

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาเรื่อง ความรู้และการบริโภคผักพื้นบ้านภาคเหนือของบุคลากรด้านสุขภาพในโรงพยาบาลลำปาง ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้และการบริโภคผักพื้นบ้านภาคเหนือของบุคลากรด้านสุขภาพในโรงพยาบาลลำปาง กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 113 คนเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามซึ่งได้รับกลับมา 113 ชุดคิดเป็น 100 % ผลการศึกษานำเสนอในรูปของตารางประกอบคำอธิบายแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งประกอบด้วย อายุ เพศ การศึกษา ลักษณะงาน/ตำแหน่งงานและรายได้ต่อเดือน (ตาราง 4.1 - 4.2)

ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับผักพื้นบ้านภาคเหนือของกลุ่มตัวอย่าง ด้านชื่อและลักษณะการใช้ปรุงอาหาร คุณค่าทางด้านโภชนาการและคุณค่าทางยาและสมุนไพร (ตาราง 4.3 - 4.7)

ส่วนที่ 3 การบริโภคผักพื้นบ้านภาคเหนือของกลุ่มตัวอย่าง ด้านความถี่ในการบริโภค เหตุผลที่เลือกบริโภค แหล่งที่ได้มา ชนิดและลักษณะ ประเภทผักพื้นบ้านและรสชาติของผักพื้นบ้านภาคเหนือที่บริโภค (ตาราง 4.8 - 4.12)

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย อายุ เพศ การศึกษา ลักษณะงาน/ ตำแหน่งงาน และรายได้ต่อเดือน (ตาราง 4.1 - 4.2)

ตาราง 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม อายุ เพศ และการศึกษา

ข้อมูล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อายุ		
ต่ำกว่า 30 ปี	22	19.47
31 - 40 ปี	36	31.86
41 - 50 ปี	28	24.78
มากกว่า 50 ปี	27	23.89
เพศ		
ชาย	11	9.73
หญิง	102	90.27
การศึกษา		
อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	20	17.70
ปริญญาตรี	72	63.72
สูงกว่าปริญญาตรี	21	18.58

จากตาราง 4.1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 31-40 ปี ร้อยละ 31.89 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 90.27 และมีการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 63.72

ตาราง 4.2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะงาน/ตำแหน่งงาน และรายได้
ต่อเดือน

ข้อมูล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ลักษณะงาน/ตำแหน่งงาน		
พยาบาล	84	74.34
แพทย์	18	15.90
เภสัชกร	4	3.60
ผู้ช่วยทันตแพทย์	1	0.88
นักโภชนาการ	1	0.88
นักสังคมสงเคราะห์	1	0.88
นักจิตวิทยา	1	0.88
นักอาชีวบำบัด	1	0.88
นักวิชาการสาธารณสุข	1	0.88
นักกายภาพบำบัด	1	0.88
รายได้ต่อเดือน		
ต่ำกว่า 10,000 บาท	4	3.55
10,001-20,000 บาท	20	17.70
20,001-30,000 บาท	39	34.51
30,001-40,000 บาท	37	32.74
40,001-50,000 บาท	5	4.42
มากกว่า 50,001 บาทขึ้นไป	8	7.08

จากตาราง 4.2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีลักษณะงาน/ตำแหน่งงานพยาบาล ร้อยละ 74.34 และมีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 20,001-30,000 บาท ร้อยละ 34.51

ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับผักพื้นบ้านภาคเหนือของกลุ่มตัวอย่าง ด้านชื่อและลักษณะ การใช้ปรุงอาหาร
 คุณค่าทางด้านโภชนาการและคุณค่าทางยาและสมุนไพร (ตาราง 4.3 - 4.7)
 ตาราง 4.3 ร้อยละของคะแนนและระดับความรู้ด้านชื่อและลักษณะของผักพื้นบ้านภาคเหนือของ
 กลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูล	คะแนน (%)	ระดับความรู้
ใบจี่เหล็กมีรสขม	96.46	ดี
ใบบัวบกมีใบกลม	90.27	ดี
ตำลึงเป็นไม้เลื้อย	88.50	ดี
ชะอมมีกลิ่นฉุน	85.84	ดี
ลำต้นของผักกวางตุ้งมีลักษณะอวบน้ำ	84.07	ดี
กระถินเป็น ไม้ยืนต้น	63.72	พอใช้
ยอดแคมีรสมันจืด	26.55	ควรปรับปรุง
ใบชะพลูมีกลิ่นหอม	13.27	ควรปรับปรุง
โดยรวม	68.58	พอใช้

จากตาราง 4.3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างโดยรวมมีความรู้ด้านชื่อและลักษณะของผักพื้นบ้าน
 ภาคเหนือ อยู่ในระดับพอใช้

