

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบัน แนวโน้มของอาหารเพื่อสุขภาพ กำลังได้รับความนิยมในกลุ่มคนรักสุขภาพ ซึ่งผู้บริโภคกลุ่มนี้ให้ความสำคัญกับการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย เช่น อาหารเจ อาหารมังสวิรัต อาหารชีวจิต เป็นต้น ประชาชนบางกลุ่มตื่นตัวและหันมาให้ความสนใจเรื่องสุขภาพของตนเองมากขึ้น เนื่องจากต้องการเป็นคนที่มีสุขภาพแข็งแรง และมีอายุยืนยาว ส่งผลให้กระแสความนิยมในเรื่องการบริโภคมีแนวโน้มที่เปลี่ยนแปลงไป โดยการบริโภคจะเน้นที่การคำนึงถึงคุณค่าประโยชน์และคุณค่าต่อร่างกายจากอาหารที่รับประทานเข้าไปเป็นหลัก อีกทั้งยังเชื่อว่าอาหารเป็นสิ่งสำคัญในการที่จะช่วยเสริมสร้างสุขภาพที่ดีได้ ผู้บริโภคบางกลุ่มนิยมบริโภคอาหารมังสวิรัต โดยมีความเชื่อว่าการกินพืชแทนเนื้อสัตว์ทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี และยังเป็นการสร้างบุญสร้างกุศลแก่สัตว์ร่วมโลก ไม่ก่อให้เกิดการเบียดเบียนสัตว์ อีกทั้งการบริโภคในปัจจุบันมิได้จำกัดเฉพาะผู้ถือศีลกินเจเท่านั้น คนหนุ่มสาวและผู้สูงอายุก็หันมาบริโภคอาหารมังสวิรัตมากขึ้น เพราะตระหนักว่าการบริโภคผัก ผลไม้และธัญพืชต่างๆ ก่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพ

อาหารมังสวิรัต คืออาหารจำพวกผักและผลไม้ซึ่งทำให้ได้รับกากใยอาหาร ซึ่งช่วยในการขับถ่ายกากอาหารออกจากร่างกายได้ดี นิยมบริโภคอาหารมังสวิรัตในคนวัยผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ เนื่องจากมักจะมีปัญหาเรื่องอาการท้องผูก และมีปัญหาเรื่องไขมันในเส้นเลือดสูง อาหารมังสวิรัตนั้นจะไม่มีส่วนผสมของเนื้อสัตว์ เนื่องจากในเนื้อสัตว์มักจะมีไขมัน และน้ำมันจากสัตว์ปะปนอยู่ ซึ่งอาจเป็นสาเหตุทำให้ปริมาณคอเลสเตอรอลเพิ่มขึ้น และอาจเป็นสาเหตุของโรคต่าง ๆ เช่น โรคหัวใจ โรคเบาหวาน และโรคอื่นๆคำว่า"มังสวิรัต"นั้นเป็นคำสมาส มาจากคำว่า มังสะ แปลว่าเนื้อ รวมกับ วิรัต แปลว่า ปราศจากความยินดีหรือละเว้น ดังนั้น มังสวิรัต จึงแปลว่า ปราศจากความยินดีที่จะกินเนื้อสัตว์ อาหารที่กลุ่มมังสวิรัตินิยมรับประทานกัน ส่วนใหญ่จะประกอบด้วย ข้าว และผลิตภัณฑ์จากข้าว หรือผลิตภัณฑ์จากถั่ว เช่น เต้าหู้ หรือเมล็ด เช่น เมล็ดฟักทอง เมล็ดทานตะวัน เป็นต้น ซึ่งอาหารมังสวิรัตินั้นแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภทคือ 1.มังสวิรัตประเภทเคร่งครัด เป็นมังสวิรัตที่กินอาหารจำพวกพืชผักผลไม้เพียงอย่างเดียว ไม่มีอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ ไข่ นม หรือผลิตภัณฑ์จากไข่และนม เป็นส่วนประกอบของอาหารนั้นๆเลย 2. มังสวิรัต

