

พฤติกรรมการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักและการรับรู้ผลกระทบของการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง

พิมพ์รดา ธรรมมีภักดี อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น วิทยาเขตบุรีรัมย์
จิรา ขอบคุณ อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักและการรับรู้ผลกระทบของการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง โดยใช้วิธีวิจัยเชิงพรรณนา ประชากร คือ นิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง ปีการศึกษา 2560 จำนวน 260 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูล โดยการหาความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า

1. ประชากรส่วนใหญ่ไม่เคยรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักจำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 55.38 และ เคยรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักจำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 44.62
2. ประชากรส่วนใหญ่เคยรับประทานยาและผลิตภัณฑ์ประเภทสมุนไพร 102 คน ร้อยละ 87.93 รองลงมาคือประเภทสารเคมี 14 คน คิดเป็นร้อยละ 12.07
3. ประชากรส่วนใหญ่เคยเลือกซื้อยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักประเภทสมุนไพร 103 คน คิดเป็นร้อยละ 88.79 รองลงมาคือประเภทสารเคมี 13 คน คิดเป็นร้อยละ 11.21
4. ประชากรส่วนใหญ่เลือกรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักเพื่อลดความอ้วน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 88.79 รองลงมาเพื่อเสริมความงาม 13 คน คิดเป็นร้อยละ 11.21
5. ประชากรส่วนใหญ่มีความถี่ในการซื้อหรือรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก นานกว่า 1 เดือน/ครั้ง จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 55.17 รองลงมาคือทุกเดือน จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 21.55
6. ประชากรส่วนใหญ่เลือกซื้อยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักโดยสั่งซื้อทางไปรษณีย์ 74 คน คิดเป็นร้อยละ 63.79 รองลงมาคือร้านขายยา จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 30.17
7. การรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก ประชากรมีการรับรู้ผลกระทบโดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 3.90, SD = 0.41) เมื่อพิจารณารายข้อ ประชากรส่วนใหญ่รับรู้ระดับปานกลาง ได้แก่ การรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักติดต่อกันเป็นเวลานานสามารถทำให้เกิดอาการทางจิตประสาท ($\bar{X}$ = 3.94, SD = 0.42) อาการโยเยจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก ($\bar{X}$ = 3.56, SD = 0.48) และการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักส่งผลกระทบต่อการทำงานของหัวใจ ทำให้หัวใจทำงานมากกว่าปกติ ($\bar{X}$ = 3.72, SD = 0.34)

สรุปผลการวิจัย พบว่า พฤติกรรมการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักของกลุ่มประชากรสูงถึงร้อยละ 44.62 และประชากรมีการรับรู้ผลกระทบของการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักโดยรวมและรายข้ออยู่ระดับปานกลางเท่านั้น ผลการวิจัยนี้สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนและพัฒนาคุณภาพการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อให้ความรู้กับประชาชนถึงอันตรายและผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักอย่างต่อเนื่องต่อไป

คำสำคัญ: ยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก การรับรู้ผลกระทบ พฤติกรรมการรับประทาน

The consumption behavior and the nursing students' perceptions of impacts on weight loss products consumption.

Pimradar Tummeepukdee Lecturer, Faculty of Nursing , Western University (Buriram Campus)
Jira Khobkun Lecturer, Faculty of Nursing , Rachathani University (Udonthani Campus)

Abstract

The purposes of this research were to study the consumption behavior and the nursing students' perceptions of impacts on weight loss products consumption. The research instrument was questionnaire collected from nursing students from the Faculty of Nursing (totally N=260 samplings). The statistics for data analyzing are frequency, percentage, mean and standard deviation.

The results were as follows:

1. The majority of nursing students had no weight loss products consumption, i.e. 144 sampling (55.38%) whereas 116 sampling (44.62%) had weight loss products consumption.
2. The majority of nursing students had herb products consumption, i.e. 102 sampling (87.93%) and 14 sampling (12.07%) had chemical products consumption.
3. The majority of nursing students have chosen to buy herb products, i.e. 103 sampling (88.79%) and only 13 sampling (11.21%) have used chemical products.
4. The majority of nursing students had diet as objective, i.e. 103 sampling (88.79%) and only 13 sampling (11.21%) had beauty as objective.
5. For the majority of nursing students, i.e. 64 sampling (55.17%), the frequency of consumption was more than 1 time/month whereas for 25 sampling (21.55%), the frequency was 1 time/month.
6. The majority of nursing students have chosen to buy their products from mail order, i.e. 74 sampling (63.79%) where as 35 sampling (30.17%) have chosen to buy from pharmacies.
7. The nursing students' perceptions of impacts on weight loss products consumption was in moderate level ($\bar{X}$ = 3.90, SD = 0.41) on neurotic, yoyo effect and heart work overload from weight loss products consumption behavior.