ตาราง 4.4 ร้อยละของคะแนนและระดับความรู้ด้านการใช้ผักพื้นบ้านภาคเหนือใช้ปรุงอาหาร
ของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูล	คะแนน (%)	ระดับความรู้
ผักกระเฉดใช้ทำแกงส้ม	96.46	ดี
ผักโขมใช้ผัด	93.81	ดี
ใบแมงลักใช้ใส่แกงเลียง	92.92	ดี
ใบกระเพราใช้ผัดใส่เนื้อสัตว์	85.84	ดี
ผักบุ้งไทยใช้ทำแกงส้ม	85.84	ดี
ผักกูดใช้ทำแกงส้ม	75.22	พอใช้
ผักปลิงใช้ทำแกงส้ม	27.70	ควรปรับปรุง
โดยรวม	79.68	ดี

จากตาราง 4.4 พบว่า กลุ่มตัวอย่างโดยรวมมีความรู้ด้านการใช้ผักพื้นบ้านภาคเหนือ
ใช้ปรุงอาหาร อยู่ในระดับดี

ตาราง 4.5 ร้อยละของคะแนนและระดับความรู้ด้านคุณค่าทางด้านโภชนาการของผักพื้นบ้าน
ภาคเหนือของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูล	คะแนน (%)	ระดับความรู้
ใบมันเทศมีฟอสฟอรัสสูง	84.07	ดี
ขอมะยมมีเบต้าแคโรทีนสูง	79.65	ดี
ใบย่านางมีแคลเซียมสูง	77.88	พอใช้
ถั่วฝักยาวให้ฟอสฟอรัสสูง	76.11	พอใช้
ผักหวานบ้านมีวิตามินซีสูง	70.80	พอใช้
กระเจี๊ยบให้เบต้าแคโรทีนสูง	69.03	พอใช้
กระเทียมให้ฟอสฟอรัสสูง	44.25	ควรปรับปรุง
หัวปลีมีวิตามินบี 2 สูง	23.01	ควรปรับปรุง
โดยรวม	65.6	พอใช้

จากตาราง 4.5 พบว่า กลุ่มตัวอย่างโดยรวมมีความรู้ด้านคุณค่าทางด้านโภชนาการของ
ผักพื้นบ้านภาคเหนือ อยู่ในระดับพอใช้

ตาราง 4.6 ร้อยละของคะแนนและระดับความรู้ด้านคุณค่าทางยาและสมุนไพรของผักพื้นบ้าน
ภาคเหนือของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูล	คะแนน (%)	ระดับความรู้
มะระจีนกใช้บำบัดโรคเบาหวาน	90.27	ดี
ฟักทองช่วยป้องกันโรคมะเร็ง	84.07	ดี
มะเขือพวงช่วยแก้ท้องผูก	76.99	ดี
ถั่วพูใช้เป็นยาระบาย	39.82	ควรปรับปรุง
ขมิ้นช่วยบำรุงน้ำมัน	36.28	ควรปรับปรุง
บวบเหลี่ยมใช้เป็นยาถ่าย	29.20	ควรปรับปรุง
ฟักข้าว ช่วยบรรเทาอาการไอ	11.50	ควรปรับปรุง
โดยรวม	52.59	พอใช้

จากตาราง 4.6 พบว่า กลุ่มตัวอย่างโดยรวมมีความรู้ด้านคุณค่าทางยาและสมุนไพรของผักพื้นบ้านภาคเหนือ อยู่ในระดับพอใช้

ตาราง 4.7 ค่าเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับผักพื้นบ้านภาคเหนือของกลุ่มตัวอย่าง

ความรู้	ค่าเฉลี่ย	ระดับความรู้
ด้านชื่อและลักษณะ	68.58	พอใช้
ด้านการใช้ปรุงอาหาร	79.68	ดี
ด้านคุณค่าทางโภชนาการ	65.6	พอใช้
ด้านคุณค่าทางยาและสมุนไพร	52.59	พอใช้
โดยรวม	66.61	พอใช้

จากตาราง 4.7 พบว่า กลุ่มตัวอย่างโดยรวมมีความรู้ทุกด้านเกี่ยวกับผักพื้นบ้านภาคเหนืออยู่ในระดับพอใช้

ส่วนที่ 3 การบริโภคผักพื้นบ้านภาคเหนือของกลุ่มตัวอย่าง ด้านความถี่ในการบริโภค เหตุผลที่เลือกบริโภค แหล่งที่มา ชนิดและลักษณะ ประเภทผักพื้นบ้านภาคเหนือที่บริโภค และรสชาติของผักพื้นบ้านภาคเหนือที่บริโภค (ตาราง 4.7 - 4.11)

