

รายงานการสำรวจพฤติกรรมการบริโภค
ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมสุขภาพเด็กอายุ 6 เดือน-15 ปี
ตำบลท่าหิน
เดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2558

โครงการติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภค
และสถานการณ์สุขภาพระยะยาว (Cohort study) ปีที่ 2
ใน

โครงการยุทธศาสตร์การบูรณาการระบบอาหารจังหวัดสงขลา
ของสถาบันการจัดการระบบสุขภาพ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ได้รับทุนสนับสนุนจาก
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

คำนำ

ด้วยตระหนักถึงความสำคัญของโภชนาการต่อสุขภาพ พัฒนาการด้านสติปัญญา ศักยภาพในการเรียนรู้ และคุณภาพประชากรในอนาคต สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้จัดทำแผนอาหารเพื่อสุขภาพะ ใช้กลไกบูรณาการประเด็นคุณภาพอาหารและโภชนาการ ความปลอดภัยอาหาร และความมั่นคงอาหาร โดยเลือกจังหวัดสงขลาเป็นหนึ่งในสองพื้นที่นำร่องระดับประเทศ และมอบหมายให้สถาบันการจัดการระบบสุขภาพ (สจรส.) มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เป็นผู้จัดการ “โครงการยุทธศาสตร์การบูรณาการระบบอาหารจังหวัดสงขลา” เพื่อพัฒนาต้นแบบการดำเนินงานบูรณาการด้านอาหารและโภชนาการอย่างครบวงจร ทางโครงการฯ ได้เลือก ต.ควนรู อ.รัตภูมิ และ ต.ชะแล้ อ.สิงหนคร เป็นพื้นที่นำร่อง ในกรณีนี้ โครงการฯ ได้กำหนดให้มีโครงการวิจัยติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมารีโภคและสถานการณ์สุขภาพระยะยาว (Cohort study) เพื่อประเมินผลการดำเนินงานในสองพื้นที่ดังกล่าวโดยเปรียบเทียบกับพื้นที่ที่ไม่มีโครงการบูรณาการฯ คือ ต.ท่าหิน อ.สทิงพระและ ต.รัตภูมิ อ.ควนเนียง โดยได้สำรวจครั้งแรกเมื่อเดือนกรกฎาคม – สิงหาคม 2556

รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมมารีโภค ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมสุขภาพของเด็กอายุ 6 เดือน – 15 ปีฉบับนี้ เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสำรวจเด็กในตำบลท่าหิน ระหว่างเดือนมิถุนายน – กรกฎาคม 2558 เมื่อเปรียบเทียบกับผลสำรวจครั้งแรก เด็กกลุ่มตัวอย่างในตำบลท่าหินส่วนใหญ่มีพฤติกรรมมารีโภคดีขึ้น ภาวะโภชนาการโดยรวมของเด็กดีขึ้น ภาวะโลหิตจางลดลงอย่างมาก สะท้อนถึงการทำงานที่มีคุณภาพของฝ่ายบริการสาธารณสุขในพื้นที่ แต่ยังมีปัญหาโภชนาการขาดและเกินสูงกว่าระดับประเทศ และยังมีภาวะขาดสารไอโอดีนที่ควรแก้ไขอย่างเร่งด่วน

ดิฉันขอขอบคุณสำนักงานสถิติจังหวัดสงขลา ที่ได้ทำการสุ่มเด็กกลุ่มตัวอย่าง คุณสุวิวัฒน์ชัย ดวงพัตราที่จัดทีมเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ทางสถิติ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นตำบลท่าหิน ผู้บริหารและครูของโรงเรียนและศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่อำนวยความสะดวกในการสำรวจ คุณขวัญฤทัย อักษรวงค์ และคุณปริดา คงยัง ที่ทำหน้าที่เจาะเลือดและเก็บปัสสาวะเด็กกลุ่มตัวอย่าง คุณขวัญสุดา ชื่นชื่น และคุณมาชีเตาะห์ แวญโซะ ที่ช่วยประสานงานในการเก็บข้อมูล คุณรุสวีรา เส็งและคุณชัชชญา สุวรรณมาลา ที่ช่วยจัดการตัวอย่างเลือดและปัสสาวะและเข้าข้อมูลเจ้าหน้าที่ห้องปฏิบัติการหน่วยโลหิตวิทยา ภาควิชาพยาธิวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ และคุณนันทยา จงใจเทศ จากศูนย์ห้องปฏิบัติการสำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ที่ให้ความอนุเคราะห์ตรวจวิเคราะห์เลือดและปัสสาวะ และขอขอบคุณคุณจันทิมา ทองฤกษ์ที่ช่วยเข้าข้อมูลและร่วมจัดทำรายงาน

สุดท้ายนี้ที่สำคัญที่สุดคือ ขอขอบคุณครอบครัวของเด็กกลุ่มตัวอย่างทุกคน ที่ให้ความร่วมมือในการสำรวจครั้งนี้เป็นอย่างดี ดิฉันหวังว่ารายงานนี้จะเป็นข้อมูลสำคัญในการขับเคลื่อนการพัฒนาเด็กของตำบลท่าหิน อำเภอสทิงพระ ให้มีสุขภาพะอย่างยั่งยืนต่อไป

รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงลัดดา เหมาะสุวรรณ

หัวหน้าโครงการ

ตุลาคม 2558

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
บทสรุปสำหรับผู้บริหาร	1
1. ข้อมูลพื้นฐานของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี	4
1.1 การศึกษาเด็กปฐมวัยกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-5 ปี 11 เดือน	5
1.2 การศึกษาและการทำงานของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-15 ปี	6
2. ข้อมูลพื้นฐานของครอบครัว	7
2.1 ข้อมูลพื้นฐานของครอบครัวของเด็กกลุ่มใหม่อายุ 6 เดือน-2 ปี 4 เดือน	7
2.2 ข้อมูลเศรษฐกิจฐานะของครอบครัวเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี	9
2.3 ลักษณะของครอบครัวของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี	9
3. ข้อมูลพื้นฐานของผู้ดูแลเด็กของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี	10
4. ทำเลบ้านที่เด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปีอยู่อาศัย	11
5. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	13
5.1 ข้อมูลการกินยาบำรุงเลือดขณะตั้งครรภ์เด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-1 ปี 11 เดือน	13
5.2 พฤติกรรมการให้อาหารเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-1 ปี 11 เดือน	13
5.3 การปรุงรสอาหารที่เตรียมให้เด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-5 ปี 11 เดือน	15
5.4 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี	15
5.5 การงดอาหารมือเช้าของเด็กวัยเรียน	16
5.6 ความถี่และปริมาณการบริโภคผลไม้และผักของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี	16
5.7 ข้อมูลความถี่ในการบริโภคอาหารของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี	17
5.8 ความถี่และปริมาณการบริโภคสาหร่ายทอดแผ่นและบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีน ของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี	20
6. ภาวะโภชนาการของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี	21
7. ภาวะโลหิตจางและระดับไอโอดีนในปีสภาวะของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี	23
8. กิจกรรมทางกาย	24
8.1 กิจกรรมกลางแจ้งของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 1-5 ปี	24
8.2 กิจกรรมทางกายของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-15 ปี	25
9. การดูโทรทัศน์และการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์	26
9.1 การดูโทรทัศน์หรือใช้สื่อของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน – 5 ปี	26
9.2 การดูโทรทัศน์ เล่นคอมพิวเตอร์ หรือเกมส์ของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-15 ปี	27
ภาคผนวก	30
โครงการติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคและสถานการณ์สุขภาพระยะยาว	31

บทสรุปสำหรับผู้บริหาร

โครงการติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรรมการบริโภคและสถานการณ์สุขภาพระยะยาว (Cohort study) ได้สุ่มสำรวจพฤติกรรมกรรมการบริโภค ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมสุขภาพของเด็กอายุ 6 เดือน – 15 ปี ในตำบลท่าหินระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2558 จำนวน 174 คน และสุ่มจำนวน 87 คน เพื่อเจาะเลือดและตรวจปัสสาวะ ได้ผลการสำรวจดังนี้

สุขภาพของเด็กอายุ 6 เดือน – 5 ปี

เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 1 ปี ทั้งหมดอยู่ที่บ้าน เด็กอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือน ร้อยละ 73.9 เข้าศูนย์พัฒนาเด็กเล็กหรือเรียนอนุบาลแล้ว ผู้ที่ใช้เวลาเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่คือ แม่ รองลงมาคือ ตายาย ผู้เลี้ยงดูหลักส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือน้อยกว่า และกว่าร้อยละ 30 อ่านหนังสือไม่คล่อง เมื่อเปรียบเทียบกับ การสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้ผู้เลี้ยงดูเด็กจบการศึกษาสูงกว่าระดับประถมศึกษาลดลงและสภาพการรู้หนังสือของผู้ดูแลเด็กอ่านได้คล่องลดลง

ครอบครัวร้อยละ 66.1 มีเงินพอใช้จ่าย ร้อยละ 64.3 มีหนี้สิน และร้อยละ 75 มีเงินออม เมื่อเปรียบเทียบกับ การสำรวจครั้งแรก ครอบครัวเด็กปฐมวัยมีหนี้สินเพิ่มขึ้น แต่ก็มีเงินออมเพิ่มขึ้นด้วย

เด็กเกือบร้อยละ 80 อยู่ใกล้สถานบริการสุขภาพ กว่าร้อยละ 80 อยู่ใกล้สถานศึกษา และหอกระจายข่าวหรือศาลาชุมชน เด็กหนึ่งในสามมีห้องสมุดหรือศาลาอ่านหนังสืออยู่ในละแวกบ้าน เด็กเกือบทั้งหมดอยู่ใกล้ร้านขายบุหรี่ย่อยและส่วนใหญ่อยู่ใกล้ร้านขายสุรา หนึ่งในสิบอยู่ใกล้บ่อนการพนัน และเด็กร้อยละ 23 มีร้านเกมส์หรือร้านอินเทอร์เน็ตอยู่ใกล้บ้าน

ขณะตั้งครรภ์แม่ของเด็กกลุ่มอายุ 6-11 เดือนทั้งหมดได้ยาบำรุงที่มีเหล็ก ยาวิตามินและแร่ธาตุรวมทุกชนิด และแม่ครึ่งหนึ่งได้ยาไอโอดีน เด็กอายุ 1 ปี-1 ปี 11 เดือนทั้งหมดได้กินอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา ในขณะที่เด็กอายุต่ำกว่า 1 ปีได้กินเพียงครึ่งหนึ่ง เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปีทั้งหมดได้รับยาน้ำเสริมธาตุเหล็กใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา เมื่อเปรียบเทียบกับ การสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้ขณะตั้งครรภ์แม่ของเด็กกลุ่มอายุ 6-11 เดือน ได้ยาบำรุงที่มีเหล็ก ยาวิตามินและแร่ธาตุรวมทุกชนิดมากขึ้น

เด็กกินผักโดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 1.5 ส่วน และกินผลไม้โดยเฉลี่ย 5 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 2.2 ส่วน เมื่อเปรียบเทียบกับ การสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้เด็กกินผักและผลไม้เพิ่มขึ้น

เด็กอายุ 2-5 ปี ร้อยละ 5 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกวัน ร้อยละ 42.5 ดื่มน้ำทุกสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 15 ที่ไม่ดื่มเลย เด็กร้อยละ 7.5 กินขนมกรุบกรอบทุกวัน ร้อยละ 52.5 กินทุกสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 15 ที่ไม่กินเลย เมื่อเปรียบเทียบกับ การสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้เด็กปฐมวัยดื่มน้ำอัดลม น้ำหวาน และกินขนมกรุบกรอบลดลง

สำหรับภาวะโภชนาการ เด็กอายุ 6 เดือนถึง 5 ปี ร้อยละ 5.5 น้ำหนักน้อย ร้อยละ 9.1 เตี้ย ร้อยละ 5.5 เริ่มอ้วน และร้อยละ 3.6 อ้วน เมื่อเปรียบเทียบกับผลสำรวจเด็กไทยระดับประเทศ เด็กปฐมวัยของตำบลท่าหินมีภาวะขาดสารอาหารสูงกว่าค่ากลางของประเทศ เมื่อเปรียบเทียบกับ การสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้เด็กปฐมวัยมีภาวะเตี้ย เริ่มอ้วนและอ้วนลดลง แต่ยังมีภาวะน้ำหนักน้อยเพิ่มขึ้นเล็กน้อย เด็กประมาณร้อยละ 6.5 มีภาวะโลหิตจาง ซึ่งลดลงจากการสำรวจครั้งแรก ค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะชี้ว่ามีภาวะขาดสารไอโอดีนในกลุ่มวัยนี้

เด็กอายุ 6-11 เดือนครึ่งหนึ่งดูโทรทัศน์น้อยกว่าวันละ 2 ชั่วโมง อีกครึ่งหนึ่งไม่ดูเลย เด็กอายุ 1-5 ปี ร้อยละ 29 ดูโทรทัศน์ในวันหยุดวันละ 2 ชั่วโมงหรือมากกว่า ร้อยละ 7.3 ดูหรือใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ในวันหยุดวันละ 2

