุขภาพของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 64.6 ส่วนเพศหญิง พิจารณาจากการจัดอาหารที่มี ประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ร้อยละ 86.5 รองลงมาคือ ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 65.4 (ตารางที่ 31)

ตารางที่ 31 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ

การกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ตามการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจของผู้สูงอายุ	5	10.4	7	13.5
พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ	25	52.1	19	36.5
ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ	31	64.6	34	65.4
จัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ	40	83.3	45	86.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

วิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 47.9 รองลงมาคือ ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 37.5 เช่นเดียวกันกับเพศหญิง ส่วนใหญ่ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 55.8 รองลงมาคือ ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 26.9 (ตารางที่ 32)

ตารางที่ 32 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามวิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ อย่างไร

วิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ซื้ออาหารสำเร็จรูป	7	14.6	9	17.3
ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง	18	37.5	14	26.9
ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง	23	47.9	29	55.8
รวม	48	100.0	52	100.0

เหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุจากวิธีดังตารางที่ 32 เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่เลือกเพราะมีอาหารให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 89.6 รองลงมาคือ สะดวก คิดเป็นร้อยละ 85.4 เช่นเดียวกันกับเพศหญิงส่วนใหญ่เลือกเนื่องจากมีอาหารให้เลือกหลากหลาย 84.6 รองลงมาคือ ความสะอาด คิดเป็นร้อยละ 80.8 (ตารางที่ 33)

ตารางที่ 33 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จากวิธี ดังกล่าว

เหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุจากวิธี ดังกล่าว	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ความสะอาด	38	79.2	42	80.8
สะดวก	41	85.4	33	63.5
มีอาหารให้เลือกหลากหลาย	43	89.6	44	84.6
ความสด, ใหม่	20	41.7	32	61.5
ราคาไม่แพง	14	29.2	16	30.8
คุณภาพดี	18	37.5	15	28.8
การบริการที่ดี	21	43.8	26	50.0
รสชาติถูกปาก	23	47.9	28	53.8

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 79.2 และหุง คิดเป็นร้อยละ 68.8 เพศหญิง ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 80.8 และหุง คิดเป็นร้อยละ 69.2 (ตารางที่ 34)

ตารางที่ 34 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
หุง	33	68.8	36	69.2
ต้ม	38	79.2	42	80.8
ผัด	25	52.1	29	55.8

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ใช้การต้ม, ตุ่นเปื่อย คิดเป็นร้อยละ 72.9 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 62.5 เพศหญิง ส่วนใหญ่ใช้การต้ม, ตุ่นเปื่อย คิดเป็นร้อยละ 80.8 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 69.2 (ตารางที่ 35)

ตารางที่ 35 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม, ตุ่นเปื่อย	35	72.9	42	80.8
ทอด	14	29.2	11	21.2
ผัด	30	62.5	36	69.2
นึ่ง	28	58.3	26	50.0
ปิ้ง, ย่าง	5	10.4	7	13.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ในส่วนการจัดเตรียมอาหารประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ใช้การนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 85.4 รองลงมาคือ ต้ม คิดเป็นร้อยละ 62.5 ส่วนเพศหญิง ส่วนใหญ่ใช้การนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 92.3 รองลงมาคือ ต้ม คิดเป็นร้อยละ 73.1 (ตารางที่ 36)

ตารางที่ 36 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทปลา ให้กับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	30	62.5	38	73.1
ทอด	21	43.8	20	38.5
ผัด	14	29.2	21	40.4
นึ่ง	41	85.4	48	92.3
ปิ้ง, ย่าง	6	12.5	8	15.4

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผักให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 75.0 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 72.9 เพศหญิง ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 78.8 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 57.7 (ตารางที่ 37)

ตารางที่ 37 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทผักให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผักให้กับ ผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	36	75.0	41	78.8
ผัด	35	72.9	30	57.7
นึ่ง	20	41.7	25	48.1
ลวก	7	14.6	9	17.3

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่เตรียมสำหรับรับประทานสดคิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาคือ แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว คิดเป็นร้อยละ 8.3 ส่วนเพศหญิง ส่วนใหญ่เตรียมสำหรับรับประทานสดคิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาคือ แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว คิดเป็นร้อยละ 15.4 (ตารางที่ 38)

ตารางที่ 38 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับ ผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รับประทานสด	48	100.0	52	100.0
แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว	4	8.3	8	15.4

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่เตรียมเป็นน้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูป คิดเป็นร้อยละ 83.3รองลงมาคือ ปั่นสดรวมกาก คิดเป็นร้อยละ 52.1 ในส่วนเพศหญิง ส่วนใหญ่เตรียม เป็นน้ำ

ผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูปคิดเป็นร้อยละ 84.6 รองลงมาคือ ปั่นสดรวมกาก คิดเป็นร้อยละ 51.9 (ตารางที่ 39)

ตารางที่ 39 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้ำคั้นสดแบบแยกกาก	4	8.3	6	11.5
ปั่นสดรวมกาก	25	52.1	27	51.9
น้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูป	40	83.3	44	84.6

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย เตรียมให้บริโภคน้ำ 2 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 41.7 รองลงมาคือ 3 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 22.9 ส่วนเพศหญิง เตรียมให้บริโภคน้ำ 2 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 46.2 รองลงมาคือ 3 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 26.9 (ตารางที่ 40)

ตารางที่ 40 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุฟอง/สัปดาห์

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุฟอง/สัปดาห์	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1 ฟอง/สัปดาห์	9	18.8	10	19.2
2 ฟอง/สัปดาห์	20	41.7	24	46.2
3 ฟอง/สัปดาห์	11	22.9	14	26.9
มากกว่า 3 ฟอง/สัปดาห์	8	16.7	4	7.7
รวม	48	100.0	52	100.0

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 87.5 รองลงมาคือ ทอด คิดเป็นร้อยละ 70.8 ส่วนเพศหญิง ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 86.5 รองลงมาคือ ทอด คิดเป็นร้อยละ 42.3 (ตารางที่ 41)

ตารางที่ 41 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	42	87.5	45	86.5
ทอด	34	70.8	22	42.3
ลวก	8	16.7	6	11.5
ตุ๋น	3	6.3	5	9.6

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดหาน้ำมันสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ใช้น้ำมันที่มีแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 41.7 รองลงมาคือ น้ำมันพว่องมันเนย คิดเป็นร้อยละ 35.4 ส่วนเพศหญิง ส่วนใหญ่ใช้น้ำมันที่มีแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 40.4 รองลงมา คือ น้ำมันถั่วเหลือง คิดเป็นร้อยละ 30.8 (ตารางที่ 42)

ตารางที่ 42 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดหานมสำหรับผู้สูงอายุ

การจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
นมทั่วไป	2	4.2	3	5.8
นมพร้อมมันเนย	17	35.4	12	23.1
นมที่มีแคลเซียมสูง	20	41.7	21	40.4
นมถั่วเหลือง	9	18.8	16	30.8
รวม	48	100.0	52	100.0

ผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่จัดโดยตัวท่านเอง คิดเป็นร้อยละ 85.4 รองลงมาคือ บุตร-หลาน คิดเป็นร้อยละ 39.6 ส่วนเพศหญิง ส่วนใหญ่จัดโดยตัวท่านเอง คิดเป็นร้อยละ 88.5 รองลงมาคือ บุตร-หลาน คิดเป็นร้อยละ 48.1 (ตารางที่ 43)

ตารางที่ 43 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

ผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ตัวท่านเอง	41	85.4	46	88.5
สามี-ภรรยา	11	22.9	15	28.8
บุตร-หลาน	19	39.6	25	48.1
เพื่อน	8	16.7	8	15.4
ญาติ	11	22.9	9	17.3
บุคลากรทางการแพทย์	1	2.1	3	5.8

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

เหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุเมื่อจำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 72.9 รองลงมาคือ เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 20.8 ส่วนเพศหญิง ส่วนใหญ่จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 75.0 รองลงมาคือ เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 15.4 (ตารางที่ 44)

ตารางที่ 44 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ

เหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ	35	72.9	39	75.0
เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ	10	20.8	8	15.4
ลดอัตราเสี่ยงของการเกิดโรคของผู้สูงอายุ	3	6.3	5	9.6
รวม	48	100.0	52	100.0

ความถี่ของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่จัดหาบ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 60.4 รองลงมาคือ เป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 29.2 ส่วนเพศหญิง ส่วนใหญ่จัดหาบ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 76.9 รองลงมาคือ เป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 17.3 (ตารางที่ 45)

ตารางที่ 45 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความถี่ของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ความถี่ของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เป็นประจำ (6-7วันต่อสัปดาห์)	14	29.2	9	17.3
บ่อยครั้ง (3-5วันต่อสัปดาห์)	29	60.4	40	76.9
นาน ๆ ครั้ง (1-2วันต่อสัปดาห์)	5	10.4	3	5.8
รวม	48	100.0	52	100.0

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุจำนวนมื้อ/วัน จำแนกตามเพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ 1-2 มื้อ/วัน คิดเป็นร้อยละ 81.3 รองลงมาคือ 3-4 มื้อ/วัน คิดเป็นร้อยละ 10.4 เพศหญิง ส่วนใหญ่ 1-2 มื้อ/วัน คิดเป็นร้อยละ 82.7 รองลงมาคือ 3-4 มื้อ/วัน คิดเป็นร้อยละ 9.6 (ตารางที่ 46)

ตารางที่ 46 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุจำนวนมื้อ/วัน

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพแก่ ผู้สูงอายุจำนวนมื้อ/วัน	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1-2 มื้อ/วัน	39	81.3	43	82.7
3-4 มื้อ/วัน	5	10.4	5	9.6
ทุกมื้อ	4	8.3	4	7.7
รวม	48	100.0	52	100.0

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมื้อ จำแนกตามเพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่เลือกรายการอาหารที่ท่านรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 75.0 และผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช่นเดียวกันกับที่ท่านรับประทานไม่ได้จัดทำพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 72.9

เพศหญิง ส่วนใหญ่เลือกรายการอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 84.6 และวัตถุประสงค์ในการเตรียมอาหารของผู้ตอบแบบสอบถามเป็นวัตถุประสงค์ชนิดเดียวกับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 61.5 (ตารางที่ 47)

ตารางที่ 47 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดอาหารเพื่อสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมื้อ

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมื้อ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช่นเดียวกันกับที่ท่านรับประทาน ไม่ได้จัดทำพิเศษ	35	72.9	30	57.7
จัดเตรียมอาหารเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุและแยกรับประทาน	14	29.2	18	34.6
รายการอาหารที่ท่านรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน	36	75.0	44	84.6
วัตถุประสงค์ในการเตรียมอาหารของท่านเป็นวัตถุประสงค์ชนิดเดียวกับผู้สูงอายุ	24	50.0	32	61.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ส่วนค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสุขภาพในแต่ละเดือน 1,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 62.5 รองลงมา คือ 3,001-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 22.9 เพศหญิง ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสุขภาพในแต่ละเดือน 1,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 71.2 รองลงมา คือ 3,001-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 23.1 (ตารางที่ 48)

ตารางที่ 48 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน

ค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1,001 – 3,000 บาท	30	62.5	37	71.2
3,001 – 5,000 บาท	11	22.9	12	23.1
มากกว่า 5,000 บาทขึ้นไป	7	14.6	3	5.8
รวม	48	100.0	52	100.0

สื่อที่ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลจากนิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 35.4 รองลงมาคือ เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 29.2 เพศหญิง ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลจากนิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 34.6 รองลงมาคือ เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 30.8 (ตารางที่ 49)

ตารางที่ 49 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสื่อที่ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

สื่อที่ได้ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ	14	29.2	16	30.8
สื่อโทรทัศน์ วิทยุ	10	20.8	14	26.9
นิตยสาร วารสาร	17	35.4	18	34.6
กิจกรรมส่งเสริมการขายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพต่าง ๆ	3	6.3	3	5.8
แลกเปลี่ยนข้อมูลกับบุคคลรอบตัว	4	8.3	1	1.9
รวม	48	100.0	52	100.0

การส่งเสริมผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช้าเพื่อสุขภาพ จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ต้องการให้มีการบริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 58.3 รองลงมาคือ จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 45.8 เพศหญิง ส่วนใหญ่ต้องการให้มีการบริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 92.3 รองลงมาคือ จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 67.3 (ตารางที่ 50)

ตารางที่ 50 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการส่งเสริมผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช้าเพื่อสุขภาพ