ประเภทที่มีการคั่งนม เป็นมังสวิรัตินี้จะมีนมและผลิตภัณฑ์ของนมนอกเหนือจากพืชผักผลไม้ แต่ไม่มีเนื้อสัตว์และไข่เป็นส่วนประกอบของอาหาร 3. มังสวิรัตินี้มีไข่ นม และผลิตภัณฑ์ของนม นอกเหนือจากอาหารจากพืชแต่ไม่มีเนื้อสัตว์เป็นส่วนประกอบ จะเห็นได้ว่ามังสวิรัตินี้ทั้ง 3 ประเภทนี้ จะไม่มีอาหารหรือส่วนประกอบที่มาจากเนื้อสัตว์เลย ถึงแม้ว่าจะไม่มีเนื้อสัตว์เลยแต่คนที่รับประทานอาหารมังสวิรัตินี้สามารถได้รับสารอาหารประเภทโปรตีนจากอาหารจำพวกถั่วเมล็ดแห้ง เช่น ถั่วเหลือง ถั่วเขียว ถั่วดำ ถั่วลิสง เป็นต้น ส่วนใหญ่พบว่าผู้ที่กินอาหารมังสวิรัตินี้ ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง มะเร็ง เบาหวาน และโรคอ้วน ผลการวิจัยทั้งในและต่างประเทศ พบผู้ที่เป็นมังสวิรัตินี้เคร่งครัดมีภาวะพร่องของ วิตามินบี 12 และแร่ธาตุเหล็ก โดยเฉพาะที่เป็นมังสวิรัตินี้เคร่งครัดเป็นเวลานาน ๆ และการมีผลต่อการเจริญเติบโตของเด็ก

จากผลการศึกษาของสถาบันโภชนาการแห่งสหรัฐอเมริกาพบว่า สัตว์ที่ถูกฆ่าจะหลั่งสารอะดรีนาลีนออกมาทำให้เลือดในเนื้อสัตว์เป็นพิษ การใช้ดินประสิวใส่เพื่อให้เนื้อสีแดงจะมีโอกาสทำให้เป็นโรคมะเร็ง การใช้ฮอร์โมนเลี้ยงสัตว์เพื่อให้โตเร็ว จะเป็นสาเหตุของมะเร็งได้ การใช้ยาปฏิชีวนะในสัตว์มีมาก เมื่อคนรับประทานเนื้อสัตว์เข้าไปจะทำให้เกิดการต้านยาขึ้น รวมถึงโรคติดต่อต่างๆ เช่น วัณโรค พยาธิใบไม้ในตับ พยาธิตัวจิ๊ด เนื้ออก และโรคอื่นๆ ที่ถ่ายทอดจากสัตว์สู่คน เนื้อสันใน 1 กิโลกรัม มียูริก 30 กรัม ทำให้ไตต้องทำงานหนัก มีโอกาสเป็นเกาต์และโรคไต เนื้ออย่าง 1 กิโลกรัม เกิดเป็นโซไฟรินเท่ากับสูบบุหรี่ 600 มวน เป็นสาเหตุของโรคมะเร็ง ไขมันสัตว์ทำให้เป็นโรคเส้นโลหิตอุดตันที่หัวใจ สมอ ทำให้เกิดโรคหัวใจอัมพาต จากผลการวิจัยนักวิทยาศาสตร์ของมหาวิทยาลัยฮาวาร์ด แห่งสหรัฐอเมริกา พบว่าความดันโลหิตของผู้ที่รับประทานอาหารมังสวิรัตินี้ โดยเฉลี่ยแล้วจะต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับประทานมังสวิรัตินี้เห็นได้ชัด จากรายงานของสหประชาชาติระบุว่า การรับประทานเนื้อสัตว์เป็นสาเหตุสำคัญทำให้เกิดภาวะโลกร้อนเพราะทำให้เกิดการตัดไม้ทำลายป่า มีตัวเลขออกมาว่า มากกว่าร้อยละ 70 ของป่าอะเมซอน ถูกโค่นลงเพื่อทำทุ่งหญ้าเลี้ยงสัตว์ การผลิตปศุสัตว์จะผลิตก๊าซเรือนกระจกมากกว่าการขนส่งทั่วโลก มูลสัตว์จำนวนมากเป็นแหล่งที่มาของก๊าซมีเทนจำนวนมาก ซึ่งก๊าซมีเทนเป็นก๊าซที่ทำให้เกิดภาวะโลกร้อนได้มากกว่าก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ถึง 21 เท่า เป็นต้น ทำให้ในปัจจุบันการบริโภคอาหารมังสวิรัตินี้ ซึ่งเป็นอาหารที่ไม่มีส่วนผสมของเนื้อสัตว์ มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นมากทั้งในต่างประเทศและในประเทศไทย ด้วยเล็งเห็นว่าเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์จากสัตว์ไม่ใช่อาหารธรรมชาติที่เหมาะสมกับสรีระของมนุษย์อย่างแท้จริง เพราะเนื้อสัตว์ที่รับประทานเข้าไป จะถูกย่อยไม่หมด ร่างกายจะนำไปใช้เพียงร้อยละ 67 เท่านั้น อีกร้อยละ 33 ตกค้างอยู่ในลำไส้ ซึ่งจะถูกแบคทีเรียย่อยสลายกลายเป็นสารพิษ