ชั่วโมงหรือมากกว่า เด็กร้อยละ 81.8 ได้ออกกำลังกาย วิ่งเล่นกลางแจ้งมากกว่าหรือเท่ากับ 3 วันต่อสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 1.8 ที่ไม่มีโอกาสเลย เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้เด็กปฐมวัยดูโทรทัศน์ลดลง และออกกำลังกายวิ่งเล่นกลางแจ้งมากขึ้น

สุขภาพของเด็กอายุ 6 – 15 ปี

เด็กเกือบทั้งหมดกำลังเรียนอยู่ มีเพียงร้อยละ 1.1 ที่ไม่ได้ศึกษาแล้ว ผู้ที่ใช้เวลาเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่คือ แม่ รองลงมาคือ ตายาย ผู้เลี้ยงดูหลักส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือน้อยกว่า และส่วนใหญ่สามารถอ่านหนังสือได้คล่อง เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้มีเด็กวัยเรียนที่ทำงานแล้วเพิ่มขึ้น

ครอบครัวร้อยละ 52.7 มีเงินพอใช้จ่าย ร้อยละ 62.6 มีหนี้สิน และร้อยละ 56 มีเงินออม เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้ครอบครัวของเด็กวัยเรียนมีหนี้สินเพิ่มขึ้นเกือบ 2 เท่า และมีเงินออมลดลง

เด็กร้อยละ 75-83 ในละแวกบ้านมีสถานบริการสุขภาพ สถานศึกษา และหอกระจายข่าว หรือศาลาชุมชน หนึ่งในสามมีห้องสมุดหรือศาลาอ่านหนังสือในละแวกบ้าน เด็กเกือบทั้งหมดอยู่ใกล้ร้านขายบุหรี่ปริมาณหนึ่งและส่วนใหญ่อยู่ใกล้ร้านขายสุรา หนึ่งในสิบอยู่ใกล้บ่อนการพนัน และเด็กหนึ่งในสามมีร้านเกมส์หรือร้านอินเทอร์เน็ตอยู่ใกล้บ้าน

เด็กร้อยละ 5.5 กินอาหารไม่ครบ 3 มื้อ มื้อที่มากที่สุดคือ มื้อเช้า เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งแรก เด็กงดอาหารมื้อเช้างดลง

ในวันทำงานเด็กเกือบทั้งหมดกินอาหารมื้อเย็นที่ทำกินเองที่บ้าน อาหารที่ทำเองที่บ้านเกือบทั้งหมดปรุงรสเค็มด้วยเกลือเสริมไอโอดีน หรือน้ำปลา ซีอิ๊ว ซอส เสริมไอโอดีน ในวันเสาร์หรืออาทิตย์เด็กร้อยละ 18.7 กินอาหารนอกบ้าน 1 มื้อ โดยส่วนใหญ่เป็นอาหารตามสั่ง

เด็กกินผักโดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 1.9 ส่วน และกินผลไม้โดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 3.6 ส่วน เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้เด็กวัยเรียนกินผลไม้เพิ่มขึ้น และกินผักปริมาณเท่าเดิม

เด็กร้อยละ 14.3 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกวัน ร้อยละ 53.8 ดื่มน้ำอัดลมทุกวัน มีเพียงร้อยละ 6.6 ที่ไม่ดื่มเลย เด็กร้อยละ 19.8 กินขนมกรุบกรอบทุกวัน ร้อยละ 51.6 กินทุกสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 4.4 ที่ไม่กินเลย เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้เด็กวัยเรียนดื่มน้ำอัดลม น้ำหวาน และกินขนมกรุบกรอบลดลง

สำหรับภาวะโภชนาการ เด็กอายุ 6 – 15 ปี ร้อยละ 4.4 เตี้ย ร้อยละ 2.2 น้ำหนักน้อย ร้อยละ 4.4 ผอม ร้อยละ 2.2 เริ่มอ้วน และร้อยละ 9.9 อ้วน เมื่อเปรียบเทียบกับผลสำรวจเด็กไทยระดับประเทศ เด็กวัยเรียนของตำบลท่าหินมีปัญหาโภชนาการเกินสูงกว่าเด็กไทยโดยรวม เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้เด็กวัยเรียนมีภาวะเตี้ย และน้ำหนักน้อยลดลง แต่มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนใกล้เคียงการสำรวจครั้งแรก เด็กร้อยละ 10.2 มีภาวะโลหิตจาง เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้เด็กวัยเรียนมีภาวะโลหิตจางลดลง จากค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะชี้ว่ามีภาวะขาดสารไอโอดีนของกลุ่มวัยนี้

เด็กเกือบทั้งหมดได้ออกกำลังกาย วิ่งเล่นนอกตัวบ้าน หรือเล่นกีฬากลางแจ้งในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา เด็กร้อยละ 32.2 ดูโทรทัศน์ในวันธรรมดาวันละ 2 ชั่วโมง และในวันหยุดร้อยละ 38.5 ดูโทรทัศน์มากกว่าวันละ 3 ชั่วโมง ร้อยละ 62.5 เล่นวิดีโอหรือคอมพิวเตอร์เกมส์ในวันธรรมดาทั้งที่บ้านและนอกบ้านมากกว่าหรือเท่ากับ 1 ชั่วโมงต่อวัน และในวันหยุดเพิ่มเป็นร้อยละ 63.2 เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งแรก ครั้งนี้เด็กวัยเรียนออกกำลังกายลดลง ดูโทรทัศน์มากขึ้น และเข้าร้านเกมส์น้อยลง

ในช่วงเวลา 2 ปี เด็กกลุ่มตัวอย่างในตำบลท่าหินมีพฤติกรรมการบริโภคดีขึ้น ได้แก่ ได้รับอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงและยารักษาธาตุเหล็กมากขึ้น กินผักและผลไม้เพิ่มขึ้น งดอาหารเข้าน้อยลง ดื่มน้ำหวาน น้ำอัดลม และกินขนมกรุบกรอบน้อยลง แต่หลายพฤติกรรมยังไม่ถึงเกณฑ์ตามข้อเสนอแนะ ภาวะโภชนาการโดยรวมของเด็กดีขึ้น ภาวะโลหิตจางลดลงอย่างมาก สะท้อนถึงการทำงานที่มีคุณภาพของฝ่ายบริการสาธารณสุขในพื้นที่ แต่ยังมีปัญหาโภชนาการขาดและเกินสูงกว่าระดับประเทศ และยังมีภาวะขาดสารไอโอดีนที่ควรแก้ไขอย่างเร่งด่วน อีกทั้งพฤติกรรมกิจกรรมทางกายลดลงในเด็กวัยเรียน จึงยังต้องเพิ่มความเข้มข้นของกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในครอบครัว กิจกรรมดูแลสุขภาพของหน่วยบริการสุขภาพในพื้นที่ การจัดการอาหารและการปรับปรุงสิ่งแวดล้อมในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและโรงเรียน และชุมชนให้เอื้อต่อการพัฒนาเด็กให้สมบูรณ์ทั้งกาย สมองและจิตใจ

พฤติกรรมกรรมการบริโภค ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมสุขภาพเด็กอายุ 6 เดือน – 15 ปี ตำบลท่าหิน (เดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2558)

ภาวะโภชนาการที่ดีเป็นต้นทุนสำคัญที่ส่งเสริมให้เด็กเติบโตได้เต็มศักยภาพ เด็กที่มีภาวะทุพโภชนาการรุนแรง การขาดธาตุไอโอดีนอย่างเรื้อรังและโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็กทำให้ระดับไอคิวต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ขาด และมีผลให้การเติบโตชะงักงัน ภูมิคุ้มกันโรคบกพร่องและติดเชื้อได้ง่าย ในขณะที่เด็กอ้วนจะเสี่ยงต่อโรคเบาหวานชนิดที่ 2 นอนกรนจนหยุดหายใจ โรคความดันเลือดสูง และโรคหัวใจและหลอดเลือด

โครงการบูรณาการงานสร้างเสริมสุขภาพด้านอาหารและโภชนาการ กรณีศึกษา จังหวัดสงขลา ของสถาบันการจัดการระบบสุขภาพ (สจรส.) มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จึงดำเนินงานบูรณาการอาหารและโภชนาการ โดยให้มีโครงการติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรรมการบริโภคและภาวะโภชนาการระยะยาว (Cohort study) ของเด็กอายุ 6 เดือน – 14 ปี ในพื้นที่ดำเนินการ ต.ชะแล้ อ.สิงหนคร และต.ควนรู อ.รัตภูมิ เปรียบเทียบกับเด็กในพื้นที่ ต.รัตภูมิ อ.ควนเนียงและ ต.ท่าหิน อ.สทิงพระ

โครงการได้ทำการสำรวจพฤติกรรมกรรมการบริโภค ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมสุขภาพเด็กอายุ 6 เดือน – 14 ปี ในตำบลท่าหิน ครั้งที่ 1 เมื่อเดือนกรกฎาคม - สิงหาคม 2556 ทำการสุ่มตัวอย่างเด็กจำนวน 159 คน สามารถเก็บข้อมูลได้จำนวน 154 คน การสำรวจครั้งนี้เป็นครั้งที่ 2 เพื่อติดตามความเปลี่ยนแปลงของเด็กกลุ่มเดิม ซึ่งติดตามได้ 154 คน และสุ่มเพิ่มเด็กอายุ 6 เดือน – 2 ปี 4 เดือนจำนวน 20 คน เพื่อทดแทนเด็กในโครงการที่โตขึ้น รวมเป็นเด็กอายุ 6 เดือน - 15 ปี ที่เก็บข้อมูลครั้งนี้จำนวน 174 คน เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์และชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง ในจำนวนนี้สุ่มเด็ก 87 คน เพื่อเจาะเลือดและตรวจปัสสาวะ ดำเนินการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2558 ผลการสำรวจเป็นดังนี้

1. ข้อมูลพื้นฐานของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี

เด็กกลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 92.9 ในเด็กเล็ก ร้อยละ 93.4 ในเด็กโต) มีเพียงเด็กเล็กร้อยละ 7.1 และเด็กโตร้อยละ 6.6 ที่นับถือศาสนาอิสลาม เด็กส่วนใหญ่มีพี่น้องที่มีชีวิตอยู่พ่อแม่เดียวกัน จำนวน 2 คน ผู้อุปการะดูแลเด็กส่วนใหญ่เป็นพ่อกับแม่ (ในเด็กเล็กร้อยละ 74.5 ในเด็กโตร้อยละ 76.9) จะเห็นได้ว่าบทบาทในการเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่ยังคงเป็นพ่อแม่ (ตารางที่ 1)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) เด็กอยู่ในการอุปการะดูแลของพ่อคนเดียวเพิ่มขึ้น จากในเด็กเล็กร้อยละ 0 เป็นร้อยละ 9.1 ในเด็กโตร้อยละ 3.9 เป็นร้อยละ 6.6

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ

ข้อมูลส่วนบุคคลของเด็ก	เด็กอายุ 6 เดือน- 5 ปี 11 เดือน	เด็กอายุ 6-15 ปี
ศาสนาของเด็ก (ร้อยละ)		
พุทธ	92.9	93.4
คริสต์	-	-
อิสลาม	7.1	6.6
จำนวนบุตรที่มีชีวิตอยู่เฉพาะพ่อแม่เดียวกัน (ร้อยละ)		
1 คน	28.6	15.4
2 คน	35.7	42.8
3 คน	26.8	29.7
4 คนขึ้นไป	8.9	12.1
ผู้อุปการะดูแลเด็กส่วนใหญ่ (ร้อยละ)		
พ่อกับแม่	74.5	76.9
แม่คนเดียว	7.3	11.0
พ่อคนเดียว	9.1	6.6
ญาติ	7.3	4.4
อื่นๆ	1.8	1.1

1.1 การศึกษาของเด็กปฐมวัยกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-5 ปี 11 เดือน

เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 1 ปี ทั้งหมดอยู่ที่บ้าน เด็กอายุ 1 ปี – 1 ปี 11 เดือน ร้อยละ 9.1 ฝากเลี้ยงบ้านญาติหรือเพื่อนบ้าน และเด็กอายุ 2 ปี – 5 ปี 11 เดือน ร้อยละ 73.9 เข้าศูนย์พัฒนาเด็กเล็กหรือโรงเรียนอนุบาลแล้ว (ตารางที่ 1.1)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) เด็กอายุ 1 ปี – 1 ปี 11 เดือน ฝากเลี้ยงบ้านญาติหรือเพื่อนบ้านเพิ่มขึ้น จากที่เลี้ยงเองที่บ้านทั้งหมดในการสำรวจครั้งที่ 1 เป็นฝากเลี้ยงบ้านญาติหรือเพื่อนบ้านร้อยละ 9.1 ในการสำรวจครั้งนี้

ตารางที่ 1.1 การดูแลเด็กปฐมวัยกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-5 ปี 11 เดือนในช่วงกลางวันจำแนกตามกลุ่มอายุ

การดูแลเด็กปฐมวัยในช่วงกลางวัน (ร้อยละ)	เด็กอายุ	เด็กอายุ	เด็กอายุ	รวม
	6-11 เดือน	1 ปี- 1 ปี 11 เดือน	2 ปี- 5 ปี 11 เดือน	
เลี้ยงเองที่บ้าน	100.0	90.9	19.0	37.5
ฝากเลี้ยงบ้านญาติหรือเพื่อนบ้าน	-	9.1	7.1	7.1
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กหรือโรงเรียนอนุบาล	-	-	73.9	55.4

สรุป เด็กกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดของตำบลท่าหินในวัยทารกดูแลที่บ้าน เมื่ออายุได้ 2 ปี ส่วนใหญ่อยู่ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก การพัฒนาคุณภาพการเลี้ยงดูเด็กในพื้นที่นี้จึงต้องดำเนินการทั้งระดับครอบครัวและระดับศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก โดยควรมีระบบและกลไกเพื่อการประสานความร่วมมือในการดูแลเด็ก

1.2 การศึกษาและการทำงานของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-15 ปี

เด็กอายุ 6-15 ปี ร้อยละ 98.9 กำลังศึกษาอยู่ มีเพียงร้อยละ 1.1 ที่ไม่ได้ศึกษาแล้ว สาเหตุที่ไม่ได้ศึกษาเนื่องจากเด็กไม่ยอมเรียนเอง มีเด็กที่ทำงานแล้วร้อยละ 2.2 โดยเด็กครึ่งหนึ่งประกอบอาชีพงานพื้นฐาน ผู้ใช้แรงงาน และอีกครึ่งหนึ่งประกอบอาชีพอื่นๆ รายได้จากการทำงานของเด็กเฉลี่ยเดือนละ 3,000 บาท โดยเด็กทำงานเฉลี่ยสัปดาห์ละ 5 วัน (ตารางที่ 1.2)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) เด็กวัยเรียนเริ่มทำงานมากขึ้น จากที่ไม่ได้ทำงานทั้งหมดเป็นทำงานร้อยละ 2.2 (จำนวน 2 คน)

ตารางที่ 1.2 การศึกษาและการทำงานของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 - 15 ปี

การศึกษาและการทำงาน	เด็กอายุ 6-15 ปี
ในปัจจุบันเด็กกำลังศึกษาอยู่หรือไม่	
ไม่ได้ศึกษา	1.1
กำลังศึกษาอยู่	98.9
ในกรณีที่ไม่ได้ศึกษาแล้ว ระดับการศึกษาสูงสุด คือ	
ประถมศึกษา	100.0
โดยมีสาเหตุที่ไม่ได้ศึกษาแล้ว คือ	
ไม่ยอมเรียนเอง	100.0
ขณะนี้เด็กทำงานหรือไม่	
ไม่ทำ	97.8
ทำ	2.2
เด็กมีอาชีพ	
ผู้ประกอบอาชีพงานพื้นฐาน ผู้ใช้แรงงาน	50.0
อาชีพอื่นๆ	50.0
สภาพการทำงานของเด็ก	
ลูกจ้างเอกชน	50.0
ไม่ได้ปฏิบัติงานเชิงเศรษฐกิจ	50.0
รายได้จากการทำงานต่อเดือนของเด็ก 3,000 บาท	
เด็กทำงานโดยเฉลี่ยสัปดาห์ละ 5 วัน	

2. ข้อมูลพื้นฐานของครอบครัว

2.1 ข้อมูลพื้นฐานของครอบครัวของเด็กกลุ่มใหม่ อายุ 6 เดือน-2 ปี 4 เดือน

2.1.1 ข้อมูลพื้นฐานของพ่อของเด็กกลุ่มตัวอย่างใหม่อายุ 6 เดือน-2 ปี 4 เดือน

พ่อของเด็กกลุ่มตัวอย่างใหม่เกือบทั้งหมด (ร้อยละ 94.7) ยังมีชีวิตอยู่ อายุพ่อของเด็กเฉลี่ย 32.4 ปี ต่ำสุดอายุ 17 ปี สูงสุด 50 ปี การศึกษาสูงสุดของพ่อส่วนใหญ่เป็นระดับประถมศึกษาหรือน้อยกว่า (ร้อยละ 38.9) รองลงมาเป็นระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ร้อยละ 27.8)

พ่อของเด็กกลุ่มตัวอย่างใหม่ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพผู้ปฏิบัติงานที่มีฝีมือด้านการเกษตร ป่าไม้ และประมง (ร้อยละ 27.7) รองลงมาประกอบอาชีพงานพื้นฐานผู้ใช้แรงงาน เช่น รับจ้าง ทำนา ทำสวน กรรมกร (ร้อยละ 22.2) (ตารางที่ 2.1.1)

ตารางที่ 2.1.1 ข้อมูลพื้นฐานของพ่อเด็กกลุ่มตัวอย่างใหม่อายุ 6 เดือน-2 ปี 4 เดือน

ข้อมูลพื้นฐานของพ่อเด็ก	เด็กอายุ 6 เดือน-2 ปี 4 เดือน
พ่อเด็กยังมีชีวิตอยู่ (ร้อยละ)	94.7
อายุพ่อเด็กโดยเฉลี่ย	32.4
(ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	(17-50)
ระดับการศึกษาสูงสุดของพ่อเด็ก (ร้อยละ)	
ไม่เคยเรียน	-
ประถมศึกษาหรือน้อยกว่า	38.9
มัธยมศึกษาตอนต้น	27.8
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	11.1
ปวส. /อนุปริญญา	-
ปริญญาตรีและสูงกว่า	11.1
อื่นๆ	11.1
อาชีพของพ่อเด็ก(ร้อยละ)	
ผู้ประกอบอาชีพงานพื้นฐาน ผู้ใช้แรงงาน (รับจ้าง ทำนา ทำสวน กรรมกร)	22.2
ผู้ปฏิบัติงานที่มีฝีมือด้านการเกษตร ป่าไม้ และประมง	27.7
ผู้ควบคุมเครื่องจักรโรงงานและเครื่องจักร ขับรถ ขับเรือ	5.6
ช่างฝีมือ และผู้ปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องสาขาต่างๆ ก่อสร้าง ค้าขาย	16.7
เสมียน เลขาธุรการ พนักงานพิมพ์ดีด พนักงานในสำนักงาน	-
พนักงานบริการและผู้จำหน่ายสินค้า การตลาด การค้า และพนักงานขาย	11.1
ผู้ประกอบวิชาชีพด้านต่างๆ นักวิชาการทุกสาขา	-
ผู้จัดการ ข้าราชการอาวุโส นิติบัญญัติ ตุลาการ และผู้บริหารระดับสูง	-
ทหาร ตำรวจ	5.6
อาชีพอื่นๆ	11.1

2.1.2 ข้อมูลพื้นฐานของแม่ของเด็กกลุ่มตัวอย่างใหม่อายุ 6 เดือน-2 ปี 4 เดือน

แม่ของเด็กกลุ่มตัวอย่างใหม่ทั้งหมดยังมีชีวิตอยู่ อายุแม่ของเด็กเฉลี่ย 28.6 ปี ต่ำสุด 17 ปี สูงสุด 38 ปี การศึกษาสูงสุดของแม่เด็กเป็นระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ร้อยละ 42.1) รองลงมาเป็นระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือปวช. (ร้อยละ 26.3)

แม่ของกลุ่มเด็กตัวอย่างใหม่ส่วนใหญ่ไม่มีอาชีพหรือเป็นแม่บ้านเลี้ยงลูก (ร้อยละ 47.4) รองลงมาประกอบอาชีพพนักงานบริการและผู้จำหน่ายสินค้า การตลาด การค้า และพนักงานขาย (ร้อยละ 15.8) (ตารางที่ 2.1.2)

ตารางที่ 2.1.2 ข้อมูลพื้นฐานของแม่ของเด็กกลุ่มตัวอย่างใหม่อายุ 6 เดือน-2 ปี 4 เดือน

ข้อมูลพื้นฐานของแม่เด็ก	เด็กอายุ 6 เดือน- 2 ปี 4 เดือน
แม่เด็กยังมีชีวิตอยู่ (ร้อยละ)	100.0
อายุแม่เด็กโดยเฉลี่ย (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	28.6 (17-38)
ระดับการศึกษาสูงสุดของแม่เด็ก (ร้อยละ)	
ไม่เคยเรียน	-
ประถมศึกษาหรือน้อยกว่า	10.5
มัธยมศึกษาตอนต้น	42.1
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	26.3
ปวส. /อนุปริญญา	5.3
ปริญญาตรีและสูงกว่า	15.8
อาชีพของแม่เด็ก(ร้อยละ)	
ผู้ประกอบการอาชีพงานพื้นฐาน ผู้ใช้แรงงาน(รับจ้าง ทำนา ทำสวน กรรมกร)	10.5
ผู้ปฏิบัติงานที่มีฝีมือด้านการเกษตร ป่าไม้ และ ประมง	-
ผู้ควบคุมเครื่องจักรโรงงานและเครื่องจักร ขับรถ ขับเรือ	-
ช่างฝีมือ และผู้ปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องสาขาต่างๆ ก่อสร้าง ค้าขาย	5.3
เสมียน เลขาณุกการ พนักงานพิมพ์ดีด พนักงานในสำนักงาน	10.5
พนักงานบริการและผู้จำหน่ายสินค้า การตลาด การค้า และพนักงานขาย	15.8
ผู้ประกอบการวิชาชีพด้านต่างๆ นักวิชาการทุกสาขา	-
ผู้จัดการ ข้าราชการอาวุโส นิติบัญญัติ ตุลาการ และผู้บริหารระดับสูง	-
ทหาร ตำรวจ	-
ไม่มีอาชีพ	47.4
อาชีพอื่นๆ	10.5

2.2 ข้อมูลพื้นฐานของครอบครัวเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี

สภาพการครอบครองที่อยู่อาศัยของพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่เด็กอาศัยอยู่ด้วย ส่วนใหญ่เป็นเจ้าของบ้านและที่ดิน (ในเด็กเล็กร้อยละ 75 ในเด็กโตร้อยละ 91.2) จำนวนคนในบ้านที่อาศัยอยู่ประจำเฉลี่ยประมาณ 5 คน ต่ำสุด 2 คน สูงสุด 10 คน

รายได้ประจำของครอบครัวที่ดูแลเด็ก ครอบครัวของกลุ่มเด็กเล็กร้อยละ 66.1 มีรายได้พอใช้จ่าย ร้อยละ 64.3 มีหนี้สิน ร้อยละ 75 มีเงินออม ส่วนในกลุ่มเด็กโตครอบครัวร้อยละ 52.7 มีรายได้พอใช้จ่าย ร้อยละ 62.6 มีหนี้สิน และร้อยละ 56 มีเงินออม (ตารางที่ 2.2)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) สภาพการครอบครองที่อยู่อาศัยของพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่เด็กอาศัยอยู่ด้วยเป็นเจ้าของบ้านและที่ดินลดลง โดยไปอาศัยอยู่โดยไม่ต้องเสียค่าเช่าเพิ่มขึ้น

ตารางที่ 2.2 เศรษฐฐานะของครอบครัวเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ

เศรษฐฐานะของครอบครัว	เด็กอายุ 6 เดือน- 5 ปี	เด็กอายุ 11 เดือน- 15 ปี
สภาพการครอบครองที่อยู่อาศัยของพ่อแม่หรือผู้ปกครอง(ร้อยละ)		
เป็นเจ้าของบ้านและที่ดิน	75.0	91.2
เป็นเจ้าของบ้านแต่เช่าที่ดิน	-	-
บ้านเช่า	1.8	1.1
อยู่โดยไม่ต้องเสียค่าเช่า	23.2	7.7
อื่นๆ	-	-
จำนวนคนในบ้านที่อยู่ประจำ	5.0	5.0
(ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	(2-10)	(2-10)
รายได้ประจำของครอบครัวที่ดูแลเด็กอยู่ในขณะนี้ (ร้อยละ)		
รายได้พอใช้จ่าย	66.1	52.7
มีหนี้สิน	64.3	62.6
มีเงินออม	75.0	56.0

2.3 ลักษณะของครอบครัวของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี

เด็กกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มอายุ ส่วนใหญ่พ่อแม่สมรสและอาศัยอยู่ด้วยกัน ร้อยละ 71.4 ในกลุ่มเด็กเล็ก และร้อยละ 78 ในกลุ่มเด็กโต ร้อยละ 16.1 ของเด็กเล็ก และร้อยละ 15.4 ของเด็กโตพ่อแม่หย่าเลิกกัน (ตารางที่ 2.3)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) ในกลุ่มเด็กเล็กพ่อแม่หย่า/เลิกกันมากขึ้นเป็น 4 เท่า (จากการสำรวจครั้งที่ 1 หย่า/เลิกกัน ร้อยละ 3.9) แต่ในกลุ่มเด็กโตมีพ่อแม่ที่สมรสและยังอาศัยอยู่ด้วยกันมากขึ้น

ตารางที่ 2.3 ลักษณะของครอบครัวเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ

ลักษณะของครอบครัว	เด็กอายุ 6 เดือน- 5 ปี	เด็กอายุ 11 เดือน- 15 ปี
สมาชิกในครอบครัว ประกอบด้วยใครบ้าง(ร้อยละ)		
แม่เด็ก	87.3	83.5
พ่อเด็ก	85.5	79.1
ปู่-ย่า/ตา-ยาย	48.1	49.5
ลุง-ป้า-น้า-อา	18.2	16.5
พี่น้อง/ลูกพี่ลูกน้อง	74.1	74.7
ลูกจ้าง พี่เลี้ยงเด็ก คนทำงานบ้าน	-	2.2
อื่นๆ	-	1.1
สถานภาพสมรสของพ่อ-แม่ในปัจจุบัน (ร้อยละ)		
ไม่ได้สมรส/เลี้ยงลูกอยู่คนเดียว	-	-
ไม่ได้สมรส/เลี้ยงลูกด้วยกัน	12.5	3.3
สมรส/ยังอาศัยอยู่ด้วยกัน	71.4	78.0
สมรส แต่แยกอยู่	-	-
เป็นหม้ายคู่เสียชีวิต	-	3.3
หย่า/เลิกกัน	16.1	15.4

