

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ในช่วงสองทศวรรษที่ผ่านมา สาเหตุการตายของประชากรโลกมีการเปลี่ยนแปลงจากเดิมที่โรคติดต่อเป็นสาเหตุการตายที่สำคัญ แต่ปัจจุบันพบว่า การมีภาวะโภชนาการที่ไม่เหมาะสม และการมีวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น การอพยพย้ายถิ่น การมีชีวิตที่รีบเร่ง การใช้เทคโนโลยี เป็นต้น ทำให้เกิดโรคเรื้อรังและโรคไม่ติดต่อ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด เป็นต้น ซึ่งเป็นสาเหตุการตายที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว (กรมอนามัย, 2553)

ในประเทศไทย ปัญหาพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ไม่สมดุลกับร่างกายหรือการบริโภคอาหารที่ไม่มีประโยชน์ ขาดโภชนาการที่ดี มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากการเจริญเติบโตของภาคธุรกิจและอุตสาหกรรมอาหารที่ผ่านทางสื่อโฆษณา ตลอดจนการรับวัฒนธรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันสูงประเภทอาหารจานด่วน (fast food) ที่เพิ่มมากขึ้น จากรายงานผลการสำรวจของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ในปี พ.ศ. 2553 พบว่า ปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ ของประชาชนส่วนใหญ่ เป็นโรคที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่ไม่สมดุล เช่น โรคมะเร็ง โรคอ้วน โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดหัวใจอุดตัน โรคเบาหวาน โรคเก๊าต์ เป็นต้น (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.), 2553: 4) และจากรายงานของกระทรวงสาธารณสุข ปี พ.ศ. 2553 พบว่า เด็กไทย มีแนวโน้มเป็นโรคอ้วน เพิ่มขึ้นร้อยละ 20 และผู้ใหญ่ไทยเป็นโรคอ้วน ร้อยละ 26 ขณะเดียวกันประชากรไทยยังถูกคุกคามด้วยโรคโคเลสเตอรอลสูง ร้อยละ 50 ของจำนวนประชากร และปัจจุบัน โรคมะเร็งเป็นโรคที่มีอัตราการตายสูงกว่าเมื่อ 20 ปีก่อนประมาณ 6 เท่า โดยพบว่ามีผู้เสียชีวิตจำนวน 109 คนต่อประชากร 1 แสนคนต่อปี สาเหตุของโรคต่างๆ เหล่านี้เกิดจากการบริโภคอาหารมากเกินไป การบริโภคที่ผิดส่วน บริโภคอาหารที่มีเนื้อสัตว์ ไขมัน และแป้งมากเกินไป โดยไม่บริโภคผักและผลไม้จึงขาดอาหารที่มีกากใยที่มีส่วนช่วยให้อิ่มเร็วซึ่งจะช่วยลดปริมาณการบริโภคเนื้อสัตว์ ไขมัน และแป้ง ถ้าหากบริโภคอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ ปัญหาของการเกิดโรครดังกล่าวก็จะลดลง (กระทรวงสาธารณสุข, 2554: 10)

สภาวะปัญหาด้านสุขภาพ และปัญหาการบริโภคอาหารที่ไม่สมดุลของคนไทยที่ผ่านมาทำให้หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กร เครื่องข่ายต่างๆ หันมาให้ความสำคัญในการส่งเสริมประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนหันมาบริโภคอาหารที่ก่อให้เกิดความสมดุลกับร่างกายและป้องกันโรคต่างๆ เพิ่มมากขึ้น เช่นกรณีของ องค์การอนามัยโลก ได้กำหนดเป้าหมาย ที่จะให้สังคมโลกบรรลุสุขภาพดีถ้วนหน้า โดยให้หน่วยงานสาธารณสุขที่เกี่ยวข้องทุกประเทศ ดำเนินนโยบายส่งเสริมให้ประชาชนประณีตในการใช้ชีวิตที่จะกิน บริโภคอาหารอย่างมีสติ โดยเน้นการบริโภคอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน รับประทานโปรตีนจากพืชเป็นหลัก บริโภคไขมันน้อยมากโดยเน้นไขมันอิ่มตัวเชิงซ้อน เน้นความสมดุลของวิตามิน แร่ธาตุ และสารอาหารที่ได้จากธรรมชาติ ต้องเป็นอาหารที่มีในธรรมชาติ หรือปลูกแบบธรรมชาติ ไม่ผ่านกระบวนการอุตสาหกรรม ไม่ผ่านการขัดสี หรือแปรรูป และกินอาหารที่มีใยอาหารสูงจากธรรมชาติ ตลอดจนให้ความรู้เรื่องอันตรายของอาหารฟาสต์ฟู้ด เป็นต้น (กระทรวงสาธารณสุข, 2552) สำหรับในประเทศไทย ได้มีการดำเนินการตามแนวนโยบายขององค์การอนามัยโลก โดยมุ่งเน้นส่งเสริมให้ประชาชนประณีตในการใช้ชีวิตที่จะกินบริโภคอาหารอย่างมีสติ โดยมอบหมายให้กระทรวงสาธารณสุข ดำเนินการส่งเสริมให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพมาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งส่งผลให้ประชาชนเกิดการตื่นตัวการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้น โดยพยายามเลือกสรรอาหารที่ให้ประโยชน์ต่อร่างกายเป็นหลัก โดยเฉพาะการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ได้แก่ อาหารเจ อาหารมังสวิรัต และอาหารชีวจิต ถือเป็นทางเลือกหนึ่งสำหรับผู้รักสุขภาพให้ความสนใจและมีอัตราการบริโภคเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ประชาชนบางกลุ่มตื่นตัวและหันมาให้ความสนใจเรื่องสุขภาพของตนเองมากขึ้น เนื่องจากต้องการเป็นคนที่มีสุขภาพแข็งแรง และมีอายุยืนยาว ส่งผลให้กระแสความนิยมในเรื่องการบริโภคมีแนวโน้มที่เปลี่ยนแปลงไป โดยการบริโภคจะเน้นที่การคำนึงถึงคุณค่าประโยชน์และคุณค่าต่อร่างกายจากอาหารที่รับประทานเข้าไปเป็นหลัก อีกทั้งยังเชื่อว่าอาหารเป็นสิ่งสำคัญในการที่จะช่วยเสริมสร้างสุขภาพที่ดีได้ ผู้บริโภคบางกลุ่มนิยมบริโภคอาหารมังสวิรัต โดยมีความเชื่อว่าการกินพืชแทนเนื้อสัตว์ทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี และยังเป็นการสร้างบุญสร้างกุศลแก่สัตว์ร่วมโลก ไม่ก่อให้เกิดการเบียดเบียนสัตว์ อีกทั้งการบริโภคในปัจจุบันมิได้จำกัดเฉพาะผู้ถือศีลกินเจเท่านั้น คนหนุ่มสาวและผู้สูงอายุก็หันมาบริโภคอาหารมังสวิรัตกันมากขึ้น เพราะตระหนักว่าการบริโภคผัก ผลไม้และธัญพืชต่างๆ ก่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพ ดังนั้นเพื่อให้เพื่อให้สุขภาพด้านร่างกายมีความสมดุล ห่างไกลโรคร้ายต่างๆ อาหารเพื่อสุขภาพ จึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่จะทำให้มีสุขภาพดีขึ้น

ความสำคัญดังกล่าวเบื้องต้น ดังนั้นจึงเป็นเหตุผลที่ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ และจากผลการค้นคว้างานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า ยังไม่มีการศึกษาเชิงเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อ

สุขภาพทั้ง 3 ประเภท ได้แก่ อาหารเจ อาหารมังสวิรัต และอาหารชีวจิต ในจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งผลการศึกษานี้ สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการกำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับกิจกรรมที่ส่งเสริมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพทั้ง 3 ประเภท ได้แก่ อาหารเจ อาหารมังสวิรัต และอาหารชีวจิต ของสถานบริการสุขภาพของหน่วยงานรัฐ หน่วยงานเอกชน นอกจากนี้ผลการศึกษาทำให้ทราบถึงความรู้สึกรู้จักคิด ความต้องการของผู้บริโภค ซึ่งสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการสร้างสิ่งจูงใจ การส่งเสริมการขายอาหารเพื่อสุขภาพให้ผู้บริโภคได้เรียนรู้ รับรู้ มีทัศนคติที่ดีและกระตุ้นให้เกิดความต้องการในผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพได้มากขึ้น มีโอกาสเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ที่มีประโยชน์กับตนเองมากขึ้น และจะเป็นประโยชน์ต่อภาคธุรกิจในการวางแผนและกำหนดกลยุทธ์การตลาดเพื่อการขยายโอกาสทางการตลาดของอาหารเพื่อสุขภาพ และพัฒนาตลาดอาหารเพื่อสุขภาพเป็นตลาดผลิตภัณฑ์ที่มีความหลากหลายในอนาคตต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

1.3 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

หน่วยงานภาครัฐและเอกชนสามารถนำข้อมูลไปใช้เป็นแนวทางในการสนับสนุน ส่งเสริมให้ประชาชนหันมาใส่ใจกับการดูแลสุขภาพของตนเองด้วยการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ นอกจากนี้ ผลการศึกษานี้เป็นประโยชน์ต่อภาคธุรกิจในการวางแผนและกำหนดกลยุทธ์การตลาดเพื่อการขยายโอกาสทางการตลาดของอาหารเพื่อสุขภาพ และพัฒนาตลาดอาหารเพื่อสุขภาพเป็นตลาดผลิตภัณฑ์ที่มีความหลากหลายในอนาคตต่อไป

1.4 นิยามศัพท์ที่ใช้ในการศึกษา

อาหารเพื่อสุขภาพ หมายถึง อาหารที่เป็นธรรมชาติปราศจากการปรุงแต่ง เช่น ผัก ผลไม้ ธัญพืช เช่น ข้าวซ้อมมือ ถั่ว เพราะอุดมไปด้วยกากใยธรรมชาติ วิตามิน และเกลือแร่ เป็นต้น ซึ่งการศึกษานี้ อาหารเพื่อสุขภาพ ได้แก่ อาหารเจ อาหารมังสวิรัต และอาหารชีวจิต

อาหารเจ หมายถึง อาหารที่ปรุงขึ้นโดยไม่มีเนื้อสัตว์ ส่วนประกอบที่มาจากสัตว์ทุกประเภทและไม่ปรุงด้วยผักฉุนทั้ง 5 ชนิด ได้แก่ กระเทียม หัวหอม หลักเกียว กุ้ยช่าย และใบยาสูบ

อาหารมังสวิรัต หมายถึง อาหารจำพวกผักและผลไม้ และไม่มีเนื้อสัตว์เลย อาหารที่กลุ่มมังสวิรัตินิยมรับประทานกัน ส่วนใหญ่จะประกอบด้วย ข้าว และผลิตภัณฑ์จากข้าว หรือผลิตภัณฑ์จากถั่ว เช่น เต้าหู้ หรือเมล็ด เช่น เมล็ดฟักทอง เมล็ดทานตะวัน เป็นต้น

อาหารชีวจิต หมายถึง อาหารที่คงสภาพตามธรรมชาติเดิมไว้มากที่สุด ไม่ต้องการปรุงแต่ง และคงรสชาติเดิมๆของอาหารไว้มากที่สุด เช่น การบริโภคพืชผักที่ปลูกตามธรรมชาติปลอดสารพิษและสารเคมี ธัญพืชไม่ขัดสี ผลไม้สดตามฤดูกาล ไม่ผ่านการปรุงแต่ง พืชหัวไม่ปอกเปลือก งดเนื้อสัตว์ทุกชนิด งดน้ำตาลฟอกขาว แป้งขัดขาวและผลิตภัณฑ์จากแป้งขัดขาวทุกชนิด น้ำตาลฟอกขาว น้ำมันปาล์ม กะทิ เป็นต้น

พฤติกรรมผู้บริโภค หมายถึง การแสดงออกซึ่งการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภค ในอำเภอเมืองเชียงใหม่ ได้แก่ ความถี่ในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ วัตถุประสงค์การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ประเภทอาหารเพื่อสุขภาพที่บริโภค บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ แหล่งข้อมูลหรือประเภทของสื่อที่รับทราบถึงอาหารเพื่อสุขภาพ เป็นต้น

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved