



ภูมิหลังของการวิจัย

อาหารเป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งสำหรับการดำรงชีวิตของมนุษย์ เราอาจจะกล่าวได้ว่า ไม่มีสิ่งใดที่มีอายุยาวนานเกินการต่อสู้ของมนุษย์เกี่ยวกับเรื่องอาหาร เริ่มตั้งแต่รู้จักจับสัตว์ ปูปลูกธัญพืช มนุษย์ต้องต่อสู้กับความหิวโหยอยู่เรื่อย ๆ ตลอดมา จากประวัติศาสตร์พบว่า มนุษย์ต้องประสบกับความล้มเหลวของการขาดแคลนอาหาร สมัยเอเชนส์โบราณถึงกับต้องมีการเจดีย์อาหารกันทั่วโลก แม้ในสมัยโรมันก็เช่นกันต้องมีการสวดขออนุวอนพระเจ้าเพื่อให้มีอาหารพอเพียง ในยุโรปตอนกลางพบว่าทุก ๆ ชั่วอายุคนต้องมีความเคียดแค้นในเรื่องอาหาร จากเหตุการณ์ที่ตามมาคือการเกิดภาวะขาดแคลนอาหารพวกเบ็ค ไก่ นก ถึงขั้นที่คนยากจนต้องกินเนื้อแมว สุนัข และที่เลวร้ายลงไปอีก แม้บางคนต้องกินเนื้อลูกของตนในสภาพไซเวียตมีระยะที่ต้องพบกับความอดอยากมากที่สุด ถึงขั้นต้องกินเนื้อมนุษย์กันเอง เมื่อไม่นานมานี้เองในปี พ.ศ. 2486 เกิดน้ำท่วมอย่างร้ายแรงทำลายผลผลิตทางเกษตร บริเวณอ่าวเบงกอล ทำให้มนุษย์ต้องอดอาหารตายนับเป็นจำนวนล้านคน<sup>1</sup> แม้ว่ามันจะตรงกับปัญหาการหิวโหย การขาดแคลนอาหารและการตายเนื่องจากความหิวโหยเรื่อยมาตั้งแต่สมัยนานมาแล้ว แต่มนุษย์ก็ยังไม่สามารถจะเอาชนะหรือแก้ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ได้

<sup>1</sup>Burton Pines and Peter Stoler, "The World Food Crisis,"

ปัจจุบันมีผู้รายงานว่ ประชากรในโลกประมาณ 3,700 ล้านคนกำลังประสบปัญหาการอดอยากขาดแคลนอาหารประมาณ 1 ใน 4 ของประชากรเท่านั้นจัดได้ว่าอยู่ยากจนที่สุดส่วนอีก 3 ใน 4 มีภาวะโภชนาการบกพร่อง การมีปัญหาดังกล่าวข้างต้นส่วนใหญ่พบในประเทศที่กำลังพัฒนา เด็กวัยก่อนเรียนประมาณ 300 ล้านคนและเด็กวัยเรียนประมาณ 1 ใน 3 ของพลโลกประสบปัญหาทุพโภชนาการอย่างรุนแรง โรคขาดสารอาหารที่พบส่วนมากคือ โรคขาดสารโปรตีน-แคลอรี (Protein-Calorie malnutrition) โรคขาดสารโปรตีน-แคลอรีเป็นโรคที่พบในประเทศที่มีประชากรหนาแน่น มีอัตราการเพิ่มพลเมืองสูง พลเมืองส่วนใหญ่เป็นกสิกร มีรายได้น้อย าระดับการศึกษาทั่วไปต่ำ ปัญหาโภชนาการมักจะมีสาเหตุมาจากการขาดความรู้ทางโภชนาการและความยากจน แต่ในประเทศพัฒนาแล้ว ประชากรมีการอยู่ยากจน มีการออกกำลังกายไม่เพียงพอ และมีชีวิตประจำวันเครียดมาก โรคที่พบคือ โรคอ้วน โรคหลอดเลือดตัน ซึ่งมีสาเหตุมาจากการขาดความรู้ทางโภชนาการเช่นเดียวกัน อย่างไรก็ตามเพื่อแก้ปัญหาการขาดแคลนและภาวะทุพโภชนาการดังกล่าวแล้ว ประเทศต่าง ๆ ใ้ร่วมมือกันก่อตั้งองค์การต่าง ๆ ขึ้นในองค์การสหประชาชาติ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อยกระดับโภชนาการและอนามัย มาตรฐานการครองชีพของประเทศต่าง ๆ ในโลก องค์การเหล่านี้ ได้แก่ องค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ (FAO) องค์การอนามัยโลก (WHO) องค์การยูนิเซฟ (UNICEF) องค์การยูเนสโก (UNESCO) นอกจากนี้ยังมีองค์การเอกชนและสถาบันระดับชาติอื่น ๆ อีกหลายแห่งทำหน้าที่เกี่ยวกับการขจัดความหิวโหย และภาวะทุพโภชนาการให้เบาบางลงหรือหมดสิ้นไป โดยร่วมมือกันศึกษาหาวิธีแก้ปัญหาโภชนาการดังกล่าวด้วยการให้ความรู้ทางโภชนาการและผลิตอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงและราคาถูกลง<sup>2</sup>

<sup>2</sup> เสาวนีย์ จักรพิทักษ์, หลักโภชนาการปัจจุบัน (มีนาคม, 2517) (อัคราเนา), หน้า 5-6.

องค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ องค์การอนามัยโลก องค์การยูเนสโก และองค์การยูนิเซฟ ต่างได้ตระหนักถึงความสำคัญที่จะต้องร่วมมือกัน เพื่อหาช่องทางและโอกาสเข้ามาช่วยเหลือปัญหาโภชนาการดังกล่าว จะเห็นได้จากการประชุมร่วมกันระหว่างองค์การต่าง ๆ กับประเทศที่ประสบปัญหานับได้เป็นจำนวนหลายครั้งดังต่อไปนี้

เมื่อ พ.ศ. 2488 ได้มีการประชุมระหว่างผู้เชี่ยวชาญขององค์การอาหารและเกษตรฯ กับผู้เชี่ยวชาญองค์การอนามัยโลกครั้งที่ 1 เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการ ณ กรุงเจนีวา<sup>3</sup> การประชุมครั้งนี้ได้มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับปัญหาทุพโภชนาการและเรื่องอาหารซึ่งนับว่าเป็นปัญหากันทั่วโลก แล้วหาทางร่วมมือกันแก้ไขปัญหานี้

ต่อมา พ.ศ. 2494 ได้มีการประชุมกันระหว่างผู้เชี่ยวชาญองค์การอาหารและเกษตรฯ และองค์การอนามัยโลกครั้งที่ 2 ที่ประชุมได้นำเอาเรื่องการฝึกกรรมทางโภชนาการของประเทศด้อยพัฒนาเป็นเรื่องที่จะต้องนำมาพิจารณาควย และได้ขอเสนอแนะว่า ขั้นตอนในการปฏิบัติควรจะต้องจัดขึ้นโดยประเทศด้อยพัฒนาเหล่านั้น และการจัดกรรมบุคคลผู้ปฏิบัติงานทางโภชนาการในระยะต่อไปนั้น องค์การอาหารและเกษตรฯ และองค์การอนามัยโลกควรจะเป็นผู้จัดให้ความช่วยเหลือต่อเนื่องกันไปทั้งหมดต่อรัฐบาลของประเทศสมาชิกที่ได้มีการเริ่มต้นและนำไปสู่การจัดโปรแกรมทางการศึกษา<sup>4</sup>

ในปี พ.ศ. 2496 มีการประชุมทางโภชนาการครั้งที่ 3 ในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ได้มีการนำเอาเรื่องโปรแกรมการศึกษาทางโภชนาการขึ้นมากล่าวว่า โปรแกรมการศึกษาเรื่องโภชนาการควรจะเป็นส่วนสำคัญที่มีอยู่ในแผนของประเทศ เพื่อการปรับปรุง

<sup>3</sup> UNESCO, Report of the joint FAO/UNESCO WHO meeting on the teacher's role in nutrition education, Paris, 7-12 September 1964, (Paris : UNESCO/ED 213, 1965), p. 2.

<sup>4</sup> WHO, Report on the Fourth Session, Joint FAO/WHO Expert Committee on Nutrition (Rome : WHO, Tech. Rep. Ser. No. 97, 1955), p. 33.

โภชนาการของประชาชนของประเทศเหล่านั้น และได้ขอเสนอแนะว่า หลักสูตรสัมมนาหรือหลักสูตรปฏิบัติการที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาทางโภชนาการ และวิธีการฝึกอบรมเกี่ยวกับโภชนาการควรจะจัดใหม่ขึ้นในภูมิภาคแถบนี้ให้เร็วที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้<sup>5</sup>

และในปีเดียวกันนี้เองมีการประชุมเกี่ยวกับปัญหาโภชนาการในกลุ่มประเทศลาตินอเมริกาครั้งที่ 3 ที่เมืองคาราคัส ก็ได้เน้นถึงความสำคัญของการศึกษาโภชนาการไว้ว่าควรให้มีลักษณะกว้างและเป็นที่ยุ่จักแพร่หลายออกไป<sup>6</sup>

การประชุมในลักษณะนี้ได้ถูกจัดใหม่ขึ้นถึง 6 ครั้ง และในครั้งที่ 6 ที่ประชุมได้เน้นถึงความจำเป็นที่จะต้องฝึกอบรมเจ้าหน้าที่หลาย ๆ สาขา และทุก ๆ ระดับ เพื่อใช้สำหรับงานทางโภชนาการการศึกษา ทั้งนี้ก็เพื่อที่จะไปให้ถึงจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ทั้งในส่วนที่เป็นแต่ละบุคคลและครุฑครว การประชุมดังกล่าวข้างต้นนี้ได้รับการสนับสนุนและช่วยเหลือจากองค์การยูนิเซฟ<sup>7</sup>

นอกจากนี้ยังมีการประชุมทั่ว ๆ ไป ตลอดจนการจัดฝึกอบรมเพิ่มขึ้นอีกในหลาย ๆ ภูมิภาค เช่น เมื่อ พ.ศ. 2498 มีการประชุมสัมมนาระหว่างชาติเกี่ยวกับการศึกษาในแขนงสุขภาพและโภชนาการที่เมืองบาเกีย ประเทศฟิลิปปินส์ พ.ศ. 2520 มีการประชุมสัมมนาระหว่างองค์การอาหารและเกษตรฯ และองค์การอนามัยโลกเกี่ยวกับปัญหาอาหารและโภชนาการในภาคใต้ของซาราทที่เมือง Lwiro พ.ศ. 2503 จัดให้มีการประชุมสัมมนาเรื่องการศึกษาในแขนงวิชาโภชนาการของประเทศในกลุ่มอเมริกาใต้ที่ประเทศบราซิล และในปี พ.ศ. 2506 มีการประชุมสัมมนารวมกันระหว่างองค์การอาหารและเกษตรฯ

<sup>5</sup> Ibid., p. 34.