The conclusion of this research found that 44.62% of sampling had weight loss products consumption and The perceptions of impacts on weight loss products consumption was in only moderate level. The results of this research can be used as basic information for planning and developing in nursing for promote the perceptions of impacts on weight loss products consumption.

Key words: the perceptions of impacts, weight loss products, the consumption behavior

บทนำ

ในปัจจุบันนี้พบว่าคนส่วนใหญ่ในสังคม ได้ให้ความสำคัญในเรื่องเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้นโดยเฉพาะเรื่องน้ำหนักตัว ปัญหาภาวะโภชนาการเกินนี้เป็นผลมาจากวิถีชีวิตซึ่งมีผลก่อให้เกิดโรคต่างๆ ตามมาเช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด โดยเฉพาะโรคอ้วนพบมากตั้งแต่ระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษาและวัยทำงาน จากการศึกษาพบว่า ผู้ใหญ่ตอนต้น (ช่วงอายุ 18-35 ปี) ทั่วประเทศมีภาวะโภชนาการเกินหรือโรคอ้วน 12.3% โรคอ้วนนั้นเป็นปัญหาเรื่องบุคลิกภาพและยังเป็นสาเหตุของปัญหาสุขภาพมากมายและบางครั้งอาจเกิดอันตรายถึงชีวิตได้ ดังนั้นผู้คนกลุ่มหนึ่งในสังคมจึงนิยมหันมาให้ความสำคัญเกี่ยวกับการลดน้ำหนัก การที่ร่างกายมีภาวะอ้วนนั้น ทำให้มีผลกระทบทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ในด้านร่างกายคนอ้วนมีโอกาสเป็นโรคหลายชนิดมากกว่าคนทั่วไป ส่วนผลกระทบทางด้านจิตใจ และสังคมคือการสูญเสียภาพลักษณ์ สูญเสียความภาคภูมิใจในตนเอง มีปัญหาทางอารมณ์ เก็บกด แยกตัว มีปัญหาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นไม่ได้รับการยอมรับจากผู้อื่น¹

วัยรุ่นและเยาวชนไทยในปัจจุบันซึ่งได้ให้ความสำคัญกับภาพลักษณ์ภายนอกและไม่พึงพอใจในรูปร่างของตนเอง โดยการรับรู้เกี่ยวกับน้ำหนักตัวของวัยรุ่นและเยาวชนส่วนใหญ่ คือ คิดว่าตนเองอ้วน ในขณะที่ค่าดัชนีมวลกายซึ่งเป็นค่ามาตรฐานที่บ่งชี้ว่าบุคคลอยู่ในภาวะอ้วนหรือไม่ อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม² ซึ่งเป็นผลมาจากค่านิยมความพอมที่แฝงมากับสื่อโฆษณาต่างๆ เช่นการสร้างคุณค่าของคนในสื่อเน้นไปที่รูปร่างหน้าตาภายนอก การนำเสนอคุณค่าบุคคลที่ความงามภายนอกมากกว่าความงามภายในจิตใจ ความอ้วนจึงกลายเป็นความหมายทางสังคมที่นิยมขึ้นในกรอบความคิดและมุมมองของคนในสังคมว่าเป็นสิ่งที่ไม่น่าพึงปรารถนา ทำให้วัยรุ่นและเยาวชนไทยมีพฤติกรรมลดน้ำหนักเพื่อหวังผลถึงรูปร่างพอมบาง และการยอมรับของคนในสังคม³ ทั้งนี้วัยรุ่นและเยาวชนแต่ละคนมีพฤติกรรมลดน้ำหนัก

