

การศึกษาเจตคติที่ส่งผลต่อการใช้อาหารเสริมของ นักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช

นันทินชา ธนังกุล^{*}
ผศ.นพ.พันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์^{**}

บทคัดย่อ

การศึกษาเจตคติที่ส่งผลต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช มีวัตถุประสงค์ เพื่อวัดความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช และศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ อายุ ระดับชั้นปี และระดับความรู้ กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย คือ กลุ่มนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 4 ปีที่ 5 และปีที่ 6 โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ปีการศึกษา 2560 จำนวน 88 คน การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลจากผู้ตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยวิธีทางสถิติ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ คือ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติค่าไคสแควร์

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศชายและเพศหญิงจำนวนเท่ากัน ส่วนใหญ่อายุ 23 ปี และศึกษาในระดับชั้นปีที่ 4 ความรู้ต่อการใช้อาหารเสริมพบว่า ส่วนใหญ่มีความรู้ในระดับมาก เจตคติต่อการใช้อาหารเสริมพบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก พฤติกรรมการใช้อาหารเสริมพบว่าส่วนใหญ่ไม่เคยใช้อาหารเสริม

ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า เพศ อายุ และความรู้ ไม่มีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ระดับชั้นปีมีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์ โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

ผลจากการศึกษานี้สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการวางแผนหลักสูตรการเรียนการสอนของนักศึกษาแพทย์ได้ อาจเพิ่มเป็นหลักสูตรพิเศษหรือหลักสูตรระยะสั้น ๆ โดยวิทยากรที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญ

คำสำคัญ: เจตคติ, ความรู้, พฤติกรรม, อาหารเสริม, นักศึกษาแพทย์

^{*} นักศึกษาหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาการชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ วิทยาลัยการแพทย์บูรณาการ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต

^{**} ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

ABSTRACT

Study of attitude toward supplement usage in medical students at Bhumibol Adulyadej hospital. The objective are to determine knowledge, attitude and behavior of supplement usage in medical students at Bhumibol Adulyadej hospital. This study also includes the relationship between sexes, ages, class level, knowledge and attitude of supplements usage.

The target group is medical students in year-class level 4,5 and 6 in 2017 at Bhumibol Adulyadej hospital. There are 88 people enrolled in the study. The researcher gathered data from questionnaire. The statistics used in analysis are mean, percentage, standard deviation and Chi square. Number of men and women participants are equal, mostly were 23 years old, studying in year-class level 4 and had knowledge in high level. However, they mainly never use supplements.

The results of this study indicated that sexes, ages and knowledge are not statistically significant ($p < 0.05$) relate to the attitude of supplements usage in the medical students. On the contrary, year-class level is statistically significance ($p < 0.05$) relate to the attitude of supplement usage in the medical students.

This study can be used to plan the curriculum of medical school for medical students. It may add as a special or short course by teacher who have expertise in the field.

Keywords: attitude, knowledge, behavior of supplement, supplement, medical students

บทนำ

อาหารเสริมเป็นสิ่งที่รับประทานเพื่อเสริมสารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกายนอกเหนือไปจากอาหารธรรมดา อาหารเสริมดังกล่าวรวมถึง วิตามิน เกลือแร่ ไฟเบอร์ กรดไขมัน และกรดอะมิโน ที่อาจไม่เพียงพอในการรับประทานอาหารตามปกติ ถึงแม้ว่าอาหารเสริมมีเป็นจำนวนมากมาย แต่องค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับอาหารเสริมนั้นกลับไม่เป็นที่เข้าใจกันมากนัก และมีหลายครั้งที่ได้รับข้อมูลส่งต่อกันอย่างผิด ๆ คนส่วนใหญ่ถ้าหากต้องการได้รับคำแนะนำในเรื่องของการใช้ผลิตภัณฑ์อาหารเสริม มักจะต้องการได้รับข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพ ซึ่งได้แก่ แพทย์ พยาบาล และเภสัชกร รวมไปถึงทันตแพทย์ เพื่อเพิ่มความมั่นใจในการใช้ผลิตภัณฑ์อาหารเสริมนั้นได้อย่างมั่นใจ