<sup>6</sup> WHO, loc. cit.

<sup>7</sup> UNESCO, loc. cit.

องค์การอนามัยโลก และองค์การยูนิเซฟ เรื่องโภชนาการประยุกต์สำหรับประเทศไทย  
ตะวันออก ๗ กรุงโคโร

นอกจากองค์การยูนิเซฟจะให้ความช่วยเหลือในการจัดประชุมสัมมนาดังกล่าวแล้ว  
องค์การยูเนสโกก็ได้ให้ความร่วมมืออย่างใกล้ชิด เพื่อร่วมมือกันโดยได้จัดให้มีการประชุม  
และสัมมนากระหว่างองค์การอาหารและเกษตรฯ และองค์การอนามัยโลกนับเป็นจำนวน  
หลาย ๆ ครั้ง ซึ่งแต่ละครั้งก็ได้ให้ความสำคัญต่อวิชาโภชนาการศึกษโดยตรง<sup>8</sup> และวิชาอื่น ๆ  
ที่เกี่ยวข้องด้วย ดังตัวอย่างเช่น เมื่อ พ.ศ. 2493 ได้จัดให้มีการประชุมครั้งที่ 1 ของ  
ผู้เชี่ยวชาญองค์การอาหารและเกษตรฯ และองค์การอนามัยโลกที่กรุงเจนีวา ระหว่างวันที่  
7-12 สิงหาคม ในหัวข้อเรื่องบริการสุขภาพในโรงเรียน โดยเน้นถึงความสำคัญของการใช้  
บริการอาหารกลางวัน เพื่อส่งเสริมสุขภาพและอนามัยเกี่ยวกับนิสัยการบริโภคอาหารของ  
เด็กนักเรียน พ.ศ. 2500 ณ กรุงเจนีวา ได้มีการประชุมของท่านเองเกี่ยวกับอีกกระหว่าง  
ผู้เชี่ยวชาญขององค์การอนามัยโลก และองค์การยูเนสโกในหัวข้อเรื่องที่ว่าปัญหาโภชนาการ  
และโภชนาการศึกษามีผลกระทบกระเทือนต่อการเตรียมครูสอนวิชาสุศึกษา เมื่อ  
พ.ศ. 2501 ที่เมืองโมโกตา ได้มีการประชุมขององค์การอาหารและเกษตรฯ ภูมิภาคลาติน  
อเมริกาในเรื่องการจัดเลี้ยงอาหารในโรงเรียนในประเทศกลุ่มลาตินอเมริกา และในปี  
พ.ศ. 2504 ณ กรุงปารีส ได้มีการประชุมระหว่างผู้เชี่ยวชาญองค์การอนามัยโลกและองค์การ  
ยูเนสโก เรื่องสุศึกษาในโรงเรียนของประเทศภาคพื้นยุโรป

อย่างไรก็ดี แมว่าองค์การอาหารและเกษตรฯ องค์การอนามัยโลก และองค์การ  
ยูเนสโกได้จัดให้มีการประชุมสัมมนากันหลายครั้งดังกล่าวนั้นแล้ว แต่โดยสรุปจะพบว่ารูปแบบ  
ของความร่วมมือขององค์การต่าง ๆ ที่มีประสิทธิภาพที่สุดก็คือ ใ้ช่วยกระตุ้นเตือนหลาย ๆ  
ประเทศช่วยการจัดโปรแกรม เพื่อช่วยเหลือรัฐบาลของประเทศต่าง ๆ เหล่านั้นในเรื่อง  
ดังต่อไปนี้<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> Ibid.

<sup>9</sup> Ibid.



1. จัดโภชนาการศึกษามานุษยชน
2. จัดสถานฝึกหัดและอบรมบุคลากรทางโภชนาการศึกษามานุษยชน
3. จัดเตรียมเอกสาร ตำราเรียน และวัสดุอุปกรณ์การเรียนการสอนที่สามารถจะปรับให้เข้ากับสภาพของท้องถิ่น
4. และที่สำคัญอย่างยิ่งคือ การเสนอแนะให้มีการบรรจุวิชาโภชนาการศึกษามานุษยชนไว้ในหลักสูตรระดับประถมศึกษา ตลอดจนในหลักสูตรสถาบันการฝึกหัดครู

เรื่องอาหารและโภชนาการยังคงเป็นปัญหาที่สำคัญของโลกอีกต่อไป ทั้ง ๆ ที่มนุษยชาติพยายามที่จะเอาชนะความอดอยากให้ได้ สังเกตได้จากมีการประชุมร่วมมือกันหลายต่อหลายครั้งของประชาชาติ และเมื่อเร็ว ๆ นี้ระหว่างวันที่ 5-16 พฤศจิกายน 2517 องค์การสหประชาชาติ<sup>10</sup> ได้จัดให้มีการประชุมระหว่างประเทศที่กรุงโรม เรื่อง อาหารของโลก การประชุมครั้งนี้มีสมาชิกเข้าร่วมประชุมประมาณ 1,000 คน จากสมาชิก 100 ประเทศ และ 12 องค์การระหว่างประเทศ ประเทศไทยในฐานะที่เป็นสมาชิกขององค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ ได้ส่งผู้แทนของประเทศจากกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ และหน่วยราชการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องเข้าร่วมประชุมในครั้งนี้ด้วย<sup>11</sup> ผลการประชุมสรุปได้ว่า การประชุมดังกล่าวมีเจตนาที่จะช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ที่กำลังอดอยากจำนวน 460 ล้านคน ให้มีอาหารบริโภค แต่ผลการประชุมไม่อาจสามารถช่วยเหลือคนเหล่านั้นได้อย่างแท้จริง ไม่อาจจะสกัดกั้นหรือลดความอดอยากไว้ได้ อย่างไรก็ตามการประชุมครั้งนี้จะล้มเหลวเสียทีเดียว กล่าวคือ ความมุ่งมั่นที่จะช่วยเหลือชาติที่ยากจนและมีปัญหาเรื่องอาหารกลับเพิ่มขึ้น และนับว่าเป็นการต่อสู้ของมวลมนุษยชาติอย่างแท้จริงต่อความ

<sup>10</sup> Pines, op.cit., p. 22.

<sup>11</sup> กองการเกษตรต่างประเทศ, "ผลการประชุมอาหารโลกที่กรุงโรม," ข่าวการเกษตรต่างประเทศ, 8 (ธันวาคม, 2517), หน้า 268.

ทิวโหย ความก้าวหน้าที่ได้จากผลของการประชุมครั้งนี้คือ กำหนดให้มีการสะสมเมล็ดพืช  
สำรองระหว่างประเทศ กำหนดให้มีการตั้งสภาอาหารโลก การแก้ไขปัญหาระยะยาว  
เรื่องพลเมืองคนโลก และให้ช่วยกันแก้ปัญหาเรื่องการผลิตอาหารไม่พอกินในบางประเทศ

ในการจัดประชุมครั้งนี้ องค์การอนามัยโลกได้มีส่วนร่วมในการจัดประชุมรวม  
3 ครั้ง ผลการประชุมพอสรุปได้ว่า ที่ประชุมได้เน้นถึงผลของภาวะโภชนาการต่ำและ  
ภาวะทุพโภชนาการที่มีผลต่อสุขภาพ และยังคงเน้นถึงบทบาทของหน่วยงานอนามัยซึ่งมี  
ความเกี่ยวข้องกับปัญหานี้ นอกจากนี้แล้วที่ประชุมยังเห็นพ้องต้องกันว่า ความสำคัญที่ทาง  
ก็คาดหวังในสถานการณ์ดังกล่าวนี้ที่สำคัญพอสรุปได้ 2 ประการ คือ

1. มติของที่ประชุมยอมรับว่า สถานการณ์อาหารและโภชนาการในปัจจุบันนั้น  
ควรจะได้ประกาศให้ทราบกันทั่วโลก เกี่ยวกับปัญหาที่ต้องขจัดความหิวโหยและทุพโภชนาการ  
ให้หมดไป

2. ในการแก้ปัญหาดังกล่าวนี้ ที่ประชุมมีมติที่สำคัญมากที่สุดคือ เรื่องนโยบาย  
และโปรแกรมการปรับปรุงโภชนาการในหัวข้อย่อยต่าง ๆ เช่น ความสำคัญเรื่องโรคขาด  
สารอาหารเฉพาะ และการปรับปรุงโปรแกรมโภชนาการศึกษา<sup>12</sup>

ในทศวรรษเอเชียและตะวันออกไกล ได้มีการจัดประชุมสัมมนาว่าด้วยเรื่องนโยบาย  
และการวางแผนอาหารและโภชนาการที่เมืองนิวเคลียร์ระหว่างวันที่ 7-27 กุมภาพันธ์ 2517  
จัดโดยองค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ และสำนักงานเพื่อการพัฒนาระหว่าง  
ประเทศของประเทศคนอร์เวย์ การประชุมสัมมนาครั้งนี้มีสมาชิก 11 ประเทศ รวมทั้ง  
ประเทศไทยและมีองค์การระหว่างประเทศอีก 3 องค์การ องค์การอนามัยโลก องค์การ  
ยูนิเซฟ และองค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ ผลการสัมมนามีสาระสำคัญสรุปได้

<sup>12</sup> World Health Organization, "Nutrition," WHO Chronicle,  
29(1975), p. 266.

ดังนี้<sup>13</sup> นโยบายอาหารและโภชนาการประกอบขึ้นด้วยอนุกรมของทฤษฎีที่มีความผูกพันต่อกัน ทั้งทางด้านวัตถุประสงค์อันมีความสำคัญ แลกการพิจารณาของรัฐที่จะเลือกใช้มาตรการปฏิบัติงานต่าง ๆ เพื่อสนองสภาพโภชนาการที่ดีของประชาชนภายในระยะเวลาที่กำหนด งานพัฒนาอาหารและโภชนาการ เป็นเรื่องที่จะต้องดำเนินงานร่วมกัน การขจัดปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานที่สำคัญประการหนึ่งก็คือ การรวมนโยบายอาหารและโภชนาการเป็นนโยบายเดียวกัน และต้องวางแผนเร่งดำเนินงานในปัญหาที่ต้องเร่งดำเนินการควนสำหรับปัญหาที่ควรดำเนินการก่อนใดแก่ ปัญหาทางโภชนาการเกี่ยวกับเด็กวัยก่อนเรียน หญิงมีครรภ์และแม่อุ้มลูก และเด็กนักเรียน แต่เนื่องจากการโภชนาการเป็นงานที่จำเป็นต้องได้รับความร่วมมือจากประชาชนทุกระดับ โดยเฉพาะความร่วมมือจากประชาชนในชนบทเป็นความต้องการอย่างยิ่ง เพื่อที่จะให้เกิดความร่วมมือ จำเป็นที่จะต้องมีการดำเนินงานทางคานโภชนศึกษาและสุขศึกษาอย่างไคผล

สำหรับประเทศไทยเรานั้น ภาวะทางอาหารและโภชนาการ อาจกล่าวได้ว่า ปัญหาด้านอาหารที่กำลังเผชิญอยู่ นับว่ายิ่งเขายางกว่าเหตุการณ์ที่ปรากฏในรายงานของการประชุมสถานการณ์อาหารโลกเมื่อ พ.ศ. 2517 แต่ถาปลดอยให้เหตุการณ์เดวดลงอยู่เรื่อย ๆ ก็คงจะไม่มีใครกล้ารับรองว่า ต่อไปในอนาคต เราจะไม่รวมอยู่ในภาพพจน์อันน่าสยของขวัญคังกล่าวมาแล้วหรือไม่ ด้วยเหตุที่ไคตระหนักถึงความสำคัญและความจำเป็นที่จะต้องแก้ไขดำเนินงานพัฒนาอาหารและโภชนาการอย่างรีบควน รัฐบาลจึงไคยฉรับขอเสนอแนะเกี่ยวกับนโยบายอาหารและโภชนาการ ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขไคเสนอไว้เมื่อไคเดือนตุลาคม พ.ศ. 2513 และคณาในไคเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2514 คณะรัฐมนตรี

<sup>13</sup> ประเสริฐ สุวัณณสุต, มารศรี สุรกุล, และณรงค์ นิตยาพร, "นโยบายและการวางแผนอาหารและโภชนาการสำหรับภาคพื้นเอเซียและตะวันออกเฉียงไกล," รายงานการสัมมนา (กุมภาพันธ์, 2517), หน้า 34-36.



ได้อนุมัติให้ก่อตั้งสถาบันอาหารและโภชนาการแห่งชาติ<sup>14</sup> ขึ้นที่คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล คณะกรรมการของสถาบันฯ ได้จัดให้มีการประชุม เพื่อให้มีการปฏิบัติงานร่วมกันของกระทรวงต่าง ๆ ระหว่างวันที่ 14-21 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2516 ที่กรุงเทพฯ ผลการประชุมในครั้งนี้ทำให้ได้ข้อเสนอแนะแนวทางในด้านต่าง ๆ เช่น เศรษฐกิจ การเกษตร อนามัย การศึกษา การพัฒนาชุมชนและสังคมสงเคราะห์ การฝึกอบรมและการวิจัย สำหรับนโยบายและข้อเสนอทางการศึกษา จากรายงานการประชุมวางแผนงานอาหารและโภชนาการแห่งชาติของประเทศไทยได้เห็นพ้องกันว่า ควรจะมีการสอนและปรับปรุงการสอนโภชนาการแก่เด็กนักเรียนในทุกระดับการศึกษา ควรนำเอาวิชานี้บรรจุไว้ในหลักสูตรด้วย<sup>15</sup>

ปัญหาเรื่องความหิวโหย การขาดแคลนอาหารยังคงเป็นภาระที่หนักหน่วงต่อผู้และหาทางแก้ปัญหาหันต่อไป แม้ว่าในวันหนึ่งข้างหน้า เราจะสามารถแก้ปัญหาด้วยวิธีการมีอาหารจำนวนเพียงพอ หรือสามารถทำให้มนุษย์มีเงินมากขึ้นพอซื้ออาหารกิน แต่เชื่อว่ายังคงมีประชากรอีกจำนวนเป็นล้าน ๆ คนประสบกับความหิวโหยต่อไปอีก เพราะเหตุว่า จะยังคงมีประชากรอีกเป็นจำนวนมากในกลุ่มชนชั้นกลางไม่ให้ได้รับประโยชน์จากอาหาร เพื่อให้เขามีภาวะโภชนาการที่ดี ทั้งนี้ก็เพราะสาเหตุอันเนื่องมาจากเขาเหล่านั้นไม่มีความรู้

<sup>14</sup> คณะทำงานจากกระทรวงต่าง ๆ, "รายงานของคณะทำงานจากกระทรวงต่าง ๆ เกี่ยวกับข้อเสนอแนะสำหรับนโยบายอาหารและโภชนาการแห่งชาติสำหรับประเทศไทย," รายงานการประชุม 14-21 กุมภาพันธ์ 2516, เอกสารอัดสำเนา, หน้า 105.

<sup>15</sup> Thailand, Report of the Interministerial working group for the development of National Food and Nutrition Policy Guidelines for Thailand, Bangkok, Thailand, 1973 (Unpublished), p. 46.

ความรู้และความเข้าใจถึงความสัมพันธ์ระหว่างอาหารและสุขภาพเกี่ยวกับความจริงเรื่องนี้ เฮลไทม์ (Heseltine)<sup>16</sup> ได้ให้ข้อคิดเห็นว่าสาเหตุที่เกิดภาวะทุพโภชนาการ (Malnutrition) ในปัจจุบันนั้นมาจากการขาดความรู้อย่างง่าย ๆ ที่เป็นข้อเท็จจริงในเรื่องโภชนาการ

ในการแก้ปัญหาเรื่องความหิวโหยและการขาดแคลนอาหารดังกล่าวข้างต้นนั้นมนุษย์ก็ได้พยายามมานานมากแล้ว และต้องต่อสู้กับความหิวโหยเรื่อย ๆ ตลอดมา เราต่างก็ยอมรับกันว่าเป็นปัญหาระดับโลก ในแต่ละประเทศรัฐบาลได้จัดตั้งแผนการแก้ปัญหาในระยะยาวขึ้นด้วยการพัฒนาเศรษฐกิจและเพิ่มผลผลิตทางการเกษตร ควบคู่กันว่าเป็นสิ่งที่ตรงตามความต้องการของประชาชน นอกจากนั้นยังมีการจัดแบ่งอาหารจากประเทศที่สามารถผลิตอาหารได้ไม่เพียงพอ จะเห็นได้จากการประชุมเรื่องอาหารของโลกเมื่อวันที่ 5-16 พฤศจิกายน พ.ศ. 2517 ขององค์การสหประชาชาติให้มีการสะสมเมล็ดพืชสำรองระหว่างประเทศเพื่อแก้ปัญหาการผลิตอาหารไม่พอในบางประเทศ<sup>17</sup>

อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะมีการจัดแผนระยะสั้นหรือแผนระยะยาว เพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหาดังกล่าวข้างต้น ผลก็ปรากฏว่าการที่จัดให้มีอาหารเป็นจำนวนมากเพียงพอกับความต้องการของร่างกายนั้น มักจะต้องประสบกับความผิดหวังหรือได้รับการต่อต้าน มากกว่าประชาชนซึ่งอยู่ในภาวะที่มีความต้องการอาหาร เหล่านั้นปฏิเสธอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง อาจจะเป็นด้วยเหตุผลใดก็ตาม เช่น ความเชื่อ ความรู้สึกเกี่ยวกับอาหารที่มีต่อเรื่องขนบธรรมเนียมประเพณีต่าง ๆ ของเขา ในกรณีเช่นที่กล่าวมานี้ การศึกษาเรื่องโภชนาการจึงนับว่าเป็นเรื่องที่สำคัญ ทั้งนี้ก็เพื่อที่จะได้ชี้แจงหรือให้รู้อย่างแน่ชัดว่า

<sup>16</sup>Marjorie Heseltine, "Freedom from Hunger Campaign,"

Education and Training in Nutrition (Rome : FAO, Basic Study No. 6, 1962), p. 7.

<sup>17</sup>กองการเกษตรต่างประเทศ, เรื่องเดียวกัน หน้าเดียวกัน.

การจัดให้มีอาหารอย่างเพียงพอต่อร่างกายนั้นมีความสำคัญอย่างยิ่งเพียงใด และโดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีที่เราต้องการจะจัดปัญหาโภชนาการควบแล้ว ปัญหาเรื่องชนบทกรรมนิยม ประเพณีและความเชื่อผิด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องบริโภคนิสัย จะต้องได้รับการแก้ไข ปัญหาเรื่องอาหารที่ได้รับไม่เพียงพอต่อร่างกายนี้ แอนเดร<sup>18</sup> (Andre) สรุปไว้ว่าเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดภาวะโภชนาการไม่ดี เขาเห็นว่าภาวะโภชนาการจะเป็นอย่างไรมาจากสาเหตุที่สำคัญคือ อาหารที่ร่างกายได้รับเข้าไปและสภาพที่ร่างกายสามารถนำอาหารไปใช้ได้น้อยเพียงใด อาหารที่ร่างกายได้รับเข้าไปนั้นขึ้นอยู่กับระดับปริมาณของอาหารที่บุคคลนั้น ๆ จะหามาได้ ขึ้นอยู่กับความสามารถในการซื้ออาหารและนิสัยในการบริโภคอาหาร

ในการลงมือปฏิบัติการในเรื่องอาหารและโภชนาการระดับชาติ เกี่ยวกับการเพิ่มจำนวนอาหารให้มีจำนวนเพียงพอ ด้วยวิธีการเพิ่มผลผลิตที่มีความจำเป็นในแต่ละท้องถิ่น การสงวนคุณค่าหรือการถนอมอาหาร การทำให้ราคาของอาหารลดลงหรือให้ราคาเป็นอยู่ในระดับพอเหมาะสำหรับประชาชนทั่ว ๆ ไป และการจัดให้แม่และเด็กได้รับอาหารตามที่เขาต้องการอย่างเพียงพอก็ การกระทำดังกล่าวมานี้ล้วนมีความจำเป็นอย่างยิ่ง แต่ถ้ามพิจารณาแล้วจะเห็นว่า การกระทำดังกล่าวเป็นแต่เพียงความรู้สึกที่เป็นหลักการเบื้องต้นเท่านั้น การปฏิบัติอย่างจริงจังในเรื่องที่จะนำไปประชาชนทั้งหลายพ้นจากสภาพความหิวโหยนั้นจะยังไม่ประสบความสำเร็จ จนกว่าประชาชนทั้งหลายจะได้รับอาหารประเภทต่าง ๆ ครบและถูกต้องตามจำนวนที่เขาควรจะได้โดยเพียงพอ วิธีการซึ่งจะให้เขาทั้งหลายได้รับผลประโยชน์ตามมาตรการดังกล่าว ส่วนใหญ่แล้วจะต้องเป็นส่วนที่ไปเกี่ยวข้องกับทัศนคติ ความรู้และความเชื่อเกี่ยวกับเรื่องอาหารนั่นเอง ปัญหาเรื่องการจัดให้แม่และเด็กได้รับ

18

Lean-Marie Andre, "Malnutrition of the young child,"

Priorities in Child Nutrition (Harvard University : School of Public Health, Vol. III, 1975), p. 7.

อาหารตามที่เขาคองการอย่างเพียงพอ แม้ว่าปัจจุบันจะมีหน่วยงานดำเนินงานเรื่องนี้ที่เกี่ยวข้องของควย เช่น มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์จัดบริการอาหารเสริมเป็นอาหารกลางวัน และในหน่วยงานที่เห็ดอง กระทรวงมหาดไทยมีศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก กระทรวงสาธารณสุขมีศูนย์โภชนาการเด็ก จนกระทั่งปัจจุบันงานคานนี้ยังไม่สามารถขยายไปคัวทั่วประเทศไทย จากตัวเลขจำนวนศูนย์โภชนาการเด็กของกระทรวงสาธารณสุขเพียง 44 จังหวัด กระทรวงมหาดไทยรวมทั้งของเอกชนที่คัวรับการส่งเสริมจากกรมพัฒนาชุมชนมีเพียง 14 จังหวัด รวมทั้งสองหน่วยงานมี 283 ศูนย์<sup>19</sup>

ทัศนคติ ความคิด ความเข้าใจ และความเชื่อเกี่ยวกับเรื่องอาหารเป็นเรื่องที่ไม่ใช่จะมีเฉพาะคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง แต่มีอยู่ในทุก ๆ กลุ่มวัฒนธรรม สภาพาวิจัยแห่งชาติของสหรัฐอเมริกา<sup>20</sup> คัวทำการศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับองค์ประกอบต่าง ๆ ทางวัฒนธรรม ชนบธรรมเนียมและประเพณี พบว่ามีส่วนไปเกี่ยวข้องกับเรื่องอาหาร เพื่อต้องการที่จะปรับปรุงแก้ไขปัญหาอาหารที่ประชาชนในขับริโลก คัวนั้นเมื่อปี พ.ศ. 2484 ได้มีการตั้งคณะกรรมการขันชุดหนึ่งชื่อว่า The Committee on Food Habits of the National Research Council. ผลการศึกษาและวิจัยเรื่องนี้คัวพยานหลักฐานต่าง ๆ มากมาย ซึ่งแสดงว่า ความเชื่อถือเกี่ยวกับอาหารสามารถที่จะทำความเข้าใจและแก้ไขได้ และเชื่อว่า ขับริโลกนั้สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขและปรับปรุงใหญ่คัวคัวได้ คัวยวิธีการต่าง ๆ ตามโปรแกรมให้การศึกษาทางโภชนาการ สำหรับประเทศที่มีผู้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องนี้กันบ้าง

<sup>19</sup>สมาคมโภชนาการแห่งประเทศไทย, "การประชุมหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานอาหารและโภชนาการ," โภชนาการสาร 9 (เมษายน, 2518), หน้า 15-17.

<sup>20</sup>Heseltine, op.cit., p. 4.

อุทัย พิศลบุตร<sup>21</sup> เชื่อว่า ประชาชนไทยส่วนมากมีบริโภคนิสัยไม่ดี เนื่องจากความเชื่อผิด และยังเชื่อว่า ความเชื่อผิด ๆ เป็นสาเหตุสำคัญอย่างหนึ่ง ซึ่งทำให้เกิดภาวะโภชนาการไม่ดี มีภาวะต้านทานโรคต่ำ และทำให้เกิดโรคขาดสารอาหาร สันติภาพ ไชยวงศ์เกียรติ<sup>22</sup> กล่าวว่า เมืองไทยไม่เคยขาดปริมาณอาหาร แต่อาหารที่เรากินยังขาดคุณภาพ เพราะความที่เรายังไม่ถูกต้องและยังไม่ยอมเปลี่ยนนิสัยการกิน กองโภชนาการรายงานไว้ในฉบับที่ทั่วไป ลักษณะการบริโภคอาหารจะเป็นไปตามแบบที่ยึดถือกันมาแต่ดั้งเดิม อิทธิพลของรายได้ที่สูงขึ้นเกือบจะไม่มีผลต่อแบบอย่างอาหารที่บริโภค<sup>23</sup> และโคทานายเหตุการณ์ดวงหน้าไว้ว่า ประชากรกลุ่มใหญ่ที่จะเป็นปัญหาทางด้านอาหารและโภชนาการมากที่สุดจะคือแก่ กลุ่มเด็กวัยก่อนเรียน ทารกและเด็กวัยเรียน<sup>24</sup>

หน่วยงานที่รับผิดชอบการจัดการศึกษาของประเทศไทยในอดีตได้มีการจัดให้ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องอาหารและโภชนาการในโรงเรียนเป็นเวลานานแล้ว ดังจะ

<sup>21</sup> กองโภชนาการ กรมอนามัย, "โภชนาการชุมชน," โภชนาการสาธารณสุข (เอกสารประกอบคำบรรยาย พิมพ์ครั้งที่ 1, 2508), หน้า 82.

<sup>22</sup> สันติภาพ ไชยวงศ์เกียรติ, "การกินอาหาร," โภชนาการสาร 9(กรกฎาคม-กันยายน, 2518), หน้า 10.

<sup>23</sup> กองโภชนาการ, กรมอนามัย, ข้อเสนอแนะเรื่องนโยบายอาหารและโภชนาการสำหรับประเทศไทยระหว่าง พ.ศ. 2515-2519 (นครหลวง ฯ : มิตรนราการพิมพ์, 2519), หน้า 1.

<sup>24</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า 21.

เห็นได้จากมีวิชาการเพาะปลูก<sup>25</sup> ปรากฏอยู่ในหลักสูตรพุทธศักราช 2542 ซึ่งในสมัยนั้นมุ่งไปในทางการทำนา ทำสวน ทำไร่ และการเพาะสัตว์น้ำ แต่เมื่อประกาศใช้หลักสูตรพุทธศักราช 2464 มีวิชาสุขศึกษาเพิ่มขึ้น เรื่องอาหารและโภชนาการ ไปรวมอยู่ในวิชาสุขศึกษา<sup>26</sup> หลักสูตรประโยคประถมศึกษาตอนต้นฉบับพุทธศักราช 2503 วิชาอาหารและโภชนาการได้ถูกจัดรวมอยู่ในวิชาสุขศึกษา ซึ่งรวมอยู่ในหมวดวิชาพลานามัย<sup>27</sup> จากหลักฐานดังกล่าวข้างต้นนี้แสดงให้เห็นได้ชัดเจนว่า การให้ความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการเริ่มมานานแล้ว โดยจัดให้รวมอยู่ในวิชาสาขาต่าง ๆ ด้วยเหตุนี้เองทำให้มีความรู้สึกว่าการเรื่องอาหารและโภชนาการ คงจะไม่ได้รับความสนใจหรือการเอาใจใส่เท่าที่ควร

วิชาอาหารและโภชนาการศึกษารเริ่มได้รับความสนใจและเอาใจใส่เพิ่มขึ้น เมื่อผู้เชี่ยวชาญของกรมการอาหารและเกษตรฯ แอนเดอร์สัน<sup>28</sup> (Anderson) ได้ทำการสำรวจและศึกษาเรื่องอาหารและโภชนาการในประเทศไทยเมื่อ พ.ศ. 2502 เพื่อจัดทำโปรแกรมโภชนาการศึกษสำหรับประเทศไทย ผลที่ได้จากการสำรวจและศึกษานั้นนับว่าเป็นส่วนที่ทำให้เกิดเป็นนโยบายโภชนาการแห่งชาติ และต่อมาในปี พ.ศ. 2503 โภชนาการศึกษา

<sup>25</sup>บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, รายงานการสัมมนาวิชาสัมมนาหลักสูตรและนิตเทศการศึกษา นิสิตปริญญาโท แผนกวิชาบริหารการศึกษา ปีการศึกษา 2515 (เอกสารอัดสำเนา), หน้า 7.

<sup>26</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า 8.

<sup>27</sup>กระทรวงศึกษาธิการ, หลักสูตรประโยคประถมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2503 (พระนคร : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2516), หน้า 39.

<sup>28</sup>FAO, Nutrition Education and Training Programmes ("Report to the Government of Thailand" FAO No. TA 2934 ; Rome : FAO, 1971), p. 2.

