

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสภาพสังคมที่มีการแข่งขันทั้งในด้านการทำงานและในด้านการดำรงชีวิตประจำวันของแต่ละวัน ส่งผลโดยตรงให้ผู้คนทั่วไปในสังคมมีวิถีชีวิตที่รีบเร่งและก่อให้เกิดภาวะความเครียดขึ้นภายในจิตใจจนกระทั่งเกิดผลกระทบต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจของผู้คน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับผู้ที่อาศัยอยู่ในเมืองใหญ่ทั่วโลก

จากสภาวะการณ์ที่กล่าวมานั้น ทำให้มนุษย์จำเป็นต้องแสวงหาแนวทางในการใช้ชีวิตที่เหมาะสม และก่อให้เกิดความสุขอย่างยั่งยืน คือ การมีความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจนั่นเอง การแสวงหาความสุขอย่างยั่งยืนนั้น มนุษย์จะต้องใช้ชีวิตโดยมีปัจจัยพื้นฐานทั้งสี่ประการที่เหมาะสมครบถ้วนบริบูรณ์ ได้แก่ การได้อาหารที่มีประโยชน์ การมีที่อยู่อาศัยและพักผ่อนอย่างมีความสุข การใช้เครื่องนุ่งห่มที่มีความเหมาะสมกับสภาพอากาศ และการมียารักษาโรคที่จะคอยช่วยรักษาอาการเจ็บป่วยต่าง ๆ ยามเจ็บป่วย ปัจจัยพื้นฐานทั้งสี่ประการในการดำรงชีวิตของมนุษย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจัยในเรื่องของอาหารนั้น นับได้ว่าเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญที่สุดในการดำรงชีวิตมนุษย์ การกินอาหารให้ถูกต้องมีความสำคัญโดยตรงในการช่วยเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรง และลดโอกาสการเกิดโรคร้ายไข้เจ็บได้หลายอย่าง ในการกินอาหารทั่ว ๆ ไป เราจึงควรเลือกกินอาหารให้ถูกต้อง (หัทธยา กองจันทิก, 2542) รับประทานอาหารชนิดต่างๆ ในปริมาณที่เพียงพอกับความต้องการของร่างกายเพื่อสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ อาหารที่มนุษย์รับประทานเข้าไปนั้นไม่เพียงแต่จะให้คุณสมบัติเท่านั้น ถ้าหากมนุษย์เลือกรับประทานอาหารหรือสารอาหารในบางชนิดในปริมาณที่มากเกินไปกว่าความต้องการของร่างกายแล้ว อาจจะทำให้เกิดผลเสียขึ้นกับร่างกายของมนุษย์ได้ โดยจะปรากฏผลให้เห็นในรูปของโรคร้ายไข้เจ็บต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นโรคความดันโลหิตสูง โรคไต โรคหัวใจ โรคตับ ที่เกิดขึ้นเนื่องมาจากการรับประทานอาหารที่มีรสเค็มเกินไป (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์, 2538-39) หรือโรคไขมันอุดตันในเส้นเลือด โรคอ้วน โรคหลอดเลือด โรคของถุงน้ำดี โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคตับ โรคสมองขาดเลือด โรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ โรคมะเร็งเต้านม โรคไขมันในเลือดสูง เกิดจากการรับประทานอาหารจำพวกไขมันมากเกินไป เป็นต้น (สุรจิต สุนทรธรรม,

2543) ดังนั้นเมื่ออาหารเป็นปัจจัยในการดำรงชีวิตที่มีความสำคัญ มนุษย์จึงจำเป็นต้องเลือกสรรหาชนิดและประเภทของอาหารที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกายและมีคุณค่าในด้านสารอาหารอย่างครบถ้วน เพื่อช่วยสร้างเสริมสุขภาพร่างกายจิตใจให้แข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ (กระยาทิพย์ เรือนใจ, 2537)

ปัจจุบันผู้บริโภคให้ความสนใจอาหารสำเร็จรูป หรืออาหารกึ่งสำเร็จรูปเพื่อบริโภคในชีวิตประจำวันมากขึ้น โดยเฉพาะในกรุงเทพมหานครหรือเมืองใหญ่ๆ เท่านั้น แม้แต่ในหมู่บ้านชนบทก็มีร้านค้าจำหน่ายอาหารเหล่านี้มากขึ้น ผู้บริโภคสมัยใหม่กลุ่มใหญ่ของประเทศต้องพึ่งพาผลิตภัณฑ์อาหารที่ผลิตโดยผู้ผลิต ซึ่งมีทั้งระดับอุตสาหกรรมและระดับครัวเรือน ผู้ประกอบการใช้กลวิธีการตลาดหลากหลายรูปแบบเพื่อจูงใจให้ผู้บริโภคเลือกซื้อ และบริโภคผลิตภัณฑ์ของตน บางรายอวดอ้างสรรพคุณเกินความจริง ทำให้ผู้บริโภคหลงเชื่อซื้อมาบริโภค แต่กลับได้รับสินค้าคุณภาพต่ำ และไม่ตรงกับความต้องการที่แท้จริง (อรพร วนมงคล, 2544) เพื่อแก้ไขปัญหานี้รัฐบาลได้ออกมาตรการในการคุ้มครองและพิทักษ์สิทธิผู้บริโภค โดยได้มีการตราพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ. 2522 เพื่อให้เกิดความเป็นธรรมแก่ผู้บริโภค ได้รับสินค้าที่เหมาะสมกับราคา และปลอดภัยต่อสุขภาพ

หนทางหนึ่งที่ผู้บริโภคสามารถมองหาข้อมูลในการเลือกซื้อ และกินอาหารให้ได้ครบตามความต้องการของร่างกาย ครบตามข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทย (กระทรวงสาธารณสุข, 2543) คือ การอ่านข้อมูลตามฉลาก ซึ่งฉลากนั้นจำเป็นต้องมีข้อมูลครบถ้วนชัดเจน และง่ายต่อการเข้าใจ สามารถนำไปเปรียบเทียบกับข้อเสนอแนะการบริโภค และคำนวณได้ว่าอาหารนั้นมีส่วนทำให้การบริโภคบรรลุตามข้อเสนอแนะได้มากน้อยเพียงใด (สุพรรณิ ศรีปัญญากร, 2540) แต่สิ่งที่น่าเป็นห่วง คือ มีผู้บริโภคน้อยคนที่จะใช้เวลาสนใจ สังเกต และอ่านฉลากที่ติดบนภาชนะบรรจุอาหารก่อนซื้อไปบริโภค นอกจากนี้ก็มีน้อยคนที่จะเห็นคุณค่าของข้อมูลที่ระบุไว้บนฉลากนั้น และในขณะเดียวกันผู้บริโภคก็อาจไม่เคยทราบ ว่า ฉลากจะได้ติดอยู่บนภาชนะบรรจุอาหารนั้นจะต้องผ่านขั้นตอนทางกฎหมายที่ถูกต้องและตรวจสอบข้อความต่างๆ โดยละเอียด เพื่อให้ฉลากเหล่านั้นได้แสดงข้อมูลครบถ้วนแก่ผู้บริโภคที่จะใช้เป็นเกณฑ์ในการตัดสินใจซื้อหา และให้เจ้าหน้าที่ของรัฐบาลได้ใช้ในการตรวจสอบเพื่อให้เป็นไปตามข้อกำหนดที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนดไว้

ตามมาตรา 59 แห่งพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2540 บุคคลย่อมมีสิทธิได้รับข้อมูล คำชี้แจงและเหตุผล จากหน่วยราชการ หน่วยงานของรัฐ รัฐวิสาหกิจ หรือหน่วยราชการส่วนท้องถิ่นก่อนดำเนินกิจกรรม โดยที่อาจมีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม สุขภาพอนามัย คุณภาพชีวิต

และสิทธิของบุคคล ซึ่งเป็นผู้บริโภคย่อมได้รับความคุ้มครองตามที่กฎหมายกำหนด เพราะประชาชนผู้บริโภคเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า และควรปกป้องคุ้มครองสิทธิ เพื่อดำรงไว้ซึ่งความเป็นปึกแผ่นของพลังประชาชนในการพัฒนาประเทศชาติ ผู้บริโภคมีสิทธิที่จะได้รับความรู้ และข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้อง เกี่ยวกับคุณภาพของสินค้า หรือบริการที่ได้รับ (กระทรวงสาธารณสุข, 2543)

การเรียนรู้ รับรู้ข้อมูลข่าวสาร เหตุการณ์ปัจจุบัน และการเรียนรู้ตามสภาพแวดล้อมที่เป็นจริง เป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นได้ทุกสถานที่ เป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งผลของการรับรู้เหล่านี้ไม่อาจประเมินได้ว่าเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตหรือไม่เพียงใด แต่ก็ยังเป็นการเพิ่มพูนความรู้ให้แก่เยาวชน หากสามารถนำไปเชื่อมโยงกับความรู้เดิม การรับรู้และความรู้เกี่ยวกับการเลือกซื้อหรือเลือกบริโภคอาหารที่ผ่านการอ่านฉลากโภชนาการจะทำให้ผู้บริโภคได้รับประโยชน์มาก เพราะชัดเจนอยู่บนวัสดุนั้นแล้ว

ข้อมูลที่แจ้งบนฉลากที่ดี ประกอบกับการมีความรู้ทางวิชาการด้านอาหารและโภชนาการ จะช่วยให้เราสามารถรับรู้ถึงที่มาของอาหารในแง่วัตถุดิบ กระบวนการผลิต ความคุ้มค่าของราคา และความปลอดภัยที่จะบริโภคอาหารเหล่านี้ (วิสิฐ จะวะสิต, 2538) ฉลากโภชนาการแสดงข้อมูลองค์ประกอบอาหารหรือปริมาณสารอาหาร และมีการเทียบให้เห็นสัดส่วนต่อปริมาณสารอาหารที่ร่างกายควรได้รับในแต่ละวัน การที่ผู้บริโภคได้อ่านฉลากโภชนาการจะช่วยให้สามารถตัดสินใจในการเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปให้เหมาะสมกับสภาวะ และความต้องการของร่างกายตนเองได้ (ไกรสิทธิ์ ดันตศิริรินทร์ และคณะ, 2540) เนื่องจากสินค้าแต่ละชนิดที่วางขายในท้องตลาดปัจจุบันมีมากมายหลายยี่ห้อคุณภาพของสินค้าก็อาจต่างกันด้วย ดังนั้นฉลากโภชนาการจะเป็นเครื่องช่วยในการตัดสินใจว่าควรซื้อยี่ห้อไหน โดยพิจารณาราคา และคุณค่าสารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย การได้รับสารอาหารเพียงพอเป็นทางหนึ่งที่สามารถป้องกันการเกิดปัญหาโภชนาการขาดหรือเกินได้

จากเหตุผลข้างต้นจะเห็นได้ชัดว่าฉลากโภชนาการมีความสำคัญมาก อย่างไรก็ตามอาจมีผู้บริโภคจำนวนไม่มากนักที่มีความรู้ ความเข้าใจ หรือให้ความสำคัญในเรื่องของฉลากโภชนาการ ดังนั้นในฐานะที่ครูเป็นผู้มีหน้าที่อบรม สั่งสอน ถ่ายทอดวิชาความรู้ต่าง ๆ ให้แก่นักเรียน และเป็นแบบอย่างที่ดีของสังคม ครูซึ่งเป็นตัวแทนของผู้ที่มีความรู้และผู้ให้ความรู้ จึงน่าจะมีความรู้ และเจตคติที่ดีต่อฉลากโภชนาการ เพื่อที่จะได้ถ่ายทอดความรู้ให้แก่นักเรียนซึ่งเป็นทรัพยากรของชาติ ดังนั้นผู้ศึกษาจึงสนใจที่จะสำรวจ พร้อมทั้งเปรียบเทียบดูว่า ครูแต่ละกลุ่มที่แบ่งตามเพศ วัย ระดับการศึกษา และการเปิดรับสื่อ มีความรู้และเจตคติต่อฉลากโภชนาการอย่างไร

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาเลือกครูจากโรงเรียนยุพราชวิทยาลัย ซึ่งเป็นโรงเรียนขนาดใหญ่ มีนักเรียนชาย 1,754 คน มีนักเรียนหญิง 1,643 คน มีครูชาย 53 คน และมีครูหญิง 122 คน และโรงเรียนวัฒโนทัพยาัย มีนักเรียนชาย 565 คน มีนักเรียนหญิง 1,729 คน มีครูชาย 44 คน และมีครูหญิง 101 คน ทั้งสองโรงเรียนนี้เป็นโรงเรียนรัฐบาลประจำจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งมีนักเรียนที่มีความหลากหลายทั้งทางด้านฐานะทางเศรษฐกิจ สังคมครอบครัว และสิ่งแวดล้อม การถ่ายทอดความรู้ของครูไปสู่ผู้เรียนในโรงเรียนที่มีจำนวนนักเรียนมาก จะมีผลกระทบต่อสังคม เพราะนักเรียนเหล่านี้จะเติบโตเป็นประชาชนที่เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไปในอนาคต

1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

การศึกษาค้นคว้ามีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

1. เพื่อสำรวจความรู้ของครูโรงเรียนประจำจังหวัดเชียงใหม่เกี่ยวกับฉลาดโภชนาการ
2. เพื่อศึกษาเจตคติของครูโรงเรียนประจำจังหวัดเชียงใหม่ที่มีต่อการฉลาดโภชนาการ
3. เพื่อเปรียบเทียบความรู้ และเจตคติของครูโรงเรียนประจำจังหวัดเชียงใหม่ที่มีต่อ

ฉลาดโภชนาการตามเพศ อายุ ระดับการศึกษาและการเปิดรับสื่อ

1.3 ประโยชน์ที่ได้รับ

เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาไปใช้ในการเผยแพร่ความรู้ และเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้า หรือทำวิจัยเกี่ยวกับฉลาดโภชนาการแก่คณะครู ผู้เกี่ยวข้อง และผู้สนใจทั่วไป

1.4 คำจำกัดความที่ใช้ในการศึกษา

ครู หมายถึง ครูที่ทำการสอนประจำอยู่ในโรงเรียนยุพราชวิทยาลัย และโรงเรียนวัฒโนทัพยาัย

โรงเรียนประจำจังหวัดเชียงใหม่ หมายถึง โรงเรียนยุพราชวิทยาลัย และโรงเรียนวัฒโนทัพยาัย

ฉลาดโภชนาการ หมายถึง ฉลาดแสดงสารอาหารชนิดต่างๆในอาหารนั้น โดยแสดงเป็นปริมาณสารอาหารที่ได้รับต่อปริมาณที่ผู้บริโภครับประทานใน 1 ครั้ง และแสดงเป็นร้อยละของปริมาณมาตรฐานของสารอาหารที่ควรได้รับในหนึ่งวัน (ประภาศรี ภูวเสถียร, 2538)

ความรู้ของครูเกี่ยวกับฉลาดโภชนาการ หมายถึง ข้อมูลทั่วไปที่เกี่ยวกับพฤติกรรมในการซื้อของกฎเกณฑ์ และ โครงสร้างที่เกิดขึ้นจากการศึกษา หรือค้นคว้า หรือเป็นความรู้เกี่ยวกับฉลาดโภชนาการที่ได้จากการรับรู้ ความจำ ความเข้าใจ การวิเคราะห์ และการสังเคราะห์สังเกต ประสิทธิภาพของครู โดยคุณฉลาดโภชนาการเป็นแนวทางในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารได้อย่างถูกต้องและตรงตามความต้องการ

เจตคติของครูต่อฉลาดโภชนาการ หมายถึง ระดับความรู้สึกในทางบวกหรือทางลบที่ครูมีต่อฉลาดโภชนาการ

1.5 ขอบเขตของการศึกษา ได้แก่

1.5.1 ขอบเขตของประชากร

ทำการศึกษากับประชากรทั้งหมด ซึ่งได้แก่ ครูที่สอนอยู่ในโรงเรียนประจำจังหวัดเชียงใหม่ คือ โรงเรียนยุพราชวิทยาลัยและโรงเรียนวัด โนนทัยพายัพ ซึ่งมีครูทั้งสิ้น 293 คน เป็นครูชาย 90 คน และครูหญิง 203 คน

1.5.2 ขอบเขตของเนื้อหา

การศึกษานี้มุ่งศึกษาถึงระดับความรู้ของครูเกี่ยวกับฉลาดโภชนาการ ได้แก่ ความหมายของฉลาดโภชนาการ เหตุที่ต้องแสดงฉลาดโภชนาการ ประโยชน์ของฉลาดโภชนาการต่อผู้บริโภค และผู้ผลิตอาหารสำเร็จรูป สิ่งสำคัญของการแสดงฉลาดโภชนาการ ข้อมูลที่แสดงบนฉลาดโภชนาการ วิธีการอ่านฉลาดโภชนาการ และจะทำการศึกษาถึงเจตคติของครูที่มีต่อฉลาดโภชนาการ

1.5.3 ขอบเขตของตัวแปร

ตัวแปรต้น ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา และการเปิดรับสื่อของครู

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความรู้ที่มีเกี่ยวกับฉลาดโภชนาการ และเจตคติต่อ

ฉลาดโภชนาการของครู