องค์ความรู้ด้านอาหารเสริมสำหรับบุคลากรทางการแพทย์ในปัจจุบัน ยังคงไม่ได้รับการเน้นย้ำ เพราะเป็นองค์ความรู้ที่มีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม แพทย์และบุคลากรทางการแพทย์ส่วนใหญ่เน้นได้รับการฝึกฝนมาให้ความรู้ในด้านการรักษา และฟื้นฟูมากกว่าด้านการป้องกัน และจำนวนไม่น้อยที่เชื่อว่าการรับประทานอาหารเสริมนั้นไม่จำเป็น เนื่องจากการรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ในแต่ละวันนั้นเพียงพอต่อความต้องการ แต่ก็ปฏิเสธไม่ได้ว่ามีบุคลากรทางการแพทย์จำนวนไม่น้อย ก็ได้ให้ความสนใจและหาความรู้เพิ่มเติมอยู่ตลอดเวลา บางกลุ่มก็ใช้ผลิตภัณฑ์อาหารเสริมด้วยตัวเองเพื่อเป็นการเสริมสุขภาพ (Sharma ,2014) เนื่องจากชีวิตประจำวันของบุคลากรทางการแพทย์นั้นจัดได้ว่ามีเวลาน้อยมากที่จะสามารถรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพได้อย่างเต็มที่

นักศึกษาแพทย์เป็นกลุ่มบุคลากรทางการแพทย์ที่จะเป็นอนาคตของวงการสุขภาพ ซึ่งจะเน้นบทบาทของการป้องกันเพิ่มมากขึ้นเพื่อลดต้นทุนในการรักษาที่ทวีความรุนแรงเพิ่มมากขึ้นทุกวัน นักศึกษาแพทย์เมื่อจบไปจากโรงเรียนแพทย์ส่วนใหญ่ก็มักจะต้องไปใช้ทุนตามโรงพยาบาลที่อยู่ในอำเภอที่ห่างไกลหรือใกล้ชุมชน และจะกลายเป็นผู้ที่มียุทธศาสตร์หลักในการให้คำปรึกษาแนะนำทางด้านสุขภาพแก่ประชาชน และยังคงต้องเป็นผู้ที่มีสุขภาพที่ดี เพื่อเป็นแบบอย่างให้กับประชาชนบุคคลทั่วไปอีกด้วย จึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะทำการศึกษาเกี่ยวกับความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมในการใช้อาหารเสริมของกลุ่มนักศึกษาแพทย์ เพื่อทราบถึงขีดความสามารถของกลุ่มบุคลากรทางสุขภาพหลักในอนาคตที่เกี่ยวข้องกับงานด้านการส่งเสริมสุขภาพ และมีประโยชน์ในการพัฒนาองค์ความรู้ด้านการป้องกันสุขภาพได้ต่อไปในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อวัดความรู้ต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพล อุดรเดช
2. เพื่อศึกษาเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพล อุดรเดช
3. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพล

อุดรเดช

ขอบเขตการวิจัย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย คือ กลุ่มนักศึกษาแพทย์ ชั้นปีที่ 4 ชั้นปีที่ 5 และชั้นปีที่ 6 โรงพยาบาลภูมิพลอุดรเดช ปีการศึกษา 2560 จำนวน 88 คน

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรม (KAP)

เป็นทฤษฎีที่ใช้ตัวแปรหลัก 3 ตัว คือ ความรู้ (Knowledge) เจตคติ (Attitude) และการปฏิบัติ (Practice) ทั้ง 3 ประเภทยังเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องกัน คือ เมื่อเกิดความรู้ ส่งผลทำให้เกิดเจตคติ และตามมาด้วยพฤติกรรมกระทำ เช่น เมื่อนักศึกษาแพทย์ได้รับทราบข้อมูลข่าวสาร หรือได้เรียนรู้ในเรื่องอาหารเสริมอย่างถูกต้อง ส่งผลให้เกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่องของอาหารเสริม จึงมีเจตคติที่ดีต่ออาหารเสริม และนำไปสู่การพฤติกรรมนำอาหารเสริมไปใช้ ทั้งกับตนเองหรือกับคนไข้ที่ดูแลได้ เป็นต้น (ทวีศักดิ์ เทพพิทักษ์, 2556)

แนวคิดและทฤษฎีด้านเจตคติ (Attitude)

ราชบัณฑิตยสถาน (2542) เจตคติ หมายถึง ทำที่หรือความรู้สึกของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งทำที่ก็มีทั้งที่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ฟังพอใจ ไม่ฟังพอใจ เป็นต้น

แนวคิดและทฤษฎีด้านความรู้ ความเข้าใจ (Knowledge)

แนวคิดและทฤษฎีด้านความรู้ ความเข้าใจ คือ สิ่งที่สั่งสมมาจากการศึกษาเล่าเรียน การค้นคว้า หรือประสบการณ์ รวมทั้งความสามารถเชิงปฏิบัติและทักษะ ความเข้าใจหรือสารสนเทศที่ได้รับมาจากประสบการณ์ สิ่งที่ได้รับมาจากการได้ยิน ได้ฟัง การคิด หรือการปฏิบัติ องค์กรวิชาในแต่ละสาขา เช่น ความรู้เรื่องสุขภาพ (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542,ราชบัณฑิตยสถาน, 2546, น. 232)

แนวความคิดและทฤษฎีด้านพฤติกรรม (Practice)

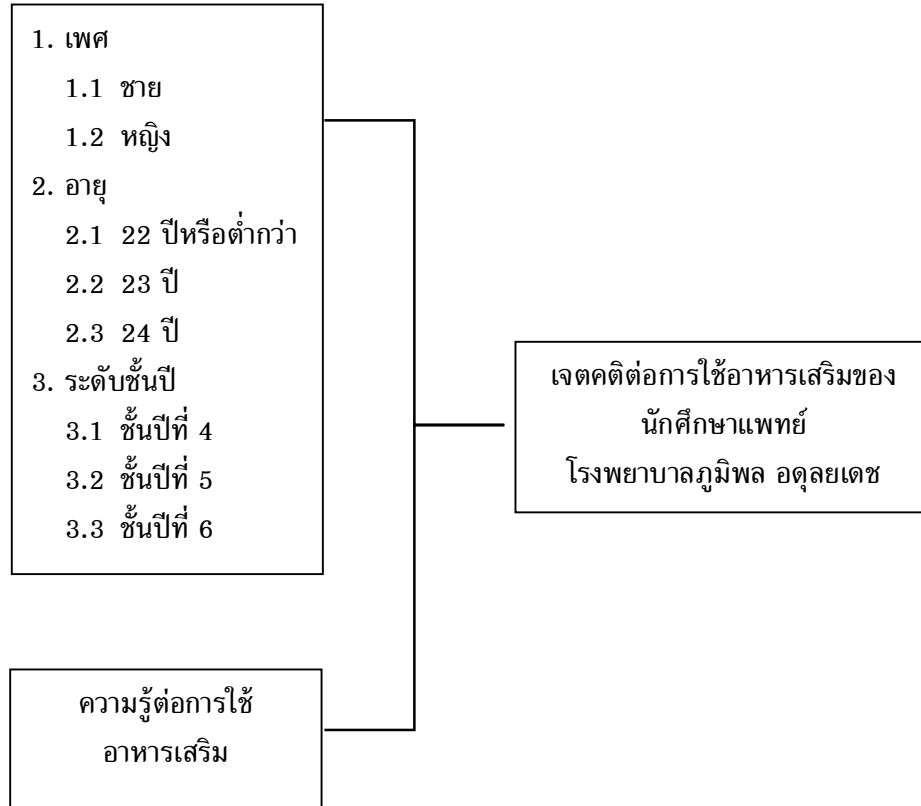
วิธี แจ่มกระทิก (2540, น. 14) พฤติกรรม หมายถึง การกระทำ หรือการแสดงออกของบุคคลที่ตอบสนองต่อสิ่งเร้าทั้งจากภายในจิตใจ และจากภายนอก โดยการกระทำนั้นเป็นไปแบบรู้ตัวหรือไม่รู้ตัว อาจเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือไม่พึงประสงค์ สามารถใช้เครื่องมือทดสอบได้

แนวความคิดเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเสริม (Dietary supplement)

กระทรวงสาธารณสุข (2548) ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หมายความว่า ผลิตภัณฑ์ที่รับประทาน นอกเหนือจากการรับประทานอาหารตามปกติ ซึ่งมีสารอาหารหรือสารอื่นเป็นองค์ประกอบ อยู่ในรูปแบบเม็ด แคปซูล ผง เกล็ด ของเหลวหรือลักษณะอื่น ซึ่งมีใช้รูปแบบอาหารตามปกติ (Conventional foods) สำหรับผู้บริโภคที่คาดหวังประโยชน์ทางด้านส่งเสริมสุขภาพ

กรอบแนวคิดการวิจัย

ตัวแปรต้น คือ เพศ อายุ ระดับชั้นปี และความรู้ต่อการใช้อาหารเสริม ตัวแปรตาม คือ เจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช สามารถแสดงกรอบแนวคิดได้ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวความคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

1. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาวิจัยนี้ คือ นักศึกษาแพทย์ ที่ศึกษาชั้นปีที่ 4, ชั้นปีที่ 5 และชั้นปีที่ 6 โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ปีการศึกษา 2560 ทั้งสิ้นจำนวน 88 คน โดยบริเวณที่ทำการศึกษาคือ โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบสำรวจเจตคติที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์ โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ประกอบด้วย 4 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลด้านประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นปีที่ โดยชนิดของแบบสอบถามเป็นแบบสำรวจรายการ (Checklist)

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้ต่อการใช้อาหารเสริม โดยชนิดของแบบสอบถามเป็นแบบปรนัย ถูก-ผิด (True-False)

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามด้านเจตคติต่อการใช้อาหารเสริม โดยชนิดของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วน 5 ระดับ (Rating Scale) ตามหลักการทฤษฎีของลิเคิร์ต (Likert Scale)

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างในเรื่องอาหารเสริม โดยชนิดของแบบสอบถามเป็นแบบสำรวจรายการ (Checklist)

3. การหาคุณภาพของเครื่องมือ

3.1 ทดสอบค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) ของแบบทดสอบความรู้ส่งผลต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์ โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช โดยมีการพิจารณาคัดเลือกคำถามที่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาที่ระดับ 0.5 โดยมีคณะกรรมการผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจสอบทั้งหมด 3 ท่าน

3.2 ทดลองคุณภาพเครื่องมือ โดยใช้ผู้ทดลองที่เป็นบุคลากรทางการแพทย์ จำนวน 30 คน และหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้วัดความเชื่อมั่น (Reliability) ของ Cronbach's alpha โดยเกณฑ์ที่ยอมรับได้อยู่ที่ 0.7 ขึ้นไป

3.3 ปรับแก้ไขเครื่องมือตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และจัดพิมพ์เครื่องมือฉบับจริงเพื่อนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูล

วิธีวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐานใช้การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี และระดับความรู้ต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ด้วยค่า (Chi-square)

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของประชากร

กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนเพศหญิง 44 คน เท่ากับเพศชาย จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 กลุ่มตัวอย่างมีอายุ 22 ปี หรือต่ำกว่า จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 38.6 อายุ 23 ปี จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 37.5 อายุ 24 ปี จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 23.9 ตามลำดับ เป็นนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 4 จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 34.0 ชั้นปีที่ 5 จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 33.0 ชั้นปีที่ 6 จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 33.0 ตามลำดับ

ความรู้ต่อการใช้อาหารเสริม

ความรู้ต่อการใช้อาหารเสริมภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย .60) เมื่อแยกจำนวนของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ออกเป็นระดับ พบว่าส่วนใหญ่มีความรู้ในระดับมาก จำนวน 63 คน (ร้อยละ 71.6) รองลงมาคือ ความรู้ต่อการใช้อาหารเสริม ในระดับน้อย จำนวน 25 คน (ร้อยละ 28.4) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อจากมากไปหาน้อย พบว่า ข้อที่กลุ่มตัวอย่างตอบถูกมากที่สุดคือการขาด Folate โดยทั่วไปมีลักษณะทางโลหิตวิทยาคล้ายคลึงกับการขาดวิตามินบี12 (ค่าเฉลี่ย .91) รองลงมาคือ Probiotic มีประโยชน์ช่วยเรื่องระบบทางเดินอาหาร (ค่าเฉลี่ย .90) หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่รับประทานวิตามิน A เกิน 100,000 IU ทำให้เกิดความผิดปกติในทารก (ค่าเฉลี่ย .86) และ

Carotenoids เมื่อถูกความร้อนจะลดความสามารถทาง bio-availability (ค่าเฉลี่ย .86) เมื่อพิจารณาความรู้ต่อการใช้อาหารเสริมรายข้อ จากน้อยไปหามาก พบว่า การขาดวิตามิน A ทำให้เกิดโรค scurvy (ค่าเฉลี่ย .15) Selenium ทำให้ความจำ ระยะสั้นเสียไป (ค่าเฉลี่ย .15) รองลงมาคือ ผักใบเขียวเป็นแหล่งสารอาหารของวิตามิน B12 (ค่าเฉลี่ย .32) และ Folate เพิ่มระดับ Homocysteine ในเลือดและเพิ่มความเสี่ยงโรคหัวใจ (ค่าเฉลี่ย .32)

เจตคติต่อการใช้อาหารเสริม

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีเจตคติต่อการใช้อาหารเสริม ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.51) เมื่อพิจารณาในแต่ละระดับพบว่า เจตคติต่อการใช้อาหารเสริมอยู่ในระดับมาก จำนวน 53 คน (ร้อยละ 60.2) รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 33 คน (ร้อยละ 37.5) ระดับมากที่สุด จำนวน 1 คน (ร้อยละ 1.2) และระดับน้อย จำนวน 1 คน (ร้อยละ 1.1) เมื่อพิจารณาเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมรายข้อจากมากไปหาน้อย พบว่า อาหารเสริมที่เลือกควรมีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์การแพทย์สนับสนุน (ค่าเฉลี่ย 4.32) รองลงมา ควรอ่านฉลากทุกครั้งก่อนเลือกรับประทานอาหารเสริม (ค่าเฉลี่ย 4.28) และแพทย์ควรมีความรู้ความเข้าใจเรื่องอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ (ค่าเฉลี่ย 4.12) เมื่อพิจารณาเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมรายข้อจากน้อยไปหามาก พบว่า อาหารเสริมสามารถกินต่อเนื่องได้โดยไม่มีอันตราย (ค่าเฉลี่ย 2.76) รองลงมา อาหารเสริมมีความจำเป็นสำหรับทุกคน (ค่าเฉลี่ย 2.77) และอาหารเสริมสามารถป้องกันการป่วย การเป็นโรคได้ (ค่าเฉลี่ย 2.97)

พฤติกรรมต่อการใช้อาหารเสริม

พฤติกรรมของนักศึกษาแพทย์ โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดชต่อการใช้อาหารเสริม พบว่า ส่วนใหญ่ไม่เคยบริโภคอาหารเสริม จำนวน 57 คน (ร้อยละ 64.8) รองลงมาคือ เคยบริโภคอาหารเสริม จำนวน 31 คน (ร้อยละ 35.2) ระยะเวลาที่บริโภคอาหารเสริม ส่วนใหญ่บริโภคอาหารเสริมมาเป็นระยะเวลาไม่ถึง 6 เดือน (ร้อยละ 71.0) รองลงมา 6 เดือน - 1 ปี (ร้อยละ 16.1) และมากกว่า 1 - 2 ปี (ร้อยละ 9.7) วัตถุประสงค์ที่บริโภคอาหารเสริมส่วนใหญ่มีวัตถุประสงค์เพื่อรับประทานเอง (ร้อยละ 80.6) รองลงมา เพื่อนำไปเป็นของขวัญ/ของฝาก (ร้อยละ 9.7) และเพื่อจำหน่าย (ร้อยละ 9.7) สิ่งที่คิดว่าจะได้จากอาหารเสริม ส่วนใหญ่เพื่อช่วยลดความอ่อนเพลีย (ร้อยละ 35.7) รองลงมา สุขภาพดีขึ้น (ร้อยละ 28.6) และ ช่วยป้องกันการเจ็บป่วย (ร้อยละ 23.8) เหตุผลในการตัดสินใจเลือกอาหารเสริมส่วนใหญ่ ศึกษาข้อมูลมา (ร้อยละ 27.2) รองลงมา เชื่อมั่นในบริษัทที่ผลิต/ยี่ห้อ (ร้อยละ 19.7) และเชื่อมั่นในสรรพคุณของผลิตภัณฑ์ (ร้อยละ 16.7) ความรู้เกี่ยวกับอาหารเสริมจากสื่อ ส่วนใหญ่มาจากคนอื่นแนะนำ (ร้อยละ 28.7) รองลงมา อินเทอร์เน็ต (ร้อยละ 27.5) และหนังสือเรียน (ร้อยละ 11.2) ค่าใช้จ่ายต่อเดือนในการซื้ออาหารเสริม ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่าย 500 - 1,000 บาท (ร้อยละ 45.2) รองลงมา น้อยกว่า 500 บาท (ร้อยละ 41.9) และ 1,001 - 1,500 บาท (ร้อยละ 9.7) เหตุผลในการบริโภคอาหารเสริม ส่วนใหญ่ต้องการบำรุงดูแลสุขภาพ (ร้อยละ 32.3) รองลงมา รักษาความเจ็บป่วยหรือความผิดปกติของร่างกาย (ร้อยละ 29.0) และ คนใกล้ชิดชักชวนให้รับประทาน (ร้อยละ 25.8) ชนิดของอาหารเสริมที่บริโภคเป็นประจำ ส่วนใหญ่อาหารเสริมเพื่อบำรุงสุขภาพ เช่น วิตามิน แร่ธาตุ น้ำมันปลา เป็นต้น (ร้อยละ 51.1) รองลงมา อาหารเสริมสำหรับนักกีฬา เช่น เกลือแร่ เวย์โปรตีน เป็นต้น

(ร้อยละ 17.8) และ อาหารเสริมเพื่อป้องกันและรักษาโรค เช่น น้ำมันปลา กระเทียม สารพฤกษเคมีจากพืช (ร้อยละ 13.3) เหตุผลที่ไม่บริโภคอาหารเสริม ส่วนใหญ่คิดว่า ไม่มีประโยชน์ (ร้อยละ 45.6) รองลงมา ลื้่นเปลืองค่าใช้จ่าย (ร้อยละ 26.3) และ รับประทานนานๆ อาจก่อให้เกิดโทษ (ร้อยละ 17.6)

ผลการทดสอบสมมติฐาน

ข้อสมมติฐานที่ 1 พบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

ข้อสมมติฐานที่ 2 พบว่า อายุไม่มีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

ข้อสมมติฐานที่ 3 พบว่า ระดับชั้นปีมีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

ข้อสมมติฐานที่ 4 พบว่า ความรู้ต่อการใช้อาหารเสริมไม่มีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

อภิปรายผลการวิจัย

1. เพศไม่มีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริม ของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริวรรณ ยังอยู่ และปริญญา บรรจภมณี (2560) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจและพฤติกรรมของผู้บริโภคในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมเวย์โปรตีนในจังหวัดประจวบคีรีขันธ์และจังหวัดเพชรบุรี พบว่า เพศของผู้บริโภคในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมเวย์โปรตีน ไม่มีความสัมพันธ์กับการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ นันธมน เดชประภัสสร (2558) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารทางอินเทอร์เน็ต พบว่าเพศของกลุ่มตัวอย่างในการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารทางอินเทอร์เน็ต ไม่แตกต่างกัน

2. อายุไม่มีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริม ของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปรียาพร คงพันธุ์จิตร (2558) ได้ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า อายุของผู้บริโภคที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิไลลักษณ์ ทองปั้น (2546) ได้ศึกษาเรื่องความพึงพอใจและพฤติกรรมในการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อความงามของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า อายุของผู้บริโภคที่ต่างกันมีความพึงพอใจและพฤติกรรมในการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อความงาม ไม่แตกต่างกัน