ได้ถูกนำเข้มาบรรจุไว้เป็นส่วนสำคัญของนโยบายการพัฒนาประเทศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในโครงการพัฒนาชนบท อาจจะเป็นค้ำยสาเหตุเพื่อการพัฒนาชนบท โภชนาการศึกษาจึงได้ถูกจัดไว้ในหลักสูตรระดับประถมศึกษาฉบับพุทธศักราช 2503 ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายสายสามัญ ไม่มีการศึกษาในวิชาแขนงนี้คงมีอยู่เฉพาะในสายวิชาชีพคหกรรมศาสตร์ อย่างไรก็ตาม การศึกษาเรื่องอาหารและโภชนาการของประเทศไทยอยู่ในหลักสูตรหลายระดับตั้งแต่ประถมศึกษาไปจนถึงในระดับอุดมศึกษาชั้นปริญญาโท สาขาวิชาโภชนศาสตร์ของคณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล<sup>29</sup>

การเรียนการสอนวิชาอาหารและโภชนาการศึกษา แม้ว่าจะเริ่มตั้นกันมานานแล้ว แต่ได้มีการจัดการศึกษาหลายระดับ แต่ได้เป็นที่ยอมรับกันว่า เรื่องอาหารและโภชนาการที่จัดเข้าไว้ในโปรแกรมการจัดการศึกษาในระดับประถมศึกษา นับว่ามีความสำคัญที่สุด<sup>30</sup> ทั้งนี้จะพบได้จากรายงานการประชุมร่วมกันระหว่างองค์การอาหารและเกษตรฯ องค์การอนามัยโลก และองค์การยูเนสโก ระหว่างวันที่ 7-12 กันยายน พ.ศ. 2507 และจากรายงานการประชุมวางแผนงานอาหารและโภชนาการแห่งชาติของประเทศไทยระหว่างวันที่ 14-21 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2516 ได้เห็นพ้องกันว่า ควรจะมีการจัดสอนโภชนาการศึกษาในหลักสูตรทุกระดับ<sup>31</sup> 003049

ในปัจจุบันแม้ว่าประเทศไทยประชาชนส่วนใหญ่จะมีอาหารบริโภคกันอย่างอุดมสมบูรณ์อยู่แล้ว<sup>32</sup> แต่ประชากรของเรายังขาดความรู้ ความเข้าใจในเรื่อง "กินไม่ถูกต้อง"

<sup>29</sup> บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, คู่มือการสมัครเข้าศึกษาในบัณฑิตวิทยาลัย ประจำปีการศึกษา 2519 (เอกสารอัครสำเนา), หน้า 6.

<sup>30</sup> UNESCO, *op.cit.*, p. 2.

<sup>31</sup> คณะทำงานจากกระทรวงต่าง ๆ, เรื่องเดิม, หน้า 105.

<sup>32</sup> อุตัย พิศอยบุตร, "โภชนาการในโรงเรียน," โภชนาการสาธารณสุข (เอกสารประกอบคำบรรยาย พิมพ์ครั้งที่ 1, 2508), หน้า 93.

และยังไม่ยอมเปลี่ยนแปลง "นิสัยของการกิน" อาหารของคนไทยไม่ขาด "ปริมาณ" แต่ขาด "คุณภาพ"<sup>33</sup> คนไทยยังมีความเชื่อผิดเกี่ยวกับเรื่องอาหาร การบริโภคซึ่งความเชื่อนี้จะแตกต่างกันไป แล้วแต่ท้องถิ่น ทั้งนี้เนื่องมาจากขนบธรรมเนียมประเพณี ศาสนา ความเชื่อเกี่ยวกับโชคลางต่าง ๆ **และสิ่งแวดล้อมนั้น ๆ** ความเชื่อถือเช่นนี้ถ้าปฏิบัติตาม อยู่เสมอ ๆ ก็จะติดเป็นนิสัย

การแก้ปัญหาที่เกิดจากความเชื่อผิด ๆ ในเรื่องอาหารนั้น มีผู้ให้ข้อเสนอแนะ และให้ความคิดเห็นไว้พอสรุปได้ดังนี้ การเปลี่ยนบริโภคนิสัยเปลี่ยนโคโยมาก โดยเฉพาะในผู้ใหญ่ที่มีความมั่นคงของนิสัยอย่างรุนแรง ต้องใช้เวลาในการเปลี่ยนแปลงด้วยการให้ โภชนาการศึกษากันอย่างกว้างขวางและอาศัยการศึกษาจากโรงเรียนเป็นทางนำไปสู่บ้าน และชุมชน วิธีที่ดีที่สุดและให้ผลมากที่สุดอยู่ที่การปรับปรุงนิสัยทางโภชนาการ และทาง คำนวณอายุตั้งแต่วัยศึกษาในระคับต้น นิสัยจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อเกิดความสำนึกหรือตระหนัก ในเรื่องอาหารขึ้นแล้ว<sup>34</sup> การให้ความรู้แก่เด็กถูกต้อง นับว่าเป็นการแก้ปัญหาที่จะได้ผลมากที่สุด เพราะเป็นการเริ่มปลูกฝังนิสัยเพื่อให้ติดตัวต่อไปจนเมื่อเป็นผู้ใหญ่ ฮีเซลไทน์<sup>35</sup> (Heseltine) ได้แสดงความเห็นเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ว่า การเปลี่ยนบริโภคนิสัยมีลักษณะเป็นไปตามสภาพการ เปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ และการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม โดยที่เรามักจะมี ความเชื่อผิด ๆ อย่างฝังใจกันเสมอมาว่า การเปลี่ยนแปลงส่วนใหญ่นั้นจะเกิดในระยะเวลา สั้น ๆ แต่ความจริงแล้วไม่เป็นเช่นนั้น การเปลี่ยนแปลงบริโภคนิสัยจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อ บุคคลนั้น ๆ ยอมรับและเห็นว่า การเปลี่ยนแปลงนั้นมีความสำคัญ มีผลประโยชน์แก่ตัวเขา ดังนั้นจึงอาจจะต้องใช้เวลาานพอสมควร และเท่าที่ผ่านมารายอมรับเป็นความจริงที่ว่า

<sup>33</sup> สันติภาพ ไชยวงศ์เกียรติ, เรื่องเดียวกัน หน้าเดียวกัน.

<sup>34</sup> อุตัย พิศลยบุตร, เรื่องเดิม, หน้า 96.

<sup>35</sup> Heseltine, op.cit., p. 13.



ในอดีตเราไม่มีโอกาสแต่เพียงเล็กน้อยเท่านั้น ที่จะให้มีการประพฤติปฏิบัติอย่างที่ถูกที่ควรเกี่ยวกับเรื่องอาหารและการบริโภค สำหรับประเทศไทยเกี่ยวกับเรื่องนี้ว่ามีมูลความจริงโดยพิจารณาจากหลักฐานที่ได้จากรายงานของมอนดอท<sup>36</sup> (Mondot) และรายงานของคณะทำงานจากกระทรวงต่าง ๆ<sup>37</sup>

ปัจจุบันการศึกษาทางค่านอาหารและโภชนาการทุกระดับได้ดำเนินมาอย่างไม่เต็มที่ หรืออาจจะเรียกได้ว่าแทบจะไม่ไคผลเลย<sup>38</sup> ซึ่งอาจจะมีสาเหตุหลายประการ<sup>39</sup> เช่น

1. วิธีการสอนและหลักสูตรของวิชาอาหารและโภชนาการยังขัดแย้งกันอยู่มาก
2. เนื้อหาที่มีอยู่ในการอบรมทางโภชนาการ มักจะหนักไปทางทฤษฎี และไม่เหมาะสมกับความต้องการและสภาพของท้องถิ่น
3. เนื่องจากในปัจจุบันนี้ วิชาอาหารและโภชนาการขั้นพื้นฐานไม่ใช่วิชาบังคับ
4. ครูและนักบริหารฯ ในระดับประถมศึกษาและระดับวิทยาลัย ยังไม่ได้รับการอบรมเพียงพอทางโภชนาการขั้นพื้นฐาน อันเป็นเหตุให้บุคคลเหล่านี้ไม่ตระหนักถึงความสำคัญของเรื่องอาหารและโภชนาการที่มีต่อการศึกษา

<sup>36</sup> J.M. Mondot, Nutrition Education in Schools (Rome : FAO, CEP Report No. 68, 1972) p. 3.

<sup>37</sup> คณะทำงานจากกระทรวงต่าง ๆ, เรื่องเดิม, หน้า 69.

<sup>38</sup> สมาคมโภชนาการแห่งประเทศไทย, "การประชุมหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานอาหารและโภชนาการ," โภชนาการสาร 9 (กรกฎาคม-กันยายน, 2518), หน้า 32.

<sup>39</sup> เรื่องเดียวกัน หน้าเดียวกัน.

5. สาเหตุอีกประการหนึ่งที่สำคัญ ทำให้การสอนโภชนาการศึกษานในโรงเรียนไม่โดดเด่นคือ ความสำคัญของวิชาที่เรียน เมื่อเปรียบเทียบกับวิชาคณิตศาสตร์ หรือวิทยาศาสตร์ โดยทั้งผู้เรียนโดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สอนไม่ตระหนักถึงความสำคัญของวิชานี้ ต่อสุขภาพอนามัยของบุคคลมากไปกว่าการสอนพอให้ผ่านไปเท่านั้น<sup>40</sup>

แต่ที่สำคัญที่สุด ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้การเรียนและการสอนวิชาอาหารและโภชนาการไม่โดดเด่นคือ

6. ลักษณะของวิชาอาหารและโภชนาการศึกษ ต้องไปรวมอยู่กับวิชาสุขศึกษา (Health Education) วิชาอาหารและโภชนาการศึกษ (Food and Nutrition Education) ไม่ใช่วิชาสุขศึกษา มาร์ติน<sup>41</sup> (Martin) ได้ให้ความเห็นว่า "วิชาอาหารและโภชนาการศึกษในระดับประถมศึกษาอาจอยู่ในหมวดสุขศึกษา แมว่าความจริงวิชาไม่ใช่วิชาในหมวดสุขศึกษา" เฮเซลไทน์<sup>42</sup> (Heseltine) ได้แนะนำให้จัดวิชาโภชนาการศึกษเป็นวิชาเดี่ยวหรือแยกเป็นวิชาหนึ่ง เพื่อให้ความสำคัญเท่ากับวิชาอื่น ๆ

เหตุผลที่ผู้วิจัยให้แยกวิชาอาหารและโภชนาการออกจากวิชาสุขศึกษา นอกจากจะเป็นการให้ความสำคัญของวิชาอาหารและโภชนาการศึกษเท่า ๆ กับวิชาอื่น ๆ แล้ว เหตุผลอีกประการหนึ่งก็คือ ผู้วิจัยมีความเห็นสอดคล้องกับมอนดอท<sup>43</sup> (Mondot) ซึ่งได้อ้างถึงรายงาน

<sup>40</sup> สมชาย คุรงค์เกษ และอโนทัย เจตนาเสน, "ประเมินผลการสอนโภชนศึกษา," โภชนาการสาร 9 (กรกฎาคม-กันยายน, 2518), หน้า 48-49.

<sup>41</sup> อี. เอ. มาร์ติน, โภชนาการศึกษ แปรจาก Nutrition Education in Action, โดยเชาวลิต รัตนกุล (พระนคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2514), หน้า 49.

<sup>42</sup> Heseltine, op.cit., p. 38.

<sup>43</sup> Mondot, op.cit., p. 1.

การประชุมร่วมกันขององค์การอาหารและเกษตรฯ องค์การอนามัยโลก และองค์การยูเนสโก เกี่ยวกับลักษณะและความสำคัญของวิชาอาหารและโภชนาการ ไม่แต่เพียงจะประกอบด้วยความรู้ทางวิทยาศาสตร์เท่านั้น แต่ยังมีวัตถุประสงค์สำคัญ เพื่อการให้ความรู้แก่เด็ก เพื่อการเปลี่ยนแปลงบริโภคนิสัยอีกด้วย ซึ่งแตกต่างกับวิชาวิทยาศาสตร์แขนงอื่น ๆ สมชาย คุรงค์เกษ และอโนทัย เจตนเสน<sup>44</sup> ได้ให้ความเห็นไว้ในเรื่องประเมินผลการสอนโภชนศึกษาว่า "วิชาโภชนาการเป็นวิชาค่อนข้างจะซับซ้อน และเกี่ยวข้องกับศาสตร์อื่นมากมาย ถ้ายูสอนไม่สนใจแต่ก็ยากที่จะหาวิธีที่จะอธิบายให้ชัดเจนได้ นอกจากการบรรยายไปตามหนังสือที่กำหนดให้เท่านั้น"

เมื่อพิจารณาว่า การศึกษาทางโภชนาการและโภชนาการทุกระดับ ดำเนินมาอย่างไร ไม่โดยล คณะทำงานจากกระทรวงต่าง ๆ เกี่ยวกับการประชุมวางแผนอาหารและโภชนาการแห่งชาติของประเทศไทย ด้านการฝึกอบรมและวิจัย<sup>45</sup> ได้เห็นพ้องกันว่า กระทรวงศึกษาธิการควรพัฒนาหลักสูตร แต่หลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการมีหลายระดับ จะต้องพิจารณาอย่างรอบคอบว่า ควรจะพิจารณาระดับใดก่อน เพราะถ้าทำการพัฒนาทุก ๆ ระดับไปพร้อม ๆ กันก็คงจะเป็นการดี แต่เกรงว่าจะเกิดปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ในภายหลัง ทางที่ดีควรจะคัดเลือกพัฒนาหลักสูตรอาหารและโภชนาการในระดับที่เห็นว่ามี ความสำคัญมากที่สุดเสียก่อน แล้วจึงดำเนินการต่อไปสำหรับหลักสูตรฯ ระดับอื่น ๆ ในโอกาสต่อไป ควดยเห็นเองการเข้าถึงกลุ่มประชากรที่เป็นเป้าหมาย จึงน่าจะได้รับการพิจารณาเป็นอันดับแรก ซึ่งประชากรกลุ่มที่เป็นเป้าหมายจึงน่าจะได้รับการพิจารณาเป็นอันดับแรก ประชากรกลุ่มที่เป็นเป้าหมายที่สำคัญมากคือ เด็กนักเรียน เพราะเป็นที่ยอมรับแล้วว่า เป็นผู้ที่อยู่ในวัยที่ยอมรับ ความรู้และการเปลี่ยนแปลงใหม่ ๆ อุตัย พิศลยบุตร<sup>46</sup>

<sup>44</sup> สมชาย คุรงค์เกษ และอโนทัย เจตนเสน, เรื่องเดิม, หน้า 49.

<sup>45</sup> คณะทำงานจากกระทรวงต่าง ๆ, เรื่องเดิม, หน้า 84.

<sup>46</sup> อุตัย พิศลยบุตร, เรื่องเดิม, หน้า 93.

ให้ความเห็นว่า การเผยแพร่ความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการให้แก่นักเรียน ถือว่าเป็นประการสำคัญที่สุด เพราะ

1. เด็กนักเรียนเป็นผู้ที่กำลังเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ การเปลี่ยนนิสัยในการบริโภค นับว่าเป็นการวางรากฐานตั้งแต่อายุน้อยจึงเป็นเรื่องสำคัญมาก
2. การเปลี่ยนนิสัยในการบริโภค เด็กทำได้ง่ายกว่าผู้ใหญ่
3. จากการสำรวจพบแล้วว่า เด็กนักเรียนส่วนใหญ่ของเรามักขาดอาหาร
4. โรงเรียนเป็นสถานที่สำคัญ มีอิทธิพลเหนือเด็กส่วนใหญ่ สามารถดำเนินการอะไรได้อย่างมั่นคงและถาวร
5. ครูเป็นบุคคลที่สำคัญที่สุด ซึ่งจะเริ่มงานนี้ได้มากกว่าบุคคลประเภทอื่น ๆ
6. บิดามารดา และผู้ปกครองเด็ก มักมีความสนใจในพฤติกรรมต่าง ๆ ในห้องเรียนที่บุตรของตนเรียนอยู่ นอกจากนั้นยังมักสนใจพยายามทำตามคำแนะนำของครู ไม่ว่าเรื่องใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสวัสดิภาพของเด็กในปกครอง

มาร์ติน (Martin) ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับปัญหาที่ว่า โภชนาการศึกษาคควรจะเริ่มต้นที่ใด เกี่ยวกับเรื่องนี้เขาเสนอแนะว่า ควรจะเริ่มต้นจากโรงเรียนและเริ่มต้นจากระดับประถมศึกษา โดยให้เหตุผลว่า ควรจะเริ่มต้นจากโรงเรียน และเริ่มต้นจากระดับประถมศึกษา โดยให้เหตุผลว่า แมว่าเด็กจะมีแบบแผนของการบริโภคอาหารมาจากบ้านติดตัวมาด้วยแล้ว นิสัยเหล่านี้ไม่ว่าจะดีหรือไม่ดีก็ตาม แต่การจัดโปรแกรมอาหารและโภชนาการของโรงเรียนให้ที่มีประสิทธิภาพแล้ว จะช่วยส่งเสริมนิสัยและทัศนคติที่ดีของเด็กที่มีมาได้จากบ้าน ขณะเดียวกันก็จะช่วยเปลี่ยนและเปลี่ยนแปลงทัศนคติที่ไม่ดี ไม่ถูกต้องในเรื่องอาหารและการบริโภค ซึ่งมีมาแต่เดิมให้กลับมามีนิสัยและทัศนคติที่ดีในเรื่องนี้ขึ้นมาแทนที่ได้

แมคนาughtัน (McNaughton) และคณะได้ตอบคำถามที่ว่าใครควรจะเป็นผู้ที่ได้รับความรู้

<sup>47</sup> Martin, op.cit., p. 1.

<sup>48</sup> Jean McNaughton and Others (Comp.), Education and Nutrition (Harvard University : School of Public Health, 1975), p. 295.

เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการว่า ทุกคนควรได้รับความรู้ในเรื่องนี้ แต่บุคคลกลุ่มแรก คือ หญิงที่อยู่ในระยะตั้งครรภ์และหญิงแม่วัยอ่อน ความคิดในเรื่องนี้ตรงกับแนวคิดของ เฮเซลไทน์<sup>49</sup> (Heseltine) ซึ่งโคกดาวไวคอนแลวว่า เป้าหมายหลักของบุคคลที่จะต้องได้รับความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการคือ ครอบครัว จึงนับว่าตรงกับข้อคิดของ มาร์ติน<sup>50</sup> (Martin) ที่ว่า การจัดสอนวิชาโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษา ถ้าจะให้ใครคนหนึ่งและมีประสิทธิภาพ จะต้องได้รับความร่วมมือจากผู้นปกครองควย

การจัดสอนวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษามีมานานแล้ว ทั้ง ๆ ที่เราต่างก็ยอมรับกันว่า หลักสูตรในระดับศึกษานี้มีความสำคัญ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการมีความสำคัญอย่างมากต่อเรื่องอาหารและการบริโภค ซึ่งเราถือว่าเป็นรากฐานที่สำคัญของการเกิดทัศนคติและนิสัยที่ถูกต้องในเรื่องอาหารและโภชนาการ และมีผลต่อพัฒนาการทางด้านร่างกาย สติปัญญา และจิตใจอีกด้วย แต่เท่าที่ผ่านมายังไม่มีหลักฐานที่แสดงว่า มีการปรับปรุงและพัฒนาหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการในระดับประถมศึกษามาก่อนเลย แม้เราจะยอมรับกันว่า การศึกษาทางด้านอาหารและโภชนาการทุกระดับจำเป็นอย่างไม่ไยดีมาแล้วก็ตาม

ปัจจุบันมีรายงานล่าสุดของการประชุมหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานอาหารและโภชนาการแห่งชาติของประเทศไทย<sup>51</sup> ได้ให้แนวความคิดและข้อเสนอแนะในด้านการศึกษาเรื่องอาหารและโภชนาการพอสรุปได้ (เฉพาะส่วนที่เกี่ยวข้องกับหลักสูตรการสอนในระดับประถมศึกษา) ดังต่อไปนี้<sup>52</sup>

<sup>49</sup> Heseltine, op.cit., p. 27.

<sup>50</sup> Martin, loc.cit.

<sup>51</sup> คณะทำงานจากกระทรวงต่าง ๆ, เรื่องเดิม, หน้า 60.

<sup>52</sup> คณะทำงานจากกระทรวงต่าง ๆ, เรื่องเดิม, หน้า 60.

