



กรมอนามัย
ศูนย์อนามัยที่ 8 อุตรดิตถ์

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุเขตสุขภาพที่ 8 Food Consumption Behavior of Elderly Regional Health 8

ชื่อผู้สรุป : วิรุท นนสุรัตน์

เรื่อง : พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุเขตสุขภาพที่ 8

ที่มาของข้อมูลหรือแหล่งความรู้ : <https://www.tci-thaijo.org/index.php/MKHJ/article/view/234653/161357>

วันที่ : 3 มกราคม 2563

เนื้อหา

ผู้สูงอายุที่ทำการวิจัย จำนวน 480 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 73.5) อายุอยู่ในช่วง 60 – 69 ปี (ร้อยละ 63.3) สถานภาพสมรส (ร้อยละ 62.1%) ระดับการศึกษา อยู่ในระดับประถมศึกษา (89.8%) ประกอบอาชีพเกษตรกรรม (ร้อยละ 58.1) รายได้ ต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน (66.3%) มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้องมากที่สุด คือ การกินผัก ผลไม้เป็นประจำทุกวันทำให้ได้รับวิตามินและใยอาหาร (70.0%) และถูกต้องน้อยที่สุดคือ การกินอาหารที่ทอดด้วยน้ำมันทอดซ้ำ อาจทำให้เกิดโรคมะเร็งได้ 43.5%) มีความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้องมากที่สุดคือ อาหารเข้าเป็นอาหารมื้อสำคัญต่อร่างกายมากที่สุด (69.8%) ส่วนความเชื่อที่ถูกต้องน้อยที่สุดคือ การซื้ออาหารนอกบ้าน มีความเสี่ยงที่จะได้รับอาหารไม่ถูกสุขลักษณะ (30.4%) ด้านปัจจัยเอื้อ การเข้าถึงแหล่งอาหารได้สะดวกมากที่สุด คือ สามารถหาซื้ออาหารสดได้ง่าย (83.5%) และการเข้าถึงแหล่งอาหารได้สะดวกน้อยที่สุด คือการใช้บริการร้านอาหารนอกบ้าน (27.1 ร้อยละ) ด้านปัจจัยเสริม พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ เพื่อนไม่ชวนรับประทานอาหารดิบ อาหารแปลกๆ ($\bar{X}=2.82$, S.D.=0.48) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ ครอบครัวไม่ปรุงอาหารรสจัด เช่น เค็มจัด หวานจัด ($\bar{X}=1.51$, S.D.=0.71)

สรุป ผลการวิเคราะห์ ด้านสถานภาพ และความเชื่อมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร อย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ 0.05 การเข้าถึงแหล่งอาหาร และการสนับสนุน จากเพื่อน ครอบครัว สื่อโฆษณา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แต่ด้าน เพศ อายุ อาชีพ ไม่มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ

การนำสิ่งที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในองค์กร

ศูนย์อนามัยที่ 8 อุตรดิตถ์ ควรกำหนดเป็นนโยบายที่สำคัญที่จะพัฒนาปรับปรุงความรู้ด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะเรื่องการบริโภคอาหารและนำไปแก้ไขปัญญาในระดับพื้นที่อย่างจริงจัง โดยเฉพาะชมรมผู้สูงอายุ เป็นสถานที่หลักในประสานงานและการดำเนินงาน