3. ระดับชั้นปีมีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริม ของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสกสรร วีระสุข และ วรางคณา อติศรประเสริฐ (2557) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร

ประเภทวิตามินในกรุงเทพมหานคร พบว่า ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมผู้บริโภค ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารประเภทวิตามินในกรุงเทพมหานคร

4. ความรู้ต่อการใช้อาหารเสริมไม่มีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริม ของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชัยวัฒน์ สิงห์หิรัญสุรณ และอรุณรัตน์ อรุณเมือง (2556) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภค ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขตตรวจราชการที่ 2 กระทรวงสาธารณสุข พบว่า ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารไม่มีความสัมพันธ์พฤติกรรมผู้บริโภค ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขตตรวจราชการที่ 2 กระทรวงสาธารณสุข และสอดคล้องกับงานวิจัยของ หทัยกาญจน์ โสตรดี และอัมพร ฉิมพล (2550) ได้ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

5. ระดับความรู้ต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ต่างจากงานวิจัยของ ชัยวัฒน์ สิงห์หิรัญสุรณ และอรุณรัตน์ อรุณเมือง (2556) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขตตรวจราชการที่ 2 กระทรวงสาธารณสุข พบว่า ระดับความรู้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารของนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง

6. เจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภัทรา รอดดำรงค์ และสุจิตรา รอดสมบูรณ์ (2559) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมความงามคอลลาเจน ผ่านทางเฟซบุ๊ก พบว่า แรงจูงใจด้านเหตุผลและอารมณ์ มีความสำคัญระดับมาก และสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสกสรร วีระสุข และวรางคณา อติศรประเสริฐ (2557) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารประเภทวิตามินในกรุงเทพมหานคร พบว่า ทศนคติด้านผลิตภัณฑ์อยู่ในระดับดี

7. พฤติกรรมการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ส่วนใหญ่ไม่เคยใช้อาหารเสริม เนื่องจาก เห็นว่า อาหารเสริมไม่มีประโยชน์ และสิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย

ส่วนผู้ที่เคยบริโภคอาหารเสริม ส่วนใหญ่บริโภคไม่ถึง 6 เดือน โดยบริโภคเอง เพื่อช่วยลดความอ่อนเพลีย โดยศึกษาข้อมูลมา

ส่วนใหญ่นำความรู้มากจากคนอื่นแนะนำ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชัยวัฒน์ สิงห์หิรัญสุรณ และอรุณรัตน์ อรุณเมือง (2556) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในเขตตรวจราชการที่ 2 กระทรวงสาธารณสุข พบว่า กลุ่มอ้างอิงที่มีผลต่อการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารมากที่สุดคือ พ่อแม่ ญาติพี่น้อง และเพื่อนร่วมชั้นเรียน

ส่วนใหญ่นำค่าใช้จ่ายต่อเดือนน้อยกว่า 500 บาท ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภัทรา รอดดำรงค์ และสุจิตรา รอดสมบูรณ์ (2559) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์

อาหารเสริมความงามคอลลาเจนผ่านทางเฟซบุ๊ก พบว่า ค่าใช้จ่ายซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมน้อยกว่า 500 บาทต่อเดือน

ส่วนใหญ่ใช้อาหารเสริมเพื่อบำรุงดูแลสุขภาพสอดคล้องกับงานวิจัยของจิติกานัญญ์ พลัปลาสี และพรพรรณ เครือวงษ์ (2559) ได้ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารเสริมของนักศึกษา ในมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร แม่สอด พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่บริโภคอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ

ส่วนใหญ่ชนิดของอาหารเสริมที่บริโภคเป็นประจำ คือ วิตามิน แร่ธาตุและน้ำมันปลา เป็นต้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ วิไลลักษณ์ ทองปั้น (2546) ได้ศึกษาเรื่องความพึงพอใจและพฤติกรรมในการ บริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อความงามของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ผลิตภัณฑ์ที่ ผู้บริโภคซื้อมากที่สุดคือ วิตามินซี

สรุปได้ว่า นักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดชมีความรู้ต่อการใช้อาหารเสริมภาพรวมอยู่ในระดับมาก ส่วนใหญ่มีเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมในภาพรวมอยู่ในระดับมาก แต่ส่วนใหญ่ไม่เคยบริโภคอาหารเสริม และพบว่าระดับชั้นปีมีความสัมพันธ์กับเจตคติต่อการใช้อาหารเสริมของนักศึกษาแพทย์ ถึงแม้ว่าความรู้ต่อการใช้อาหารเสริมจะอยู่ในระดับมาก แต่นักศึกษาแพทย์ยังมีความสับสนในด้านความรู้ที่เกี่ยวข้องกับอาหารเสริมในกลุ่มวิตามินและแร่ธาตุที่จำเป็นต่อร่างกาย เช่น การขาดวิตามิน A ทำให้เกิดโรค Scurvy หรือ Selenium ทำให้ความจำระยะสั้นเสียไป เป็นข้อที่ตอบได้น้อยที่สุด เป็นต้น จากข้อมูลนี้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญที่ควรมีการเพิ่มในหลักสูตรการเรียนการสอน หรืออบรมให้ความรู้ เพื่อเป็นการเน้นย้ำให้ผู้ทวนหนึ่งจะเป็นผู้ที่รักษาผู้ป่วยและให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพกับประชาชนในอนาคต

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้ มีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ควรมีการให้ความรู้เพิ่มเติม และสร้างเจตคติที่ดีแก่นักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช เกี่ยวกับอาหารเสริม ทั้งในเรื่องของคุณประโยชน์หรือโทษที่อาจเกิดขึ้นหลังการบริโภค หรือวิธีการใช้อาหารเสริมที่ถูกต้อง เพื่อจะได้ให้คำแนะนำแก่บุคคลทั่วไปหลังจากสำเร็จการศึกษา โดยอาจจัดขึ้นเป็นหลักสูตรพิเศษหรือหลักสูตรระยะสั้น ๆ โดยอาจเชิญผู้เชี่ยวชาญ หรือวิทยากรที่มีความรู้ความชำนาญมาบรรยาย

2. นักศึกษาแพทย์โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ที่บริโภคอาหารเสริม ควรมีการแนะนำให้บริโภคอย่างพอเพียง และเพียงพอ แต่อาจมีข้อจำกัดเรื่องค่าใช้จ่าย เนื่องจากในช่วงกำลังศึกษาจะไม่มีรายได้เป็นของตนเอง ทำให้พ่อแม่ผู้ปกครองต้องมีการค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นในการซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมมาบริโภค

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการวิจัยโดยเปรียบเทียบกลุ่มตัวอย่างระหว่างนักศึกษาแพทย์ต่างสถาบันหรือต่างโรงพยาบาล

2. ควรมีการวิจัยกับบุคลากรทางการแพทย์ประเภทอื่น ๆ ได้แก่ เภสัชกร พยาบาล หรือโภชนกร เป็นต้น

3. ควรมีการวิจัยโดยใช้ตัวแปรอื่น ๆ เพิ่มเติม ได้แก่ การวิจัยโดยใช้กลุ่มแพทย์ที่สำเร็จการศึกษา และมีรายได้เป็นของตนเอง เป็นต้น

บรรณานุกรม

- กระทรวงสาธารณสุข. (2548). *ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร*. (ฉบับที่293). กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข. สืบค้นจาก <http://www.elib.fda.moph.go.th>
- ทวีศักดิ์ เทพพิทักษ์. (2556). การใช้แบบจำลอง KAP กับการศึกษาพฤติกรรมและทัศนคติการป้องกันการติดเชื้อ เอช ไอ วี/ เอ็ดส์ ของคนประจำเรือไทย. *วารสารวิทยาการจัดการ*, 8(2), 88-90.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542*. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์.
- วิธี แจ่มกระทิก. (2540). *ปัจจัยเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน มัธยมปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา (ปริญญาโทพนธมหาบัณฑิต)*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- Ajitha S, Salini A, Ashok M. (2014). Knowledge, Attitude and Practices Related to Dietary Supplements and Micronutrients in Health Sciences Students. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*.