

## สถานการณ์สุขภาพของเด็กตำบลควนรู

### เด็กอายุ 6 เดือน – 5 ปี

เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ทั้งหมดอยู่ที่บ้าน เด็กอายุ 2 - 5 ปี สองในสามอยู่ที่ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กหรือโรงเรียนอนุบาล ผู้ที่ใช้เวลาเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่ คือ แม่ รองลงมา คือ ตายาย

การศึกษาของผู้เลี้ยงดูหลัก คือ ประถมศึกษาหรือน้อยกว่า รองลงมาคือ มัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลายหรือปวช. ปริญญาตรีและสูงกว่า และปวส. หรืออนุปริญญา ตามลำดับ

ครอบครัวร้อยละ 66 มีเงินพอใช้จ่าย สองในสามมีหนี้สิน และร้อยละ 80 มีเงินออม

เด็กเกือบทั้งหมดมีสถานบริการสุขภาพ สถานศึกษา สนามเด็กเล่น และหอกระจายข่าว หรือศาลาชุมชนอยู่ในละแวกบ้านที่เด็กอาศัยอยู่ มีเพียงครั้งเดียวที่มีห้องสมุดหรือศาลาอ่านหนังสืออยู่ในละแวกบ้าน เด็กกว่าร้อยละ 90 มีร้านขายสุราและร้านขายบุหรี่ในละแวกบ้าน เด็กครึ่งหนึ่งมีร้านเกมส์ ร้านอินเทอร์เน็ต หนึ่งในสี่มีป้อมการพนัน สถานเริงรมย์ โรงงานอุตสาหกรรม อยู่ในละแวกบ้าน

ขณะตั้งครรภ์ แม่ทุกคนได้กินยาไอโอดีนและยาธาตุเหล็กบำรุงเลือด เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ร้อยละ 13.6 ได้นมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน เด็กอายุต่ำกว่า 1 ปี ร้อยละ 66.7 ได้รับอาหารตามวัยที่หลากหลาย ประมาณสองในสามถึงสามในสี่ของเด็กอายุ 6 เดือนถึง 2 ปี ได้กินอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา เด็กอายุ 1-2 ปี ประมาณหนึ่งในห้าได้รับยาน้ำเสริมธาตุเหล็กใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา

ในวันทำงาน อาหารมื้อเย็นที่เด็กกินบ่อยที่สุดเป็นอาหารที่ทำกินเองที่บ้าน ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ เด็กหนึ่งในสามกินอาหารนอกบ้าน 1 มื้อ โดยส่วนใหญ่เป็นอาหารตามสั่ง

เด็กกินผักโดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 1 ส่วน และกินผลไม้โดยเฉลี่ย 5 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 2 ส่วน

เด็กอายุ 2-5 ปี ร้อยละ 6 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกวัน หนึ่งในห้าดื่มน้ำอัดลม 4-6 ครั้ง ร้อยละ 28 ไม่ดื่มน้ำอัดลมเลย เด็กร้อยละ 17 กินขนมกรุบกรอบทุกวัน หนึ่งในสามกินสัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง หนึ่งในสี่กินสัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง มีเพียงหนึ่งในสี่ที่ไม่กินเลย

หนึ่งในสี่ของเด็กอายุ 6-11 เดือน ได้เล่นสื่ออิเล็กทรอนิกส์ (คอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต ซีดี ดีวีดี) ดูโทรทัศน์วันละ 2 ชั่วโมงหรือมากกว่า มีร้อยละ 22 ที่ไม่ดูเลย เด็กอายุ 1-5 ปี หนึ่งในสามดูโทรทัศน์วันละ 2 ชั่วโมงหรือมากกว่า หนึ่งในห้าดูหรือใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ (คอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต ซีดี ดีวีดี) วันละ 2 ชั่วโมงหรือมากกว่า ในขณะที่ร้อยละ 22.9 ได้ออกกำลังกาย วิ่งเล่นกลางแจ้งมากกว่าหรือเท่ากับ 3 วันต่อสัปดาห์ ในขณะที่หนึ่งในสี่ไม่มีโอกาสเลย

### ภาวะโภชนาการ

เด็กอายุ 6 เดือนถึง 5 ปี ร้อยละ 5.1 น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 9.6 ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 3.6 เริ่มอ้วน และร้อยละ 3.6 อ้วน เมื่อเทียบกับเกณฑ์สากลขององค์การอนามัยโลก ร้อยละ 14.2 ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 6.3 น้ำหนักเกิน (เริ่มอ้วน) และร้อยละ 3.1 อ้วน

เด็กประมาณร้อยละ 8 มีภาวะซีด

## เด็กอายุ 6 – 14 ปี

เด็กทุกคนกำลังเรียนอยู่ ผู้ที่ใช้เวลาเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่ คือ แม่ รองลงมา คือ ตายาย การศึกษาของผู้เลี้ยงดูหลัก คือ ประถมศึกษาหรือน้อยกว่า รองลงมาคือ มัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลายหรือปวช. ปวส. หรืออนุปริญญา และปริญญาตรีและสูงกว่า ตามลำดับ ครอบครัวร้อยละ 68.6 มีเงินพอใช้จ่าย สองในสามมีหนี้สิน และร้อยละ 84 มีเงินออม

เด็กเกือบทั้งหมดในละแวกบ้านมีสถานบริการสุขภาพ สถานศึกษา สนามเด็กเล่น และหอกระจายข่าว หรือศาลาชุมชน มีเพียงครั้งเดียวที่มีห้องสมุดหรือศาลาอ่านหนังสือในละแวกบ้าน เด็กกว่าร้อยละ 90 อยู่ใกล้ร้านขายสุราและร้านขายบุหรี่ เด็กสามในสี่มีร้านเกมส์ ร้านอินเทอร์เน็ต และหนึ่งในสี่มีบ่อนการพนัน สถานเริงรมย์ โรงงานอุตสาหกรรม อยู่ในละแวกบ้าน

เด็กหนึ่งในห้ากินอาหารไม่ครบ 3 มื้อ มื้อที่ตรงมากที่สุดคือ มื้อเช้า รองลงมาคือ มื้อเย็นและมื้อกลางวัน ตามลำดับ

อาหารที่ทำเองที่บ้านเกือบทั้งหมดปรุงรสเค็มด้วยเกลือเสริมไอโอดีนหรือ น้ำปลา ซีอิ๊ว ซอส เสริมไอโอดีน ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ เด็กสองในห้ากินอาหารนอกบ้าน 1 มื้อ โดยส่วนใหญ่เป็นอาหารตามสั่ง

เด็กกินผักโดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 1.4 ส่วน และกินผลไม้โดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 2 ส่วน

เด็กร้อยละ 8.7 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกวัน หนึ่งในสามดื่มสัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง หนึ่งในสี่ดื่มสัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง ไม่ดื่มเลยร้อยละ 11.2 เด็กร้อยละ 13 กินขนมกรุบกรอบทุกวัน หนึ่งในสามกินสัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง หนึ่งในสามกินสัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง มีเพียงร้อยละ 3 ที่ไม่กินเลย

เด็กทุกคนได้ออกกำลังกาย วิ่งเล่นนอกตัวบ้าน เล่นกีฬากลางแจ้ง โดยเฉลี่ยวันละ 1 ชั่วโมง

เด็กร้อยละ 14.4 เข้าร้านเกมส์ เด็กเริ่มใช้คอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต โทรศัพท์ที่เล่นเกมได้ ที่อายุเฉลี่ย 8 ปี เด็กสองในสามเล่นวิดีโอหรือคอมพิวเตอร์เกมส์ทั้งที่บ้านและนอกบ้านมากกว่า 1 ชั่วโมงต่อวัน

## ภาวะโภชนาการ

เด็กอายุ 6 – 14 ปี ร้อยละ 4.3 ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ (เมื่อเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานสากล ร้อยละ 6.2 ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์) ร้อยละ 2 น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 10 เริ่มอ้วน ร้อยละ 3.7 อ้วน และร้อยละ 5.6 ผอม

เด็กประมาณร้อยละ 13 มีภาวะซีด

\*\*\*\*\*

## สรุปโดย

โครงการติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรรมการบริโภคและสถานการณ์สุขภาพระยะยาว (Cohort-Study) ในโครงการบูรณาการงานสร้างเสริมสุขภาพระดับอาหารและโภชนาการ กรณีศึกษา จังหวัดสงขลา ของสถาบันการจัดการระบบสุขภาพ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ สนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)