

## Elderly's Food Consumption Behaviour In A Rural Area In Northeast Thailand : Study In Non-Com District

### พฤติกรรมบริโภคอาหารของผู้สูงอายุในชนบท อีสาน ศึกษา ณ หมู่บ้าน ตำบลโนนคอม กิ่งอำเภอกุฉินารายณ์ จ.ขอนแก่น

Srinoi Maskasame (ศรีน้อย มาตเกษม) 1, Narumon Sinsupan (นฤมล ลินสุพรรณ) 2, Prapimporn Somnasang (ประพิมพ์พร สมนาแซง) 3

Article Option

-  Abstract
-  Fulltext
-  PDF File

Another articles  
in this topic collection

[<More>](#)

This article is under  
this collection.

The study was undertaken to obtain information about food consumption, food habit and nutritional status of the food eaten by the elderly, The subjects of the study were 82 elderly people (38 men, 44 women) in Sern-Nae village and Pha-Gua village, both in Non-com District , KhonKaen Province, Northeast Thailand. All the villagers aged sixty and over were interviewed. The nutritional status of the elderly was assessed by body mass index (BMI). Semi quantitative of food consumption in 24 hours was studied in 30 percent of the elderly group (randomly selected). The elderly were asked about foods eaten in the previous 24 hours and also interviewed about food habits. The average age of the subjects was 71 years. They generally lived with Their families and had meals with other members .Foods were cooked by daughters or daughters-in-law. 43.9 percent of the subjects had a chronic illness. It is traditionally believed that the elderly should not eat raw food. Half of the group had chewing problems that the elderly should not eat raw food. Half of the group had chewing problems. 71 percent were found to have low nutritional status (the average body mass index of this percentage was 19.5 kg/m<sup>2</sup> for men and 17.2 kg/m<sup>2</sup> for women). Therefore , the elderly had a tendency to be unhealthy and malnourished. Although their food had a low fat content they got enough calories, rotein and iron. Larger amounts of vitamin B1 Vitamin B2 niacin and Vitamin C , which were rather low , should be recommended. Furthermore, to improve the health of the elderly , the midwives would be a valuable group to use in campaigning and educating the public, Those who prepare food should be educated so that they can prepare appropriate foods for the elderly.

การศึกษาเรื่องนี้เป็นการศึกษาเพื่อหาข้อมูลเบื้องต้นในเรื่องการกินอาหารโดยทั่วไปของผู้สูงอายุหมู่บ้านที่ทำการศึกษาคือ บ้านเขินเหนือและบ้านปากกล้วย หมู่ 6 ต.โนนคอม กิ่ง อ.กุฉินารายณ์ จ.ขอนแก่น การเก็บข้อมูลใช้วิธีสัมภาษณ์ผู้สูงอายุทุกคนที่มีอายุตั้งแต่ 60 และ 60 ปีขึ้นไปในหมู่บ้านดังกล่าวด้วยแบบสอบถามการศึกษาภาวะโภชนาการของผู้สูงอายุทำโดยซึ่งนำหนักและวัดส่วนสูงเพื่อคำนวณดัชนีความหนาแน่นของร่างกาย (Body Mass Index BMI) ร้อยละ 30 ของผู้สูงอายุจะถูกสุ่มเพื่อศึกษาปริมาณสารอาหารที่ผู้สูงอายุได้รับโดยวิธีสอบถามการรับประทานอาหารใน 24 ชั่วโมงที่นำมาประกอบกับการชั่งและเก็บตัวอย่างอาหารที่รับประทานเพื่อตรวจสอบปริมาณสารอาหารที่ได้รับเทียบกับค่าที่แนะนำสำหรับคนไทยสูงอายุผลการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุทั้งหมดมีจำนวน 82 คนเป็นชาย 38 คนและหญิง 44 คน อายุโดยเฉลี่ย 71 ปีผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะอาศัยอยู่กับคู่ครองและบุตรหลานการกินอาหารโดยทั่วไปจะกินพร้อมกับสมาชิกอื่นๆ ในครอบครัว โดยมีลูกสาวหรือลูกสะใภ้เป็นผู้เตรียมอาหารมีโรคประจำตัวร้อยละ 43.9 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่บริโภคอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ และเชื่อว่าเป็นอาหารห้ามสำหรับผู้สูงอายุประมาณเกือบครึ่งหนึ่งของจำนวนผู้สูงอายุมีปัญหาเกี่ยวกับเหงือกและฟันภาวะโภชนาการของผู้สูงอายุพบว่ามี BMI ค่อนข้างต่ำคือเฉลี่ย 19.5 กิโลกรัม/ตารางเมตรในเพศชายและ 17.2 กิโลกรัม/ตารางเมตรในหญิงผู้สูงอายุที่จัดว่าผอม (มี BMI ต่ำกว่า 20 กิโลกรัม/ตารางเมตร) มีถึงร้อยละ 71 ดังนั้นจึงเป็นที่น่าหวังว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ผอมและอาจมีแนวโน้มว่าจะขาดอาหารได้จากการสำรวจการบริโภคอาหารพบว่าส่วนใหญ่ไม่ค่อยบริโภคอาหารประเภทไขมันผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้รับปริมาณพลังงานโปรตีนและธาตุเหล็กเพียงพอแต่ได้รับวิตามินบี 1 , บี 2 ในอาซีน และวิตามินซีต่ำ ซึ่งควรปรับปรุงในเรื่องนี้ให้มากในการปรับปรุงสุขภาพผู้สูงอายุน่าจะต้องรณรงค์ให้ความรู้แก่กลุ่มแม่บ้านเนื่องจากเป็นผู้มีบทบาทสำคัญต่อสุขภาพผู้สูงอายุและเป็นผู้ดูแลเรื่องการกินอาหารของผู้สูงอายุด้วย

[... Full text.](#)