1. หลักสูตรทางด้านอาหารและโภชนาการทุกระดับยังไม่ชัดเจนนัก เนื้อหาในหลักสูตรของระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาอย่างน้อยเกินไป บางครั้งก็ซ้ำกันและไม่เหมาะสม จึงควรปรับปรุงและบรรจุเนื้อหาของวิชาอาหารและโภชนาการในระดับประถมศึกษาให้รัดกุมยิ่งขึ้น และแทรกไว้ในวิชาที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ
2. นักเรียนขาดประสบการณ์จากห้องปฏิบัติการ ทำให้ได้รับการฝึกไม่เต็มที่ จึงควรปรับปรุงวิธีการสอนวิชาอาหารและโภชนาการ โดยเน้นทางด้านการปฏิบัติและส่งเสริมโครงการจัดเลี้ยงอาหารนักเรียน เพื่อเป็นช่องทางให้โภชนาการศึกษ
3. ให้กระทรวงศึกษาธิการแต่งตั้งคณะกรรมการร่างหลักสูตร
4. เนื่องจากห้องปฏิบัติการทางอาหารยังไม่มีทั้งคุณภาพและปริมาณ จึงเสนอแนะให้กระทรวงศึกษาธิการและกระทรวงมหาดไทย วางมาตรการให้โรงเรียนประถมศึกษาและมัศึกษามีห้องปฏิบัติการทางอาหารสำหรับการสอนในภาคปฏิบัติ ส่วนห้องปฏิบัติการโรงเรียนที่มีอยู่แล้ว ควรได้รับการปรับปรุงให้ดีขึ้น เพื่อให้นักเรียนใช้ประโยชน์ได้เต็มที่
5. เกี่ยวกับการจัดเลี้ยงอาหารกลางวัน ปัจจุบันโรงเรียนทั้งหมดไม่สามารถจัดได้ และที่จัดอยู่แล้วก็มักจะไม่เหมาะสมทางด้านโภชนาการและสุขาภิบาล จึงให้พยายามทุกวิถีทางที่จะจัดให้มีการเลี้ยงอาหารที่ถูกหลักโภชนาการในราคาถูก
6. โรงเรียนในส่วนภูมิภาคส่วนมากในปัจจุบันนี้ไม่มีโครงการจัดสอนโภชนาการศึกษา จึงสมควรเร่งจัดให้มีขึ้นให้เร็วที่สุดเท่าที่จะเร็วได้ ภายใต้คำแนะนำและการควบคุมร่วมกันของกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงมหาดไทย กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ และหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น ให้โรงเรียนประถมศึกษา และมัธยมศึกษาในส่วนภูมิภาคที่มีฐานะเป็นโรงเรียนชุมชน จัดทดลองแทรกโครงการโภชนาการศึกษาเข้าในกิจกรรมทางการสอนและการเรียน
7. กล่าวโดยทั่วไป ผู้บริหารทุกระดับไม่ตระหนักถึงความสำคัญของโครงการอาหารและโภชนาการ จึงไม่สนับสนุนและปล่อยให้ริเริ่มกันเอง เพื่อที่จะได้รับการสนับสนุนอย่างจริงจังจากฝ่ายบริหาร จึงขอเสนอโครงการการวิจัยและศึกษาในโรงเรียนทุกระดับ เช่น ศึกษาเรื่องบริโภคนิสัยในกลุ่มเด็กวัยเรียน

8. การสอนไม่มีประสิทธิภาพหรือไม่มีผล อาจจะเป็นเนื่องจากครูที่สอนไม่ได้รับการอบรมหรือเรียนมาโดยตรง จึงควรที่มอบหมายงานการสอนให้ตรงกับสายวิชาชีพที่ได้ศึกษามา

จากแนวคิดและข้อเสนอแนะหลายประการดังกล่าวแล้วนี้ จะเห็นว่า เรื่องของหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษานี้ เป็นเรื่องที่สำคัญเรื่องหนึ่งที่กำลังจะได้รับความสนใจ ด้วยเหตุนี้จึงเห็นว่ถึงเวลาแล้วที่ผู้ที่สนใจและมีส่วนเกี่ยวข้องกับเรื่องนี้จะได้นำพิจารณาปรับปรุง เปลี่ยนแปลงและพัฒนาหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการกันเสียที

ในฐานะที่ผู้ทำการวิจัยเคยมีประสบการณ์มาก่อนแล้วทั้งสองด้าน ทั้งในงานด้านการส่งเสริมอาหารและโภชนาการทั้งในชุมชนชนทั่ว ๆ ไป และงานส่งเสริมอาหารและโภชนาการในโรงเรียนหอที่จ่มองเห็นสภาพทั่ว ๆ ไป ปัญหาและความต้องการทางอาหารและโภชนาการในปัจจุบัน ตลอดจนอุปสรรคต่าง ๆ วิธีแก้ไขปัญหาการดำเนินงานการพัฒนาเกี่ยวกับเรื่องอาหารและโภชนาการอยู่บาง ประกอบกับการศึกษาจากข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริงเบื้องต้นดังกล่าวมาแล้ว ทำให้มีความมั่นใจยิ่งขึ้นไปอีกว่า แคล้วพิ้งการดำเนินงาน การส่งเสริม ปรับปรุงและแก้ไขปัญหารื่องอาหารและโภชนาการแต่เพียงคนเดียว ซึ่งกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงเกษตร และกระทรวงมหาดไทย กำลังดำเนินงานอยู่ในปัจจุบันจะไม่เป็นการเพียงพอ แถถากกระทรวงศึกษาธิการได้เขามารวมดำเนินงานอย่างจริงจังเสียทีกับหน่วยงานอื่น ๆ ที่ต่างก็ดำเนินงานอยู่ เชื่อว่าคงจะแก้ไขปัญหาด่าง ๆ ทางอาหารและโภชนาการได้ เกี่ยวกับเรื่องนี้ มอนดอท<sup>53</sup> (Mondot) ซึ่งเคยเป็นที่ปรึกษาขององค์การยูเนสโก ได้ให้ข้อเสนอแนะต่อประเทศไทยในรายงานเมื่อปี พ.ศ. 2511 พอสรุปได้ความว่า เพื่อที่จะปรับปรุงคุณภาพของโภชนาการศึกษาในโรงเรียนนโยบายทางโภชนาการของประเทศไทย ควรที่จะมีกำหนดไว้ในความรับผิดชอบของ

กระทรวงศึกษาธิการ และควรมีการฝึกอบรมครูสอนวิชาโภชนาการด้วย <sup>54</sup> (Adam) ศาสตราจารย์แห่งมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับการวางแผนพัฒนาประเทศปากีสถาน โต้แย้งถึงความสำคัญของการศึกษาว่า ไม่เพียงแต่ช่วยให้คนรู้หนังสือเท่านั้น แต่ยังเป็นเครื่องช่วยเปลี่ยนสังคม เช่น อาจช่วยเปลี่ยนลัทธิประเพณีบางอย่างที่ขัดต่อการพัฒนาสังคม และขจัดปัญหาความไม่เท่าเทียมกันในสังคม เกี่ยวกับการพัฒนาชนบท เขาเห็นว่า การให้ความรู้ทางโภชนาการมีความสำคัญโดยเฉพาะการให้ความรู้ในเรื่องโภชนาการ การเลือกรับประทานอาหารที่ถูกสัดส่วนและมีคุณค่าทางอาหาร โดยวิธีผ่านทางการศึกษาจะโคผลดีกว่าทางคานแพทย์

<sup>55</sup> เฟรดเธอริกเซน (Frederiksen) ได้ศึกษาข้อมูลต่าง ๆ ของประเทศที่กำลังพัฒนา 21 ประเทศระหว่างปี พ.ศ. 2493-2503 ปรากฏว่าอัตราการตายของเด็กและทารกลดต่ำลงอย่างเห็นได้ชัด ในเมื่อไม่มีโอกาสให้เด็กได้รับประทานอาหารโปรตีนจากเนื้อสัตว์ และให้ได้รับจำนวนแคลอรีเพิ่มขึ้น ทั้ง ๆ ที่จำนวนแพทย์ได้เพิ่มขึ้นเพียงเล็กน้อย เขาได้สรุปว่าการปรับปรุงและยกระดับสภาวะโภชนาการทั่ว ๆ ไป ของประชากรจะมีอิทธิพลที่สังเกตเห็นได้ชัดต่ออัตราการตายของทารกและเด็กมากกว่าการที่จะเพิ่มจำนวนแพทย์หรือการปรับปรุง และขยายบริการทางการแพทย์และอนามัย นอกจากนี้แล้วยังมีรายงานของบุญสม ผลดี<sup>56</sup> นายแพทย์อนามัยจังหวัดเพชรบุรี ซึ่งทำการสำรวจสุขภาพทางคานโภชนาการ

<sup>54</sup> เคอร์ลี อาคัม, วารสารคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ 7 (กรกฎาคม, 2516), แปลจาก Educational Strategy for Developing Societies, โดยวนิดา เพชรทูล (กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี, 2516), หน้า 5 และ 13.

<sup>55</sup> รอย อี บราวน์ และโจ ดี เรย์, โภชนาการสาร 8 (ตุลาคม-ธันวาคม, 2517), แปลจาก Nutrition and Birthrate Dialogue, Vol. 7(1974), No. 2, โดยธีระ สุมิตร (กรุงเทพฯ : มิตรนราการพิมพ์, 2517), หน้า 17-18.

<sup>56</sup> บุญสม ผลดี, "การสำรวจสุขภาพคานโภชนาการในเด็กนักเรียนจังหวัดเพชรบุรี," โภชนาการสาร 5 (เมษายน-มิถุนายน, 2514), 118-125.



ในเด็กนักเรียนจังหวัดเพชรบุรีตั้งแต่ปี พ.ศ. 2508-2510 พบว่า โรคขาดอาหารเป็นปัญหาของชุมชนนี้คือ โรคขาดสารอาหารวิตามินบีสอง โรคขาดสารอาหารโปรตีนและแคลเซียม และโรคขาดสารอาหารวิตามินเอ จากการสำรวจครั้งนี้ผู้ทำการศึกษาและสำรวจได้ให้ข้อเสนอแนะวิธีดำเนินการป้องกันโรคขาดสารอาหารและส่งเสริมสุขภาพทางค่านอาหารและโภชนาการด้วยการให้ความรู้ทางค่านอาหารและโภชนาการ ทั้งการให้ความรู้ในโรงเรียนและการให้การศึกษาแก่ประชาชน เฉพาะที่เกี่ยวกับโรงเรียนเขาให้ความเห็นว่าควรเริ่มตั้งแต่ระดับที่นักเรียนอ่านหนังสือได้ก็จะเป็นประโยชน์และยังได้เน้นเรื่องการทำสวนครัวที่โรงเรียนและที่บ้านอีกด้วย

จากแนวคิดและข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญในสาขาต่าง ๆ รวมทั้งผู้ที่มีส่วนปฏิบัติงานอยู่ในชุมชนต่าง ๆ ต่างก็ยอมรับกันว่า วิธีการทางการศึกษาเป็นวิธีทางที่จะแก้ไขปัญหาทางอาหารและโภชนาการได้ดีกว่าวิธีการทางอื่น แม้แต่วิธีการทางการแพทย์และควยเหตุนี้เอง กระทรวงศึกษาธิการจึงจำเป็นต้องมีบทบาทที่สำคัญเกี่ยวกับเรื่องนี้อย่างแน่นอน

