

การประเมินภาวะสุขภาพของนักศึกษาเภสัชศาสตร์  
มหาวิทยาลัยมหิดล

นาย จักรพันธุ์ ชมสวน  
นาย สมภพ พรหมไย

โครงการพิเศษนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาเภสัชศาสตรบัณฑิต  
คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
พ.ศ. 2550

HEALTH STATUS IN PHARMACY STUDENTS,  
MAHIDOL UNIVERSITY

MISTER JUKRAPHAN CHOMSUAN  
MISTER SOMPOB PROMYAI

A SPECIAL PROJECT SUBMITTED IN PARTIAL FULFILMENT  
OF THE REQUIREMENT FOR  
THE BACHELOR DEGREE OF SCIENCE IN PHARMACY  
FACULTY OF PHARMACY  
MAHIDOL UNIVERSITY

โครงการพิเศษ

เรื่อง การประเมินภาวะสุขภาพของนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

.....  
(นายจักรพันธุ์ ชมสวน)

.....  
(นายสมภาพ พรหมไย)

.....  
(ผศ.ดร.วราภัสร์ พากเพียรกิจวัฒนา)  
อาจารย์ที่ปรึกษา

.....  
(ผศ.ดร.ผุสดี ทัดพิณิจ)  
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

## บทคัดย่อ

### การประเมินภาวะสุขภาพของนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

จักรพันธุ์ ชมสวน, สมภาพ พรหมไย

อาจารย์ที่ปรึกษา: วราภัสร์ พากเพียรกิจวัฒนา\*, ผุสดี ทัดพินิจ\*

\* ภาควิชาอาหารเคมี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

คำสำคัญ: ภาวะสุขภาพ, โภชนาการ

โครงการพิเศษนี้วัตถุประสงค์หลักเพื่อประเมินภาวะสุขภาพ ศึกษาความรู้ด้านโภชนาการ และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารกับภาวะสุขภาพของนักศึกษาเภสัชศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดล การศึกษาครั้งนี้เป็นการสำรวจแบบตัดขวาง โดยใช้แบบสอบถามในการรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งสุ่มจากนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลตั้งแต่ชั้นปีที่ 2 ถึงชั้นปีที่ 5 ทำการรวบรวมข้อมูลในระหว่างวันที่ 1 กรกฎาคม ถึงวันที่ 31 สิงหาคม พ.ศ. 2550

ผลการศึกษาพบว่าจากกลุ่มตัวอย่าง 172 คน เป็นเพศชายร้อยละ 34.3 และเป็นเพศหญิงร้อยละ 65.7 กลุ่มตัวอย่างมีดัชนีมวลกายเฉลี่ยเท่ากับ 20.18 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 8.7 มีภาวะอ้วนลงพุง ในด้านความรู้ด้านโภชนาการกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนอยู่ในเกณฑ์ดีมาก (มากกว่าร้อยละ 80 ของคะแนนเต็ม) โดยมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ 13.97 คะแนน คิดเป็นร้อยละ 87.31 ด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารพบว่ากลุ่มตัวอย่างรับประทานอาหารเช้าวันละ 3 มื้อ ร้อยละ 58.1 และรับประทานอาหารเช้าครบ 5 หมู่เพียงร้อยละ 47.7 กลุ่มตัวอย่างมีการล้างมือก่อนรับประทานอาหารเช้าเพียงร้อยละ 13.4 ทางด้านพฤติกรรมการออกกำลังกายพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการออกกำลังกายเพียงร้อยละ 48.8 ด้านทัศนคติที่มีต่อรูปร่างพบว่าร้อยละ 45.3 คิดว่ารูปร่างของตนเองมีปัญหา เมื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านโภชนาการกับดัชนีมวลกาย พฤติกรรมการบริโภคอาหารกับดัชนีมวลกาย การออกกำลังกายกับดัชนีมวลกาย และทัศนคติที่มีต่อรูปร่างกับดัชนีมวลกาย พบว่ามีเพียงทัศนคติที่มีต่อรูปร่างกับดัชนีมวลกายเท่านั้นที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p = 0.000$ ) โดยสรุปแล้วนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลมีความรู้ด้านสุขภาพที่ดีมาก แต่มีนักศึกษาบางกลุ่มที่มีดัชนีมวลกายเกินกว่าค่าปกติ และมีบางกลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนลงพุง ซึ่งเป็นปัญหาต่อไปในภายหน้า จึงสมควรที่จะรณรงค์การมีพฤติกรรมการบริโภคที่ถูกต้องและส่งเสริมการออกกำลังกายแก่นักศึกษาต่อไป

## Abstract

### Health status in pharmacy student, Mahidol University

Jukraphan chomsuan, Sompob promyai

**Project advisor:** Varapat Pakpeankitvatana, Pussanee Tudpinij

\*Department of Food Chemistry, Faculty of Pharmacy, Mahidol University

**Keyword:** Health status, Nutrition

The main objective of this special project is to assess the health status, to study the nutrient knowledge and consumed behavior, to find the relationship of nutrient knowledge and consumed behavior with health status. This study is a cross-sectional survey using questionnaire to collect data from 2<sup>nd</sup> year to 5<sup>th</sup> year-pharmacy students in Mahidol University between July 1<sup>st</sup> and August 31<sup>st</sup> 2007.

The result showed that 172 students are male 34.3% and female 65.7%. The average body mass index (BMI) of these students is 20.18 Kilogramme/M<sup>2</sup>. 8.7% of the samples were a metabolic syndrome. The students have an excellent nutrient knowledge (>80%). An average point is 13.97, which is 87.31% of the perfect points. The behavior of students showed that the samples, have at least 3 meals daily, are 58.1%. The students, who consume whole 5 nutrient groups daily, are 47.7%. There were 13.4 % of the samples who always wash their hand before meals. The exercised samples are 48.8% of the whole students. The samples, opined they have a problem body shape, are 45.3%. About the relationship between the nutrient knowledge and BMI, the consumed behavior and BMI, exercise and BMI, body shape opinion and BMI, we found that only relationship between body shape opinion and BMI is significantly different between groups ( $p = 0.000$ ). In conclusion, pharmacy students in Mahidol University have excellent health knowledge, but some students are overestimated body mass index or metabolic syndrome, which should cause health problems in the future. Therefore, the faculty should reinforce the correct consumed behavior and promote the exercise in area of the faculty.