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ส่งผลให้ปัจจุบันมีร้านอาหารประเภทมังสวิรัต เกิดขึ้นทั่วโลก รวมทั้งในประเทศไทยด้วย ซึ่งตั้งแต่ปีพ.ศ.2535-2549 มีร้านอาหารมังสวิรัตเกิดขึ้นในจังหวัดเชียงใหม่เฉลี่ยปีละ 3 แห่ง ล่าสุดในปีพ.ศ.2550 มีร้านอาหารมังสวิรัตเปิดบริการพร้อมกันถึง 7 แห่ง จากข้อมูลเมื่อเดือนกันยายน 2550 พบว่ามีร้านอาหารมังสวิรัตในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ซึ่งมีเนื้อที่ 40.216 ตารางกิโลเมตร รวมแล้วไม่ต่ำกว่า 40 แห่ง ซึ่งทำให้ประชาชนในจังหวัดเชียงใหม่สามารถรับประทานอาหารมังสวิรัตได้อย่างสะดวกสบายขึ้น เพราะเฉลี่ยแล้วจะมีร้านมังสวิรัตเปิด 1 ร้านทุกพื้นที่ 1 ตารางกิโลเมตร ซึ่งถือเป็นตัวเลขจำนวนร้านมังสวิรัตที่สูงที่สุดในประเทศไทย ซึ่งในปีพ.ศ.2543 David Freyer ได้เขียนแผนที่ร้านอาหารมังสวิรัตในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยสามารถแบ่งเป็นประเภทร้านอาหาร ดังนี้

ตารางที่ 1.1 จำนวนร้านอาหารเจและมังสวิรัต และร้านอาหารที่เป็นมิตรกับมังสวิรัต ในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ พ.ศ. 2543

ประเภทร้านอาหาร	จำนวน (ร้าน)
ร้านอาหารเจและมังสวิรัต (Vegetarian)	39
ร้านอาหารที่เป็นมิตรกับมังสวิรัต (Veggie-friendly)	8
รวม	47

ที่มา: โครงการมังสวิรัตเชียงใหม่ (2551)

จากตารางที่ 1.1 จำนวนร้านอาหารมังสวิรัต และร้านอาหารที่เป็นมิตรกับมังสวิรัต ในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ พ.ศ. 2543 ทำการสำรวจโดย David Freyer พบว่ามีร้านมังสวิรัต (Vegetarian) จำนวน 39 ร้าน และร้านอาหารที่เป็นมิตรกับมังสวิรัต (Veggie-friendly) คือร้านอาหารทั่วไปที่สั่งมังสวิรัตได้อีกจำนวน 8 ร้าน รวมเป็นจำนวน 47 ร้าน

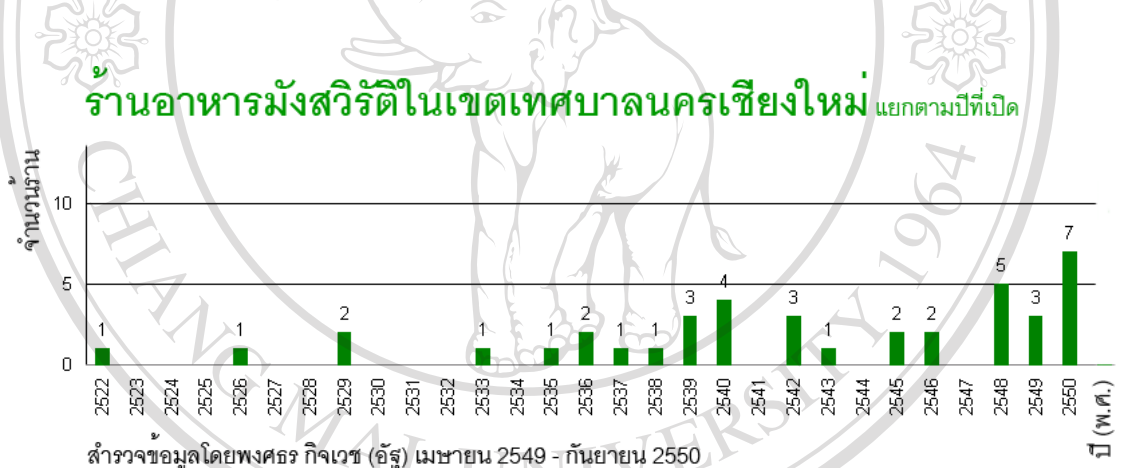
ตารางที่ 1.2 จำนวนร้านอาหารเจและมังสวิรัต และร้านอาหารที่เป็นมิตรกับมังสวิรัต ในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ พ.ศ. 2551