การส่งเสริมผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช้าเพื่อสุขภาพ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ให้บริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ	28	58.3	48	92.3
จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	22	45.8	35	67.3
กำหนดราคาผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุให้ต่ำกว่าในปัจจุบัน	14	29.2	20	38.5
การให้คำแนะนำบนฉลากโภชนาการของผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	15	31.3	31	59.6

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ซื้อ วิตามินชนิดต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 37.5 รองลงมาคือ รังนก คิดเป็นร้อยละ 27.1 เพศหญิง ส่วนใหญ่ซื้อรังนก คิดเป็นร้อยละ 50.0 รองลงมาคือ วิตามินชนิดต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 42.3 (ตารางที่ 51)

ตารางที่ 51 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุ

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รังนก	13	27.1	26	50.0
ซูปลั๊กสกัด	9	18.8	14	26.9
น้ำมันตับปลา	5	10.4	7	13.5
แคลเซียมอัดเม็ด	11	22.9	13	25.0
วิตามินชนิดต่างๆ	18	37.5	22	42.3
สมุนไพรอัดเม็ด	8	16.7	7	13.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว จำแนกตามเพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ให้เหตุผลเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 47.9 รองลงมาคือ เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน คิดเป็นร้อยละ 43.8 เพศหญิง ให้เหตุผลเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 63.5 รองลงมาคือ เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น คิดเป็นร้อยละ 30.8 (ตารางที่ 52)

ตารางที่ 52 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี	23	47.9	33	63.5
เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น	16	33.3	16	30.8
เพื่อลด/บรรเทาปัญหาสุขภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน	8	16.7	9	17.3
เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน	21	43.8	12	23.1

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

แหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ซื้อตามห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 56.3 รองลงมาคือร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 25.0 เพศหญิง ส่วนใหญ่ซื้อตามห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 50.0 รองลงมาคือร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 38.0 (ตารางที่ 53)

ตารางที่ 53 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามแหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

แหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ	12	25.0	16	38.0
ห้างสรรพสินค้า	27	56.3	26	50.0
ขายตรงหรือร้านขายยา	9	18.8	10	19.2
รวม	48	100.0	52	100.0

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่ สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 43.8 รองลงมา

คือ มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 37.5 เพศหญิง ส่วนใหญ่สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 63.5 รองลงมาคือ มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 48.1 (ตารางที่ 54)

ตารางที่ 54 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ความสะดวก	5	10.4	10	19.2
สะดวกในการซื้อ	21	43.8	33	63.5
มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย	18	37.5	25	48.1
คุณภาพดี	7	14.6	11	21.2
ราคาไม่แพง	1	2.1	2	3.8

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน จำแนกตามเพศ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเพศชาย ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 60.4 รองลงมาคือ 1,001-2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 25.0 เพศหญิง ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 59.6 รองลงมาคือ 1,001-2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 25.0 (ตารางที่ 55)

ตารางที่ 55 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน

ค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
501-1,000 บาท	2	4.2	3	5.8
1,001-2,000 บาท	12	25.0	13	25.0
2,001-3,000 บาท	29	60.4	31	59.6
มากกว่า 3,000 บาทขึ้นไป	5	10.4	5	9.6
รวม	48	100.0	52	100.0

3.2 จำแนกตามระดับการศึกษา

อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามระดับอนุปริญญา/ปวส. จัดหาให้ผู้สูงอายุเป็นประจำ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 87.0 ข้าวเหนียว ร้อยละ 69.6 ข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดเป็นร้อยละ 65.2 เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) คิดเป็นร้อยละ 56.5 ผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 47.8

อาหารที่จัดหาบ่อยครั้ง ได้แก่ จัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 60.9 อาหารประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง) คิดเป็นร้อยละ 56.5

อาหารที่จัดหามานานๆ ครั้ง ได้แก่ การจัดหาข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 69.9 พืชผักอินทรีย์หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 47.8

อาหารที่ไม่เคยจัดให้ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100.0 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 73.9 กาแฟ น้ำชา คิดเป็นร้อยละ 69.6 อาหารที่มีรสชาติจัด เช่นเปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด คิดเป็นร้อยละ 65.2

อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามระดับปริญญาตรีส่วนใหญ่จัดหาให้ผู้สูงอายุเป็นประจำ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 53.0 ข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดเป็นร้อยละ 51.5 ข้าวเหนียว คิดเป็นร้อยละ 47.0 เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) คิดเป็นร้อยละ 36.4 ผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 27.3

อาหารที่จัดหาบ่อยครั้ง ได้แก่ การจัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 43.9 อาหารประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง) คิดเป็นร้อยละ 42.4

อาหารที่จัดหามานานๆ ครั้ง ได้แก่ การจัดหาข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 54.5 การจัดหาการจัดหาพืชผักอินทรีย์ หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 50.0

อาหารที่ไม่เคยจัดให้ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100.0 อาหารที่มีรสชาติจัด เช่นเปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด คิดเป็นร้อยละ 56.1 กาแฟ น้ำชา คิดเป็นร้อยละ 50.0 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 48.5

อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามสูงกว่าระดับปริญญาตรีส่วนใหญ่ จัดหาให้ผู้สูงอายุเป็นประจำ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 63.6 ข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดเป็นร้อยละ 63.6 ข้าวเหนียว คิดเป็นร้อยละ 54.5 เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) คิดเป็นร้อยละ 45.5 ผลไม้ และน้ำผักและน้ำผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 54.5

อาหารที่จัดหาบ่อยครั้ง ได้แก่ ประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง) คิดเป็นร้อยละ 45.5 และการจัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 54.5

อาหารที่จัดหานานๆ ครั้ง ได้แก่ การจัดหาข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 63.6 การจัดหาการจัดหาพืชผักอินทรีย์ หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 45.5

อาหารที่ไม่เคยจัดให้ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100.0 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 48.5 กาแฟ น้ำชา คิดเป็นร้อยละ 45.5 (ตารางที่ 56)

ตารางที่ 56 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามความถี่ในการจัดหาอาหาร และระดับการศึกษา

ความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค อาหาร	ระดับ การศึกษา	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
1. ข้าวเหนียวสุก	อนุปริญญา / ปวส.	16 (69.6)	5 (21.7)	2 (8.7)	0 (0.0)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	31 (47.0)	14 (21.2)	15 (22.7)	6 (9.1)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	6 (54.5)	3 (27.3)	2 (18.2)	0 (0.0)	11 (100.0)
2. ข้าวสวย (ข้าวขาว)	อนุปริญญา / ปวส.	15 (65.2)	4 (17.4)	3 (13.0)	1 (4.3)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	34 (51.5)	12 (18.2)	14 (21.2)	6 (9.1)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	7 (63.6)	2 (18.2)	1 (9.1)	1 (9.1)	11 (100.0)
3. ข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี)	อนุปริญญา / ปวส.	3 (13.0)	3 (13.0)	16 (69.9)	1 (4.3)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	6 (9.1)	11 (16.7)	36 (54.5)	13 (19.7)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	2 (18.2)	1 (9.1)	7 (63.6)	1 (9.1)	11 (100.0)
4. เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว)	อนุปริญญา / ปวส.	13 (56.5)	7 (30.4)	2 (8.7)	1 (4.3)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	24 (36.4)	13 (19.7)	16 (24.2)	13 (19.7)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	5 (45.5)	3 (27.3)	2 (18.2)	1 (9.1)	11 (100.0)

ตารางที่ 56 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค อาหาร	ระดับ การศึกษา	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
5. เนื้อปลา	อนุปริญญา / ปวส.	6 (26.1)	14 (60.9)	2 (8.7)	1 (4.3)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	11 (16.7)	29 (43.9)	18 (27.3)	8 (12.1)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	2 (18.2)	6 (54.5)	3 (27.3)	0 (0.0)	11 (100.0)
6. . ประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง)	อนุปริญญา / ปวส.	7 (30.4)	13 (56.5)	2 (8.7)	1 (4.3)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	12 (18.2)	28 (42.4)	18 (27.3)	8 (12.1)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	3 (27.3)	5 (45.5)	3 (27.3)	0 (0.0)	11 (100.0)
7. พืชผักทั่วไป	อนุปริญญา / ปวส.	20 (87.0)	2 (8.7)	1 (4.3)	0 (0.0)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	35 (53.0)	13 (19.7)	15 (22.7)	3 (4.5)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	7 (63.6)	2 (18.2)	2 (18.2)	0 (0.0)	11 (100.0)
8. พืชผักอินทรีย์หรือผักปลอด สารพิษ	อนุปริญญา / ปวส.	6 (26.1)	2 (8.7)	11 (47.8)	4 (17.4)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	13 (19.7)	14 (21.2)	33 (50.0)	6 (9.1)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	1 (9.1)	2 (18.2)	5 (45.5)	3 (27.3)	11 (100.0)

ตารางที่ 56 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค อาหาร	ระดับ การศึกษา	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
9. ผลไม้	อนุปริญญา / ปวส.	11 (47.8)	6 (26.1)	4 (17.4)	2 (8.7)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	18 (27.3)	17 (25.8)	18 (27.3)	13 (19.7)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	6 (54.5)	1 (9.1)	3 (27.3)	1 (9.1)	11 (100.0)
10. อาหารที่มีไขมัน/ คอเลสเตอรอล	อนุปริญญา / ปวส.	2 (8.7)	1 (4.3)	3 (13.0)	17 (73.9)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	11 (16.7)	10 (15.2)	13 (19.7)	32 (48.5)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	1 (9.1)	2 (18.2)	3 (27.3)	5 (45.5)	11 (100.0)
11. กาแฟ น้ำชา	อนุปริญญา / ปวส.	3 (13.0)	2 (8.7)	2 (8.7)	16 (69.6)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	9 (13.6)	11 (16.7)	13 (19.7)	33 (50.0)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	2 (18.2)	3 (27.3)	1 (9.1)	5 (45.5)	11 (100.0)
12. น้ำผัก น้ำผลไม้	อนุปริญญา / ปวส.	11 (47.8)	6 (26.1)	4 (17.4)	2 (8.7)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	18 (27.3)	17 (25.8)	18 (27.3)	13 (19.7)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	6 (54.5)	1 (9.1)	3 (27.3)	1 (9.1)	11 (100.0)

ตารางที่ 56 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค อาหาร	ระดับ การศึกษา	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
13. นม โคนม ถั่วเหลือง	อนุปริญญา / ปวส.	12 (52.2)	5 (21.7)	4 (17.4)	2 (8.7)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	19 (28.8)	15 (22.7)	19 (28.8)	13 (19.7)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	4 (36.4)	2 (18.2)	4 (36.4)	1 (9.1)	11 (100.0)
14. เครื่องดื่มแอลกอฮอล์	อนุปริญญา / ปวส.	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	23 (100.0)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	66 (100.0)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	11 (100.0)	11 (100.0)
15.อาหารที่มีรสชาติจัด เช่น เปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด	อนุปริญญา / ปวส.	5 (21.7)	3 (13.0)	0 (0.0)	15 (65.2)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	13 (19.7)	10 (15.2)	6 (9.1)	37 (56.1)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	3 (27.3)	1 (9.1)	6 (54.5)	1 (9.1)	11 (100.0)
16.ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	อนุปริญญา / ปวส.	8 (34.8)	4 (17.4)	11 (47.8)	0 (0.0)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	15 (22.7)	12 (18.2)	35 (53.0)	4 (6.1)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	3 (27.3)	1 (9.1)	6 (54.5)	1 (9.1)	11 (100.0)

ตารางที่ 56 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค อาหาร	ระดับ การศึกษา	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
17. อาหารที่จัดเป็นอาหารอ่อน ย่อยง่าย รสไม่จัด	อนุปริญญา / ปวส.	9 (39.1)	3 (13.0)	10 (43.5)	1 (4.3)	23 (100.0)
	ปริญญาตรี	14 (21.2)	13 (19.7)	37 (56.1)	2 (3.0)	66 (100.0)
	สูงกว่า ปริญญาตรี	2 (18.2)	1 (9.1)	6 (54.5)	2 (18.2)	11 (100.0)

ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาในระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่เข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 52.2 รองลงมาคือ อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 47.8

ระดับปริญญาตรี เข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 54.5 รองลงมาคือ อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 45.5

สูงกว่าระดับปริญญาตรี เข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 54.5 รองลงมาคือ อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 45.5 (ตารางที่ 57)

ตารางที่ 57 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

ความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน	12	52.2	36	54.5	6	54.5
อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ	11	47.8	30	45.5	5	45.5
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

การกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. พิจารณาจากการจัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 95.7 รองลงมาคือ ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 91.3

ระดับปริญญาตรี พิจารณาจากการจัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 80.3 รองลงมา คือ ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 54.5

