

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหา

องค์การอนามัยโลกได้ทำการสำรวจและพบว่าในปัจจุบัน อัตราการเกิดโรคอ้วนในเด็กได้เพิ่มสูงขึ้นเป็นสองเท่าเมื่อเปรียบเทียบกับเมื่อสี่สิบถึงห้าสิบปีที่แล้ว (World Health Organization, 2012) ส่วนในประเทศไทยก็เช่นเดียวกัน ลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ (2547) พบว่าร้อยละ 8.2 ของเด็กและวัยรุ่นไทยเป็นโรคอ้วน นอกจากนี้ยังพบว่าเด็กที่อาศัยอยู่ในชุมชนเมือง เช่น กรุงเทพมหานครเป็นโรคอ้วนถึงร้อยละ 11.6 สอดคล้องกับเด็กที่อาศัยอยู่ในอำเภอเมืองของจังหวัดขอนแก่น (Langendijk et al., 2003) จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า เด็กที่เป็นโรคอ้วนจะมีความเกี่ยวข้องกับปัจจัยเสี่ยงของโรคต่างๆ ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด และโรกระบบกระดูก (World Health Organization, 2007)

โรคอ้วนในเด็กทำให้เกิดโรคและอาการต่างๆ มากมาย จากงานวิจัยพบว่า เด็กที่เป็นโรคอ้วนจะเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด ความดันโลหิตสูง เบาหวาน ปัญหากระดูก และ ความผิดปกติทางจิตใจในเด็ก (Holm et al., 2012; Tryggestad, Thompson, Capeland, & Short, 2012) สาเหตุของโรคอ้วนเกิดจากสองปัจจัยหลัก ได้แก่ ปัจจัยด้านพันธุกรรมและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม มีงานวิจัยสนับสนุนสาเหตุของการเกิดโรคอ้วนในเด็กที่เกิดจากปัจจัยด้านพันธุกรรม พบว่าครอบครัวที่มีพ่อแม่เป็นโรคอ้วน เด็กจะมีโอกาสเป็นโรคอ้วน และถ้าพ่อแม่มีภาวะไขมันในเลือดสูง ลูกจะมีโอกาสมีภาวะไขมันในเลือดสูงได้เช่นกัน (Hiranrat, 2000) ส่วนด้านปัจจัยสิ่งแวดล้อมและพฤติกรรม ในประเทศไทยมีงานวิจัยพบว่าเด็กที่อาศัยอยู่ในชุมชนเมืองชอบบริโภคอาหารที่มีส่วนผสมของน้ำตาล ไขมัน และโปรตีนมากกว่าบริโภคผักและผลไม้ (Chuachai, 2009) นอกจากนี้พบว่า เด็กไทยจะมีพฤติกรรมการใช้เวลาดูทีวีมากกว่าสามชั่วโมงต่อวัน (Ruangdaraganon et al., 2002) พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กดังกล่าวข้างต้น เกิดจากความไม่ตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพตนเองของเด็ก รวมถึงพ่อแม่ยังให้การสนับสนุนลูกเรื่องการรับประทานอาหารที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม เช่น การยอมให้เด็กบริโภคอาหารที่ไม่มีประโยชน์ (Birch & Fisher, 1998; Hood et al., 2000) นอกจากนี้ มีงานวิจัยพบว่า รูปแบบการเลี้ยงดูบุตรของพ่อแม่ที่ไม่เหมาะสมจะทำให้ลูกมีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ไม่เหมาะสมด้วย (Goodman & Whitaker, 2002)

จากปัญหาพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมดังกล่าวทำให้เด็กมีภาวะน้ำหนักตัวเกินเกณฑ์ หรือมีภาวะเป็นโรคอ้วน ซึ่งเกิดจากตัวเด็กเองและจากการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่ไม่ถูกต้อง ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและการออกกำลังกายในเด็กวัยเรียน ชุมชนนอกเมืองว่ามีพฤติกรรมเช่นไร เพื่อจะนำผลงานวิจัยมาวิเคราะห์เปรียบเทียบกับเด็กวัยเรียนที่

อยู่ในเขตชุมชนเมืองต่อไป ดังนั้นงานวิจัยครั้งนี้จึงจัดทำในเขตตำบลบางนางลี่ ซึ่งเป็นตำบลหนึ่งในอำเภออัมพวาจังหวัดสมุทรสงครามซึ่งเป็นจังหวัดใกล้เคียงกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นข้อมูลให้ผู้ปกครองเด็กหรือคุณครูที่สามารถดูแลและส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพเด็กได้อย่างเหมาะสมตามวัย นอกจากนี้หากสามารถตรวจพบปัญหาเรื่องพฤติกรรมตั้งแต่เริ่มแรก จะสามารถให้การป้องกันและดูแลเด็กได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

1.2 คำถามการวิจัย

พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการและการออกกำลังกายในเด็กวัยเรียนที่โรงเรียนบ้านบางนางลี่เป็นอย่างไร

1.3 วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

- 1) เพื่อประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้านโภชนาการในเด็กวัยเรียนโรงเรียนบ้านบางนางลี่
- 2) เพื่อประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้านการออกกำลังกายในเด็กวัยเรียนโรงเรียนบ้านบางนางลี่

1.4 ขอบเขตของโครงการวิจัย

- 1) ขอบเขตด้านพื้นที่ โรงเรียนบ้านบางนางลี่ ตำบลบางนางลี่ อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม
- 2) ขอบเขตด้านเนื้อหา ประกอบด้วย เอกสารที่เกี่ยวข้องกับ เด็กวัยเรียน (School-age children) พัฒนาการของเด็กวัยเรียน (Development of school-age children) พฤติกรรมสุขภาพอาหารของเด็กวัยเรียน (Health behavior of school-age children) การเลี้ยงดูเด็ก (Child rearing) ลักษณะของผู้พ่อแม่ (Parenting style) เด็กที่มีภาวะน้ำหนักตัวเกินเกณฑ์และเด็กอ้วน (Overweight Children and Obese Children) และกรอบแนวความคิดในการวิจัย

1.5 นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

- 1) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Behaviors) หมายถึง พฤติกรรมการปฏิบัติตนที่เหมาะสมของเด็กวัยเรียนซึ่งประกอบด้วย พฤติกรรมการออกกำลังกายและพฤติกรรมการรับประทานอาหาร
- 2) เด็กวัยเรียน (School-age Children) หมายถึง เด็กชั้นประถมศึกษาโรงเรียนบ้านบางนางลี่ ต.บางนางลี่ อ.อัมพวา จ.สมุทรสงคราม

1.6 ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Behaviors) ของเด็กวัยเรียน (School-age Children)

1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1) ประโยชน์ด้านองค์ความรู้ ได้แก่ ได้ทราบพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งได้แก่พฤติกรรมด้านโภชนาการ และพฤติกรรมการออกกำลังกายของเด็กชั้นประถมศึกษา โรงเรียนบ้านบางนางลี่ จำนวน 100 คน เพื่อนำผลงานวิจัยไปวิเคราะห์เปรียบเทียบกับเด็กวัยเรียนในชุมชนเมืองของจังหวัดสมุทรสงครามต่อไป

2) ประโยชน์ต่อหน่วยงานที่จะนำผลการวิจัยไปใช้ ได้แก่ นำข้อมูลที่ได้ให้กับผู้ปกครองและคุณครูที่โรงเรียนให้สามารถดูแลและส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพเด็กได้อย่างเหมาะสมตามวัย หากสามารถตรวจพบปัญหาเรื่องพฤติกรรมตั้งแต่เริ่มแรก จะสามารถให้การป้องกันและดูแลเด็กได้อย่างถูกต้องเหมาะสม