ประเภทร้านอาหาร	จำนวน (ร้าน)
ร้านอาหารเจและมังสวิรัต (Vegetarian)	33
ร้านอาหารที่เป็นมิตรกับมังสวิรัต (Veggie-friendly)	11
รวม	44

ที่มา: โครงการมังสวิรัตเชียงใหม่ (2551)

จากตารางที่ 1.2 จะเห็นได้ว่ามีจำนวนร้านอาหารเจและมังสวิรัต และร้านอาหารที่เป็นมิตรกับมังสวิรัต ในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ พ.ศ. 2551 ทำการสำรวจโดยโครงการมังสวิรัต เชียงใหม่ พบว่ามีร้านอาหารเจและมังสวิรัต (Vegetarian) จำนวน 33 ร้าน และร้านอาหารที่เป็นมิตรกับมังสวิรัต (Veggie-friendly) อีกจำนวน 11 ร้าน รวมเป็นจำนวน 44 ร้าน ซึ่งพื้นที่ในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่มี 40.216 ตารางกิโลเมตร ดังนั้นในปี 2551 จึงมีร้านมังสวิรัตโดยเฉลี่ยประมาณ 1 ร้าน ทุก 1 ตารางกิโลเมตร

พบว่าในปี 2551 มีร้านอาหารมังสวิรัตในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ไม่ต่ำกว่า 28 ร้าน จะเห็นได้ว่าจำนวนร้านอาหารมังสวิรัตลดลงจากปี 2543 เนื่องจากบางร้านปิดกิจการ บางร้านเปลี่ยนจากร้านอาหารมังสวิรัตเป็นร้านอาหารที่เป็นมิตรกับมังสวิรัต ถึงอย่างไรก็ตามแนวโน้มของจำนวนร้านอาหารมังสวิรัตที่เปิดใหม่ช่วงปี 2544 – 2550 มีไม่ต่ำกว่า 18 ร้าน หรือมากกว่าครึ่งหนึ่งของจำนวนร้านที่เปิดในปัจจุบัน



รูปที่ 1.1 จำนวนร้านอาหารมังสวิรัตที่เปิดใหม่ในแต่ละปี ในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ ตั้งแต่ปี พ.ศ.2522-2550

จากการสำรวจของโครงการมังสวิรัตพบว่า เหตุผลหลักในการเปิดร้านมังสวิรัตแบ่งเป็น 2 เหตุผลคือเหตุผลทางด้านศีลธรรมและศาสนา และเหตุผลทางด้านสุขภาพ ซึ่งเหตุผลทางศีลธรรมและศาสนานั้นแบ่งย่อยตามความเชื่อของศาสนาต่างๆ ได้แก่ ศาสนาพุทธ ศาสนาฮินดู และศาสนาคริสต์ ซึ่งศาสนาพุทธแบ่งเป็น 2 นิกาย คือนิกายเถรวาท มีสายสันตือโสภเป็นผู้นำ และนิกายมหายาน มาจากประเทศจีนเป็นที่มาของเทศกาลกินเจ และประเทศไต้หวัน มีสายอนุธรรมเข้ามาเผยแพร่เปิดสถานธรรมและร้านอาหารเจ ในเชียงใหม่หลายแห่ง เป็นต้น ส่วนเหตุผลด้านสุขภาพนั้นได้รับอิทธิพลมาจากกระแสชีวิต ตั้งแต่ปีพ.ศ. 2541 – 2545 ซึ่งเป็นอาหารที่เน้นการรักษาสุขภาพเป็นหลัก โดยจะมาพร้อมกับหลักปฏิบัติหลายอย่างเพื่อรักษาสุขภาพ

หากพิจารณาถึงเหตุผลดังกล่าวข้างต้นแล้ว จะเห็นได้ว่าพฤติกรรมการบริโภคของประชาชนในจังหวัดเชียงใหม่ นั้น มีแนวโน้มการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้น โดยเฉพาะอาหารมังสวิรัต ซึ่งพิจารณาจากจำนวนร้านอาหารมังสวิรัตที่เปิดใหม่ในแต่ละปีในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ที่มีแนวโน้มที่เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ดังนั้นการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่ออุปสงค์การบริโภคอาหารมังสวิรัตในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จึงเป็นการศึกษาที่เป็นประโยชน์ต่อผู้ประกอบการร้านอาหารมังสวิรัตในจังหวัดเชียงใหม่ ในการทราบถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจบริโภคอาหารมังสวิรัต รวมทั้งทราบถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารมังสวิรัตของประชาชน ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ทั้งนี้ผลการศึกษาดังกล่าวคาดว่าจะจะเป็นประโยชน์แก่ผู้ประกอบการร้านอาหารมังสวิรัตเพื่อที่จะนำข้อมูลที่ได้มาทำการปรับปรุงและการพัฒนาการบริการเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้บริโภคได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

- 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารมังสวิรัตของผู้บริโภคในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
- 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจบริโภคอาหารมังสวิรัตในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

1.3 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษา

- 1) ทำให้ทราบถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารมังสวิรัตของผู้บริโภคในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
- 2) ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจบริโภคอาหารมังสวิรัตในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
- 3) เพื่อใช้เป็นข้อมูลสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจร้านอาหารมังสวิรัตในการวางแผนการดำเนินงานและกำหนดกลยุทธ์ทางการตลาด ให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้บริโภค

1.4 ขอบเขตการศึกษา

ในการศึกษาครั้งนี้ได้ทำการศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารมังสวิรัตในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ของประชาชนทั่วไป โดยจะทำการสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ(Accidental Sampling) จำนวน 400 ราย

1.5 นิยามศัพท์

อาหารมังสวิรัต หมายถึง อาหารที่ไม่มีเนื้อสัตว์หรือผลิตภัณฑ์จากสัตว์เป็นองค์ประกอบ กล่าวคือเป็นอาหารที่ใช้พืช ผัก ผลไม้ ธัญพืชต่าง ๆ เป็นหลักในการประกอบอาหาร เช่น ถั่วเหลือง ข้าวกล้อง และใช้เครื่องปรุงรสจากพืช อาจมีไข่หรือนมหรือทั้ง 2 อย่างเป็นส่วนประกอบได้ ซึ่งไข่ต้องเป็นไข่ลมหรือไข่ที่ยังไม่ได้ผสมเท่านั้น

อาหารเจ หมายถึง อาหารที่ไม่มีเนื้อสัตว์หรือผลิตภัณฑ์จากสัตว์เป็นองค์ประกอบ เช่นเดียวกับอาหารมังสวิรัต แต่ไม่รับประทานผักฉุน 5 ชนิด ได้แก่ กระเทียม หอม หลักเกียว (กระเทียมโทน) กุยช่าย และยาสูบ

อาหารชีวจิต หมายถึง อาหารที่เน้นการรักษาสุขภาพเป็นหลัก โดยจะมาพร้อมกับหลักปฏิบัติหลายอย่างเพื่อรักษาสุขภาพ และสามารถรับประทานเนื้อสัตว์บางชนิดได้ เช่น ปลา สัตว์น้ำต่างๆ เป็นต้น

ร้านอาหารมังสวิรัต หมายถึง ร้านที่เปิดขายอาหารมังสวิรัตอย่างเป็นกิจจะลักษณะ มีสถานที่ตั้งถาวรสามารถตรวจสอบได้ มีการให้บริการดูแลลูกค้าในส่วนของผู้ที่มารับประทานอาหารมังสวิรัตที่ร้าน

ร้านอาหารที่เป็นมิตรกับมังสวิรัต หมายถึง ร้านที่เปิดขายอาหารทั่วไป แต่สามารถสั่งอาหารประเภทมังสวิรัตได้

พฤติกรรมผู้บริโภค หมายถึง พฤติกรรมการแสดงออกของบุคคลแต่ละบุคคลในการค้นหา การเลือกซื้อ การใช้ การประเมินผล หรือจัดการกับสินค้าและบริการ เช่น อาหารที่รับประทานเป็นประจำ สาเหตุที่เลือก/ไม่เลือกบริโภคอาหารมังสวิรัต จำนวนมือต่อวันในการบริโภคอาหาร ค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหาร เป็นต้น

ผู้บริโภค หมายถึง ผู้ที่เคยและไม่เคยบริโภคอาหารประเภทมังสวิรัต