

บทที่ 1

บทนำ

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ในยุคเศรษฐกิจฟองสบู่ การเติบโตทางเศรษฐกิจ การเมือง สังคม สิ่งแวดล้อม ทุนนิยม และการพัฒนาประเทศเป็นไปในอัตราที่รวดเร็วมาก ทำให้รายได้ต่อหัวของคนไทยเพิ่มขึ้นถึง 28 เท่าในช่วงเวลา 3 ทศวรรษ แต่เป็นการพัฒนาที่เน้นในด้านของวัตถุ นอกจากนี้การเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจนั้นก็เป็นที่มาของกระแสการบริโภคนิยมที่มากับการค้าเสรี เป็นผลให้เศรษฐกิจดีแต่สังคมมีปัญหาในการพัฒนา (กรุงเทพฯธุรกิจ 19 ธันวาคม 2543 :7) อิทธิพลจากการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันดังกล่าวเหล่านั้น เป็นสิ่งที่ครอบงำการดำเนินชีวิตของคนไทยในช่วง 3-4 ปีที่ผ่านมา และเป็นเหตุให้ภาวะสุขภาพของคนไทยเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

พฤติกรรมการใช้ชีวิตของคนไทยก็เป็นไปในภาวะที่ไม่มีความสมดุลเช่นเดียวกัน ไม่ว่าจะเป็นการเผชิญภัยนานาประการ จากการวิ่งให้ทันเทคโนโลยี การก้าวตามกระแสสมัยนิยม เช่น เด็กวัยรุ่นที่มักใช้ยาลดความอ้วนเพื่อให้หุ่นบอบบางเหมือนนางแบบ พฤติกรรมรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดที่แพร่หลายเข้าไปยังเกือบทุกจังหวัดของประเทศไทย ดังที่น.พ.พลเดช ปิ่นประทีป ผู้จัดการแผนงานสร้างความร่วมมือทางสังคม สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.) กล่าวไว้ว่า "ที่ผ่านมากระแสการบริโภคนิยมของสังคมโลก ทำให้เรามีพฤติกรรมในทุกๆด้านเกินพอดี มากไป ล้นไป สุดขีดเกือบทุกอย่างรวมทั้งเรื่องของสุขภาพ ทุกวันนี้ พฤติกรรมการบริโภคของคนไทย เป็นตัวเสริมให้เพิ่มความอยากมากขึ้น อยากสบาย อยากสวย อยากงามผิดธรรมชาติและเพื่อสนองความอยากนี้ ก็ต้องมีค่าใช้จ่าย ส่งผลให้ค่าใช้จ่ายสุขภาพโดยรวมของประเทศสูงขึ้น รายจ่ายที่สังคมหมดไปกับการซ่อมสุขภาพ จึงเป็นสัดส่วนที่เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ขณะที่รายรับของประเทศไม่ได้เพิ่มเร็วขนาดนั้น"(ข่าวสด,1 มกราคม 2544)

จากผลกระทบดังกล่าว จะเห็นได้ว่า ทุกวันนี้ประชาชนชาวไทยมีทุกข์ที่เกี่ยวกับสุขภาพกันทั่วทั้งประเทศ อันได้แก่

- การบริการทางการแพทย์และสาธารณสุขมีราคาแพง จากสถิติพบว่า ที่ผ่านมามีคนไทยมีการใช้เงินเพื่อสุขภาพถึงปีละ 280,000 ล้านบาท และมีอัตราเพิ่มขึ้นกว่าร้อยละ 10 ทุกปี (สยามรัฐ 25 กุมภาพันธ์ 2544 :4) เงินจำนวนนี้รวมค่ายาประมาณ 80,000 ล้านบาท (กรุงเทพฯธุรกิจ 23 เมษายน 2544 :25) และใช้จ่ายด้านสุขภาพต่างๆ แต่ไม่ได้ทำให้คนไทยสุขภาพดีขึ้น อีก

ทั้งค่าใช้จ่ายเหล่านี้เป็นส่วนที่ประชาชนต้องจ่ายเองกว่าร้อยละ 70 อีกร้อยละ 30 เป็นของรัฐ ค่าใช้จ่ายสูงมากเช่นนี้ กลับให้ผลตอบแทนด้านสุขภาพต่ำ (cost-effective) ต่ำ เพราะเป็นการรักษา มากกว่าการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค

- คนไทยจำนวนมากต้องทนอยู่กับสภาพแวดล้อมที่เป็นพิษ ซึ่งคุกคามต่อสุขภาพ วันแล้ววันเล่าอย่างไม่มีทางเลือก ไม่ว่าจะเป็ผลกระทบจากโรงงานอุตสาหกรรม การพัฒนาเมือง หรือธุรกิจอื่นๆ ต้องทนรับสารพิษที่ตกค้างในพืชผัก และ อาหารสารพัดชนิดเพื่อการตายผ่อนส่ง (กรุงเทพฯธุรกิจ 27 เมษายน 2543 :2)

สุขภาพของคนไทยในปีพ.ศ. 2543 อันเป็นปีที่องค์การอนามัยโลก ประกาศให้เป็นปีสุขภาพดีถ้วนหน้า (Health For All) ยิ่งก้าวไปในทิศทางที่น่าวิตก (ฐานเศรษฐกิจ 16 เมษายน 2543:29) ทั้งที่การมีสุขภาพดีของคนในชาติเป็นหน้าที่ของทุกคน เพราะผู้บริโภคส่วนใหญ่ยังเข้าใจว่า "สุขภาพ" เป็นเรื่องที่ต้องผูกขาดอยู่กับโรงพยาบาล การช้ยา การผ่าตัด เครื่องมือแพทย์ แพทย์และพยาบาล หรือกระทรวงสาธารณสุขเท่านั้น ทั้งที่ความเป็นจริง สุขและคุณค่าชีวิต มีความหมายใหญ่และครอบคลุมมากกว่าคำว่ากิจกรรมทางการแพทย์ (กรุงเทพฯธุรกิจ 14 มีนาคม 2543:1)

เมื่อยุคสมัยเปลี่ยนแปลงไป เมืองเริ่มขยาย ทำให้คนไทยต้องเริ่มใช้ชีวิตตามแบบตะวันตกมากขึ้น อาหารจานด่วนและความไม่พิถีพิถันในเรื่องของอาหารการกินมีให้เห็นทั่วไป ทำให้มีการค้นพบโรคใหม่ๆ ในสังคมเมืองมากขึ้น หากมีการรักษาโรคเหล่านั้นตามหลักสุขอนามัย รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ โรคเหล่านั้นก็จะไม่มีทางเกิดขึ้นได้ ยกเว้นจะเป็นโรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรม จึงสามารถกล่าวได้ว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพในปัจจุบันเป็นเพราะรูปแบบการดำเนินชีวิต(Lifestyle)ของคนนั่นเอง ดังนั้นโรคต่างๆที่เกิดขึ้นอาจเรียกได้ว่าเป็นโรคของรูปแบบการดำเนินชีวิต (Lifestyle Disease) เช่น โรคหัวใจ มะเร็ง ซึ่งเป็นโรคเรื้อรัง ที่มักต้องใช้เวลาในการเกิดยาวนานและเป็นผลมาจากพฤติกรรมในวัยหนุ่มสาว เช่น การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง ทำงานหนัก ไม่ออกกำลังกาย เทียบกลางคืน สูบบุหรี่หรือยาเสพติด ต้มสุรา ฯลฯ ปรากฏการณ์เหล่านี้สามารถสะท้อนให้เห็นอันตรายจากการมีรูปแบบการดำเนินชีวิตในทางลบ (Anspuagh, Rosato & Hamrick ,1997)

จากรายงานสถานการณ์สุขภาพคนไทยทั่วประเทศของกระทรวงสาธารณสุข ระหว่างปี พ.ศ.2540 - 2541 ระบุปัญหาที่มีแนวโน้มสูงขึ้นล้วนแต่เป็นโรคที่มีสาเหตุมาจากพฤติกรรมมนุษย์ทั้งสิ้น ได้แก่ โรคเอดส์ กลุ่มโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจหลอดเลือด โรคมะเร็ง โรค

ความดันโลหิตสูง และปัญหาอีกกลุ่มหนึ่งที่กระทรวงสาธารณสุขระบุว่า จะมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น คือ "โรคที่เกิดจากวิถีชีวิต" ได้แก่ โรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การบริโภคอาหารและยาเกินจำเป็น กามโรค และโรคเกี่ยวกับสุขภาพจิต (ฐานเศรษฐกิจ 16 เมษายน 2543:29) ซึ่งโรคต่างๆ เหล่านี้ทำให้ประเทศต้องเสียคนวัยทำงานไปปีละมากมาย ทั้งที่โรคต่างๆเหล่านี้สามารถป้องกันได้ (กรุงเทพธุรกิจ 31 ตุลาคม 2543 : D2) ซึ่งจากการวิเคราะห์การสูญเสียชีวิตของมนุษย์จากการตายก่อนวัยอันควร หรือ Year of Life Lost ของประเทศไทยในปี 2541 พบว่าจำนวนถึง 10,350,749 คนปี ซึ่งหากยังปล่อยให้เป็นเช่นนี้ต่อไปจะส่งผลกระทบต่อโครงสร้างประชากรของประเทศ และการพัฒนาประเทศโดยรวม (กรุงเทพธุรกิจ 3 กันยายน 2544 : 10)

จากปรากฏการณ์ดังกล่าวจะเห็นได้ชัดเจนว่า โรคภัยไข้เจ็บในปัจจุบัน ส่วนใหญ่ไม่ได้เกิดจากเชื้อโรค แต่เกิดจากวิถีการดำรงชีวิต(Lifestyle) ที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการมีสุขภาพที่ดี เช่น ไม่ได้ออกกำลังกายเป็นประจำ พักผ่อนนอนหลับไม่เพียงพอ รับประทานอาหารที่มัน เค็มเกินไป หรือผ่านการขัดสีที่ทำให้ขาดวิตามินเกลือแร่ที่จำเป็นต่อร่างกาย ไม่มีวิธีการผ่อนคลายความเครียดที่เหมาะสม เป็นต้น (ดร.นิทัศน์ ศิริโชติรัตน์ ผู้จัดการรายวัน 14 กันยายน 2544 :9)

ศ.น.พ.ประเวศ วะสี กล่าวว่า โรคที่รักษาหายจากการใช้เทคโนโลยีทางการแพทย์มีไม่ถึง 10 % ส่วนมากหายด้วยสาเหตุอื่น ดังนั้นควรหันกลับมาพิจารณาปัจจัยอื่นที่เป็นส่วนของ 90 % และจัดการกับปัจจัยเหล่านั้น เช่น การรักษาสุขภาพด้วยตนเอง ทั้งการออกกำลังกาย การบริโภคอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ ไม่ดื่มสุราหรือสูบบุหรี่ ฯ จะช่วยให้ประหยัดได้เป็นอย่างมาก(กรุงเทพธุรกิจ 23 เมษายน 2544: 25)

โดยเฉพาะอย่างยิ่งรัฐบาลปัจจุบัน ได้มีการให้ความสำคัญกับเรื่องสุขภาพของคนในประเทศ โดยจัดให้มีการปฏิรูประบบสุขภาพ จากเดิมที่เป็นระบบแบบตั้งรับ (Sick health approach) มาเป็นระบบสุขภาพแบบรุก (Good health approach)(กรุงเทพธุรกิจ 23 สิงหาคม 2543 :D1,2) เพื่อสร้างสุขภาพที่ดีให้ประชาชนอย่างถ้วนหน้า ปรับเปลี่ยนวิถีคิด จากการแก้ปัญหาปลายเหตุมาแก้ที่ต้นเหตุ โดยมีสำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพ(สปรส.) เป็นองค์กรสำคัญในการผลักดัน สร้างความรู้ความเข้าใจเรื่องสุขภาพกับประชาชน และรวมถึงแนวคิดในการปรับเปลี่ยนวิถีคิด ค่านิยมและพฤติกรรมด้านสุขภาพของสังคมไทยให้หันมาสร้างสุขภาพนำหน้าการซ่อมสุขภาพ และเน้นการสร้างสุขภาพด้วยวิถีทางแห่งการพึ่งพาตนเอง ใช้ภูมิปัญญาไทย และนำเอาสุขภาพมาเชื่อมโยงกับปัจจัยการดำรงชีวิตอื่นๆ อย่างไม่แยกส่วน (กรุงเทพธุรกิจ 10 กรกฎาคม 2544 :D3) ซึ่งในขณะนี้สปรส. กำลังดำเนินงานเผยแพร่แนวคิดที่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขภาพ เช่น โครงการตลาด

นัดเพื่อสุขภาพ การสัมมนาาระบบสุขภาพที่คนไทยต้องการ การจัดนิทรรศการ และกิจกรรมต่างๆ เพื่อนำไปสู่การปรับโครงสร้างและกลไกต่างๆ เพื่อผลักดัน พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติออกมาเป็นกฎหมายต่อไป (กรุงเทพธุรกิจ 22 กุมภาพันธ์ 2544 : D2)

ตามนโยบายการปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ ให้คำนิยามของคำว่า สุขภาพ คือ สุขภาวะ หรือ ภาวะที่เป็นสุขทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข สุขภาพเกี่ยวพันกับเรื่องต่างๆที่กว้างขวางกว่าระบบบริการทางการแพทย์ เพราะเกี่ยวข้องกับระบบคิดของสังคม ระบบความเชื่อ ประเพณี วัฒนธรรม ระบบการศึกษา ระบบสังคม เศรษฐกิจการเมืองอย่างแยกกันไม่ได้ (มติชน 29 พฤศจิกายน 2543 : 6)

กระแสการรณรงค์ให้ประชาชนหันมาดูแลสุขภาพมากขึ้น เพื่อมิให้มีแนวคิดติดแน่นอยู่กับการซ่อมสุขภาพมากกว่าการสร้างสุขภาพ เป็นที่ตื่นตัวอย่างยิ่งในช่วง 2- 3ปีที่ผ่านมา ประชาชนส่วนใหญ่หันมาใส่ใจเรื่องสุขภาพมากขึ้นด้วยการออกกำลังกาย กินผักปลอดสารพิษ ดื่มนมถั่วเหลือง ฯลฯ จากการวิจัยของดร. ลือชัย ศรีเงินยวง นักสังคมศาสตร์และนักมนุษยวิทยาทางการแพทย์พบว่า ประชาชนขณะนี้ไม่ได้หยุดนิ่ง มีกลุ่มคนที่มารวมตัวกันตั้งแต่กลุ่มเล็กๆ ในรูปกิจกรรมต่างๆ เกิดขึ้นทั้งในเมืองและระดับหมู่บ้าน เช่น กลุ่มออกกำลังกาย เต้นแอโรบิค นอกจากนี้ยังมีเรื่องของผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ มีร้านผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ(Health Shop) เกิดขึ้นมากมาย และมีการบริโภคผักปลอดสารพิษสูงขึ้นอย่างน่าสนใจในบางจังหวัด มีการบริโภคอาหารชีวจิตสูงในกรุงเทพฯ รูปแบบของการบริโภคเหล่านี้สะท้อนให้เห็นความเป็นเมือง การเป็นชนชั้นกลาง และในแง่ของคนตื่นตัวเรื่องสุขภาพ นอกจากวิกฤติทางด้านสุขภาพที่ทำให้คนตื่นตัวเรื่องการรักษาสุขภาพแล้ว กระแสธุรกิจขายตรงของอาหารเสริมสุขภาพมากมายหลายยี่ห้อหลายชนิด ไม่ว่าจะเป็น กระเทียมแคปซูล วิตามินอัดเม็ด สารสกัดจากสมุนไพรรักษาโรคมะเร็งก็มีอิทธิพลต่อผู้บริโภคเช่นกัน เพราะธุรกิจดังกล่าวได้แพร่กระจายไปทั่วประเทศ ทำให้ผู้บริโภคสามารถหาซื้ออาหารเสริมสุขภาพได้สะดวกสบายขึ้น (กรุงเทพธุรกิจ 23 สิงหาคม 2543 : D1,2)

สิ่งที่นักการตลาดกำลังจับตามองอยู่ก็คือ การรักษาสุขภาพด้วยการบำบัดทางธรรมชาติ เนื่องจากเป็นแนวทางที่คนทั่วโลกยอมรับและจะเป็นคลื่นลูกใหม่สำหรับสังคมโลกในปีค.ศ.2000 โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้บริโภคชาวไทย ที่นิยมทฤษฎีการนำอาหารมาใช้ในการป้องกันโรคและบำบัดโรคที่เกิดจากการกินมาปฏิบัติกันอย่างแพร่หลาย จะเห็นได้ว่ามีอาหารเพื่อสุขภาพผลิตออกมาจำหน่ายเพื่อตอบสนองความนิยมการกินเพื่อสุขภาพที่มีแนวโน้มเติบโตสูงมาก (ผู้จัดการรายวัน 20 กรกฎาคม 2541: 2) อีกทั้งกระแสความตื่นตัวในเรื่องการปฏิบัติตามแนวทางชีวจิต ไม่ว่าจะ

เป็นการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การล้างพิษ และการจัดคอร์สสุขภาพ ตามแนวชีวิตจิต ทำให้ประชาชนมีทางเลือกในการรักษาสุขภาพกันมากขึ้น โดยการรักษาสุขภาพแบบชีวิตจิต มีหลักการคือ หนึ่งดูแลเรื่องอาหาร สองดูแลในเรื่อง Lifestyle หรือแบบอย่างในการใช้ชีวิต และสามดูแลในเรื่อง Way of life โดยจะต้องให้ความสำคัญกับการใช้ชีวิตประจำวันหรือDaily Life ซึ่งมีอยู่ 5 อย่างคือ กิน นอน ทำงาน พักผ่อน ออกกำลังกาย (สาทิส อินทรกำแหง ,ชีวิตจิต16 เมษายน 2543:24)

นอกจากเหนือจากปรากฏการณ์ชีวิตจิตพีเวอร์ ที่ถือเป็นความเคลื่อนไหวของชนชั้นกลางในเมืองที่ตื่นสนใจแสวงหาทางเลือกเพื่อสุขภาพ นอกจากสิ่งแวดล้อมแบบเมืองที่เต็มไปด้วยการปรุงแต่งขาดความเป็นธรรมชาติ และปนเปื้อนด้วยมลพิษต่างๆ ก่อให้เกิดความต้องการชีวิตที่เรียบง่าย ยังมีความแพร่หลายของการแพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine) เช่น การฝังเข็ม การกดจุด การใช้อาหารและยาในการรักษา การออกกำลังกายแบบต่างๆ เช่น โยเก้ก ชี่กง เป็นต้น (ผู้จัดการรายสัปดาห์ 18 กันยายน 2543 :14) ทำให้ประชาชนหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น ซึ่งเชื่อว่าจะได้รับอิทธิพลจากกระแสพานิชยานวัตกรรม (commodification) ที่เปลี่ยนแปลงชีวิตทางสังคมของผู้คนอยู่ภายใต้อิทธิพลของสินค้ามากขึ้น การที่รูปแบบการรักษาแบบการแพทย์ทางเลือก กลายเป็นสินค้าสำเร็จรูปที่มีการโฆษณาและวางจำหน่ายทั่วไป เป็นการผสมผสานอุดมคติสองแบบเข้าด้วยกัน คือ ภูมิปัญญาดั้งเดิม หรือในท้องถิ่น (traditional / local wisdom) กับความทันสมัย (modernity) ทำให้ผลิตภัณฑ์สุขภาพจากธรรมชาติแต่ผลิตและบรรจุในรูปแบบที่ทันสมัย กลายเป็นทางเลือกที่สำคัญในการบำบัดรักษาและบำรุงสุขภาพของคนในยุคปัจจุบัน (กรุงเทพธุรกิจ 29 สิงหาคม 2543 :D3)

อีกทั้ง จากการสำรวจของศูนย์วิจัยกสิกรไทยในช่วงปี พ.ศ.2540-2541พบว่า มีเติบโตของตลาดอาหารเพื่อสุขภาพ ดังนี้

- ตลาดเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพในปี พ.ศ. 2540 มีมูลค่ารวมถึง 2,300 ล้านบาท ด้วยอัตราการขยายตัว 10-15%ต่อปี
- การเผยแพร่แนวคิดชีวิตจิต นอกจากกระตุ้นความตื่นตัวในการรักษาสุขภาพของคนไทยแล้ว ยังกระตุ้นยอดจำหน่ายของสินค้าประเภทอาหารธรรมชาติอย่างมาก รวมทั้งยังก่อให้เกิดธุรกิจรายย่อยที่ผลิตสินค้าประเภทอาหารธรรมชาติเพิ่มขึ้นอย่างมาก
- ตลาดรวมของผลิตภัณฑ์อาหารเสริมสุขภาพในประเทศไทยมีมูลค่าไม่ต่ำกว่า 1,000 ล้านบาท ด้วยอัตราการเติบโตประมาณ 30 % ต่อปี มูลค่าของตลาดดังกล่าว เป็นมูลค่าของการจำหน่ายผ่านเคาน์เตอร์ 30 % ของมูลค่าทั้งหมด และมีบริษัทที่ดำเนินธุรกิจเกี่ยวกับอาหารเสริม

สุขภาพไม่น้อยกว่า 100 บริษัท โดยผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่มีจำหน่ายในท้องตลาดนั้น 70%เป็นสินค้าที่นำเข้ามาจากสหรัฐอเมริกา ออสเตรเลียและ ยุโรป ที่เหลืออีก 30%เป็นสินค้าที่ผลิตในประเทศไทย(ศูนย์วิจัยกสิกรรมไทย 2540)

อาหารจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่งในการดูแลรักษาสุขภาพ อาหารบางอย่างทำให้เกิดความเจ็บไข้ได้ป่วย แต่ขณะเดียวกันอาหารอีกหลายๆอย่างก็ช่วยป้องกัน หรือลดความเสี่ยงในการป่วยเป็นโรคเฉพาะต่างๆได้ (ทวิทอง หงษ์วิวัฒน์, 2541) อาหารที่ดีจะต้องให้วิตามินต่างๆที่ร่างกายต้องการอย่างครบถ้วน อาหารเป็นสิ่งที่ให้โภชนาสาร (Nutrients) ซึ่งจะไปหล่อเลี้ยงเซลล์ต่างๆของร่างกาย และมีส่วนในการเสริมสร้างโปรตีน คาร์โบไฮเดรต และไขมัน อีกทั้งต้นเหตุของการเกิดโรคหลายๆโรค เช่น โรคหลอดเลือดอุดตันทำให้หัวใจวาย (Atherosclerosis) ก็เป็นโรคที่เกิดมาจากอาหารที่ไม่เหมาะสม นอกจากนี้ยังมีการใช้โภชนาสารในการป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ อันเป็นแนวความคิดใหม่ ของวิทยาศาสตร์การแพทย์ เป็นการป้องกันมิให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บ แทนที่จะปล่อยให้เกิดขึ้นแล้วไปรักษาทีหลัง (โอวาท นิตินันท์ประภาศ, 2529) ดังนั้นผู้ที่ต้องการให้ร่างกายแข็งแรง รวมทั้งมีหัวใจแข็งแรง จึงควรจะให้ความใส่ใจต่อคุณภาพของอาหารที่รับประทาน

อาหารเพื่อสุขภาพ เป็นหนึ่งในผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ ที่มีผู้บริโภคหันมาให้ความนิยมกันมากขึ้น เนื่องจากเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการดูแลรักษาสุขภาพอย่างสำเร็จรูปและสมบูรณ์ในระยะเวลาที่จำกัด อาทิ ต้องรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ แต่ไม่มีเวลามากพอที่จะปรุงอาหาร คนจำนวนมากจึงต้องซื้ออาหารสำเร็จรูปมาทานที่บ้าน แม้รู้ว่าอาหารเหล่านั้นไม่สะอาดและไม่มีคุณค่าทางโภชนาการเพียงพอ จึงทำให้หันมาบริโภควิตามิน โดยเชื่อว่าจะสามารถทดแทนส่วนที่ขาดหายไปจากอาหารประจำวัน (ชนชญาณ์ จันทร์ธวัตรกุล, 2542)

อาหารเพื่อสุขภาพ ในที่นี้หมายถึง ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เช่น วิตามินต่างๆ สารสกัดจากธรรมชาติต่างๆ อาหารปลอดสารพิษ อาหารชีวจิต อาหารมังสวิรัต อาหารแปรรูปจากสมุนไพรไทย ผักพื้นบ้าน น้ำผัก น้ำผลไม้

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ตามความหมายของสมาคมอาหารเสริมสุขภาพ หมายถึงผลิตภัณฑ์สำเร็จรูปที่มีลักษณะพร้อมบริโภค มีขนาดบริโภคที่แน่นอน มีวัตถุประสงค์สำหรับบุคคลทั่วไปที่ไม่ใช่ผู้ป่วย และจะต้องไม่ใช่รับประทานเป็นอาหารปกติหรือทดแทนอาหารหลัก ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารจะให้สารอาหารหรือองค์ประกอบของอาหารในระดับที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ซึ่งจะ

เป็นอีกทางเลือกหนึ่งสำหรับผู้บริโภคที่จะเลือกรับประทานเพิ่มเติมจากอาหารหลัก และช่วยให้คนเรามีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

โดยปกติแล้ว ผู้ที่มีภาวะโภชนาการดี ซึ่งก็คือ ผู้ที่รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ทุกมื้อทุกวัน และออกกำลังกายติดต่อกันประมาณ 15-20 นาทีขึ้นไป เป็นประจำหรืออย่างน้อยที่สุดสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ก็ไม่จำเป็นต้องรับประทานอาหารเสริม แต่เนื่องจากเราต้องประสบกับสภาวะที่เป็นโทษต่อร่างกายในชีวิตประจำวัน ทำให้ร่างกายต้องการรับอาหารบางชนิด หรือหลายชนิดเพิ่มขึ้นเพื่อรับมือกับสภาวะการณั้ันๆ (ฐานเศรษฐกิจ 8 เมษายน 2544 :28)

แนวโน้มการบริโภคอาหารเสริมสุขภาพเติบโตขึ้นอย่างมาก วิฤติเศรษฐกิจนั้นไม่มีผลกระทบต่อตลาดอาหารเสริมมากนัก เนื่องจากกลุ่มที่บริโภคอาหารเสริมส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่มผู้บริโภคระดับบน และมีความรู้เกี่ยวกับอาหารเสริมสุขภาพเป็นอย่างดี ทำให้มีการรับประทานอาหารเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเพื่อให้เกิดผลต่อสุขภาพอย่างแท้จริง (ศูนย์วิจัยกสิกรไทย 21 ธันวาคม 2543) โดยบริษัทศูนย์วิจัยกสิกรไทยคาดว่ามูลค่าตลาดอาหารเสริมสุขภาพในปี พ.ศ.2544 เท่ากับ 2,800 ล้านบาท หรือเพิ่มขึ้นร้อยละ 10 เมื่อเทียบกับในปี พ.ศ.2543 ที่อยู่ระดับ 2,500 ล้านบาท มูลค่าตลาดนี้เฉพาะที่ขึ้นทะเบียนไว้กับกระทรวงสาธารณสุข แต่ถ้ารวมอาหารเสริมที่ไม่ได้จดทะเบียนไว้กับกระทรวงสาธารณสุขมูลค่าตลาดอาหารเสริมจะสูงกว่านี้อีกมากมาย เนื่องจากคนไทยหันมาสนใจเรื่องสุขภาพกันมากขึ้น และต้องการตัดค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาลลงไป (บ้านเมือง 23 ธันวาคม 2543:13)

นอกจากรูปแบบการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมการบริโภคของผู้บริโภคจะมีผลโดยตรงต่อสุขภาพของแต่ละคนแล้ว ปัจจัยที่น่าสนใจอีกประการหนึ่งก็คือ โครงสร้างทางสังคมระหว่างสังคมชนบทและสังคมเมืองอาจจะมีผลต่อรูปแบบในการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพและพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพของแต่ละบุคคลได้เช่นเดียวกัน วัฒนธรรมที่แตกต่างกันของแต่ละสังคม มีบทบาทสำคัญในการกำหนดสภาพที่แตกต่างกันให้แก่คนในสังคม ซึ่งยังผลให้คนเราแตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัดแม้ในวัยเด็ก (พรกมล รัชนาภรณ์, 2542)

การศึกษารูปแบบการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพที่ผ่านมา ส่วนใหญ่มีการศึกษาวิจัยเฉพาะในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีลักษณะเป็นเมืองใหญ่ ที่ล้อมรอบด้วยเมืองบริวารที่มีลักษณะเป็นสังคมเมืองใกล้เคียงกัน ต่างจากเมืองใหญ่ในภูมิภาคอื่นๆ ที่มักจะเป็นเมืองใหญ่ ที่ล้อมรอบด้วยเมืองบริวารที่มีลักษณะเป็นสังคมชนบท ดังเช่น เชียงใหม่ ซึ่ง

เป็นจังหวัดที่มีความตื่นตัวในการดูแลรักษาสุขภาพของประชาชนในจังหวัด ดังจะเห็นได้จากโครงการเชียงใหม่นครแห่งสุขภาพ ซึ่งเป็นการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมเชียงใหม่ ให้เป็นเมืองสุขภาพ โดยยึดแนวชีวิตภาพ ความหลากหลาย ทางด้านวิถีชีวิตที่เป็นธรรมชาติ สู่รูปแบบการมีสุขภาพที่สมบูรณ์ จะสร้างสำนึกให้ทุกคนระมัดระวังสุขภาพโดยไม่ต้องพึ่งพาอาศัยทางด้านวิทยาศาสตร์ หันมาใช้สมุนไพร ปลูกจิตสำนึกภูมิปัญญาเกี่ยวกับสุขภาพ โดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น (แนวหน้า 19 มีนาคม 2542 :18)

นอกจากนี้เชียงใหม่ ยังมีลักษณะของความเป็นเมืองที่ปรากฏให้เห็นเด่นชัด ตามเกณฑ์ของ Frey & Zimmer (2001) อันได้แก่

1) มีความหนาแน่นของประชากรสูงโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเขตอำเภอเมืองเชียงใหม่ และเขตอำเภอที่มีอาณาเขตติดกับอำเภอเมืองเชียงใหม่จะมีความหนาแน่นรองลงมา ได้แก่อำเภอสารภี อำเภอสันกำแพง อำเภอสันทราย อำเภอสันป่าตอง และอำเภอแมริม อีกทั้งเชียงใหม่ยังมีจำนวนประชากรสูงที่สุดในภาคเหนือ และสูงเป็นอันดับที่ 4 ของประเทศ (รองจากกรุงเทพมหานคร นครราชสีมา และ ขอนแก่น) (กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย,2543)

2) มีการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจสูง จะเห็นได้จากการที่เชียงใหม่ได้ถูกเลือกให้เป็นเมืองหลักในภาคเหนือ ตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 5 เนื่องจากเป็นเมืองซึ่งจัดได้ว่าใหญ่ที่สุดในภาค ทั้งในแง่ของจำนวนประชากรและฐานะทางเศรษฐกิจ โดยมีประวัติของความเป็นเมืองมานานกว่า 700 ปี อีกทั้งยังเป็นศูนย์กลางการพัฒนาของจังหวัดในภาคเหนือ เป็นศูนย์กลางของปัจจัยต่างๆ ทั้ง การศึกษา การบริหาร การค้า การคมนาคมขนส่ง ฯลฯ (ศศิธร ยอดมงคล,2538)

3) วิถีชีวิตของคนเชียงใหม่ในปัจจุบันมีความเป็นอยู่ที่แตกต่างกับในอดีตอย่างมาก เพราะถูกการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจเปลี่ยนแปลงจนทำให้มีชีวิตที่รีบเร่ง ทุกคนต่างเร่งรีบและรีบร้อนเพื่อให้ถึงที่หมายโดยเร็ว เพื่อให้พ้นจากสภาพการจราจรที่ติดขัด และพ้นจากควันพิษที่คลุ้งคลุ้งกับฝุ่นบนถนน นอกจากนั้นการขยายตัวของเมืองเชียงใหม่ ก่อให้เกิดปัญหาด้านสาธารณูปโภค สิ่งแวดล้อม เอกลักษณะของเมือง ฯลฯ(ดวงจันทร์ อาภาวิฑูร์มณี เจริญเมือง,2537)

ในปัจจุบันนี้ ตลาดและการขายสินค้า ตลอดจนการค้านี้ถึงเรื่องการรักษาสุขภาพ ไม่ได้จำกัดอยู่กับคนในกรุงเทพมหานครเท่านั้น แต่ได้แพร่กระจายไปยังจังหวัดที่เป็นหัวเมืองใหญ่ในต่างจังหวัด โดยเฉพาะประชาชนในเมืองเชียงใหม่ซึ่งอาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมของเมืองใหญ่ ทำให้ประชาชนมีการตื่นตัวในเรื่องสุขภาพและคำนึงถึงสุขภาพกันมากขึ้น อีกทั้งการศึกษาวิจัยใน

เรื่องเกี่ยวกับอาหารสุขภาพหรือผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพในอดีตเป็นการศึกษากับผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานครเท่านั้น ดังนั้นผู้วิจัย จึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่อง รูปแบบการดำเนินชีวิตทัศนคติและพฤติกรรมของผู้บริโภคที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพในเขตเมืองเชียงใหม่

ปัญหานำวิจัย

1. ผู้บริโภคในเมืองเชียงใหม่ มีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เกี่ยวกับภาวะสุขภาพอย่างไร
2. ผู้บริโภคในเมืองเชียงใหม่มีทัศนคติต่อการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างไร
3. พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในเมืองเชียงใหม่เป็นอย่างไร
4. รูปแบบการดำเนินชีวิตที่เกี่ยวกับภาวะสุขภาพ ทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในเมืองเชียงใหม่มีความสัมพันธ์กันอย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาถึงรูปแบบการดำเนินชีวิตของผู้บริโภคในเมืองเชียงใหม่เกี่ยวกับกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ ความสนใจในเรื่องสุขภาพอนามัย และความคิดเห็นที่มีต่อเรื่องสุขภาพ
2. เพื่อศึกษาถึงทัศนคติของผู้บริโภคในเมืองเชียงใหม่ต่อการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ
3. เพื่อศึกษาถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในเมืองเชียงใหม่
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการดำเนินชีวิต ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในเมืองเชียงใหม่

สมมติฐานของการวิจัย

1. รูปแบบการดำเนินชีวิตมีความสัมพันธ์กับทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ
2. รูปแบบการดำเนินชีวิตมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ
3. ทัศนคติของผู้บริโภคที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้จะศึกษาเฉพาะผู้บริโภค เพศชายและหญิง อายุ 18-60 ปี เนื่องจากเป็นผู้บริโภคกลุ่มเป้าหมายของอาหารเพื่อสุขภาพ และเป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองของจังหวัดเชียงใหม่ โดยที่เขตเมืองในการวิจัยครั้งนี้ คืออำเภอที่มีประชากรสูงที่สุดและมีความหนาแน่นของประชากรมากที่สุด ได้แก่ อำเภอเมืองเชียงใหม่ และคัดเลือกอำเภอที่มีอาณาเขตติดต่อกับอำเภอเมือง

เชียงใหม่ ได้แก่ อำเภอสารภี อำเภอสันกำแพง อำเภอสันทราย อำเภอสันป่าตอง และ อำเภอหางดง โดยที่ทั้ง 5 อำเภอนี้มีความหนาแน่นของประชากรรองลงมาจากอำเภอเมืองเชียงใหม่ตามลำดับ

นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

รูปแบบการดำเนินชีวิตที่เกี่ยวกับภาวะสุขภาพ หมายถึง กิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ ความสนใจในเรื่องสุขภาพ และความคิดเห็นของแต่ละบุคคลที่เกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ ที่มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลนั้นๆ

อาหารเพื่อสุขภาพ หมายถึง ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เช่น วิตามินต่างๆ สารสกัดจากธรรมชาติต่างๆ อาหารปลอดสารพิษ ผักพื้นบ้าน อาหารชีวจิต อาหารมังสวิรัต อาหารแปรรูปจากสมุนไพรไทย น้ำผัก น้ำผลไม้

พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ หมายถึง ความบ่อยครั้งในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพในระยะเวลาที่ผ่านมา ลักษณะการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อให้ นักการตลาด และนักโฆษณา ได้เข้าใจถึงรูปแบบการดำเนินชีวิต ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในหัวเมืองใหญ่ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ เพื่อกำหนดกลยุทธ์ทางการตลาด และพัฒนาอาหารเพื่อสุขภาพให้เหมาะสมกับผู้บริโภคมากขึ้น
2. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับภาครัฐบาล ในการพัฒนาและวางนโยบายในการส่งเสริมให้ประชาชนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ตลอดจนพฤติกรรมดูแลรักษาและส่งเสริมสุขภาพของตนเอง
3. เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับผู้สนใจศึกษาเรื่องรูปแบบการดำเนินชีวิตและเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพต่อไปในอนาคต