

ผลสำรวจเรื่อง วัยรุ่นกับการดูแลสุขภาพ

ศูนย์วิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพ (กรุงเทพโพลล์) เปิดเผยผลสำรวจเรื่องวัยรุ่นกับการดูแลสุขภาพ เนื่องในวันสาธารณสุขแห่งชาติ 27 พฤศจิกายน พบวัยรุ่นในกรุงเทพฯ ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมที่บั่นทอนสุขภาพคือ นอนดึก กินอาหารฟาสต์ฟู้ด ใช้ช้อนและหลอดดูดน้ำร่วมกับผู้อื่น ขณะที่ 1 ใน 4 ระบุว่ามีปัญหาความเครียด และดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยโรคภัยแรงที่วัยรุ่นกังวลว่าตนเองมีความเสี่ยงจะเป็นมากที่สุดคือโรคมะเร็ง

ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. พฤติกรรมที่บั่นทอนสุขภาพตนเองของวัยรุ่นในปัจจุบัน พบว่า วัยรุ่นทั้งเพศหญิงและเพศชายมีพฤติกรรมนอนดึกและพักผ่อนน้อย มากที่สุด รองลงมาคือ การใช้ช้อนตักอาหารร่วมกับผู้อื่นโดยไม่ใช้ช้อนกลาง และชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ด มีรายละเอียดดังนี้

พฤติกรรม	เพศหญิง (ร้อยละ)		เพศชาย (ร้อยละ)		เฉลี่ยรวม(ร้อยละ)	
	ใช่	ไม่ใช่	ใช่	ไม่ใช่	ใช่	ไม่ใช่
นอนดึก พักผ่อนน้อย	67.0	33.0	66.1	33.9	66.5	33.5
ใช้ช้อนตักอาหารโดยไม่ใช้ช้อนกลาง	52.8	47.2	52.2	47.8	52.5	47.5
กินอาหารฟาสต์ฟู้ด	51.8	48.2	50.7	49.3	51.3	48.7
ใช้หลอดดูดน้ำร่วมกับผู้อื่น	54.2	45.8	48.0	52.0	51.2	48.8
มีเรื่องเครียดบ่อยๆ	30.6	69.4	24.2	75.8	27.5	72.5
ดื่มเหล้า / เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	14.2	85.8	33.9	66.1	23.9	76.1
เที่ยวกลางคืน	11.8	88.2	25.5	74.5	18.6	81.4
สูบบุหรี่	5.5	94.5	23.2	76.8	14.2	85.8
อดอาหาร	14.0	86.0	8.4	91.6	11.2	88.8
กินยาลดความอ้วน	5.0	95.0	1.9	98.1	3.5	96.5

2. ความคิดเห็นของวัยรุ่นต่อการให้ความสำคัญกับเรื่องสุขภาพของตัวเองเมื่อเปรียบเทียบกับเรื่องอื่น

- ให้ความสำคัญมากกว่าเรื่องอื่น ร้อยละ 24.2
- ให้ความสำคัญพอ ๆ กับเรื่องอื่น ร้อยละ 65.6
- ให้ความสำคัญน้อยกว่าเรื่องอื่น ร้อยละ 10.2

3. เมื่อถามวัยรุ่นถึงวิธีการทำให้ตัวเองดูดี พบว่า วัยรุ่นเพศหญิงใช้วิธี พักผ่อนให้เพียงพอมากที่สุด รองลงมาคือกินอาหารที่มีประโยชน์ ทำจิตใจให้ผ่อนคลาย และ ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในขณะที่วัยรุ่นเพศชายใช้วิธี กินอาหารที่มีประโยชน์มากที่สุด รองลงมาคือ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ และไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

วิธีทำให้ตัวเองดูดี	เพศหญิง (ร้อยละ)	เพศชาย (ร้อยละ)	เฉลี่ยรวม (ร้อยละ)
เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์	10.3	9.1	19.4
พักผ่อนให้เพียงพอ	10.4	8.6	19.0
ทำจิตใจให้ผ่อนคลาย	8.9	6.0	14.9
ไม่ดื่มเหล้า / ไม่สูบบุหรี่	7.9	6.6	14.5
ออกกำลังกายสม่ำเสมอ	5.2	8.7	13.9
กินอาหารเสริม	3.6	2.5	6.1
ดื่มเครื่องดื่มบำรุงสุขภาพ	2.2	1.2	3.4
เข้าคลินิกรักษาผิว และผิวพรรณ	1.8	1.1	2.9
ตรวจเช็คสุขภาพเป็นประจำ	1.6	1.0	2.6
ใช้เครื่องสำอาง	1.8	0.6	2.4
เข้าคลินิกลดความอ้วน กระชับสัดส่วน	0.3	0.1	0.4
ทำศัลยกรรมเสริมความงาม	0.2	0.1	0.3
อื่นๆ อาทิ เข้าวัดฟังธรรม ทำความดี	0.1	0.1	0.2
รวม	54.3	45.7	100.0

4. ความคิดเห็นในเรื่องความเสี่ยงที่ตนเองจะเป็นโรคต่างๆ พบว่า

- คิดว่าตนเองไม่มีความเสี่ยง ร้อยละ 58.4

โดยให้เหตุผลว่า สุขภาพร่างกายแข็งแรงดีอยู่แล้ว ออกกำลังกายเป็นประจำ

- คิดว่ามีความเสี่ยง ร้อยละ 41.6

โดยโรคที่คิดว่าตนเองมีความเสี่ยงมากที่สุด 5 อันดับแรก ได้แก่

(เป็นคำถามปลายเปิดให้ผู้ตอบระบุเอง)

อันดับที่ 1 โรคมะเร็ง**ร้อยละ 8.2**

(เนื่องจาก มีญาติใกล้ชิดเป็นโรคมะเร็ง ขอบทานอาหารปิ้งย่าง สูดดมควัน / สูบบุหรี่ ทานอาหารที่มีสารพิษปนเปื้อน ฯลฯ)

อันดับที่ 2 โรคกระเพาะอาหาร**ร้อยละ 5.5**

(เนื่องจาก ทานอาหารไม่ตรงเวลา อดอาหารบ่อยๆ ดื่มน้ำอัดลมมาก ฯลฯ)

อันดับที่ 3 โรคเบาหวาน**ร้อยละ 5.3**

(เนื่องจาก คนในครอบครัวเป็นโรคนี้ ชอบรับประทานอาหารหวาน เป็นคนอ้วน ฯลฯ)

อันดับที่ 4 โรคอ้วน**ร้อยละ 4.9**

(เนื่องจาก มีพ่อแม่เป็นโรคอ้วน ระบบเผาผลาญไม่ดี กินเก่ง ฯลฯ)

อันดับที่ 5 โรคภูมิแพ้**ร้อยละ 2.2**

(เนื่องจาก มีคนในครอบครัวเป็นโรคนี้ มีฝุ่นละอองในอากาศมาก คัดจมูกและจามบ่อย ฯลฯ)

รายละเอียดในการสำรวจ**ระเบียบวิธีการสำรวจ**

การสำรวจใช้การสุ่มตัวอย่างวัยรุ่นอายุ 13-22 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) โดยสุ่มเขตการปกครองออกเป็น 34 เขต ทั้งเขตชั้นใน ชั้นกลาง และชั้นนอก ได้แก่ เขตคลองเตย คลองสาน ดอนเมือง ดินแดง ดุสิต ธนบุรี บางกอกน้อย บางกะปิ บางขุนเทียน บางเขน บางแค บางคอแหลม บางซื่อ บางนา บางพลัด บางรัก บึงกุ่ม ปทุมวัน ประเวศ ป้อมปราบฯ พญาไท พระโขนง ภาษีเจริญ มีนบุรี ยานนาวา ราชเทวี ราษฎร์บูรณะ วังทองหลาง วัฒนา สัมพันธวงศ์ สะพานสูง สาทร หลักสี่และ ห้วยขวาง จากนั้นจึงสุ่มถนนและประชากรเป้าหมาย ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 1,067 คน เป็นเพศชาย ร้อยละ 49.2 และเพศหญิงร้อยละ 50.8

ความคลาดเคลื่อน (Margin of Error)

ในการประมาณการขนาดตัวอย่างมีขอบเขตของความคลาดเคลื่อน $\pm 4\%$ ที่ระดับความเชื่อมั่น 95%

วิธีการรวบรวมข้อมูล

ใช้การสัมภาษณ์แบบพบตัว (Face-to-face Interview) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่มีโครงสร้างแน่นอน ประกอบด้วยข้อคำถามแบบเลือกตอบ (Check List Nominal) และคำถามปลายเปิด (Open Form) จากนั้นคณะนักวิจัยได้นำแบบสอบถามทุกชุดมาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ก่อนบันทึกข้อมูลและประมวลผล

ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล : 13-16 พฤศจิกายน 2552

วันที่เผยแพร่ผลสำรวจ : 27 พฤศจิกายน 2552

ข้อมูลประชากรศาสตร์

	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	525	49.2
หญิง	542	50.8
รวม	1,067	100.00
อายุ		
13 ปี – 15 ปี	346	32.4
16 ปี – 18 ปี	375	35.2
19 ปี – 22 ปี	346	32.4
รวม	1,067	100.0
การศึกษา		
มัธยมศึกษาตอนต้น	309	29.0
มัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช.	391	36.6
อุดมศึกษา / ปวส.	367	34.4
รวม	1,067	100.0

ศูนย์วิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพ (กรุงเทพโพลล์) โทร. 02-350-3500 ต่อ 1770, 1772 และ 1776

E-mail: bangkokpoll@bu.ac.th Website: <http://research.bu.ac.th>