สรุป ครอบครัวของเด็กกลุ่มตัวอย่างเด็กโตตำบลท่าหินเกือบครึ่งหนึ่งไม่มีเงินออม ครอบครัวของเด็กปฐมวัยมีรายได้พอใช้จ่ายมากกว่าครอบครัวของเด็กโต ครอบครัวของเด็กตัวอย่างทั้งสองกลุ่มพ่อแม่มีการหย่าหรือเลิกกันจำนวนใกล้เคียงกัน แต่พ่อแม่ของเด็กกลุ่มเด็กเล็กหย่า/เลิกกันมากกว่าการสำรวจครั้งที่ 1 ถึง 4 เท่า

3. ข้อมูลพื้นฐานของผู้ดูแลเด็กของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี

ผู้ใช้เวลาเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่ทั้งสองกลุ่มอายุยังคงเป็นแม่ รองลงมาคือ ตา/ยาย อายุของผู้เลี้ยงดูเด็กโดยเฉลี่ยประมาณ 56-60 ปี ผู้ใช้เวลาเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือน้อยกว่า และสามในสิบของผู้เลี้ยงดูเด็กเล็กอ่านหนังสือไม่คล่อง (ตารางที่ 3)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) ในเด็กโต ผู้ที่ใช้เวลาเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่เป็นแม่เพิ่มขึ้น พ่อดูแลเด็กลดลง อายุของผู้เลี้ยงดูเด็กโดยเฉลี่ยมากขึ้น จบการศึกษาระดับประถมศึกษาลดลงและสภาพการรู้หนังสือของผู้ดูแลเด็กอ่านได้คล่องลดลง

ตารางที่ 3 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ดูแลเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ

ผู้ดูแลเด็ก	เด็กอายุ 6 เดือน- 5 ปี	เด็กอายุ 11 เดือน- 15 ปี
ผู้ที่ใช้เวลาเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่ (ร้อยละ)		
พ่อ	8.9	5.5
แม่	67.9	70.3
ปู่/ย่า	5.4	8.8
ตา/ยาย	14.3	9.9
ลุง/ป้า/น้า/อา	1.8	3.3
พี่เลี้ยงเด็กในบ้าน	1.8	1.1
คนรับจ้างเลี้ยงเด็ก	-	-
อื่นๆ	-	1.1
อายุของผู้เลี้ยงดูเด็กโดยเฉลี่ย (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	56.6 (41-73)	60.3 (24-82)
ไม่เคยเรียน	7.7	-
ประถมศึกษาหรือน้อยกว่า	84.6	81.8
มัธยมศึกษาตอนต้น	7.7	4.5
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	-	-
ปวส. /อนุปริญญา	-	9.1
ปริญญาตรีและสูงกว่า	-	4.5
อื่นๆ	-	-
สภาพการรู้หนังสือของผู้ดูแลเด็ก (ร้อยละ)		
อ่านไม่ออก	7.7	-
อ่านไม่คล่อง	30.8	13.6
อ่านได้คล่อง	61.5	86.4

สรุป กว่าร้อยละ 80 ของผู้ดูแลหลักของเด็กกลุ่มตัวอย่างในพื้นที่ตำบลท่าหินมีการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือน้อยกว่า อายุของผู้เลี้ยงดูเด็กโดยเฉลี่ยมากขึ้น จบการศึกษาระดับประถมศึกษาและสภาพการรู้หนังสือของผู้ดูแลเด็กอ่านได้คล่องลดลง ผู้ดูแลหลักของเด็กเล็กกว่าร้อยละ 30 อ่านหนังสือไม่คล่อง

4. ทำเลบ้านที่เด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปีอยู่อาศัย

เด็กเกือบทั้งหมดอาศัยอยู่ในชุมชนที่มีเพื่อนบ้านใกล้เคียงที่สามารถขอความช่วยเหลือได้เมื่อได้รับความเดือดร้อน เด็กร้อยละ 75-85 อยู่ใกล้สถานบริการสุขภาพ สถานศึกษา หอกระจายข่าว และศาลาชุมชน กว่าสามในห้าอยู่ใกล้สนามเด็กเล่นหรือสนามกีฬา เด็กหนึ่งในสามมีศาลาอ่านหนังสือหรือห้องสมุดอยู่ใกล้บ้าน

สำหรับสถานที่เสี่ยงอันตรายใกล้บ้าน เด็กส่วนใหญ่อยู่ใกล้ร้านขายสุราและบุหรี หนึ่งในสิบอยู่ใกล้บ่อนการพนัน เด็กร้อยละ 23-34 มีร้านเกมส์หรือร้านอินเทอร์เน็ตอยู่ใกล้บ้าน (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 ลักษณะของทำเลบ้านที่เด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปีอยู่อาศัย จำแนกตามกลุ่มอายุ

ทำเลบ้านที่เด็กกลุ่มตัวอย่างอยู่อาศัย	เด็กอายุ	เด็กอายุ
	6 เดือน- 5 ปี	6-15 ปี
เพื่อนบ้านใกล้เคียงที่ขอความช่วยเหลือได้ เมื่อได้รับความเดือดร้อน(ร้อยละ)		
ไม่มี	-	-
มี	100.0	98.9
บริการชุมชนใกล้บ้าน(ร้อยละ)		
ร้านค้า / ตลาด / มินิมาร์ท / ห้างสรรพสินค้า	91.1	94.5
สถานีนอนามัย/ ศูนย์สาธารณสุขชุมชน / โรงพยาบาล / คลินิกหมอ	78.6	78.0
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก / สถานรับเลี้ยงเด็ก	57.1	49.5
โรงเรียน หรือสถานศึกษา หรือมหาวิทยาลัย	85.7	83.5
สวนหย่อม / สวนสาธารณะ	30.4	25.3
สนามเด็กเล่น / ลานกีฬา / สนามกีฬา	66.1	64.8
วัด / โบสถ์ / มัสยิด	89.3	93.4
ศาลาอ่านหนังสือ / ห้องสมุด	35.7	37.4
หอกระจายข่าว / ศาลาชุมชน	83.9	75.8
สถานที่เสี่ยงอันตรายใกล้บ้าน(ร้อยละ)		
บ่อนการพนัน	10.7	9.9
ร้านขายสุรา	71.4	79.1
สถานเริงรมย์ / บาร์ / ไนท์คลับ	3.6	1.1
ชุมชนแออัด	1.8	9.9
โรงงานอุตสาหกรรม	1.8	1.1
คูน้ำ / หนองน้ำ/ แม่น้ำ/ ลำคลอง	87.5	89.0
เสาไฟฟ้าแรงสูง	48.2	56.0
ร้านเกมส์ ร้านอินเทอร์เน็ต	23.2	34.4
ร้านขายบุหรี	92.9	94.5

สรุป เด็กกลุ่มตัวอย่างของตำบลท่าหินเกือบทั้งหมดอยู่ใกล้ร้านขายบุหรีและส่วนใหญ่อยู่ใกล้ร้านขายสุรา เด็กหนึ่งในสิบอยู่ใกล้บ่อนการพนัน ทำให้เด็กได้เห็นตัวอย่างที่ไม่เหมาะสม และอาจมีพฤติกรรมเสี่ยงในอนาคต

5. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

5.1 ข้อมูลการกินยาบำรุงเลือดขณะตั้งครรภ์เด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-1 ปี 11 เดือน

ขณะตั้งครรภ์แม่ของเด็กกลุ่มอายุ 6-11 เดือนทั้งหมดได้ยาบำรุงที่มีเหล็ก ยาวิตามินและแร่ธาตุรวมทุกชนิด และแม่ครึ่งหนึ่งได้ยาไอโอดีน (ตารางที่ 5.1)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) ขณะตั้งครรภ์แม่ของเด็กกลุ่มอายุ 6-11 เดือน ได้รับยาบำรุงที่มีเหล็ก ไอโอดีน ยาวิตามินและแร่ธาตุรวมทุกชนิดเพิ่มขึ้น

ตารางที่ 5.1 ข้อมูลการกินยาบำรุงเลือดของมารดาของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-1 ปี 11 เดือน

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	เด็กอายุ 6-11 เดือน	เด็กอายุ 1 ปี-1 ปี 11 เดือน
ขณะตั้งครรภ์เด็กคนนี มารดาได้กินยาบำรุงเลือดต่อไปนี้ (ร้อยละ)		
เหล็ก	100.0	64.3
ไอโอดีน	50.0	23.1
ไตรเฟอร์ดิน (เหล็ก+ไอโอดีน+ฟolic)	-	61.5
วิตามินและแร่ธาตุรวมทุกชนิด (โอบีมิน)	100.0	23.1

5.2 พฤติกรรมการให้อาหารเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-1 ปี 11 เดือน

เด็กอายุ 6-11 เดือนทั้งหมดได้ดื่มนมแม่ภายในชั่วโมงแรกหลังเกิด และได้ดูดหัวนมใน 2-3 วันแรกหลังเกิด เด็กอายุ 1 ปี-1 ปี 11 เดือน เลิกกินนมแม่ที่อายุเฉลี่ยประมาณ 3-4 เดือน และเริ่มกินนมขวด/นมผงเมื่ออายุเฉลี่ย 4-5 เดือน เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปีเริ่มกินอาหารอื่นนอกจากนมแม่เมื่ออายุเฉลี่ยประมาณ 6-7 เดือน

เด็กอายุต่ำกว่า 1 ปีทั้งหมดได้อาหารพวกข้าว ธัญพืช พืชหัวหรือราก เนื้อสัตว์ ไข่ ผักและผลไม้ที่มีวิตามินเอสูง ผักและผลไม้ชนิดอื่นๆ มีนมและผลิตภัณฑ์ ถั่วฝักและถั่วเปลือกแข็งที่เด็กได้รับเพียงครั้งหนึ่ง

เด็กอายุต่ำกว่า 1 ปี ครั้งหนึ่งได้รับขนมหวาน 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ อีกครั้งหนึ่งไม่ได้รับขนมหวานเลย เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปีทั้งหมดได้รับยาน้ำเสริมธาตุเหล็กใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา เด็กอายุ 1 ปี-1 ปี 11 เดือนทั้งหมดได้กินอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง/อาหารที่เสริมด้วยธาตุเหล็กใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา ส่วนเด็กอายุ 6-11 เดือนได้กินเพียงครั้งหนึ่ง (ตารางที่ 5.2)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) เด็กได้ดูดหัวนมใน 2-3 วันแรกหลังเกิดมากขึ้น ดัชนีความหลากหลายของอาหารดีขึ้น เด็กอายุ 1 ปี-1 ปี 11 เดือนกินอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง/อาหารที่เสริมด้วยธาตุเหล็กเพิ่มขึ้น และเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปีได้รับยาน้ำเสริมธาตุเหล็กมากขึ้น

ตารางที่ 5.2 การให้อาหารเด็กอายุ 6 เดือน-1 ปี 11 เดือน จำแนกตามกลุ่มอายุ

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	เด็กอายุ 6-11 เดือน	เด็กอายุ 1 ปี-1 ปี 11 เดือน
เด็กได้ดื่มนมแม่ภายในชั่วโมงแรกหลังเกิด (ร้อยละ)	100.0	92.9
เด็กได้ดูดหัวนมใน 2-3 วันแรกหลังเกิด (ร้อยละ)	100.0	92.9
อายุเฉลี่ยที่เด็กเลิกกินนมแม่ (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	8 (8-8)	3.6(1-12)
เด็กกินนมขวด/นมผง(ร้อยละ)	100.0	78.6
เด็กเริ่มกินนมขวด/นมผงเมื่ออายุเฉลี่ย (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	4.5 (1-8)	4.9 (1-20)
เด็กเริ่มกินอาหารอื่นเมื่ออายุเฉลี่ย (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	6.0 (6-6)	7.1 (3-12)
เด็กได้กินอาหารต่อไปนี้ใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา(ร้อยละ)		
ข้าว ธัญพืช และพืชหัวหรือธัญ	100.0	100.0
ถั่วฝักและถั่วเปลือกแข็ง	50.0	42.9
นมและผลิตภัณฑ์ไม่รวมนมแม่	50.0	92.9
เนื้อสัตว์	100.0	92.9
ไข่	100.0	100.0
ผักและผลไม้ที่มีวิตามินเอสูง	100.0	71.4
ผักและผลไม้ชนิดอื่นๆ	100.0	85.7
ดัชนีความหลากหลายของอาหาร (Diversity index)	100.0	100.0
ทารกได้รับขนมหวาน(ร้อยละ)		
ไม่ได้	50.0	
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	50.0	
3-6 ครั้ง/สัปดาห์	-	
ทุกวัน	-	
ทารกได้รับเครื่องดื่มชนิดอื่น นอกเหนือจากนมและน้ำสะอาด (ร้อยละ)		
ไม่ได้	-	21.4
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	50.0	50.0
3-6 ครั้ง/สัปดาห์	50.0	28.6
ทุกวัน	-	-
เด็กกินอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง/อาหารที่เสริมด้วยธาตุเหล็ก ใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา (ร้อยละ)	50.0	100.0
เด็กกินยาน้ำเสริมธาตุเหล็กใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา (ร้อยละ)	100.0	100.0