ตาราง 4.8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการบริโภคผักพื้นบ้านภาคเหนือของกลุ่มตัวอย่าง

ชื่อผัก	คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับการบริโภค
กระเทียม	2.51	0.75	ดีมาก
ถั่วฝักยาว	1.67	0.52	ดี
ผักบุ้งไทย	1.66	0.72	ดี
ใบย่านาง	1.41	0.61	พอใช้
ผักกระเฉด	1.36	0.67	พอใช้
ใบแมงลัก	1.32	0.58	พอใช้
ผักกวางตุ้ง	1.30	0.60	พอใช้
ชะอม	1.28	0.49	พอใช้
ผักปลัง	1.28	0.46	พอใช้
ถั่วพู	1.28	0.61	พอใช้
มะระจีนก	1.22	0.42	พอใช้
ยอดแค	1.20	0.48	พอใช้
มะเขือพวง	1.19	0.50	พอใช้
ฟักทอง	1.17	0.43	พอใช้
ผักหวานบ้าน	1.17	0.38	พอใช้
ตำลึง	1.16	0.37	พอใช้
ใบกระเพราแดง	1.15	0.45	พอใช้
ใบชะพลู	1.14	0.35	พอใช้
กระถิน	1.14	0.35	พอใช้
ขมิ้น	1.13	0.33	พอใช้

ตาราง 4.8 (ต่อ)

ชื่อผัก	คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับการบริโภค
ผักกูด	1.13	0.35	พอใช้
ผักโขม	1.12	0.33	พอใช้
หัวปลีกล้วย	1.10	0.31	พอใช้
บวบเหลี่ยม	1.10	0.30	พอใช้
ใบขี้เหล็ก	1.08	0.29	พอใช้
กระเจี๊ยบมอญ	1.00	0.00	พอใช้
ใบบัวบก	1.00	0.00	พอใช้
ยอดมะยม	1.00	0.00	พอใช้
ฟักข้าว	1.00	0.00	พอใช้
ใบมันเทศ	0.00	0.00	ต้องปรับปรุง
โดยรวม	1.20	0.38	พอใช้

จากตาราง 4.8 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการบริโภคผักพื้นบ้านภาคเหนือโดยรวม อยู่ในระดับพอใช้

ตาราง 4.9 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเหตุผลที่เลือกบริโภคผักพื้นบ้านภาคเหนือ

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
1. เป็นผักที่มีในท้องถิ่น	108	95.58
2. มีคุณค่าทางโภชนาการ	97	85.84
3. หาซื้อง่าย	81	71.68
4. มีสรรพคุณทางยา	73	64.60
5. ราคาถูก	66	58.41
6. มีรสชาติหลากหลาย	63	55.75
7. ปลอดภัยจากยาฆ่าแมลง	3	2.65

จากตาราง 4.9 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เลือกบริโภคผักพื้นบ้านภาคเหนือเพราะเป็นผักที่มีในท้องถิ่น และมีคุณค่าทางโภชนาการ ร้อยละ 95.58

ตาราง 4.10 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแหล่งที่มาของผักพื้นบ้านภาคเหนือ

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
1. ซื้อผักมาจากตลาดสด	106	93.81
2. ผักที่ปลูกเองที่บ้าน	77	68.14
3. ผักขึ้นเองในบริเวณบ้าน	74	65.49
4. ผักจัดเสิร์ฟมาในมื้ออาหาร (กรณีไปรับประทานอาหาร)	52	46.02
5. ซื้ออาหารปรุงสำเร็จ	43	38.05

จากตาราง 4.10 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้ผักพื้นบ้านภาคเหนือ จากการซื้อผักมาจากตลาดสด ร้อยละ 93.81

ตาราง 4.11 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามประเภท ของฝักพื้นบ้านภาคเหนือที่
บริโภค

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
1. ประเภทใบและยอด	110	97.35
2. ประเภทฝักและผล	37	32.74
3. ประเภทดอก	14	12.39
4. ประเภทหัวและราก	10	8.85

จากตาราง 4.11 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่บริโภคฝักพื้นบ้านภาคเหนือ ประเภทใบและยอด ร้อยละ 97.35

ตาราง 4.12 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรสชาติของฝักพื้นบ้านภาคเหนือที่บริโภค

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
1. ฝักที่มีรสหวาน	82	72.57
2. ฝักที่มีรสขม	41	36.28
3. ฝักที่มีรสเปรี้ยว	29	25.66
4. ฝักที่มีรสมัน	22	19.47
5. ฝักที่มีรสเผ็ดร้อน	19	16.81
6. ฝักที่มีรสฝาด	17	15.04

จากตาราง 4.12 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่บริโภคฝักพื้นบ้านภาคเหนือที่มีรสหวาน ร้อยละ 72.57