# บทที่ 4

## ผลการศึกษา

การศึกษาเรื่อง การรับรู้เรื่องฉลากโภชนาการ และการใช้ของบุคลากรด้านสาธารณสุข มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้เรื่องฉลากโภชนาการของบุคลากรด้านสาธารณสุข และศึกษาการใช้ฉลากโภชนาการของบุคลากรด้านสาธารณสุข ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นบุคลากรด้านสาธารณสุขซึ่งปฏิบัติงานในโรงพยาบาลของรัฐและสถานีอนามัยในอำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน จำนวน105 คน นำเสนอผลการศึกษาตามรายละเอียด คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของประชากร (ตาราง 4.1 - ตาราง 4.12)

ส่วนที่ 2 การรับรู้เรื่องฉลากโภชนาการ (ตาราง 4.13 – ตาราง 4.25)

ส่วนที่ 3 การใช้ฉลากโภชนาการ (ตาราง 4.26)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของประชากร**

เพศ อายุ ตำแหน่ง ระดับการศึกษา รายได้ ผู้มีหน้าที่ซื้ออาหารในครอบครัว ชนิดของอาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่ซื้อประจำ สถานที่เลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่ม ความถี่ในการซื้ออาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่ม การปฏิบัติในการเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่ม การอ่านฉลากโภชนาการก่อนซื้อผลิตภัณฑ์ ความคิดเห็นเรื่องข้อมูลในฉลากโภชนาการ แหล่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ และโรคประจำตัวที่มีความสัมพันธ์กับอาหาร

**ตาราง 4.1** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามเพศ อายุ และระดับการศึกษา

| ข้อมูล | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| เพศ | | |
| ชาย | 24 | 22.90 |
| หญิง | 81 | 77.10 |
| รวม | 105 | 100.00 |
| อายุ | | |
| ต่ำกว่า 30 ปี | 21 | 20.00 |
| 30 - 39 ปี | 43 | 41.00 |
| 40 – 49 ปี | 37 | 35.20 |
| 50 ปีขึ้นไป | 4 | 3.80 |
| รวม | 105 | 100.00 |
| ระดับการศึกษา | | |
| ต่ำกว่าปริญญาตรี | 13 | 12.40 |
| ปริญญาตรี | 84 | 80.00 |
| สูงกว่าปริญญาตรี | 8 | 7.60 |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.1 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 77.10 มีอายุระหว่าง 30 – 39 ปี ร้อยละ 41.00 และการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 80.00

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.2** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามตำแหน่งงาน

| ตำแหน่ง | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| พยาบาล | 52 | 49.52 |
| เจ้าพนักงานสาธารณสุขชุมชน | 12 | 11.40 |
| เจ้าหน้าที่บริหารงานสาธารณสุข | 11 | 10.48 |
| นักวิชาการสาธารณสุข | 9 | 8.50 |
| เจ้าพนักงานทันตสาธารณุข | 4 | 3.80 |
| แพทย์ | 3 | 2.80 |
| เภสัชกร | 3 | 2.80 |
| เจ้าพนักงานเภสัชกรรม | 3 | 2.80 |
| ทันตแพทย์ | 2 | 1.90 |
| เทคนิคการแพทย์ | 1 | 1.00 |
| เจ้าพนักงานวิทยาศาสตร์การแพทย์ | 1 | 1.00 |
| เจ้าหน้าที่รังสีการแพทย์ | 1 | 1.00 |
| โภชนากร | 1 | 1.00 |
| เจ้าหน้าที่เวชสถิติ | 1 | 1.00 |
| พนักงานสุขภาพชุมชน | 1 | 1.00 |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.2 พบว่า ประชากรปฏิบัติงานในตำแหน่งพยาบาล ร้อยละ 49.52

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.3** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

| รายได้ต่อเดือน | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| ไม่เกิน 10,000 บาท | 6 | 5.70 |
| 10,001 – 15,000 บาท | 32 | 30.50 |
| 15,001 – 20,000 บาท | 19 | 18.10 |
| 20,001 บาทขึ้นไป | 48 | 45.70 |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.3 พบว่า ประชากรมีรายได้ต่อเดือนตั้งแต่ 20,001 บาทขึ้นไป ร้อยละ 45.70

**ตาราง 4.4** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามผู้มีหน้าที่ซื้ออาหารในครอบครัว

| ผู้มีหน้าที่ซื้ออาหาร | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| ตัวเอง | 54 | 51.40 |
| คู่สมรส | 20 | 19.00 |
| แม่บ้าน | 9 | 8.60 |
| มารดา | 17 | 16.20 |
| น้า/ยาย | 1 | 1.00 |
| ปู่ | 1 | 1.00 |
| ไปพร้อมกันกับคู่สมรสทุกครั้ง | 3 | 2.80 |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.4 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่เป็นผู้มีหน้าที่ซื้ออาหารด้วยตัวเองในครอบครัว ร้อยละ 51.40

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.5** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามชนิดของอาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่ซื้อประจำ

| ชนิดที่ซื้อประจำ | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| นม ยู เอช ที | 54 | 51.40 |
| นมสด | 19 | 18.10 |
| นมเปรี้ยว | 19 | 18.10 |
| นมถั่วเหลือง | 11 | 10.40 |
| นมผงชงดื่ม | 1 | 1.00 |
| ไม่ได้ดื่มนมชนิดใดประจำ | 1 | 1.00 |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.5 พบว่า ชนิดของอาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่ประชากรส่วนใหญ่ซื้อประจำคือ นม ยู เอช ที ร้อยละ 51.40

**ตาราง 4.6** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามสถานที่เลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่ม

| สถานที่เลือกซื้อ | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| ห้างสรรพสินค้า/ซุปเปอร์มาร์เก็ต | 73 | 69.53 |
| ร้านสะดวกซื้อ/เซเว่น- อีเลฟเว่น | 12 | 11.43 |
| ร้านขายของชำ | 10 | 9.52 |
| ตลาด | 6 | 5.72 |
| ตัวแทนจำหน่ายโดยตรง | 2 | 1.90 |
| ไม่มีสถานที่ซื้อประจำ | 2 | 1.90 |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.6 พบว่าประชากรส่วนใหญ่เลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มจากห้างสรรพสินค้า/ซุปเปอร์มาร์เก็ต ร้อยละ 69.53

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.7** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามความถี่ในการซื้ออาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่ม

| ความถี่ในการซื้อ | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| สัปดาห์ละครั้ง | 37 | 35.20 |
| เดือนละครั้ง | 24 | 22.90 |
| ทุกวัน | 16 | 15.20 |
| วันเว้นวัน | 11 | 10.50 |
| 2 ครั้งต่อสัปดาห์ | 10 | 9.50 |
| เดือนละ 2 ครั้ง | 4 | 3.80 |
| นานๆครั้ง | 2 | 1.90 |
| ไม่ได้ซื้อนานแล้ว | 1 | 1.00 |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.7 พบว่า ประชากรซื้ออาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่ม สัปดาห์ละครั้ง ร้อยละ 35.20

**ตาราง 4.8** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามการปฏิบัติในการซื้ออาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่ม

| การปฏิบัติในการซื้อ | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| อ่านรายละเอียดสินค้าก่อนเลือกซื้อ | 90 | 85.70 |
| ดูเฉพาะยี่ห้อของสินค้าแล้วซื้อทันที | 7 | 6.70 |
| ดูราคาสินค้าแล้วซื้อทันที | 6 | 5.70 |
| หยิบสินค้าแล้วไปชำระเงินเลย | 2 | 1.90 |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.8 พบว่า การปฏิบัติในการซื้ออาหารสำเร็จรูปประเภทนมและผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มของประชากรส่วนใหญ่คือ อ่านรายละเอียดสินค้าก่อนเลือกซื้อ ร้อยละ 85.70

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.9** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามการอ่านฉลากโภชนาการก่อนซื้อผลิตภัณฑ์

| การอ่านฉลาก | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| วัน เดือน ปี ที่หมดอายุ | 70 | 66.70 |
| ชื่อผลิตภัณฑ์ | 18 | 17.10 |
| ข้อมูลโภชนาการ | 15 | 14.20 |
| บริษัทผู้ผลิตหรือจำหน่าย | 1 | 1.00 |
| อ่านทุกส่วน | 1 | 1.00 |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.9 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่อ่านข้อมูล วัน เดือน ปี ที่หมดอายุของผลิตภัณฑ์ก่อนซื้อ ร้อยละ 66.70

**ตาราง 4.10** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามความคิดเห็นเรื่องข้อมูลในฉลากโภชนาการ

| ความคิดเห็น | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| เชื่อถือได้ | 51 | 48.60 |
| เชื่อถือได้เป็นบางครั้ง | 33 | 31.40 |
| ไม่แน่ใจ | 21 | 20.00 |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.10 พบว่า ประชากรมีความเห็นว่าข้อมูลที่แสดงในฉลากโภชนาการเชื่อถือได้ ร้อยละ 48.60

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.11** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามแหล่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

| แหล่งข้อมูลข่าวสาร | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| โทรทัศน์ | 87 | 82.90 |
| นิตยสารหรือวารสารเกี่ยวกับสุขภาพ | 81 | 77.10 |
| หนังสือพิมพ์ | 58 | 55.20 |
| เอกสารพิมพ์เผยแพร่ | 53 | 50.50 |
| อินเตอร์เน็ต | 50 | 47.60 |
| การอบรมหรือประชุมวิชาการ | 49 | 46.70 |
| วิทยุ | 42 | 40.00 |
| บอร์ดให้ความรู้ | 38 | 36.20 |
| สื่อบุคคล เช่น เพื่อน ญาติ | 17 | 16.20 |
| ทราบเอง | 1 | 1.00 |

จากตาราง 4.11 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับฉลากโภชนาการจากสื่อโทรทัศน์มากที่สุด ร้อยละ 82.90 รองลงมาคือ นิตยสารหรือวารสารเกี่ยวกับสุขภาพ ร้อยละ 77.10

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.12** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามโรคประจำตัวที่มีความสัมพันธ์กับอาหาร

| โรคประจำตัว | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| ไม่มี | 90 | 85.71 |
| มี | 15 | 14.29 |
| *โรคอ้วน* | *9* | *8.57* |
| *โรคเบาหวาน* | *3* | *2.87* |
| *โรคความดันโลหิตสูง* | *1* | *1.00* |
| *ภาวะไขมันในเลือดสูง* | *1* | *1.00* |
| *โรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก* | *1* | *1.00* |
| รวม | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.12 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 85.71

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ส่วนที่ 2 การรับรู้เรื่องฉลากโภชนาการ**

2.1. การรับรู้ด้านความสนใจข้อมูลบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร

2.2. การรับรู้ด้านการแปลความหมายและความเข้าใจข้อมูลโภชนาการบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร

2.3. การรับรู้ประโยชน์จากการอ่านข้อมูลบนฉลากโภชนาการ

**ตาราง 4.13** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามระดับการรับรู้ด้านความสนใจข้อมูลบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร

| คะแนน | จำนวน | ร้อยละ | ระดับการรับรู้ |
|---|---|---|---|
| คะแนนเฉลี่ย < 1.00 | 6 | 5.70 | ต่ำ |
| คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 1.49 | 51 | 48.60 | ปานกลาง |
| คะแนนเฉลี่ย 1.50 - 2.00 | 48 | 45.70 | สูง |
| รวม | 105 | 100.00 | |

จากตาราง 4.13 พบว่า ประชากรมีการรับรู้ด้านความสนใจข้อมูลบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหารในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.60 และมีการรับรู้ในระดับสูง ร้อยละ45.70

**ตาราง 4.14** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามระดับการรับรู้ด้านการแปลความหมายข้อมูลโภชนาการบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร

| คะแนน | จำนวน | ร้อยละ | ระดับการรับรู้ |
|---|---|---|---|
| < 15 คะแนน หรือ < ร้อยละ 50 | 6 | 5.70 | ต่ำ |
| 15 – 22 คะแนน หรือ ร้อยละ 50 – 75 | 80 | 76.20 | ปานกลาง |
| > 22 คะแนน หรือ > ร้อยละ 75 | 19 | 18.10 | สูง |
| รวม | 105 | 100.00 | |

จากตาราง 4.14 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่มีการรับรู้ด้านการแปลความหมายข้อมูลโภชนาการบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร ในระดับปานกลาง ร้อยละ 76.20

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.15** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามระดับการรับรู้ด้านความเข้าใจข้อมูลโภชนาการบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร

| คะแนน | จำนวน | ร้อยละ | ระดับการรับรู้ |
|---|---|---|---|
| < 15 คะแนน หรือ < ร้อยละ 50 | 8 | 7.62 | ต่ำ |
| 15 – 22 คะแนน หรือ ร้อยละ 50 – 75 | 41 | 39.05 | ปานกลาง |
| > 22 คะแนน หรือ > ร้อยละ 75 | 56 | 53.33 | สูง |
| รวม | 105 | 100.00 | |

จากตาราง 4.15 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่มีการรับรู้ด้านความเข้าใจข้อมูลโภชนาการบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหารในระดับสูง ร้อยละ 53.33

**ตาราง 4.16** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามระดับการรับรู้ประโยชน์จากการอ่านข้อมูลบนฉลากโภชนาการ

| คะแนน | จำนวน | ร้อยละ | ระดับการรับรู้ |
|---|---|---|---|
| < 15 คะแนน หรือ < ร้อยละ 50 | 1 | 1.00 | ต่ำ |
| 15 – 22 คะแนน หรือ ร้อยละ 50 – 75 | 4 | 3.80 | ปานกลาง |
| > 22 คะแนน หรือ > ร้อยละ 75 | 100 | 95.20 | สูง |
| รวม | 105 | 100.00 | |

จากตาราง 4.16 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่มีการรับรู้ประโยชน์จากการอ่านข้อมูลบนฉลากโภชนาการในระดับสูง ร้อยละ 95.20

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.17** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามระดับการรับรู้เรื่องฉลากโภชนาการโดยรวม

| คะแนน | จำนวน | ร้อยละ | ระดับการรับรู้ |
|---|---|---|---|
| คะแนน < ร้อยละ 50 | 1 | 1.00 | ต่ำ |
| คะแนน ร้อยละ 50 – 75 | 46 | 43.80 | ปานกลาง |
| คะแนน > ร้อยละ 75 | 58 | 55.20 | สูง |
| รวม | 105 | 100.00 | |

จากตาราง 4.17 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่มีการรับรู้เรื่องฉลากโภชนาการโดยรวมอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 55.20

**ตาราง 4.18** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามเพศกับระดับการรับรู้เรื่องฉลากโภชนาการ

| ระดับการรับรู้ / เพศ | ต่ำ | | ปานกลาง | | สูง | | รวม | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ |
| ชาย | 1 | 100.00 | 15 | 32.61 | 8 | 13.79 | 24 | 22.86 |
| หญิง | - | - | 31 | 67.39 | 50 | 86.21 | 81 | 77.14 |
| รวม | 1 | 100.00 | 46 | 100.00 | 58 | 100.00 | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.18 พบว่า เพศหญิงมีการรับรู้เรื่องฉลากโภชนาการในระดับสูง ร้อยละ 86.21 ในขณะที่เพศชาย มีการรับรู้ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.61

**ตาราง 4.19** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามอายุกับระดับการรับรู้เรื่อง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ฉลากโภชนาการ

| ระดับการรับรู้ / อายุ | ต่ำ | | ปานกลาง | | สูง | | รวม | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ |
| ต่ำกว่า 30 ปี | - | - | 7 | 15.22 | 14 | 24.14 | 21 | 20.00 |
| 30 – 39 ปี | - | - | 17 | 36.96 | 26 | 44.83 | 43 | 40.95 |
| 40 – 49 ปี | 1 | 100.00 | 21 | 45.65 | 15 | 25.86 | 37 | 35.24 |
| 50 ปีขึ้นไป | - | - | 1 | 2.17 | 3 | 5.17 | 4 | 3.81 |
| รวม | 1 | 100.00 | 46 | 100.00 | 58 | 100.00 | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.19 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบกันประชากรที่มีอายุระหว่าง 40 – 49 ปี มีการับรู้ระดับปานกลาง ร้อยละ 45.65 ส่วนประชากรที่มีอายุ ระหว่าง 30–39 ปี มีการรับรู้ในระดับสูง ร้อยละ 44.83

**ตาราง 4.20** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามระดับการศึกษากับระดับการรับรู้เรื่อง ฉลากโภชนาการ

| ระดับการรับรู้ / ระดับการศึกษา | ต่ำ | | ปานกลาง | | สูง | | รวม | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ |
| ต่ำกว่าปริญญาตรี | - | - | 9 | 19.57 | 4 | 6.90 | 13 | 12.38 |
| ปริญญาตรี | 1 | 100.00 | 33 | 71.74 | 50 | 86.20 | 84 | 80.00 |
| สูงกว่าปริญญาตรี | - | - | 4 | 8.69 | 4 | 6.90 | 8 | 7.62 |
| รวม | 1 | 100.00 | 46 | 100.00 | 58 | 100.00 | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.20 พบว่า ประชากรที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี มีการรับรู้เรื่องฉลากโภชนาการในระดับปานกลางและระดับสูง ร้อยละ 71.74 และ 86.20 ตามลำดับ

**ตาราง 4.21** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามโรคประจำตัวกับระดับการรับรู้เรื่อง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

ฉลากโภชนาการ

| ระดับการรับรู้ / โรคประจำตัว | ต่ำ | | ปานกลาง | | สูง | | รวม | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ |
| ไม่มี | 1 | 100.00 | 38 | 82.61 | 51 | 87.93 | 90 | 85.71 |
| มี | - | - | 8 | 17.39 | 7 | 12.07 | 15 | 14.29 |
| รวม | 1 | 100.00 | 46 | 100.00 | 58 | 100.00 | 105 | 100.00 |

จากตาราง 4.21 พบว่า ประชากรที่ไม่มีโรคประจำตัวมีการรับรู้เรื่องฉลากโภชนาการ ในระดับสูง ร้อยละ 87.93 ส่วนประชากรที่มีโรคประจำตัว มีการรับรู้ในระดับปานกลาง ร้อยละ 17.39

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.22** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามข้อมูลบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร กับระดับการรับรู้ด้านความสนใจข้อมูล

| ระดับความสนใจข้อมูล / ข้อมูลบนภาชนะ | มาก | | ปานกลาง | | ไม่สนใจ | | รวม | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | N | % | N | % | N | % | N | % |
| 1. วัน เดือน ปี ที่หมดอายุ | 97 | 92.38 | 5 | 4.76 | 3 | 2.86 | 105 | 100.00 |
| 2. เครื่องหมาย อย. | 95 | 90.50 | 8 | 7.60 | 2 | 1.90 | 105 | 100.00 |
| 3. วัน เดือน ปี ที่ผลิต | 75 | 71.40 | 24 | 22.90 | 6 | 5.70 | 105 | 100.00 |
| 4. ราคา | 71 | 67.62 | 32 | 30.48 | 2 | 1.90 | 105 | 100.00 |
| 5. คำเตือน | 71 | 67.62 | 32 | 30.48 | 2 | 1.90 | 105 | 100.00 |
| 6. คำแนะนำในการเก็บรักษา | 64 | 60.95 | 38 | 36.19 | 3 | 2.86 | 105 | 100.00 |
| 7. ชื่อผลิตภัณฑ์อาหาร | 60 | 57.10 | 45 | 42.90 | - | - | 105 | 100.00 |
| 8. คำแนะนำในการบริโภค | 59 | 56.19 | 41 | 39.05 | 5 | 4.76 | 105 | 100.00 |
| 9. ส่วนประกอบ | 58 | 55.24 | 45 | 42.86 | 2 | 1.90 | 105 | 100.00 |
| 10. ปริมาณสารอาหารที่สำคัญ | 58 | 55.24 | 42 | 40.00 | 5 | 4.76 | 105 | 100.00 |
| 11. ข้อความกล่าวอ้างบนภาชนะ เช่น ไขมันต่ำ | 56 | 53.33 | 48 | 45.72 | 1 | 0.95 | 105 | 100.00 |
| 12. พลังงานจากไขมัน | 51 | 48.57 | 47 | 44.76 | 7 | 6.67 | 105 | 100.00 |
| 13. น้ำหนัก หรือปริมาณสุทธิ | 49 | 46.67 | 53 | 50.47 | 3 | 2.86 | 105 | 100.00 |
| 14. ข้อมูลโภชนาการ | 44 | 41.90 | 59 | 56.20 | 2 | 1.90 | 105 | 100.00 |
| 15. พลังงานทั้งหมด | 42 | 40.00 | 57 | 54.29 | 6 | 5.71 | 105 | 100.00 |
| 16. ปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน | 40 | 38.09 | 59 | 56.19 | 6 | 5.72 | 105 | 100.00 |
| 17. จำนวนหน่วยบริโภค | 36 | 34.29 | 65 | 61.90 | 4 | 3.81 | 105 | 100.00 |
| 18. หนึ่งหน่วยบริโภค | 34 | 32.38 | 65 | 61.90 | 6 | 5.72 | 105 | 100.00 |
| 19. ผู้ผลิตหรือจำหน่าย | 24 | 22.86 | 70 | 66.66 | 11 | 10.48 | 105 | 100.00 |
| 20. สถานที่ผลิต | 17 | 16.19 | 67 | 63.81 | 21 | 20.00 | 105 | 100.00 |

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

จากตาราง 4.22 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่มีความสนใจข้อมูลวัน เดือน ปี ที่หมดอายุและเครื่องหมาย อย.ในระดับมาก ร้อยละ 92.38 และ 90.50 ตามลำดับ

**ตาราง 4.23** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามการรับรู้ด้านการแปลความหมายข้อมูลโภชนาการบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร

| ข้อมูล | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| 1. ข้อมูลโภชนาการ เป็นการแสดงถึงรายละเอียดเกี่ยวกับชนิดและปริมาณของสารอาหาร | 105 | 100.00 |
| 2. ฉลากโภชนาการ หมายถึง ฉลากที่มีการแสดงข้อมูลโภชนาการในกรอบข้อมูลโภชนาการ | 96 | 91.40 |
| 3. ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน หมายถึง การกินหรือดื่มครั้งนี้มีสารอาหารคิดเป็นร้อยละเท่าไรของปริมาณที่ร่างกายควรได้รับต่อวัน | 95 | 90.50 |
| 4. อาหารที่มีการกล่าวอ้างคุณค่าในการส่งเสริมการขายไม่จำเป็นต้องแสดงฉลากโภชนาการ | 90 | 85.70 |
| 5. “Thai RDI” หมายถึง ปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 8 ปีขึ้นไป | 70 | 66.70 |
| 6. สีตัวอักษรในกรอบข้อมูลโภชนาการ อาจเป็นสีเดียวกันหรือมีหลายสีได้ | 70 | 66.70 |
| 7. ข้อความที่มีการกล่าวอ้างว่ามี แคลเซียมสูง ต้องมีปริมาณสารอาหารดังกล่าวตั้งแต่หรือมากกว่า ร้อยละ 20 จึงจะกล่าวอ้างได้ | 65 | 61.90 |
| 8. ฉลากโภชนาการ หมายถึง ฉลากที่มีการแสดงข้อมูลทั่วไป เช่น ชื่อผลิตภัณฑ์ วัน เดือน ปี ที่ผลิต | 58 | 55.20 |
| 9. หนึ่งหน่วยบริโภค หมายถึง “กินครั้งละ” | 55 | 52.40 |
| 10. จำนวนหน่วยบริโภคต่อหนึ่งภาชนะบรรจุ หมายถึง ขวดนี้ กล่องนี้ บริโภคได้กี่ครั้ง | 45 | 42.90 |