5.3 การปรุงรสอาหารที่เตรียมให้เด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-5 ปี 11 เดือน

การปรุงรสอาหารที่เตรียมให้เด็กทั้งหมดมีการปรุงรสอาหารด้วยเกลือ ร้อยละ 50 มีการใช้ซีอิ้ว/ ซอสถั่วเหลืองในการปรุงอาหารให้เด็กทารก (ตารางที่ 5.3)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) การปรุงอาหารให้เด็กใส่ผงปรุงรสลดลง

ตารางที่ 5.3 การปรุงรสอาหารที่เตรียมให้เด็กอายุ 6 เดือน-5 ปี 11 เดือน จำแนกตามกลุ่มอายุ

	เด็กอายุ 6-11 เดือน	เด็กอายุ 1 ปี-1 ปี 11 เดือน	เด็กอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือน
ท่านปรุงรสอาหารที่เตรียมให้เด็กด้วย (ร้อยละ)			
เกลือ	100.0	100.0	100.0
น้ำตาล	-	50.0	72.5
น้ำปลา	-	71.4	75.0
ผงปรุงรส	-	28.6	57.5
ซีอิ้ว/ซอสถั่วเหลือง	50.0	50.0	90.0

5.4 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี

ในวันทำงานเด็กเกือบทั้งหมดกินอาหารมื้อเย็นที่ทำกินเองที่บ้าน ในวันเสาร์หรืออาทิตย์เด็กร้อยละ 12.5-18.7 กินอาหารนอกบ้าน 1 มื้อ โดยส่วนใหญ่เป็นอาหารตามสั่ง (ตารางที่ 5.4)

ตารางที่ 5.4 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	เด็กอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือน	เด็กอายุ 6-15 ปี
ในวันทำงานของผู้ดูแล/ผู้ปกครอง โดยทั่วไปอาหารมื้อเย็นที่เด็กกินบ่อยที่สุดเป็นอาหาร (ร้อยละ)		
อาหารที่ทำกินเองที่บ้าน	97.5	98.9
อาหารปรุงสุกสำเร็จ	2.5	-
อาหารตามสั่ง	-	1.1
ในวันทำงานของผู้ดูแล/ผู้ปกครอง แหล่งของอาหารมื้อเย็นที่เด็กกินบ่อยที่สุด (ร้อยละ)		
ตลาด/ตลาดนัด (ร้านไม่เคลื่อนย้าย)	100.0	100.0
ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ เด็กกินอาหารมื้อหลัก (เช้า กลางวัน เย็น) นอกบ้านจำนวน (ร้อยละ)		
0 มื้อ	85.0	79.1
1 มื้อ	12.5	18.7
2 มื้อ	2.5	1.1

พฤติกรรมกรบริโภคอาหาร	เด็กอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือน	เด็กอายุ 6-15 ปี
3 มื้อ	-	1.1
ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ลักษณะอาหารนอกบ้านที่เด็กกินบ่อยที่สุด(ร้อยละ)		
อาหารปรุงสุกสำเร็จ	16.7	42.1
อาหารตามสั่ง	83.3	57.9
ในวันเสาร์หรืออาทิตย์แหล่งที่มาของอาหารนอกบ้านมื้อหลักที่เด็กกินบ่อยที่สุด (ร้อยละ)		
รถเร่/เรือเร่ขายอาหาร/อาหารริมบาทวิถี/อาหารริมทาง	-	21.1
ตลาด/ตลาดนัด (ร้านไม่เคลื่อนย้าย)	-	15.8
ร้านอาหารตามสั่ง/ภัตตาคาร/ร้านอาหารทั่วไป	83.3	57.8
ซูเปอร์มาร์เก็ตในห้างสรรพสินค้า	16.7	5.3

5.5 การงดอาหารมื้อเช้าของเด็กวัยเรียน

เมื่อเปรียบเทียบกับ การสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) พบว่า ในการสำรวจครั้งนี้เด็กตำบลท่าหินงดอาหารเช้าลดลงจากร้อยละ 16 ในการสำรวจครั้งที่ 1 เป็นร้อยละ 5.5 ในการสำรวจครั้งนี้

5.6 ความถี่และปริมาณการบริโภคผลไม้และผักของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี

เด็กกลุ่มตัวอย่างกินผักผลไม้โดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ เด็กอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือนกินผักวันละประมาณ 1.5 ส่วน กินผลไม้วันละ 2.2 ส่วน เด็กอายุ 6-15 ปี กินผักวันละประมาณ 1.9 ส่วน กินผลไม้วันละ 3.6 ส่วน (ตารางที่ 5.6)

เมื่อเปรียบเทียบกับ การสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนของตำบลท่าหินมีการกินผลไม้เพิ่มขึ้น โดยครั้งที่ 1 เด็กปฐมวัยกินวันละ 1.9 ส่วน วัยเรียนกินวันละ 2.1 ส่วน สำหรับการกินผัก เด็กปฐมวัยตำบลท่าหินกินผักเพิ่มขึ้น โดยครั้งที่ 1 เด็กปฐมวัยกินวันละ 1.1 ส่วน ส่วนเด็กวัยเรียนกินผักปริมาณเท่าเดิม

ตารางที่ 5.6 ความถี่และปริมาณการบริโภคผลไม้และผักของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ

พฤติกรรมกรบริโภคผักและผลไม้	เด็กอายุ 2 ปี- 5 ปี 11 เดือน	เด็กอายุ 6-15 ปี
ผลไม้สด		
จำนวนวันโดยเฉลี่ยในแต่ละสัปดาห์ ที่เด็กกินผลไม้สด (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	4.6 (1-7)	4.1 (0-7)
จำนวนครั้งโดยเฉลี่ย ในแต่ละวันที่เด็กกินผลไม้สด (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	1.4 (1-3)	1.5 (0-5)
จำนวนส่วนต่อครั้งที่เด็กกินผลไม้สด (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	1.5 (0.5-4)	2.3 (0-6)
จำนวนส่วนต่อวันที่เด็กกินผลไม้สด	2.2 (0.5-12)	3.6 (0-18)

พฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้	เด็กอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือน	เด็กอายุ 6-15 ปี
(ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)		
ผัก		
จำนวนวันโดยเฉลี่ยในแต่ละสัปดาห์ ที่เด็กกินผัก (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	4.3 (0-7)	4.2 (0-7)
จำนวนครั้งโดยเฉลี่ย ในแต่ละวันที่เด็กกินผัก (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	1.5 (0-3)	1.6 (0-3)
จำนวนส่วนต่อครั้งที่เด็กกินผัก (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	0.8 (0-2)	1.1 (0-3)
จำนวนส่วนต่อวันที่เด็กกินผัก (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	1.5 (0-6)	1.9 (0-9)

5.7 ข้อมูลความถี่ในการบริโภคอาหารของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี

เด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือน ร้อยละ 67.5 ดื่มนมรสจืดทุกวัน ร้อยละ 37.5 ดื่มนมรสหวาน/รสช็อกโกแลต/รสสตรอเบอร์รี่ โยเกิร์ตถ้วยปรุงแต่งทุกสัปดาห์ เด็กร้อยละ 47.5 ดื่มนมเปรี้ยวชนิดดื่มทุกสัปดาห์ เด็กร้อยละ 42.5 กินขนมปังสำเร็จรูปทุกเดือน มีเพียงร้อยละ 12.5 ที่ไม่กินเลย เด็กร้อยละ 42.5 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกสัปดาห์ ร้อยละ 15 ไม่ดื่มเลย ร้อยละ 17.5 ดื่มน้ำชา กาแฟ ชา โกโก้ทุกสัปดาห์ ร้อยละ 60 ไม่ดื่มเลย เด็กร้อยละ 52.5 กินขนมกรุบกรอบทุกสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 15 ที่ไม่กินเลย เด็กร้อยละ 50 กินลูกอมทุกสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 12.5 ที่ไม่กินเลย เด็กร้อยละ 40 กินช็อกโกแลตทุกสัปดาห์ ร้อยละ 15 ไม่กินเลย

เด็กอายุ 6-15 ปี ร้อยละ 64.4 ดื่มนมรสจืดทุกวัน เด็กร้อยละ 40.7 ดื่มนมรสหวาน/รสช็อกโกแลต/รสสตรอเบอร์รี่ โยเกิร์ตถ้วยปรุงแต่งทุกสัปดาห์ เด็กร้อยละ 44 ดื่มนมเปรี้ยวชนิดดื่มทุกสัปดาห์ เด็กร้อยละ 61.5 กินขนมปังสำเร็จรูปทุกสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 4.4 ที่ไม่กินเลย ร้อยละ 53.8 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 6.6 ที่ไม่ดื่มเลย เด็กร้อยละ 25.8 ดื่มน้ำชา กาแฟ ชา โกโก้ทุกสัปดาห์ ร้อยละ 39.3 ไม่ดื่มเลย เด็กร้อยละ 51.6 กินขนมกรุบกรอบทุกสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 4.4 เท่านั้นที่ไม่กินเลย เด็กร้อยละ 44.4 กินลูกอมทุกสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 11.1 ที่ไม่กินเลย เด็กร้อยละ 42.9 กินช็อกโกแลตทุกสัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 15.4 ที่ไม่กินเลย (ตารางที่ 5.7)

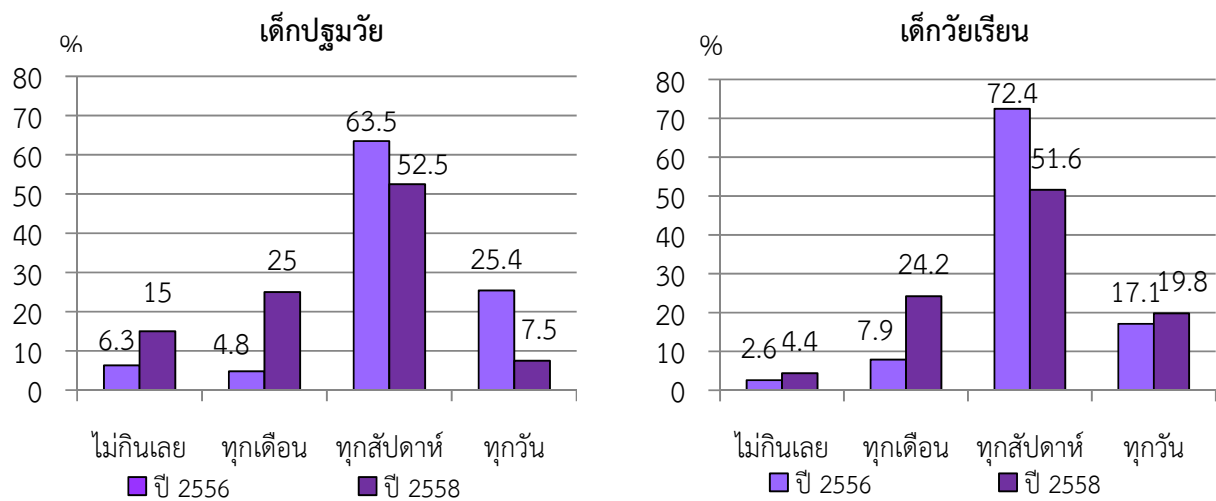
เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) พบว่า เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนบริโภคขนมกรุบกรอบทุกสัปดาห์ลดลง และไม่กินเลยเพิ่มขึ้น (รูปที่ 5.7.1) การดื่มน้ำหวาน น้ำอัดลม เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนดื่มทุกสัปดาห์ลดลง แต่ดื่มทุกวันและทุกเดือนเพิ่มขึ้น (รูปที่ 5.7.2)

ตารางที่ 5.7 ข้อมูลความถี่ในการบริโภคอาหารของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ

ความถี่ในการบริโภคอาหาร	เด็กอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือน				เด็กอายุ 6-15 ปี			
	ไม่กิน เลย	ทุก เดือน	ทุก สัปดาห์	ทุก วัน	ไม่กิน เลย	ทุก เดือน	ทุก สัปดาห์	ทุก วัน
1. เนื้อสัตว์ทอดเช่น หมูทอด เนื้อทอด ไก่ทอด	2.5	17.5	70.0	10.0	1.1	14.3	70.3	14.3
2. เนื้อสัตว์ผัด เช่น เนื้อหมูผัด เนื้อไก่ผัด	7.5	25.0	65.0	2.5	8.8	25.3	56.0	9.9
3. เนื้อสัตว์ ต้ม ตุ่น ปิ้ง ย่าง เช่น หมูตุ๋น หมูต้ม หมูปิ้ง	2.5	20.0	65.0	12.5	1.1	26.4	61.5	11.0
4. เนื้อปลาต้ม/นึ่ง/ปิ้ง	2.5	20.0	75.0	2.5	5.6	27.8	60.0	6.7
5. ปลาทอด	5.0	15.0	65.0	15.0	3.3	25.3	58.2	13.2
6. ไข่เจียว ไข่ดาว	5.0	22.5	52.5	20.0	1.1	8.8	54.9	35.2
7. ไข่ต้ม ไข่ตุ๋น	10.0	42.5	45.0	2.5	13.3	35.6	45.6	5.6
8. ลูกชิ้นทอด ไส้กรอกทอด ฯลฯ	5.0	25.0	60.0	10.0	5.5	22.0	56.0	16.5
9. ลูกชิ้น ไส้กรอกปิ้ง นึ่ง ฯลฯ	5.0	40.0	50.0	5.0	16.5	27.5	48.4	7.7
10. กุ้ง หอย ปู ปลาหมึก	7.5	32.5	57.5	2.5	4.4	41.8	50.5	3.3
11. นมรสจืด	2.5	2.5	27.5	67.5	4.4	7.8	23.3	64.4
12. นมรสหวาน/รสช็อกโกแลต/สตอเบอรี่ โยเกิร์ตถ้วยปรุงแต่ง	2.5	32.5	37.5	27.5	8.8	20.9	40.7	29.7
13. นมเปรี้ยวชนิดดื่ม	12.5	30.0	47.5	10.0	6.6	33.0	44.0	16.5
14. นมถั่วเหลือง น้ำเต้าหู้	20.0	32.5	42.5	5.0	17.6	23.1	50.5	8.8
15. นมผง	57.5	5.0	2.5	35.0	92.3	3.3	2.2	2.2
16. ขนมห้าง	10.0	32.5	55.0	2.5	11.0	26.4	56.0	6.6
17. บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป	12.5	37.5	42.5	7.5	4.4	33.0	61.5	1.1
18. มันฝรั่งทอด (เฟรนช์ฟราย)	25.0	57.5	17.5	0.0	27.8	45.6	25.6	1.1
19. ข้าวต้มเครื่อง (หมู ไก่ กุ้ง ฯลฯ), โจ๊ก	2.5	12.5	52.5	32.5	2.2	26.4	51.6	19.8
20. ก๋วยเตี๋ยวน้ำ	10.0	40.0	50.0	0.0	7.7	37.4	52.7	2.2
21. ข้าวมันไก่ ข้าวหมูแดง ข้าวหน้าเป็ด ข้าวขาหมู ข้าวผัด	10.0	52.5	37.5	0.0	8.8	46.2	42.9	2.2
22. ก๋วยเตี๋ยวผัด ผัดซีอิ้ว ก๋วยเตี๋ยวแห้ง	30.0	47.5	22.5	0.0	18.7	46.2	33.0	2.2
23. พิซซ่า ลาซานญา สปาเก็ตตี้ แฮมเบอร์เกอร์	62.5	32.5	5.0	0.0	54.9	36.3	7.7	1.1
24. น้ำอัดลม น้ำหวาน เครื่องดื่มสำเร็จรูป	15.0	37.5	42.5	5.0	6.6	25.3	53.8	14.3
25. น้ำผลไม้/น้ำผัก	12.5	22.5	62.5	2.5	11.1	26.7	44.4	17.8
26. กาแฟ ชา โกโก้	60.0	20.0	17.5	2.5	39.3	29.2	25.8	5.6
27. เครื่องดื่มเสริมสารอาหาร เช่น บีอิ้ง ไอเฟรม	90.0	5.0	5.0	0.0	80.9	13.5	4.5	1.1
28. คุกกี้ ขนมห้างสอดไส้ ขนมเค้ก พาย	15.0	37.5	47.5	0.0	21.1	42.2	31.1	5.6
29. ไอศกรีม	0.0	20.0	72.5	7.5	3.3	23.1	62.6	11.0

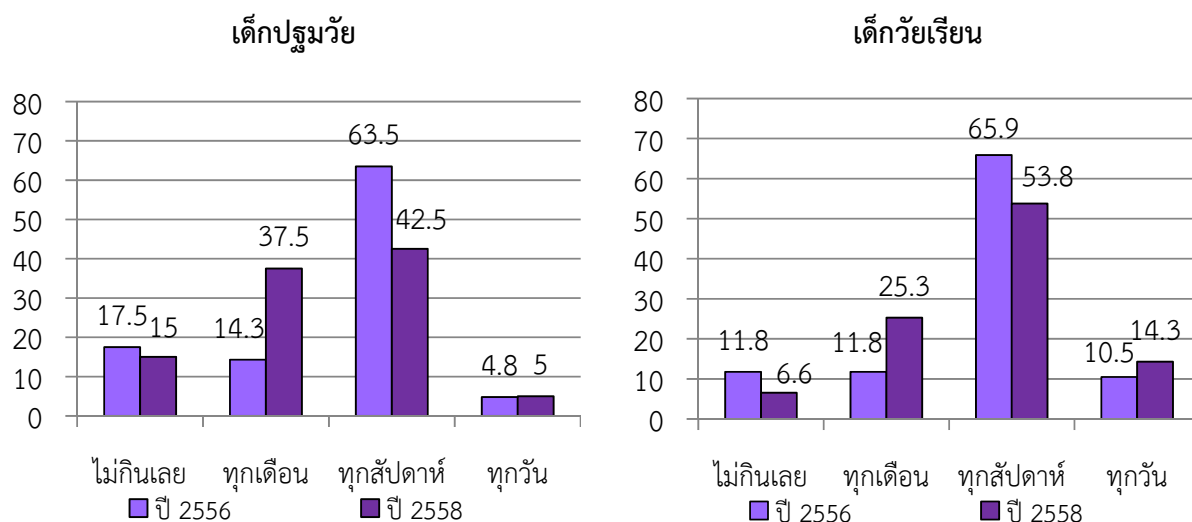
ความถี่ในการบริโภคอาหาร	เด็กอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือน				เด็กอายุ 6-15 ปี			
	ไม่กินเลย	ทุกเดือน	ทุกสัปดาห์	ทุกวัน	ไม่กินเลย	ทุกเดือน	ทุกสัปดาห์	ทุกวัน
30. ปลาหมึกเส้น ปลาเส้น	25.0	40.0	35.0	0.0	30.0	28.9	32.2	8.9
31. ถั่วอบกรอบ ถั่วต้ม ถั่วคั่ว	10.0	42.5	47.5	0.0	26.4	48.4	19.8	5.5
32. ขนมกรุบกรอบ เช่น มันฝรั่งแผ่นทอด ข้าวเกรียบกุ้ง	15.0	25.0	52.5	7.5	4.4	24.2	51.6	19.8
33. ลูกอม	12.5	27.5	50.0	10.0	11.1	33.3	44.4	11.1
34. ช็อกโกแลต	15.0	37.5	40.0	7.5	15.4	34.1	42.9	7.7
35. ขนมหวานไม่ใส่กะทิ เช่น ลอดช่อง	27.5	37.5	30.0	5.0	25.3	37.4	31.9	5.5
36. ขนมหวานใส่กะทิ	20.0	42.5	32.5	5.0	23.3	34.4	37.8	4.4
37. ผลไม้กระป๋อง	50.0	40.0	10.0	0.0	38.9	47.8	13.3	0.0
38. ผลไม้แห้ง เช่น ลูกเกด ลูกพรุน ลูกท้อ พุทรา มะม่วง	45.0	40.0	15.0	0.0	41.6	30.3	20.2	7.9
39. หน่อไม้ทุกประเภท	87.5	10.0	2.5	0.0	55.1	31.5	12.4	1.1

พฤติกรรมการบริโภคขนมกรุบกรอบ



รูปที่ 5.7.1 เปรียบเทียบการบริโภคขนมกรุบกรอบ จากการสำรวจครั้งที่ 1 พ.ศ.2556 และครั้งที่ 2 พ.ศ.2558

พฤติกรรมกรรมการดื่มน้ำหวาน น้ำอัดลม



รูปที่ 5.7.2 เปรียบเทียบการดื่มน้ำหวาน น้ำอัดลม จากการสำรวจครั้งที่ 1 พ.ศ.2556 และครั้งที่ 2 พ.ศ.2558

5.8 ความถี่และปริมาณการบริโภคสาหร่ายทอดแผ่นและบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีนของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี

เด็กกลุ่มตัวอย่างกินสาหร่ายทอดแผ่นโดยเฉลี่ย 2-3 วันต่อสัปดาห์ เด็กกินสาหร่ายทอดแผ่นวันละประมาณ 1 ซอง (ขนาด 3.5 กรัม) กินบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีนโดยเฉลี่ย 2-3 วันต่อสัปดาห์ กินวันละประมาณ 1 ห่อ (ห่อละ 6 บาท) (ตารางที่ 5.8)

ตารางที่ 5.8 ความถี่และปริมาณการบริโภคสาหร่ายทอดแผ่นและบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีนของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 2-15 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ

พฤติกรรมกรรมการบริโภคสาหร่ายทอดแผ่นและบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีน	เด็กอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือน	เด็กอายุ 6-15 ปี
สาหร่ายทอดแผ่น	N=29	N=65
จำนวนวันโดยเฉลี่ยในแต่ละสัปดาห์	2.71 (1-7)	2.34 (1-7)
ที่เด็กกินสาหร่ายทอดแผ่น (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)		
จำนวนครั้งโดยเฉลี่ย ในแต่ละวัน	1.0 (1-1)	1.03 (1-2)
ที่เด็กกินสาหร่ายทอดแผ่น (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)		
จำนวนส่วนต่อครั้ง	1.09 (0.5-2)	1.45 (0.5-4)
ที่เด็กกินสาหร่ายทอดแผ่น (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)		
จำนวนส่วนต่อวัน	1.09 (0.5-2)	1.47 (0.5-4)
ที่เด็กกินสาหร่ายทอดแผ่น (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)		

พฤติกรรมกรบริโภคสาหร่ายทอดแผ่น และบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีน	เด็กอายุ 2 ปี-5 ปี 11 เดือน	เด็กอายุ 6-15 ปี
จำนวนส่วนต่อสัปดาห์ ที่เด็กกินสาหร่ายทอดแผ่น (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	3.10 (0.5-14)	3.41 (0.5-12)
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีน	N=32	N=85
จำนวนวันโดยเฉลี่ยในแต่ละสัปดาห์ ที่เด็กกิน บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีน (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	2.2 (1-7)	2.77 (1-7)
จำนวนครั้งโดยเฉลี่ย ในแต่ละวันที่เด็กกิน บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีน (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	1.0 (1-1)	1.04 (1-2)
จำนวนส่วนต่อครั้งที่เด็กกิน บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีน (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	0.68 (0.2-1)	0.95 (0.2-2)
จำนวนส่วนต่อวันที่เด็กกิน บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีน (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	0.68 (0.2-1)	0.98 (0.2-2)
จำนวนส่วนต่อสัปดาห์ที่เด็กกิน บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเสริมไอโอดีน (ค่าเฉลี่ย, ต่ำสุด-สูงสุด)	1.55 (0.2-4)	2.89 (0.2-14)

หมายเหตุ: สาหร่ายทอดแผ่น 1 ส่วน เท่ากับสาหร่ายทอดแผ่นขนาด 3.5 กรัม (ห่อละ 5 บาท) 1 ห่อ
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป 1 ส่วน เท่ากับบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปขนาดห่อละ 6 บาท 1 ห่อ

สรุป ในภาพรวมเด็กในพื้นที่ตำบลท่าหินมีพฤติกรรมกรบริโภคอาหารที่ดีขึ้น หญิงตั้งครรภ์ได้รับยา
วิตามินรวม ธาตุเหล็ก ไอโอดีน และกรดโฟลิกเสริมเป็นส่วนใหญ่ และเพิ่มขึ้นจากการสำรวจครั้งที่ 1 เด็กอายุต่ำกว่า
2 ปีส่วนใหญ่ได้รับอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง และยารักษาธาตุเหล็กเพิ่มขึ้น เด็กได้รับผักเพิ่มขึ้นแต่ยังได้รับผักต่ำกว่า
เกณฑ์เล็กน้อยและไม่ได้รับทุกวัน ส่วนผลไม้เด็กบริโภคต่อวันมากขึ้นแต่ไม่ได้รับทุกวัน เด็กวัยเรียนบริโภคอาหาร
เข้ามากขึ้น เด็กได้รับน้ำอัดลม น้ำหวานและขนมกรุบกรอบด้วยความถี่ที่ลดลง แต่เด็กจำนวนไม่น้อยก็ยังบริโภคทุก
วันหรือทุกสัปดาห์ ทำให้เสี่ยงต่อโรคอ้วนและโรคอื่น ๆ ที่ตามมา เช่น เบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด เป็นต้น
หากยังมีพฤติกรรมแบบนี้เป็นนิสัยจนเป็นผู้ใหญ่

6. ภาวะโภชนาการของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี

เมื่อใช้เกณฑ์อ้างอิงน้ำหนัก ส่วนสูงและเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการอื่นๆ ของประชาชนไทยอายุ 1 วัน-19
ปี พ.ศ. 2542 เด็กอายุ 6 เดือน-5 ปี 11 เดือน ร้อยละ 5.5 น้ำหนักน้อย ร้อยละ 9.1 เตี้ย ร้อยละ 5.5 เริ่มอ้วน ร้อย
ละ 3.6 อ้วน เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจระดับประเทศปี 2551-2552 เด็กปฐมวัยของตำบลท่าหินมีภาวะ
ขาดสารอาหารสูงกว่าค่ากลางของประเทศ¹

¹ รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2552 เด็กอายุ 1-5 ปี ร้อย
ละ 6.3 เตี้ย ร้อยละ 4.8 น้ำหนักน้อย ร้อยละ 8.5 เริ่มอ้วนและอ้วน

เมื่อใช้เกณฑ์อ้างอิงน้ำหนัก ส่วนสูงและเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการอื่นๆ ของประชาชนไทยอายุ 1 วัน-19 ปี พ.ศ. 2542 เด็กอายุ 6 – 15 ปี ร้อยละ 4.4 เตี้ย ร้อยละ 2.2 น้ำหนักน้อย ร้อยละ 4.4 ผอม ร้อยละ 2.2 เริ่มอ้วน ร้อยละ 9.9 อ้วน เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจระดับประเทศปี 2551-2552 เด็กวัยเรียนของตำบลท่าหินมี ปัญหาโภชนาการเกินสูงกว่าเด็กไทยโดยรวม² (ตารางที่ 6)

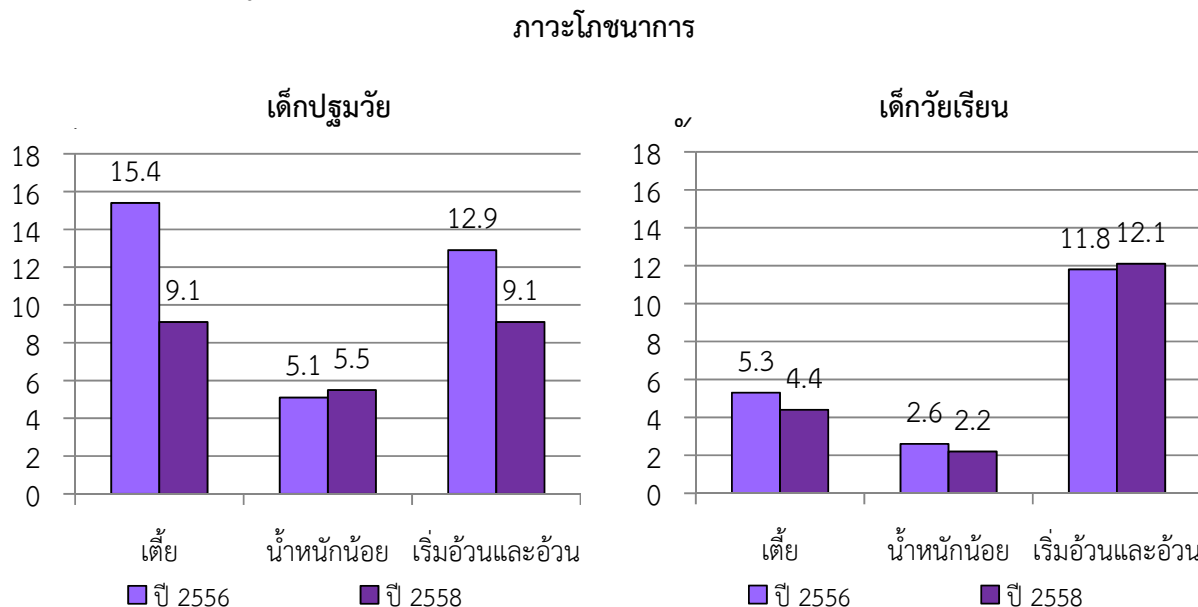
ตารางที่ 6 ภาวะโภชนาการของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ*

ภาวะโภชนาการ	เด็กอายุ 6 เดือน- 5 ปี 11 เดือน	เด็กอายุ 6-15 ปี
น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (ร้อยละ)		
น้ำหนักน้อย	5.5	2.2
น้ำหนักค่อนข้างน้อย	5.5	11.0
น้ำหนักตามเกณฑ์	80.0	68.1
น้ำหนักค่อนข้างมาก	1.8	5.5
น้ำหนักมาก	7.2	13.2
ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (ร้อยละ)		
เตี้ย	9.1	4.4
ค่อนข้างเตี้ย	7.3	7.7
ส่วนสูงตามเกณฑ์	78.2	79.1
ค่อนข้างสูง	1.8	7.7
สูง	3.6	1.1
น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (ร้อยละ)		
ผอม	3.6	4.4
ค่อนข้างผอม	5.5	5.5
สมส่วน	78.2	72.5
ท้วม	3.6	5.5
เริ่มอ้วน	5.5	2.2
อ้วน	3.6	9.9

* ใช้เกณฑ์อ้างอิงน้ำหนัก ส่วนสูงและเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการอื่นๆ ของประชาชนไทยอายุ 1 วัน-19 ปี พ.ศ. 2542

² รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2552 เด็กอายุ 6-14 ปี เตี้ย ร้อยละ 3.5 น้ำหนักน้อย ร้อยละ 3.7 ผอม ร้อยละ 5.5 เริ่มอ้วนและอ้วน ร้อยละ 9.7

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) พบว่า เด็กปฐมวัยมีภาวะเตี้ย เริ่มอ้วนและอ้วนลดลง แต่ยังมีภาวะน้ำหนักน้อยเพิ่มขึ้นเล็กน้อย ส่วนเด็กวัยเรียนมีภาวะเตี้ย และน้ำหนักน้อยลดลง แต่มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนใกล้เคียงเดิม (รูปที่ 6.1)



รูปที่ 6.1 เปรียบเทียบภาวะโภชนาการจากการสำรวจครั้งที่ 1 พ.ศ.2556 และครั้งที่ 2 พ.ศ.2558

สรุป ในภาพรวมเด็กกลุ่มตัวอย่างของตำบลท่าหินมีภาวะโภชนาการดีขึ้นกว่าการสำรวจครั้งแรก (พ.ศ. 2556) แต่ยังมีปัญหาขาดสารอาหารสูงกว่าระดับประเทศในกลุ่มเด็กปฐมวัยและปัญหาโภชนาการเกินสูงกว่าระดับประเทศในเด็กวัยเรียน เด็กกลุ่มนี้จะเสี่ยงต่อปัญหาโรคอ้วนและโรคเรื้อรังอื่นๆ ในอนาคต ในขณะที่เดียวกันก็พบเด็กปฐมวัยมีภาวะเตี้ยสูงกว่าระดับประเทศ ซึ่งอาจกระทบต่อพัฒนาการของสมองและสติปัญญาของเด็ก

7. ภาวะโลหิตจางและระดับไอโอดีนในปัสสาวะของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี

จากการตรวจเลือดและปัสสาวะ เด็กอายุ 6 เดือนถึง 5 ปี ร้อยละ 6.5 มีภาวะโลหิตจาง เด็กร้อยละ 53.3 มีระดับไอโอดีนในปัสสาวะต่ำ เด็กอายุ 6-15 ปี ร้อยละ 10.2 มีภาวะโลหิตจาง เด็กร้อยละ 69.4 มีระดับไอโอดีนในปัสสาวะต่ำ เมื่อเปรียบเทียบระหว่างเด็กเล็กและเด็กโตจะเห็นได้ว่าเมื่อเด็กโตขึ้นภาวะโลหิตจางเพิ่มขึ้น ระดับไอโอดีนต่ำในปัสสาวะก็เพิ่มขึ้น อย่างไรก็ตามค่าไอโอดีนในปัสสาวะเป็นการสะท้อนการบริโภคไอโอดีนในช่วงเวลาใกล้ๆ ค่ามีการแปรผันวันต่อวันตามปริมาณการบริโภค จึงอาจไม่สะท้อนภาวะโภชนาการของไอโอดีนของบุคคล จากค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะของเด็กในตารางที่ 7 บ่งชี้ว่าพื้นที่ตำบลท่าหินมีภาวะไอโอดีนอยู่ในเกณฑ์ขาดทั้งสองกลุ่ม จึงควรให้ความรู้เรื่องการบริโภคไอโอดีนในครอบครัว ปรับปรุงการใช้เกลือเสริมไอโอดีนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและโรงเรียนเพื่อแก้ไขปัญหา (ตารางที่ 7)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) พบว่า เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนตำบลท่าหินมีภาวะโลหิตจางลดลงจากการสำรวจครั้งที่ 1 (เด็กปฐมวัยร้อยละ 20.5 เด็กวัยเรียน 12.8)

ตารางที่ 7 ความชุกของภาวะโลหิตจางและระดับไอโอดีนในปัสสาวะของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน-15 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ

ความชุก	เด็กอายุ	
	6 เดือน-5 ปี	11 เดือน-6-15 ปี
ภาวะโลหิตจาง		
ภาวะโลหิตจางโดยใช้เกณฑ์ฮีโมโกลบิน	6.5	10.2
ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ (ไมโครกรัม/ลิตร)		
< 100	53.3	69.4
100 – 199	46.7	30.6
200 – 299	-	-
≥ 300	-	-
ค่ามัธยฐาน	92.9	79.4

หมายเหตุ รวมเฉพาะเด็กที่มีทั้งข้อมูลแบบสอบถามและการเจาะเลือดเก็บปัสสาวะ

- (1) เกณฑ์วินิจฉัยภาวะโลหิตจางโดยใช้ค่าฮีโมโกลบิน (Hb) : เด็กอายุ 6 เดือน ถึง 4 ปี 11 เดือน ค่า Hb ต่ำกว่า 11.0 ก/ดล, อายุ 5 ปี ถึง 11 ปี 11 เดือน ค่า Hb ต่ำกว่า 11.5 ก/ดล, อายุ 12 ปี ถึง 15 ปี ค่า Hb ต่ำกว่า 12.0 ก/ดล
- (2) ค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะในเด็ก : ต่ำ ไม่เพียงพอ = น้อยกว่า 100 ไมโครกรัม/ลิตร, ปกติ = 100 – 199 ไมโครกรัม/ลิตร, สูงเกินความต้องการ = 200 – 299 ไมโครกรัม/ลิตร, สูงเกินไป = มากกว่าหรือเท่ากับ 300 ไมโครกรัม/ลิตร

สรุป เด็กกลุ่มตัวอย่างตำบลท่าหินมีปัญหาภาวะโลหิตจางลดลง แต่มีปัญหาขาดสารไอโอดีนที่ควรได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน

8. กิจกรรมทางกาย

8.1 กิจกรรมกลางแจ้งของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 1-5 ปี

ในวันธรรมดาเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 1-5 ปี ร้อยละ 65.4 ได้ออกกำลังกาย วิ่งเล่นกลางแจ้งมากกว่า 1 ชั่วโมงต่อวัน ร้อยละ 5.5 ไม่มีโอกาสเลย และในวันหยุดร้อยละ 72.8 มีโอกาสได้ออกกำลังกายมากกว่า 1 ชั่วโมงต่อวัน มีเพียงร้อยละ 3.6 เท่านั้นที่ไม่มีโอกาสในการออกกำลังกายเลย (ตารางที่ 8.1)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) เด็กอายุ 1-5 ปี ออกกำลังกายกลางแจ้งมากกว่า 1 ชั่วโมงต่อวันมากขึ้นทั้งในวันหยุดและวันธรรมดา

ตารางที่ 8.1 เวลาที่ใช้ในกิจกรรมกลางแจ้งของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 1-5 ปี

เวลาที่ใช้ในกิจกรรมกลางแจ้ง	เด็กอายุ 1-5 ปี
ใน 1 สัปดาห์เด็กได้ทำกิจกรรมกลางแจ้ง (เช่น วิ่ง ออกกำลังกาย) โดยเฉลี่ย	
ไม่มีโอกาสเลย	1.8
1-2 วัน/ สัปดาห์	16.4
มากกว่าหรือเท่ากับ 3 วัน/ สัปดาห์	81.8
ในแต่ละวันเด็กได้ทำกิจกรรมกลางแจ้ง (เช่น วิ่งเล่น ออกกำลังกาย) โดยเฉลี่ย	
วันจันทร์-ศุกร์ (ร้อยละ)	
ไม่มีโอกาสเลย	5.5
น้อยกว่า 1 ชั่วโมงต่อวัน	29.1
มากกว่า 1 ชั่วโมงต่อวัน	65.4
วันหยุด (ร้อยละ)	
ไม่มีโอกาสเลย	3.6
น้อยกว่า 1 ชั่วโมงต่อวัน	23.6
มากกว่า 1 ชั่วโมงต่อวัน	72.8

8.2 กิจกรรมทางกายของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-15 ปี

ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-15 ปี เกือบทั้งหมด (ร้อยละ 95.6) ได้ออกกำลังกาย วิ่งเล่นนอกตัวบ้าน หรือเล่นกีฬากลางแจ้ง ในรอบ 7 วันที่ผ่านมาเด็กร้อยละ 63.3 ได้ออกกำลังกายอย่างน้อย 20 นาที จนมีเหงื่อออกหรือหายใจเร็ว ร้อยละ 83.5 ได้ออกกำลังกายอย่างน้อย 30 นาที แต่ไม่มีเหงื่อ และหายใจปกติ และในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมาเด็กร้อยละ 72.8 ได้ร่วมเล่นกีฬาเป็นทีมอย่างน้อย 1 ทีม (ตารางที่ 8.2)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) เด็กได้ออกกำลังกายอย่างน้อย 20 นาที จนมีเหงื่อออกหรือหายใจเร็ว หรืออย่างน้อย 30 นาที แต่ไม่มีเหงื่อและหายใจปกติร้อยละ

ตารางที่ 8.2 กิจกรรมทางกายของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-15 ปี

กิจกรรมทางกาย	เด็กอายุ 6-15 ปี
ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา เด็กได้ออกกำลังกาย วิ่งเล่นนอกตัวบ้าน เล่นกีฬากลางแจ้ง	
ไม่ได้ออกกำลังกาย	4.4
ได้ออกกำลังกาย	95.6
ในรอบ 7 วันที่ผ่านมา เด็กได้ออกกำลังกายดังต่อไปนี้	
ออกกำลังกายอย่างน้อย 20 นาที จนมีเหงื่อออก หรือ หายใจเร็ว (ร้อยละ)	
ไม่เคย	36.7
เคย	63.3
1 วัน	5.3

กิจกรรมทางกาย	เด็กอายุ 6-15 ปี
2 วัน	8.8
3 วัน	7.0
4 วัน	7.0
5 วัน	28.1
6 วัน	5.3
7 วัน	38.5
ออกกำลังกายอย่างน้อย 30 นาที แต่ไม่มีเหงื่อ และหายใจปกติ (ร้อยละ)	
ไม่เคย	16.5
เคย	83.5
1 วัน	3.9
2 วัน	7.9
3 วัน	7.9
4 วัน	5.3
5 วัน	9.2
6 วัน	-
7 วัน	65.8
ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา เด็กเข้าร่วมเล่นกีฬาเป็นทีมทั้งหมด (ร้อยละ)	
ไม่เคย	27.2
1 ทีม	55.6
2 ทีม	8.6
3 ทีม	2.5
4 ทีม	4.9
5 ทีม	1.2

9. การดูโทรทัศน์และการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์

9.1 การดูโทรทัศน์หรือใช้สื่อของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน – 5 ปี

เด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-11 เดือนครึ่งหนึ่งไม่ดูโทรทัศน์ อีกครึ่งหนึ่งดูน้อยกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน เด็กอายุ 1-5 ปี ร้อยละ 29 ดูโทรทัศน์ในวันหยุดมากกว่าหรือเท่ากับ 2 ชั่วโมงต่อวัน ซึ่งตามข้อเสนอแนะการดูโทรทัศน์ เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ไม่ควรให้ดูโทรทัศน์ เด็กอายุ 6-11 เดือนทั้งหมดไม่ดูหรือใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ (คอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต ซีดี ดีวีดี) เลย (ตารางที่ 9.1)

เมื่อเปรียบเทียบกับ การสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) เด็กอายุ 6-11 เดือนดูโทรทัศน์ลดลง และใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ คอมพิวเตอร์ แท็บเล็ตลดลง

ตารางที่ 9.1 เวลาที่ใช้ในการดูโทรทัศน์หรือใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6 เดือน - 5 ปี จำแนกตามกลุ่มอายุ

เวลาที่ใช้ในการดูโทรทัศน์หรือใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์	เด็กอายุ 6-11 เดือน	เด็กอายุ 1-5 ปี
เวลาที่เด็กใช้ในการดูโทรทัศน์ (รวมถึงนั่งเล่นอยู่ในห้องที่มีการเปิดโทรทัศน์)		
วันจันทร์-ศุกร์ (ร้อยละ)		
ไม่ดู	50.0	5.5
น้อยกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน	50.0	69.0
มากกว่าหรือเท่ากับ 2 ชั่วโมงต่อวัน	-	25.5
วันหยุด (ร้อยละ)		
ไม่ดู	50.0	5.5
น้อยกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน	50.0	65.5
มากกว่าหรือเท่ากับ 2 ชั่วโมงต่อวัน	-	29.0
เวลาที่เด็กใช้ในการดูหรือใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ (คอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต ซีดี ดีวีดี)		
วันจันทร์-ศุกร์ (ร้อยละ)		
ไม่ดู	100.0	50.9
น้อยกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน	-	43.6
มากกว่าหรือเท่ากับ 2 ชั่วโมงต่อวัน	-	5.5
วันหยุด (ร้อยละ)		
ไม่ดู	100.0	52.7
น้อยกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน	-	40.0
มากกว่าหรือเท่ากับ 2 ชั่วโมงต่อวัน	-	7.3

9.2 การดูโทรทัศน์ เล่นคอมพิวเตอร์ หรือเกมส์ของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-15 ปี

ในระยะเวลา 1 เดือนที่ผ่านมาเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-15 ปี ร้อยละ 32.2 ดูโทรทัศน์โดยเฉลี่ยในวันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์) 2 ชั่วโมงต่อวัน ในวันหยุดร้อยละ 38.5 ดูโทรทัศน์มากกว่า 3 ชั่วโมงต่อวัน จะเห็นได้ว่าในวันหยุดเด็กใช้เวลาในการดูโทรทัศน์เพิ่มขึ้น

ในระยะเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา ในวันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์) เด็กร้อยละ 84.2 เล่นวิดีโอหรือคอมพิวเตอร์เกมส์ทั้งที่บ้านและนอกบ้าน 1 ชั่วโมงต่อวัน และในวันหยุดลดลงเป็นร้อยละ 33.3 (ตารางที่ 9.2)

เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจครั้งที่ 1 (พ.ศ.2556) เด็กดูโทรทัศน์มากกว่า 3 ชม./วันมากขึ้น และดูน้อยกว่า 1 ชม./วันมากขึ้น เด็กใช้คอมพิวเตอร์ที่โรงเรียนมากขึ้น และเข้าร้านเกมส์ลดลง ใช้คอมพิวเตอร์ในการค้นคว้า ทำการบ้านมากขึ้นในวันหยุด และใช้เล่นเกมมากขึ้นนิดหน่อย

ตารางที่ 9.2 เวลาและสถานที่ในการดูโทรทัศน์ เล่นคอมพิวเตอร์ หรือเกมส์ของเด็กกลุ่มตัวอย่างอายุ 6-15 ปี ในเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา

การดูโทรทัศน์ เล่นคอมพิวเตอร์ หรือเกมส์	ร้อยละ
เวลาที่เด็กใช้ในการดูโทรทัศน์	
วันจันทร์-ศุกร์	
น้อยกว่า 1 ชม./วัน	13.3
1 ชม./วัน	25.6
2 ชม./วัน	32.2
3 ชม./วัน	12.2
มากกว่า 3 ชม./วัน	16.7
วันหยุด	
น้อยกว่า 1 ชม./วัน	11.0
1 ชม./วัน	13.2
2 ชม./วัน	15.4
3 ชม./วัน	22.0
มากกว่า 3 ชม./วัน	38.5
สถานที่ที่เด็กใช้คอมพิวเตอร์ส่วนใหญ่	
บ้าน	22.9
บ้านเพื่อน	-
โรงเรียน	75.7
ร้านเกมส์	1.4
เวลาที่เด็กใช้คอมพิวเตอร์ในการค้นความรู้ ทำการบ้าน	
วันจันทร์-ศุกร์	
น้อยกว่า 1 ชม./วัน	10.5
1 ชม./วัน	84.2
2 ชม./วัน	1.8
3 ชม./วัน	3.5
มากกว่า 3 ชม./วัน	-
วันหยุด	
น้อยกว่า 1 ชม./วัน	26.7
1 ชม./วัน	33.3
2 ชม./วัน	13.3
3 ชม./วัน	26.7
มากกว่า 3 ชม./วัน	-

การดูโทรทัศน์ เล่นคอมพิวเตอร์ หรือเกมส์	ร้อยละ
เวลาที่เด็กใช้คอมพิวเตอร์ในการเล่นวิดีโอหรือคอมพิวเตอร์เกมส์ (รวมเกมส์ในมือถือและแท็บเล็ต) ทั้งที่บ้านและนอกบ้าน	
วันจันทร์-ศุกร์	
น้อยกว่า 1 ชม./วัน	37.5
1 ชม./วัน	35.7
2 ชม./วัน	21.4
3 ชม./วัน	3.6
มากกว่า 3 ชม./วัน	1.8
วันหยุด	
น้อยกว่า 1 ชม./วัน	36.8
1 ชม./วัน	26.3
2 ชม./วัน	19.3
3 ชม./วัน	5.3
มากกว่า 3 ชม./วัน	12.3

สรุป เด็กเล็กกลุ่มตัวอย่างต่ำบลท่าหินได้ทำกิจกรรมกลางแจ้งเหมาะสม ใช้เวลาดูโทรทัศน์และใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์น้อยลง เด็กวัยเรียนดูโทรทัศน์มากกว่า 3 ชม./วันมากขึ้น และประมาณกว่าหนึ่งในสิบเล่นเกมในวันหยุดมากกว่าวันละ 3 ชั่วโมง เป็นการลดโอกาสที่เด็กจะได้ทำกิจกรรมอื่นที่เพิ่มทักษะด้านอารมณ์และสังคม และอาจเสี่ยงเป็นเด็กติดเกมในอนาคต

ภาคผนวก

โครงการติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคและสถานการณ์สุขภาพระยะยาว
ภายใต้โครงการบูรณาการงานสร้างเสริมสุขภาวะด้านอาหารและโภชนาการ อนามัยศึกษา จังหวัดสงขลา
ของสถาบันการจัดการระบบสุขภาพ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
โดยการสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ผู้รับผิดชอบโครงการ	ร.ศ. พ.ญ. ลัดดา เหมาะสุวรรณ ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ผู้ร่วมโครงการ	พ.ญ. ดร. ภาสุรี แสงศุภวานิช ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ นายวิโรจน์ เลื่อนราม หัวหน้าสถิติจังหวัดสงขลา
ที่ปรึกษา	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสงขลา องค์การบริหารส่วนตำบลควนรู เทศบาลตำบลชะแล้ องค์การบริหารส่วนตำบลรัตภูมิ องค์การบริหารส่วนตำบลท่าหิน ศ.นพ.วิชัย เอกพลากร ผศ.ดร.วราภรณ์ เสถียรนพเก้า

ความสำคัญของอาหารและโภชนาการ

ภาวะโภชนาการที่ดีเป็นต้นทุนสำคัญที่ส่งเสริมให้เด็กเติบโตได้เต็มศักยภาพ หากเด็กได้รับสารอาหารที่ไม่ครบส่วน และบริโภคนิสัยที่ไม่ถูกต้อง นอกจากจะก่อให้เกิดปัญหาขาดสารอาหารหรือโรคอ้วนแล้วอาจมีผลเสียในระยะยาว ทำให้มีนิสัยบริโภคไม่เหมาะสมติดตัว นำไปสู่โรคหัวใจและหลอดเลือด มะเร็ง และโรคกระดูกพรุนในวัยผู้ใหญ่

เด็กที่มีภาวะทุพโภชนาการรุนแรง การขาดธาตุไอโอดีนอย่างเรื้อรังและโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็กทำให้ระดับไอคิวต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ขาดและมีผลให้การเติบโตชะงักงัน ภูมิคุ้มกันโรคบกพร่องและติดเชื้อได้ง่าย ในขณะที่เด็กอ้วนจะเสี่ยงต่อโรคเบาหวานชนิดที่ 2 นอนกรนจนหยุดหายใจ โรคความดันเลือดสูง และโรคหัวใจและหลอดเลือด

โครงการบูรณาการงานสร้างเสริมสุขภาวะด้านอาหารและโภชนาการ อนามัยศึกษา จังหวัดสงขลา ของสถาบันการจัดการระบบสุขภาพ (สจรส.) มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จะดำเนินงานบูรณาการอาหารและโภชนาการในพื้นที่ โดยให้โครงการติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคและสถานการณ์สุขภาพระยะยาว (Cohort study) ติดตามเด็กในพื้นที่ดำเนินการ ต.ควนรู อ.รัตภูมิ และ ต.ชะแล้ อ.สิงหนคร เปรียบเทียบกับเด็กในพื้นที่ ต.ท่าหิน อ.สทิงพระ และ ต.รัตภูมิ อ.ควนเนียง

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาติดตามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของเด็กอายุ 6 เดือน-14 ปีใน ต.ชะแล้ อ.สิงหนคร และต.ควนรู อ.รัตภูมิ จังหวัดสงขลา ซึ่งดำเนินงานบูรณาการอาหารและโภชนาการเปรียบเทียบกับพื้นที่ ต.รัตภูมิ อ.ควนเนียงและ ต.ท่าหิน อ.สทิงพระ จังหวัดสงขลา

วิธีการดำเนินงาน

กลุ่มเป้าหมาย

เด็กอายุ 6 เดือน – 14 ปี ที่อยู่ในพื้นที่ตำบลชะแล้ อำเภอสิงหนคร ตำบลควนรู อำเภอรัตภูมิ จังหวัดสงขลา ตำบลท่าหิน อำเภอสทิงพระ และตำบลรัตภูมิ อำเภอควนเนียง

การเก็บข้อมูล

ดำเนินการสุ่มสัมภาษณ์มารดาหรือผู้เลี้ยงดูเรื่องข้อมูลพื้นฐานของครอบครัว การให้อาหารทารกและเด็กเล็ก สัมภาษณ์เด็กวัยเรียนเรื่องการบริโภคอาหาร และกิจกรรมทางกาย วัดภาวะโภชนาการโดยการชั่งน้ำหนัก วัดความยาวหรือส่วนสูง วัดเส้นรอบศีรษะและเส้นรอบเอว

เด็กประมาณครึ่งหนึ่งจะได้รับการสุ่มเจาะเลือดเพื่อตรวจภาวะซีด และเก็บปัสสาวะเพื่อตรวจระดับไอโอดีน

นอกจากนี้ จะมีการสำรวจปัจจัยแวดล้อมด้านอาหารของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและโรงเรียนในพื้นที่ การเก็บข้อมูลจะทำ 2 ครั้ง เมื่อเริ่มโครงการปีแรก ช่วงเดือนกรกฎาคม - สิงหาคม 2556 และเมื่อสิ้นสุดโครงการปลายปีที่ 2

ผลการศึกษาจะนำเสนอต่อท้องถิ่น ชุมชน หน่วยงานสาธารณสุขและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง