

สถานการณ์การบริโภคน้ำตาล ของประชากรไทย ปี 2540-2553¹

ชนิษฐ์ รัตนรังสิมา* ศษ.บ (สุขศึกษา)

บทคัดย่อ

การศึกษาในครั้งนี้เพื่อทราบสถานการณ์การบริโภคน้ำตาลของประชากรไทย และใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนการดำเนินการและการจัดการโครงการเกี่ยวกับการดูแลพฤติกรรมการบริโภคหวานสำหรับนักเรียนและประชาชนผู้เกี่ยวข้อง วิธีการศึกษาใช้ข้อมูลทุติยภูมิจากการสืบค้นข้อมูลการบริโภคน้ำตาลทรายของประชากรไทยจากเว็บไซต์ ของสำนักงานคณะกรรมการอ้อยและน้ำตาลทราย ระหว่างปี 2540-2553 ผลการศึกษา พบว่าอัตราการบริโภคน้ำตาลของประชากรไทยเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว จากปี 2540 อัตราการบริโภคน้ำตาลของคนไทยคิดเป็น 28.1 กิโลกรัมต่อคนต่อปี ในปี 2553 อัตราการบริโภคน้ำตาลของประชากรไทย เพิ่มขึ้นเป็น 33.8 กิโลกรัมต่อคนต่อปี ประชากรไทยมีการบริโภคน้ำตาลโดยตรงมากกว่าการบริโภคโดยอ้อม ในสัดส่วน 3:2 สัดส่วนการบริโภคน้ำตาลโดยตรงลดลงเมื่อเทียบกับการบริโภคทางอ้อม และพบว่าน้ำตาลที่ใช้กับอุตสาหกรรมเครื่องดื่ม มียอดจำหน่ายสูงกว่าอุตสาหกรรมอาหารอื่นๆ ทุกประเภท ในระหว่างปี 2551-2553 มียอดการจำหน่ายเป็น 3,639,320.11 กระสอบ, 3,817,897.73 กระสอบ และ 4,478,137.43 กระสอบ ตามลำดับ ในขณะที่อุตสาหกรรมลูกกวาด ระหว่างปี 2551-2553 มียอดจำหน่ายเพิ่มขึ้นเล็กน้อยเป็น 219,764.87 กระสอบ, 612,726.16 กระสอบ และ 329,836.30 กระสอบ ตามลำดับ น้ำตาลเป็นปัจจัยเสี่ยงของโรคเรื้อรังหลายโรค ดังนั้นในการวางแผนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในทุกกลุ่มอายุควรเพิ่มความตระหนักเรื่องการลดการบริโภคน้ำตาลอย่างจริงจังโดยเฉพาะน้ำตาลที่บริโภคทางอ้อมผ่านอุตสาหกรรมอาหารและเครื่องดื่มสำเร็จรูป

คำสำคัญ : น้ำตาล, อุตสาหกรรมเครื่องดื่ม, อุตสาหกรรมลูกกวาด

¹การศึกษานี้ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากแผนงานรณรงค์เพื่อเด็กไทยไม่กินหวาน

*สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

บทนำ

น้ำตาลเป็นอาหารที่ทุกคนใช้บริโภคในชีวิตประจำวัน จากข้อมูลในรอบทศวรรษที่ผ่านมาอัตราการบริโภคน้ำตาลของประชากรไทยเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว จากปี 2540 อัตราการบริโภคน้ำตาลของคนไทยคิดเป็น 28.1 กิโลกรัมต่อคนต่อปี และในช่วง 13 ปี พบว่าอัตราการบริโภคน้ำตาลของประชากรไทยมีการผันแปรมากขึ้นและลดลงไปตามสภาพเศรษฐกิจสังคมและสิ่งแวดล้อมต่างๆ กัน ระหว่าง 28 – 30 กิโลกรัมต่อคนต่อปี จนปัจจุบันปี 2553 อัตราการบริโภคน้ำตาลของประชากรไทย อยู่ที่ 30.1 กิโลกรัมต่อคนต่อปี

การบริโภคน้ำตาลที่มากเกินไปจนควรได้นำมาซึ่งปัญหาสุขภาพหลายประการ^{1,2} ไม่ใช่ปัญหาที่เด่นชัดเฉพาะการเป็นโรคฟันผุในเด็ก ยังมีปัญหาการเกิดโรคเรื้อรังต่างๆ เมื่ออายุเพิ่มขึ้น เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคไขมันในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเจ็บป่วยและสูญเสียของประชากร หลายหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ให้ความสำคัญ และดำเนินโครงการเพื่อรณรงค์ให้ความรู้ และเผยแพร่ความรู้สู่ประชาชน สำนักทันตสาธารณสุขและเครือข่ายรณรงค์เพื่อเด็กไทยไม่กินหวาน นับเป็นหน่วยงานหนึ่งที่ทำให้มีความสำคัญในการรณรงค์และเผยแพร่ข้อมูลให้กับประชาชนในเรื่องโทษภัยของน้ำตาล จึงจำเป็นต้องมีข้อมูลพื้นฐานในเรื่องการบริโภคน้ำตาลของประชาชนที่เป็นจริงและทันต่อสถานการณ์ เพื่อใช้เป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ในการสื่อสารให้ความรู้และเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้เกี่ยวข้อง เพื่อใช้ประโยชน์ในการวางแผนการดำเนินงานต่อไปอย่างรู้เท่าทัน

วัสดุและวิธีการ

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการศึกษาโดยใช้ข้อมูลทุติยภูมิ ซึ่งได้ดำเนินการสืบค้นข้อมูล ดังนี้

1. สืบค้นข้อมูลการบริโภคน้ำตาลทรายของประชากรไทยจากเว็บไซต์ ของสำนักงานคณะกรรมการอ้อยและน้ำตาลทราย³ เพื่อหาข้อมูลระหว่างปี 2540 – 2553 ดังนี้

1.1 ข้อมูลปริมาณการจำหน่ายน้ำตาลให้กับผู้บริโภคโดยตรงและโดยอ้อม

หมายเหตุ - การจำหน่ายน้ำตาลให้กับผู้บริโภคโดยตรง หมายถึง การจำหน่ายผ่านพ่อค้า คนกลาง

- การจำหน่ายน้ำตาลให้กับผู้บริโภคโดยอ้อม หมายถึง การจำหน่ายให้กับอุตสาหกรรมที่ซื้อน้ำตาลไปเป็นวัตถุดิบในการผลิตสินค้าเพื่อจำหน่ายภายในประเทศ และผลิต สินค้าเพื่อการส่งออก

1.2 ข้อมูลการจำหน่ายน้ำตาลทรายให้กับผู้บริโภคโดยอ้อมแยกตามประเภทอุตสาหกรรม คือ เครื่องดื่ม, อาหาร(รวม อาหารกระป๋องและน้ำปลา), ผลิตภัณฑ์นม, ลูกกวาด, ขนมปัง (รวมสุราและเบียร์), ยา และอื่นๆ

1.3 ข้อมูลการบริโภคน้ำตาลทรายของประชากรไทยรายปี

2 สืบค้นข้อมูลประชากรไทย ปี 2540 – 2553 จากเว็บไซต์ของกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย⁴

3. นำข้อมูลที่สืบค้นได้มาคำนวณหาค่าร้อยละ และสัดส่วนของผู้บริโภคน้ำตาลทราย

ผลการศึกษา

1. การ บริโภคน้ำตาลทรายของประชากรไทย ปี 2540-2553

ร้อยละของประชากรไทยที่บริโภคน้ำตาลทราย คิดเฉลี่ยเป็นกิโลกรัม ต่อ คนใน 1 ปีที่ผ่านมา ในภาพรวมมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น อย่างไรก็ตาม มีค่าผันแปรเป็นช่วงๆ ตลอดระยะเวลา 13 ปี ระหว่าง 28.1-33.8 กิโลกรัมต่อคนต่อปี โดยปี 2553 มีการบริโภคน้ำตาลทรายสูงที่สุดคือ 33.8 ซึ่งเพิ่มขึ้นจาก 30.4 และ 31.0 กิโลกรัมต่อคนต่อปี ในปี 2551 และ ปี 2552 ตามลำดับ (ภาพที่ 1)

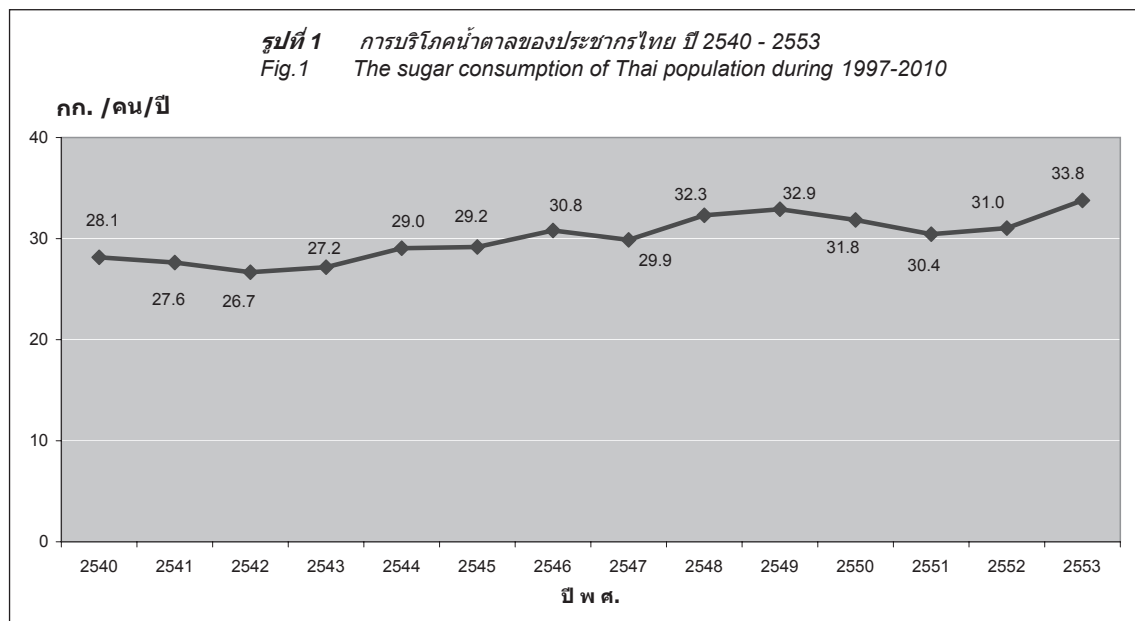
2. ปริมาณการบริโภคน้ำตาลทรายโดยอ้อมในประเทศไทย ปี 2540-2553

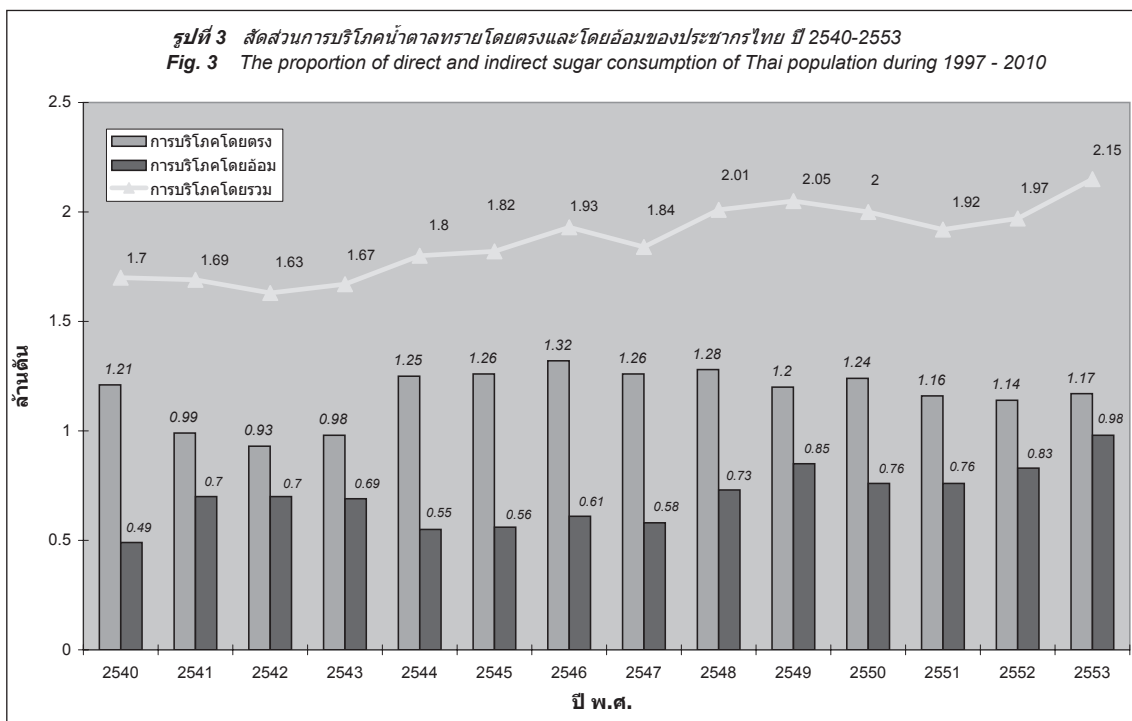
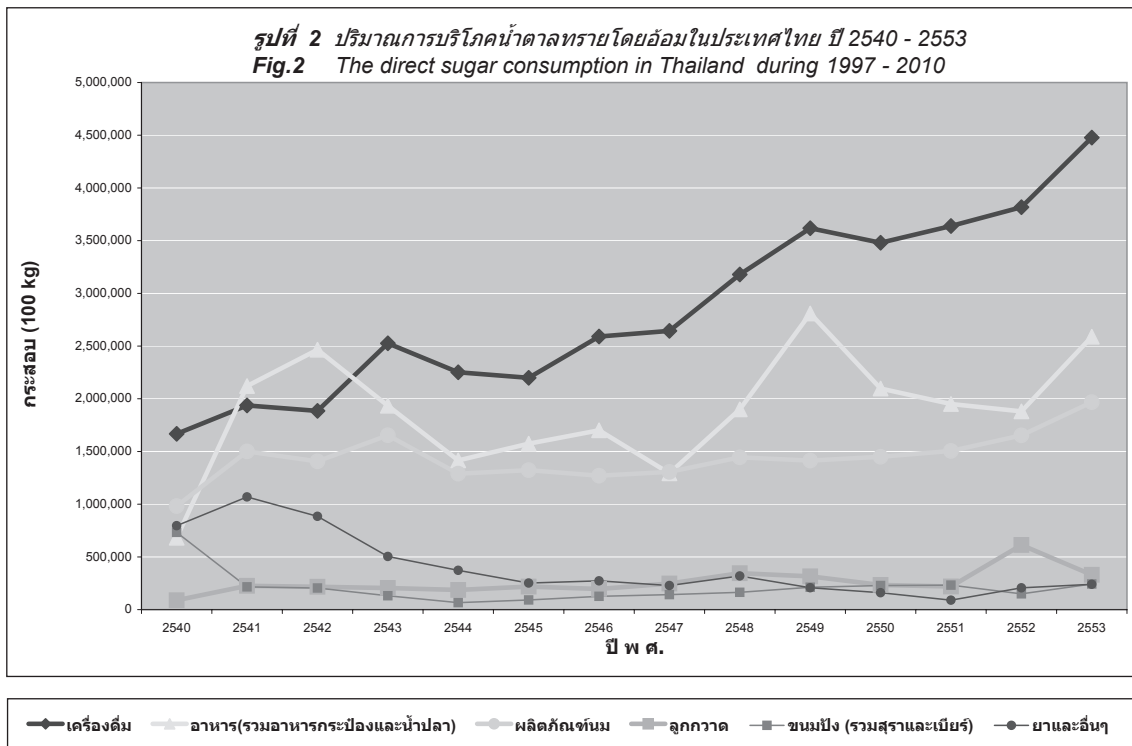
ข้อมูลการจำหน่ายน้ำตาลทรายให้กับผู้บริโภครายย่อยแยกตามประเภทอุตสาหกรรม พบว่าอุตสาหกรรมประเภทเครื่องดื่ม มียอดการจำหน่ายสูงสุดในรอบ 13 ปี ที่ผ่านมา โดยในปี 2553 มียอดจำหน่าย 4, 478, 137.43 กระสอบ ซึ่งมากกว่าปี 2552 ที่มียอดจำหน่าย 3, 817, 897.73 กระสอบ อย่างไรก็ตาม เมื่อเปรียบเทียบยอดการจำหน่ายของอุตสาหกรรมแต่ละประเภทระหว่างปี

2551-2553 พบว่าไม่แตกต่างกันมากนัก นอกจากอุตสาหกรรมลูกกวาดที่มียอดการจำหน่ายเปลี่ยนแปลงสูง ระหว่างปี 2551-2553 เป็น 219, 764.87 กระสอบ, 612, 726.16 กระสอบ และ 329,836.30 กระสอบ ตามลำดับ (ตารางที่ 1) (ภาพที่2)