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.23** (ต่อ)

| ข้อมูล | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| 11. คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค หมายถึง การบริโภคใน 1 ครั้งตามปริมาณที่ระบุแล้วร่างกายจะได้รับเฉพาะพลังงานเท่านั้น | 36 | 34.30 |
| 12. อาหารทุกชนิดต้องแสดงฉลากโภชนาการ | 22 | 21.00 |

จากตาราง 4.23 พบว่า ประชากรมีการรับรู้ด้านการแปลความหมายด้านข้อมูลโภชนาการเป็นการแสดงถึงรายละเอียดเกี่ยวกับชนิดและปริมาณของสารอาหาร ร้อยละ 100.00

**ตาราง 4.24** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามการรับรู้ด้านความเข้าใจข้อมูลโภชนาการบนภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร

| ข้อมูล | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| 1. พลังงานทั้งหมดที่ได้จากนม ยี่ห้อ ก. | 102 | 97.10 |
| 2. พลังงานไขมันที่ได้จากนม ยี่ห้อ ข. | 99 | 94.30 |
| 3. นมที่มีเหล็กและแคลเซียมสูง | 95 | 90.50 |
| 4. นมที่มีโคเลสเตอรอลต่ำ | 88 | 83.80 |
| 5. ความต้องการคาร์โบไฮเดรตจากอาหารอื่นอีกใน 1 วัน คิดเป็น กรัม | 86 | 81.90 |
| 6. ความต้องการคาร์โบไฮเดรตจากอาหารอื่นอีกใน 1 วัน คิดเป็น ร้อยละ | 79 | 75.20 |
| 7. ความต้องการไขมันจากอาหารอื่นอีกใน 1 วัน คิดเป็น ร้อยละ | 76 | 72.40 |
| 8. ความต้องการไขมันจากอาหารใน 1 วัน คิดเป็น กรัม | 68 | 64.80 |
| 9. ความต้องการโปรตีนจากอาหารอื่นอีกใน 1 วัน คิดเป็น กรัม | 68 | 64.80 |

จากตาราง 4.24 พบว่า ประชากรมีการรับรู้ด้านความเข้าใจข้อมูลโภชนาการ ด้านพลังงานทั้งหมดที่ได้จากนมและพลังงานไขมันที่ได้จากนม ร้อยละ97.10 และ 94.30 ตามลำดับ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ตาราง 4.25** จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามการรับรู้ประโยชน์จากการอ่านข้อมูลบนฉลากโภชนาการ

