

บทที่ 1



บทนำ

## 1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การพัฒนาประเทศไทยให้ยั่งยืนจะต้องยึดประชาชนเป็นศูนย์กลางตามนโยบายในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ฉบับที่ 8 สุขภาพของประชาชนจึงเป็นสิ่งสำคัญที่รัฐบาลจะต้องให้ความสนใจ การที่ประชาชนมีสุขภาพดี ทำให้มีสมรรถภาพในการทำงานสูงและมีอายุยืนยาว ปัจจุบันประเทศไทยยังมีปัญหาทุพโภชนาการ (malnutrition) ซึ่งได้แก่ ปัญหาภาวะพร่องโภชนาการ (under-nutrition) คือ การได้รับสารอาหารไม่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย ทำให้เกิดโรคขาดสารอาหาร ปัญหาภาวะโภชนาการเกิน (over-nutrition) เป็นการได้รับสารอาหารบางอย่างมากเกินไป ร่างกายนำไปใช้ไม่หมดทำให้เกิดการสะสมไขมันส่วนเกินพอกพูนตามส่วนต่างๆของร่างกาย ทำให้เสียบุคลิกและเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ภาวะโภชนาการการเกินนี้เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคต่างๆ หลายโรค ([www.anamai.moph.go.th](http://www.anamai.moph.go.th)) และอีกปัญหาหนึ่ง คือปัญหาพิษภัยจากอาหาร (food hazard) คือ การเกิดอันตรายหรือการเกิดพิษจากอาหารที่รับประทานเข้าไปเนื่องจากอาหารไม่สะอาด มีสิ่งเจือปนในอาหาร หรือมีสารปนเปื้อน ทำให้เกิดโรคต่างๆ ได้แก่ โรคท้องร่วงเนื่องจากอาหารสกปรกมีเชื้อโรคปนอยู่ อาหารเป็นพิษจากสารฆ่าแมลงตกค้างบนผักที่ใช้ปรุงอาหาร โรคมะเร็งเนื่องจากรับประทานอาหารที่มีสารก่อมะเร็ง (ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาต, ประไพศรี ศิริจักรวาล, ประภาศรี ภูวเสถียร, พงศ์ธร สังขเผือก และ วิสิฐ จະวะสิต, 2538) ปัญหาโภชนาการต่างๆ เหล่านี้จะเกิดขึ้นเป็นระยะเวลาสั้นๆ ก็ทำให้เกิดโทษต่อร่างกาย ซึ่งเป็นปัญหาต่อเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ กระทรวงสาธารณสุขได้ทำการสำรวจปัญหาทุพโภชนาการทั่วประเทศและรายงานถึงปัญหาไว้ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ปัญหาทุพโภชนาการในประเทศไทย

ปัญหาทุพโภชนาการในประเทศไทย	พ.ศ.2538	พ.ศ.2539	พ.ศ.2540
1. ปัญหาภาวะพร่องโภชนาการ (under nutrition) <sup>1</sup>			
1.1 โรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก (%)			
1.1.1 หญิงมีครรภ์	13.4	12.9	13.0
1.1.2 เด็กนักเรียนอายุ 6 – 14 ปี	16.4	13.8	13.3
1.2 โรคคอพอกจากการขาดธาตุไอโอดีน	5.5	4.3	3.3
อัตราคอพอกในเด็กชั้นประถมศึกษา (%)			
1.3 โรคขาดโปรตีนและพลังงาน (ขาดสารอาหาร)	9.8	8.2	7.9
ในเด็กก่อนวัยเรียน อายุ 0-60 เดือน (ค่าเฉลี่ย)			
1.3.1 ระดับปกติ	88.3	89.9	90.9
1.3.2 ขาดอาหารระดับ 1	11.0	0.7	-
1.3.3 ขาดอาหารระดับ 2	9.5	0.6	-
1.3.4 ขาดอาหารระดับ 3	8.5	0.5	-
2. ปัญหาภาวะโภชนาการเกิน (over nutrition) <sup>1</sup>	พ.ศ.2529	พ.ศ.2538	
2.1 กลุ่มอายุ 20-29 ปี	2.9	20.4	
2.2 กลุ่มอายุ 30-39 ปี	19.4	29.8	
2.3 กลุ่มอายุ 40-49 ปี	19.1	40.2	
2.4 กลุ่มอายุ 50-59 ปี	28.6	35.0	
2.5 กลุ่มอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป	1.0	12.1	
3. ปัญหาพิษภัยจากอาหาร (food hazard) <sup>1</sup>	พ.ศ.2537	พ.ศ.2538	
ผู้ป่วยด้วยโรคพิษสารกำจัดศัตรูพืช คิดเป็นอัตรา	5.3	5.7	
ป่วยต่อประชากรหนึ่งแสนคน			

แหล่งที่มา 1. [www.anamai.moph.go.th](http://www.anamai.moph.go.th)

สาเหตุที่สำคัญของปัญหาภาวะโภชนาการทั้งสามข้อ อาจเกิดจากความยากจนหรือขาดทรัพยากรธรรมชาติ ขาดความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการ ดังนั้นการให้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการอย่างถูกต้องและต่อเนื่อง เป็นวิธีการแก้ปัญหาขั้นพื้นฐานอย่างหนึ่งซึ่งจะทำให้ประชาชนสามารถป้องกันตนเองจากปัญหาดังกล่าว และเป็นการลดปัญหาสุขภาพ

อันเนื่องมาจากการรับประทานอาหารไม่ถูกต้องคือ บริโภคมากหรือน้อยเกินไป (ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาต และคณะ, 2538)

ปัจจุบันอุตสาหกรรมอาหารมีบทบาทสำคัญในชีวิตประจำวันของผู้บริโภคทุกคนมากขึ้น เนื่องจากเศรษฐกิจของไทยได้มีการขยายตัวอย่างรวดเร็ว อัตราการเพิ่มของประชากร การอพยพ ย้ายถิ่นฐานจากชนบทเข้าสู่ตัวเมือง ทำให้เมืองใหญ่ๆ มีการจราจรติดขัด ต้องใช้เวลานานในการเดินทางแต่ละวัน ชีวิตประจำวันจึงเร่งรีบ ทำให้ไม่มีเวลาพอสำหรับการดูแลเรื่องอาหาร วิธีชีวิตของคนในเมืองจึงจำเป็นต้องเลือกบริโภคอาหารสำเร็จรูป เพื่อความสะดวกรวดเร็วและง่าย ด้วยเหตุนี้ การเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปในบางครั้งผู้บริโภคจึงไม่สามารถทราบได้ว่าอาหารที่ซื้อมีคุณค่าทางโภชนาการมากน้อยเพียงใด มีประโยชน์ต่อร่างกายหรือไม่ (ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาต และคณะ, 2538) ได้มีการศึกษาทางด้านระบาดวิทยา ซึ่งเป็นงานวิจัยจากห้องปฏิบัติการรายงานว่าอาหารเป็นสิ่งที่มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งต่อความเสี่ยงของการเกิดโรคเรื้อรังต่างๆ หลายชนิด การเลือกรับประทานอาหารจึงเป็นสิ่งสำคัญต่อผู้บริโภคทุกคน หน่วยงานของรัฐบาลและเอกชนจะต้องให้ความร่วมมือกัน เผยแพร่ความรู้ทางด้านโภชนาการผสมผสานกับความรู้ทางด้านเกษตรกรรม การผลิตและการแปรรูปอาหารให้ประชาชนทราบ เพราะทุกชั้นตอนมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายจากอาหารได้ อุตสาหกรรมอาหารสำเร็จรูปจึงจำเป็นต้องแสดงฉลากโภชนาการเพื่อเป็นการให้ความรู้แก่ผู้บริโภคนำไปใช้ในการตัดสินใจก่อนการเลือกซื้ออาหาร (ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาต และคณะ, 2538) ฉลากโภชนาการเริ่มขึ้นครั้งแรกเมื่อปี ค.ศ.1906 ที่ประเทศสหรัฐอเมริกา (คังรายละเอียดในภาคผนวก หน้าที่ 56 ถึงหน้า 60) ดังนั้นเพื่อความปลอดภัยและเสริมสร้างภาวะโภชนาการที่ดี รัฐบาลไทยจึงกำหนดให้มีการแสดง คุณค่าทางโภชนาการของอาหารบนฉลาก เรียกว่า ฉลากโภชนาการ ซึ่งจะระบุถึงปริมาณสารอาหารที่จะได้จากการรับประทานจริง และเปรียบเทียบให้เห็นสัดส่วนต่อปริมาณสารอาหารที่ร่างกายควรได้รับในแต่ละวัน เมื่อผู้บริโภคได้อ่านฉลากโภชนาการจะช่วยให้สามารถตัดสินใจเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปได้เหมาะสมกับภาวะทางเศรษฐกิจและความต้องการทางด้านโภชนาการของร่างกายตนเอง (ไกรสิทธิ์ ดันติศิรินทร์, 2540)

ดังนั้นฉลากโภชนาการจึงจำเป็นต้องมีข้อมูลครบถ้วน ชัดเจน และเข้าใจง่าย ผู้อ่านสามารถนำไปใช้เปรียบเทียบกับคำแนะนำในการบริโภค และคำนวณได้ว่าอาหารนั้นมีคุณค่าทางโภชนาการตามที่ต้องการหรือไม่ (ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาต และคณะ, 2538)

ในการแนะนำผู้บริโภคให้รู้จักการเลือกบริโภคอาหารเพื่อให้มีภาวะโภชนาการดี ควรมีข้อมูลคุณค่าทางโภชนาการของอาหารแต่ละชนิด ซึ่งได้มาจากการวิเคราะห์ที่น่าเชื่อถือได้ ประเทศที่พัฒนาแล้วมีการใช้ฉลากโภชนาการ (Nutrition Labelling) พร้อมทั้งระบุปริมาณสารอาหารที่มีในอาหาร เปรียบเทียบกับปริมาณสารอาหารที่ควรได้รับเป็นประจำทุกวัน (Recommended

Dietary Allowances, RDA) ทำให้ประชาชนสามารถเข้าใจและตัดสินใจว่า ควรเลือกบริโภคอาหารอะไร ในปริมาณมากน้อยเพียงใด และควรลดหรืองดอาหารอะไร เพื่อเป็นการลดความเสี่ยงต่ออันตรายและโรคต่างๆ (ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาติ และคณะ, 2538) จากความสำคัญของฉลากโภชนาการดังกล่าว ประเทศไทยโดยสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ได้เริ่มจัดทำฉลากโภชนาการตั้งแต่ปี พ.ศ.2535 และประกาศให้มีผลบังคับใช้เมื่อเดือนธันวาคม พ.ศ.2541

ในฐานะที่ผู้ทำการศึกษาเป็นโรแทเรียนคนหนึ่งของจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งมีจำนวนสมาชิกประมาณ 200 คน บุคคลเหล่านี้เป็นผู้นำทางด้านวิชาชีพต่างๆ และเป็นผู้ประสบผลสำเร็จในวิชาชีพของตนเอง ได้รวมกลุ่มกันเสวนาสงเคราะห์เพื่อช่วยเหลือสังคมในทุกๆ ด้าน รับใช้ชุมชนและส่งเสริมสันติภาพของโลก โรแทเรียนจึงควรปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ประชาชนในชุมชนที่เกี่ยวข้องได้อย่างถูกต้อง และเพื่อเป็นการส่งเสริมโภชนาการที่ดีของชุมชน ดังนั้นโรแทเรียนควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับฉลากโภชนาการอย่างชัดเจนและถูกต้อง เพื่อนำไปใช้ในการแนะนำชุมชนที่เกี่ยวข้องต่อไป ด้วยเหตุนี้ผู้ศึกษาจึงสนใจที่จะทำการศึกษาความรู้และเจตคติต่อฉลากโภชนาการของโรแทเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

## 1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อวัดระดับความรู้ของโรแทเรียนเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ
2. เพื่อวัดเจตคติของโรแทเรียนที่มีต่อฉลากโภชนาการ
3. เพื่อเปรียบเทียบความรู้และเจตคติของโรแทเรียนที่มีต่อฉลากโภชนาการตามเพศ

วัย และระดับการศึกษา

## 1.3 ประโยชน์ที่จะได้รับ

1. เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษานี้ไปใช้ในการวางแผน การเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการแก่ประชาชน
2. เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา ค้นคว้า หรือทำการวิจัยเกี่ยวกับฉลากโภชนาการในประชากรกลุ่มอื่นๆ

## 1.4 คำจำกัดความที่ใช้ในการศึกษา

ความรู้ของโรแทเรียนเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ หมายถึง สิ่งที่โรแทเรียนได้มาจากการเรียนรู้ การจำ ข้อเท็จจริงและเรื่องราวต่างๆ หรืออาจได้มาจากการมีประสบการณ์ต่อฉลากโภชนาการ เก็บรวบรวมไว้ในสมอง สามารถนำมาใช้ได้เมื่อต้องการ

เจตคติของโรแทเรียนต่อฉลากโภชนาการ หมายถึง ผลรวมของการประเมินความเชื่อ ทั้งหลายของโรแทเรียนที่มีต่อฉลากโภชนาการ อาจเป็นไปได้ในทางบวกหรือลบซึ่งจะทำให้โรแทเรียน เกิดความชอบหรือไม่ชอบต่อฉลากโภชนาการ

ฉลากโภชนาการ หมายถึง ฉลากแสดงสารอาหารชนิดต่างๆในอาหารสำเร็จรูปโดย แสดงเป็นปริมาณอาหารที่ผู้บริโภครับประทานเข้าไปใน 1 ครั้ง และแสดงเป็นร้อยละของปริมาณ มาตรฐานของสารอาหารที่ควรได้รับในหนึ่งวัน (ประกาศรี ภูวเสถียร, 2538)

โรแทเรียน หมายถึง สมาชิกสโมสรโรตารี มีทั้งสุภาพบุรุษและสุภาพสตรีที่เป็นผู้นำ ทางด้านวิชาชีพต่างๆ มารวมตัวกันก่อตั้งเป็นสโมสรขึ้นในหลายประเทศ มีสำนักงานใหญ่อยู่ที่ นครชิคาโก มลรัฐอิลลินอยด์ประเทศสหรัฐอเมริกา (ข้อมูลเมื่อวันที่ 30 มิถุนายน 2543 มีจำนวน โรแทเรียนทั่วโลก 1,180,550 คน เป็นโรแทเรียนชาย 1,077,550 คน และโรแทเรียนหญิง 103,000 คน)

สโมสรโรตารี เป็นองค์กรการกุศลที่ก่อตั้งขึ้นในเกือบทุกประเทศทั่วโลก ซึ่งประกอบด้วย นักธุรกิจและนักวิชาชีพแขนงต่างๆ มารวมกันบำเพ็ญประโยชน์เพื่อเพื่อนมนุษย์ และช่วย เสริมสร้างไมตรีจิตและสันติภาพในโลก

## 1.5 ขอบเขตของการศึกษา

### 1.5.1 ขอบเขตของประชากร

ทำการศึกษาเกี่ยวกับโรแทเรียนที่สังกัดสโมสรโรตารีในเขตอำเภอเมือง จังหวัด เชียงใหม่ ซึ่งมีจำนวน 9 สโมสร มีสมาชิกชาย 147 คน สมาชิกหญิง 50 คน รวมเป็นสมาชิก ทั้งสิ้น 197 คน

### 1.5.2 ขอบเขตของเนื้อหา

การศึกษาครั้งนี้มุ่งศึกษาถึงระดับความรู้และเจตคติของโรแทเรียนเกี่ยวกับ ฉลากโภชนาการ ได้แก่ ความหมายของฉลากโภชนาการ ประโยชน์ของฉลากโภชนาการต่อ ผู้บริโภคและผู้ผลิต สิ่งสำคัญของการแสดงฉลากโภชนาการ ข้อมูลที่แสดงบนฉลาก รูปแบบ ของฉลากโภชนาการในประเทศไทย วิธีการอ่านฉลากโภชนาการ

### 1.5.3 ขอบเขตของตัวแปร

ตัวแปรต้น ได้แก่ เพศ อายุ และการศึกษา

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ และเจตคติต่อฉลาก

โภชนาการ