ที่แตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับเงื่อนไขปัจจัยของแต่ละคน พฤติกรรมลดน้ำหนักที่ก่อให้เกิดผลกระทบที่รุนแรงต่อวัยรุ่นและเยาวชนคือการลดน้ำหนักโดยการใช้อาหาร การใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร รวมถึงการดื่มกาแฟลดน้ำหนักโดยวิธีการเหล่านี้จะทำให้ระบบการทำงานต่างๆ ในร่างกายแปรปรวน การเจริญเติบโตชะงัก ภาวะการเจริญพันธุ์ลดลง และอาจรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้⁴

ผู้วิจัยได้เล็งเห็นถึงความสำคัญในการเปลี่ยนแปลงในเชิงของพฤติกรรมและการรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้สนใจและให้ความสำคัญที่จะศึกษา พฤติกรรมดังกล่าว โดยผู้วิจัยได้เลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยในครั้งนี้เป็นนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง เนื่องจากกลุ่มนิสิตมีแนวโน้มที่มีการบริโภคยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักเพิ่มมากขึ้นในทุกๆ ปี ซึ่งกลุ่มนิสิตเป็นช่วงกลุ่มของผู้บริโภคที่อยู่ช่วงของวัยรุ่น ทั้งนี้เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการให้ความรู้แก่นิสิตและกลุ่มวัยรุ่นต่อไป

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง
2. เพื่อศึกษาการรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักของกลุ่มตัวอย่าง

วิธีการศึกษา

วิธีวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้คือนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง ปีการศึกษา 2560 จำนวน 260 คน

ข้อมูลพฤติกรรมการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์

เกณฑ์คัดเข้า

กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามว่าเคยรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก

เกณฑ์คัดออก

กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามว่าไม่เคยรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก

ข้อมูลการรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์

ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 260 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล พฤติกรรมการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักของผู้บริโภค การรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก ซึ่งผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบสอบถามพฤติกรรมและการรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานอาหารเสริมของอรุณณี เมืองแก้ว (2558) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องของภาษาและความครอบคลุมของเนื้อหา ได้ค่าความตรงของเนื้อหาหรือค่า CVI = 0.80 และหาความเที่ยงโดยนำไปทดลองใช้กับนิสิตพยาบาลศาสตร์ จำนวน 20 ราย ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.85

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม ประเภทคำถามปลายปิด (Closed Formal Structured Questionnaire) ซึ่งแบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล เช่น เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา อายุ ประวัติการรับประทานผลิตภัณฑ์ลดน้ำหนัก และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมรับประทานยาลดน้ำหนักของผู้รับประทานโดยสอบถาม

ถึง พฤติกรรมรับประทานยาลดน้ำหนักของผู้ปกครองและเพื่อน แหล่งข้อมูลที่ทราบเกี่ยวกับยาลดน้ำหนัก ชนิดของยาลดน้ำหนักที่ผู้บริโภคเลือกใช้ ความถี่ในการเลือกซื้อหรือรับประทานยาลดน้ำหนัก เหตุผลที่เลือกซื้อยาลดน้ำหนัก

ส่วนที่ 3 ข้อมูลการรับรู้ผลกระทบใน

พฤติกรรมการรับประทานยาลดน้ำหนักของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 8 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตรวัดประมาณค่ามี 5 ระดับ คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยปานกลาง เห็นด้วยน้อย และเห็นด้วยน้อยที่สุด ข้อคำถามเชิงบวกจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ 1, 2, 3, 4, 5, 6 เป็นข้อคำถามเชิงลบ จำนวน 2 ข้อ ได้แก่ข้อ 7, 8 โดยให้คะแนนตามเกณฑ์โดยส่วนที่ 3 จะใช้แบบสอบถาม ชนิดประมาณค่า (Rating Scale) โดยกำหนดค่าระดับ ความคิดเห็นตามแนวคิดของลิเคิร์ต สเกล (Likert Scale) ดังนี้

คะแนนข้อความเชิงบวก

5 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด
4 หมายถึง เห็นด้วยมาก
3 หมายถึง เห็นด้วยปานกลาง
2 หมายถึง เห็นด้วยน้อย
1 หมายถึง เห็นด้วยน้อยที่สุด

คะแนนข้อความเชิงลบ

1 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด
2 หมายถึง เห็นด้วยมาก
3 หมายถึง เห็นด้วยปานกลาง
4 หมายถึง เห็นด้วยน้อย
5 หมายถึง เห็นด้วยน้อยที่สุด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ทำหนังสือขออนุมัติการวิจัยไปยังอธิการบดีมหาวิทยาลัย เพื่อขออนุญาตทำการศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูล

2. เมื่อได้รับการอนุมัติจากอธิการบดีมหาวิทยาลัย ผู้วิจัยเข้าพบคณบดี รองคณบดีและนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ขออนุญาต และขอความร่วมมือในการวิจัย

3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูล โดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม ได้แก่ นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 260 คน โดยแบ่งออกเป็นนิสิตชั้นปีที่

1, 2, 3 และ 4 เก็บข้อมูลในช่วงระหว่างวันที่ 11 -17 สิงหาคม พ.ศ. 2560 สถานที่เก็บข้อมูล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์ที่ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) เพื่อใช้อธิบายลักษณะข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติการแจกแจงความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

2. การวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมและการตัดสินใจซื้อขายและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

3. การวิเคราะห์ข้อมูลการรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์รายข้อโดยใช้สถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของประชากร พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 246 คน คิดเป็นร้อยละ 94.61 กำลังศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 1 จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 26.92 ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 19 – 21 ปี จำนวน 191 คน คิดเป็นร้อยละ 73.46 โดยอายุเฉลี่ย เท่ากับ 22 ปี มีรายได้ต่อเดือนในช่วง 5,000 – 10,000 บาท เฉลี่ยเท่ากับ 7,654 บาท มีประวัติเคยรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักจำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 44.62 และไม่เคยรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 55.38 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของนิสิตที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง (N = 260)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	14	5.39
หญิง	246	94.61
2. ชั้นปีที่กำลังศึกษา		
ชั้นปีที่ 1	70	26.92
ชั้นปีที่ 2	65	25.00
ชั้นปีที่ 3	56	21.54
ชั้นปีที่ 4	69	26.54
3. อายุ (ปี) Mean = 22, SD=0.51		
19-21 ปี	191	73.46
22-24 ปี	63	24.23
25-27 ปี	6	2.31
4. รายได้ต่อเดือน Mean = 7,654 SD=0.72		
< 5,000	76	29.23
5,000-10,000	140	53.85
10,001-15,000	36	13.84
15,001-20,000	3	1.15
20,001-25,000	2	0.78
> 25,000	3	1.15
5. ประวัติการรับประทานผลิตภัณฑ์ลดน้ำหนัก		
เคย	116	44.62
ไม่เคย	144	55.38

2. ประชากรมีพฤติกรรมการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อดังนี้ ส่วนใหญ่มีเพื่อนสนิทที่เคยรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก 113 คน คิดเป็นร้อยละ 97.41 ส่วนใหญ่ผู้ปกครองเคยมีพฤติกรรมการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักจำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 13.79 ทราบข้อมูลเกี่ยวกับยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักจากอินเทอร์เน็ตอันดับมากที่สุด 103 คน คิดเป็นร้อยละ 88.79 รองลงมาจากญาติหรือเพื่อน และเภสัชกร ตามลำดับ จำนวน 44 คน และ 24 คน คิดเป็นร้อยละ 37.93 และ 20.68 เคยรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักอันดับมากที่สุดคือ

กลุ่มยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักประเภทสมุนไพร 102 คน คิดเป็นร้อยละ 87.93 รองลงมา กลุ่มยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักประเภทสารเคมี 14 คน คิดเป็นร้อยละ 12.07 เคยเลือกซื้อยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักอันดับมากที่สุดคือกลุ่มยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักประเภทสมุนไพร 103 คน คิดเป็นร้อยละ 88.79 รองลงมา กลุ่มยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักประเภทสารเคมี 13 คน คิดเป็นร้อยละ 11.21 เคยเลือกซื้อยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักอันดับมากที่สุดคือ ให้ตนเอง 75 คน คิดเป็นร้อยละ 64.65 รองลงมาให้ผู้อื่น จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 26.72 เลือกรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก อันดับมากที่สุดคือเพื่อลดความอ้วน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 88.79 รองลงมาเพื่อเสริมความงาม 13 คน คิดเป็นร้อยละ 11.21 ผู้มีส่วนช่วยให้คำปรึกษาในการซื้อหรือช่วยในการตัดสินใจซื้อยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักอันดับมากที่สุดคือ ตนเอง 67 คน คิดเป็นร้อยละ 57.75 รองลงมา ญาติหรือเพื่อน จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 36.20 ประชากรมีความถี่ในการซื้อหรือรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก อันดับมากที่สุดคือ น้อยกว่า 1 ครั้ง/เดือน จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 55.17 รองลงมาทุกเดือน จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 21.55 สถานที่ที่ประชากรเลือกซื้อยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก อันดับมากที่สุดคือสั่งซื้อทางไปรษณีย์ 74 คน คิดเป็นร้อยละ 63.79 รองลงมาร้านขายยา จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 30.17 ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงข้อมูลพฤติกรรมและการตัดสินใจเพื่อควบคุมน้ำหนัก (N = 116)

ข้อมูลพฤติกรรมและการตัดสินใจเพื่อควบคุมน้ำหนัก	จำนวน	ร้อยละ
I พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์		
1. กลุ่มยา/ผลิตภัณฑ์ที่เคยรับประทาน		
- สมุนไพร	102	87.93
- ยา/สารเคมี	14	12.07
2. จุดประสงค์การใช้		
- ลดน้ำหนัก	103	88.79
- เสริมความงาม	13	11.21
3. จุดประสงค์การซื้อ		
- ซื้อกินเอง	75	64.65
- ซื้อให้ผู้อื่น	31	26.72
- ซื้อกินเองและให้ผู้อื่น	10	8.63
4. ผู้มีส่วนให้คำปรึกษาในการซื้อ		
- ไม่มี (ตนเอง)	67	57.75
- มี (ญาติ เพื่อน)	42	36.20
- มี (บุคคลมีชื่อเสียง)	7	6.05
5. บุคคลใกล้ชิดเคยทำพฤติกรรมดังกล่าวให้ดู(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
- ผู้ปกครอง	16	13.79
- เพื่อน	113	97.41
6. กลุ่มผลิตภัณฑ์ที่เคยซื้อ		
- สมุนไพร	103	88.79
- ยา/สารเคมี	13	11.21
7. ความถี่ในการซื้อ		
- < 1 ครั้ง/เดือน	64	55.17
- 1 ครั้ง/เดือน	25	21.55
- ทุกสัปดาห์	27	23.28
8. แหล่งของผลิตภัณฑ์ที่ซื้อ		
- ซื้อทางไปรษณีย์	74	63.79
- ซื้อโดยตรงจากร้านขายยา	35	30.17
- ซื้อจากห้างสรรพสินค้า	7	6.04
II พฤติกรรมกรรับรู้แหล่งข้อมูลยาและผลิตภัณฑ์ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
- อินเทอร์เน็ต	103	88.79
- ญาติ/เพื่อน	44	37.93
- เภสัชกร	24	20.68

3. ประชากรมีการรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักโดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($X = 3.90$, $SD = 0.41$) เมื่อพิจารณาในรายละเอียดรายข้อ พบว่าประชากรส่วนใหญ่รับรู้ระดับมาก ได้แก่ การรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักมีผลข้างเคียง ($X = 4.21$, $SD = 0.49$) พฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เพิ่มมากขึ้น หลังจากหยุดยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก ($X = 3.54$, $SD = 0.45$) การรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักมีผลต่อระบบไหลเวียนโลหิต ($X = 4.45$, $SD = 0.37$) ประชากรส่วนใหญ่รับรู้ระดับปานกลาง ได้แก่ การรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักติดต่อกันเป็นเวลานานสามารถทำให้เกิดอาการทางจิตประสาท ($X = 3.94$, $SD = 0.42$) การรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักส่งผลให้กระตุ้นการเต้นของหัวใจ ทำให้หัวใจทำงานมากกว่าปกติ ($X = 3.72$, $SD = 0.34$) อาการโยโย่จากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักไม่ได้เกิดขึ้นกับทุกคน ($X = 3.56$, $SD = 0.48$) ยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักไม่มีผลต่อระบบเมตาบอลิซึมของผู้รับประทาน ($X = 3.87$, $SD = 0.39$) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงข้อมูลการรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์ ($N = 260$)

ข้อมูลการรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์	X	SD	แปลผล
มีผลข้างเคียง	4.21	0.49	ระดับมาก
รับประทานอาหารเพิ่มมากขึ้น หลังจากหยุดยา	3.54	0.45	ระดับมาก
มีผลต่อระบบไหลเวียนโลหิต	4.45	0.37	ระดับมาก
เกิดอาการทางจิตประสาท	3.94	0.42	ระดับปานกลาง
กระตุ้นหัวใจทำงานมากกว่าปกติ	3.72	0.34	ระดับปานกลาง
อาการโยโย่	3.56	0.48	ระดับปานกลาง
ไม่มีผลต่อระบบเมตาบอลิซึม	3.87	0.39	ระดับปานกลาง
การรับรู้ผลกระทบโดยรวม	3.90	0.41	ระดับปานกลาง

การอภิปรายผล

การศึกษารั้งนี้ พบว่า ประชากรเคยรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักจำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 44.62 ซึ่งถือว่าเป็นจำนวนที่สูง กลุ่มยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักที่ใช้มากที่สุดคือ ประเภทสมุนไพร คิดเป็นร้อยละ 87.93 เหตุผลในการเลือกรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักอันดับมากที่สุดคือเพื่อลดความอ้วน คิดเป็นร้อยละ 88.79 และประชากรมีการรับรู้ผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักโดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($X = 3.90$, $SD = 0.41$) เท่านั้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาอื่นๆ ที่พบว่าวัยรุ่นและเยาวชนไทยมีพฤติกรรมการลดน้ำหนักโดยใช้ ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร 6,7,8 โดยการศึกษาการโฆษณาทางสื่อสิ่งพิมพ์ที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมของผู้บริโภค ในเขตกรุงเทพมหานคร⁶ พบว่า ผู้บริโภคอาหารเสริมส่วนใหญ่อายุระหว่าง 20-27 ปี ถึง ร้อยละ 45.25 ซึ่งเป็นอันดับหนึ่งของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ทั้งนี้การศึกษาพฤติกรรมการเปิดรับสื่อที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก ของผู้บริโภคในอำเภอเมืองจังหวัดเชียงใหม่⁸ ทั้งนี้พบว่ากลุ่มผู้บริโภคที่มีอายุระหว่าง 15-50 ปี มีกำลังซื้อมากที่สุด สินค้าที่กลุ่มอายุระหว่าง 15-50 ปี บริโภคได้แก่ ผลิตภัณฑ์ที่ช่วยในการควบคุมน้ำหนัก โดยความเสี่ยงหรืออันตรายต่อสุขภาพของวัยรุ่นที่ใช้วิธีนี้ในการลดน้ำหนัก คือ การเติมสารปลอมปนในผลิตภัณฑ์โดย ไม่ได้แจ้งในฉลาก จากการวิเคราะห์ตรวจผลิตภัณฑ์เสริม อาหารที่ใช้ในการลดน้ำหนัก พบการลักลอบปลอมปน ยาอันตรายและวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท เช่น ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารบางชนิดที่กล่าวอ้างสรรพคุณเพื่อลดน้ำหนักมีการ ลักลอบใส่ยาลดความอ้วนไซบูทรามิน (Sibutramine) ซึ่งเป็นยาควบคุมพิเศษ⁹ นอกจากนี้ผลิตภัณฑ์ลดน้ำหนักต่างๆ ยังตรวจพบสารปลอมปนอื่น เช่น แอมเฟตามีน ยาขับปัสสาวะ ยาถ่าย ยานอนหลับ การปลอมปนยากลุ่มที่ออกฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้ผู้บริโภค

เกิดอาการนอนไม่หลับ กระวนกระวาย แรงดันเลือดสูง หัวใจเต้นเร็ว อาจเกิด อันตรายถึงขั้นช็อกและเสียชีวิตได้ ส่วนการปลอมปน ยาถ่ายมีผลทำให้ระบบขับถ่ายผิดปกติเกิดอาการท้องผูกเมื่อไม่ได้ใช้ผลิตภัณฑ์

วัยรุ่นและเยาวชนไทยในปัจจุบันให้ความสำคัญกับภาพลักษณ์ภายนอกและไม่พึงพอใจในรูปร่างของตนเอง ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมลดน้ำหนักที่ไม่ถูกต้อง คือ การใช้ยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก การใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร โดยรับรู้ถึงผลกระทบที่เป็นอันตรายต่อร่างกายในระดับปานกลางเท่านั้น ซึ่งในประเทศไทย การจัดการแก้ปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมลดน้ำหนักของวัยรุ่นยังไม่ชัดเจน ดังนั้นพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง จึงต้องมีความรู้ความเข้าใจใน เรื่องพฤติกรรมลดน้ำหนักของวัยรุ่น และส่งเสริมการลดน้ำหนักอย่างถูกวิธีเพื่อเป็นข้อมูลให้กับวัยรุ่นและเยาวชนในเรื่องพฤติกรรมลดน้ำหนัก รวมถึงมีค่านิยมที่ถูกต้องต่อไป

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาค้นคว้านี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ทั้งทางด้านการศึกษาและการปฏิบัติการพยาบาล และด้านการวิจัย ดังต่อไปนี้

1. ด้านการศึกษาและการปฏิบัติการพยาบาล

1.1 ควรมีการตระหนักในการพัฒนาคุณภาพการจัดการเรียนการสอนอย่างต่อเนื่องในด้านความรู้เกี่ยวกับอันตรายและผลกระทบต่อสุขภาพจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักแก่นิสิตพยาบาล เพื่อก่อให้เกิดประสิทธิภาพในการเป็นผู้นำทางสุขภาพต่อไป

1.2 ควรพัฒนาเอกสารและสื่อต่างๆในการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อให้ความรู้ถึงอันตรายและผลกระทบจากการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักอย่างต่อเนื่องและทันสมัยเนื่องจากมีประชากรจำนวนมากที่ต้องการความรู้ในด้านนี้

2. ด้านการวิจัย

ควรมีการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมให้

ความรู้ต่อพฤติกรรมกรรมการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักและการรับรู้ผลกระทบของการรับประทานยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักของวัยรุ่น

เอกสารอ้างอิง

1. ฉัตยาพร เสมอใจ. พฤติกรรมผู้บริโภค. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดบุ๊คเซ็น; 2555.
2. นนนิดา ตั้งไพบูรณ์ทรัพย์. อัตลักษณ์ความงามของผู้หญิงภายใต้วาทกรรมความสวยเท่ากับความผอม. [วิทยานิพนธ์]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2553.
3. นิชาพัฒน์ ชีระพลเศรษฐ์. ความรู้ ทศนคติเกี่ยวกับโรคอ้วน และพฤติกรรมในการควบคุมและลดน้ำหนัก ของนักศึกษาหญิง ระดับอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น. [รายงานการศึกษาค้นคว้า]. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยของแก่น; 2552.
4. นฤมล ฝิปากเพราะ. พฤติกรรมการเผชิญปัญหาเรื่องโรคอ้วนหรือภาวะน้ำหนักเกินของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2553.
5. ศิวรักษ์ กิจชนะไพบูลย์. พฤติกรรมการลดน้ำหนักที่ไม่ถูกต้องของวัยรุ่นและเยาวชนไทย. ว.พยาบาลสาร 2555; 39(4): 179-187.
6. พัชรา เมืองเจริญ. การศึกษากาสิโนทางสื่อสิ่งพิมพ์ที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมของ ผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง; 2551.
7. ปิ่นแก้ว โชติอำ นวย, อัจฉโรบล แสงประเสริฐ, พรวิไล คล้ายจันทร์. รายงานการวิจัยเรื่องความพึงพอใจในภาพลักษณ์และการใช้ผลิตภัณฑ์อาหารและยาเพื่อควบคุมน้ำหนัก. นครสวรรค์: วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสวรรค์ประชารักษ์; 2552.
8. นันทพงศ์ เกื้อนยืนยงค์. พฤติกรรมการเปิดรับสื่อที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์เสริม

อาหาร เพื่อควบคุมน้ำหนักของผู้บริโภคในอำเภอเมือง
จังหวัดเชียงใหม่. [รายงานการค้นคว้าแบบอิสระ].
เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2553.

9. อรลักษณ์ แพรัตกุล. ผลิตภัณฑ์เสริม
อาหาร: ประโยชน์ ความเสี่ยง ความเชื่อ. ว.วิจัยระบบ
สาธารณสุข 2553; 4(3): 332-336.