| ข้อมูล | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| 1. ฉลากโภชนาการช่วยให้สามารถเลือกซื้อและบริโภคอาหารได้เหมาะสมกับความต้องการของร่างกายตนเองได้ | 105 | 100.00 |
| 2. ข้อมูลโภชนาการทำให้ท่านทราบว่าอาหารชนิดนั้นประกอบด้วยสารอาหารอะไรบ้าง ปริมาณเท่าไร | 105 | 100.00 |
| 3. ฉลากโภชนาการไม่ใช่สิ่งจำเป็นสำหรับผู้บริโภค | 104 | 99.00 |
| 4. ฉลากโภชนาการทำให้ท่านสามารถเปรียบเทียบเลือกซื้อและบริโภคอาหารชนิดเดียวกันที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่ดีกว่าได้ | 103 | 98.10 |
| 5. ฉลากโภชนาการช่วยให้สามารถหลีกเลี่ยงสารอาหารที่ไม่ต้องการได้ | 102 | 97.10 |
| 6. ฉลากโภชนาการหลอกลวงผู้บริโภค | 101 | 96.20 |
| 6. ฉลากโภชนาการไม่ได้เป็นองค์ประกอบช่วยในการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร | 97 | 92.40 |
| 7. ฉลากโภชนาการมีส่วนทำให้ผู้ผลิตหันมาแข่งขันด้านคุณค่าทางอาหารของผลิตภัณฑ์ให้มีคุณภาพมากขึ้น | 100 | 95.20 |
| 8. ฉลากโภชนาการไม่มีประโยชน์เพราะขนาดตัวอักษรเล็กเกินไป | 97 | 92.40 |
| 9. ฉลากโภชนาการไม่ได้เป็นองค์ประกอบช่วยในการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร | 97 | 92.40 |

จากตาราง 4.25 พบว่า ประชากรมีการรับรู้ประโยชน์ด้านฉลากโภชนาการช่วยให้สามารถเลือกซื้อและบริโภคอาหารได้เหมาะสมกับความต้องการของร่างกายตนเองได้ เท่ากับด้านข้อมูลโภชนาการทำให้ทราบว่าอาหารชนิดนั้นประกอบด้วยสารอาหารอะไรบ้าง ปริมาณเท่าไร ร้อยละ 100.00

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

**ส่วนที่ 3 การใช้ฉลากโภชนาการ**

การนำข้อมูลที่ได้รับรู้บนฉลากโภชนาการไปใช้ในด้านการเลือกซื้อและเลือกบริโภคผลิตภัณฑ์อาหาร รวมถึงการเปรียบเทียบข้อมูลโภชนาการและราคาระหว่างผลิตภัณฑ์อาหารชนิดเดียวกัน

**ตาราง 4.26** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของประชากร จำแนกตามระดับการใช้ฉลากโภชนาการ

| | รายการ | ค่าเฉลี่ย | ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน | ระดับการใช้ |
|---|---|---|---|---|
| 1. | ไม่อ่านฉลากโภชนาการเพราะไม่มีประโยชน์สำหรับการบริโภค | 1.76 | 0.428 | ดี |
| 2. | เลือกบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับภาวะสุขภาพ | 1.73 | 0.465 | ดี |
| 3. | เลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารที่มีฉลากโภชนาการ | 1.72 | 0.449 | ดี |
| 4. | เลือกซื้ออาหารที่เหมาะสมกับภาวะสุขภาพ | 1.71 | 0.475 | ดี |
| 5. | เปรียบเทียบราคาของผลิตภัณฑ์อาหารชนิดเดียวกันก่อนเลือกซื้อ | 1.67 | 0.513 | ดี |
| 6. | ไม่อ่านข้อมูลบนฉลากโภชนาการเพราะเข้าใจยาก | 1.63 | 0.505 | ดี |
| 7. | อ่านฉลากโภชนาการก่อนเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร | 1.62 | 0.507 | ดี |
| 8. | เปรียบเทียบข้อมูลโภชนาการของแต่ละผลิตภัณฑ์ก่อนการเลือกซื้อ | 1.53 | 0.538 | ดี |
| 9. | ไม่อ่านฉลากโภชนาการ | 1.31 | 0.543 | พอใช้ |
| 10. | ใช้ฉลากโภชนาการเป็นสื่อให้ความรู้ด้านโภชนาการแก่ประชาชน | 1.25 | 0.601 | พอใช้ |
| | โดยรวม | 1.57 | 0.255 | ดี |

จากตาราง 4.26 พบว่า ประชากรโดยรวมมีการใช้ฉลากโภชนาการ อยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ย1.57

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved