บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ภาวะเปลี่ยนผ่านทางโภชนาการ (Nutrition transition) เป็นแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมการบริโภคของประชากร ในปัจจุบันประชาชนมีพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่สมดุล โดยบริโภคอาหารในปริมาณมากขึ้น และบริโภคอาหารที่มีพลังงานสูงเป็นส่วนใหญ่ เช่นไขมันและน้ำตาล โดยที่บริโภคคาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อนและอาหารเส้นใยน้อยลง ได้แก่ ข้าวไม่ขัดขาว ธัญพืช ผัก และผลไม้ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ก่อให้เกิดการเจ็บป่วยจากโรคเรื้อรังอันตรายต่างๆ ทำให้เกิดการสูญเสียทั้งสุขภาพของคนและเศรษฐกิจ ในยุคปัจจุบันการเป็นโรคติดเชื้อน้อยลง แต่เป็นโรคที่เกิดจากการบริโภคมากขึ้น จากการสำรวจสถานะสุขภาพของประชากรไทย โดยกรมอนามัย พบว่า ในระยะ 10 ปี ที่ผ่านมา เด็กไทยมีภาวะน้ำหนักเกินเพิ่มขึ้นเป็น 2 เท่า ซึ่งสาเหตุของการมีภาวะน้ำหนักเกิน เกิดจากการบริโภคอาหารประเภทอาหารขยะ ที่อุดมไปด้วยไขมันอิ่มตัวและน้ำตาล โดยเฉพาะขนมกรุบกรอบและน้ำอัดลม การบริโภคน้ำตาลมากจากเครื่องดื่ม ขนมหวาน หรือจากน้ำตาลโดยตรง เป็นต้นเหตุของฟันผุและภาวะน้ำหนักเกิน ปัจจุบันเด็กไทยเริ่มเข้าสู่ระบบการศึกษาเร็วขึ้นกว่าในอดีต เมื่ออายุได้เพียง 2-3 ขวบ ทำให้เด็กเข้าสู่สังคมที่อุดมไปด้วยน้ำตาลโดยไม่รู้ตัว กลายเป็นพฤติกรรมการเลือกบริโภคเมื่อเติบโต ประกอบกับปัจจุบันพ่อแม่ต้องทำงานนอกบ้านมากขึ้น ทำให้เกิดค่านิยมการรับประทานอาหารสำเร็จรูป รวมทั้งขนมและเครื่องดื่มที่วางขายอยู่ทั่วไปในท้องตลาดกันอย่างแพร่หลาย

จากการสำรวจสภาวะฟันผุ ปี 2546 ของเด็กไทยในกลุ่มอายุ 3 ปี โดยกองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย พบว่า อัตราความชุกของโรคฟันผุสูงถึงร้อยละ 68 และจากการสำรวจสภาวะฟันผุในจังหวัดเชียงใหม่ ปี 2546 พบว่าเด็กอายุ 3 ปี ฟันผุร้อยละ 63.1 ซึ่งนับว่าเป็นสถานการณ์สำคัญที่ต้องได้รับความสนใจ เนื่องจากส่งผลกระทบต่อประชากรวัยเด็กค่อนข้างมาก และมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น นอกจากนี้สถานการณ์ภาวะน้ำหนักเกินในเด็กนักเรียนโรงเรียนอนุบาลทั่วประเทศโดยกรมอนามัย (2545) จำนวน 9,252 คน พบว่า มีเด็กที่มีโภชนาการเกินเฉลี่ยร้อยละ 13.6 จากการสำรวจเด็กไทยทั่วประเทศในปี 2544 ตามโครงการวิจัยพัฒนาแบบองค์รวมเด็กไทยของ ลัดดา เหมาะ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

สุวรรณ และคณะ (2544) ได้ศึกษาสถานการณ์โภชนาการเกินในเด็กกลุ่มอายุ 2-18 ปี พบภาวะอ้วนร้อยละ 8.2 และจากการสำรวจสถานะทางสุขภาพประชากรไทย 2 ครั้ง ในพ.ศ.2534 และ พ.ศ.2539 ถึง 2540 พบว่า เด็กปฐมวัยหรือเด็กที่มีอายุน้อยกว่า 5 ปี อ้วนเพิ่มขึ้นประมาณ 3 เท่า จากร้อยละ5.8 ในการสำรวจปี 2539 – 2540 เป็นร้อยละ 7.9 ในการสำรวจปี 2544 หรือเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 36 ในระยะเวลาเพียง 5 ปี สาเหตุสำคัญที่ทำให้โรคอ้วนในเด็กเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว คือ สิ่งแวดล้อมและการเลี้ยงดูเป็นตัวการสำคัญที่ทำให้เด็กเป็นโรคอ้วนถึงร้อยละ 70 – 75 อาหารที่เด็กไทยบริโภคมากและก่อให้เกิดความอ้วน ได้แก่ อาหารขยะ อาหารจานด่วน และผลิตภัณฑ์นม พ่อแม่มีพฤติกรรมการซื้ออาหารกักตุนไว้ ทำให้เด็กสามารถหารับประทานได้ง่ายและจากพฤติกรรมการบริโภคนมของเด็ก 0-3 ปี ที่ดื่มนมหวานได้รับน้ำตาลมากกว่าเด็กที่ไม่ดื่มนมหวาน ถึง 3 เท่าและทำให้เด็กอ้วน ดังนั้นการจำกัดการบริโภคน้ำตาลจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องเริ่มตั้งแต่เด็ก ๆ เพราะหากเกิดความเคยชินที่ได้รับรสหวานตั้งแต่เล็ก ก็จะทำให้ติดรสหวานและเพิ่มปริมาณการบริโภคน้ำตาลมากขึ้น พ่อแม่และผู้ดูแลเด็กซึ่งเป็นผู้เลือกอาหารให้เด็ก จึงควรตระหนักถึงปัญหาสุขภาพที่จะเกิดกับตัวเด็กในอนาคต โดยการเลือกนมหรืออาหารต่าง ๆ และปรุงอาหารที่ไม่ต้องมีการเติมน้ำตาล การบริโภคน้ำตาลแต่น้อย ย่อมลดความเสี่ยงต่อฟันผุและภาวะน้ำหนักเกิน จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่าอัตราชุกของการเกิดภาวะน้ำหนักเกินในกลุ่มเด็กก่อนวัยเรียนยังคงอยู่ในอัตราที่สูง และคาดว่าจะมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทุกปี ส่งผลทำให้เกิดปัญหาสุขภาพในระยะยาวได้ การมีภาวะน้ำหนักเกินมากขึ้น มีผลก่อให้เกิดโรคไม่ติดต่อตามมา เช่น โรคอ้วน เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด เก๊าท์ เป็นต้น สำหรับภาวะน้ำหนักเกิน ของเด็กก่อนวัยเรียนในอำเภอสันทราย มีการเก็บรวบรวมข้อมูล แต่ยังไม่ได้วิเคราะห์ข้อมูลที่ชัดเจน จากปัญหาภาวะน้ำหนักเกินที่มีแนวโน้มที่สูงขึ้นเนื่องจากพฤติกรรมการบริโภคที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เกิดพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ถูกต้องทำให้เด็กได้รับสารอาหารที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย ส่งผลให้เด็กตัวเล็ก เติบโตไม่สมวัยส่งผลถึงพัฒนาการโดยรวมของเด็กและส่งผลให้เกิดโรคเรื้อรังตามมา ทำให้การควบคุมและป้องกันเด็กก่อนวัยเรียนมิให้เป็นโรคอ้วน จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง

จากสถานการณ์ของโรคฟันผุและภาวะน้ำหนักเกินในอำเภอสันทราย พบว่า ผลการตรวจสภาพช่องปาก ปี 2548 พบว่า เด็กอายุ 3 ปี ฟันน้ำนมผุ ร้อยละ 70.27 ซึ่งอยู่ในระดับที่ค่อนข้างสูง มีแนวโน้มฟันผุเพิ่มขึ้นทุกปีและอายุของเด็กที่เริ่มมีฟันผุเร็วขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากขนมและเครื่องดื่มมักมีปริมาณน้ำตาลสูง และโดยเฉพาะเด็กเล็กยังไม่สามารถดูแลรักษาฟันของตนเองได้ รวมทั้งเด็กที่สามารถแปรงฟันได้เองมักยังไม่รู้จักวิธีการแปรงฟันที่ถูกต้อง ความสนใจของผู้ปกครองและตัวเด็กเองต่อการดูแลสุขภาพช่องปากมีน้อยทำให้เด็กก่อนวัยเรียนจำนวนมากต้องสูญเสียฟันไปก่อนวัยอันควร ส่งผลกระทบต่อการบดเคี้ยวอาหารของเด็ก รวมถึงการบดเคี้ยวอาหารจำพวกผักและผลไม้

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ที่มีกากใยและมีสารอาหารสำคัญต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย ในขณะที่ เด็กหันไปบริโภคอาหารจำพวกแป้งมัน น้ำตาล และเครื่องดื่มชนิดต่างๆ แทน ปัญหาการบริโภคในเด็กก่อนวัยเรียนของอำเภอสันทรายมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม และมีสาเหตุมาจากสภาพแวดล้อม ซึ่งมีสภาพพื้นที่ใกล้เมือง มีความสะดวกในการคมนาคม มีร้านค้าขายของชำเป็นจำนวนมาก และสื่อต่าง ๆ ที่มีการโฆษณาทำให้การบริโภคน้ำตาลเกินความจำเป็น เด็กมีพฤติกรรมติดการบริโภคหวาน และนำมาซึ่งโรคเงียบที่กำลังเป็นภัยคุกคามในอนาคต ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ โรคความดันโลหิตและโรคอื่น ๆ ที่มีสาเหตุมาจากการบริโภคหวานเข้าสู่ร่างกาย ซึ่งแนวโน้มพฤติกรรมการบริโภคของเด็กก่อนวัยเรียนดังกล่าว ส่งผลให้ เด็กมีภาวะโภชนาการสูงเกินมาตรฐาน ดังนั้น ทางผู้วิจัย จึงมุ่งเน้นที่จะศึกษาสถานการณ์ของโรคฟันผุและภาวะน้ำหนักเกินกับพฤติกรรมการบริโภคของเด็กก่อนวัยเรียน ซึ่งจากผลการศึกษานี้ จะเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยให้เกิดความเข้าใจสถานการณ์เพื่อประกอบการตัดสินใจ สำหรับงานส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคที่เหมาะสมกับเด็กก่อนวัยเรียน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อลดการบริโภคน้ำตาลในเด็กและการควบคุมอาหารที่ให้พลังงานสูงที่ส่งผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพ การพัฒนามาตรการและกระบวนการจัดการในการแก้ปัญหาให้เหมาะสม ท่ามกลางพลวัตรของกระแสสังคมวัฒนธรรมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาสถานการณ์ของโรคฟันผุและภาวะน้ำหนักเกิน ของเด็กก่อนวัยเรียน
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคของเด็กก่อนวัยเรียน

ขอบเขตการศึกษา

ทำการศึกษาในเด็กก่อนวัยเรียนที่มีอายุอยู่ในระหว่าง 1 – 5 ปี ในตำบลหนองหาร อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวนทั้งสิ้น 548 คน โดยทำการศึกษาระหว่างเดือน เมษายน ถึงเดือน กรกฎาคม 2551

คำจำกัดความที่ใช้ในการศึกษา

เด็กก่อนวัยเรียน หมายถึง เด็กที่มีอายุอยู่ในระหว่าง 1 – 5 ปี โดยนับวันที่เริ่ม ดำเนินการเก็บข้อมูล

ผู้ดูแลเด็ก หมายถึง พ่อ แม่ ญาติพี่น้อง หรือบุคคลที่ดูแลเด็กใกล้ชิดมากที่สุด

พฤติกรรมการบริโภค หมายถึง พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีรสหวานของเด็ก พฤติกรรม การเติมน้ำตาลในอาหารของเด็ก พฤติกรรมการกินผักและผลไม้ การบริโภคนม

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

(การกินนมแม่ การดูดนมจากขวด การหลับคาขวดนมและการหย่านมขวด) การบริโภคขนม และเครื่องดื่ม

ฟันผุ หมายถึง ฟันที่ผุเป็นรูหรือ ผุจนสีของฟันผุเปลี่ยนเป็นจุดสีดำเห็นได้ชัดเจน

ภาวะน้ำหนักเกิน หมายถึง เด็กก่อนวัยเรียนที่มีน้ำหนักเกินกว่าเกณฑ์การประเมินภาวะโภชนาการ โดยใช้แนวทางการประเมินตามคู่มือแนวทางของกองโภชนาการกรมอนามัย

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษา

ผลการศึกษา จะเป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อใช้เป็นแนวทางในงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากและทันตกรรมป้องกัน เพื่อลดความเสี่ยงของการเกิดโรคฟันผุ รวมตลอดถึงการควบคุมภาวะน้ำหนักเกินในเด็กก่อนวัยเรียน ร่วมกับหน่วยงานอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง และใช้เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับสุขภาพช่องปากในประเด็นอื่น ๆ ต่อไป

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved