



ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือนในตำบลบางหมาก อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง

Factors Affecting Sodium Consumption Behavior of Households at Bangmak Sub-District, Kantang District, Trang Province

พัสนี ธิระกุลพทธี¹, สุขุมภรณ์ ศรีวิศิษฐ², นงนารถ สุขลิ้ม² (¹ sukhumaphorn@scphtrang.ac.th, nongnart@scphtrang.ac.th)

¹ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านพระเจดีย์สามองค์ อำเภอสงขลาบุรี จังหวัดกาญจนบุรี, ² วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงสำรวจ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน และ 2) ทำนายปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือนในตำบลบางหมาก อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง จำนวน 307 ครัวเรือน เก็บรวบรวมข้อมูลในเดือนพฤศจิกายน 2558 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบไคสแควร์ และการถดถอยพหุคูณ ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับความรู้ในการบริโภคเกลือโซเดียม (7.16±2.04) และการรับรู้ต่อสถานการณ์โรคที่เกิดจากการบริโภคเกลือโซเดียม (1.74±0.31) อยู่ในระดับสูง, ทศนคติต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน (3.57±0.34), ข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคเกลือโซเดียมที่ส่งผลต่อสุขภาพ (1.21±0.50) และพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน (0.89±0.37) อยู่ในระดับปานกลาง, ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งบริการหรือแหล่งอาหาร (4.05±0.54) อยู่ในระดับมาก และการกระตุ้นเตือนจากบุคคล ในการบริโภคเกลือโซเดียมลดลง (1.49±0.47) อยู่ในระดับดี อายุ ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครัวเรือน อาชีพ ความรู้ ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหาร ข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคเกลือโซเดียม และการกระตุ้นเตือนจากบุคคลในการบริโภคเกลือโซเดียมลดลงมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน ได้แก่ อายุ ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหารบริการหรือแหล่งอาหาร และข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคเกลือโซเดียมที่ส่งผลต่อสุขภาพ ร้อยละ 18.8 ผลการศึกษาสามารถใช้เป็นแนวทางในการควบคุมกำกับการผลิตอาหารที่มีเกลือโซเดียมในปริมาณที่เหมาะสมและเป็นมาตรฐานเดียวกัน รวมทั้งส่งเสริมสุขภาพที่ดีแก่ผู้บริโภค

คำสำคัญ: พฤติกรรมการบริโภค, เกลือโซเดียม, ครัวเรือน

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การบริโภคเกลือโซเดียมของประชาชนทั่วโลก พบว่า มีการบริโภคเกลือโซเดียมสูงในปริมาณ 9-12 กรัมต่อวันต่อคน และจากการสำรวจการบริโภคเกลือโซเดียมของคนไทยในปี พ.ศ. 2552-2553 พบว่า คนไทยบริโภคเกลือโซเดียมถึง 10.8 กรัมต่อวันต่อคน หรือเท่ากับ 2 ช้อนชาต่อวัน ซึ่งเป็นการบริโภคเกลือโซเดียมในปริมาณสูงโดยปริมาณเกลือสูงสุดที่องค์การอนามัยโลกแนะนำให้รับประทานต่อไม่เกิน 5-6 กรัมต่อวัน หรือเพียง 1 ช้อนชาต่อวัน คิดเป็นปริมาณโซเดียม เท่ากับ 2,300 มิลลิกรัมต่อวัน

จังหวัดตรังมีประชากรที่มีภาวะความดันโลหิตจากการคัดกรอง อยู่ในกลุ่มเสี่ยงที่เป็นโรค ปี พ.ศ. 2555-2557 พบว่า ประชากรมีภาวะความดันโลหิตนั้นมิแนวนุ่มเพิ่มสูงขึ้นทุกปี ซึ่งเป็นปัญหาระดับชาติที่ต้องร่วมกันแก้ไขโดยกำหนดเป็นนโยบายของประเทศ ดังนั้น ผู้วิจัยมีความสนใจในการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือนในตำบลบางหมาก อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือนในตำบลบางหมาก อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง

วิธีการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง คือ ครัวเรือนในตำบลบางหมาก อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง จำนวน 307 ครัวเรือน ใช้วิธีการสุ่มแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) โดยแบ่งตามสัดส่วนของจำนวนหมู่บ้านในตำบลบางหมาก อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง และการสุ่มแบบเชิงระบบ (Systematic Random Sampling) ซึ่งมีเกณฑ์การคัดเลือก (Inclusion Criteria) คือ อายุ ตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป สื่อสารภาษาไทยได้ มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ อาศัยอยู่ในตำบลบางหมาก และยินยอมให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เปนแบบสอบถามปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือนในเขตพื้นที่ตำบลบางหมาก อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง โดยมีผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบเครื่องมือในด้านความเหมาะสมในด้านเนื้อหา และหาดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ เท่ากับ 0.95 ค่าความเชื่อมั่นของครอนบาค เท่ากับ 0.76 และค่าความเชื่อมั่นของความรู้ในการบริโภคเกลือโซเดียม โดยใช้สูตร Kuder-Richardson สูตร KR-21 เท่ากับ 0.70 เก็บรวบรวมข้อมูล เดือนพฤศจิกายน 2558 และใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ ค่าไคสแควร์ (Pearson Chi-square) และการถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

ตารางที่ 1 ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือนในตำบลบางหมาก อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง (n=307)

ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน	Mean	S.D.	ระดับ
ปัจจัยนำ			
1. ความรู้ในการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน	7.16	2.04	สูง
2. ทศนคติต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน	3.57	0.34	ปานกลาง
3. การรับรู้ต่อสถานการณ์โรคที่เกิดจากการบริโภคเกลือโซเดียม	1.74	0.31	สูง
ปัจจัยเอื้อ			
4. ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งบริการหรือแหล่งอาหาร	4.05	0.54	มาก
ปัจจัยเสริม			
5. ข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคเกลือโซเดียมที่ส่งผลต่อสุขภาพ	1.21	0.50	ปานกลาง
6. การกระตุ้นเตือนจากบุคคลในการบริโภคเกลือโซเดียมลดลง	1.49	0.47	ดี
พฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือนแบ่งตามในภาพรวม	0.89	0.37	ปานกลาง

ตารางที่ 8 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆ กับพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือนในตำบลบางหมาก อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง (n=307)

ปัจจัย	χ^2	P-value*
อายุ (ปี)	4.00	<0.001
ระดับการศึกษา	12.00	<0.001
รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครัวเรือน	8.00	<0.001
อาชีพ	10.00	<0.001
ความรู้ในการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน	4.00	0.04
ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหาร	4.00	0.04
ข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคเกลือโซเดียม	4.00	<0.001
การกระตุ้นเตือนจากบุคคลในการบริโภคเกลือโซเดียมลดลง	4.00	<0.001

*ค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 3 ปัจจัยที่สามารถพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน

องค์ประกอบ	B	SE _B	β	R	R ²	F
อายุ (A)	0.015	0.570	0.361	0.397	0.017	56.987*
A, ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหาร (B)	0.191	0.567	0.137	0.413	0.157	31.236*
A, B, ข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคเกลือโซเดียม (C)	0.123	0.562	0.135	0.433	0.188	23.325*

*ค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการศึกษา

ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับความรู้ในการบริโภคเกลือโซเดียม (7.16±2.04) และการรับรู้ต่อสถานการณ์โรคที่เกิดจากการบริโภคเกลือโซเดียม (1.74±0.31) อยู่ในระดับสูง, ทศนคติต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน (3.57±0.34), ข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคเกลือโซเดียมที่ส่งผลต่อสุขภาพ (1.21±0.50) และพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน (0.89±0.37) อยู่ในระดับปานกลาง, ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งบริการหรือแหล่งอาหาร (4.05±0.54) อยู่ในระดับมาก และการกระตุ้นเตือนจากบุคคล ในการบริโภคเกลือโซเดียมลดลง (1.49±0.47) อยู่ในระดับดี อายุ ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครัวเรือน อาชีพ ความรู้ ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหารข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคเกลือโซเดียมและการกระตุ้นเตือนจากบุคคลในการบริโภคเกลือโซเดียมลดลงมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน ได้แก่ อายุ ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหารบริการหรือแหล่งอาหาร และข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคเกลือโซเดียมที่ส่งผลต่อสุขภาพร้อยละ 18.8

สรุปผลการศึกษา

ผลการศึกษาสามารถใช้เป็นแนวทางในการควบคุมกำกับการผลิตอาหารที่มีเกลือโซเดียมในปริมาณที่เหมาะสมและเป็นมาตรฐานเดียวกันรวมทั้งส่งเสริมสุขภาพที่ดีแก่ผู้บริโภค สำหรับข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงทดลอง เพื่อหาวิธีพัฒนาการดูแลสุขภาพหรือการส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมของสมาชิกในครัวเรือน โดยการจัดโปรแกรมให้ความรู้และแนวทางปฏิบัติแก่สมาชิกในครัวเรือน เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียม ซึ่งอาศัยความร่วมมือจากหน่วยงานสาธารณสุขและชุมชน และควรศึกษาเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก และสำรวจในอำเภอหรือจังหวัดอื่นๆ เพื่อหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคเกลือโซเดียมของครัวเรือน

บรรณานุกรม

- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2552). รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพมหานคร: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตรัง สำนักโรคไม่ติดต่อ. (2557). รายงานจำนวนประชากรที่มีภาวะความดันโลหิตจากการคัดกรอง (ไม่รวมผู้ป่วย) อยู่ในกลุ่มเสี่ยงเป็นโรค. เข้าถึงเมื่อวันที่ 10 กันยายน 2558 จาก http://www.tro.moph.go.th/chronic/rep_htscreen_r2.php.
- อรรรถพล แก้วสัมฤทธิ์. (2556). บทบาทประเทศไทยในการส่งเสริมสุขภาพด้านอาหาร และโภชนาการ เพื่อลดการบริโภคเกลือ เพื่อเข้าสู่ประชาคมอาเซียน. กรุงเทพมหานคร: สถาบันการต่างประเทศเทวะวงศ์วโรปการ กระทรวงต่างประเทศ.