



**BEVERAGE CONSUMPTION PATTERNS OF
HIGH SCHOOL STUDENTS IN
RATCHATHEWI DISTRICT**

SNGUANRAT YOSTHUMRONG

อภินันท์นาคร

จาก

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT OF
THE REQUIREMENTS FOR THE DEGREE OF
MASTER OF SCIENCE (PUBLIC HEALTH) MAJOR IN
NUTRITION**

**FACULTY OF GRADUATE STUDIES
MAHIDOL UNIVERSITY**

2001

ISBN 974-04-0470-7

COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY

TH
S 671 ๖
2001
C.2

3936653 PHPH/M : MAJOR: NUTRITION; M.Sc. (PUBLIC HEALTH)
KEY WORDS : SEMI-QUANTITATIVE FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE/
BEVERAGE CONSUMPTION PATTERNS / HIGH SCHOOL
STUDENTS

SNGUANRAT YOSTHUMRONG: BEVERAGE CONSUMPTION PATTERNS OF
HIGH SCHOOL STUDENTS IN RATCHATHEWI DISTRICT. THESIS ADVISORS:
REWADEE CHONSUWAT,Ph.D.,WONGDYAN PANDII,Dr.Ph.D. 73p. ISBN974-04-0470-7

The objectives of this study, which was survey research, were to assess energy and nutrient intake from beverage consumption of high school students, using a semi-quantitative food frequency questionnaire to identify beverage consumption patterns. The participants were 331 high school students for the academic year 2000, in Ratchathewi district. Demographic information was collected using self-administered questionnaires. A 66-items semi-quantitative food frequency questionnaire was used to assess beverage consumption.

Results showed that the majority of high school students consumed beverages at breakfast and lunch at school everyday. Beverages consumed at breakfast were milk or drinking yogurt, and carbonated drinks were consumed at lunch. On weekends they consumed beverages at lunch at home and the beverage consumed was carbonated drink. The 5 most frequently consumed items were carbonated drinks (Cola), carbonated drinks (orange flavor), carbonated drinks (Sprite), UHT milk and orange juice (fresh). Factors in selecting beverages to buy were taste (28.7%), price of beverage (21.1%) and convenience to buy (18.4%). Most of the places where students purchased beverages were canteens or convenience stores in schools (42.9%) and outside convenience stores (19.3%). The mean energy intake from beverage consumption of high school students was 285.6 ± 132.2 kcal for males and 305.3 ± 170.6 kcal for females. The proportion of energy from protein and carbohydrates for both males and females was nearly the same. Nutrient intake in females was higher than that in males. The majority of students had less than 67% of the adolescents' recommended dietary allowance (RDA) of energy and nutrients, except for vitamin C. The study found 19.7% of the males and 13.3% of the females had a weight for height index that was lower than the standard.

These results show that Thai high school students consume a great deal of low nutrition beverages. It should be recommended that more nutritious items, such as milk and fruit juice would be better alternatives.

3936653 PHPH/M : สาขาวิชาเอก : โภชนาวิทยา : วท.ม. (สาขารณสุขศาสตร์)

สงวนลิขสิทธิ์ : แบบแผนการบริโภคเครื่องดื่มในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายเขตราชเทวี
(BEVERAGE CONSUMPTION PATTERNS OF HIGH SCHOOL STUDENTS IN RATCHATHEWI DISTRICT)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : เรวดี จงสุวัฒน์, Ph.D., วงเดือน ปันดี, วท.ม., สด. 73หน้า ISBN 974-04-0470-7

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงสำรวจ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแบบแผนการบริโภคเครื่องดื่มและปริมาณพลังงาน และ สารอาหารที่ได้รับจากการบริโภคเครื่องดื่ม โดยใช้แบบสอบถามความถี่ของอาหารบริโภคทั้งปริมาณ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เขตราชเทวี ในปีการศึกษา 2543 จำนวน 331 คน โดยใช้แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป และ แบบสอบถามความถี่ของอาหารบริโภคทั้งปริมาณซึ่งประกอบด้วยรายการเครื่องดื่มทั้งหมด 66 รายการ

ผลการศึกษาพบว่า แบบแผนการบริโภคเครื่องดื่มของนักเรียนมัธยมปลายในวันเรียนส่วนใหญ่บริโภคเครื่องดื่มในมือเช้า และมือกลางวัน ที่โรงเรียนทุกวัน เครื่องดื่มที่บริโภคในมือเช้าคือ นม และ นมเปรี้ยว ส่วนในมือกลางวันคือ น้ำอัดลม และในวันหยุดบริโภคเครื่องดื่มในมือกลางวันที่บ้านทุกวันมากที่สุด เครื่องดื่มที่บริโภคคือ น้ำอัดลม ชนิดเครื่องดื่มที่บริโภคที่มีความถี่สูงสุด 5 อันดับแรกได้แก่ น้ำอัดลมชนิดโคล่า น้ำส้ม(อัดลม) น้ำสไปรท์(อัดลม) นมรสหวาน และ น้ำส้มสด ปัจจัยในการเลือกเครื่องดื่มบริโภค คือ รสชาติ, ราคา, และ ความสะดวกในการซื้อ คิดเป็นร้อยละ 28.7 21.1 และ 18.4 ตามลำดับ และสถานที่ที่นักเรียนซื้อเครื่องดื่มบริโภคเป็นส่วนมากคือ โรงอาหาร หรือ ร้านค้าในโรงเรียน และ ร้านขายของชำทั่วไป ร้อยละ 42.9 และ 19.3 ตามลำดับ ค่าเฉลี่ยของพลังงานและสารอาหารที่ได้รับจากการบริโภคเครื่องดื่มพบว่า ค่าเฉลี่ยปริมาณพลังงานของเพศชาย 285.6 ± 132.2 กิโลแคลอรี และเพศหญิง 305.3 ± 170.6 กิโลแคลอรี ซึ่งใกล้เคียงกันและทั้งเพศชายและเพศหญิงมีส่วนการกระจายของพลังงานจากโปรตีน คาร์โบไฮเดรต และ ไขมัน ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน การได้รับพลังงานและสารอาหารของนักเรียนส่วนใหญ่ได้รับในปริมาณที่น้อยกว่าร้อยละ 67 ของปริมาณที่ควรได้รับยกเว้นวิตามินซี เพศชายมีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 19.7 และเพศหญิงมีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ร้อยละ 13.3

จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมปลายในประเทศไทยส่วนใหญ่บริโภคเครื่องดื่มที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำ ซึ่งสนับสนุนว่าเครื่องดื่มที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง เช่น นม และน้ำผลไม้ไม่ควรเป็นทางเลือกที่ดีกว่าในการบริโภคเครื่องดื่มของนักเรียน