ผู้วิจัยมีความเชื่อว่า ระบบการศึกษาที่มีประสิทธิภาพเป็นหนทางหนึ่งที่จะช่วยแก้ปัญหาอาหารและโภชนาการที่อยู่ในระดับต่ำให้เป็นระดับสูงขึ้นได้ ทั้งนี้โดยอาศัยหลักสูตรซึ่งถือว่าเป็นส่วนสำคัญที่สุดเกี่ยวกับการปรับปรุงคุณภาพการศึกษาโดยตรง ถ้าเรามีหลักสูตรที่ดีเหมาะสมกับสภาพ ปัญหา และความต้องการของชุมชนอย่างแท้จริงแล้ว หลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาน่าจะมีส่วนอย่างสำคัญในการเพิ่มพูนประสิทธิภาพของการจัดการศึกษาให้กับกระทรวงศึกษาธิการและหน่วยงานต่าง ๆ ที่มีส่วนรวมกันรับผิดชอบดังกล่าวมาแล้ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะช่วยในการพัฒนาความรู้ในเรื่องอาหารและโภชนาการไปสู่ประชาชน ชุมชนและประเทศของเรา

เนื่องจากความรับผิดชอบของกระทรวงศึกษาธิการ มีต่อกลุ่มประชากร เป้าหมายที่เป็นเด็กนักเรียน ดังนั้นหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาทั้งในและนอกระบบโรงเรียนของเด็กในวัยนี้ จึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจศึกษาอย่างยิ่ง

เพื่อเป็นการแสวงหาข้อเท็จจริงและวิถีทางแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ดังกล่าวมาแล้ว การวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งที่จะศึกษาเกี่ยวกับแบบจำลองของหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษา ส่วนแบบจำลองหลักสูตรวิชานี้ในระดับอื่น ๆ ทั้ง ๆ ที่มีลักษณะน่าสนใจน่าศึกษา แต่ก็จะไม่นำมาพิจารณา คงปล่อยให้ผู้ที่สนใจได้ทำการวิจัยศึกษาค้นคว้าต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การทำกรวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อที่จะศึกษาถึงเรื่องต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. เพื่อประมวลข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับสภาพปัจจุบัน ปัญหา ความต้องการในเรื่องอาหารและโภชนาการ และโภชนาการศึกษานในประเทศไทย
2. เพื่อศึกษาลักษณะโครงสร้างของหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาของประเทศไทย
3. เสนอแนะแบบจำลองหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาสำหรับประเทศไทย

### ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย

ความสำคัญ หรือประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัยครั้งนี้ คือ

1. ทำให้ทราบถึงสภาพปัจจุบัน ปัญหา และความต้องการในเรื่องอาหารและโภชนาการในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาของประเทศไทย
2. ทำให้ทราบถึงการวิวัฒนาการของการจัดหลักสูตร การเรียนการสอนวิชาอาหารและโภชนาการศึกษานในประเทศไทย
3. ทำให้มองเห็นรูปแบบ หลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาที่มีลักษณะเป็นปัจจุบัน และสามารถนำไปใช้หรือปฏิบัติได้จริง
4. เพื่อเสนอแนะแนวทางแก้ปัญหาเรื่องอาหาร และโภชนาการของประเทศไทยในปัจจุบันและอนาคต

### ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้ต้องการศึกษาค้นคว้าเฉพาะในเรื่องดังต่อไปนี้

1. สภาพการณ์ต่าง ๆ ที่เป็นปัญหาและความต้องการในเรื่องอาหารและโภชนาการที่เป็นปัจจุบันซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับ

## ประถมศึกษา

2. ความเป็นมาของการจัดหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาของประเทศไทย ที่ปรากฏอยู่ในหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการ ตั้งแต่เริ่มตั้งกระทรวงศึกษาธิการจนถึงปัจจุบัน

3. แบบจำลองของหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาที่จะศึกษานั้น หมายถึงหลักสูตรระดับประถมศึกษาแห่งประเทศไทย

## ความหมายของคำบางคำที่ใช้ในการวิจัย

แบบจำลอง หมายถึงแนวคิดซึ่งมีการสนับสนุนด้วยทฤษฎี หลักการ และเหตุผลต่าง ๆ กำหนดเอาไว้เป็นหลัก สำหรับทำการศึกษาเปรียบเทียบ

หลักสูตร หมายถึงโครงการที่ประมวลความรู้ และประสบการณ์ให้ผู้เรียน เพื่อพัฒนาความรู้ความสามารถด้านต่าง ๆ ของผู้เรียน

อาหาร หมายถึงสิ่งที่มนุษย์นำมาบริโภคได้โดยปราศจากโทษ เมื่อร่างกายรับเข้าสู่ร่างกายแล้วให้สารอาหาร ซึ่งทำหน้าที่อย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างต่อไปนี้

1. ให้พลังงานและความร้อน ซึ่งจำเป็นสำหรับการทำงานของอวัยวะในร่างกาย (เช่น การสูดฉีดโลหิต การหายใจ กรรย่อยอาหาร) และการทำกิจกรรมภายนอกร่างกาย (เช่น การทำงาน การเล่น)
2. ช่วยบำรุงเลี้ยงหรือช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต (ในเด็ก) และช่วยซ่อมแซมร่างกาย (ในผู้ใหญ่)
3. ช่วยควบคุมปฏิกิริยาเคมีต่าง ๆ ในร่างกาย และการทำงานของอวัยวะทุกส่วน
4. ช่วยในการป้องกัน และต้านทานโรคหรือช่วยให้ร่างกายแข็งแรง

สารอาหาร หมายถึงสารประกอบทางเคมีในอาหารต่าง ๆ จำแนกได้เป็น 6 พวกคือ

1. คาร์โบไฮเดรต
2. ไขมัน
3. โปรตีน
4. แร่ธาตุ
5. วิตามิน
6. น้ำ

โภชนาการ หมายถึงวิชาวิทยาศาสตร์ที่กล่าวถึงสารอาหารชนิดต่าง ๆ ที่มีอยู่ในอาหาร อาหารต่าง ๆ มีสารอาหารอะไร เท่าใด ร่างกายต้องการสารอาหารเหล่านั้นมากน้อยเท่าใด ร่างกายใช้สารอาหารเหล่านั้นอย่างไร คนชอบหรือชินกับอาหารประเภทใด และมีวิธีเตรียมอย่างไร จึงจะได้อาหารที่สร้างสุขภาพอนามัยได้ดีที่สุดและประหยัดที่สุด

โภชนาการ หมายถึงบุคคลที่เรียนวิทยาศาสตร์แขนงนี้และได้นำเอาความรู้ไปให้การศึกษาอบรม และดำเนินการส่งเสริมให้มนุษย์มีสุขภาพอนามัยสมบูรณ์พร้อมร่างกายและจิตใจ และให้ความรู้เพื่อที่จะหาทางป้องกันมิให้เกิดโรค หรือเมื่อเกิดโรคขึ้นแล้วก็แนะวิธีควบคุมโรคนั้น เพื่อให้อาหารของโรคบรรเทาทุเลา หรืออาจหายจากโรคได้

โภชนาการศึกษ หมายถึงการให้ความรู้ในวิชาโภชนาการ

ภาวะโภชนาการต่ำ หมายถึงภาวะที่แสดงให้เห็นว่าร่างกายได้รับพลังงานจากอาหารไม่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย

ภาวะทุโภชนาการ หมายถึงภาวะที่ชี้ให้เห็นว่า สภาพที่ร่างกาย แม้ว่าจะได้รับอาหารเพียงพอ หรือบางครั้งอาจจะได้รับพลังงานมากกว่าที่ร่างกายต้องการ แต่ในขณะเดียวกัน อาหารที่บุคคลนั้นได้รับไม่มีจำนวนของสารอาหารโปรตีน วิตามิน และเกลือแร่ ในปริมาณที่เพียงพอกับปริมาณที่จะทำให้เรามีสุขภาพปกติ หรือไม่ทำให้เรามีการเจริญเติบโต พัฒนาการ มีสภาพของร่างกายแข็งแรงตามปกติที่บุคคลทั่ว ๆ ไปควรจะเป็น

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีลำดับขั้นตอนของการดำเนินงานดังต่อไปนี้

#### 1. ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย

ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้มาจากแหล่งสำคัญ ๆ ดังนี้

##### 1.1 ข้อมูลจากผลงานการศึกษาและสำรวจที่เป็นรายงาน การเขียน

ขอเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ ผู้ที่เกี่ยวข้อง และสนใจในงานด้านอาหารและโภชนาการและโภชนาการศึกษา

##### 1.2 หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2503 และร่างหลักสูตรประถมศึกษา

พุทธศักราช 2520

## 2. วิธีรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย

การรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ เพื่อนำมาใช้ในการทำวิจัยครั้งนี้มีดังนี้

2.1 รวบรวมข้อมูลที่เป็นสภาพปัจจุบัน ปัญหา และความต้องการในเรื่องอาหารและโภชนาการและโภชนาการศึกษามาจากเอกสารทางราชการ วารสาร รายงาน ตำราเรียน ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ วิทยานิพนธ์ทั้งภาษาไทย และภาษาต่างประเทศ

2.2 ศึกษาหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษามาจากหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2503 และร่างหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2520

2.3 รวบรวมข้อมูลที่ไ้จากการศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหา และความต้องการในเรื่องอาหารและโภชนาการ ความรู้ในเรื่องหลักสูตรและแนวคิดของผู้วิจัย แล้วเสนอแนะเป็นแบบจำลองหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษา

## 3. วิธีเสนอข้อมูล

การเสนอข้อมูลในการทำวิจัยครั้งนี้ส่วนใหญ่เป็นลักษณะความเรียง มีบางส่วนที่ใช้แผนภูมิประกอบ เพื่อให้ได้ความแจ่มชัดยิ่งขึ้น เรื่องที่จะเสนอในครั้งนี้แบ่งเป็น 5 บทคือ

บทที่ 1 กล่าวถึงภูมิหลังของการวิจัย วัตถุประสงค์ของการวิจัย ประโยชน์ที่อาจจะได้รับจากการวิจัย ขอบเขตของการวิจัย ความหมายของคำบางคำที่ใช้ในการวิจัย และวิธีดำเนินการวิจัย

บทที่ 2 เป็นสาระสำคัญเกี่ยวกับสรุปวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยนี้ ในบทนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอน

บทที่ 3 เสนอแนะแบบจำลอง (Model) หลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษา

บทที่ 4 แสดงการกระจายของแบบจำลองหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษา

บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปราย และข้อเสนอแนะ