สูงกว่าระดับปริญญาตรี พิจารณาจากการจัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 90.9 รองลงมา คือ ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 72.7 (ตารางที่ 58)

ตารางที่ 58 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการพิจารณาในการกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

การกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ตามการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจของผู้สูงอายุ	2	8.7	5	7.6	5	45.5
พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ	18	78.3	19	28.8	7	63.6
ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ	21	91.3	36	54.5	8	72.7
จัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ	22	95.7	53	80.3	10	90.9

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

วิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 47.8 รองลงมาคือ ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 34.8

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 51.5 รองลงมาคือ ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 31.8

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 63.6 รองลงมาคือ ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 59)

ตารางที่ 59 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกวิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ อย่างไรและระดับการศึกษา

วิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ซื้ออาหารสำเร็จรูป	4	17.4	11	16.7	1	9.1
ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง	8	34.8	21	31.8	3	27.3
ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง	11	47.8	34	51.5	7	63.6
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

เหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่เลือกเนื่องจากมีอาหารให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 91.3 รองลงมาคือ สะอาด คิดเป็นร้อยละ 82.6

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เลือกเนื่องจากมีอาหารให้เลือกหลากหลาย 84.8 รองลงมาคือ ความสะอาด คิดเป็นร้อยละ 80.3

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เลือกเนื่องจากมีอาหารให้เลือกหลากหลาย 90.9 รองลงมาคือ ความสะอาด คิดเป็นร้อยละ 72.7 (ตารางที่ 60)

ตารางที่ 60 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกเหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จากวิธีดังกล่าวและระดับการศึกษา

เหตุผลเลือกจัดหาอาหาร เพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จากวิธี ดังกล่าว	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ความสะดวก	19	82.6	53	80.3	8	72.7
สะดวก	17	73.9	50	75.8	7	63.6
มีอาหารให้เลือก หลากหลาย	21	91.3	56	84.8	10	90.9
ความสด, ใหม่	8	34.8	39	59.1	5	45.5
ราคาไม่แพง	11	47.8	16	24.2	3	27.3
คุณภาพดี	13	56.5	15	22.7	5	45.5
การบริการที่ดี	14	60.9	29	43.9	4	36.4
รสชาติถูกปาก	15	65.2	30	45.5	6	54.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 91.3 และหุง คิดเป็นร้อยละ 82.6

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 75.8 และหุง คิดเป็นร้อยละ 63.6

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 81.8 และหุง คิดเป็นร้อยละ 72.7 (ตารางที่ 61)

ตารางที่ 61 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
หุง	19	82.6	42	63.6	8	72.7
ต้ม	21	91.3	50	75.8	9	81.8
ผัด	15	65.2	33	50.0	6	54.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ใช้การต้ม, ตุ่นเป็ย คิดเป็นร้อยละ 73.9 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 60.9

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ใช้การต้ม, ตุ่นเป็ย คิดเป็นร้อยละ 77.3 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 63.6

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ใช้การผัด คิดเป็นร้อยละ 90.9 รองลงมาคือ ต้ม, ตุ่นเป็ย คิดเป็นร้อยละ 81.8 (ตารางที่ 62)

ตารางที่ 62 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว)ให้กับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม, ตุ่นเป็ย	17	73.9	51	77.3	9	81.8
ทอด	9	39.1	12	18.2	4	36.4
ผัด	14	60.9	42	63.6	10	90.9
นึ่ง	13	56.5	36	54.5	5	45.5
ปิ้ง, ย่าง	2	8.7	3	4.5	7	63.6

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ในส่วนการจัดเตรียมอาหารประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ใช้การนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 87.0 รองลงมาคือ ต้ม คิดเป็นร้อยละ 78.3

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ใช้การนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 89.4 รองลงมาคือ ต้ม คิดเป็นร้อยละ 63.6

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ใช้การนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 90.9 รองลงมาคือ ต้ม คิดเป็นร้อยละ 72.7 (ตารางที่ 63)

ตารางที่ 63 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	18	78.3	42	63.6	8	72.7
ทอด	11	47.8	24	36.4	6	54.5
ผัด	13	56.5	20	30.3	2	18.2
นึ่ง	20	87.0	59	89.4	10	90.9
ปิ้ง, ย่าง	5	21.7	5	9.1	3	27.3

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผักให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 82.6 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 65.2

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 74.2 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 65.2

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 81.8 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 63.6 (ตารางที่ 64)

ตารางที่ 64 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทผักให้กับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทผักให้กับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	19	82.6	49	74.2	9	81.8
ผัด	15	65.2	43	65.2	7	63.6
นึ่ง	10	43.5	30	45.5	5	45.5
ลวก	5	21.7	9	13.6	2	18.2

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่เตรียมสำหรับรับประทานสด คิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาคือ แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว คิดเป็นร้อยละ 8.7

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เตรียมสำหรับรับประทานสด คิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาคือ แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว คิดเป็นร้อยละ 10.6

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เตรียมสำหรับรับประทานสด คิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาคือแปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 65)

ตารางที่ 65 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทผลไม้ให้กับ ผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รับประทานสด	23	100.0	66	100.0	11	100.0
แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ ลอยแก้ว	2	8.7	7	10.6	3	27.3

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่เตรียมเป็น

น้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูป คิดเป็นร้อยละ 39.1 รองลงมาคือ ปั่นสดรวมกาก คิดเป็นร้อยละ 30.4

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เตรียมเป็นน้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูป คิดเป็นร้อยละ 98.5 รองลงมาคือ ปั่นสดรวมกาก คิดเป็นร้อยละ 62.1

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เตรียมเป็นน้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูป คิดเป็นร้อยละ 90.9 รองลงมาคือ ปั่นสดรวมกาก คิดเป็นร้อยละ 63.6 (ตารางที่ 66)

ตารางที่ 66 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ให้กับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ ให้กับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้ำคั้นสดแบบแยกกาก	1	4.3	4	6.1	5	45.5
ปั่นสดรวมกาก	7	30.4	41	62.1	7	63.6
น้ำผัก และน้ำผลไม้ สำเร็จรูป	9	39.1	65	98.5	10	90.9

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. เตรียมให้บริโภค 2 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 47.8 รองลงมาคือ 3 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 26.1

ระดับปริญญาตรี เตรียมให้บริโภค 2 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 42.4 รองลงมาคือ 3 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 24.2

สูงกว่าระดับปริญญาตรี เตรียมให้บริโภค 2 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 45.5 รองลงมาคือ 3 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 67)

ตารางที่ 67 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุฟอง/สัปดาห์และระดับการศึกษา

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทไข่ (บริโภคทั้ง ฟอง) ให้กับผู้สูงอายุฟอง/ สัปดาห์	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1 ฟอง/สัปดาห์	5	21.7	12	18.2	2	18.2
2 ฟอง/สัปดาห์	11	47.8	28	42.4	5	45.5
3 ฟอง/สัปดาห์	6	26.1	16	24.2	3	27.3
มากกว่า 3 ฟอง/สัปดาห์	1	4.3	10	15.2	1	9.1
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 87.0 รองลงมาคือ ทอด คิดเป็นร้อยละ 65.2

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่การต้ม ต้ม คิดเป็นร้อยละ 87.9 รองลงมาคือ ทอด คิดเป็นร้อยละ 51.5

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่การต้ม ต้ม คิดเป็นร้อยละ 81.8 รองลงมาคือ ทอด คิดเป็นร้อยละ 63.6 (ตารางที่ 68)

ตารางที่ 68 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทไข่ (บริโภคทั้ง ฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	20	87.0	58	87.9	9	81.8
ทอด	15	65.2	34	51.5	7	63.6
ลวก	4	17.4	6	9.1	4	36.4
ตุ๋น	3	13.0	2	3.0	3	27.3

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุ คือ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ชื่อน้ำนมที่มีแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 47.8 รองลงมาคือ น้ำนมพร่องมันเนย คิดเป็นร้อยละ 39.1

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ชื่อน้ำนมที่มีแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 37.9 รองลงมาคือ น้ำนมถั่วเหลือง คิดเป็นร้อยละ 33.3

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ชื่อน้ำนมที่มีแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 45.5 รองลงมาคือ น้ำนมพร่องมันเนย คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 69)

ตารางที่ 69 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

การจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
นมทั่วไป	1	4.3	2	3.0	2	18.2
นมพร่องมันเนย	9	39.1	17	25.8	3	27.3
นมที่มีแคลเซียมสูง	11	47.8	25	37.9	5	45.5
นมถั่วเหลือง	2	8.7	22	33.3	1	9.1
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

ผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ตัวท่านเอง คิดเป็นร้อยละ 91.3 รองลงมาคือ บุตร-หลาน คิดเป็นร้อยละ 73.9

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ตัวท่านเอง คิดเป็นร้อยละ 86.4 รองลงมาคือ บุตร-หลาน คิดเป็นร้อยละ 30.3

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ตัวท่านเอง คิดเป็นร้อยละ 81.8 รองลงมาคือ บุตร-หลาน คิดเป็นร้อยละ 63.6 (ตารางที่ 70)

ตารางที่ 70 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ตัวท่านเอง	21	91.3	57	86.4	9	81.8
สามี - ภรรยา	12	52.2	9	13.6	5	45.5
บุตร - หลาน	17	73.9	20	30.3	7	63.6
เพื่อน	8	34.8	4	6.1	4	36.4
ญาติ	8	34.8	8	12.1	4	36.4
บุคลากรทางการแพทย์	2	8.7	1	1.5	1	9.1

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

เหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 47.8 รองลงมาคือ เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 34.8

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 87.9 รองลงมาคือ เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 9.1

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 45.5 รองลงมาคือ เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 36.4 (ตารางที่ 71)

ตารางที่ 71 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการเหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

เหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ	11	47.8	58	87.9	5	45.5
เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ	8	34.8	6	9.1	4	36.4
ลดอัตราเสี่ยงของการเกิดโรคของผู้สูงอายุ	4	17.4	2	3.0	2	18.2
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

ความถี่ของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่จัดหาบ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 47.8 รองลงมาคือ เป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 30.4

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่จัดหาบ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 80.3 รองลงมาคือ เป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 18.2

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่จัดหาบ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 45.5 รองลงมาคือ เป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 36.4 (ตารางที่ 72)

ตารางที่ 72 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความถี่การจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุบ่อยครั้งและระดับการศึกษา

ความถี่ของการจัดหา อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้ สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เป็นประจำ (6-7วันต่อสัปดาห์)	7	30.4	12	18.2	4	36.4
บ่อยครั้ง (3-5วันต่อสัปดาห์)	11	47.8	53	80.3	5	45.5
นาน ๆ ครั้ง (1-2วันต่อสัปดาห์)	5	21.7	1	1.5	2	18.2
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

การจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุจำนวนมือ/วัน จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ 1-2 มือ/วัน คิดเป็นร้อยละ 69.6 รองลงมา คือ 3-4 มือ/วัน คิดเป็นร้อยละ 17.4

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ 1-2 มือ/วัน คิดเป็นร้อยละ 90.9 รองลงมา คือ 3-4 มือ/วัน คิดเป็นร้อยละ 4.5

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ 1-2 มือ/วัน คิดเป็นร้อยละ 54.5 รองลงมา คือ 3-4 มือ/วัน คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 73)

ตารางที่ 73 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุจำนวนมือ/วันและระดับการศึกษา

การจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพ แก่ผู้สูงอายุจำนวนมือ/วัน	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1-2 มือ/วัน	16	69.6	60	90.9	6	54.5
3-4 มือ/วัน	4	17.4	3	4.5	3	27.3
ทุกมือ	3	13.0	3	4.5	2	18.2
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมื้อ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่เลือกรายการอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 82.6 และผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช่นเดียวกันกับที่ท่านรับประทานไม่ได้จัดทำพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 65.2

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เลือกรายการอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 78.8 และผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช่นเดียวกันกับที่ท่านรับประทานไม่ได้จัดทำพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 63.6

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เลือกรายการอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 81.8 และผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช่นเดียวกันกับที่ท่านรับประทานไม่ได้จัดทำพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 72.7 (ตารางที่ 74)

ตารางที่ 74 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดอาหารเพื่อสุขภาพ ให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมื้อและระดับการศึกษา

