

Research article

The Situation of sweet enough policy in schools in Lam Plai Mat district, Buriram Province

Rerngsit Namwichalsirigun

Senior Professional Dentist,
Lum Plaimat hospital,
Buri Ram Province

Abstract

Sugar sweeten beverage and sugary snacks are known as risk factors of tooth decay and obesity. In 2015 a survey in Lam Plaimat district, Buri Ram province showed that 29.5% of schools initiated a policy to inhibit selling of those items to the students. This cross sectional study aimed to follow up the situation in 2016 after a 1-year school campaign had been launched. The samples included 82 schools in Lam Plai Mat district, 76 were primary schools and 6 were secondary schools. Data were collected during June 1 – July 31, 2016. The results showed that 96.3% of schools had their own canteen and provided lunch for free. About 57.3% of school canteens passed the standard criteria recommended by the Department of Health. Sources of drinking water were rain water (30.5%) and tap water (26.8%) which were filtered (85.4%). When looked at the sweet enough policy, it was found that 50.0 % of the schools had no sugary drink and snack selling in schools, 31.7% partly prohibited and 18.3 % could not control any snack or sugary drink selling. When considered the policy in the schools about 85.4% of the schools prohibited the selling of carbonated drink, 80.5% had no candy, 54.9% had no crispy snack and 51.2% had no sugary beverage. The implementation of sweet enough policy in schools should be further strengthen. Health impact regarding obesity and dental caries should also be followed up.

Keywords: school; soft drink; sugary drink; snack

บทความวิจัย (Research articles)

สถานการณ์นโยบายไม่กินหวานในโรงเรียน ในอำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์

เรณิษฐ์ นามวิชัยศิริกุล

ทันตแพทย์ชำนาญการพิเศษ

โรงพยาบาลลำปลายมาศ

จังหวัดบุรีรัมย์

บทคัดย่อ

น้ำอัดลม น้ำหวาน และขนมกรุบกรอบ เป็นที่รู้กันว่าเป็นปัจจัยเสี่ยงของโรคฟันผุและโรคอ้วน ในปี พ.ศ. 2558 ผลการสำรวจในอำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า มีเพียงร้อยละ 29.5 ของโรงเรียนเท่านั้นที่มีนโยบายห้ามขายสินค้าเหล่านี้ให้กับนักเรียน การศึกษาวิจัยแบบภาคตัดขวาง (Cross-section study) นี้มีวัตถุประสงค์เพื่อติดตามสถานการณ์ในปี 2559 หลังจากดำเนินโครงการไปแล้ว 1 ปี ประชากรและกลุ่มตัวอย่างได้แก่ โรงเรียน 82 แห่ง ในอำเภอลำปลายมาศแบ่งเป็นโรงเรียนประถมศึกษา 76 แห่ง และโรงเรียนมัธยมศึกษา 6 แห่ง เก็บข้อมูลระหว่างวันที่ 1 มิถุนายน 2559 - 31 กรกฎาคม 2559 จากผลการศึกษาพบว่าโรงเรียนส่วนใหญ่มีโรงอาหารและมีการเตรียมปรุงอาหารเอง สูงถึงร้อยละ 96.3 โรงอาหารได้มาตรฐานกรมอนามัย เพียงร้อยละ 57.3 น้ำดื่มในโรงเรียนส่วนใหญ่เป็นน้ำฝนคิดเป็นร้อยละ 30.5 และ น้ำประปา คิดเป็นร้อยละ 26.8 ส่วนมากผ่านเครื่องกรอง คิดเป็นร้อยละ 85.4 เมื่อมองไปที่นโยบายไม่กินหวานพบว่า โรงเรียนที่ดำเนินโครงการโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ควบคุมน้ำหวาน และขนมกรุบกรอบโดยดำเนินการแล้วทั้ง 3 เรื่อง คิดเป็นร้อยละ 50.0 ดำเนินการบางเรื่อง คิดเป็นร้อยละ 31.7 และที่ยังไม่ได้ดำเนินการเลย คิดเป็นร้อยละ 18.3 ดำเนินการแต่ละเรื่องพบว่าโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม คิดเป็นร้อยละ 85.4 ปลอดลูกอม คิดเป็นร้อยละ 80.5 ปลอดขนมกรุบกรอบ คิดเป็นร้อยละ 54.9 และ ปลอดน้ำหวาน คิดเป็นร้อยละ 51.2 สรุปและข้อเสนอแนะ จากการประเมินนโยบายพบว่า มีการขับเคลื่อนนโยบายไม่กินหวานในโรงเรียนเพิ่มขึ้นซึ่งต้องดำเนินการให้เข้มแข็ง ข้อเสนอแนะควรมีการติดตามประเมินผลกระทบเกี่ยวกับสุขภาพได้แก่ โรคอ้วนและ โรคฟันผุต่อไป

คำสำคัญ: โรงเรียน; น้ำอัดลม; น้ำหวาน; ขนม
กรุบกรอบ

บทนำ

โรคฟันผุเป็นปัญหาที่เด่นชัดในกลุ่มเด็ก ส่งผลต่อพัฒนาการ สุขภาพ และการเรียน¹⁻⁴ จากการสำรวจสภาวะโรคฟันผุในฟันแท้ระดับประเทศ พ.ศ. 2555⁵ พบว่า เด็กอายุ 12 ปี มีประสบการณ์โรคฟันผุร้อยละ 52.3 มีค่าเฉลี่ยฟันผุ ถอน อุด (DMFT) เท่ากับ 1.3 ซี่/คน เป็นฟันผุที่ยังไม่ได้รับการรักษา ร้อยละ 29.1 ซึ่งการดื่มน้ำอัดลม ส่วนประกอบหลักคือน้ำตาล เป็นสาเหตุของโรคฟันผุ⁵ พบว่า พฤติกรรมที่เอื้อต่อสุขภาพช่องปาก ได้แก่ การแปรงฟันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ การบริโภคผัก ผลไม้ และ การได้รับบริการสุขภาพช่องปาก ส่วนพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญได้แก่การบริโภคลูกอม ขนมกรุบกรอบ เครื่องดื่มรสหวาน น้ำอัดลม^{6,7}

การบริโภคขนมกรุบกรอบและน้ำอัดลมมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น จากผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2552⁸ กลุ่มอายุ 6-14 ปี มีความถี่ของการบริโภคขนมกรุบกรอบสูงกว่าวัยอื่น และ การบริโภคเครื่องดื่มรสหวาน พ.ศ. 2550 เพิ่มขึ้น 1.8 เท่าจาก พ.ศ. 2547. ผลการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากระดับประเทศ ครั้งที่ 6 พบว่า เด็กอายุ 12 ปี ร้อยละ 28.2 และ ร้อยละ 11.6 บริโภคขนมกรุบกรอบ และ ดื่มน้ำอัดลม ทุกวันตามลำดับ กลุ่มอายุ 15 ปี ดื่มน้ำอัดลมทุกวันถึงร้อยละ 22.7 มากกว่าเด็ก 12 ปีเกือบเท่าตัว และกินขนมกรุบกรอบทุกวันร้อยละ 31.4 พฤติกรรมเหล่านี้ส่งผลโดยตรงต่อภาวะน้ำหนักเกิน และโรคอ้วน ครอบครัวยุคใหม่มีบทบาทสำคัญ ในการ

ควบคุมโรคเหล่านี้ และ พฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ร่วมกับสถานศึกษา⁹

การควบคุมโรคในช่องปากและปัจจัยเสี่ยง ส่วนหนึ่งคือการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพช่องปาก ส่วนใหญ่เป็นการดำเนินการในโรงเรียน ร่วมกับครู เช่น โรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ซึ่งจำเป็นต้องได้รับความร่วมมือ จากผู้บริหารองค์กร ได้แก่ นายกองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น และผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อความยั่งยืนของการดำเนินงาน โดยต้องจัดสถานที่ในการแปรงฟัน และตรวจฟันเด็ก และมีมาตรการควบคุมการขายขนมและน้ำอัดลม รวมทั้งจำกัดการนำขนม จากบ้านมาบริโภคที่โรงเรียน ปัญหาคือโรงเรียนมีข้อจำกัด ในการดำเนินงานนอกเขตพื้นที่ จึงควรพิจารณาขยายขอบเขตการดำเนินงานเป็นระดับชุมชนรวมทั้งครัวเรือน เพื่อสร้างความร่วมมือกับผู้ปกครอง¹⁰

จากการศึกษาสถานการณ์โรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ควบคุมน้ำหวาน และขนมกรุบกรอบ อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์ พ.ศ. 2558 จำนวน 78 แห่ง พบว่า โรงเรียนที่ปลอดน้ำอัดลมมีจำนวน 63 แห่งคิดเป็นร้อยละ 80.8 ขณะที่โรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ควบคุมน้ำหวาน และขนมกรุบกรอบจำนวน 23 แห่งคิดเป็นร้อยละ 29.5 สรุปได้ว่าโรงเรียนที่ไม่ปลอดน้ำอัดลม ควบคุมน้ำหวาน และขนมกรุบกรอบมีจำนวนสูงถึง 55 แห่งคิดเป็นร้อยละ 70.5¹¹

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาสถานการณ์โรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ควบคุมน้ำหวาน และขนมกรุบกรอบ อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์ พ.ศ. 2559 เพื่อประกอบการวางแผนปรับปรุงระบบการทำงาน ควบคุมโรคในช่องปากและปัจจัยเสี่ยง ได้แก่ การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพช่องปาก ซึ่งดำเนินการในโรงเรียน ร่วมกับครู