

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในการพัฒนาประเทศ สิ่งที่ต้องคำนึงถึงคือ “การพัฒนาคน” เพราะคนในประเทศเปรียบเสมือนทรัพยากรอันมีค่าที่จะต้องได้รับการพัฒนาให้มีคุณภาพ โดยเฉพาะผู้ที่กำลังศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา ซึ่งบุคคลเหล่านี้จะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศเป็นอย่างมากและเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายมากมาย โดยคนนั้นจะต้องที่มีสุขภาพดี และการที่จะมีสุขภาพดีนั้นจะต้องมีภาวะโภชนาการที่ดีเช่นกัน ดังนั้นควรมีการบริโภคอาหารที่ดีรวมถึงความเป็นอยู่ในสังคมที่ดีเพื่อจะได้เป็นทรัพยากรที่มีค่าและมีประโยชน์ต่อประเทศ

อาหารเป็นปัจจัยสำคัญที่มีส่วนเสริมรากฐานชีวิตของคนเราและมีความจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตของมนุษย์ที่ร่างกายต้องการ เพราะอาหารทำให้ร่างกายเจริญเติบโต มีกำลังในการทำงาน แข็งแรง ไม่เจ็บป่วย ซึ่งแต่ละบุคคลมีความต้องการสารอาหารต่างชนิดกัน ในปริมาณมากน้อยแตกต่างกันตามอายุ เพศ ลักษณะการของการทำงาน การเรียน และสภาวะของร่างกาย ถ้าร่างกายได้รับสารอาหารครบถ้วนและเพียงพอแล้วก็จะมีภาวะโภชนาการที่ดี ส่งผลให้ร่างกายสามารถทำงานได้อย่างปกติ แต่ถ้าร่างกายได้รับสารอาหารอย่างใดอย่างหนึ่งมากหรือน้อยเกินไป ติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน ก็มีผลทำให้ร่างกายเกิดภาวะโภชนาการบกพร่องหรือทุพโภชนาการ และส่งผลให้ร่างกายไม่สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ การมีภาวะโภชนาการที่ดีหรือไม่ดีนั้น เกิดจากพฤติกรรมการบริโภคจากการดำเนินชีวิตของแต่ละคนจะแตกต่างกันออกไปตามสภาพ และปัจจัยหลายประการ พฤติกรรมที่เกี่ยวกับการบริโภคอาหารเป็นผลของการพัฒนามาตั้งแต่เด็กที่มีต่ออาหารการกินซึ่งขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่างที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาของบุคคล ประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติแสดงให้เห็นว่าอาหารและพฤติกรรมการบริโภคของมนุษย์เริ่มตั้งแต่การผลิตและการบริโภคอาหารอย่างเรียบง่ายจนถึงความสลับซับซ้อนของการบริโภคอาหาร ทำให้สามารถเลือกประคิษฐ์อาหารให้สนองความต้องการของการดำรงชีวิต (ยูดี กาญจนนัชฐิติ, 2535)

การเป็นผู้ที่มีสุขภาพดีนั้น นับว่าเป็นสิ่งที่มีค่าและเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา เพราะการมีสุขภาพดีหมายถึง การที่คนเราจะได้รับความสุข มีทั้งพลังกายที่แข็งแรงเป็นผลต่อเนื่องให้เกิดสุขภาพจิตที่แจ่มใส เบิกบาน เกิดความสบายใจ การที่จะเป็นผู้ที่มีสุขภาพดีต้องมีการปฏิบัติตนให้มีสุขนิสัยที่ถูกต้องตามหลักสุขบัญญัติที่จะก่อให้เกิดรากฐานของการมีสุขภาพดี เพราะอาหารเป็นสิ่งที่คุณเราทุกคนต้องการและเป็นปัจจัยในการดำรงชีวิต ร่างกายต้องการเพื่อสร้างส่วนประกอบ สร้างความเจริญเติบโต ให้พลังงานและซ่อมแซมร่างกายให้มีสุขภาพดีจะขึ้นอยู่กับสภาพและสภาวะของแต่ละคนซึ่งแตกต่างกันไปตามเพศ วัย ภาวะการเจ็บป่วย เป็นต้น

นักศึกษาพยาบาลเป็นกลุ่มของวัยรุ่นและพักอาศัยอยู่ในหอพักซึ่งอยู่ภายใต้กฎระเบียบของหอพัก เมื่อจบการศึกษาเป็นพยาบาลวิชาชีพจะต้องให้บริการด้านสุขภาพอนามัยแก่ผู้รับบริการทั้งรายบุคคล ครอบครัว และชุมชนทั้งในภาวะปกติ ภาวะเสี่ยงต่อความเจ็บป่วยและภาวะเจ็บป่วย โดยนำความรู้ในศาสตร์ทางการแพทย์และศาสตร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ทั้งในด้านการป้องกันโรค การส่งเสริมสุขภาพ การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสภาพ เพื่อรักษาคุณภาพของสุขภาพอนามัยที่ดี ให้ผู้รับบริการและประชาชนสามารถดูแลตนเองได้ตามศักยภาพและสิทธิส่วนบุคคล ดังนั้นพยาบาลจะต้องบริโภคอาหารที่มีประโยชน์และถูกหลักโภชนาการจึงจะทำให้มีร่างกายมีสุขภาพที่ดีสามารถให้บริการด้านสุขภาพและให้คำแนะนำประชาชนได้ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้ศึกษาจึงมีความสนใจในเรื่องของปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคของนักศึกษาพยาบาลที่พักอาศัยอยู่ในหอพักของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

#### วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยต่าง ๆ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาที่พักในหอพักพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2545

#### ขอบเขตการศึกษา

##### ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรในการศึกษานี้ คือ นักศึกษาที่ศึกษาในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต 4 ปี คือชั้นปีที่ 2 ปีที่ 3 และปีที่ 4 ในปีการศึกษา 2545 ทั้งหญิงและชายที่พักอาศัยในหอพักคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาครั้งนี้ศึกษาพฤติกรรม การบริโภคอาหาร และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาที่พักในหอพักพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2545

นิยามศัพท์เฉพาะ

การบริโภคอาหาร หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร ที่บุคคลกระทำเป็นประจำ ได้แก่ ชนิดของอาหารที่รับประทาน จำนวนที่รับประทาน ความถี่ ในการรับประทานอาหาร

นักศึกษาพยาบาล หมายถึง นักศึกษาที่ศึกษาในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต 4 ปี คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษาที่ 2545

หอพักพยาบาล หมายถึง ที่พักอาศัยของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา

1. ทำให้ทราบถึงพฤติกรรมการบริโภคของนักศึกษาพยาบาลที่พักในหอพักพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. เพื่อเป็นแนวทางในการให้คำแนะนำและวางแผนเกี่ยวกับการบริโภคของนักศึกษาพยาบาลที่พักในหอพักพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. เป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อนำไปสู่การทำวิจัยที่เกี่ยวข้องต่อไป