3. สัดส่วนการบริโภคน้ำตาลทรายโดยตรงและทางอ้อมของประชากรไทย ปี 2540-2553

เมื่อเปรียบเทียบสัดส่วนของการบริโภคน้ำตาลทรายโดยตรงต่อการบริโภคน้ำตาลทรายโดยอ้อม ของประชากรไทย ปี 2540-2553 พบว่า สัดส่วนการบริโภคน้ำตาลโดยตรงต่อการบริโภคโดยอ้อมมีอัตราขึ้นและลงเป็นช่วงๆ และในช่วงระหว่างปี 2551-2553 มีอัตราเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องที่ 1.92, 1.97 และ 2.15 ล้านตัน ตามลำดับ ซึ่งเป็นผลจากการบริโภคน้ำตาลโดยตรงของประชากร ที่ค่อนข้างคงที่ ที่ 1.16, 1.14 และ 1.17 ล้านตัน ตามลำดับ และการ บริโภคน้ำตาลโดยอ้อมของประชากรเพิ่มขึ้นเป็น 0.76, 0.83 และ 0.98 ล้านตัน ตามลำดับ (ภาพที่ 3)





ตารางที่ 1 ปริมาณการจำหน่ายน้ำตาลทรายให้กับผู้บริโภคโดยอ้อม แยกตามประเภทอุตสาหกรรมตั้งแต่ปี 2540 – 2553

Table 1 Sales of sugar to consumers indirectly by industry during 1997 - 2010

หน่วย : กระสอบ (100 กก.)

ปี จำหน่าย	เครื่องดื่ม	ขนมปัง (รวมสุรา และเบียร์)	อาหาร (รวม อาหารกระป๋อง และน้ำปลา)	ผลิตภัณฑ์นม	ลูกกวาด	ยาและอื่นๆ	รวม
2540	1,667,470.40	733,100.10	681,491.50	982,033.50	86,131.50	795,959.50	4,946,186.50
2541	1,936,579.50	216,537.00	2,121,258.50	1,500,712.00	226,145.50	1,069,053.50	7,070,286.00
2542	1,885,074.00	204,550.00	2,465,538.10	1,406,538.10	216,640.00	885,317.00	7,063,431.60
2543	2,526,250.00	131,817.00	1,933,838.00	1,654,021.00	205,079.00	503,844.00	6,954,849.00
2544	2,251,291.00	66,479.00	1,415,601.00	1,289,334.00	186,888.00	372,986.00	5,582,579.00
2545	2,199,270.00	91,634.00	1,574,249.00	1,323,099.00	218,583.00	251,679.00	5,658,514.00
2546	2,591,078.00	126,496.00	1,701,433.00	1,270,107.00	195,825.00	272,644.00	6,157,583.00
2547	2,643,850.50	142,180.00	1,293,023.50	1,306,531.00	247,239.50	228,427.00	5,861,251.50
2548	3,179,228.37	163,985.21	1,899,955.00	1,444,812.58	345,285.85	319,243.85	7,352,510.86
2549	3,617,616.50	212,417.50	2,809,271.25	1,413,639.50	315,805.50	207,534.56	8,576,284.81
2550	3,480,186.37	228,178.20	2,097,497.09	1,450,150.16	233,792.00	160,525.50	7,650,329.32
2551	3,639,320.11	231,903.00	1,950,505.20	1,505,286.34	219,764.87	89,347.50	7,636,127.02
2552	3,817,897.73	149,684.30	1,880,350.49	1,653,290.60	612,726.16	206,620.55	8,320,569.83
2553	4,478,137.43	243,405.96	2,588,975.43	1,967,530.55	329,836.30	240,220.50	9,848,106.17

อภิปรายผล

ปัญหาจากการบริโภคน้ำตาลล้นเกินในประชาชน เป็นสาเหตุสำคัญของปัญหาสุขภาพ ตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่ ผลจากการบริโภคน้ำตาลมากเกินไปทำให้เกิดโรคต่างๆ เช่น ฟันผุ โรคอ้วน โรคเบาหวาน ในภาพรวมสถานการณ์การบริโภคน้ำตาลของคนไทยมีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง นับตั้งแต่ ปี 2540 เป็นต้นมาโดยคิดเป็น 28.1 กิโลกรัมต่อคนต่อปี และปี 2553 อัตราการบริโภคน้ำตาลของประชากรไทย อยู่ที่ 33.8 กิโลกรัมต่อคนต่อปี

ทั้งนี้ตั้งแต่ปี 2545 สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย และเครือข่ายรณรงค์เพื่อเด็กไทยไม่กินหวาน ตลอดจนหน่วยงาน องค์การสถาบันด้านสุขภาพต่างๆ ได้จัดทำโครงการเพื่อลดการบริโภคน้ำตาลในเด็กไทย เป็นผลให้ในปี 2547 ปริมาณการบริโภคน้ำตาลของคนไทยลดลงเป็น 29.9 กิโลกรัมต่อคน ซึ่งการให้ความรู้ การจัดการด้านสังคม 5 และสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่เอื้อต่อการบริโภคอย่างถูกวิธีได้ดำเนินการมาอย่างต่อเนื่อง ทำให้ในปี 2549 – 2551 ปริมาณการบริโภคน้ำตาลของคนไทยลดลง

อย่างต่อเนื่อง เป็น 32.9 , 31.8 และ 30.4 กิโลกรัม ต่อคนต่อปี ตามลำดับ แต่เป็นที่น่าสังเกตว่าปริมาณ การบริโภคน้ำตาลของคนไทยกลับเพิ่มเป็น 31.0 และ 33.8 กิโลกรัมต่อคนต่อปี ในปี 2552 และปี 2553

การเปรียบเทียบสัดส่วนของการบริโภค น้ำตาลโดยตรงและโดยอ้อมของประชากรไทย พบว่า ประชากรไทยมีการบริโภคน้ำตาลโดยตรงมากกว่าการบริโภคโดยอ้อม ในสัดส่วน 3:2 แสดงถึงการบริโภคน้ำตาลที่เพิ่มขึ้นผ่านทางอาหารสำเร็จรูป ที่ผลิตในระดับอุตสาหกรรม การจัดการเชิงนโยบาย ในระดับอุตสาหกรรมจึงมีความสำคัญไม่น้อยไปกว่า การรณรงค์ให้ความรู้กับประชาชนและการจัดสภาพแวดล้อมในโรงเรียน

เมื่อพิจารณาถึงสัดส่วนการบริโภคน้ำตาล โดยตรงและโดยอ้อมพบว่า ตั้งแต่ปี 2550-2553 สัดส่วนการบริโภคน้ำตาลโดยตรง เริ่มลดลงมาเรื่อยๆ อย่างต่อเนื่อง คือ 1.24, 1.16, 1.14 และ 1.17 ล้านตัน ตามลำดับ ในขณะที่สัดส่วนการ บริโภคน้ำตาลโดยอ้อมมีแนวโน้มที่จะสูงขึ้นเรื่อยๆ คือ 0.76, 0.76, 0.83 และ 0.98 ล้านตัน ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลการบริโภคน้ำตาลโดยอ้อม ของประชาชนแยกตามประเภทอุตสาหกรรมอาหาร ในปี 2550-2553 ซึ่งพบว่าเครื่องดื่มมีปริมาณการ บริโภคสูงสุด ที่ 3,480,186.37 กระสอบ, 3, 639, 320.11 กระสอบ, 3,817, 897.73 กระสอบ และ 4, 478, 137.43 กระสอบ ตามลำดับ ในขณะที่ อาหาร(รวม อาหารกระป๋องและน้ำปลา), ผลิตภัณฑ์ นม, ลูกกวาด, ขนมปัง (รวมสุราและเบียร์), ยาและอื่นๆ มีปริมาณการบริโภคครองลงมา และเปลี่ยน

แปลงไม่มากในช่วง ปี 2550-2553 นอกจาก อุตสาหกรรมลูกกวาดที่มีการเปลี่ยนแปลงมากคือมี ปริมาณการบริโภคเพิ่มมากขึ้นจาก 219, 764.87 กระสอบในปี 2551 เป็น 612, 726.16 กระสอบในปี 2552 ซึ่งมากกว่าเดิมถึง 2.5 เท่า และลดลงเป็น 329, 836.30 กระสอบในปี 2553 ซึ่งนับเป็น ประเด็นข้อมูลที่น่าสนใจที่ผู้เกี่ยวข้องควรมีการศึกษา เพื่อวางแผนในการรับมือกับสถานการณ์ที่กำลังจะ เปลี่ยนแปลงไป

บทสรุป

การศึกษาข้อมูลการบริโภคน้ำตาลของ ประชากรไทยปี 2540-2553 ทำให้ทราบสถานการณ์ การบริโภคน้ำตาลของประชากรไทย โดยสามารถ นำผลการศึกษาไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการ วางแผนการดำเนินการและการจัดการโครงการ เกี่ยวกับการดูแลพฤติกรรมการบริโภคหวานสำหรับ นักเรียนและ ประชาชนผู้เกี่ยวข้องได้ ซึ่งการนำ ข้อมูลไปใช้ จำเป็นต้องมีข้อมูลและพิจารณาถึง บริบทต่างๆ ที่เกี่ยวข้องร่วมด้วย 7 รวมทั้งต้อง คำนึงถึงสภาพแวดล้อมและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป อย่างรวดเร็ว และยังต้องได้รับความร่วมมือร่วมใจ จากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง จึงจะนับว่าได้นำข้อมูลไปใช้ อย่างคุ้มค่าและประสพผลสำเร็จในการดำเนินงาน

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ ทพญ. ปิยะดา ประเสริฐสม ที่ ได้ให้คำปรึกษาในการดำเนินการศึกษาข้อมูลจัดทำ รายงานในครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. ฤดี สุราฤทธิ. น้ำตาล โรงพิมพ์ออนพรีนซ์ 2549
2. ปิยะดา ประเสริฐสม, ผุสดี จันทร์บาง, อังศณา ฤทธิอยู่. รายงานข้อมูลน้ำตาลในขนมและเครื่องดื่ม นมพร้อมดื่ม นมผลสำหรับเด็ก โรงพิมพ์นโมพรีนซ์ตั้งแอนด์พับบลิชชิ่ง 2550
3. ฝ่ายวิชาการและแผนงาน ศูนย์บริหารการผลิต การจำหน่าย และการขนย้ายน้ำตาลทราย สำนักงานคณะกรรมการอ้อยและน้ำตาลทราย. ปริมาณการจำหน่ายน้ำตาลทรายเพื่อการบริโภคในประเทศ www.sugarzone.in.th สืบค้นวันที่ 20 มีนาคม 2554
4. กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย www.dopa.go.th/xstat/popyear.html สืบค้นวันที่ 25 มีนาคม 2554
5. พ.ญ.สุนทรี รัตนชูเอก รศ.พ.ญ.ชุตินา คิริกุลชยานนท์. การศึกษาทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวกับความหวาน โรงพิมพ์ออนพรีนซ์ 2549
6. อภิญา ตันทวีวงศ์. อ่อนหวานได้จริงหรือ โรงพิมพ์นโมพรีนซ์ตั้งแอนด์พับบลิชชิ่ง 2551
7. สุณี วงศ์คงคาเทพ และคณะ. นวัตกรรม การสร้างการมีส่วนร่วมของชุมชนและครอบครัวเพื่อลดการบริโภคหวาน โรงพิมพ์ออนพรีนซ์ 2550



Original Article

The sugar consumption of Thai population during 1997-2010

Khanit Rattnarungsima* *B.Ed. (health Education)*

Abstract

The objective of this study was to determine the sugar consumption among Thai people. The secondary data from website of Office of the Cane and Sugar Board during 1997-2010 was used. The analysis of sugar consumption by year showed that the trend of sugar consumption per capita increased from 28.1 kg in 1997 to 33.8 kg in 2010. Indirect sugar consumption was higher than direct consumption. The ratio between indirect and direct consumption was 3:2. The amount of sugar used for beverage industry was increased from 3,639,320.11 sacks in 2008 to 3,817,897.73 sacks and 4,478,137.43 sacks in 2009 and 2010, while the percentage of sugar used in candy industry, which was the most risky to oral health, was 219,764.87 sacks, 612,726.16 sacks and 329,836.30 sacks respectively. This study indicated that the public health program to reduce sugar consumption should focus more in the industrial foods, particularly on beverage products.

Key words : *sugar, Beverage industry, candy industry*

*Bureau of Dental Health, Department of Health, Ministry of Public Health