

## สถานการณ์สุขภาพของเด็กตำบลชะแล้

### เด็กอายุ 6 เดือน – 5 ปี

เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 1 ปี ทั้งหมดอยู่ที่บ้าน เด็กอายุ 1 – 2 ปี ร้อยละ 14 ผากเลี้ยงบ้านญาติหรือเพื่อนบ้าน เด็กอายุ 2 - 5 ปี ร้อยละ 73 อยู่ที่ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กหรือโรงเรียนอนุบาล ผู้ที่ใช้เวลาเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่คือ แม่ รองลงมา คือ ตายาย และปู่ย่า ในช่วงขวบปีแรก เด็กครึ่งหนึ่งเลี้ยงดูโดยตายาย

การศึกษาของผู้เลี้ยงดูหลัก คือ ประถมศึกษาหรือน้อยกว่า รองลงมาคือ มัธยมศึกษาตอนปลายหรือปวช. มัธยมศึกษาตอนต้น ปวส.หรืออนุปริญญา และปริญญาตรีและสูงกว่า ตามลำดับ

ครอบครัวร้อยละ 64 มีเงินพอใช้จ่าย ร้อยละ 53 มีหนี้สิน และร้อยละ 62 มีเงินออม

เด็กเกือบทั้งหมดมีสถานบริการสุขภาพ สถานศึกษา สนามเด็กเล่น และหอกระจายข่าว หรือศาลาชุมชนอยู่ในละแวกบ้านที่เด็กอาศัยอยู่ มีเพียงร้อยละ 43 ที่มีห้องสมุดหรือศาลาอ่านหนังสืออยู่ในละแวกบ้าน เด็กกว่าร้อยละ 90 มีร้านขายสุราและร้านขายบุหรี่ในละแวกบ้าน เด็กครึ่งหนึ่งมีร้านเกมส์ ร้านอินเทอร์เน็ตและบ่อนการพนันในละแวกบ้าน ร้อยละ 16 มีโรงงานอุตสาหกรรม อยู่ในละแวกบ้าน

ขณะตั้งครรภ์ แม่ครึ่งหนึ่งได้ยาบำรุงที่มีไอโอดีน เหล็กและกรดโฟลิก ร้อยละ 20 ได้ยาวิตามินและแร่ธาตุรวมทุกชนิด เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ร้อยละ 22 ได้นมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน เด็กอายุต่ำกว่า 1 ปี ทุกคนได้รับอาหารตามวัยที่หลากหลาย ประมาณร้อยละ 64 ถึง 75 ของเด็กอายุ 6 เดือนถึง 2 ปี ได้กินอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา เด็กอายุ 1-2 ปี ร้อยละ 7 ได้รับยาน้ำเสริมธาตุเหล็กใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา

ในวันทำงาน เด็กเกือบทุกคนกินอาหารมื้อเย็นที่ทำกินเองที่บ้าน ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ เด็กอายุ 6 เดือนถึง 2 ปีร้อยละ 7 กินอาหารนอกบ้าน 1 มื้อ เป็นอาหารตามสั่ง ในขณะที่เด็กอายุ 2-5 ปีร้อยละ 20 กินอาหารนอกบ้าน

เด็กอายุ 2-5 ปี กินผักผลไม้โดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 2 ส่วน ร้อยละ 7 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกวัน หนึ่งในสิบดื่มน้ำอัดลม 4-6 ครั้ง หนึ่งในห้าดื่มน้ำอัดลมเลย เด็กร้อยละ 14 กินขนมกรุบกรอบทุกวัน ร้อยละ 18 กินสัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง หนึ่งในสามกินสัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง มีเพียงหนึ่งในสิบที่ไม่กินเลย

มีเพียงหนึ่งในสี่ของเด็กอายุ 6-11 เดือนที่ไม่ได้ดูโทรทัศน์หรือเล่นสื่ออิเล็กทรอนิกส์ (คอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต ซีดี ดีวีดี) เด็กอายุ 1-5 ปี หนึ่งในสี่ดูโทรทัศน์วันละ 2 ชั่วโมงหรือมากกว่า ร้อยละ 12 ดูหรือใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์วันละ 2 ชั่วโมงหรือมากกว่า ในขณะที่ประมาณร้อยละ 40 ได้ออกกำลังกาย วิ่งเล่นกลางแจ้งมากกว่าหรือเท่ากับ 3 วันต่อสัปดาห์

### ภาวะโภชนาการ

เด็กอายุ 6 เดือนถึง 5 ปี ร้อยละ 8.8 น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 11.8 ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 2.9 เริ่มอ้วน และร้อยละ 3.9 อ้วน เมื่อเทียบกับเกณฑ์สากลขององค์การอนามัยโลก ร้อยละ 17.6 ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 5.8 น้ำหนักเกิน (เริ่มอ้วน) และร้อยละ 3.5 อ้วน

เด็กประมาณร้อยละ 31 มีภาวะซีด

## เด็กอายุ 6 – 14 ปี

เด็กทุกคนกำลังเรียนอยู่ ผู้ที่ใช้เวลาเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่ คือ แม่ รองลงมา คือ ปู่ย่า การศึกษาของผู้เลี้ยงดูหลัก คือ ประถมศึกษาหรือน้อยกว่า รองลงมาคือ มัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลายหรือปวช. ปวส.หรืออนุปริญญา และปริญญาตรีและสูงกว่า ตามลำดับ

ครอบครัวร้อยละ 53 มีเงินพอใช้จ่าย ร้อยละ 57 มีหนี้สิน และร้อยละ 60 มีเงินออม

เด็กเกือบทั้งหมดในละแวกบ้านมีสถานบริการสุขภาพ สถานศึกษา สนามเด็กเล่น และหอกระจายข่าว หรือศาลาชุมชน มีเพียงครั้งเดียวที่มีห้องสมุดหรือศาลาอ่านหนังสือในละแวกบ้าน เด็กกว่าร้อยละ 80 อยู่ใกล้ร้านขายสุราและร้านขายบุหรี่ เด็กครึ่งหนึ่งมีร้านเกมส์ ร้านอินเทอร์เน็ต และบ่อนการพนันอยู่ในละแวกบ้าน หนึ่งในสิบมีโรงงานอุตสาหกรรม

เด็กร้อยละ 17 กินอาหารไม่ครบ 3 มื้อ มื้อที่มากที่สุดคือ มื้อเช้า รองลงมาคือ มื้อกลางวันและมื้อเย็น

อาหารที่ทำเองที่บ้านเกือบทั้งหมดปรุงรสเค็มด้วยเกลือเสริมไอโอดีนหรือ น้ำปลา ซีอิ้ว ซอส เสริมไอโอดีน ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ เด็กหนึ่งในห้ากินอาหารนอกบ้าน 1 มื้อ โดยส่วนใหญ่เป็นอาหารตามสั่ง

เด็กกินผักโดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 1.5 ส่วน และกินผลไม้โดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 2.5 ส่วน

เด็กร้อยละ 15 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกวัน หนึ่งในสามดื่มน้ำอัดลม 1-3 ครั้ง ร้อยละ 17 ดื่มน้ำอัดลม 4-6 ครั้ง ไม่ดื่มน้ำอัดลม ร้อยละ 14 เด็กร้อยละ 25 กินขนมกรุบกรอบทุกวัน เกือบหนึ่งในสามกินสัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง หนึ่งในสี่กินสัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง มีเพียงร้อยละ 5 ที่ไม่กินเลย

เด็กทุกคนได้ออกกำลังกาย วิ่งเล่นนอกตัวบ้าน เล่นกีฬากลางแจ้ง โดยเฉลี่ยวันละ 1 ชั่วโมง

เด็กครึ่งหนึ่งดูโทรทัศน์มากกว่าวันละ 2 ชั่วโมง

เด็กร้อยละ 18.7 เข้าร้านเกมส์ เด็กร้อยละ 16 เล่นวิดีโอหรือคอมพิวเตอร์เกมส์ทั้งที่บ้านและนอกบ้าน ในวันหยุดมากกว่า 3 ชั่วโมงต่อวัน

## ภาวะโภชนาการ

เด็กอายุ 6 – 14 ปี ร้อยละ 6.5 ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ (เมื่อเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานสากล ร้อยละ 10.9 ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์) ร้อยละ 7.6 น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 6.5 เริ่มอ้วน ร้อยละ 3.3 อ้วน และร้อยละ 2.2 ผอม

เด็กประมาณร้อยละ 19 มีภาวะซีด

\*\*\*\*\*

## สรุปโดย

โครงการติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมารบริโภคและสถานการณ์สุขภาพระยะยาว (Cohort-Study)

ในโครงการบูรณาการงานสร้างเสริมสุขภาพระดับอาหารและโภชนาการ กรณีศึกษา จังหวัดสงขลา

ของสถาบันการจัดการระบบสุขภาพ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

สนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)