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพ ให้กับผู้สูงอายุ รับประทาน ในแต่ละมื้อ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ผู้สูงอายุรับประทานอาหาร เช่นเดียวกันกับที่ท่าน รับประทานไม่ได้จัดทำ พิเศษ	15	65.2	42	63.6	8	72.7
จัดเตรียมอาหารเฉพาะ สำหรับผู้สูงอายุและแยก รับประทาน	8	34.8	21	31.8	3	27.3
รายการอาหารที่ท่าน รับประทานมีอาหารเฉพาะ ผู้สูงอายรวมอยู่ด้วยและ รับประทานร่วมกัน	19	82.6	52	78.8	9	81.8
วัตถุดิบในการเตรียมอาหาร ของท่านเป็นวัตถุดิบชนิด เดียวกับผู้สูงอายุ	13	56.5	37	56.1	6	54.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ส่วนค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสุขภาพในแต่ละเดือน 1,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 52.2 รองลงมา คือ 3,001-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 39.1

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสุขภาพในแต่ละเดือน 1,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 74.2 รองลงมา คือ 3,001-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 16.7

สูงกว่าระดับปริญญา ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสุขภาพในแต่ละเดือน 1,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 54.5 รองลงมา คือ 3,001-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 75)

ตารางที่ 75 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุต่อเดือนและระดับการศึกษา

ค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1,001-3,000 บาท	12	52.2	49	74.2	6	54.5
3,001-5,000 บาท	9	39.1	11	16.7	3	27.3
มากกว่า 5,000 บาทขึ้นไป	2	8.7	6	9.1	2	18.2
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

สื่อที่ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลจากนิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 34.8 รองลงมาคือ เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 30.4

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลจากนิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 34.8 รองลงมาคือ เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 30.3

สูงกว่าระดับปริญญา ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลจากนิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 36.4 รองลงมาคือ เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 76)

ตารางที่ 76 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสื่อที่ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

สื่อที่ได้ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ	7	30.4	20	30.3	3	27.3
สื่อโทรทัศน์ วิทยุ	4	17.4	18	27.3	2	18.2
นิตยสาร วารสาร	8	34.8	23	34.8	4	36.4
กิจกรรมส่งเสริมการขายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพต่าง ๆ	2	8.7	3	4.5	1	9.1
แลกเปลี่ยนข้อมูลกับบุคคลรอบตัว	2	8.7	2	3.0	1	9.1
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

การส่งเสริมผู้สูงอายุรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ต้องการให้มีการบริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 73.9 รองลงมาคือ จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 52.2

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ต้องการให้มีการบริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 75.8 รองลงมาคือ จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 60.6

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ต้องการให้มีการบริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 81.8 รองลงมาคือ การให้คำแนะนำบนฉลากโภชนาการของผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 54.5 (ตารางที่ 77)

ตารางที่ 77 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการส่งเสริมผู้สูงอายุ
รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพและระดับการศึกษา

การส่งเสริมผู้สูงอายุ รับประทานอาหารเพื่อ สุขภาพ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ให้บริการข้อมูลข่าวสาร ความรู้ด้านอาหารเพื่อ สุขภาพ	17	73.9	50	75.8	9	81.8
จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหาร เพื่อสุขภาพ สำหรับ ผู้สูงอายุ	12	52.2	40	60.6	5	45.5
กำหนดราคาผลิตภัณฑ์ อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับ ผู้สูงอายุให้ต่ำกว่าใน ปัจจุบัน	6	26.1	25	37.9	3	27.3
การให้คำแนะนำบนฉลาก โภชนาการของผลิตภัณฑ์ อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับ ผู้สูงอายุ	10	43.5	30	45.5	6	54.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบ
แบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ซื้อ วิตามินชนิดต่างๆ คิดเป็นร้อย
ละ 73.9 รองลงมาคือ รังนก คิดเป็นร้อยละ 60.9

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ซื้อรังนก คิดเป็นร้อยละ 25.8 รองลงมาคือ วิตามินชนิด
ต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 19.7

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ซื้อวิตามินชนิดต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 90.9 รองลงมา
คือ รังนก คิดเป็นร้อยละ 72.7 (ตารางที่ 78)

ตารางที่ 78 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามตามผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รังนก	14	60.9	17	25.8	8	72.7
ซูเปอร์สกัด	7	30.4	12	18.2	4	36.4
น้ำมันตับปลา	2	8.7	8	12.1	2	18.2
แคลเซียมอัดเม็ด	9	39.1	9	13.6	6	54.5
วิตามินชนิดต่างๆ	17	73.9	13	19.7	10	90.9
สมุนไพรอัดเม็ด	6	26.1	7	10.6	2	18.2

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ให้เหตุผลเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 73.9 รองลงมาคือ เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน คิดเป็นร้อยละ 69.6

ระดับปริญญาตรี ให้เหตุผลเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 45.5 รองลงมาคือ เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน คิดเป็นร้อยละ 30.3

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ให้เหตุผลเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 81.8 รองลงมาคือ เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น คิดเป็นร้อยละ 63.6 (ตารางที่ 79)

ตารางที่ 79 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าวและระดับการศึกษา

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี	17	73.9	30	45.5	9	81.8
เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น	15	65.2	12	18.2	7	63.6
เพื่อลด/บรรเทาปัญหาสุขภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน	7	30.4	6	9.1	4	36.4
เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน	16	69.6	20	30.3	5	45.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

แหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่ซื้อตามห้างสรรพสินค้าคิดเป็นร้อยละ 43.5 รองลงมาคือ ร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 39.1

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ซื้อตามห้างสรรพสินค้าคิดเป็นร้อยละ 54.5 รองลงมาคือร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 24.2

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่ซื้อตามห้างสรรพสินค้าคิดเป็นร้อยละ 63.6 รองลงมาคือร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 80)

ตารางที่ 80 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามแหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและระดับการศึกษา

แหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ	9	39.1	16	24.2	3	27.3
ห้างสรรพสินค้า	10	43.5	36	54.5	7	63.6
ขายตรงหรือร้านขายยา	4	17.4	14	21.2	1	9.1
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 69.6 รองลงมาคือ มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 56.5

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 43.9 รองลงมาคือ มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 34.8

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 81.8 รองลงมาคือ มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 63.6 (ตารางที่ 81)

ตารางที่ 81 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าวและระดับการศึกษา

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ความสะดวก	4	17.4	7	10.6	4	36.4
สะดวกในการซื้อ	16	69.6	29	43.9	9	81.8
มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย	13	56.5	23	34.8	7	63.6
คุณภาพดี	10	43.5	1	1.5	5	45.5
ราคาไม่แพง	1	4.3	1	1.5	1	9.1

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 43.5 รองลงมาคือ 1,001-2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 26.1

ระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 68.2 รองลงมาคือ 1,001-2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 24.2

สูงกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 45.5 รองลงมาคือ 1,001-2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 82)

ตารางที่ 82 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือนและระดับการศึกษา

ค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน	ระดับการศึกษา					
	อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรี		สูงกว่าปริญญาตรี	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
501-1,000 บาท	2	8.7	2	3.0	1	9.1
1,001-2,000 บาท	6	26.1	16	24.2	3	27.3
2,001-3,000 บาท	10	43.5	45	68.2	5	45.5
มากกว่า 3,000 บาทขึ้นไป	5	21.7	3	4.5	2	18.2
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

3.3 จำแนกตามรายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน

อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน 10,00-15,000 บาท ส่วนใหญ่จัดหาให้ผู้สูงอายุเป็นประจำ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 75.6 ผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 60.6 เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) คิดเป็นร้อยละ 54.5 ข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดเป็นร้อยละ 51.5

อาหารที่จัดหาบ่อยครั้ง ได้แก่ อาหารประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง) คิดเป็นร้อยละ 54.5 จัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 39.3

อาหารที่จัดหานานๆ ครั้ง ได้แก่ การจัดหาข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 45.4 พืชผักอินทรีย์หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 42.4

อาหารที่ไม่เคยจัดให้ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100.0 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 75.8 กาแฟ น้ำชา คิดเป็นร้อยละ 57.6 อาหารที่มีรสชาติจัด เช่นเปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด คิดเป็นร้อยละ 42.4

อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถาม 15,000-20,000 บาท จัดหาให้ผู้สูงอายุเป็นประจำ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 75.6 ข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดเป็นร้อยละ 33.3 เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) คิดเป็นร้อยละ 60.0 ผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 51.3

อาหารที่จัดหาบ่อยครั้ง ได้แก่ การจัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 28.9 อาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) คิดเป็นร้อยละ 57.8

อาหารที่จัดหานานๆ ครั้ง ได้แก่ การจัดหาข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 46.7 การจัดหาการจัดหาพืชผักอินทรีย์ หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 40.0

อาหารที่ไม่เคยจัดให้ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100.0 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 46.7 กาแฟ น้ำชา คิดเป็นร้อยละ 44.4 อาหารที่มีรสชาติจัด เช่นเปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด คิดเป็นร้อยละ 28.9

อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามมากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ จัดหาให้ผู้สูงอายุเป็นประจำ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 77.3 ข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดเป็นร้อยละ 45.5 เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) คิดเป็นร้อยละ 68.2 ผลไม้ และน้ำผัก คิดเป็นร้อยละ 68.2

อาหารที่จัดหาบ่อยครั้ง ได้แก่ ประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง) คิดเป็นร้อยละ 54.5 และการจัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 45.5

อาหารที่จัดหามานานๆ ครั้ง ได้แก่ การจัดหาข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 50.0 การจัดหาการจัดหาพืชผักอินทรีย์ หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 31.8 อาหารที่ไม่เคยจัดให้ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100.0 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 50.0 กาแฟ น้ำชา คิดเป็นร้อยละ 68.2 อาหารที่มีรสชาติจัด เช่นเปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด คิดเป็นร้อยละ 50.0 (ตารางที่ 83)

ตารางที่ 83 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามความถี่ในการจัดหาอาหาร และรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

ความถี่ในการจัดหาเพื่อ บริโภคอาหาร	รายได้ของ ครอบครัวต่อ เดือน	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
1. ข้าวเหนียวสุก	10,001-15,000 บาท	17 (51.5)	4 (12.1)	11 (33.3)	1 (3.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	16 (35.6)	16 (35.6)	9 (20.0)	4 (8.9)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	10 (45.5)	8 (36.4)	4 (18.2)	0 (0.0)	22 (100.0)
2. ข้าวสวย (ข้าวขาว)	10,001-15,000 บาท	17 (51.5)	9 (27.2)	6 (18.1)	1 (3.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	15 (33.3)	17 (37.8)	9 (20.0)	4 (8.9)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	10 (45.5)	7 (31.8)	4 (18.2)	1 (4.5)	22 (100.0)
3. ข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี)	10,001-15,000 บาท	2 (6.0)	5 (15.5)	15 (45.4)	11 (33.3)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	5 (11.1)	10 (22.2)	21 (46.7)	9 (20.0)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	2 (9.1)	5 (22.7)	11 (50.0)	4 (18.2)	22 (100.0)
4. เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว)	10,001-15,000 บาท	18 (54.5)	14 (42.4)	1 (3.0)	0 (0.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	27 (60.0)	6 (13.3)	3 (6.7)	9 (20.0)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	15 (68.2)	4 (18.2)	2 (9.1)	1 (4.5)	22 (100.0)

ตารางที่ 83 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อ บริโภคอาหาร	รายได้ของ ครอบครัวต่อ เดือน	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
5. เนื้อปลา	10,001-15,000 บาท	12 (36.3)	13 (39.3)	8 (24.2)	0 (0.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	12 (26.7)	13 (28.9)	13 (28.9)	7 (15.6)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	6 (27.3)	10 (45.5)	5 (22.7)	1 (4.5)	22 (100.0)
6. . ประเภทไข่ (บริโภคทั้ง ฟอง)	10,001-15,000 บาท	11 (33.3)	18 (54.5)	2 (6.1)	2 (6.1)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	10 (22.2)	26 (57.8)	4 (8.9)	5 (11.1)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	4 (18.2)	12 (54.5)	2 (9.1)	4 (18.2)	22 (100.0)
7. พืชผักทั่วไป	10,001-15,000 บาท	25 (75.76)	7 (21.21)	1 (3.03)	0 (0.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	34 (75.6)	4 (8.9)	7 (15.6)	0 (0.0)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	17 (77.3)	5 (22.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	22 (100.0)
8. พืชผักอินทรีย์หรือผัก ปลอดสารพิษ	10,001-15,000 บาท	11 (33.3)	7 (21.2)	14 (42.4)	1 (3.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	13 (28.9)	12 (26.7)	18 (40.0)	2 (4.4)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	5 (22.7)	9 (40.9)	7 (31.8)	1 (4.5)	22 (100.0)

ตารางที่ 83 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อ บริโภคอาหาร	รายได้ของ ครอบครัวต่อ เดือน	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
9. ผลไม้	10,001-15,000 บาท	20 (60.6)	11 (33.3)	2 (6.0)	0 (0.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	23 (51.1)	12 (26.7)	7 (15.6)	3 (6.7)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	15 (68.2)	4 (18.2)	3 (13.6)	0 (0.0)	22 (100.0)
10. อาหารที่มีไขมัน/ คอเลสเตอรอล	10,001-15,000 บาท	3 (9.1)	2 (6.1)	3 (9.1)	25 (75.8)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	4 (8.9)	12 (26.7)	8 (17.8)	21 (46.7)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	5 (22.7)	2 (9.1)	4 (18.2)	11 (50.0)	22 (100.0)
11. กาแฟ น้ำชา	10,001-15,000 บาท	5 (15.2)	3 (9.1)	6 (18.2)	19 (57.6)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	3 (6.7)	11 (24.4)	11 (24.4)	20 (44.4)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	3 (13.6)	1 (4.5)	3 (13.6)	15 (68.2)	22 (100.0)
12. น้ำผัก น้ำผลไม้	10,001-15,000 บาท	12 (36.3)	7 (21.2)	11 (33.3)	3 (9.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	13 (28.9)	11 (24.4)	13 (28.9)	8 (17.8)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	7 (31.8)	5 (22.7)	10 (45.5)	0 (0.0)	22 (100.0)

ตารางที่ 83 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อ บริโภคอาหาร	รายได้ของ ครอบครัวต่อ เดือน	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
13. นม โคนม ถั่วเหลือง	10,001-15,000 บาท	14 (42.4)	10 (30.3)	9 (27.2)	0 (0.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	15 (33.3)	11 (24.4)	9 (20.0)	10 (22.2)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	7 (31.8)	5 (22.7)	10 (45.5)	0 (0.0)	22 (100.0)
14. เครื่องดื่มแอลกอฮอล์	10,001-15,000 บาท	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	33 (100.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	45 (100.0)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	22 (100.0)	22 (100.0)
15.อาหารที่มีรสชาติจัด เช่น เปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด	10,001-15,000 บาท	10 (33.3)	7 (21.2)	13 (42.4)	3 (3.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	13 (28.9)	11 (24.4)	13 (28.9)	8 (17.8)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	5 (22.7)	2 (9.1)	4 (18.2)	11 (50.0)	22 (100.0)
16.ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุ	10,001-15,000 บาท	12 (36.3)	7 (21.2)	11 (33.3)	3 (9.0)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	13 (28.9)	11 (24.4)	13 (28.9)	8 (17.8)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	7 (31.8)	5 (22.7)	10 (45.5)	0 (0.0)	22 (100.0)

ตารางที่ 83 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อ บริโภคอาหาร	รายได้ของ ครอบครัวต่อ เดือน	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
17. อาหารที่จัดเป็นอาหาร อ่อน ย่อยง่าย รสไม่จัด	10,001-15,000 บาท	10 (30.3)	7 (21.2)	14 (42.4)	2 (6.1)	33 (100.0)
	15,001-20,000 บาท	11 (24.4)	12 (26.7)	18 (40.0)	4 (8.9)	45 (100.0)
	มากกว่า 20,000 บาท	5 (22.7)	4 (18.2)	11 (50.0)	2 (9.1)	22 (100.0)

ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่
เข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ อาหารที่รับประทานแล้วได้รับ
สารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 81.8 รองลงมาคือ อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหา
สุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 18.2

15,001-20,000 บาท เข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ
อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 91.1 รองลงมาคือ อาหารที่
รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 8.9

มากกว่า 20,000 บาท เข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ
อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 68.2 รองลงมาคือ อาหารที่
รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 31.8 (ตารางที่ 84)

ตารางที่ 84 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

ความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน	27	81.8	41	91.1	15	68.2
อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ	6	18.2	4	8.9	7	31.8
รวม	33	100.0	45	100.0	22	100.0

การกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท พิจารณาจากการจัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ร้อยละ 90.9 รองลงมา คือ ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 87.9

15,001-20,000 บาท พิจารณาจากการจัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ร้อยละ 80.0 รองลงมา คือ ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 42.2

มากกว่า 20,000 บาท พิจารณาจากการจัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ร้อยละ 86.4 รองลงมา คือ ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 77.3 (ตารางที่ 85)

ตารางที่ 85 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการพิจารณาในการกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ตามการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจของผู้สูงอายุ	3	9.1	5	11.1	4	18.2
พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ	15	45.5	18	40.0	11	50.0
ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ	29	87.9	19	42.2	17	77.3
จัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ	30	90.9	36	80.0	19	86.4

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

วิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 45.5 รองลงมาคือ ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 33.3

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่ ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 64.4 รองลงมาคือ ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 20.0

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 36.4 รองลงมาคือ ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 54.5 (ตารางที่ 86)

ตารางที่ 86 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกวิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุอย่างไรและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

วิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ซื้ออาหารสำเร็จรูป	7	21.2	7	15.6	2	9.1
ซื้อวัตถุดิบมาปรุงเอง	11	33.3	9	20.0	12	54.5
ซื้ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุดิบมาปรุงเอง	15	45.5	29	64.4	8	36.4
รวม	33	100.0	45	100.0	22	100.0

เหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่เลือกเนื่องจากมีอาหารให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 84.8 รองลงมาคือ สะดวก คิดเป็นร้อยละ 48.5

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่เลือกเนื่องจากมีสะดวก คิดเป็นร้อยละ 97.8 รองลงมาคือ ความสะอาด คิดเป็นร้อยละ 93.3

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่เลือกเนื่องจากมีอาหารให้เลือกหลากหลาย 86.4 รองลงมาคือ ความสะอาด คิดเป็นร้อยละ 77.3 (ตารางที่ 87)

ตารางที่ 87 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกเหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จากวิธี ดังกล่าวและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

เหตุผลเลือกจัดหาอาหาร เพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จากวิธี ดังกล่าว	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ความสะอาด	21	63.6	42	93.3	17	77.3
สะดวก	16	48.5	44	97.8	14	63.6
มีอาหารให้เลือก หลากหลาย	28	84.8	40	88.9	19	86.4
ความสด, ใหม่	16	48.5	29	64.4	7	31.8
ราคาไม่แพง	9	27.3	10	22.2	11	50.0
คุณภาพดี	10	30.3	7	15.6	16	72.7
การบริการที่ดี	6	18.2	31	68.9	10	45.5
รสชาติถูกปาก	8	24.2	34	75.6	9	40.9

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 72.7 และหุง คิดเป็นร้อยละ 48.5

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การหุง คิดเป็นร้อยละ 91.1 และต้ม คิดเป็นร้อยละ 86.7

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 77.3 และหุง คิดเป็นร้อยละ 54.5 (ตารางที่ 88)

ตารางที่ 88 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
หุง	16	48.5	41	91.1	12	54.5
ต้ม	24	72.7	39	86.7	17	77.3
ผัด	12	36.4	32	71.1	10	45.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การต้ม, ตุ่นเปื่อย คิดเป็นร้อยละ 57.6 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 45.5

15,001-20,000 บาทส่วนใหญ่ใช้การต้ม, ตุ่นเปื่อย คิดเป็นร้อยละ 91.1 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 80.0

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การต้ม, ตุ่นเปื่อย คิดเป็นร้อยละ 77.3 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 68.2 (ตารางที่ 89)

ตารางที่ 89 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว)ให้กับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ/ ใจจะ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม, ตุ่นเปื่อย	19	57.6	41	91.1	17	77.3
ทอด	7	21.2	9	20.0	9	40.9
ผัด	15	45.5	36	80.0	15	68.2
นึ่ง	12	36.4	32	71.1	10	45.5
ปิ้ง, ย่าง	3	9.1	6	13.3	3	13.6

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 66.7 รองลงมาคือ ต้ม คิดเป็นร้อยละ 51.5

15,001-20,000 บาทส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 93.3 รองลงมาคือ นึ่ง คิดเป็นร้อยละ 91.1

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 90.9 รองลงมาคือ ต้ม คิดเป็นร้อยละ 40.9 (ตารางที่ 90)

ตารางที่ 90 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	17	51.5	42	93.3	9	40.9
ทอด	12	36.4	22	48.9	7	31.8
ผัด	14	42.4	18	40.0	3	13.6
นึ่ง	22	66.7	41	91.1	20	90.9
ปิ้ง, ย่าง	7	21.2	3	6.7	4	18.2

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผักให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 63.6 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 48.5

15,001-20,000 บาทส่วนใหญ่ใช้การผัด คิดเป็นร้อยละ 91.1 รองลงมาคือ ต้ม คิดเป็นร้อยละ 88.9

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 72.7 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 36.4 (ตารางที่ 91)

ตารางที่ 91 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทผักให้กับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทผักให้กับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	21	63.6	40	88.9	16	72.7
ผัด	16	48.5	41	91.1	8	36.4
นึ่ง	12	36.4	26	57.8	7	31.8
ลวก	7	21.2	6	13.3	3	13.6

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่เตรียมสำหรับรับประทานสด คิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาคือ แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว คิดเป็นร้อยละ 9.1

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่เตรียมสำหรับรับประทานสด คิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาคือ แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว คิดเป็นร้อยละ 13.3

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่เตรียมสำหรับรับประทานสด คิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาคือ แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว คิดเป็นร้อยละ 13.6 (ตารางที่ 92)

ตารางที่ 92 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทผลไม้ให้กับ ผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รับประทานสด	33	100.0	45	100.0	22	100.0
แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ ลอยแก้ว	3	9.1	6	13.3	3	13.6

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่เตรียมเป็นน้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูปคิดเป็นร้อยละ 42.4 รองลงมาคือ ปั่นสดรวมกาก คิดเป็นร้อยละ 33.3

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่เตรียมเป็นน้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูป คิดเป็นร้อยละ 86.7 รองลงมาคือ ปั่นสดรวมกาก คิดเป็นร้อยละ 84.4

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่เตรียมเป็นน้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูป คิดเป็นร้อยละ 77.3 รองลงมาคือ ปั่นสดรวมกาก คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 93)

ตารางที่ 93 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ ให้กับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ ให้ผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้ำคั้นสดแบบแยกกาก	2	6.1	5	11.1	3	13.6
ปั่นสดรวมกาก	11	33.3	38	84.4	6	27.3
น้ำผัก และน้ำผลไม้ สำเร็จรูป	14	42.4	39	86.7	17	77.3

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคนึ่งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท เตรียมให้บริโภคนึ่งฟอง/สัปดาห์คิดเป็นร้อยละ 39.4 รองลงมาคือ 3 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 24.2

15,001-20,000 บาท เตรียมให้บริโภคนึ่งฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 46.7 รองลงมาคือ 3 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 24.4

มากกว่า 20,000 บาท เตรียมให้บริโภคนึ่งฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 45.5 รองลงมาคือ 3 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 94)

ตารางที่ 94 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุฟอง/สัปดาห์และรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทไข่ (บริโภคทั้ง ฟอง) ให้กับผู้สูงอายุฟอง/ สัปดาห์	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1 ฟอง/สัปดาห์	7	21.2	8	17.8	4	18.2
2 ฟอง/สัปดาห์	13	39.4	21	46.7	10	45.5
3 ฟอง/สัปดาห์	8	24.2	11	24.4	6	27.3
มากกว่า 3 ฟอง/สัปดาห์	5	15.2	5	11.1	2	9.1
รวม	33	100.0	45	100.0	22	100.0

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 87.9 รองลงมาคือ ทอด คิดเป็นร้อยละ 51.5

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 86.7 รองลงมาคือ ทอด คิดเป็นร้อยละ 64.4

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 86.4 รองลงมาคือ ทอด คิดเป็นร้อยละ 45.5 (ตารางที่ 95)

ตารางที่ 95 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดเตรียมอาหาร ประเภทไข่ (บริโภคทั้ง ฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	29	87.9	39	86.7	19	86.4
ทอด	17	51.5	29	64.4	10	45.5
ลวก	5	15.2	5	11.1	4	18.2
ตุ๋น	4	12.1	3	6.7	1	4.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุ คือ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ซื้อน้ำนมที่มีแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 54.5 รองลงมาคือ นมพร่องมันเนย คิดเป็นร้อยละ 24.2

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่ซื้อนมถั่วเหลือง คิดเป็นร้อยละ 40.0 รองลงมาคือ นมแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 28.9

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ซื้อน้ำนมที่มีแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 45.5 รองลงมาคือ นมพร่องมันเนย คิดเป็นร้อยละ 40.9 (ตารางที่ 96)

ตารางที่ 96 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
นมทั่วไป	2	6.1	2	4.4	1	4.5
นมพร่องมันเนย	8	24.2	12	26.7	9	40.9
นมที่มีแคลเซียมสูง	18	54.4	13	28.9	10	45.5
นมถั่วเหลือง	5	15.2	18	40.0	2	9.1
รวม	33	100.0	45	100.0	22	100.0

ผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ตัวท่านเอง คิดเป็นร้อยละ 87.9 รองลงมาคือ บุตรหลาน คิดเป็นร้อยละ 57.6

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่ตัวท่านเอง คิดเป็นร้อยละ 86.7 รองลงมาคือ บุตรหลาน คิดเป็นร้อยละ 40.0

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ตัวท่านเอง คิดเป็นร้อยละ 86.4 รองลงมาคือ บุตรหลาน คิดเป็นร้อยละ 31.8 (ตารางที่ 97)

ตารางที่ 97 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ตัวท่านเอง	29	87.9	39	86.7	19	86.4
สามี-ภรรยา	13	39.4	8	17.8	5	22.7
บุตร-หลาน	19	57.6	18	40.0	7	31.8
เพื่อน	10	30.3	2	4.4	4	18.2
ญาติ	14	42.4	2	4.4	4	18.2
บุคลากรทางการแพทย์	1	3.0	2	4.4	1	4.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

เหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 69.7 รองลงมาคือ เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 18.2

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 82.2 รองลงมาคือ เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 15.6

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 63.6 รองลงมาคือ เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 22.7 (ตารางที่ 98)

ตารางที่ 98 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการเหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

เหตุผลของการจัดหาอาหาร เพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ	23	69.7	37	82.2	14	63.6
เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ	6	18.2	7	15.6	5	22.7
ลดอันตรายเสี่ยงของการเกิดโรคของผู้สูงอายุ	4	12.1	1	2.2	3	13.6
รวม	33	100.0	45	100.0	22	100.0

ความถี่ของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่จัดหาบ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 54.5 รองลงมาคือเป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 33.3

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่จัดหาบ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 82.2 รองลงมาคือเป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 15.6

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่จัดหาบ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 63.6 รองลงมาคือเป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 22.7 (ตารางที่ 99)

ตารางที่ 99 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความถี่ของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

ความถี่ของการจัดหา อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับ ผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เป็นประจำ (6-7วันต่อสัปดาห์)	11	33.3	7	15.6	5	22.7
บ่อยครั้ง (3-5วันต่อสัปดาห์)	18	54.5	37	82.2	14	63.6
นาน ๆ ครั้ง (1-2วันต่อสัปดาห์)	4	12.1	1	2.2	3	13.6
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุจำนวนมื้อ/วัน จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ 1-2 มื้อ/วัน คิดเป็นร้อยละ 72.7 รองลงมา คือ 3-4 มื้อ/วัน คิดเป็นร้อยละ 15.2

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่ 1-2 มื้อ/วัน คิดเป็นร้อยละ 91.1 รองลงมา คือ ทุกมื้อ คิดเป็นร้อยละ 6.7

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ 1-2 มื้อ/วัน คิดเป็นร้อยละ 77.3 รองลงมา คือ 3-4 มื้อ/วัน คิดเป็นร้อยละ 18.2 (ตารางที่ 100)

ตารางที่ 100 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดอาหารเพื่อสุขภาพ แก่ผู้สูงอายุจำนวนมือ/วันและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพ แก่ผู้สูงอายุจำนวนมือ/วัน	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1-2 มือ/วัน	24	72.7	41	91.1	17	77.3
3- 4 มือ/วัน	5	15.2	1	2.2	4	18.2
ทุกมือ	4	12.1	3	6.7	1	4.5
รวม	33	100.0	45	100.0	22	100.0

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมือ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่เลือกรายการอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 81.8 และผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช่นเดียวกันกับที่ท่านรับประทาน ไม่ได้จัดทำพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 51.5

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่เลือกรายการอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 84.4 และวัตถุประสงค์ในการเตรียมอาหารของท่านเป็นวัตถุประสงค์เดียวกับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ เช่นเดียวกัน 75.6

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุรับประทานอาหารกับที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานไม่ได้จัดทำพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 72.7 และรายการอาหารที่ท่านรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 68.2 (ตารางที่ 101)

ตารางที่ 101 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดอาหารเพื่อสุขภาพ ให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมื้อและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพ ให้กับผู้สูงอายุ รับประทาน ในแต่ละมื้อ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ผู้สูงอายุรับประทานอาหาร เช่นเดียวกันกับที่ท่าน รับประทานไม่ได้จัดทำ พิเศษ	17	51.5	32	71.1	16	72.7
จัดเตรียมอาหารเฉพาะ สำหรับผู้สูงอายุและแยก รับประทาน	10	30.3	15	33.3	7	31.8
รายการอาหารที่ท่าน รับประทานมีอาหารเฉพาะ ผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและ รับประทานร่วมกัน	27	81.8	38	84.4	15	68.2
วัตถุดิบในการเตรียมอาหาร ของท่านเป็นวัตถุดิบชนิด เดียวกับผู้สูงอายุ	15	45.5	34	75.6	7	31.8

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ส่วนค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน จำแนกตามรายได้ของ
ครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-
15,000 บาท ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสุขภาพในแต่ละเดือน 1,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ
57.6 รองลงมา คือ 3,001-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 30.3

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสุขภาพในแต่ละเดือน 1,001-3,000 บาท
คิดเป็นร้อยละ 77.8 รองลงมา คือ 3,001-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 15.6

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสุขภาพในแต่ละเดือน 1,001-3,000 บาท
คิดเป็นร้อยละ 59.1 รองลงมา คือ 3,001-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 102)

ตารางที่ 102 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือนและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

ค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1,001 – 3,000 บาท	19	57.6	35	77.8	13	59.1
3,001 – 5,000 บาท	10	30.3	7	15.6	6	27.3
มากกว่า 5,000 บาทขึ้นไป	4	12.1	3	6.7	3	13.6
รวม	33	100.0	45	100.0	22	100.0

สื่อที่ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลจากเว็บไซต์เพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 42.4 รองลงมาคือ นิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 21.2

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลจากสื่อโทรทัศน์ วิทยุ คิดเป็นร้อยละ 33.3 รองลงมาคือ นิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 26.7

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลจากนิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 40.9 รองลงมาคือ เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 103)

ตารางที่ 103 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสื่อที่ให้ความรู้เรื่องการจัดอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

สื่อที่ได้ให้ความรู้เรื่องการ จัดอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ	14	42.4	10	22.2	6	27.3
สื่อโทรทัศน์ วิทยุ	5	15.2	15	33.3	1	4.5
นิตยสาร วารสาร	7	21.2	12	26.7	9	40.9
กิจกรรมส่งเสริมการขาย ผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพต่าง ๆ	3	9.1	1	2.2	2	9.1
แลกเปลี่ยนข้อมูลกับบุคคล รอบตัว	4	12.1	7	15.6	4	18.2
รวม	33	100.0	45	100.0	22	100.0

การส่งเสริมผู้สูงอายุรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ต้องการให้มีการบริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 63.6 รองลงมาคือ จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 39.4

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่ต้องการให้มีการบริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 93.3 รองลงมาคือ จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 84.4

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ต้องการให้มีการบริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 59.1 รองลงมาคือ การให้คำแนะนำบนฉลากโภชนาการของผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 36.4 (ตารางที่ 104)

ตารางที่ 104 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการส่งเสริมผู้สูงอายุ
รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

การส่งเสริมผู้สูงอายุ รับประทานอาหารเพื่อ สุขภาพ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ให้บริการข้อมูลข่าวสาร ความรู้ด้านอาหารเพื่อ สุขภาพ	21	63.6	42	93.3	13	59.1
จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหาร เพื่อสุขภาพ สำหรับ ผู้สูงอายุ	13	39.4	38	84.4	6	27.3
กำหนดราคาผลิตภัณฑ์ อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับ ผู้สูงอายุให้ต่ำกว่าใน ปัจจุบัน	8	24.2	22	48.9	4	18.2
การให้คำแนะนำบนฉลาก โภชนาการของผลิตภัณฑ์ อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับ ผู้สูงอายุ	11	33.3	27	60.0	8	36.4

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่
ซื้อ วิตามินชนิดต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 54.5 รองลงมาคือ รังนก คิดเป็นร้อยละ 51.5

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่ซื้อรังนก คิดเป็นร้อยละ 33.3 รองลงมาคือ วิตามินชนิด
ต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 26.7

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ซื้อวิตามินชนิดต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 45.5 รองลงมาคือ
รังนก คิดเป็นร้อยละ 31.8 (ตารางที่ 105)

ตารางที่ 105 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามตามผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รังนก	17	51.5	15	33.3	7	31.8
ซูเปอร์ไก่สกัด	8	24.2	11	24.4	4	18.2
น้ำมันตับปลา	2	6.1	8	17.8	2	9.1
แคลเซียมอัดเม็ด	10	30.3	8	17.8	6	27.3
วิตามินชนิดต่างๆ	18	54.5	12	26.7	10	45.5
สมุนไพรอัดเม็ด	7	21.2	6	13.3	2	9.1

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ให้เหตุผลเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 54.5 รองลงมาคือ เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน คิดเป็นร้อยละ 51.5

15,001-20,000 บาท ให้เหตุผลเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 60.0 รองลงมาคือ เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน คิดเป็นร้อยละ 42.2

มากกว่า 20,000 บาท ให้เหตุผลเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 50.0 รองลงมาคือ เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น คิดเป็นร้อยละ 31.8 (ตารางที่ 106)

ตารางที่ 106 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าวและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ ดังกล่าว	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี	18	54.5	27	60.0	11	50.0
เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น	16	48.5	10	22.2	7	31.8
เพื่อลด/บรรเทาปัญหาสุขภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน	8	24.2	4	8.9	5	22.7
เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน	17	51.5	19	42.2	6	27.3

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

แหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่ซื้อตามห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 39.4 รองลงมาคือ ร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 33.3

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่ซื้อตามห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 55.6 รองลงมาคือ ร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 26.7

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่ซื้อตามห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 68.2 รองลงมาคือ ร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 22.7 (ตารางที่ 107)

ตารางที่ 107 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามแหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

แหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ	11	33.3	12	26.7	5	22.7
ห้างสรรพสินค้า	13	39.4	25	55.6	15	68.2
ขายตรงหรือร้านขายยา	9	27.3	8	17.8	2	9.1
รวม	33	100.0	45	100.0	22	100.0

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 48.5 รองลงมาคือ มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 39.4

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 64.4 รองลงมาคือ มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 51.1

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 40.9 รองลงมาคือ มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 31.8 (ตารางที่ 108)

ตารางที่ 108 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าวและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ความสะดวก	4	12.1	7	15.6	4	18.2
สะดวกในการซื้อ	16	48.5	29	64.4	9	40.9
มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย	13	39.4	23	51.1	7	31.8
คุณภาพดี	10	30.3	1	2.2	5	22.7
4.5ราคาไม่แพง	1	3.0	1	2.2	1	4.5

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้เฉลี่ยครอบครัวต่อเดือน 10,001-15,000 บาท ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 48.5 รองลงมาคือ 1,001-2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 27.3

15,001-20,000 บาท ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 84.4 รองลงมาคือ 1,001-2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 8.9

มากกว่า 20,000 บาท ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 1,001-2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 54.5 รองลงมาคือ 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 27.3 (ตารางที่ 109)

ตารางที่ 109 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือนและรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

ค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน	รายได้ของครอบครัวต่อเดือน					
	10,001-15,000 บาท		15,001-20,000 บาท		มากกว่า 20,000 บาท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
501-1,000 บาท	2	6.1	2	4.4	1	4.5
1,001-2,000 บาท	9	27.3	4	8.9	12	54.5
2,001-3,000 บาท	16	48.5	38	84.4	6	27.3
มากกว่า 3,000 บาทขึ้นไป	6	18.2	1	2.2	3	13.6
รวม	23	100.0	66	100.0	11	100.0

3.4 จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีผู้สูงอายุที่ดูแลไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่จัดทำให้บริโภคเป็นประจำ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 83.3 ผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 76.7 เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) คิดเป็นร้อยละ 56.7 ข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดเป็นร้อยละ 30.0

อาหารที่จัดหาลดครั้ง ได้แก่ จัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 80.0 อาหารประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง) คิดเป็นร้อยละ 63.3

อาหารที่จัดหาลดครั้ง ได้แก่ การจัดหาข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 76.7 พืชผักอินทรีย์หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 66.7

อาหารที่ไม่เคยจัดให้ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 70.0 อาหารที่มีรสชาติจัด เช่นเปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด คิดเป็นร้อยละ 66.7 กาแฟ น้ำชา คิดเป็นร้อยละ 63.3

อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีผู้สูงอายุที่ดูแลที่มีโรคประจำตัว จัดทำให้บริโภคเป็นประจำ ได้แก่ พืชผักทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 74.3 เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) คิดเป็นร้อยละ 57.1 ผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 45.7

อาหารที่จัดหาลดครั้ง ได้แก่ การจัดหาข้าวสวย (ข้าวขาว) คิดและการจัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 46.1 จัดหาเนื้อปลา คิดเป็นร้อยละ 64.3 อาหารประเภทไข่ (จัดหาทั้งฟอง) คิดเป็นร้อยละ 55.7

อาหารที่จัดหาลดครั้ง ได้แก่ การจัดหาพืชผักอินทรีย์ หรือผักปลอดสารพิษ คิดเป็นร้อยละ 64.3 การจัดหาข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี) คิดเป็นร้อยละ 57.1

อาหารที่ไม่เคยจัดให้ ได้แก่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 100 อาหารที่มีรสชาติจัด เช่นเปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด คิดเป็นร้อยละ 82.9 อาหารที่มีไขมัน/คอเลสเตอรอล คิดเป็นร้อยละ 55.7 กาแฟ น้ำชา คิดเป็นร้อยละ 45.7 (ตารางที่ 110)

ตารางที่ 110 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามระดับความถี่ในการจัดหาอาหารและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ความถี่ในการจัดหาเพื่อ บริโภคอาหาร	ภาวะสุขภาพ ของผู้สูงอายุ	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย จัดให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
1. ข้าวเหนียวสุก	ไม่มีโรค ประจำตัว	7 (23.3)	8 (26.7)	14 (46.7)	1 (3.3)	30 (100.0)
	มีโรค ประจำตัว	26 (37.1)	19 (27.1)	17 (24.3)	8 (11.4)	70 (100.0)
2. ข้าวสวย (ข้าวขาว)	ไม่มีโรค ประจำตัว	9 (30.0)	17 (56.7)	3 (10.0)	0 (0.0)	30 (100.0)
	มีโรค ประจำตัว	16 (22.9)	29 (41.4)	20 (28.6)	5 (7.1)	70 (100.0)
3. ข้าวกล้อง (ข้าวไม่ขัดสี)	ไม่มีโรค ประจำตัว	2 (6.7)	5 (16.7)	23 (76.7)	0 (0.0)	30 (100.0)
	มีโรค ประจำตัว	15 (21.4)	12 (17.1)	40 (57.1)	3 (4.3)	70 (100.0)
4. เนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว)	ไม่มีโรค ประจำตัว	17 (56.7)	6 (20.0)	7 (23.3)	0 (0.0)	30 (100.0)
	มีโรค ประจำตัว	40 (57.1)	14 (20.0)	11 (15.7)	5 (7.1)	70 (100.0)
5. เนื้อปลา	ไม่มีโรค ประจำตัว	5 (16.7)	24 (80.0)	1 (3.3)	0 (0.0)	30 (100.0)
	มีโรค ประจำตัว	15 (21.4)	45 (64.3)	8 (11.4)	2 (2.9)	70 (100.0)

ตารางที่ 110 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อ บริโภคอาหาร	ภาวะสุขภาพ ของผู้สูงอายุ	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยจัด ให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
6. ประเภทไข่ (บริโภคทั้ง ฟอง)	ไม่มีโรค	10	19	1	0	30
	ประจำตัว	(33.3)	(63.3)	(3.3)	(0.0)	(100.0)
	มีโรค	14	39	17	0	70
	ประจำตัว	(20.0)	(55.7)	(24.3)	(0.0)	(100.0)
7. พืชผักทั่วไป	ไม่มีโรค	25	4	1	0	30
	ประจำตัว	(83.3)	(13.3)	(3.3)	(0.0)	(100.0)
	มีโรค	52	14	4	0	70
	ประจำตัว	(74.3)	(20.0)	(5.7)	(0.0)	(100.0)
8. พืชผักอินทรีย์หรือผัก ปลอดสารพิษ	ไม่มีโรค	4	6	20	0	30
	ประจำตัว	(13.3)	(20.0)	(66.7)	(0.0)	(100.0)
	มีโรค	12	10	45	3	70
	ประจำตัว	(17.1)	(14.3)	(64.3)	(4.3)	(100.0)
9. ผลไม้	ไม่มีโรค	23	2	4	1	30
	ประจำตัว	(76.7)	(6.7)	(13.3)	(3.3)	(100.0)
	มีโรค	32	15	14	9	70
	ประจำตัว	(45.7)	(21.4)	(20.0)	(12.9)	(100.0)
10. อาหารที่มีไขมัน/ คอเลสเตอรอล	ไม่มีโรค	3	2	4	21	30
	ประจำตัว	(10.0)	(6.7)	(13.3)	(70.0)	(100.0)
	มีโรค	10	12	9	39	70
	ประจำตัว	(14.3)	(17.1)	(12.9)	(55.7)	(100.0)
11. กาแฟ น้ำชา	ไม่มีโรค	5	3	3	19	30
	ประจำตัว	(16.7)	(10.0)	(10.0)	(63.3)	(100.0)
	มีโรค	13	9	16	32	70
	ประจำตัว	(18.6)	(12.9)	(22.9)	(45.7)	(100.0)

ตารางที่ 110 (ต่อ)

ความถี่ในการจัดหาเพื่อ บริโภคอาหาร	ภาวะสุขภาพ ของผู้สูงอายุ	ระดับความถี่ในการจัดหาเพื่อบริโภค				รวม
		เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยจัด ให้	
		จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	จำนวน ร้อยละ	
12. น้ำผัก น้ำผลไม้	ไม่มีโรค	6	11	7	6	30
	ประจำตัว	(20.0)	(36.7)	(23.3)	(20.0)	(100.0)
	มีโรค	16	17	30	7	70
	ประจำตัว	(22.9)	(24.3)	(42.9)	(10.0)	(100.0)
13. นม โคนม ถั่วเหลือง	ไม่มีโรค	7	12	5	6	30
	ประจำตัว	(23.3)	(40.0)	(16.7)	(20.0)	(100.0)
	มีโรค	19	33	11	7	70
	ประจำตัว	(27.1)	(47.1)	(15.7)	(10.0)	(100.0)
14. เครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ไม่มีโรค	0	0	0	30	30
	ประจำตัว	(0.0)	(0.0)	(0.0)	(100.0)	(100.0)
	มีโรค	0	0	0	70	70
	ประจำตัว	(0.0)	(0.0)	(0.0)	(100.0)	(100.0)
15.อาหารที่มีรสชาติจัด เช่น เปรี้ยวจัด เค็มจัด หวานจัด	ไม่มีโรค	4	2	4	20	30
	ประจำตัว	(13.3)	(6.7)	(13.3)	(66.7)	(100.0)
	มีโรค	5	1	6	58	70
	ประจำตัว	(7.1)	(1.4)	(8.6)	(82.9)	(100.0)
16.ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุ	ไม่มีโรค	13	4	6	7	30
	ประจำตัว	(43.3)	(13.3)	(20.0)	(23.3)	(100.0)
	มีโรค	17	35	18	0	70
	ประจำตัว	(24.3)	(50.0)	(25.7)	(0.0)	(100.0)
17.อาหารที่จัดเป็นอาหาร อ่อน ย่อยง่าย รสไม่จัด	ไม่มีโรค	6	11	6	7	30
	ประจำตัว	(20.0)	(36.7)	(20.0)	(23.3)	(100.0)
	มีโรค	18	17	22	13	70
	ประจำตัว	(25.7)	(24.3)	(31.4)	(18.6)	(100.0)

ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่เข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คือ อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 66.7 รองลงมาคือ อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 33.3

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว เข้าใจว่าความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ คืออาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 90.0 รองลงมาคือ อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 10.0 (ตารางที่ 111)

ตารางที่ 111 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อาหารที่รับประทานแล้วได้รับสารอาหารครบถ้วน	20	66.7	63	90.0
อาหารที่รับประทานแล้วลดปัญหาสุขภาพ	10	33.3	7	10.0
รวม	30	100.0	70	100.0

การกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว พิจารณาจากการจัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ร้อยละ 93.3 รองลงมาคือ ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 86.7

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว พิจารณาจากการจัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ร้อยละ 84.3 รองลงมาคือ ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 52.9 (ตารางที่ 112)

ตารางที่ 112 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการพิจารณาในการกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การกำหนดอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ตามการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจของผู้สูงอายุ	4	13.3	8	11.4
พฤติกรรมด้านการจัดหาอาหารของผู้สูงอายุ	20	66.7	24	34.3
ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ	26	86.7	37	52.9
จัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ	28	93.3	59	84.3

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

วิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ เชื่อว่า วัตถุประสงค์มาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 46.7 รองลงมาคือ เชื่ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุประสงค์มาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 33.3

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ เชื่ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุประสงค์มาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 60.0 รองลงมาคือ เชื่อวัตถุประสงค์มาปรุงเอง คิดเป็นร้อยละ 25.7 (ตารางที่ 113)

ตารางที่ 113 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามวิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ อย่างไรก็ตามและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

วิธีการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เชื่ออาหารสำเร็จรูป	6	20.0	10	14.3
เชื่อวัตถุประสงค์มาปรุงเอง	14	46.7	18	25.7
เชื่ออาหารสำเร็จรูป และวัตถุประสงค์มาปรุงเอง	10	33.3	42	60.0
รวม	30	100.0	70	100.0

เหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่เลือกเนื่องจากมีอาหารให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 93.3 รองลงมาคือ สะอาด คิดเป็นร้อยละ 86.7

ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่เลือกเนื่องจากมีอาหารให้เลือกหลากหลาย 84.3 รองลงมาคือ ความสะอาด คิดเป็นร้อยละ 77.1 (ตารางที่ 114)

ตารางที่ 114 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จากวิธี ดังกล่าวและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

เหตุผลเลือกจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุจากวิธี ดังกล่าว	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ความสะอาด	26	86.7	54	77.1
สะดวก	24	80.0	50	71.4
มีอาหารให้เลือกหลากหลาย	28	93.3	59	84.3
ความสด, ใหม่	26	86.7	26	37.1
ราคาไม่แพง	13	43.3	17	24.3
คุณภาพดี	11	36.7	22	31.4
การบริการที่ดี	21	70.0	26	37.1
รสชาติถูกปาก	20	66.7	31	44.3

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 90.0 และหุง คิดเป็นร้อยละ 83.3

ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 75.7 และหุง คิดเป็นร้อยละ 62.9 (ตารางที่ 115)

ตารางที่ 115 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทข้าวให้กับผู้สูงอายุภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทข้าวให้กับ ผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
หุง	25	83.3	44	62.9
ต้ม	27	90.0	53	75.7
ผัด	15	50.0	39	55.7

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ในส่วนการจัดเตรียมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ใช้การต้ม, ตุ่นเปื่อย คิดเป็นร้อยละ 80.0 รองลงมาคือ นึ่ง คิดเป็นร้อยละ 76.7

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ใช้การต้ม, ตุ่นเปื่อย คิดเป็นร้อยละ 75.5 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 62.9 (ตารางที่ 116)

ตารางที่ 116 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหาร ประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว) ให้กับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (ไก่ หมู วัว)ให้กับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม, ตุ่นเปื่อย	24	80.0	53	75.5
ทอด	13	43.3	12	17.1
ผัด	22	73.3	44	62.9
นึ่ง	23	76.7	31	44.3
ปิ้ง, ย่าง	5	16.7	7	10.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ใช้การนั่ง คิดเป็นร้อยละ 93.3 รองลงมาคือ ต้ม คิดเป็นร้อยละ 80.0

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ใช้การนั่ง คิดเป็นร้อยละ 87.1 รองลงมาคือ ต้ม คิดเป็นร้อยละ 62.9 (ตารางที่ 117)

ตารางที่ 117 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทปลาให้กับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทปลา ให้กับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	24	80.0	44	62.9
ทอด	20	66.7	21	30.0
ผัด	15	50.0	20	28.6
นั่ง	28	93.3	61	87.1
ปิ้ง, ย่าง	6	20.0	8	11.4

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผักให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 90.0 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 80.0

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 71.4 รองลงมาคือ ผัด คิดเป็นร้อยละ 58.6 (ตารางที่ 118)

ตารางที่ 118 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทผักให้กับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผักให้กับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	27	90.0	50	71.4
ผัด	24	80.0	41	58.6
นึ่ง	20	66.7	25	35.7
ลวก	9	30.0	7	10.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่เตรียมสำหรับรับประทานสดคิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาคือ แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว คิดเป็นร้อยละ 16.7

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่เตรียมสำหรับรับประทานสด คิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาคือ แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว คิดเป็นร้อยละ 10.0 (ตารางที่ 119)

ตารางที่ 119 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รับประทานสด	30	100.0	70	100.0
แปรรูปเป็นขนม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว	5	16.7	7	10.0

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรค

ประจำตัว ส่วนใหญ่เตรียมป็นน้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูปคิดเป็นร้อยละ 90.0 รองลงมาคือ ปั่นสดรวมกาก คิดเป็นร้อยละ 80.0

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่เตรียมเป็นน้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูปคิดเป็นร้อยละ 81.4 รองลงมาคือ ปั่นสดรวมกาก คิดเป็นร้อยละ 44.3 (ตารางที่ 120)

ตารางที่ 120 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ให้กับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทน้ำผัก และน้ำผลไม้ให้กับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้ำคั้นสดแบบแยกกาก	3	10.0	7	10.0
ปั่นสดรวมกาก	24	80.0	31	44.3
น้ำผัก และน้ำผลไม้สำเร็จรูป	27	90.0	57	81.4

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภครองทั้งฟอง) ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว เตรียมให้บริโภครอง 2 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 43.3 รองลงมาคือ 3 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 26.7

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว เตรียมให้บริโภครอง 2 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 44.3 รองลงมาคือ 3 ฟอง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 24.3 (ตารางที่ 121)

ตารางที่ 121 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง)ให้กับผู้สูงอายุฟอง/สัปดาห์และภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง)ให้กับผู้สูงอายุฟอง/สัปดาห์	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1 ฟอง/สัปดาห์	5	16.7	14	20.0
2 ฟอง/สัปดาห์	13	43.3	31	44.3
3 ฟอง/สัปดาห์	8	26.7	17	24.3
มากกว่า 3 ฟอง/สัปดาห์	4	13.3	8	11.4
รวม	30	100.0	70	100.0

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง)ให้กับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 93.3 รองลงมาคือ ทอด คิดเป็นร้อยละ 80.0

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ใช้การต้ม คิดเป็นร้อยละ 84.3 รองลงมาคือ ทอด คิดเป็นร้อยละ 45.7 (ตารางที่ 122)

ตารางที่ 122 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง)ให้กับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดเตรียมอาหารประเภทไข่ (บริโภคทั้งฟอง)ให้กับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต้ม	28	93.3	59	84.3
ทอด	24	80.0	32	45.7
ลวก	6	20.0	8	11.4
ตุ๋น	2	6.7	6	8.6

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

การจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุ คือ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ซื้อน้ำนมที่มีแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 43.3 รองลงมาคือ นมพร่องมันเนย คิดเป็นร้อยละ 33.3

ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ซื้อน้ำนมที่มีแคลเซียมสูง คิดเป็นร้อยละ 40.0 รองลงมา คือ นมถั่วเหลือง คิดเป็นร้อยละ 27.1 (ตารางที่ 123)

ตารางที่ 123 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดหาน้ำนมสำหรับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
นมทั่วไป	1	3.3	4	5.7
นมพร่องมันเนย	10	33.3	19	27.1
นมที่มีแคลเซียมสูง	13	43.3	28	40.0
นมถั่วเหลือง	6	20.0	19	27.1
รวม	30	100.0	70	100.0

ผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ตัวท่านเอง คิดเป็นร้อยละ 96.7 รองลงมาคือ บุตร-หลาน คิดเป็นร้อยละ 66.7

ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ตัวท่านเอง คิดเป็นร้อยละ 82.9 รองลงมาคือ บุตร-หลาน คิดเป็นร้อยละ 34.3 (ตารางที่ 124)

ตารางที่ 124 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามผู้แนะนำหรือให้ความรู้ ในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ผู้แนะนำหรือให้ความรู้ในการจัดหา อาหารเพื่อสุขภาพที่เหมาะสมกับ ผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ตัวท่านเอง	29	96.7	58	82.9
สามี-ภรรยา	10	33.3	16	22.9
บุตร-หลาน	20	66.7	24	34.3
เพื่อน	6	20.0	10	14.3
ญาติ	8	26.7	12	17.1
บุคลากรทางการแพทย์	1	3.3	3	4.3

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

เหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 56.7 รองลงมาคือ เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 36.7

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่จัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 81.4 รองลงมาคือ เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 10.0 (ตารางที่ 125)

ตารางที่ 125 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

เหตุผลของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ	17	56.7	57	81.4
เพื่อลดปัญหาจากโรคที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ	11	36.7	7	10.0
ลดอันตรายเสี่ยงของการเกิดโรคของผู้สูงอายุ	2	6.7	6	8.6
รวม	30	100.0	70	100.0

ความถี่ของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่จัดหาบ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 56.7 รองลงมาคือ เป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 26.7

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่จัดหาบ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 74.3 รองลงมาคือ เป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 21.4 (ตารางที่ 126)

ตารางที่ 126 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามความถี่ของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุบ่อยครั้งและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ความถี่ของการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เป็นประจำ (6-7 วันต่อสัปดาห์)	8	26.7	15	21.4
บ่อยครั้ง (3-5 วันต่อสัปดาห์)	17	56.7	52	74.3
นาน ๆ ครั้ง (1-2 วันต่อสัปดาห์)	5	16.7	3	4.3
รวม	30	100.0	70	100.0

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุจำนวนมือ/วัน จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ 1-2 มือ/วัน คิดเป็นร้อยละ 66.7 รองลงมา คือ 3-4 มือ/วัน คิดเป็นร้อยละ 23.3

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ 1-2 มือ/วัน คิดเป็นร้อยละ 88.6 รองลงมา คือ ทุกมือ คิดเป็นร้อยละ 7.1 (ตารางที่ 127)

ตารางที่ 127 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดอาหารเพื่อสุขภาพแก่ผู้สูงอายุจำนวนมือ/วันและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพแก่ ผู้สูงอายุจำนวนมือ/วัน	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1-2 มือ/วัน	20	66.7	62	88.6
3-4 มือ/วัน	7	23.3	3	4.3
ทุกมือ	3	10.0	5	7.1
รวม	30	100.0	70	100.

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมือ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่เลือกรายการอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 90.0 และผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช่นเดียวกันกับที่ท่านรับประทานไม่ได้จัดทำพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 80.0

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่เลือกรายการอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานมีอาหารเฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและรับประทานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 75.7 และผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช่นเดียวกันกับที่ท่านรับประทานไม่ได้จัดทำพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 58.6 (ตารางที่ 128)

ตารางที่ 128 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการจัดอาหารเพื่อสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมื้อและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การจัดอาหารเพื่อสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ รับประทานในแต่ละมื้อ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช้าเหมือนกัน กับที่ท่านรับประทาน ไม่ได้จัดทำพิเศษ	24	80.0	41	58.6
จัดเตรียมอาหารเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุ และแยกรับประทาน	17	56.7	15	21.4
รายการอาหารที่ท่านรับประทานมีอาหาร เฉพาะผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วยและ รับประทานร่วมกัน	27	90.0	53	75.7
วัตถุประสงค์ในการเตรียมอาหารของท่านเป็น วัตถุประสงค์เดียวกับผู้สูงอายุ	20	66.7	36	51.4

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ส่วนค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสุขภาพในแต่ละเดือน 1,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 53.3 รองลงมา คือ 3,001-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 33.3

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายเพื่อสุขภาพในแต่ละเดือน 1,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 72.9 รองลงมา คือ 3,001-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 18.6 (ตารางที่ 129)

ตารางที่ 129 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือนและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ค่าใช้จ่ายอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1,001-3,000 บาท	16	53.3	51	72.9
3,001-5,000 บาท	10	33.3	13	18.6
มากกว่า 5,000 บาทขึ้นไป	4	13.4	6	8.6
รวม	30	100.0	70	100.0

สื่อที่ให้ความรู้เรื่องการจัดการอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลจากนิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 33.3 รองลงมาคือ เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 30.0

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลจากนิตยสาร วารสาร คิดเป็นร้อยละ 35.7 รองลงมาคือ เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 30.0 (ตารางที่ 130)

ตารางที่ 130 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสื่อที่ให้ความรู้เรื่องการจัดการอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

สื่อที่ได้ให้ความรู้เรื่องการจัดการอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เว็บไซต์เพื่อสุขภาพ	9	30.0	21	30.0
สื่อโทรทัศน์ วิทยุ	8	26.7	16	22.9
นิตยสาร วารสาร	10	33.3	25	35.7
กิจกรรมส่งเสริมการขายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพต่าง ๆ	1	3.3	5	7.1
แลกเปลี่ยนข้อมูลกับบุคคลรอบตัว	2	6.7	3	4.3
รวม	30	100.0	70	100.0

การส่งเสริมผู้สูงอายุรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ต้องการให้มีการบริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 90.0 รองลงมาคือ จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 80.0

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ต้องการให้มีการบริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 70.0 รองลงมาคือ จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 47.1 (ตารางที่ 131)

ตารางที่ 131 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามการส่งเสริมผู้สูงอายุรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การส่งเสริมผู้สูงอายุรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ให้บริการข้อมูลข่าวสารความรู้ด้านอาหารเพื่อสุขภาพ	27	90.0	49	70.0
จัดให้มีผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	24	80.0	33	47.1
กำหนดราคาผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุให้ต่ำกว่าในปัจจุบัน	12	40.0	22	31.4
การให้คำแนะนำบนฉลากโภชนาการของผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	20	66.7	26	37.1

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ซื้อวิตามินชนิดต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 60.0 รองลงมาคือ รังนก คิดเป็นร้อยละ 53.3

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ซื้อรังนก คิดเป็นร้อยละ 32.9 รองลงมาคือ ชุปไก่สกัด คิดเป็นร้อยละ 17.1 (ตารางที่ 132)

ตารางที่ 132 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รังนก	16	53.3	23	32.9
ซูปลั๊กสกัด	11	36.7	12	17.1
น้ำมันตับปลา	8	26.7	4	5.7
แคลเซียมอัดเม็ด	9	30.0	3	4.3
วิตามินชนิดต่างๆ	18	60.0	6	8.6
สมุนไพรอัดเม็ด	7	23.3	8	11.4

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ให้เหตุผลเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 52.1 รองลงมาคือ เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน คิดเป็นร้อยละ 41.7

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ให้เหตุผลเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี คิดเป็นร้อยละ 59.6 รองลงมาคือ เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละวัน คิดเป็นร้อยละ 44.2 (ตารางที่ 133)

ตารางที่ 133 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าวและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี	25	52.1	31	59.6
เพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น	14	29.2	18	34.6
เพื่อลด/บรรเทาปัญหาสุขภาพที่เป็นอยู่ ในปัจจุบัน	7	14.6	10	19.2
เพื่อให้ได้รับสารอาหารเพียงพอในแต่ละ วัน	20	41.7	23	44.2

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

แหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ซื้อตามห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 60.0 รองลงมาคือ ร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 26.7

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ซื้อตามห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 50.0 รองลงมาคือ ซื้อตามร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 28.6 (ตารางที่ 134)

ตารางที่ 134 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามแหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

แหล่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ร้านอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ	8	26.7	20	28.6
ห้างสรรพสินค้า	18	60.0	35	50.0
ขายตรงหรือร้านขายยา	4	13.3	15	21.4
รวม	30	100.0	70	100.0

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 47.9 รองลงมาคือ มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 39.6

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่สะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 59.6 รองลงมาคือ มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย คิดเป็นร้อยละ 46.2 (ตารางที่ 135)

ตารางที่ 135 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าวและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

เหตุผลเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุจากแหล่งดังกล่าว	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ความสะดวก	7	14.6	8	15.4
สะดวกในการซื้อ	23	47.9	31	59.6
มีอาหารเสริมให้เลือกหลากหลาย	19	39.6	24	46.2
คุณภาพดี	9	18.8	9	17.3
ราคาไม่แพง	2	4.2	1	1.9

หมายเหตุ : ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน จำแนกตามภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 46.7 รองลงมาคือ 1,001-2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 43.3

ผู้ตอบแบบสอบถามที่ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 2,001-3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 65.7 รองลงมาคือ 1,001-2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 17.1 (ตารางที่ 136)

ตารางที่ 136 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือนและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ค่าใช้จ่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารสำหรับผู้สูงอายุต่อเดือน	ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ			
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
501-1,000 บาท	1	3.3	4	5.7
1,001-2,000 บาท	13	43.3	12	17.1
2,001-3,000 บาท	14	46.7	46	65.7
มากกว่า 3,000 บาทขึ้นไป	2	6.7	8	11.4
รวม	30	100.0	70	100.0

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved