



รายงาน
ผลการสำรวจด้านโภชนาการ
การสำรวจสุขภาพประชาชนไทย
โดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 4 พศ 2551-2552

สำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย

สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข

รายงานผลการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย
ด้วยการตรวจร่างกายครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2552

ที่ปรึกษา

นพ. พงษ์พิสุทธิ์ จงอุดมสุข

นพ. ศุภกิจ ศิริลักษณ์

รศ. พญ. เยาวรัตน์ ปรปักษ์ขาม

รศ. พญ. พรพันธุ์ บุญยรัตพันธุ์

บรรณาธิการ และผู้เขียน

นพ วิชัย เอกพลากร

ดร วราภรณ์ เสดียรนพเก้า

ดร. ศักดา พริงคำ

ผู้ช่วยบรรณาธิการ

รุ่งกานต์ อินทวงศ์

จิราลักษณ์ นนทารักษ์

สุพรรณศักดิ์ ทิพย์สุขุม

นักวิชาการที่ปรึกษา

ที่ปรึกษาวิชาการด้านโภชนาการ และเด็ก	
1. รศ.พญ. มันทนา ประทีปะเสน	ภาควิชาโภชนาวิทยา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
2. ดร.วรารักษ์ เสถียรนพเก้า	ภาควิชาโภชนาวิทยา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
3. พญ.แสงโสม สีนะวัฒน์	กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
4. รศ. พัทธนี วินิจจะกูล	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
5. ผศ.ดร.อุไรพร จิตต์แจ้ง	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
6. คุณสุจิตรา ผลประไพ	กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
7. คุณสุจิตต์ สาลีพันธ์	กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
8. ดร.กานดาวิสี มาลีวงษ์	กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
9. รศ. พญ. ลัดดา เหมาะสุวรรณ	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ที่ปรึกษาด้านการคุ้มครองตัวอย่างและสถิติ	
1. คุณหทัยชนก พรหมเจริญ	สำนักงานสถิติแห่งชาติ
2. คุณบรรพต ดีเมืองสอง	สำนักงานสถิติแห่งชาติ

ทีมภาคสนาม

ทีมเครือข่ายการสำรวจระดับภูมิภาค

ภาคเหนือ

- 1.รศ.นพ.สุวัฒน์ จริยาเลิศศักดิ์
- 2.คุณกนิษฐา ไทยกกล้า
- 3.อาจารย์เทอดศักดิ์ พรหมอารักษ์
- 4.รศ. ดร. วงศา เล่าหิรัวงศ์
- 5.คุณสุทธินันท์ สระทองหน
6. รศ.พญ. รัตนา พันธุ์พานิช
7. รศ.พญ.จิราพร สุวรรณธีรารังกูร
8. ผศ.นพ.เกรียงไกร ศรีธนะวิบูลย์ชัย

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

- 1.ผศ.นพ.ปัทมพงษ์ เกษสมบูรณ์
- 2.รศ.นพ.สมเดช พินิจสุนทร
- 3.ดร.ปิยธิดา คูหิรัญญรัตน์
- 4.รศ.อมรรัตน์ รัตนศิริ
- 5.ผศ.สุชาดา ภัยหลีกถี้
- 6.คุณนภาพร คงสันธิ์
- 7.คุณบังอรศรี จินดาวังค์
- 8.คุณวีระพงษ์ สีอุปลัด

ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ ม.ขอนแก่น
ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ภาคใต้

- 1.ศ.นพ.วีระศักดิ์ จงสู่วิวัฒน์วงศ์
- 2.พญ.รัศมี สังข์ทอง
- 3.คุณมะเพาซีส คีอราวี

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ภาคกลาง

- 1.ศ.นพ.สุรศักดิ์ ฐานิพานิชสกุล
- 2.รศ.สมรัตน์ เลิศมหาฤทธิ์
- 3.คุณอรอุมา ของรัมย์ย์
- 4.คุณนุชนาฏ หวนนากกลาง
- 5.คุณวิไล ชินเวชกิจวานิชย์
- 6.คุณศุกรินทร์ วิมุกตายน

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคกรุงเทพมหานคร

- 1.รศ.ดร.พรรณวดี พุทธิวัฒนะ
- 2.ผศ.เฉลิมศรี นันทวรรณ

คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

คำนำ

การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 4 ดำเนินการโดย สำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข และเครือข่ายภาคสนาม มหาวิทยาลัย 5 แห่ง โดยการสนับสนุนของสำนักนโยบายและแผน กระทรวงสาธารณสุข สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ และกรมอนามัย การวางแผนเตรียมการสำรวจได้รับความร่วมมือจากผู้เชี่ยวชาญสาขาต่างๆ จากมหาวิทยาลัย และหน่วยที่เกี่ยวข้อง การสำรวจภาคสนามได้รับความร่วมมือจากเครือข่ายนักวิชาการของมหาวิทยาลัยในภูมิภาคต่าง การประมวลผล การวิเคราะห์และแปลผลการข้อมูลนี้ ได้รับความร่วมมือจากผู้เชี่ยวชาญเช่นกัน รายงานฉบับนี้กล่าวถึง ผลการสำรวจด้านโภชนาการ ได้แก่ พฤติกรรมการกินอาหาร ภาวะอ้วน และภาวะโภชนาการไอโอดีน ทางสำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย ขอขอบพระคุณ หน่วยงานที่ให้การสนับสนุนด้านงบประมาณ และเครือข่ายผู้ดำเนินการเก็บข้อมูลในพื้นที่ ผู้เชี่ยวชาญและนักวิชาการทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการดำเนินการและหวังว่ารายงานผลจากการสำรวจครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินงานด้านสุขภาพเพื่อสุขภาวะของประชาชนไทยต่อไป

นพ. วิชัย เอกพลากร

บรรณาธิการ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อ	ก
บทที่ 1 บทนำ	1
บทที่ 2 การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 4 (พ.ศ.2551)	2
บทที่ 3 ผลการสำรวจ	7
1. ข้อมูลพื้นฐาน	7
2. พฤติกรรมการกินอาหารของประชาชนไทย	9
2.1 พฤติกรรมการกินนมของเด็กอายุ 1 ปี – 1 ปี 11 เดือน	9
2.2 พฤติกรรมการกินอาหารของเด็กอายุ 1 – 5 ปี	18
2.3 พฤติกรรมการกินอาหารของเด็กอายุ 6 -14 ปี	28
2.4 พฤติกรรมการกินอาหารของประชาชนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป	31
3. การกินผักผลไม้	40
3.1 การกินผักผลไม้ของเด็กอายุ 2-14 ปี	40
3.2 การกินผักผลไม้ของประชาชนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป	48
4. พฤติกรรมความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทต่างๆ	57
4.1 ความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทต่างๆของประชากรเด็กอายุ 2 -14 ปี	57
4.2 ความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทต่างๆประชากรกลุ่มอายุ 15 ปีขึ้นไป	87
5. ภาวะโภชนาการ	119
5.1 ภาวะโภชนาการในเด็ก	119
5.2 ภาวะอ้วนในกลุ่มผู้ใหญ่	125
6. ภาวะโภชนาการของสารไอโอดีนในเด็ก	132
สรุปผล	142
ภาคผนวก	144

บทคัดย่อ

การสำรวจสุขภาพประชาชนครั้งที่ 4 พศ. 2551- 2552 นี้เก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างประชากรไทยอายุตั้งแต่ 1 ปีขึ้นไป ที่อาศัยใน 20 จังหวัดทั่วประเทศ และกทม. จำนวน 29,485 คน คิดเป็นอัตราตอบกลับร้อยละ 93 โดยเป็นตัวอย่างเด็กอายุ 1-14 ปีจำนวน 9035 คน และตัวอย่างประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไปจำนวน 20450 คน เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์พฤติกรรมกรรมการกินอาหาร และการตรวจสัดส่วนร่างกาย ผลการสำรวจได้ผลดังนี้

การกินนมแม่

1. เด็กอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน ร้อยละ 91 ได้กินนมแม่เป็นเวลานานมากกว่า 1 เดือน สัดส่วนนี้ไม่แตกต่างระหว่างในเขตและนอกเขตเทศบาล
2. ใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา เด็กอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน ได้กินนมแม่ เพียงร้อยละ 23.6
3. ร้อยละ 31.1 ของเด็กกินนมแม่อย่างเดียในช่วง 3 เดือนแรก และสัดส่วนนี้ลดเหลือ ร้อยละ 7.1 สำหรับอายุ 6 เดือนแรก

การกินอาหารครบ 3 มื้อ และการกินอาหารนอกบ้าน

4. ร้อยละ 20 ของเด็ก อายุ 6-14 ปี และ ร้อยละ 23 ของประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไปกินอาหารไม่ครบ 3 มื้อต่อวัน โดยร้อยละ 60 งดอาหารมื้อเช้า ส่วนผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) งดอาหารมื้อกลางวันมากกว่า
5. ในวันทำงาน ประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ร้อยละ 80 กินอาหารมื้อเย็นที่ทำกินเองที่บ้าน ส่วนอีกร้อยละ 20 กินอาหารมื้อเย็นนอกบ้าน หรือซื้ออาหารสำเร็จรูป
6. ในวันเสาร์อาทิตย์ ประมาณหนึ่งในสี่ของประชากรไทยอายุ 15 ปี ขึ้นไปกินอาหารนอกบ้านอย่างน้อย 1 มื้อ

การกินผัก และผลไม้

7. ในเด็กไทยอายุ 2-14 ปี กินผักเฉลี่ย วันละ 0.7 ส่วน (มัธยฐาน 0.4 ส่วน) โดยร้อยละ 71.8 กินผักน้อยกว่า 1 ส่วนต่อวัน และร้อยละ 89.9 กินน้อยกว่า 2 ส่วนต่อวัน กินผลไม้ เฉลี่ย วันละ 1.3 ส่วน (มัธยฐาน 0.9 ส่วน) โดยร้อยละ 56.6 กินผลไม้น้อยกว่า 1 ส่วนต่อวัน และมีร้อยละ 11.2 ของเด็กที่กินผักและผลไม้รวมกันได้วันละ 4 ส่วนมาตรฐานขึ้นไป และมีเพียงร้อยละ 6.3 กินได้ 5 ส่วนขึ้นไปต่อวัน
8. ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินผักและผลไม้เฉลี่ยวันละ 3 ส่วน (มัธยฐาน 2.4 ส่วน) สัดส่วนของประชากรที่กินผักและผลไม้เพียงพอตามข้อเสนอแนะ (ตั้งแต่ 5 ส่วนขึ้นไป) มีเพียงร้อยละ 17.7 (ชายร้อยละ 16.9 หญิงร้อยละ 18.5)

ความถี่ในการบริโภคอาหารบางประเภท

9. นมหวาน ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีดื่มนมหวานเกือบทุกวันร้อยละ 14.4 และดื่มทุกวันร้อยละ 20 (อายุ 2-5 ปี ดื่มทุกวัน ร้อยละ 26.2 และอายุ 6-14 ปี ดื่มทุกวันร้อยละ 17.6) และดื่มนมเปรี้ยวทุกวัน ร้อยละ 16.4

10. น้ำอืดลม ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินน้ำอืดลมเกือบทุกวันร้อยละ 15.5 และกินทุกวันร้อยละ 15.3 โดยเด็กอายุ 2-5 ปี กินเกือบทุกวันร้อยละ 13.1 และกินทุกวันร้อยละ 10.6 ส่วน เด็กอายุ 6-14 ปีกินเกือบทุกวัน ร้อยละ 16.5 และกินทุกวันร้อยละ 17.2
11. ขนมหุบกกรอบ ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินขนมหุบกกรอบเกือบทุกวันร้อยละ 19.1 และกินทุกวันร้อยละ 28.2 (เด็กอายุ 2-5 ปี กินเกือบทุกวันร้อยละ 19.0 และกินทุกวันร้อยละ 30.2 ส่วนเด็กอายุ 6-14 ปี กินเกือบทุกวันร้อยละ 19.1 และกินทุกวันร้อยละ 27.4)

วัยผู้ใหญ่ 15 ปีขึ้นไป

12. กลุ่มอายุ 15-59 ปี กินอาหารเกือบทุกประเภทน้อยกว่าผู้สูงอายุอายุ 60 ปีขึ้นไป ได้แก่ เนื้อสัตว์ กว๊านเตี้ยว มะหมีสำเร็จรูป อาหารทอด อาหารจานด่วน ผลไม้รสไม่หวาน น้ำอืดลม น้ำหวาน เครื่องดื่มชูกำลัง และ ชา กาแฟ เป็นต้น อาหารที่ผู้สูงอายุกินน้อยกว่ากลุ่มวัยแรงงานคือ อาหารประเภทปลาชนิดต่างๆ ปลาร้า ปลาเจ่า น้ำบูดู และน้ำพริก
13. น้ำอืดลมและน้ำหวาน พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ดื่มเกือบทุกวันร้อยละ 8.3 และดื่มทุกวัน ร้อยละ 7.9 และเครื่องดื่มชูกำลัง พบว่าร้อยละ 4.8 ดื่มเกือบทุกวัน และร้อยละ 5.7 บอกว่าดื่มทุกวัน

ภาวะโภชนาการ

14. เด็กอายุ 1-5 ปี และเด็ก อายุ 6-9 ร้อยละ 11-12 มีน้ำหนักตัว(weight for height) อยู่ในเกณฑ์ ท้วม ถึง อ้วน และสัดส่วนนี้เพิ่มเป็น ร้อยละ 14.9 เมื่ออายุ 10-14 ปี เด็กในเขตเทศบาลมีสัดส่วนของท้วมและอ้วนมากกว่าเด็กนอกเขตเทศบาล เด็กในกทม. และภาคกลางมีสัดส่วนของเด็กท้วม เริ่มอ้วน และ อ้วนสูงกว่าภาคอื่น
15. ความชุกของโรคอ้วนที่ $BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$ ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปเท่ากับร้อยละ 28.4 ในผู้ชาย และ 40.7 ในผู้หญิง
16. ความชุกของภาวะอ้วนลงพุงในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป เท่ากับร้อยละ 18.6 ในชายและ 32 ในผู้หญิง ความชุกในเขตเทศบาลสูงกว่านอกเขตเทศบาล และในภาคกลางและกทม. สูงกว่าภาคอื่น
17. ภาวะโภชนาการของไอโอดีนในเด็กอายุ 1- 14 ปี แบ่งเป็น 3 กลุ่ม

กลุ่มมีสารไอโอดีนในระดับเหมาะสม (ไอโอดีนในปัสสาวะ 100-199 ug/L) ร้อยละ 36.2

กลุ่มขาดสารไอโอดีน (ไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) ร้อยละ 34.8 และ

กลุ่มได้รับสารไอโอดีนเกิน คือ สูงกว่าความต้องการ(ไอโอดีนในปัสสาวะ 200-299 ug/L) และมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ $\geq 300 \text{ ug/L}$) รวมกันร้อยละ 29.1

โดยสรุปการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 4 นี้ พบว่ายังมีประชากรส่วนหนึ่งทั้งในกลุ่มประชากรเด็กและผู้ใหญ่ ที่มีพฤติกรรมการกินอาหารที่ไม่เกื้อหนุนต่อสุขภาพะ นอกจากนี้ยังพบภาวะทุพโภชนาการได้แก่ภาวะอ้วนทั้งในเด็กและผู้ใหญ่และการขาดสารไอโอดีนในเด็ก ซึ่งการแก้ไขพฤติกรรมบริโภคอาหารนี้ควรมีมาตรการในระดับนโยบายและกลยุทธ์ดำเนินการเพื่อให้ประชาชนมีพฤติกรรมบริโภคเพื่อสุขภาพดีเพิ่มขึ้นต่อไป

บทที่ 1

บทนำ

การพัฒนาและวางแผนสาธารณสุขเพื่อให้ประชาชนไทยมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี และเป็นประชากรที่มีศักยภาพในการนำความเจริญรุ่งเรืองมาสู่ประเทศนั้น ต้องการข้อมูลสำคัญที่หลากหลาย เช่น ข้อมูลสถานะสุขภาพของประชากร ขนาดของปัญหาสุขภาพที่สำคัญ และปัจจัยเสี่ยง (Risk factors) ที่มีอิทธิพลต่อการเกิดปัญหาเหล่านั้น มีการแจกแจงข้อมูลตามพื้นที่ต่างๆ ของประเทศ เช่น เขตสาธารณสุขตามภาค หรือตามเขตปกครองท้องถิ่น รวมทั้งตามลักษณะทางชีวภาพของประชากรที่สัมพันธ์กับสถานะสุขภาพ คือ เพศ และอายุ ตลอดจนสถานะทางสังคมเศรษฐกิจ

การสำรวจสถานะสุขภาพอนามัยของประชาชนในระดับประเทศ ทั้งโดยการสัมภาษณ์ การตรวจร่างกาย และการตรวจเลือดหรือปัสสาวะ ทางห้องปฏิบัติการจะทำให้ได้ข้อมูลด้านสุขภาพโดยเฉพาะความชุกของปัญหาสุขภาพต่างๆ พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคของบุคคลและระดับชีวเคมีที่สำคัญ เช่น น้ำตาลในเลือด ไขมัน ตลอดจนระดับชีวเคมีอื่นๆ ที่ละเอียดมากกว่าข้อมูลรายงานการเจ็บป่วยในระบบสาธารณสุขที่ดำเนินอยู่ และเมื่อประกอบกับข้อมูลการตายจะทำให้ทราบสถานะสุขภาพและข้อมูลที่ชัดเจนในการแก้ไขปัญหาสุขภาพที่สำคัญได้

ในปัจจุบันข้อมูลจากการสำรวจสถานะสุขภาพในประเทศ นอกจากจะใช้วางแผนสาธารณสุขแล้ว ยังใช้สำหรับการประชาสัมพันธ์เชิงรุกให้ประชาชนโดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงและนำไปสู่โครงการรณรงค์เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงต่อโรคเหล่านั้นด้วย เช่น โครงการรณรงค์ให้รับประทานผักและผลไม้ โครงการคนไทยไร้พุงเพื่อลดภาวะน้ำหนักเกินโดยเฉพาะการอ้วนลงพุงที่เป็นสาเหตุสำคัญของโรคเบาหวาน และการวัดความดันเลือดเพื่อควบคุมโรคความดันเลือดสูง เป็นต้น

ประเทศไทยได้มีการสำรวจสถานะสุขภาพอนามัยของประชาชนโดยการตรวจร่างกายมาแล้ว 3 ครั้งด้วยกัน คือ ครั้งที่ 1 ในระหว่าง พ.ศ. 2534-2535, ครั้งที่ 2 ในระหว่าง พ.ศ. 2539-2540 และ ครั้งที่ 3 ในระหว่าง พ.ศ. 2546-2547 การสำรวจในครั้งล่าสุดครั้งที่ 4 ในปี 2551-52 ซึ่งเป็นครั้งแรกที่ได้ผนวกการสำรวจด้านด้านพฤติกรรมการกินอาหาร และโภชนาการรวมอยู่ในเนื้อหาการสำรวจครั้งที่ 4 นี้ด้วย

บทที่ 2

การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 4 (พ.ศ. 2551)

2.1 วัตถุประสงค์ของการสำรวจ ด้านโภชนาการ

เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการของประชาชนไทย ที่มีอายุ 1 ปีขึ้นไป ในระดับประเทศ ภาค กลุ่มอายุ เพศ และเขตปกครอง เกี่ยวกับความชุกของพฤติกรรมการกินอาหาร ความถี่ของการกินอาหารประเภทอาหาร ตลอดจนสถานะทางโภชนาการของประชากรไทย

2.2 หน่วยงานที่รับผิดชอบและเครือข่าย

1. สำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข
2. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ
รับผิดชอบการสำรวจในภาคเหนือ
3. มหาวิทยาลัยขอนแก่น คณะแพทยศาสตร์
รับผิดชอบการสำรวจในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
4. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ คณะแพทยศาสตร์
รับผิดชอบการสำรวจในภาคใต้
5. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย วิทยาลัยวิทยาศาสตร์สาธารณสุข
รับผิดชอบการสำรวจในภาคกลาง
6. มหาวิทยาลัยมหิดล คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
รับผิดชอบการสำรวจในกรุงเทพมหานคร

2.3 กลุ่มเป้าหมาย

ประชากรอายุตั้งแต่ 1 ปีขึ้นไป โดยแบ่งเป็นกลุ่มอายุตามพัฒนาการทางชีวภาพและด้านสังคม การศึกษา เป็น 3 กลุ่ม คือ

1. กลุ่มเด็ก (อายุ 1-14 ปี) ซึ่งในกลุ่มนี้ยังแยกตามการเจริญเติบโตเป็น
 - กลุ่มเด็กก่อนวัยเรียน (1-5 ปี)
 - วัยเรียน (6-14 ปี)
2. วัยทำงาน (15-59 ปี)
3. วัยสูงอายุ (60 ปีขึ้นไป)

2.4 การสุ่มตัวอย่างและจำนวนประชากรตัวอย่าง

การสำรวจครั้งนี้ใช้แผนการสุ่มตัวอย่างเชิงความน่าจะเป็น (Probability sampling) แบบกลุ่มหลายขั้น (Multistage cluster sampling) โดยมีประชากรกลุ่มเป้าหมายคือประชากรที่มีรายชื่อในทะเบียนราษฎร์ กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย ที่อาศัยอยู่ใน 4 ภาคของประเทศและกรุงเทพมหานคร และแบ่งประชากรเป็นกลุ่มตามชั้นภูมิต่างๆ ขั้นตอนการสุ่มมีดังนี้

ขั้นที่ 1 เลือกจังหวัด 5 จังหวัดจากแต่ละภาคใน 4 ภาคของประเทศโดยวิธีการสุ่มตัวอย่าง (Random sampling) ตามขนาดของประชากร (Proportional to size) โดยแบ่งจังหวัดตามขนาดประชากรเป็น 3 ระดับ คือ ใหญ่ กลาง และเล็ก

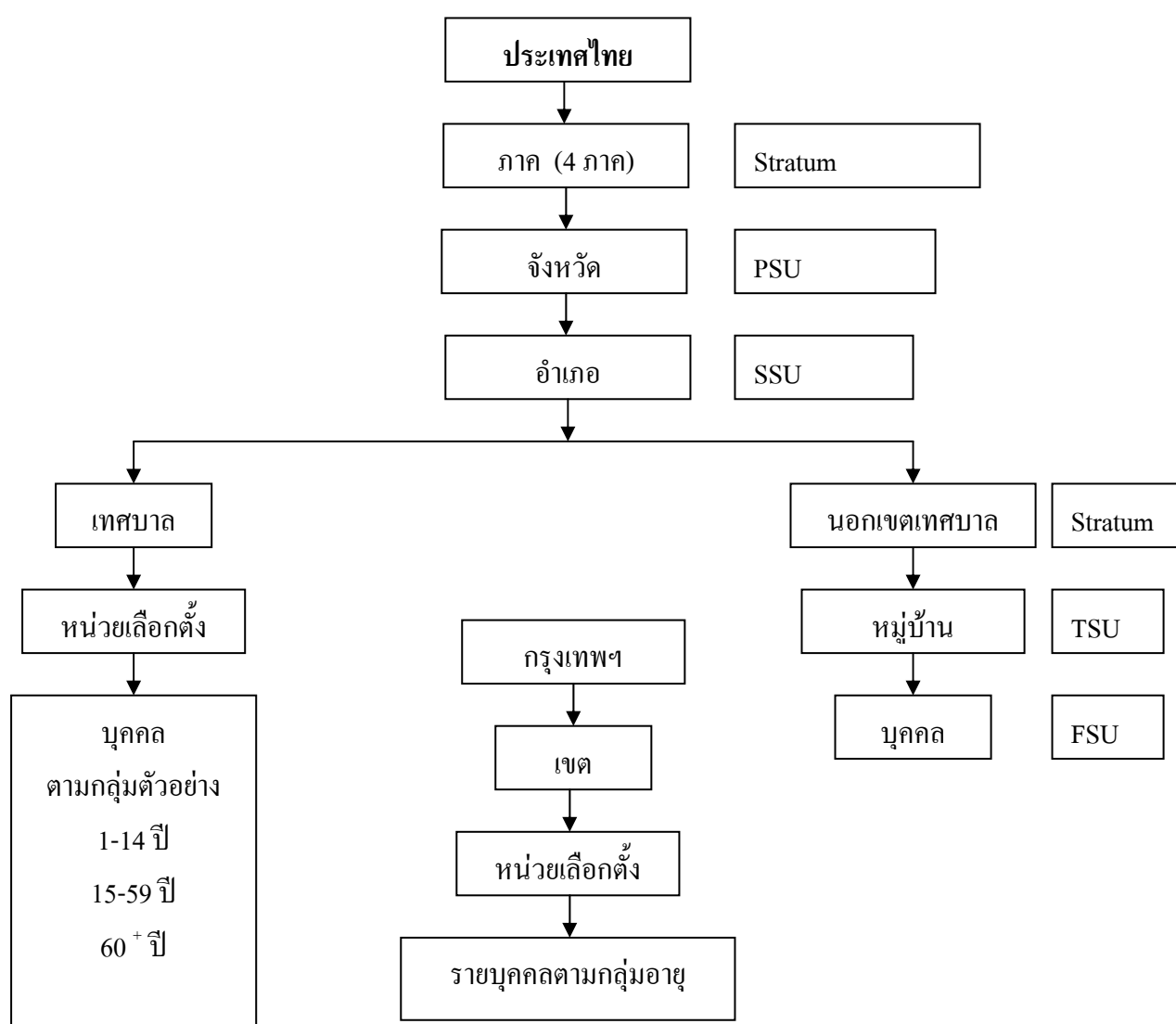
ขั้นที่ 2 เลือกอำเภอตัวอย่าง จากแต่ละจังหวัดตัวอย่างโดยใช้การสุ่มเลือกเป็นสัดส่วนตามขนาดของประชากร เช่นเดียวกับระดับจังหวัด โดยเลือกจากจังหวัดใหญ่ 7 อำเภอ จังหวัดขนาดกลาง 5 อำเภอ และ จังหวัดเล็ก 3 อำเภอ

ขั้นที่ 3 เลือกหน่วยเลือกตั้งหรือหมู่บ้าน จากแต่ละเขตเทศบาล และนอกเขตเทศบาล ในแต่ละอำเภอตัวอย่าง

ขั้นที่ 4 สุ่มเลือกบุคคลตัวอย่างตามกลุ่มอายุ เพศ ที่กำหนดไว้ (ชาย/หญิง ในกลุ่มอายุ 1-14 ปี, 15-59 ปี และ 60 ปีขึ้นไป) โดยวิธี Systematic random sampling จากหน่วยเลือกตั้งหรือหมู่บ้านตัวอย่าง

สำหรับ**กรุงเทพมหานคร** ได้สุ่มเลือก 1 เขต จากแต่ละกลุ่มพื้นที่ของ 12 กลุ่มพื้นที่ของกรุงเทพมหานคร (คือ รัตนโกสินทร์ ลุมพินี วัฒนาฯ เจ้าพระยา ธนบุรี ดากสิน พระนครเหนือ นูรพา สุวินทวงศ์ ศรีนครินทร์ มหาสวัสดิ์ และกลุ่มสนามชัย) จากนั้นในแต่ละเขตจะสุ่มหน่วยเลือกตั้ง และขั้นสุดท้ายคือ การสุ่มประชากรตามเพศ และกลุ่มอายุ จากหน่วยเลือกตั้ง/หมู่บ้าน แต่ละหน่วย

ขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างได้แสดงไว้ในแผนภูมิต่อไปนี้



จังหวัดที่ถูกกลุ่มเป็นตัวอย่างในแต่ละภาคมีดังนี้คือ

ภาคกลาง

- ปราจีนบุรี
- ลพบุรี
- จันทบุรี
- นครปฐม
- เพชรบุรี

ภาคเหนือ

- เชียงใหม่
- น่าน
- สุโขทัย
- เพชรบูรณ์
- อุทัยธานี

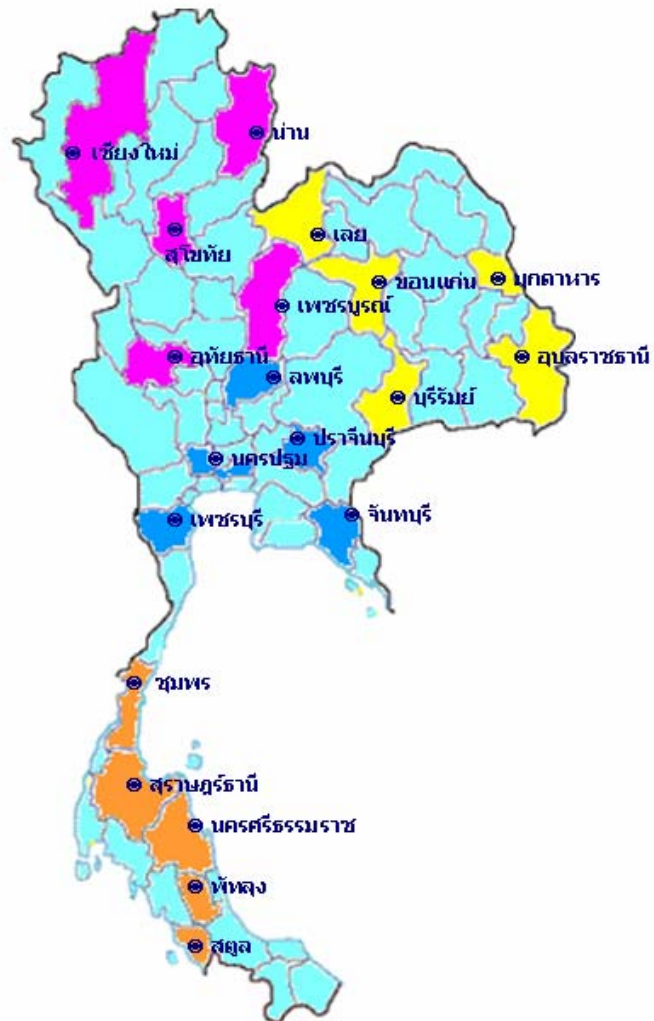
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

- เลย
- ขอนแก่น
- บุรีรัมย์
- มุกดาหาร
- อุบลราชธานี

ภาคใต้

- ชุมพร
- สุราษฎร์ธานี
- นครศรีธรรมราช
- พัทลุง
- สตูล

จังหวัดที่ถูกกลุ่มในการสำรวจ



กรุงเทพมหานคร	
กลุ่มเขต	เขตที่ถูกเลือกเป็นตัวอย่าง
1. กลุ่มรัตนโกสินทร์	ดุสิต
2. กลุ่มลุมพินี	ปทุมวัน
3. กลุ่มวิภาวดี	ราชเทวี
4. กลุ่มเจ้าพระยา	คลองเตย
5. กลุ่มธนบุรี	คลองสาน
6. กลุ่มตากสิน	จอมทอง
7. กลุ่มพระนครเหนือ	ลาดพร้าว
8. กลุ่มบูรพา	คันนายาว
9. กลุ่มสุวินทวงศ์	หนองจอก
10. กลุ่มศรีนครินทร์	ลาดกระบัง
11. กลุ่มมหาสวัสดิ์	ตลิ่งชัน
12. กลุ่มสนามชัย	ทุ่งครุ

กลุ่มเป้าหมายและขนาดตัวอย่างของแต่ละกลุ่ม

การกำหนดขนาดของประชากรกลุ่มเป้าหมาย ใช้ความชุกของสถานะสุขภาพที่ต่ำที่สุดในแต่ละประชากรกลุ่มเป้าหมายเป็นเกณฑ์โดยคำนึงถึงการสุ่มเลือกประชากรตัวอย่างโดยไม่มี Replacement โดยสุ่มจากประชาชนไทยที่มีรายชื่ออยู่ในสำนักทะเบียนราษฎร์ กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย สำหรับจำนวนตัวอย่างเป้าหมายที่ประมาณได้จากหลักการทางสถิติจำแนกตามกลุ่มอายุที่ศึกษา แสดงในตารางที่ 2.4.1

ตารางที่ 2.4.1 จำนวนตัวอย่างเป้าหมาย

กลุ่มอายุ (ปี)	ชาย	หญิง	รวม
1-14	4870	4870	9740
15-59	6120	6120	12240
60 ⁺	4860	4860	9720
รวม	15850	15850	31700

ในแต่ละจุดที่เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์และตรวจร่างกาย ในแต่ละจังหวัดประกอบด้วยตัวอย่าง 3 กลุ่มอายุนัดจุดละประมาณ 60 คน ซึ่งจะมีการกระจายตามกลุ่มอายุต่างๆ ใกล้เคียงกัน

2.5 วิธีการเก็บข้อมูล

วิธีการศึกษามีทั้งจากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง และสัมภาษณ์พ่อแม่ผู้ปกครองในกรณีที่เป็เด็กเล็ก การตรวจร่างกาย การชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และวัดรอบเอว การสัมภาษณ์พฤติกรรมการกินอาหาร การกินผักผลไม้ และมีการสัมภาษณ์ประเภทอาหารที่กินใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา และการเก็บตัวอย่างปัสสาวะของเด็กเพื่อตรวจระดับไอโอดีน

วิธีการวัดรอบเอว ทำการวัดโดยใช้สายวัดมาตรฐาน ที่ระดับกึ่งกลางระหว่างขอบใต้ชายโครง กับ iliac crest ตามแนวตั้งจากรักแร้ จากนั้น วัดรอบเอวในแนวนานกับพื้น ทำการวัดโดยสายวัดแนบกับผิวหนัง ระหว่างการวัด ผู้ถูกวัดหายใจตามปกติ

2.6 เครื่องมือที่ใช้ในการสำรวจการบริโภคอาหารและโภชนาการการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2

เครื่องมือที่ใช้ในการสำรวจการบริโภคอาหารและโภชนาการในการสำรวจสภาวะสุขภาพคนไทยครั้งที่ 4 โดยครอบคลุมประชากรไทยอายุ 1 – 60 ปี ประกอบด้วย

1. แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารสำหรับเด็กอายุ 1 ปี จนถึง 1 ปี 11 เดือน
2. แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมในการบริโภคอาหารสำหรับเด็กอายุ 2 ปี จนถึง 5 ปี 11 เดือน
3. แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมในการบริโภคอาหารของเด็กอายุ 6 ปี เต็มถึง 14 ปี 11 เดือน
4. แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารสำหรับกลุ่มอายุ 15 ปีขึ้นไป
5. แบบสัมภาษณ์ความถี่ในการบริโภคอาหารสำหรับเด็กอายุ 2 ปี จนถึง 5 ปี 11 เดือน
6. แบบสัมภาษณ์ความถี่ในการบริโภคอาหารสำหรับเด็กอายุ 6 ปี จนถึง 14 ปี 11 เดือน
7. แบบสัมภาษณ์ความถี่ในการบริโภคอาหารสำหรับกลุ่มอายุ 15 ปีขึ้นไป
8. แบบสัมภาษณ์ความถี่ถึงปริมาณในการบริโภคผักและผลไม้

การสัมภาษณ์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อ ศึกษาพฤติกรรมในการเลือกซื้ออาหาร และแหล่งอาหาร ที่ปรุงประกอบ และ/หรือไม่ได้ปรุงประกอบเอง ในวันธรรมดาและวันหยุดเสาร์อาทิตย์

การสัมภาษณ์ความถี่ในการบริโภคอาหาร มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อ

ศึกษาความถี่ในการบริโภคอาหารในกลุ่มอาหารหลัก การบริโภคอาหารที่จัดในกลุ่มเสี่ยงต่อและกลุ่มป้องกันการพัฒนาการเกิดโรคเรื้อรังของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป

การสัมภาษณ์ความถี่ถึงปริมาณในการบริโภคผักและผลไม้ มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อ ประเมินความเพียงพอของการบริโภคผักและผลไม้ของประชากรไทย

บทที่ 3

ผลการสำรวจ

1. ข้อมูลพื้นฐาน

ผลการสำรวจนี้นำเสนอในระดับประเทศ จำแนกตามเพศ กลุ่มอายุ เขตการปกครอง และภูมิภาค โดยการคำนวณค่าเฉลี่ยและความชุกต่างๆมีการถ่วงน้ำหนักด้วยค่าที่ประมาณจากค่าความน่าจะเป็นของการสุ่มตัวอย่างของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละเพศ กลุ่มอายุ และที่อยู่ที่เป็นตัวแทนของประชากรไทย

ผลการสำรวจได้จำนวนตัวอย่างทั้งสิ้น 29,485 คน จำนวนตัวอย่างที่วางแผนไว้ 31,700 คิดเป็นอัตราตอบกลับ ร้อยละ 93. ตารางที่ 1.1 และ 1.2 แสดงจำนวนจำแนกตาม เพศ กลุ่มอายุ และเขตปกครอง และภูมิภาค

ตารางที่ 1.1 จำนวนตัวอย่างในกลุ่มอายุ 1-14 ปี จำแนกตามอายุ เพศ เขตปกครอง และภาค ในการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2

	ชาย n=4,500		หญิง n=4,535		รวม n=9,035	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อายุ						
1-5 ปี	1,525	34.0	1,506	33.0	3,031	33.5
6-9 ปี	1,241	27.8	1,266	27.3	2,507	27.5
10-14 ปี	1,734	38.3	1,763	39.7	3,497	39.0
เขตปกครอง						
ในเขตเทศบาล	2,434	54.1	2,475	54.6	4,909	54.3
นอกเขตเทศบาล	2,066	45.9	2,060	45.4	4,126	45.7
ภาค						
เหนือ	1,032	16.3	1,042	16.6	2,074	16.5
กลาง	1,030	24.0	1,029	23.9	2,059	24.0
ตอ.เฉียงเหนือ	1,023	34.7	1,041	34.7	2,064	34.7
ใต้	963	16.1	952	16.2	1,915	16.1
กวม.	452	8.9	471	8.7	923	8.8

ตารางที่ 1.2 จำนวนตัวอย่างในกลุ่มอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามอายุ เพศ เขตปกครอง และภาค ในการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2

	ชาย (n=9,740)		หญิง(n=10,710)		รวม (n=20,450)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อายุ						
15-29	1,351	21.9	1,307	18.5	2,658	20.2
30-44	1,880	31.9	2,240	32.7	4,120	32.3
45-59	2,003	32.8	2,459	33.1	4,462	32.9
60-69	2,498	7.3	2,559	8.6	5,057	8.0
70-79	1,566	4.8	1,652	5.5	3,218	5.2
80+	442	1.2	493	1.6	935	1.5
เขตปกครอง						
ในเขตเทศบาล	5,126	52.6	5,954	55.5	11,080	54.2
นอกเขตเทศบาล	4,614	47.4	4,756	44.4	9,370	45.8
ภาค						
เหนือ	2,258	18.4	2,367	18.5	4,625	18.4
กลาง	2,359	24.5	2,496	25.0	4,855	24.8
ตะวันออกเฉียงเหนือ	2,209	33.8	2,330	33.3	4,539	33.5
ใต้	2,072	13.0	2,237	13.1	4,309	13.0
กทม	842	10.3	1,280	10.2	2,122	10.2

2. พฤติกรรมการกินอาหารของประชาชนไทย

2.1 พฤติกรรมการกินนมของ เด็ก อายุ 1 ปี - 1 ปี 11 เดือน

การกินนมแม่

หัวนํ้านม หรือนมนํ้าเหลือง เป็นแหล่งอาหารที่นอกจากมีโปรตีนสูงและคาร์โบไฮเดรตและไขมันต่ำแล้ว ยังอุดมไปด้วย “สารภูมิคุ้มกัน” ที่จะปกป้องทารกจากภาวะเจ็บป่วยได้ จากการสำรวจสภาวะสุขภาพประชากรไทย ครั้งที่ 4 พบว่า ในเด็กอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน จำนวน 557 คน ร้อยละ 86.9 ได้ดูดหัวนํ้านมใน 2-3 วันแรกหลังคลอด โดยเด็กที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลได้ดูดหัวนํ้านมสูงกว่าเด็กที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล (ร้อยละ 87.8 และ 84.5 ตามลำดับ) และเด็กที่อาศัยในภาคใต้ได้ดูดหัวนํ้านม (ร้อยละ 95.2) สูงกว่าเด็กที่อาศัยในภาคอื่นๆ รวมทั้ง กรุงเทพมหานคร ดังแสดงในตารางที่ 2.1.1

ตารางที่ 2.1.1 ร้อยละของเด็กอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน ที่ได้ดูดหัวนํ้านมแม่ใน 2-3วันแรกหลังคลอด
จำแนกตามเพศ เขตปกครอง และภาค

การดูด หัวนํ้านม	จำนวน ตัวอย่าง (n=557)	เพศ		เขตปกครอง		ภาค					
		ชาย	หญิง	ในเขต	นอกเขต	ต่อ.เฉียง					
				เหนือ	กลาง	เหนือ	ใต้	กทม.	รวม		
ได้	490	85.7	88.1	84.5	87.8	87.4	85.4	87.1	95.2	64.6	86.9
ไม่ได้	43	8.4	8.8	8.8	8.5	6.6	12.5	9.5	1.2	16.6	8.6
ไม่ทราบ	24	5.9	3.1	6.7	3.7	6.0	2.1	3.4	3.6	18.8	4.6

ในภาพรวม เด็กไทยอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน ได้กินนมแม่ถึงร้อยละ 91.2 โดยเด็กที่อาศัยในเขตเทศบาลได้กินนมแม่สูงกว่าเด็กที่อยู่นอกเขตเทศบาลเล็กน้อย (ร้อยละ 92.5 และ 90.7 ตามลำดับ) และเด็กที่อาศัยในภาคเหนือได้กินนมแม่ในสัดส่วนที่สูงที่สุด (ร้อยละ 95.1) รองลงมาคือ เด็กที่อาศัยอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ร้อยละ 91.6) ดังแสดงในตารางที่ 2.1.2

ตารางที่ 2.1.2 ร้อยละของเด็กอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน ที่กินนมแม่เมื่อแรกเกิด จำแนกตามเพศ เขตปกครอง และ ภาค

	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI	จำนวน ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI	จำนวน ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI
อายุ									
1 ปี-1 ปี 11 เดือน	276	88.7	84.5,92.9	262	94.1	91.1,97.1	538	91.2	89.0,93.5
เขตปกครอง									
ในเขต	146	91.3	87.3,95.3	137	94.1	90.1,98.2	283	92.5	89.7,95.4
นอกเขต	130	87.6	82.3,92.7	125	94.3	90.5,98.1	255	90.7	87.9,93.6
ภาค									
เหนือ	68	97.5	94.2,100.0	63	92.1	84.4,99.8	131	95.1	91.0,99.2
กลาง	60	83.8	74.6,92.9	65	96.6	93.8,99.5	125	90.0	84.7,95.2
ตอ.เฉียงเหนือ	57	89.8	81.3,98.4	60	93.5	87.1,99.8	117	91.6	87.3,95.9
ใต้	69	83.9	76.1,91.8	58	97.9	96.0,99.8	127	90.3	86.4,94.3
กทม.	22	89.0	81.0,97.1	16	79.6	65.8,93.4	38	86.1	80.5,91.8

หมายเหตุ: ไม่นับรวมวันที่ให้หัวนม

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน (Exclusive breast feeding) พบในสัดส่วนที่ต่ำ โดยเด็กไทยอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน จำนวน 535 คน กินนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน มีเพียงร้อยละ 7.1 โดยเด็กที่อาศัยนอกเขตเทศบาลได้กินนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือนสูงกว่าเด็กที่อยู่ในเขตเทศบาลเล็กน้อย (ร้อยละ 7.2 และ 6.9 ตามลำดับ) และใน 4 ภาคของประเทศ เด็กที่อาศัยในกรุงเทพมหานครได้กินนมแม่อย่างเดียวน้อยกว่า 6 เดือนในสัดส่วนที่สูงกว่าภาคอื่น (ร้อยละ 13.8) ดังแสดงในตารางที่ 2.1.3

ตารางที่ 2.1.3 ร้อยละของเด็กอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน ที่กินนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน จำแนกตามเพศ เขตปกครอง และภาค

	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน			จำนวน			จำนวน		
	ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI	ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI	ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI
อายุ									
1 ปี-1 ปี 11 เดือน	273	3.3	1.9,4.8	262	11.3	6.5,16.2	535	7.1	4.6,9.6
เขตการปกครอง									
ในเขต	144	6.8	3.6,10.1	137	7	2.3,11.5	281	6.9	4.1,9.7
นอกเขต	129	1.9	0.6,3.2	125	13	7.0,18.9	254	7.2	4.2,10.2
ภาค									
เหนือ	69	3.7	0.1,7.3	63.0	10	4.8,15.9	132	6.6	3.1,10.2
กลาง	60	4.8	1.1,8.4	65.0	2	0.5,3.8	125	3.5	1.2,5.8
ตะวันออกเฉียงเหนือ	55	0.4	0,0.9	60.0	15	4.4,25.0	115	7.7	1.8,13.5
ใต้	68	4.1	1.1,7.1	58.0	14	4.6,23.5	126	8.7	4.6,12.8
กทม.	21	9.6	1.5,17.6	16.0	23	3.5,42.8	37	13.8	5.7,21.9

สำหรับการกินนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 3 เดือน พบว่าเด็กที่ได้กินนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 3 เดือนเท่ากับร้อยละ 31.1 โดย เด็กที่อาศัยนอกเขตเทศบาลกินนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 3 เดือนสูงกว่าเด็กที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล (ร้อยละ 32.1 และ 28.5 ตามลำดับ) และเด็กในภาคตะวันออกเฉียงเหนือกินนมแม่อย่างเดียวน้อยกว่า 3 เดือนในสัดส่วนที่สูงกว่าภาคอื่น รวมทั้งกรุงเทพมหานคร (ร้อยละ 38.7) ดังแสดงในตารางที่ 2.1.4

ตารางที่ 2.1.4 ร้อยละของเด็กอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน ที่กินนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 3 เดือน จำแนกตามเพศ เขตปกครอง และภาค

	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน			จำนวน			จำนวน		
	ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI	ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI	ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI
อายุ									
1 ปี-1 ปี 11 เดือน	273	29.6	24.3,34.9	262	32.8	23.9,41.2	535	31.1	27.0,35.3
เขตการปกครอง									
ในเขต	144	31.9	24.9,39.0	137	24.4	17.9,30.9	281	28.5	24.5,32.5
นอกเขต	129	28.6	22.1,35.2	125	35.9	23.9,47.9	254	32.1	26.7,37.6
ภาค									
เหนือ	69	23.5	16.7,30.4	63.0	41.4	30.5,52.3	132	31.5	26.2,36.7
กลาง	60	34.5	25.0,44.1	65.0	23.8	15.0,32.7	125	29.3	22.0,36.6
ตะวันออกเฉียงเหนือ	55	41.3	31.5,51.2	60.0	36.1	15.6,56.6	115	38.7	30.3,47.0
ใต้	68	12.7	3.6,21.8	58.0	26.9	16.6,37.2	126	19.2	12.6,25.8
กทม.	21	19.9	9.2,30.6	16.0	46.7	25.2,68.2	37	28.3	17.4,39.1

ในปัจจุบัน (24 ชั่วโมงที่ผ่านมา) เด็กไทยอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน กินนมแม่เพียงร้อยละ 23.6 โดยเด็กที่อาศัยนอกเขตเทศบาลปัจจุบันกินนมแม่สูงกว่าเด็กที่อาศัยในเขตเทศบาล (ร้อยละ 24.4 และ 21.6 ตามลำดับ) และเด็กที่อาศัยในภาคใต้มีสัดส่วนกินนมแม่ในปัจจุบันสูงกว่า (ร้อยละ 37.0) ภาคอื่นๆ รวมทั้งกรุงเทพมหานคร ดังแสดงในตารางที่ 2.1.5

ตารางที่ 2.1.5 ร้อยละของเด็กอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน ที่ปัจจุบันยังกินนมแม่ (24 ชั่วโมงที่ผ่านมา) จำแนกตามเพศ เขตปกครอง และภาค

	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI	จำนวน ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI	จำนวน ตัวอย่าง	ร้อยละ	95%CI
อายุ									
1 ปี-1 ปี 11 เดือน	249	21.3	17.1,25.4	244	26.3	18.4,34.1	493	23.6	19.3,27.9
เขตปกครอง									
ในเขต	132	22.9	16.0,29.7	128	20.0	15.2,24.9	260	21.6	16.8,26.4
นอกเขต	117	20.6	15.5,25.6	116	28.5	18.5,38.5	233	24.4	19.0,29.9
ภาค									
เหนือ	66	16.3	9.8,22.8	58	23.3	12.2,34.3	124	19.2	13.2,25.3
กลาง	52	20.9	12.8,29.1	62	16.7	7.8,25.6	114	18.7	13.6,23.9
ตอ.เฉียงเหนือ	54	23.5	15.9,31.1	55	23.4	8.0,38.7	109	23.4	14.1,32.7
ใต้	58	26.8	14.2,39.3	56	47.7	32.7,62.6	114	37.0	28.9,45.1
กทม.	19	11.2	2.7,19.7	13	15.0	4.5,25.6	32	12.2	4.7,19.7

*ปัจจุบัน หมายถึง วันที่ทำการสัมภาษณ์เก็บข้อมูล

เมื่อวิเคราะห์การระยะเวลาที่เด็กไทยได้กินนมแม่อย่างเดียวนพบว่า กลุ่มเด็ก 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน เริ่มกินน้ำเมื่ออายุเฉลี่ย 2.2 เดือน โดยเด็กที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลเริ่มกินน้ำช้ากว่าเด็กที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล และเด็กที่อาศัยอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือเริ่มกินน้ำช้ากว่าเด็กที่อาศัยในภาคอื่น (ค่าเฉลี่ยอายุเท่ากับ 2.7 เดือน) ดังแสดงในตารางที่ 2.1.6

การกินอาหารอื่นนอกจากนมแม่ พบว่า เด็กอายุ 1 ปี ถึง 1 ปี 11 เดือน เริ่มกินอาหารอื่นนอกจากนมแม่เมื่ออายุเฉลี่ยเท่ากับ 4.0 เดือน โดยเด็กที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลจะเริ่มกินอาหารอื่นช้ากว่าเด็กชายที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเพียงเล็กน้อย (อายุเฉลี่ยเท่ากับ 4.0 เดือน และ 3.9 เดือน ตามลำดับ) ดังแสดงในตารางที่ 2.1.7

นอกจากนมแม่ น้ำ และอาหารตามวัยแล้ว ในปัจจุบันเนื่องจากภาระด้านการทำงานของมารดา นมขวด/นมผงเข้ามามีบทบาทกับสังคมไทย จากการสำรวจพบว่า เด็กไทยเริ่มนมขวด/นมผง เมื่ออายุเฉลี่ย 5.3 เดือน ดังแสดงในตารางที่ 2.1.8 ขณะที่เลิกดื่มนมจากขวดเมื่ออายุเฉลี่ยเท่ากับ 10.8 เดือน ดังแสดงในตารางที่ 2.1.9 โดยเด็กที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลจะเริ่มนมขวด/นมผงเร็วกว่า (อายุเฉลี่ยเท่ากับ 2.0 เดือน และ 2.3 เดือน ตามลำดับ) และเลิกนมขวดช้ากว่า (อายุเฉลี่ยเท่ากับ 13.6 เดือน และ 9.8 เดือน ตามลำดับ) เด็กที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล

ตารางที่ 2.1.6 อายุเด็ก (เดือน) เริ่มกินน้ำ จำแนกตามเพศ เขตปกครอง และภาค

	ชาย						หญิง						รวม					
	N	min	Mean	sd	median	max	N	min	mean	sd	median	max	N	min	mean	sd	median	max
อายุ																		
1 ปี-1 ปี 11 เดือน	252	1	2.1	1.4	1.0	1	239	1	2.4	1.7	1.0	6	491	1	2.2	1.6	1.0	6
เขตการปกครอง																		
ในเขต	131	1	2.0	1.9	1.0	6	124	1	2.0	2.1	1.5	6	255	1	2.0	2.0	1.0	6
นอกเขต	121	1	2.1	1.1	1.0	6	115	1	2.5	1.4	1.0	6	236	1	2.3	1.3	1.0	6
ภาค																		
เหนือ	61	1	1.7	1.3	1.0	6	56	1	2.3	2.1	2.0	6	117	1	2.0	1.7	1.0	6
กลาง	52	1	1.9	1.3	1.0	6	57	1	1.8	1.2	1.0	6	109	1	1.8	1.3	1.0	6
ตอ.เฉียงเหนือ	54	1	2.6	1.2	2.5	6	56	1	2.7	1.4	2.0	6	110	1	2.7	1.3	2.0	6
ใต้	67	1	1.6	1.5	1.0	6	57	1	2.2	2.1	1.0	6	124	1	1.9	1.8	1.0	6
กทม.	18	1	1.9	1.6	1.0	6	13	1	3.3	2.2	3.0	6	31	1	2.4	1.9	2.0	6

ตารางที่ 2.1.7 อายุเด็ก (เดือน) ที่เริ่มกินอาหารอื่นนอกจากนมแม่ จำแนกตามเพศ เขตปกครอง และภาค

	ชาย						หญิง						รวม					
	N	min	mean	sd	median	max	N	min	mean	sd	median	max	N	min	mean	sd	median	max
อายุ																		
1 ปี-1 ปี 11 เดือน	242	1	3.9	1.5	4.0	6	241	1	4.1	1.5	4.0	6	483	1	4.0	1.5	4.0	6
เขตการปกครอง																		
ในเขต	124	1	3.8	2.2	4.0	6	127	1	4.0	2.1	4.0	6	251	1	3.9	2.2	4.0	6
นอกเขต	118	1	3.9	1.2	4.0	6	114	1	4.2	1.2	4.0	6	232	1	4.0	1.2	4.0	6
ภาค																		
เหนือ	62	1	3.8	1.6	3.0	6	54	1	4.5	2.1	4.0	6	116	1	4.1	1.9	4.0	6
กลาง	51	1	3.9	1.6	4.0	6	63	1	3.8	1.3	4.0	6	114	1	3.8	1.5	4.0	6
ตอ.เฉียงเหนือ	48	1	3.9	1.2	4.0	6	59	1	4.2	1.2	4.0	6	107	1	4.1	1.2	4.0	6
ใต้	64	1	4.0	1.9	4.0	6	52	1	4.3	1.6	5.0	6	116	1	4.1	1.8	4.0	6
กทม.	17	1	3.3	1.8	3.0	6	13	3	4.3	1.3	4.0	6	30	1	3.7	1.8	4.0	6

ตารางที่ 2.1.8 อายุเด็ก (เดือน) ที่เริ่มกินนมขวด/นมผง จำแนกตามเพศ เขตปกครอง และภาค

	ชาย						หญิง						รวม					
	N	Min	mean	sd	median	max	N	min	mean	sd	median	max	N	min	mean	sd	median	max
อายุ																		
1 ปี-1 ปี 11 เดือน	236	1	4.9	4.0	3.0	21	222	1.0	5.8	4.3	4.0	21	458	1	5.3	4.1	4.0	21
เขตการปกครอง																		
ในเขต	123	1	4.5	4.5	3.0	20	124	1	5.0	4.3	3.0	21	247	1	4.5	3.9	3.0	21
นอกเขต	113	1	5.1	3.8	4.0	21	98	1	6.0	4.2	5.0	18	211	1	5.6	4.4	4.0	21
ภาค																		
เหนือ	62	1	5.2	4.7	3.0	15	56	1	6.0	4.9	4.0	21	118	1	5.4	4.4	4.0	21
กลาง	54	1	4.5	4.1	3.5	21	59	1	4.0	2.7	3.0	12	113	1	4.2	3.3	3.0	21
ตอ.เฉียงเหนือ	46	1	5.8	4.0	3.0	18	46	1	7.0	4.4	5.5	19	92	1	6.3	4.6	5.0	19
ใต้	56	1	3.9	3.5	3.0	17	46	1	7.0	4.2	4.0	15	102	1	5.1	3.8	3.0	17
กทม.	18	1	4.0	3.7	4.0	20	15	1	6.0	5.3	3.0	17	33	1	4.7	4.9	4.0	20

ตารางที่ 2.1.9 อายุเด็ก (เดือน) ที่เลิกสูดนมจากขวด จำแนกตามเพศ เขตปกครอง และภาค

	ชาย						หญิง						รวม					
	N	min	mean	sd	median	max	N	min	mean	sd	median	max	N	min	mean	sd	median	max
อายุ																		
1 ปี-1 ปี 11 เดือน	16	1	8.2	5.2	7.5	21	25	1	12.5	6.2	14.0	21	41	1	10.8	6.2	12.0	21
เขตการปกครอง																		
ในเขต	7	3	9.3	10.1	8.0	21	12	8	14.9	5.2	17.0	19	19	3	13.6	5.5	15.0	21
นอกเขต	9	1	8.1	4.1	6.0	18	13	1	11.4	5.8	12.0	21	22	1	9.8	6.6	11.0	21
ภาค																		
เหนือ	8	3	11.8	5.5	13.5	21	7	5	14.4	7.9	18.0	21	15	3	13.0	5.8	15.0	21
กลาง	2	4	8.1	4.1	9.0	14	8	3	10.7	6.2	9.0	19	10	3	10.0	6.0	9.0	19
ตอ.เฉียงเหนือ	1	3	3.0	0.0	3.0	3	3	12	12.4	0.8	12.0	14	4	3	8.7	4.9	12.0	14
ใต้	5	1	5.5	1.5	5.0	7	6	1	12.4	6.6	14.0	19	11	1	9.2	6.5	7.0	19
กทม.	0	0	0.0	0.0	0.0	0	1	17	17.0	0.0	17.0	17	1	17	17.0	0.0	17.0	17

2.2 พฤติกรรมการกินอาหารของเด็กอายุ 1- 5 ปี

การสัมภาษณ์ผู้ดูแลเด็กเกี่ยวกับปัญหาการกินอาหารของเด็ก โดยถามว่าโดยปกติเด็กมีปัญหาเรื่องการกินมื้อหลักหรือไม่ พบว่า ร้อยละ 44 ของเด็กวัย 1 ปี และ 2 – 5 ปี มีปัญหาเกี่ยวกับการกินอาหาร เมื่อพิจารณาตามเขตปกครองพบว่า เด็กที่อยู่อาศัยนอกเขตเทศบาลมีปัญหามากกว่าเด็กในเขตเทศบาลเล็กน้อย เมื่อพิจารณาตามภาคพบว่า มีสัดส่วนใกล้เคียงกัน ยกเว้นเด็กที่อาศัยในภาคกลางมีสัดส่วนมีปัญหาการกินอาหารน้อยกว่าภาคอื่นๆ ดังตารางที่ 2.2.1

ในเรื่องการเตรียมอาหารเป็นพิเศษสำหรับเด็ก เด็กอายุ 1 ปี ร้อยละ 74 กินอาหารที่เตรียมไว้เป็นพิเศษ แต่ ในกลุ่มเด็ก 2 -5 ปี มีเพียงร้อยละ 47 เมื่อพิจารณาตามภูมิภาค พบว่าภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นภาคที่มีการเตรียมอาหารพิเศษสำหรับเด็กมากกว่าภาคอื่น (ร้อยละ 66.8 และ 62.2 ตามลำดับ) ส่วน กทม. และภาคกลางมีการเตรียมให้พิเศษน้อยกว่าภาคอื่น (ตารางที่ 2.2.2)

ตารางที่ 2.2.1 ร้อยละของเด็กที่มีปัญหาเรื่องการกินอาหารมื้อหลัก

	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน	ร้อยละ	95% CI	จำนวน	ร้อยละ	95% CI	จำนวน	ร้อยละ	95% CI
อายุ									
1-1,11	289	40.3	(35.4,45.1)	262	48.4	(42.7,54.1)	551	44	(40.9,47.0)
2-5,11	1,220	40.6	(38.3,43.0)	1,212	46.1	(43.1,49.2)	2,432	43.3	(41.3,45.3)
เขตปกครอง									
ในเขต	786	39.9	(36.3,43.6)	793	41.6	(37.7,45.6)	1,579	40.7	(38.3,43.2)
นอกเขต	723	40.8	(37.9,43.7)	681	48.6	(44.9,52.3)	1,404	44.5	(42.1,46.9)
ภาค									
เหนือ	340	47.0	(42.2,51.8)	331	52.0	(46.4,57.6)	671	49.4	(46.5,52.2)
กลาง	350	33.9	(30.3,37.6)	349	38.1	(32.2,44.0)	699	36.0	(32.2,39.7)
ตะวันออกเฉียงเหนือ	344	41.7	(37.4,46.0)	321	49.6	(43.4,55.7)	665	45.4	(42.3,48.6)
ใต้	341	42.8	(37.5,48.2)	323	46.5	(41.5,51.4)	664	44.6	(41.3,47.9)
กทม	134	37.7	(32.1,43.2)	150	48.7	(43.0,54.4)	284	43.3	(39.6,47.0)

ตารางที่ 2.2.2 ร้อยละของเด็กที่มีได้รับการเตรียมอาหารเป็นพิเศษ

	ชาย			หญิง			รวม		
	ร้อยละ			ร้อยละ			ร้อยละ		
	จำนวน	ละ	95% CI	จำนวน	ละ	95% CI	จำนวน	ละ	95% CI
อายุ									
1-1,11	291	75.6	(69.3,81.8)	265	73.1	(67.8,78.4)	556	74.4	(69.4,79.4)
2-5,11	1,217	49.3	(45.9,52.8)	1,212	45.4	(40.9,49.9)	2,429	47.4	(44.0,50.8)
เขตปกครอง									
ในเขต	784	49.9	(44.5,55.2)	795	46.5	(41.9,51.2)	1,579	48.3	(44.0,52.5)
นอกเขต	724	56.4	(51.7,61.1)	682	52.0	(45.7,58.2)	1,406	54.3	(49.4,59.2)
ภาค									
เหนือ	339	66.9	(62.1,71.7)	330	66.8	(62.4,71.1)	669	66.8	(63.3,70.4)
กลาง	350	40.9	(35.5,46.4)	350	36.3	(32.3,40.3)	700	38.7	(35.1,42.3)
ตะวันออกถึง									
เหนือ	345	65.4	(57.6,73.1)	323	58.8	(47.1,70.5)	668	62.2	(53.5,71.0)
ใต้	341	45.1	(38.4,51.8)	323	45.2	(39.7,50.7)	664	45.1	(39.6,50.7)
กทม	133	43.2	(36.5,49.9)	151	37.9	(30.3,45.5)	284	40.5	(36.3,44.6)

สำหรับวิธีการประกอบอาหารมื้อหลักให้เด็กกินที่บ่อยที่สุด ในเด็กอายุ 1 ปี – 1 ปี 11 เดือนคือวิธีต้ม (ร้อยละ 65 ในเด็กชาย และ ร้อยละ 72 ในเด็กหญิง) รองลงมาคือทอด ในเด็กชาย และแบบปิ้งย่างในเด็กหญิง ส่วนเด็กอายุ 2 – 5 ปีนั้น เด็ก 4 ใน 10 คน กินอาหารประเภทที่ปรุงด้วยการต้มซึ่งมากกว่าอาหารแบบทอดเพียงเล็กน้อย ตารางที่ 2.2.3

ตารางที่ 2.2.3 ร้อยละของวิธีการประกอบอาหารมื้อหลักที่เด็กกินบ่อยที่สุด จำแนกตามอายุและเพศ

	อาหารมื้อหลักที่เด็กกินบ่อยที่สุด				
	จำนวน	ปิ้งย่างอบ	ต้ม	ผัด	ทอด
ชาย					
1-1,11	288	10.8	65	7.2	17.1
2-5,11	1,215	12.2	38.8	13.9	35.11
หญิง					
1-1,11	264	9.9	72	8.6	9.5
2-5,11	1,209	9.5	41.1	13.9	35.5
รวม					
1-1,11	552	10.4	68.2	7.8	13.6
2-5,11	2,424	10.9	39.9	13.9	35.3

เมื่อพิจารณาตามภาค ลักษณะการปรุงอาหารให้เด็กกินที่บ่อยที่สุด ในทุกภาคคือต้ม (ร้อยละ 45) รองลงมาคือทอด ปิ้งย่าง และผัด ตามลำดับ เป็นที่น่าสังเกตว่า เด็กภาคตะวันออกเฉียงเหนือกินอาหารประเภทปิ้งย่าง (ร้อยละ 21.9) มากกว่าภาคอื่นๆ (น้อยกว่าร้อยละ 10) ตารางที่ 2.2.4

ตารางที่ 2.2.4 ร้อยละของวิธีการประกอบอาหารมื้อหลักที่เด็กกินบ่อยที่สุด จำแนกตามภาค

	เหนือ (n=669)	กลาง (n=700)	ตะวันออกเฉียงเหนือ (n=661)	ใต้ (n=663)	กทม. (n=283)	รวม (n=2,976)
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ปิ้งย่างอบ	9.2	3.7	21.9	1	8	10.8
ต้ม	51.1	46.8	39.6	51	41.3	45.2
ผัด	12.8	19.7	6.6	12.7	18.1	12.8
ทอด	26.9	29.9	31.9	35.3	32.6	31.2

เมื่อพิจารณาตามเขตปกครอง พบว่า เด็กในเขตเทศบาลกินอาหารประเภทต้ม และผัดมากกว่าเด็กนอกเขตเทศบาลเล็กน้อย (ร้อยละ 47 vs 44) กินอาหารทอดในสัดส่วนใกล้เคียงกัน แต่เด็กนอกเขตกินอาหารประเภทปิ้งย่างมากกว่าเด็กในเขตเทศบาลเล็กน้อย ตารางที่ 2.2.5

ตารางที่ 2.2.5 ร้อยละของวิธีการประกอบอาหารมื้อหลักที่เด็กกินบ่อยที่สุด จำแนกตามเขตปกครอง

อาหาร	ชาย (n=1,503)		หญิง (n=1,473)		รวม (n=2,976)	
	ในเขต	นอกเขต	ในเขต	นอกเขต	ในเขต	นอกเขต
	(n=782)	(n=721)	(n=792)	(n=681)	(n=1,574)	(n=1,402)
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ปิ้งย่างอบ	7	13.9	8.6	10.0	7.7	12.1
ต้ม	46.1	43	48.3	45.9	47.2	44.4
ผัด	14.7	11.7	14.4	12.3	14.6	12
ทอด	32.2	31.3	28.8	31.8	30.5	31.5

เด็กทำกิจกรรมอื่นขณะกินอาหาร

เนื่องจากพฤติกรรมเด็กขณะกินอาหารอาจไม่อยู่นิ่ง ซึ่งอาจมีผลต่อประสิทธิภาพและปริมาณการกิน การสำรวจนี้จึงถามเกี่ยวกับการทำกิจกรรมอื่น(เช่น เช่น ดูโทรทัศน์ เล่นของเล่น เดิน/วิ่งเล่น)ขณะกินอาหาร พบว่า ร้อยละ 77-82 ของเด็กทุกวัยมีการทำกิจกรรมอื่นขณะกินอาหาร สัดส่วนนี้ไม่มีความแตกต่างระหว่างอายุ ในเขตและนอกเขตเทศบาล และระหว่างภาค ตารางที่ 2.2.6

ตารางที่ 2.2.6 ร้อยละของเด็กที่ทำกิจกรรมต่างๆขณะกินอาหาร เช่น ดูโทรทัศน์ เล่นของเล่น เดิน/วิ่งเล่น

	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน	ร้อยละ	95% CI	จำนวน	ร้อยละ	95% CI	จำนวน	ร้อยละ	95% CI
อายุ									
1-1,11	291	79.4	(74.5,83.3)	265	86.6	(83.2,89.9)	556	82.7	(79.5,85.9)
2-5,11	1232	83.2	(81.1,85.3)	1233	76.8	(74.2,79.4)	2465	80.1	(78.2,81.9)
6-14,11	2896	77.7	(75.9,79.5)	2952	77.3	(75.3,79.2)	5848	77.5	(75.9,79.1)
เขตปกครอง									
ในเขต	2,390	79.5	(77.6,81.3)	2,428	78.1	(75.7,80.5)	4,818	78.8	(77.3,80.4)
นอกเขต	2,029	79.3	(77.4,81.2)	2,022	77.5	(75.4,79.6)	4,051	78.4	(76.6,80.2)
ภาค									
เหนือ	1,002	78.4	(75.2,81.5)	989	75.4	(73.0,77.8)	1,991	76.9	(75.1,78.7)
กลาง	1,021	78.2	(74.3,82.0)	1,021	76.4	(73.2,79.7)	2,042	77.3	(73.9,80.7)
ตะวันออกถึงเหนือ	1,034	82.1	(79.3,84.8)	1,019	79.7	(76.5,82.9)	2,053	80.9	(78.1,83.8)
ใต้	932	75.9	(71.6,80.2)	948	79.9	(76.9,82.8)	1,880	77.8	(74.3,81.4)
กวม	461	79.8	(77.6,82.0)	442	73.3	(69.2,77.4)	903	76.7	(74.1,79.2)

ลักษณะอาหารมื้อเย็นที่กินบ่อยที่สุดวันวันทำงาน

ลักษณะอาหารมื้อเย็นที่เด็กกินบ่อยที่สุดในวันทำงานคือ ทำกินเองที่บ้าน รองลงมาคืออาหารปรุงสุกสำเร็จ ไม่มีความแตกต่างในลักษณะอาหารเมื่อจำแนกตาม เพศ และ อายุ (ตารางที่ 2.2.7) เด็กภาคใต้มีสัดส่วนของการกินอาหารทำกินเองที่บ้านมากที่สุด รองลงมาคือภาคเหนือ กลาง ใต้ และกวม. (ตารางที่ 2.2.8) เด็กในเขตเทศบาลกินอาหารทำกินเองที่บ้านน้อยกว่าเด็กนอกเขตเทศบาลเล็กน้อย แต่กินอาหารปรุงสุกสำเร็จมากกว่า (ตารางที่ 2.2.9)

ตารางที่ 2.2.7 ร้อยละของคนที่ยกอาหารมือเย็นลักษณะต่างๆ จำแนกตามเพศ และอายุ

	ร้อยละของคนที่ยกอาหารมือเย็นลักษณะต่างๆ				
	จำนวน	ทำกินเองที่บ้าน	ปรุงสุกสำเร็จ	ตามสั่ง	สำเร็จบรรจุกระป๋อง
ชาย					
1-1,11	290	86.7	12.2	0.4	0.7
2-5,11	1232	88.1	10.2	1.7	0
6-14,11	2969	88.7	9.1	2	0.3
หญิง					
1-1,11	265	91.3	8.2	6	0
2-5,11	1235	87.8	9.8	2.2	0.2
6-14,11	3025	89.7	8.5	1.7	0.1
รวม					
1-1,11	555	88.8	10.4	0.5	0.4
2-5,11	2467	88	10	2	0.1
6-14,11	5994	89.2	8.8	1.9	0.2

ตารางที่ 2.2.8 ร้อยละของคนที่ยกอาหารมือเย็นลักษณะต่างๆ จำแนกตามภาค

	เหนือ (n=2,069)	กลาง (n=2,057)	ออกเฉียงเหนือ (n=2,058)	ใต้ (n=1911)	กทม. (n=921)	รวม (n=9016)
อาหาร	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ทำกินเองที่บ้าน	92.4	86.2	88.2	95.2	79.8	88.8
ปรุงสุกสำเร็จ	6.2	10.2	11.1	3.9	14.7	9.2
ตามสั่ง	1.3	3.3	0.5	0.9	5.5	1.8
สำเร็จบรรจุ						
กระป๋อง	0.2	0.3	0.2	0.00	0.1	0.2

ตารางที่ 2.2.9 ร้อยละของคนที่ยกอาหารมือเย็นลักษณะต่างๆ จำแนกตามเขตปกครอง

อาหาร	ร้อยละของคนที่ยกอาหารมือเย็นลักษณะต่างๆ					
	ชาย (n=4,491)		หญิง (n=4,525)		รวม (n=9,016)	
	ในเขต	นอกเขต	ในเขต	นอกเขต	ในเขต	นอกเขต
	ร้อยละ (n=2,428)	ร้อยละ (n=2,063)	ร้อยละ (n=2,467)	ร้อยละ (n=2,058)	ร้อยละ (n=4,895)	ร้อยละ (n=4,121)
ทำกินเองที่บ้าน	81.7	91	81	93	81.5	91.9
ปรุงสุกสำเร็จ	13.5	7.9	14.2	6.6	14	7.3
ตามสั่ง	4.4	0.7	4.4	0.7	4.4	0.7
สำเร็จบรรจุ						
กระป๋อง	0.5	0.1	0.1	0.1	0.3	0.1

แหล่งอาหารนอกบ้านในวันทำงาน

แหล่งอาหารมือเย็นนอกบ้านที่เด็ก 1-14 ปี กินเป็นอาหารมือเย็นบ่อยที่สุดในวันทำงานคือ อาหารซื้อจากตลาด รองลงมาคืออาหารจากรถเร่ในเด็กอายุ 1 ปี แต่ในเด็ก 2- 14 ปี รองลงมาคือกินอาหารจากร้านตามสั่ง (ตารางที่ 2.2.10) ทุกภาคมีการกินอาหารนอกบ้านโดยซื้อจากตลาดเช่นเดียวกัน รองลงมาคืออาหารตามสั่งเช่นเดียวกันทุกภาค แต่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีส่วนของการกินอาหารจากรถเร่มากกว่าภาคอื่น ในขณะที่ภาคใต้มีการกินอาหารจากร้านตามสั่งน้อยกว่าจากตลาดเพียงเล็กน้อยและมีสัดส่วนสูงกว่าภาคอื่นๆ (ตารางที่ 2.2.11) เด็กนอกเขตเทศบาลกินอาหารจากรถเร่มากกว่าเด็กในเขตเทศบาล แต่กินอาหารจากร้านตามสั่งน้อยกว่าเด็กในเขตเทศบาล (ตารางที่ 2.2.12)

ตารางที่ 2.2.10 ร้อยละของแหล่งอาหารที่เด็กกินเป็นอาหารมือเย็น จำแนกตามเพศ และอายุ

ร้อยละของคนที่ยกินอาหารมือเย็นลักษณะต่างๆ							
	จำนวน	รถเร่	ตลาด	ร้านอาหารตามสั่ง	ร้านสะดวกซื้อ	ฟาสต์ฟู้ด	ซูเปอร์มาร์เก็ต
ชาย							
1-1,11	37	24.4	66.8	7.9	0	0	1
2-5,11	166	13.7	52.3	34	0	0	0
6-14,11	385	14.1	55.5	29	1.2	0	0.2
หญิง							
1-1,11	28	16.7	59.1	24.2	0	0	0
2-5,11	168	6.1	65.5	26.8	0	1.6	0
6-14,11	368	8.9	56.3	33.4	1.5	0	0
รวม							
1-1,11	65	21.7	64	13.7	0	0	0.6
2-5,11	334	10	58.8	30.4	0	0.8	0
6-14,11	753	11.7	55.9	31	1.3	0	0.1

ตารางที่ 2.2.11 ร้อยละของคนที่ยกินอาหารมือเย็นตามแหล่งต่างๆ จำแนกตามภาค

	เหนือ (n=216)	กลาง (n=295)	ตะวันออกเฉียงเหนือ (n=299)	ใต้ (n=137)	กทม. (n=205)	รวม (n=1152)
อาหาร	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
รถเร่	9.1	6.3	18.5	10.3	9.8	11.8
ตลาด	62.1	55.5	63.4	45.3	48.2	57.2
ร้านอาหารตามสั่ง	25.7	36.9	18	44.4	39.6	29.8
ร้านสะดวกซื้อ	2.9	1.1	0.2	0	1	0.9
ฟาสต์ฟู้ด	0	0	0	0	1.5	0.2
ซูเปอร์มาร์เก็ต	0.3	0.2	0	0	0	0.1

ตารางที่ 2.2.12 ร้อยละของคนที่ยกอาหารมือเย็นตามแหล่งต่างๆ จำแนกตามเขตปกครอง

อาหาร	ร้อยละของคนที่ยกอาหารมือเย็นลักษณะต่างๆ					
	ชาย (n=588)		หญิง (n=564)		รวม (n=1,152)	
	ในเขต	นอกเขต	ในเขต	นอกเขต	ในเขต	นอกเขต
	(n=433)	(n=155)	(n=431)	(n=133)	(n=864)	(n=288)
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
รถเร่	7.8	19.4	5.6	11.3	7.8	15.8
ตลาด	55.5	55.4	58.3	60.2	57	57.6
ร้านอาหารตาม						
ตั้ง	33.1	24.8	34.6	26.9	33.8	25.8
ร้านสะดวกซื้อ	1.2	0.4	0.5	1.5	0.8	0.9
ฟาสต์ฟู้ด	0	0	1	0	0.5	0
ซูเปอร์มาร์เก็ต	0.4	0	0	0	0.2	0

การกินอาหารนอกบ้านในวันเสาร์อาทิตย์

ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 70) ไม่ได้กินอาหารนอกบ้านในช่วงวันเสาร์ อาทิตย์. เด็ก ร้อยละ 17-23 มีการกินอาหารนอกบ้าน 1 มื้อ และร้อยละ 4-5 กินนอกบ้าน 2 มื้อ กลุ่มเด็กอายุ 6-14 มีสัดส่วนของการกินอาหารนอกบ้านวันเสาร์ อาทิตย์ มากกว่าเด็กอายุน้อยกว่า 6 ปีเล็กน้อย (ตารางที่ 2.2.13) เด็กใน กทม. มีสัดส่วนการกินอาหารนอกบ้านในวันเสาร์ อาทิตย์มากที่สุดรองลงมาก็คือภาคกลางเหนือ ตะวันออกเฉียงเหนือ และได้ตามลำดับ (ตารางที่ 2.2.14) เด็กในเขตเทศบาลมีการกินอาหารนอกบ้านในสัดส่วนที่สูงกว่าเด็กนอกเขตเทศบาล (ตารางที่ 2.2.15)

ตารางที่ 2.2.13 จำนวนมื้อที่ทานอาหารนอกบ้าน วันเสาร์อาทิตย์ จำแนกตามเพศและอายุ

	ร้อยละของจำนวนมื้อที่ทานอาหารนอกบ้านวันเสาร์และอาทิตย์				
	จำนวน	0	1	2	3
ชาย					
1-1,11	287	72.8	16.8	5.4	5.1
2-5,11	1232	72.1	21	4.4	2.6
6-14,11	2963	68.8	23.9	5.2	2.2
หญิง					
1-1,11	265	80.1	15.9	2.1	1.9
2-5,11	1234	73	21	4.4	1.6
6-14,11	3010	68.9	24.9	4.5	1.7
รวม					
1-1,11	552	76.1	16.4	3.9	3.6
2-5,11	2466	72.5	21	4.4	2.1
6-14,11	2963	68.8	24.4	4.9	2

ตารางที่ 2.2.14 ร้อยละของจำนวนมือที่ทานอาหารนอกบ้าน จำแนกตามภาค

	เหนือ (n=2,049)	กลาง (n=2,053)	ตะวันออกเฉียงเหนือ (n=2,058)	ใต้ (n=1,913)	กทม. (n=918)	รวม (n=8,991)
จำนวนมือ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
0	69.2	64.9	74.2	78.9	55.2	70.3
1	27.9	24.2	19.8	17.2	33.4	23
2	2.3	7.1	4	3.3	7.6	4.7
3	0.5	3.8	2	0.6	3.8	2.1

ตารางที่ 2.2.15 ร้อยละของคนที่ยินอาหารมือเย็นตามแหล่งต่างๆ จำแนกตามเขตปกครอง

อาหาร	ร้อยละของคนที่ยินอาหารมือเย็นลักษณะต่างๆ					
	ชาย (n=4,482)		หญิง (n=4,509)		รวม (n=8,991)	
	ในเขต (n=2,421)	นอกเขต (n=2,061)	ในเขต (n=2,455)	นอกเขต (n=2,054)	ในเขต (n=4,876)	นอกเขต (n=4,115)
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
0	62	73	58	76	60	75
1	26	21	32	19.8	29	20
2	7.4	3.9	7	3.3	7.2	3.6
3	3.9	1.9	3.1	1.1	3.5	1.5

ลักษณะอาหารที่กินนอกบ้านในวันเสาร์อาทิตย์

ในเด็กวัย 1 ปี ประเภทอาหารนอกบ้านที่มีการกินบ่อยที่สุดช่วงวันเสาร์ อาทิตย์คืออาหารปรุงสำเร็จ รองลงมาคืออาหารตามสั่ง ส่วนเด็กอายุ 2 – 14 ปี กินอาหารประเภทตามสั่งมากกว่าอาหารปรุงสำเร็จ (ตารางที่ 2.2.16) เด็กภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นภาคเดียวที่กินอาหารปรุงสำเร็จมากที่สุด (ร้อยละ 67) และมากกว่าอาหารตามสั่ง ในขณะที่ภาคอื่นๆ มีสัดส่วนของการกินอาหารตามสั่งมากที่สุด (ร้อยละ 62-77) (ตารางที่ 2.2.17) เด็กในเขตเทศบาลกินอาหารตามสั่งมากกว่าเด็กนอกเขตเทศบาล และเด็กนอกเขตเทศบาลกินอาหารปรุงสำเร็จมากกว่าเด็กในเขตเทศบาล (ตารางที่ 2.2.18)

ตารางที่ 2.2.16 ร้อยละของลักษณะอาหารนอกบ้านที่เด็กกินบ่อยในวันเสาร์อาทิตย์จำแนกตามเพศ อายุ

ร้อยละของคนกินอาหารนอกบ้าน ในวันเสาร์อาทิตย์ ตามลักษณะอาหารที่กินบ่อยที่สุด					
	จำนวน	ปรุงสุกสำเร็จ	ตามสั่ง	อาหารสำเร็จรูป	อาหารแช่แข็ง
ชาย					
1-1,11	76	66.9	31	2.1	0
2-5,11	379	41	57.3	1.8	0
6-14,11	998	38.5	60.8	0.7	0
หญิง					
1-1,11	61	48.1	51.9	0	0
2-5,11	356	41.6	57.2	0.8	0.4
6-14,11	1,030	38.9	59.3	1.6	0.2
รวม					
1-1,11	137	59.7	39	1.3	0
2-5,11	735	41.3	57.2	1.3	0.2
6-14,11	2,028	38.7	60.1	1.2	0.1

ตารางที่ 2.2.17 ร้อยละของลักษณะอาหารนอกบ้านที่เด็กกินบ่อย ในวันเสาร์อาทิตย์ จำแนกตามภาค

	เหนือ (n=687)	กลาง (n=744)	ออกเฉียงเหนือ (n=593)	ใต้ (n=453)	กทม. (n=423)	รวม (n=2,900)
อาหาร	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ปรุงสุกสำเร็จ	21.4	27.8	67.1	35.4	34.8	40.4
ตามสั่ง	77.8	69.8	32.4	62.5	64.4	58.3
อาหารสำเร็จรูป	0.6	2.4	0.6	1.6	0.4	1.2
อาหารแช่แข็ง	0.1	0	0	0.4	0.4	0.1

ตารางที่ 2.2.18 ร้อยละของลักษณะอาหารนอกบ้านที่เด็กกินบ่อย ในวันเสาร์อาทิตย์ จำแนกตามเขตปกครอง

อาหาร	ร้อยละของคนที่ยกอาหารนอกบ้านลักษณะต่างๆในวันเสาร์อาทิตย์					
	ชาย (n=1,453)		หญิง (n=1,447)		รวม (n=2900)	
	ในเขต	นอกเขต	ในเขต	นอกเขต	ในเขต	นอกเขต
	ร้อยละ (n=918)	ร้อยละ (n=535)	ร้อยละ (n=963)	ร้อยละ (n=484)	ร้อยละ (n=1,881)	ร้อยละ (n=1,019)
ปรุงสุกสำเร็จ	36.5	43.4	34.3	44.1	35	43.7
ตามสั่ง	63	55.5	64	54	63	55
อาหารสำเร็จรูป	1	1.2	1.2	1.5	1	1.3
อาหารแช่แข็ง	0	0	0.4	0.2	0.2	0.1

แหล่งอาหารที่เด็กกินบ่อยวันเสาร์ อาทิตย์

แหล่งอาหารที่เด็กกินบ่อยในวันเสาร์อาทิตย์มีความแตกต่างระหว่างอายุและเพศ โดยเด็กผู้ชายอายุ 1 ปี กินอาหารจากตลาดมากที่สุดรองลงมาคืออาหารตามสั่ง ส่วนเด็กผู้ชายอายุ 2 ปีขึ้นไปและเด็กผู้หญิงทุกวัย กินอาหารจากร้านอาหารตามสั่งมากที่สุด รองลงมาคือจากตลาด(ตารางที่ 2.2.19) เด็กทุกภาค(ยกเว้นตะวันออกเฉียงเหนือ)กินอาหารจากร้านอาหารตามสั่งมากที่สุด ส่วนเด็กภาคตะวันออกเฉียงเหนือกินอาหารจากตลาดมากที่สุดและมากกว่าภาคอื่นๆ (ตารางที่ 2.2.20) เด็กในเขตและนอกเขตเทศบาลมีสัดส่วนการกินอาหารจากร้านอาหารตามสั่งไม่แตกต่างกัน แต่เด็กในเขตเทศบาลกินอาหารจากตลาดมากกว่าเด็กนอกเขต และกินอาหารจากรถเร่ร้อยละน้อยกว่าเด็กนอกเขตเทศบาล (ตารางที่ 2.2.21)

ตารางที่ 2.2.19 ร้อยละของแหล่งอาหารนอกบ้านที่เด็กกินบ่อย ในวันเสาร์อาทิตย์ จำแนกตามเพศ และอายุ

	ร้อยละของคนที่ยกอาหารมีเอกลักษณ์ต่างๆในวันเสาร์อาทิตย์						
	จำนวน	รถเร่	ตลาด	ร้านอาหารตามสั่ง	ร้านสะดวกซื้อ	ฟาสต์ฟู้ด	ซูเปอร์มาร์เก็ต
ชาย							
1-1,11	76	21.3	51	27.2	0	0	0.5
2-5,11	377	11.9	35.1	49.5	1.2	0.9	1.4
6-14,11	998	13.5	30.2	53.3	1.5	0.5	1
หญิง							
1-1,11	59	11.4	34	52.9	0	0	1.7
2-5,11	361	11.7	34	50.8	1.2	1	1.4
6-14,11	1,034	11.5	30.2	55.3	1.6	0.7	0.8
รวม							
1-1,11	135	17.6	44.6	36.9	0	0	0.9
2-5,11	738	11.8	34.6	50.1	1.2	0.9	1.4
6-14,11	2905	12.5	30.2	54.3	1.5	0.6	0.9

ตารางที่ 2.2.20 ร้อยละของแหล่งอาหารที่เด็กกินบ่อยในวันเสาร์อาทิตย์ จำแนกตามภาค

อาหาร	เหนือ (n=690)	กลาง(n=744)	ตะวันออกเฉียงเหนือ ใต้ (n=455)		กทม. (n=425)	รวม (n=2,905)
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
รถเร่	4.9	6.0	25.0	12.5	8.4	12.6
ตลาด	21.9	31.0	40.6	20.3	37.2	32
ร้านอาหารตามสั่ง	69.90	59.5	33.5	64.8	47.0	52.4
ร้านสะดวกซื้อ	1.40	2.1	0.4	1.2	2.4	1.4
ฟาสต์ฟู้ด	0.80	0.2	0.4	1.0	1.6	0.7
ซูเปอร์มาร์เก็ต	1.10	1.2	0.0	0.2	3.4	1

ตารางที่ 2.2.21 ร้อยละของแหล่งอาหารนอกบ้านที่เด็กกินบ่อยในวันเสาร์อาทิตย์ จำแนกตามเขตปกครอง

อาหาร	ร้อยละของคนที่ยกอาหารมื้อหลักลักษณะต่างๆในวันเสาร์อาทิตย์					
	ชาย (n=1,451)		หญิง (n=1454)		รวม (n=2,905)	
	ในเขต	นอกเขต	ในเขต	นอกเขต	ในเขต	นอกเขต
	(n=918)	(n=533)	(n=968)	(n=486)	(n=1,886)	(n=1,019)
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
รถเร่	8.9	16.4	7	15.3	7.7	16
ตลาด	36.1	30.5	33.7	29.5	35	30.1
ร้านอาหารตามสั่ง	49.8	51.4	55	53	53	52
ร้านสะดวกซื้อ	2	1	1.4	1.4	1.7	1.2
ฟาสต์ฟู้ด	1.3	0.1	1.4	0.3	1.3	0.2
ซูเปอร์มาร์เก็ต	1.9	0.5	1.5	0.6	1.7	0.5

2.3 พฤติกรรมการกินอาหารของเด็กอายุ 6-14 ปี

การกินการครบ 3 มื้อ

ผลการสำรวจพฤติกรรมการกินอาหารครบ 3 มื้อหรือไม่ของเด็ก พบว่า มีเด็กประมาณเกือบ 1 ใน 5 คนที่กินอาหารแต่ละวันไม่ครบ 3 มื้อ สำหรับเด็กกลุ่มอายุ 10-14 ปี มีสัดส่วนของการกินอาหารไม่ครบ 3 มื้อมากกว่ากลุ่ม 6-9 ปีเล็กน้อย สัดส่วนนี้ไม่มีความแตกต่างระหว่างเด็กในเขตและนอกเขตเทศบาล เด็กในภาคใต้มีสัดส่วนของการกินไม่ครบ 3 มื้อสูงกว่าภาคอื่นเล็กน้อย (ตารางที่ 2.3.1)

มื้ออาหารที่มีการดมมากที่สุดคือมื้อเช้า (ร้อยละ 60 ของเด็กที่กินไม่ครบ 3 มื้อ) รองลงมาคือกลางวัน (ร้อยละ 30) และเย็น (ร้อยละ 10) ตามลำดับ มื้ออาหารทั้งดไม่มีความแตกต่างระหว่างเด็กในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล แต่มีความแตกต่างระหว่างภาคเล็กน้อย กล่าวคือเด็กภาคเหนือมีการดอาหารเช้า (ร้อยละ 74) มากกว่าภาคอื่นๆ (ประมาณ ร้อยละ 50-60) ตารางที่ 2.3.2

ตารางที่ 2.3.1 ร้อยละของคนที่ยอดอาหารครบ 3 มื้อต่อวัน จำแนกตามเพศ อายุ เขตปกครอง และภาค การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 4 พศ. 2551-2

	ร้อยละของคนที่ยอดอาหารครบ 3 มื้อต่อวัน								
	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน ตัวอย่าง	ร้อยละ	(95%CI)	จำนวน ตัวอย่าง	ร้อยละ	(95%CI)	จำนวน ตัวอย่าง	ร้อยละ	(95%CI)
อายุ (ปี)									
6-9	1,220	84.5	(82.2,86.8)	1,252	83.2	(80.4,85.9)	2,472	83.8	(81.8,85.9)
10-14	1,729	79.1	(75.5,82.6)	1,757	80.4	(78.3,82.4)	3,486	79.7	(77.1,82.3)
เขต									
ปกครอง									
ในเขต	1,623	81.4	(78.9,83.8)	1,646	81.6	(79.9,83.2)	3,269	81.5	(79.9,83.1)
นอกเขต	1,326	81.3	(77.8,84.9)	1,363	81.5	(79.1,83.8)	2,689	81.4	(78.0,84.0)
ภาค									
เหนือ	676	84.3	(79.7,88.9)	703	84.4	(81.6,87.1)	1,379	84.4	(81.3,87.4)
กลาง	670	83.8	(80.5,87.1)	664	79.9	(76.3,83.6)	1,334	81.9	(79.0,84.9)
ดอ.เฉียง									
เหนือ	674	81.5	(75.3,87.7)	709	84.1	(80.6,87.6)	1,383	82.7	(78.2,87.3)
ใต้	618	76.7	(74.0,79.4)	621	74.7	(71.5,78.0)	1,239	75.8	(73.4,78.1)
กวม	311	76.9	(72.9,80.9)	312	82.3	(79.3,85.3)	623	79.5	(76.2,82.7)

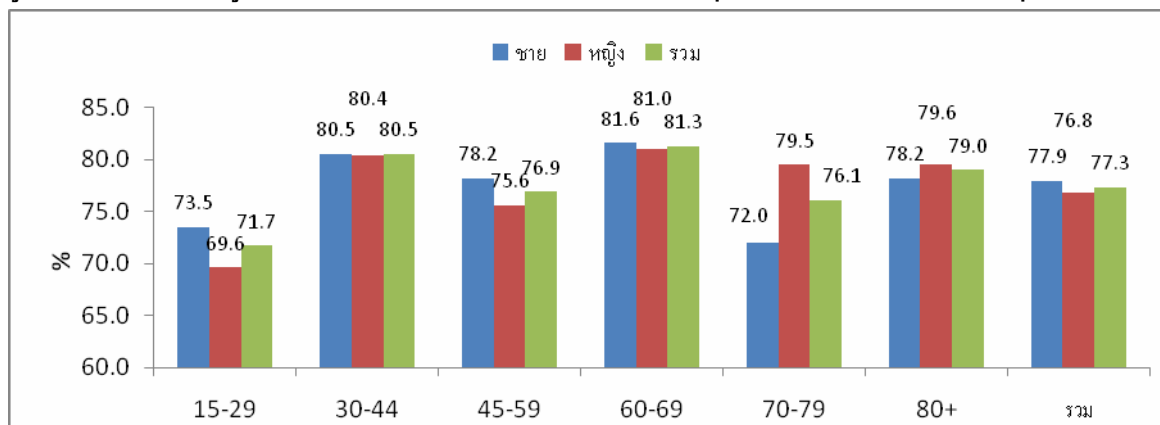
ตาราง 2.3.2 ร้อยละของคนทั้งด้าอาหารมื่อเช้า/กลางวัน/เย็น จำแนกตามเพศ อายุ เขตปกครอง และภาค การสำรวจสุขภาพ
ประชาชนไทยครั้งที่ 4 พศ. 2551-2

	ร้อยละของคนทั้งด้าอาหารมื่อเช้า /กลางวัน /เย็น											
	ชาย				หญิง				รวม			
	จำนวน ตัวอย่าง	เช้า	กลาง วัน	เย็น	จำนวน ตัวอย่าง	เช้า	กลาง วัน	เย็น	จำนวน ตัวอย่าง	เช้า	กลาง วัน	เย็น
อายุ (ปี)												
6-9	170	58.80	35.90	5.30	186	57.90	32.90	9.20	356	58.40	34.40	7.30
10-14	294	62.80	26.00	11.20	318	63.10	23.80	13.10	612	63.00	24.90	12.10
เขต												
ปกครอง												
ในเขต	249	57.10	32.70	10.20	263	59.40	29.90	10.80	512	56.20	31.40	10.50
นอกเขต	215	63.30	28.10	8.70	241	61.90	26.10	12.00	456	62.60	27.10	10.30
ภาค												
เหนือ	86	71.20	23.20	5.60	94	78.00	12.80	9.10	180	74.50	18.10	7.30
กลาง	84	56.50	36.40	7.10	109	61.4	34.4	4.2	193	59.2	35.3	5.5
ดอ.เฉียง												
เหนือ	103	58.30	29.70	12.00	117	59.9	26.9	13.2	220	59	28.4	12.6
ใต้	127	68.50	22.70	8.80	127	53.60	28.00	18.40	254	60.80	25.40	13.80
กทม	64	54.00	37.20	8.70	57	58.3	30.3	11.5	121	55.80	34.40	9.80

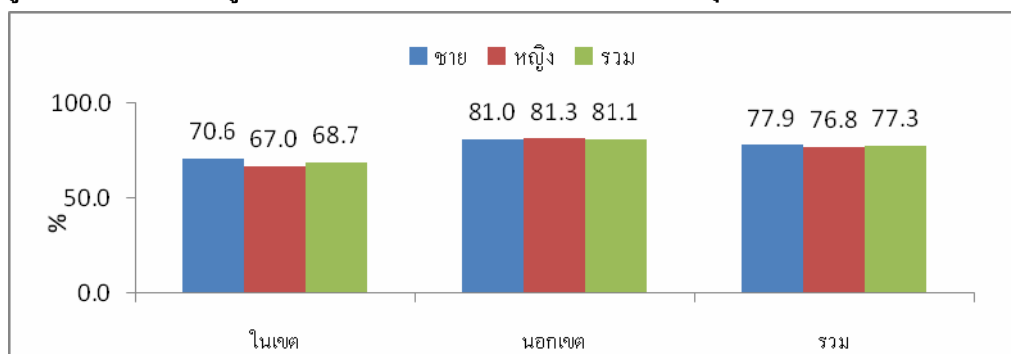
2.4 พฤติกรรมการกินอาหารของประชาชนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป

การสำรวจพฤติกรรมการกินอาหารของประชาชนไทยที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป พบว่า ร้อยละ 77.3 ของผู้ใหญ่ไทยกินอาหารครบ 3 มื้อ ผู้ที่อยู่อาศัยนอกเขตเทศบาลกินอาหารครบ 3 มื้อมากกว่าผู้ที่อาศัยในเขตเทศบาล (ร้อยละ 81.1 และ 68.7 ตามลำดับ) และพบว่าผู้ที่อาศัยในภาคใต้และ กรุงเทพมหานคร มีสัดส่วนของคนที่กินอาหารครบ 3 มื้อน้อยกว่าคนในภาคอื่น โดยเฉพาะผู้หญิงใน กรุงเทพมหานคร มีเพียงร้อยละ 59.4 ที่กินอาหารครบ 3 มื้อ ดังแสดงในรูปที่ 2.4.1-2.4.3

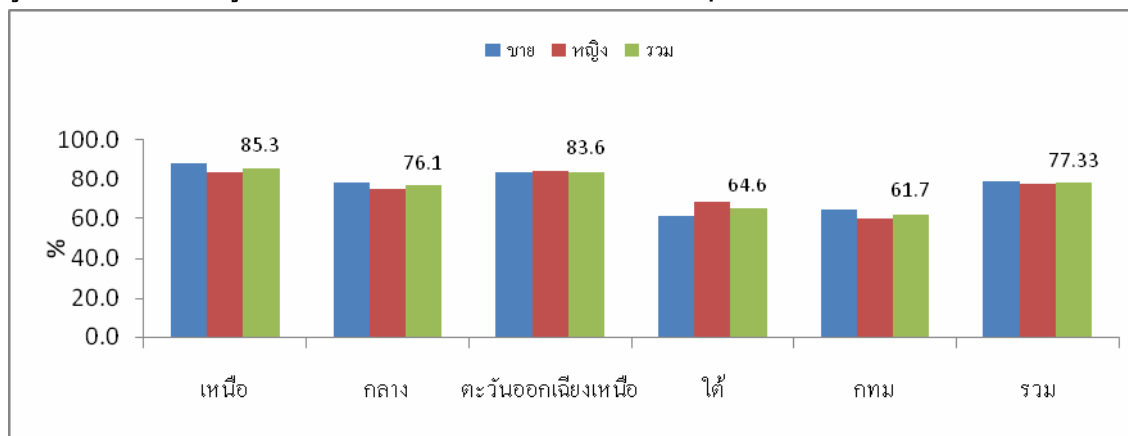
รูปที่ 2.4.1 ร้อยละของผู้ที่กินอาหารครบ 3 มื้อต่อวัน ในประชากรไทยอายุ 15 – 59 ปี จำแนกตามเพศ อายุ ปี 2551-2



รูปที่ 2.4.2 ร้อยละของผู้ที่กินอาหารครบ 3 มื้อต่อวัน ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามเพศและเขตปกครอง ปี 2551-2



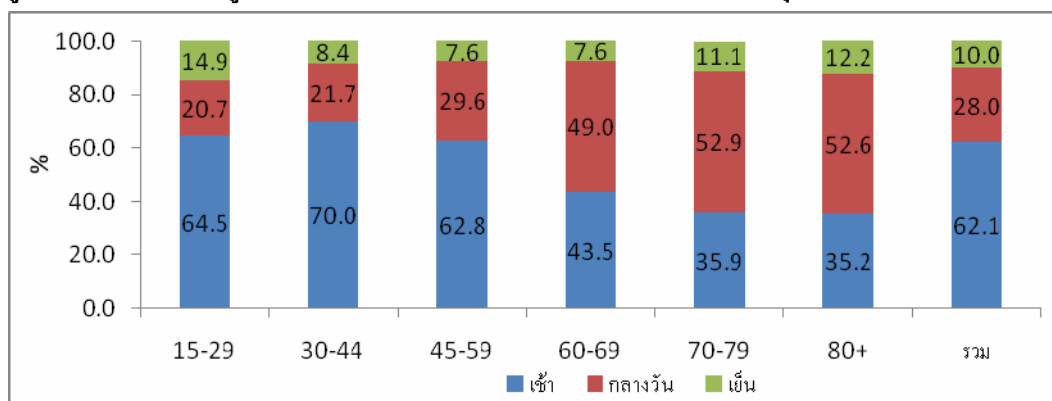
รูปที่ 2.4.3 ร้อยละของผู้ที่กินอาหารครบ 3 มื้อต่อวันในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปจำแนกตามเพศและภาคปี 2551-2



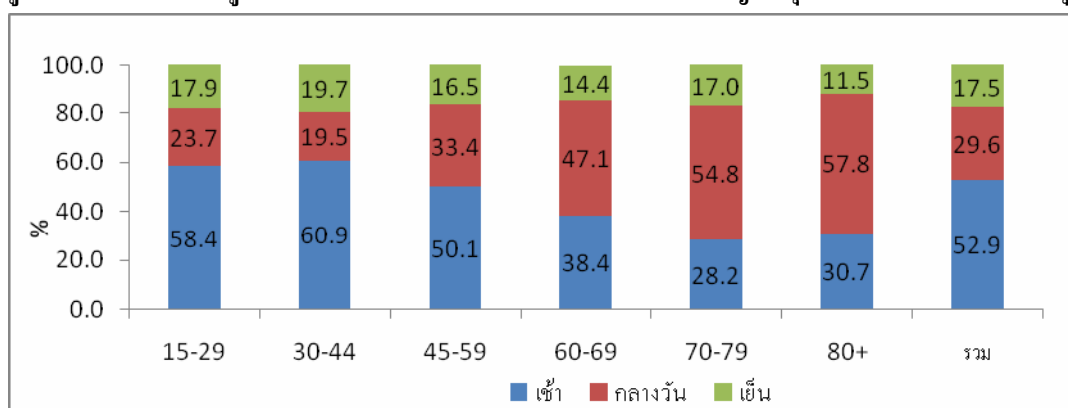
มื้ออาหารที่งด

ประชากรอายุต่ำกว่า 60 ปี มีการงดอาหารมื้อเช้ามากที่สุด ขณะที่ผู้สูงอายุ (≥ 60 ปี) งดอาหารมื้อกลางวันมากกว่ามื้อเช้า จากการสำรวจยังพบว่า ร้อยละ 15 ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปงดอาหารมื้อเย็น ส่วนช่วงอายุ 15- 59 ปีนั้น พบว่าผู้ชายงดอาหารมื้อเช้าในสัดส่วนที่มากกว่าเพศหญิง ในขณะที่ผู้หญิงงดอาหารมื้อเย็นในสัดส่วนที่สูงกว่า เมื่อพิจารณาความแตกต่างระหว่างเขตปกครองและภูมิภาคที่อาศัย พบว่า รูปแบบการงดอาหารมื้อเช้า/กลางวัน/เย็นมีลักษณะใกล้เคียงกัน ดังแสดงใน รูปที่ 2.4.4-2.4.7

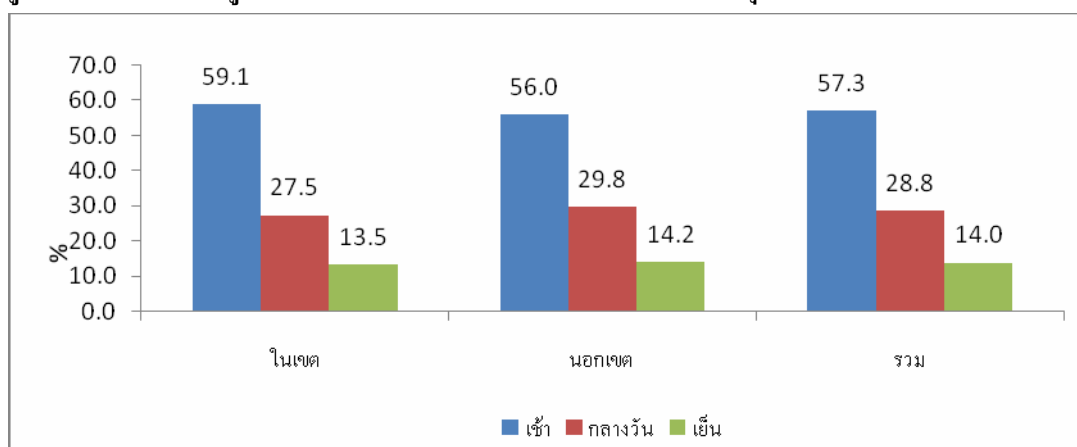
รูปที่ 2.4.4 ร้อยละของผู้ที่งดอาหารมื้อเช้า/กลางวัน/เย็น ในประชากรเพศชายอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามอายุ ปี 2551-2



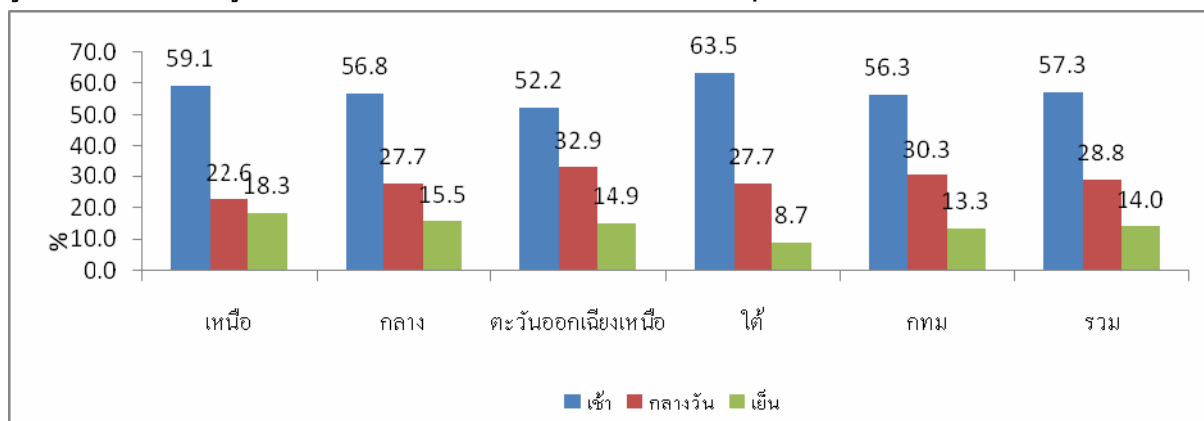
รูปที่ 2.4.5 ร้อยละของผู้ที่งดอาหารมื้อเช้า/กลางวัน/เย็น ในประชากรเพศหญิงอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามอายุ ปี 2551-2



รูปที่ 2.4.6 ร้อยละของผู้ที่งดมื้ออาหาร เช้า/กลางวัน/เย็น ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามเขตปกครอง ปี 2551-2



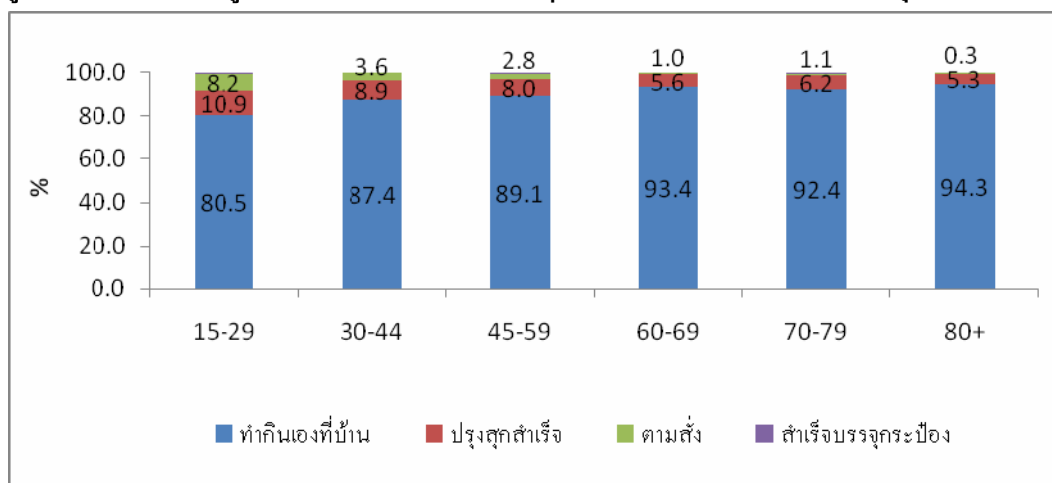
รูปที่ 2.4.7 ร้อยละของผู้ที่งดอาหารมือ เช้า/กลางวัน/เย็น ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามเขตปกครอง ปี 2551-2



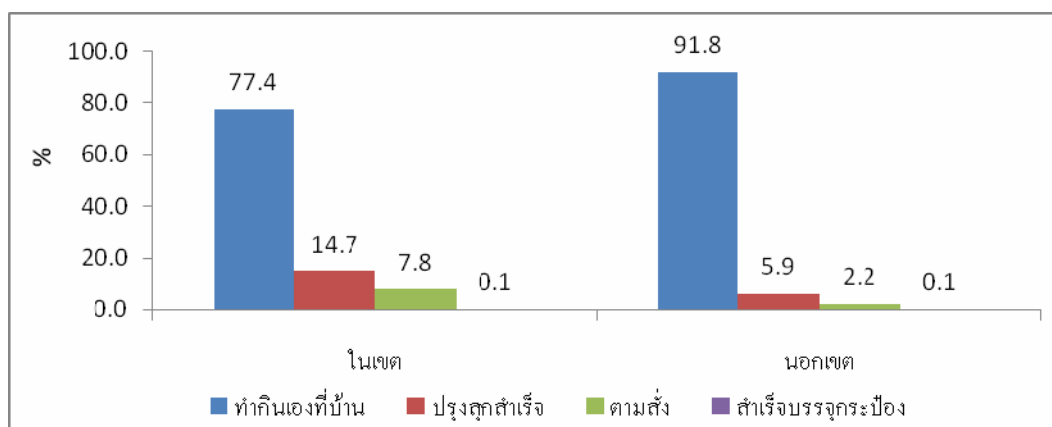
ประเภทอาหารมื้อเย็นที่กินบ่อยที่สุดในวันทำงาน

ประชากรไทย 15 ปีขึ้นไป ส่วนใหญ่ (มากกว่าร้อยละ 80) กินอาหารมื้อเย็นที่ทำกินเองที่บ้าน รองลงมาคือร้อยละ 12 กินอาหารจากแหล่งอาหารนอกบ้าน โดยส่วนใหญ่เป็นการซื้ออาหารปรุงสุกสำเร็จ และอาหารตามสั่งตามร้านอาหาร โดยผู้สูงอายุ (≥ 60 ปี) มีสัดส่วนของการกินอาหารเย็นที่ทำกินเองสูงกว่าคนอายุน้อยกว่า 60 ปี ประเภทอาหารมื้อเย็นของชายและหญิงที่กินบ่อยที่สุดในวันทำงาน มีรูปแบบที่คล้ายกัน ดังแสดงในรูปที่ 4.61 และพบว่า ผู้ที่อาศัยในเขตเทศบาลมีการกินอาหารมื้อเย็นจากอาหารนอกบ้านมากกว่าผู้ที่อาศัยนอกเขตเทศบาลเกือบ 3 เท่า (ร้อยละ 22.6 และ 8.2) ดังแสดงในรูปที่ 4.62 เมื่อพิจารณาภูมิภาคที่อาศัยพบว่า ผู้ที่อาศัยในกรุงเทพมหานคร มีสัดส่วนการกินมื้อเย็นจากแหล่งอาหารนอกบ้านมากที่สุด (ร้อยละ 30) รองลงมาคือภาคกลาง ร้อยละ 15.5 ส่วนภาคอื่นๆมีเพียงร้อยละ 8-9 ดังแสดงในรูปที่ 2.4.8

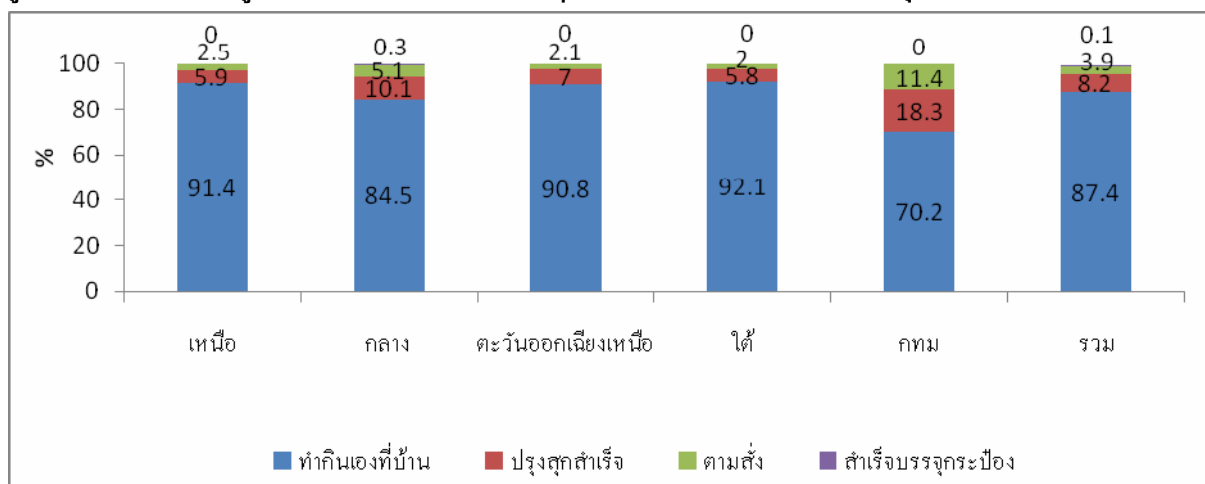
รูปที่ 2.4.8 ร้อยละของผู้ที่กินอาหารมื้อเย็นประเภทต่างๆ ในวันทำงาน ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามอายุ ปี 2551-2



รูปที่ 2.4.9 ร้อยละของผู้ที่กินอาหารมือเย็นประเภทต่างๆในวันทำงาน ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามเขตปกครอง ปี 2551-2



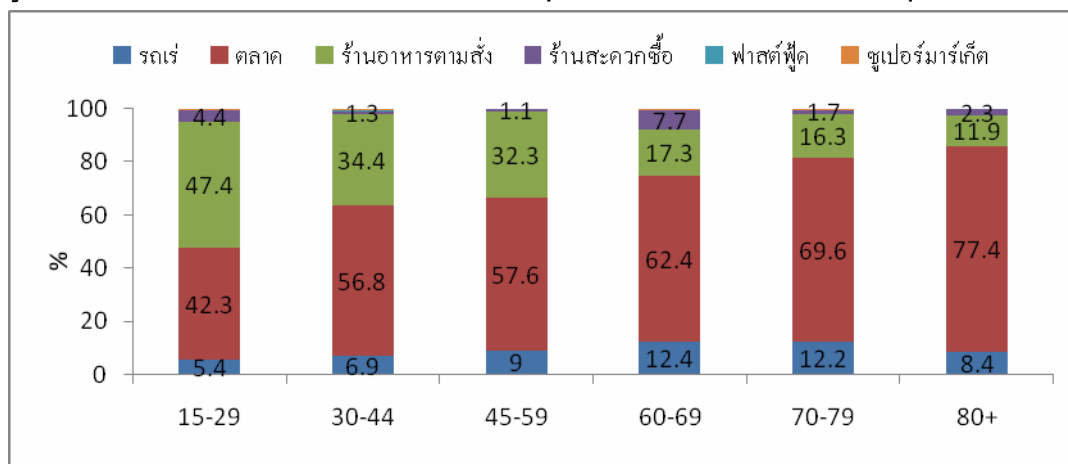
รูปที่ 2.4.10 ร้อยละของผู้ที่กินอาหารมือเย็นประเภทต่างๆในวันทำงาน ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามภาค ปี 2551-2



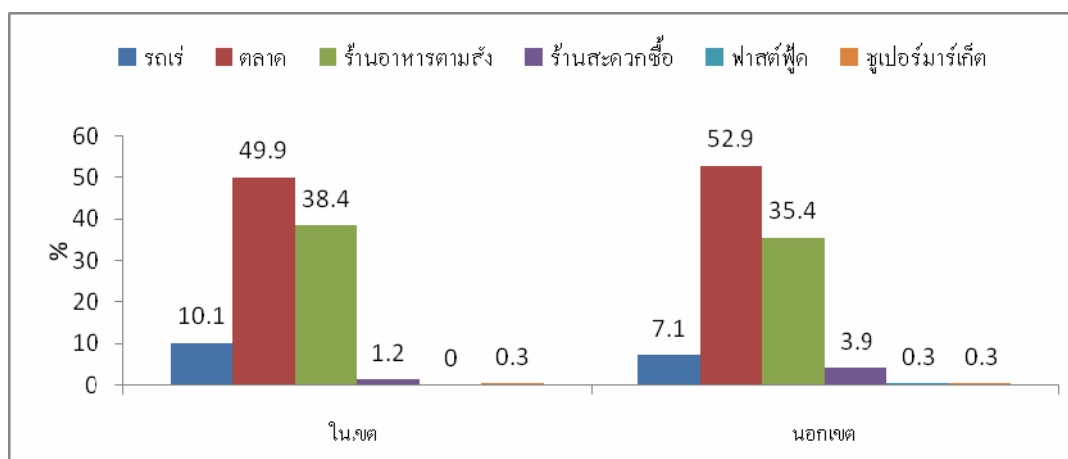
แหล่งอาหารมือเย็นนอกบ้านที่มีการกินมากที่สุดในวันทำงาน

แหล่งอาหารมือเย็นที่กินนอกบ้านมีความแตกต่างระหว่างกลุ่มอายุ โดยช่วงอายุ 15-29 ปี กินอาหารตามสั่งมากที่สุด รองลงมาคือ ตลาด และรถเร่ ส่วนกลุ่มอายุ 30 ปีขึ้นไป เลือกกินอาหารที่ขายในตลาดมากที่สุดรองลงมาคือร้านอาหารตามสั่ง และรถเร่ ส่วนที่กินอาหารจากร้านสะดวกซื้อ และแหล่งอื่น ๆ มีน้อย ดังแสดงในรูปที่ 3.11 โดยภาพรวมแหล่งอาหารเย็นนอกบ้านที่มีการกินมากที่สุดคือ ตลาด รองลงมาคือ อาหารตามสั่ง เมื่อพิจารณาความแตกต่างระหว่างเขตปกครองและภูมิภาคที่อาศัย พบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน ดังแสดงในรูปที่ 2.4.11 – 2.4.13

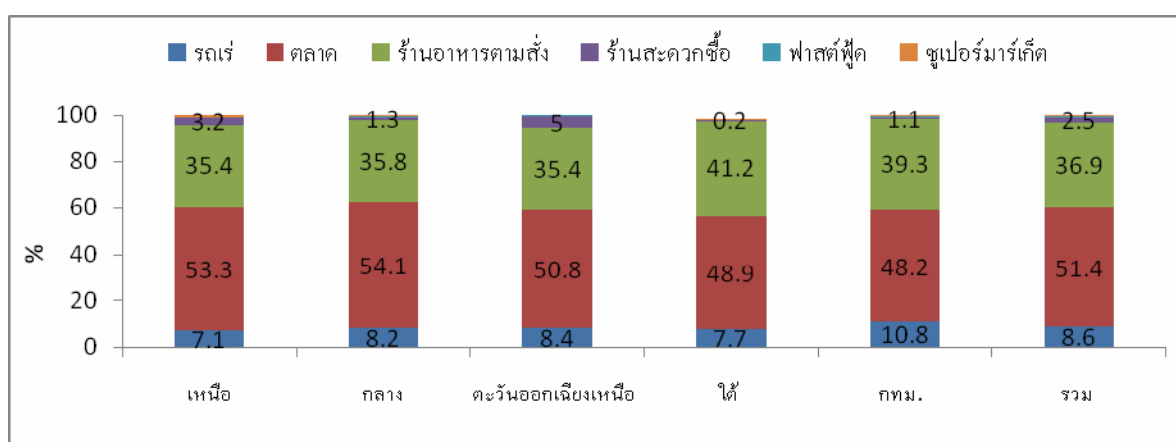
รูปที่ 2.4.11 ร้อยละของแหล่งอาหารมื้อเย็นที่กินบ่อยที่สุดในวันทำงาน ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามอายุ ปี 2551-2



รูปที่ 2.4.12 ร้อยละของแหล่งอาหารมื้อเย็นที่กินบ่อยที่สุดในวันทำงานของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามเขตปกครอง ปี 2551-2



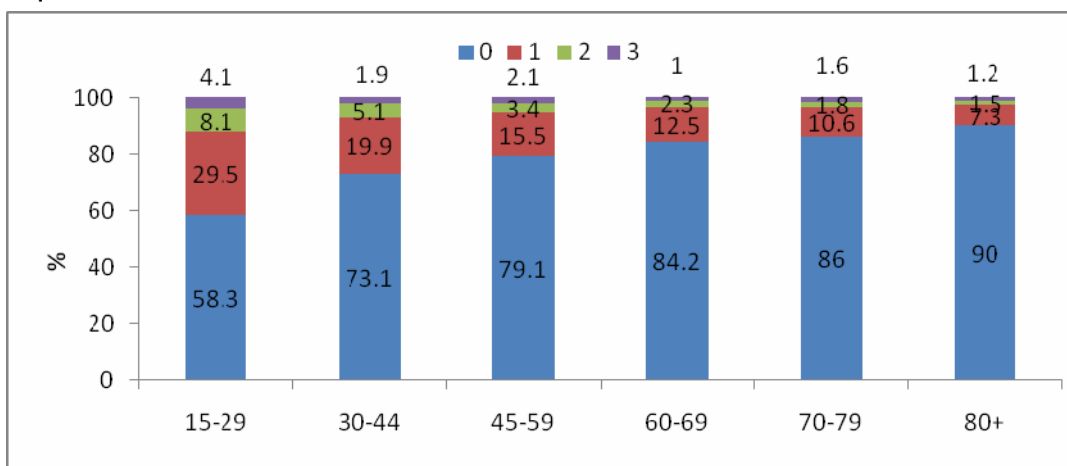
รูปที่ 2.4.13 ร้อยละของแหล่งอาหารมื้อเย็นนอกบ้านที่กินบ่อยที่สุดในวันทำงานของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามภาค ปี 2551-2



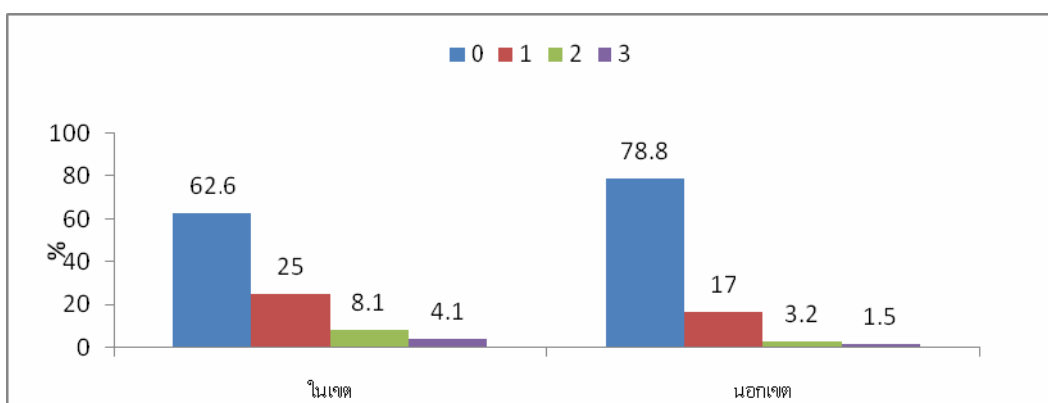
การกินอาหารนอกบ้านวันเสาร์หรืออาทิตย์

มากกว่า 1 ใน 4 ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปกินอาหารนอกบ้านอย่างน้อย 1 มื้อในช่วงวันเสาร์หรืออาทิตย์ โดยกลุ่มอายุ 15-29 ปี กินอาหารนอกบ้านในวันเสาร์หรืออาทิตย์มากที่สุด (ร้อยละ 41.7) ดังแสดงในรูปที่ 2.4.14 ผู้ที่อาศัยในเขตเทศบาลมีการกินอาหารนอกบ้านในวันเสาร์หรืออาทิตย์มากกว่าผู้ที่อาศัยนอกเขตเทศบาล (ร้อยละ 37 และ 21.2) ดังแสดงในรูปที่ 2.4.15 และผู้ที่อาศัยในกรุงเทพมหานครกินอาหารนอกบ้านในวันเสาร์หรืออาทิตย์มากที่สุด (ร้อยละ 42.3) รองลงมาคือ ภาคกลาง (ร้อยละ 30.5) สำหรับภาคเหนือและได้มีส่วนของการกินอาหารนอกบ้านใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 27) และต่ำสุดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ร้อยละ 17.3) ดังแสดงในรูปที่ 2.4.16

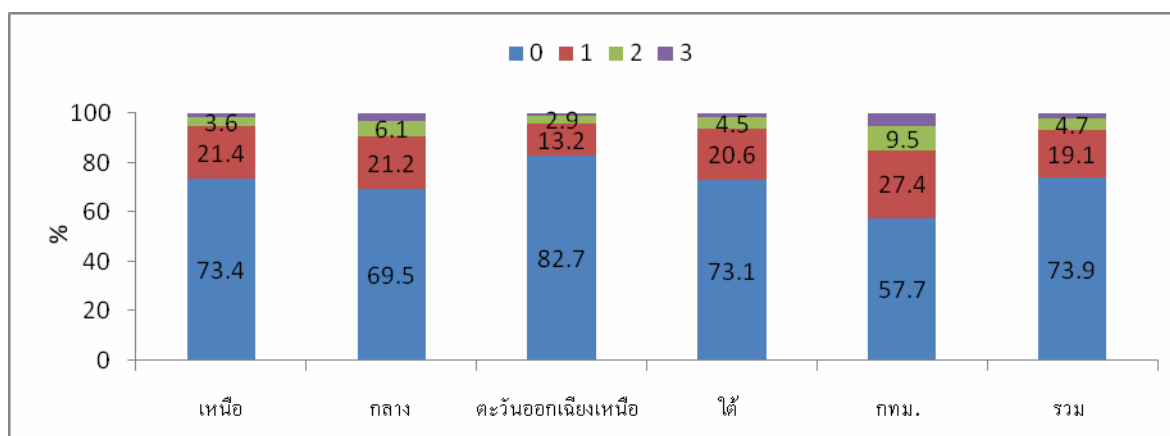
รูปที่ 2.4.14 ร้อยละของจำนวนมื้ออาหารหลักที่กินนอกบ้านในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปจำแนกตามอายุ ปี 2551-2



รูปที่ 2.4.15 ร้อยละของจำนวนมื้ออาหารหลักที่กินนอกบ้านในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปจำแนกตามเขตปกครอง ปี 2551-2



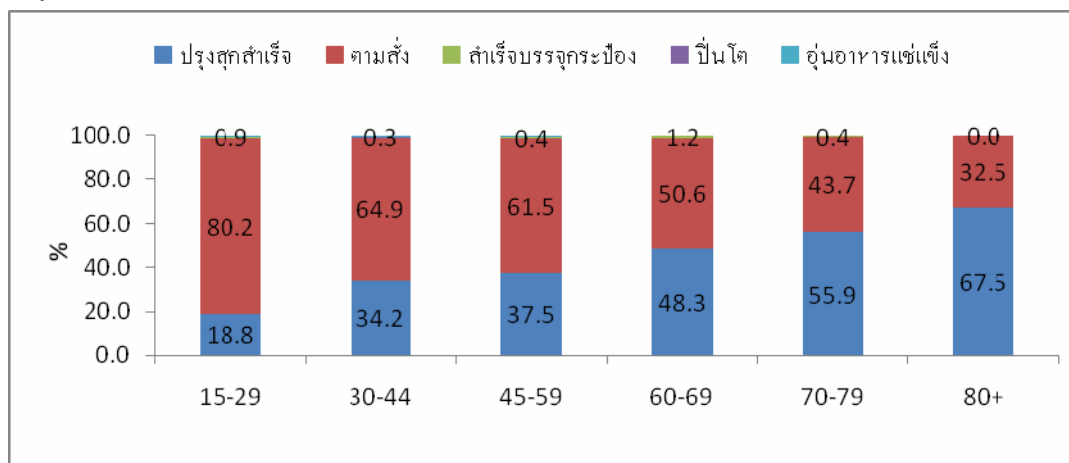
รูปที่ 2.4.16 ร้อยละของจำนวนมื้ออาหารหลักที่กินนอกบ้านในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปจำแนกตามภาค ปี 2551-2



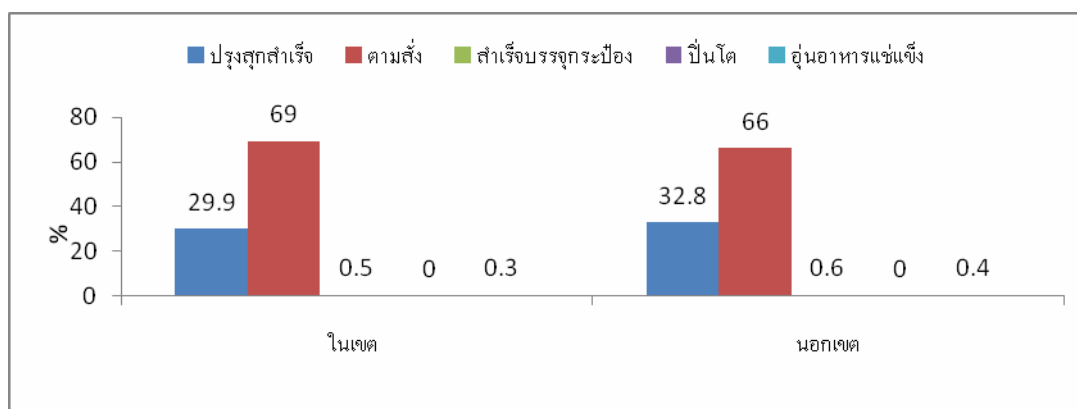
ประเภทอาหารนอกบ้านที่กินบ่อยที่สุดในวันเสาร์หรืออาทิตย์

ประเภทอาหารนอกบ้านที่ประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินบ่อยที่สุดในช่วงเสาร์หรืออาทิตย์คือ อาหารตามสั่ง รองลงมาคือ อาหารปรุงสุกสำเร็จ โดยกลุ่มอายุที่มีการกินอาหารตามสั่งมาก ได้แก่ กลุ่มอายุ 15-29 ปี และลดลงเมื่อมีอายุเพิ่มมากขึ้น ดังแสดงในรูปที่ 2.4.17 เมื่อพิจารณาจำแนกตามเขตปกครอง ไม่พบความแตกต่างระหว่างในการเลือกซื้อประเภทของอาหารนอกบ้านของผู้ที่อาศัยอยู่ในและนอกเขตเทศบาล ดังแสดงในรูปที่ 2.4.18 สำหรับการจำแนกตามภูมิภาคผู้ที่อาศัยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือกินอาหารนอกบ้านประเภทปรุงสุกสำเร็จในสัดส่วนมากที่สุด ในขณะที่ผู้ที่อาศัยในภาคอื่นนิยมกินอาหารตามสั่งในสัดส่วนที่สูงกว่า ดังแสดงในรูปที่ 2.4.19

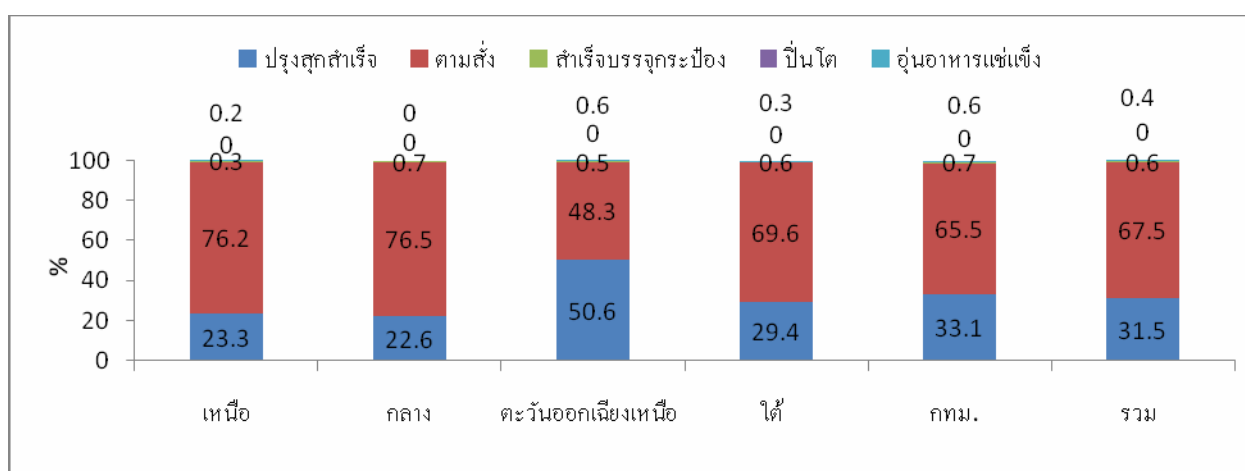
รูปที่ 2.4.17 ร้อยละของประเภทอาหารนอกบ้านที่กินบ่อยที่สุดในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามอายุ ปี 2551-2



รูปที่ 2.4.18 ร้อยละของประเภทอาหารนอกบ้านที่กินบ่อยที่สุดในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามเขตปกครอง ปี 2551-2



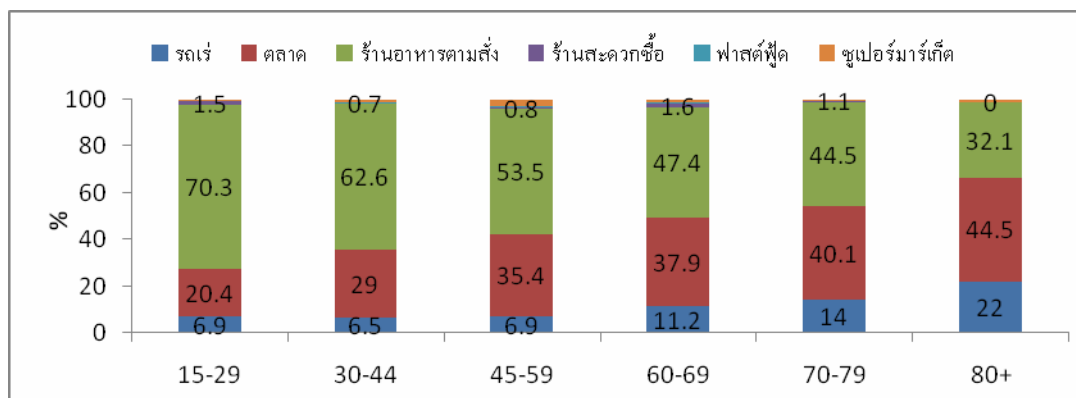
รูปที่ 2.4.19 ร้อยละของประเภทอาหารนอกบ้านที่กินบ่อยที่สุดในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามภาค ปี 2551-2



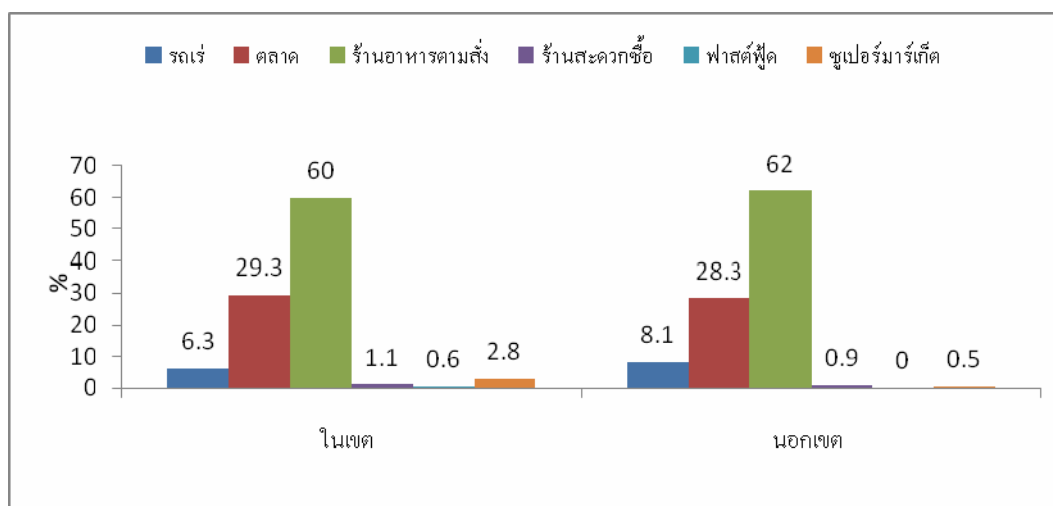
แหล่งอาหารนอกบ้านที่นิยมช่วงเสาร์หรืออาทิตย์

แหล่งอาหารนอกบ้านที่ประชากรไทยนิยมกินช่วงวันเสาร์หรืออาทิตย์ มีความแตกต่างจากวันทำงาน โดยในวันสุดสัปดาห์ แหล่งอาหารที่ประชากรไทยเลือกซื้ออาหารบ่อยมากที่สุดคือ ร้านอาหารตามสั่ง รองลงมาคือ ตลาด และรถเร่ โดยสัดส่วนของการกินร้านอาหารตามสั่งลดลงเมื่ออายุมากขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มอายุ 80 ปีขึ้นไปจะซื้ออาหารจากตลาดมากกว่า ดังแสดงในรูปที่ 2.4.20 นอกจากนี้ ยังพบว่า แหล่งอาหารนอกบ้านของคนในเขตและนอกเขตเทศบาลเลือกซื้อไม่มีความแตกต่างกัน ดังแสดงในรูปที่ 2.4.21 แม้ว่าแหล่งอาหารนอกบ้านที่คนอาศัยในภาคต่างๆนิยมกินช่วงเสาร์หรืออาทิตย์มากที่สุดคือ ร้านอาหารตามสั่ง แต่เป็นที่น่าสังเกตว่า สัดส่วนกินอาหารตามสั่งนี้สูงที่สุดในภาคใต้ และต่ำที่สุดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ อย่างไรก็ตามยังมี 1 ใน 10 ของทั้งผู้ที่อาศัยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคใต้กินอาหารจากรถเร่ ซึ่งสูงกว่าภาคอื่นๆ ดังแสดงในรูปที่ 2.4.22

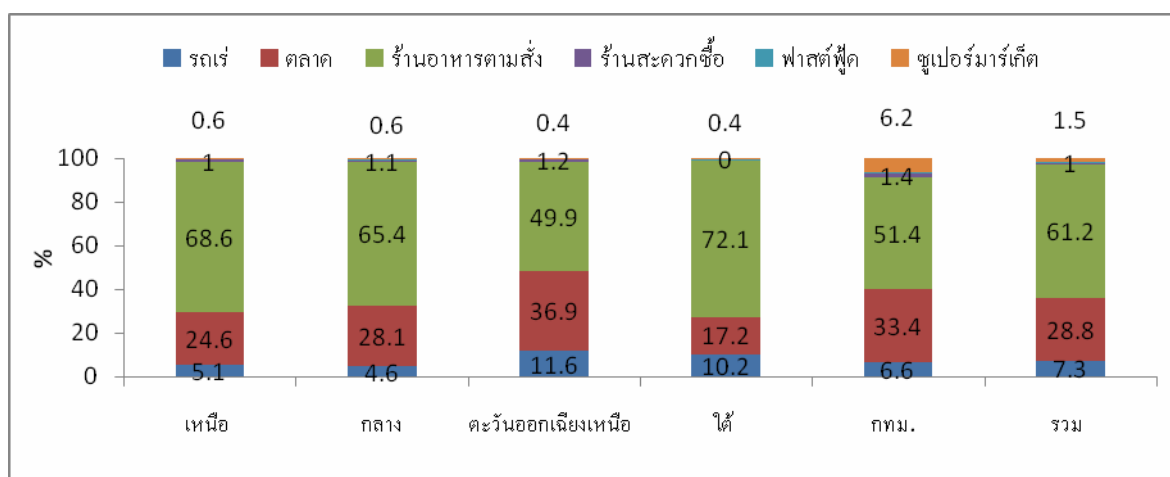
รูปที่ 2.4.20 ร้อยละของแหล่งอาหารมื้อหลักที่กินบ่อยในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามอายุ ปี 2551-2



รูปที่ 2.4.21 ร้อยละของแหล่งอาหารมื้อหลักที่กินบ่อยในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามเขตปกครอง ปี 2551-2



รูปที่ 2.4.22 ร้อยละของแหล่งอาหารมื้อหลักที่กินบ่อยในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามภาค ปี 2551-2



3. การกินผักผลไม้

การกินผักและผลไม้ในปริมาณที่เพียงพอส่งผลดีต่อสุขภาพ ทั้งในด้านการป้องกันหรือชะลอการเกิดโรคเรื้อรังและโรคหรือภาวะที่เกี่ยวข้องกับความเสื่อมของร่างกาย^{1,2,3,4} ทั้งนี้เนื่องจากผักและผลไม้เป็นแหล่งสำคัญของวิตามิน, แร่ธาตุ, โยอาอาหาร และพฤษเคมี (Phytochemicals) หลากหลายชนิด แม้ว่าหลักฐานการวิจัยหลายชิ้น ยืนยันบทบาทในการป้องกันโรคของผักและผลไม้ ประชากรทั้งในประเทศที่พัฒนาแล้วและกำลังพัฒนา ยังคงบริโภคผักและผลไม้น้อยกว่าปริมาณที่แนะนำให้บริโภค⁴ ดังนั้นในการสำรวจสถานะสุขภาพคนไทยครั้งที่ 4 จึงได้ทำการสำรวจการกินผักและผลไม้ของประชากรไทยอายุ 2 ปีขึ้นไปใน 4 ภูมิภาค รวมทั้งกรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาแบบแผนการบริโภคผักและผลไม้ ทั้งในด้านปริมาณและความเพียงพอ (หมายเหตุ: ความเพียงพอหมายถึง การกินผักและผลไม้ตามปริมาณที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน โดยควรบริโภคทั้งผักและผลไม้ ≥ 5 ส่วนมาตรฐานต่อวัน⁶ หรือบริโภคผัก ≥ 2 ส่วนมาตรฐานต่อวัน)

คำจำกัดความ

1. ผัก 1 หน่วยมาตรฐานบริโภคอาหาร เท่ากับ ผักใบปรุงสุกแล้ว 1 ถ้วย หรือ ผักใช้ผล/หัว/ราก เช่น มะเขือเทศ แครอท ฟักทอง ข้าวโพด ถั่วลันเตา ถั่วฝักยาว หอมหัวใหญ่ 1 ถ้วย หรือผักใบเขียวสดไม่ผ่านการปรุงสุก 2 ถ้วย โดยเมื่อคำนวณเป็นส่วนมาตรฐาน ผัก 2 หน่วยมาตรฐานบริโภคอาหาร เท่ากับผัก 1 ส่วนมาตรฐาน
2. ในส่วนของผัก การกำหนดส่วนบริโภคตามหน่วยมาตรฐานบริโภคอาหาร (ถ้วย) เพื่อช่วยให้ผู้ถูกสัมภาษณ์สามารถประเมินส่วนการกินผักใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากที่สุด
3. ผลไม้สด 1 ส่วนมาตรฐาน เท่ากับ มะละกอ แตงโม หรือสับปะรด 6 – 8 คำ หรือ ถั่วลิสง 1 ผลเล็ก หรือ ถั่วลิสง 1/2 ผลกลาง หรือส้มเขียวหวาน 1 ผลใหญ่ หรือ 2 ผลกลาง หรือ เงาะ 4 ผล

3.1 การกินผักผลไม้ของเด็กอายุ 2 ปี ถึง 14 ปี

การกินผัก

เด็กไทยอายุ 2 ปีถึง 14 ปี กินผักโดยเฉลี่ยวันละเท่ากับ 0.7 ส่วน (ค่ามัธยฐาน = 0.4 ส่วน) โดยเด็กกลุ่มอายุ 2 ปีถึง 5 ปีทั้งเพศชายและเพศหญิง กินผักน้อยกว่าเด็กอายุ 6 ปีถึง 14 ปีเล็กน้อย ไม่พบความแตกต่างในการกินผักของกลุ่มเด็กอายุ 2 ปี ถึง 14 ปี ที่อาศัยในเขตและนอกเขตเทศบาล ภูมิภาคที่อาศัยเกี่ยวข้องกับปริมาณของผักที่เด็กไทยกิน โดยพบว่า เด็กที่อาศัยในภาคใต้กินผักใน

¹ Hung HC, Joshupura KJ, Jiang R, Hu FB, Hunter D, Smith-Warner SA; et al. Fruit and vegetable intake and risk of major chronic disease. J Natl Cancer Inst. 2004; 96: 1557-1584

² Genkinger JM, Platz EA, Hoffman SC, Comstock GW, Helzlsouer KJ. Fruit, Vegetable and antioxidant intake and all-cause, cancer and cardiovascular disease mortality in a community-dwelling population in Washington County, Maryland. Am J Epidemiol. 2004; 160:1223-1233

³ Villegas R, Shu XO, Gao Yt, Yang G, Elasy T, Li H, et al. Vegetable but not fruit consumption and oral cancer: a meta-analysis of observational studies. Am J Clin Nutr. 2006;83: 1126-1134

⁴ Wu H, Dai Q, Shrubsole MJ, Ness RM, Schlundt D, Smalley WE, et al. Fruit and vegetable intakes are associated with lower risk of colorectal adenomas. J Nutr. 2009; 139:340-4

⁵ World Health Organization. The world health report 2002: Reducing risks, promoting healthy life. Geneva: World Health Organization 2002

⁶ World Health Organization. Fruit and vegetable promotion initiative: A meeting report, Geneva, 25-27 August 2003. Geneva: World Health Organization, 2003

ปริมาณเฉลี่ยมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 0.9 ส่วน; ค่ามัธยฐาน = 0.5 ส่วน) ในขณะที่เด็กที่อาศัยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือกินผักในปริมาณเฉลี่ยที่ต่ำที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 0.6 ส่วน; ค่ามัธยฐาน = 0.3 ส่วน) ดังแสดงในตารางที่ 3.1.1

การกินผลไม้

เด็กไทยอายุ 2 ปีถึง 14 ปี กินผลไม้โดยเฉลี่ย 1.3 ส่วนต่อวัน (ค่ามัธยฐาน = 0.9 ส่วน) เช่นเดียวกับการกินผัก เด็กกลุ่มอายุ 2 ปีถึง 5 ปีทั้งเพศชายและเพศหญิง กินผลไม้ไม่น้อยกว่าเด็กอายุ 6 ปีถึง 14 ปี นอกจากนี้พบว่า ปริมาณเฉลี่ยในการกินผลไม้ต่อวันไม่มีความแตกต่างระหว่างเด็กที่อาศัยในเขตและนอกเขตเทศบาล (ค่าเฉลี่ย = 1.3 ส่วน; ค่ามัธยฐาน = 0.9 ส่วน) โดยเด็กที่อาศัยในภาคใต้มีการกินผลไม้ในปริมาณเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ภาคเหนือ ดังแสดงในตารางที่ 3.1.2

การกินผักและผลไม้

เมื่อพิจารณารวมการกินผักและผลไม้ พบว่า เด็กไทยอายุ 2 ปีถึง 14 ปี กินมีการกินผักและผลไม้โดยเฉลี่ยวันละ 1.8 ส่วน (ค่ามัธยฐาน = 1.4 ส่วน) ผู้ใหญ่เพศหญิงกินผักและผลไม้ในปริมาณโดยเฉลี่ยที่มากกว่าเพศชายเพียงเล็กน้อย (1.9 และ 1.8 ส่วนต่อวัน ตามลำดับ) เด็กไทยอายุ 2 ปีถึง 14 ปีที่อาศัยในภาคใต้กินผักและผลไม้ในปริมาณเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ภาคเหนือ กรุงเทพมหานคร ภาคกลาง และตะวันออกเฉียงเหนือ ตามลำดับ ดังแสดงในตารางที่ 3.1.3

ตารางที่ 3.1.1 ปริมาณการกินผักของเด็กอายุ 2 ปี ถึง 14 ปี ต่อวัน (ส่วนต่อวัน) จำแนกตามเพศ อายุ เขตปกครอง และภาค

	ปริมาณผักที่กิน (ส่วนต่อวัน)											
	ชาย				หญิง				รวม			
	จำนวน ตัวอย่าง	Median	mean	sd	จำนวน ตัวอย่าง	Median)	mean	sd	จำนวน ตัวอย่าง	Median	mean	sd
อายุ (ปี)												
2-5	1,022	0.3	0.5	0.7	1,048	0.3	0.5	0.6	2,070	0.3	0.5	0.6
6-14	2,596	0.5	0.8	0.8	2,679	0.5	0.8	0.8	5,275	0.5	0.8	0.8
เขตปกครอง												
ในเขตเทศบาล	1,915	0.4	0.7	1.0	2,015	0.5	0.7	1.1	3,930	0.4	0.7	1.0
นอกเขตเทศบาล	1,703	0.4	0.7	0.6	1,712	0.5	0.7	0.6	3,415	0.4	0.7	0.6
ภาค												
เหนือ	852	0.4	0.7	0.9	877	0.5	0.8	1.0	1,729	0.5	0.8	0.9
กลาง	814	0.4	0.7	0.7	826	0.5	0.7	0.7	1,640	0.4	0.7	0.7
ตอ.เฉียงเหนือ	857	0.3	0.6	0.5	901	0.4	0.6	0.6	1,758	0.3	0.6	0.6
ใต้	762	0.5	0.9	0.9	763	0.5	0.8	1.0	1,525	0.5	0.9	1.0
กทม.	333	0.4	0.7	0.8	360	0.5	0.8	0.9	693	0.4	0.8	0.9
รวมทั้งประเทศ	3,618	0.4	0.7	0.7	3,727	0.5	0.7	0.8	7,345	0.4	0.7	0.8

ตารางที่ 3.1.2ปริมาณการกินผลไม้ของเด็กอายุ 2 ปี ถึง 14 ปี ต่อวัน (ส่วนต่อวัน) จำแนกตามเพศ อายุ เขตปกครอง และภาค

	ปริมาณผลไม้ที่กิน (ส่วนต่อวัน)											
	ชาย				หญิง				รวม			
	จำนวน ตัวอย่าง	Median	mean	sd	จำนวน ตัวอย่าง	Median	mean	sd	จำนวน ตัวอย่าง	Median	mean	sd
อายุ (ปี)												
2-5	1,141	0.6	1.1	1.3	1,173	0.7	1.2	1.2	2,314	0.7	1.1	1.3
6-14	2,765	0.9	1.3	1.3	2,876	0.9	1.3	1.3	5,641	0.9	1.3	1.3
เขตปกครอง												
ในเขตเทศบาล	2,095	0.9	1.3	1.8	2,212	0.9	1.2	1.8	4,307	0.9	1.3	1.8
นอกเขตเทศบาล	1,811	0.9	1.2	1.0	1,837	0.9	1.3	1.0	3,648	0.9	1.3	1.0
ภาค												
เหนือ	915	0.9	1.4	1.5	950	1.0	1.4	1.7	1,865	1.0	1.4	1.6
กลาง	887	0.6	1.1	1.2	911	0.7	1.1	1.2	1,798	0.9	1.1	1.2
ตอ.เฉียงเหนือ	913	0.7	1.1	0.9	940	0.9	1.1	0.9	1,853	0.6	1.1	0.9
ใต้	811	1.1	1.7	1.9	831	1.0	1.6	1.8	1,642	1.0	1.7	1.8
กทม.	380	0.9	1.3	1.4	417	0.9	1.3	1.5	797	0.9	1.3	1.5
รวมทั้งประเทศ	3,906	0.9	1.2	1.3	4,049	0.9	1.3	1.3	7,955	0.9	1.3	1.3

ตารางที่ 3.1.3 ปริมาณการกินผักและผลไม้ของเด็กอายุ 2 ปี ถึง 14 ปี ต่อวัน (ส่วนต่อวัน) จำแนกตามเพศ อายุ เขตปกครอง และภาค

	ปริมาณรวมผัก/ผลไม้ที่กิน (ส่วนต่อวัน)											
	ชาย				หญิง				รวม			
	จำนวน ตัวอย่าง	Median	mean	sd	จำนวน ตัวอย่าง	Median	mean	sd	จำนวน ตัวอย่าง	Median	mean	sd
อายุ (ปี)												
2-5	1,190	1.1	1.6	1.5	1,208	1.1	1.6	1.5	2,398	1.1	1.6	1.5
6-14	2,909	1.4	1.9	1.6	2,981	1.6	2.0	1.7	5,890	1.5	1.9	1.6
เขตปกครอง												
ในเขตเทศบาล	2,200	1.3	1.8	2.2	2,285	1.4	1.9	2.3	4,485	1.4	1.8	2.2
นอกเขตเทศบาล	1,899	1.4	1.8	1.3	1,904	1.4	1.9	1.3	3,803	1.4	1.8	1.3
ภาค												
เหนือ	943	1.4	2.0	1.9	969	1.6	2.2	2.1	1,912	1.5	2.1	2.0
กลาง	938	1.2	1.7	1.5	945	1.2	1.7	1.5	1,883	1.2	1.7	1.5
ตอ.เฉียงเหนือ	950	1.1	1.6	1.2	966	1.3	1.7	1.2	1,916	1.1	1.6	1.2
ใต้	869	1.7	2.4	2.2	875	1.8	2.3	2.1	1,744	1.7	2.3	2.1
กทม.	399	1.4	1.9	1.7	434	1.4	1.9	2.0	833	1.4	1.9	1.9
รวมทั้งประเทศ	4,099	1.3	1.8	1.6	4,189	1.4	1.9	1.6	8,288	1.4	1.8	1.6

การกินผักตามส่วนมาตรฐานต่อวัน

การสำรวจภาวะสุขภาพคนไทยครั้งที่ 4 พบว่า สัดส่วนของเด็กไทยอายุ 2 -5 ปี ที่กินผัก ≥ 2 และ ≥ 3 ส่วนมาตรฐาน เท่ากับร้อยละ 5.9 และ 2.6 ตามลำดับ และเด็กอายุ 6- 14 ปี กินในปริมาณดังกล่าว ร้อยละ 11.4 และ 5.0ตามลำดับ เด็กไทยเพศชาย และหญิงมีสัดส่วนของการกินผักใกล้เคียงกัน และเด็กที่อาศัยในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลมีสัดส่วนที่กินผักใกล้เคียงกันเช่นกัน เมื่อพิจารณาภูมิภาคที่อาศัยพบว่า เด็กไทยที่อาศัยในภาคใต้และกรุงเทพมหานครมีสัดส่วนของการกินผักตั้งแต่ 2 ส่วนมาตรฐานขึ้นไปสูงกว่าภาคอื่นเล็กน้อย(ตารางที่ 3.1.4)

ตารางที่ 3.1.4 ร้อยละของเด็กอายุ 2-14 ปี ที่กินผักตามส่วนบริโภคต่อวัน จำแนกตามเพศ และอายุ

การกินผัก (ส่วนต่อวัน)	ร้อยละของคนกินผัก จำแนกตามเพศและอายุ									
	อายุ(ปี)		เขตการปกครอง		ภาค					
	2-5	6-14	ในเขต	นอกเขต	เหนือ	กลาง	ตอ.เฉียงเหนือ	ใต้	กทม.	รวม
ชาย	1,022	2,596	1,915	1,703	852	814	857	762	333	3,618
<1 ส่วน ต่อวัน	80.7	68.6	71.2	72.3	69.9	68.8	78.4	65.9	69.6	72.0
1-<2 ส่วน ต่อวัน	13.3	20.5	19.1	18.2	20.3	20.3	15.1	21.2	18.8	18.5
2-<3 ส่วน ต่อวัน	3.1	6.1	5.2	5.3	5.7	6.3	3.6	6.8	6.2	5.3
≥ 3 ส่วนต่อวัน	2.9	4.8	4.6	4.2	4.2	4.6	3.0	6.2	5.4	4.3
หญิง	1,048	2,697	2,015	1,712	877	826	901	763	360	3,727
<1 ส่วน ต่อวัน	82.7	67.4	70.5	72.1	67.0	71.7	76.4	66.0	71.2	71.7
1-<2 ส่วน ต่อวัน	11.5	20.7	19.2	17.7	20.2	19.1	15.9	21.0	16.1	18.2
2-<3 ส่วน ต่อวัน	3.6	6.7	5.2	6.0	6.5	5.3	5.1	7.4	5.8	5.8
≥ 3 ส่วนต่อวัน	2.2	5.2	5.1	4.1	6.3	3.9	2.7	5.7	6.9	4.4
รวม	2,070	5,275	3,930	3,415	1,729	1,640	1,758	1,525	693	7,345
<1 ส่วน ต่อวัน	81.7	68.0	70.8	72.2	68.4	70.2	77.4	65.9	70.4	71.8
1-<2 ส่วน ต่อวัน	12.4	20.6	19.1	18.0	20.2	19.7	15.5	21.1	17.4	18.3
2-<3 ส่วน ต่อวัน	3.3	6.4	5.2	5.7	6.1	5.8	4.3	7.1	6.0	5.5
≥ 3 ส่วนต่อวัน	2.6	5.0	4.8	4.1	5.3	4.3	2.8	5.9	6.2	4.3

การกินผลไม้ตามส่วนมาตรฐานต่อวัน

ในส่วนของการกินผลไม้ พบว่า ร้อยละ 21.0 ของเด็กไทยอายุ 2 ปีถึง 14 ปี ที่กินผลไม้ ≥ 2 ส่วนมาตรฐานต่อวัน ซึ่งสูงกว่า สัดส่วนของเด็กไทยที่กินผักในปริมาณ ≥ 2 ส่วนมาตรฐานต่อวัน เด็กไทยเพศชายและหญิงมีสัดส่วนของการกินผลไม้ ≥ 2 ส่วนมาตรฐานต่อวันใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 20.6 และ 21.5 ตามลำดับ) จากการสำรวจยังพบว่า เด็กกลุ่มอายุ 2 ปีถึง 5 ปีทั้งเพศชายและหญิง กินผลไม้ ≥ 2 ส่วนมาตรฐานต่อวันในสัดส่วนน้อยกว่าเด็กอายุ 6 ปีถึง 14 ปีเล็กน้อย ขณะที่การอาศัยในเขตเทศบาลหรือนอกเขตเทศบาลมีสัดส่วนของเด็กที่กินผลไม้ ≥ 2 ส่วนมาตรฐานต่อวันใกล้เคียงกัน เมื่อพิจารณาภูมิภาคที่อาศัยพบว่า เด็กไทยที่อาศัยใน

ภาคใต้มีสัดส่วนของการกินผลไม้ ≥ 2 ส่วนมาตรฐานต่อวันสูงที่สุด (ร้อยละ 31.4) รองลงมาคือ เด็กที่อาศัยภาคเหนือ ดังแสดงในตารางที่ 3.1.5

ตารางที่ 3.1.5 ร้อยละของเด็กอายุ 2-14 ปี ที่กินผลไม้ตามส่วนบริโภคต่อวัน จำแนกตามเพศและอายุ

	ร้อยละของคนกินผลไม้ จำแนกตามเพศและอายุ									
	อายุ(ปี)		เขตการปกครอง					ภาค		
การกินผลไม้ (ส่วนต่อวัน)										
	2-5	6-14	ในเขต	นอกเขต	เหนือ	กลาง	ตอ.เฉียงเหนือ	ใต้	กทม.	รวม
ชาย	1,141	2,765	2,095	1,811	915	887	913	811	380	3,906
<1 ส่วน ต่อวัน	60.4	55.5	55.2	57.6	53.3	61.7	61.8	44.1	53.5	56.9
1-<2 ส่วน ต่อวัน	21.2	23.1	23.7	22.1	23.2	21.7	21.8	23.5	25.1	22.6
≥ 2 ส่วนต่อวัน	18.4	21.4	21.1	20.3	23.5	16.6	16.4	32.4	21.3	20.5
หญิง	1,173	2,876	2,212	1,837	950	911	940	831	417	4,049
<1 ส่วน ต่อวัน	61.5	54.2	55.0	56.9	50.7	60.4	60.9	46.8	54.7	56.3
1-<2 ส่วน ต่อวัน	18.0	23.8	24.1	21.3	24.5	21.5	21.2	22.9	21.3	22.1
≥ 2 ส่วนต่อวัน	20.6	22.0	20.9	21.9	24.8	18.0	18.0	30.3	24.0	21.6
รวม	2,314	5,641	4,307	3,648	1,865	1,798	1,853	1,642	797	7,955
<1 ส่วน ต่อวัน	60.9	54.9	55.1	57.3	52.0	61.1	61.4	45.4	54.1	56.6
1-<2 ส่วน ต่อวัน	19.6	23.5	23.9	21.7	23.8	21.6	21.5	23.2	23.2	22.3
≥ 2 ส่วนต่อวัน	19.4	21.7	21.0	21.1	24.2	17.3	17.2	31.4	22.7	21.0

การกินผักและผลไม้ตามส่วนมาตรฐานต่อวัน

สำหรับการกินผักและผลไม้รวมกันได้ ≥ 3 , ≥ 4 หรือ ≥ 5 ส่วนมาตรฐานต่อวัน พบว่า เด็กไทยอายุ 2-14 ปี มีเพียงร้อยละ 17.9, 11.2 และ 6.3 ตามลำดับ ซึ่งเป็นสัดส่วนที่ต่ำมาก โดยเด็กไทยเพศชายและหญิงมีสัดส่วนของการกินผักและผลไม้ในปริมาณ ≥ 5 ส่วนมาตรฐานต่อวันใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 6.2 และ 6.3 ตามลำดับ) เมื่อพิจารณาความแตกต่างระหว่างกลุ่มอายุ พบว่า เด็กกลุ่มอายุ 2 ปีถึง 5 ปี กินผักและผลไม้ ≥ 5 ส่วนมาตรฐานต่อวันร้อยละ 4.9 ขณะที่เด็กอายุ 6 ปีถึง 14 ปี พบสัดส่วนที่สูงกว่าเล็กน้อยคือ ร้อยละ 6.8 เด็กที่อาศัยในเขตเทศบาลมีสัดส่วนของการกินผักและผลไม้ ≥ 5 ส่วนต่อวันสูงกว่าเด็กที่อาศัยนอกเขตเทศบาล (ร้อยละ 6.7 และร้อยละ 6.1 ตามลำดับ) และเด็กที่อาศัยในภาคใต้มีสัดส่วนการกินผักและผลไม้สูงกว่าภาคอื่น รวมทั้งกรุงเทพมหานคร ดังแสดงในตารางที่ 3.1.6

ตารางที่ 3.1.6 ร้อยละของเด็กอายุ 2-14 ปี ที่กินผักและผลไม้ตามส่วนบริโภคต่อวัน จำแนกตามเพศ อายุ เขตการปกครองและภาค

การกินผักและ ผลไม้ (ส่วนต่อวัน)	ร้อยละของคนกินผัก จำแนกตามเพศ อายุ เขตการปกครองและภาค									
	อายุ(ปี)		เขตการปกครอง			ภาค				
	2-5	6-14	ในเขต	นอกเขต	เหนือ	กลาง	ตอ.เฉียงเหนือ	ใต้	กทม.	รวม
ชาย	1,190	2,909	2,200	1,899	943	938	950	869	399	4,099
<1 ส่วน ต่อวัน	47.5	34.3	36.8	38.8	32.1	42.0	43.5	27.4	37.1	38.2
1-<2 ส่วน ต่อวัน	25.9	29.1	29.8	27.5	28.7	26.8	29.8	25.9	28.3	28.2
2-<3 ส่วน ต่อวัน	12.4	17.1	14.9	16.0	19.5	15.0	13.5	19.2	12.7	15.7
3-<4 ส่วน ต่อวัน	5.0	7.4	6.7	6.7	7.5	6.4	5.7	8.0	8.3	6.7
4-<5 ส่วน ต่อวัน	4.2	5.4	5.4	4.9	5.5	4.9	2.9	8.9	6.2	5.1
>=5 ส่วนต่อวัน	5.0	6.7	6.4	6.1	6.7	5.0	4.6	10.5	7.3	6.2
หญิง	1,208	2,981	2,285	1,904	969	945	966	875	434	4,189
<1 ส่วน ต่อวัน	46.6	31.0	37.0	34.8	27.0	40.1	38.6	28.7	38.5	35.4
1-<2 ส่วน ต่อวัน	25.1	30.0	28.3	28.7	31.1	27.6	31.0	23.6	26.0	28.6
2-<3 ส่วน ต่อวัน	14.7	20.0	17.0	19.1	19.0	17.3	18.0	21.6	16.9	18.5
3-<4 ส่วน ต่อวัน	5.3	7.1	6.7	6.5	8.0	6.6	4.7	8.8	7.1	6.6
4-<5 ส่วน ต่อวัน	3.6	5.1	4.1	4.9	6.2	3.1	3.7	7.7	4.2	4.6
>=5 ส่วนต่อวัน	4.8	6.9	6.9	6.1	8.8	5.3	4.1	9.6	7.4	6.3
รวม	2,398	5,890	4,485	3,803	1,912	1,883	1,916	1,744	833	8,288
<1 ส่วน ต่อวัน	47.1	32.7	36.9	36.8	29.6	41.1	41.1	28.0	37.8	36.8
1-<2 ส่วน ต่อวัน	25.5	29.5	29.0	28.1	29.9	27.2	30.4	24.8	27.1	28.4
2-<3 ส่วน ต่อวัน	13.5	18.5	16.0	17.5	19.2	16.1	15.7	20.4	14.8	17.1
3-<4 ส่วน ต่อวัน	5.2	7.3	6.7	6.6	7.7	6.5	5.2	8.4	7.7	6.7
4-<5 ส่วน ต่อวัน	3.9	5.3	4.8	4.9	5.9	4.0	3.3	8.3	5.2	4.9
>=5 ส่วนต่อวัน	4.9	6.8	6.7	6.1	7.7	5.1	4.4	10.0	7.4	6.3

3.2 การกินผักผลไม้ของประชาชนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป

การกินผัก

ประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปกินผักในปริมาณเฉลี่ยต่อวันละ 1.7 ส่วน (ค่ามัธยฐาน = 1.4 ส่วน) ซึ่งต่ำกว่าข้อเสนอแนะมาตรฐานที่ให้กินวันละมากกว่าหรือเท่ากับ 3 ส่วน เพศชายและหญิงกินผักในปริมาณเฉลี่ยเท่ากันคือ 1.7 ส่วนต่อวัน เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มอายุ พบว่า เมื่ออายุเพิ่มมากขึ้นมีการกินผักลดลง นอกจากนี้พบว่า ผู้ใหญ่ไทยที่อาศัยในและนอกเขตเทศบาลมีการกินผักเฉลี่ยต่อวันในปริมาณที่เท่ากันคือ 1.7 ส่วน (ค่ามัธยฐาน = 1.4 ส่วน) ภาคที่มีการกินผักโดยเฉลี่ยต่อวันละมากที่สุดคือ ภาคใต้ (2.1 ส่วน) รองลงมาคือภาคเหนือ (1.9 ส่วน) ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (1.6 ส่วน) กรุงเทพมหานคร (1.6 ส่วน) และภาคกลาง (1.5 ส่วน) ดังแสดงในตารางที่ 3.2.1

การกินผลไม้

ประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินผลไม้ในปริมาณเฉลี่ยต่อวัน 1.5 ส่วน (ค่ามัธยฐาน = 1.0 ส่วน) เพศชายและหญิงกินผลไม้ในปริมาณเฉลี่ยใกล้เคียงกันคือ 1.4 และ 1.5 ส่วนต่อวัน ตามลำดับ เช่นเดียวกับการกินผัก เมื่อมีอายุมากขึ้นมีการกินผลไม้ในปริมาณที่ลดลง ผู้ที่อาศัยในและนอกเขตเทศบาลมีการกินผลไม้เฉลี่ยต่อวันในปริมาณที่ใกล้เคียงกัน (1.6 และ 1.5 ส่วนต่อวัน ตามลำดับ) เมื่อพิจารณาตามภาค พบว่าภาคใต้กินผลไม้มากที่สุดเช่นกัน รองลงมาคือ กรุงเทพมหานคร ดังแสดงในตารางที่ 3.2.2

การกินผักและผลไม้

เมื่อพิจารณารวมการกินผักและผลไม้ พบว่า ประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปมีการกินผักและผลไม้ รวมในปริมาณเฉลี่ย 3.0 ส่วนต่อวัน (ค่ามัธยฐาน = 2.4 ส่วนต่อวัน) เพศหญิงกินผักและผลไม้รวมในปริมาณเฉลี่ยที่ใกล้เคียงกับเพศชาย (3.1 และ 3.0 ส่วนต่อวัน ตามลำดับ) ปริมาณเฉลี่ยในการกินผักและผลไม้ต่อวันของผู้ที่อาศัยในเขตและนอกเขตเทศบาลใกล้เคียงกัน (3.1 และ 3.0 ส่วน ตามลำดับ) คนในภาคใต้กินผักและผลไม้ในปริมาณเฉลี่ยสูงสุด (3.6 ส่วนต่อวัน) รองลงมาคือ ภาคเหนือ (3.3 ส่วนต่อวัน) ดังแสดงในตารางที่ 3.2.3

ตารางที่ 3.2.1 ปริมาณการกินผักของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ต่อวัน (ส่วนต่อวัน) จำแนกตามเพศ อายุ เขตปกครอง และภาค

	ชาย				หญิง				รวม			
	N	Median	Mean	SD	n	Median	Mean	SD	n	Median	Mean	SD
อายุ (ปี)												
15-29	1,300	1.3	1.7	1.1	1,257	1.3	1.6	1.1	2,557	1.3	1.6	1.1
30-44	1,812	1.5	1.8	1.1	2,156	1.5	1.8	1.1	3,968	1.5	1.8	1.1
45-59	1,949	1.5	1.8	1.1	2,383	1.5	1.8	1.2	4,332	1.5	1.8	1.1
60-69	2,419	1.3	1.7	2.6	2,492	1.3	1.5	2.1	4,911	1.3	1.6	2.3
70-79	1,499	1.0	1.3	2.1	1,596	1.0	1.3	2.1	3,095	0.9	1.3	2.1
80+	415	1.0	1.3	2.3	469	0.8	1.1	1.8	884	1.4	1.2	2.0
เขตปกครอง												
ในเขตเทศบาล	4,941	1.3	1.7	1.8	5,751	1.5	1.7	1.9	10,692	1.4	1.7	1.8
นอกเขตเทศบาล	4,453	1.5	1.8	1.1	4,602	1.4	1.7	1.1	9,055	1.4	1.7	1.1
ภาค												
เหนือ	2,204	1.5	1.9	1.5	2,325	1.5	1.8	1.5	4,529	1.5	1.9	1.5
กลาง	2,305	1.0	1.5	1.2	2,408	1.0	1.5	1.2	4,713	1.0	1.5	1.2
ตอ.เฉียงเหนือ	2,118	1.1	1.7	1.1	2,249	1.0	1.6	1.1	4,367	1.1	1.6	1.1
ใต้	1,965	1.5	2.1	1.9	2,151	1.5	2.1	2.0	4,116	1.5	2.1	2.0
กรุงเทพฯ	802	1.0	1.6	1.2	1,220	1.3	1.6	1.5	2,022	1.1	1.6	1.4
รวมทั้งประเทศ	9,394	1.4	1.7	1.4	10,353	1.4	1.7	1.4	19,747	1.4	1.7	1.4

ตารางที่ 3.2.2 ปริมาณการกินผลไม้ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ต่อวัน (ส่วนต่อวัน) จำแนกตามเพศ อายุ เขตปกครอง และภาค

	ชาย				หญิง				รวม			
	N	Median	Mean	SD	n	Median	Mean	SD	n	Median	Mean	SD
อายุ (ปี)												
15-29	1,210	1.1	1.6	1.2	1,204	1.3	1.7	1.2	2,414	1.1	1.7	1.2
30-44	1,718	1.0	1.4	1.1	2,052	1.1	1.6	1.2	3,770	1.0	1.5	1.1
45-59	1,813	0.9	1.4	1.1	2,271	1.0	1.5	1.3	4,084	1.0	1.4	1.2
60-69	2,222	0.9	1.4	2.6	2,309	0.9	1.3	2.4	4,531	0.9	1.4	2.5
70-79	1,399	0.9	1.2	2.3	1,491	0.7	1.2	2.2	2,890	0.9	1.2	2.2
80+	391	0.9	1.1	2.4	447	0.9	1.2	2.2	838	0.9	1.2	2.3
เขตปกครอง												
ในเขตเทศบาล	4,650	1.0	1.5	1.9	5,469	1.0	1.6	2.1	10,119	1.0	1.6	2.0
นอกเขตเทศบาล	4,103	0.9	1.4	1.1	4,305	0.9	1.5	1.2	8,408	0.9	1.5	1.1
ภาค												
เหนือ	2,150	0.9	1.4	1.5	2,253	1.0	1.6	1.6	4,403	1.0	1.5	1.5
กลาง	2,186	0.9	1.3	1.3	2,323	0.9	1.4	1.4	4,509	0.9	1.4	1.4
ตอ.เฉียงเหนือ	1,887	0.9	1.4	1.2	2,057	1.0	1.4	1.1	3,944	0.9	1.4	1.1
ใต้	1,764	1.0	1.7	2.0	1,973	1.1	1.9	2.1	3,737	1.1	1.8	2.1
กรุงเทพฯ	766	0.9	1.5	1.3	1,168	1.0	1.7	1.7	1,934	1.0	1.6	1.5
รวมทั้งประเทศ	8,753	0.9	1.4	1.3	9,774	1.0	1.5	1.4	18,527	1.0	1.5	1.4

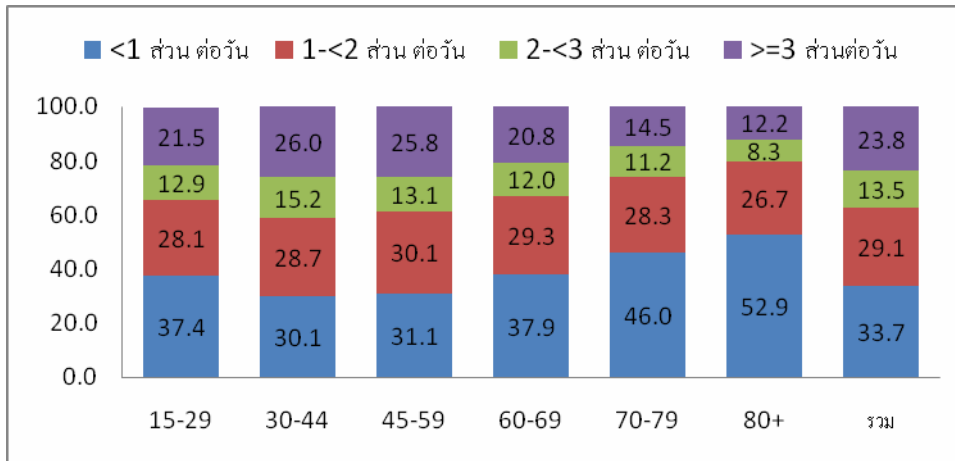
ตารางที่ 3.2.3 ปริมาณการกินผักและผลไม้ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ต่อวัน (ส่วนต่อวัน) จำแนกตามเพศ อายุ เขตปกครอง และภาค

	ชาย				หญิง				รวม			
	N	Median	Mean	SD	n	Median	Mean	SD	n	Median	Mean	SD
อายุ (ปี)												
15-29	1,335	2.6	3.1	1.7	1,293	2.7	3.2	1.8	2,628	2.6	3.1	1.7
30-44	1,861	2.9	3.1	1.7	2,215	3.0	3.2	1.8	4,076	2.9	3.2	1.7
45-59	1,987	2.4	3.0	1.6	2,441	2.9	3.2	1.8	4,428	2.6	3.1	1.8
60-69	2,468	2.4	2.9	4.0	2,540	2.4	2.7	3.4	5,008	2.4	2.8	3.7
70-79	1,549	1.9	2.4	3.5	1,637	2.0	2.3	3.2	3,186	1.9	2.4	3.3
80+	432	1.9	2.2	3.7	486	1.7	2.2	3.0	918	1.8	2.2	3.3
เขตปกครอง												
ในเขตเทศบาล	5,061	2.4	3.0	2.8	5,904	2.6	3.1	3.0	10,965	2.5	3.1	2.9
นอกเขตเทศบาล	4,571	2.4	3.0	1.7	4,708	2.4	3.1	1.7	9,279	2.4	3.0	1.7
ภาค												
เหนือ	2,244	2.6	3.2	2.2	2,358	2.7	3.3	2.3	4,602	2.6	3.3	2.3
กลาง	2,346	2.1	2.7	2.0	2,469	2.1	2.9	2.0	4,815	2.1	2.8	2.0
ตอ.เฉียงเหนือ	2,178	2.3	2.9	1.7	2,304	2.3	2.8	1.6	4,482	2.3	2.9	1.7
ใต้	2,038	2.7	3.5	3.0	2,217	2.9	3.8	3.1	4,255	2.9	3.6	3.1
กรุงเทพฯ	826	2.2	3.0	1.9	1,264	2.7	3.1	2.5	2,090	2.5	3.1	2.2
รวมทั้งประเทศ	9,632	2.4	3.0	2.1	10,612	2.5	3.1	2.2	20,244	2.4	3.0	2.2

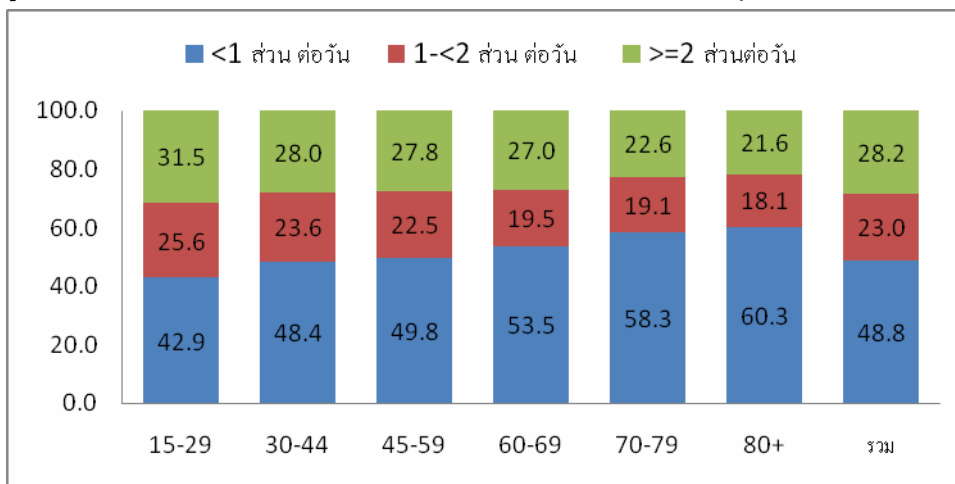
จำนวนส่วนของผักและผลไม้ที่กินต่อวัน

เมื่อพิจารณาการกระจายของร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผักและผลไม้ตามส่วนบริโภคต่อวัน พบว่าประมาณ 1 ใน 3 และ 1 ใน 2 ของประชากรไทยกินผักและผลไม้ตามลำดับในปริมาณที่น้อยกว่า 1 ส่วนมาตรฐานต่อวัน โดยแนวโน้มการกินผักและผลไม้ลดลงเมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น ดังแสดงในรูปที่ 3.2.1 และ 3.2.2

รูปที่ 3.2.1 ร้อยละการกินผักตามส่วนบริโภคต่อวัน ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามอายุ ปี 2551-2



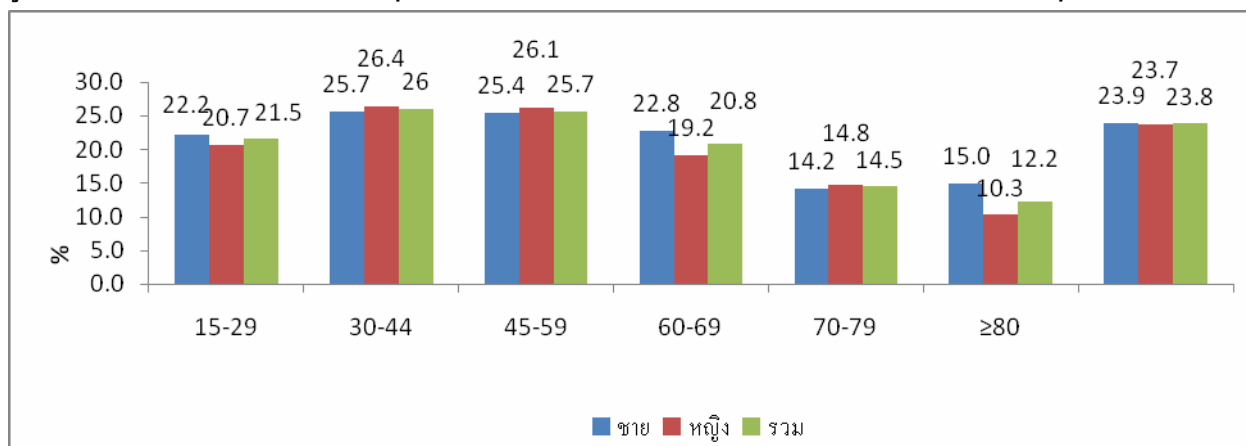
รูปที่ 3.2.2 ร้อยละการกินผลไม้ตามส่วนบริโภคต่อวันของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามอายุ ปี 2551-2



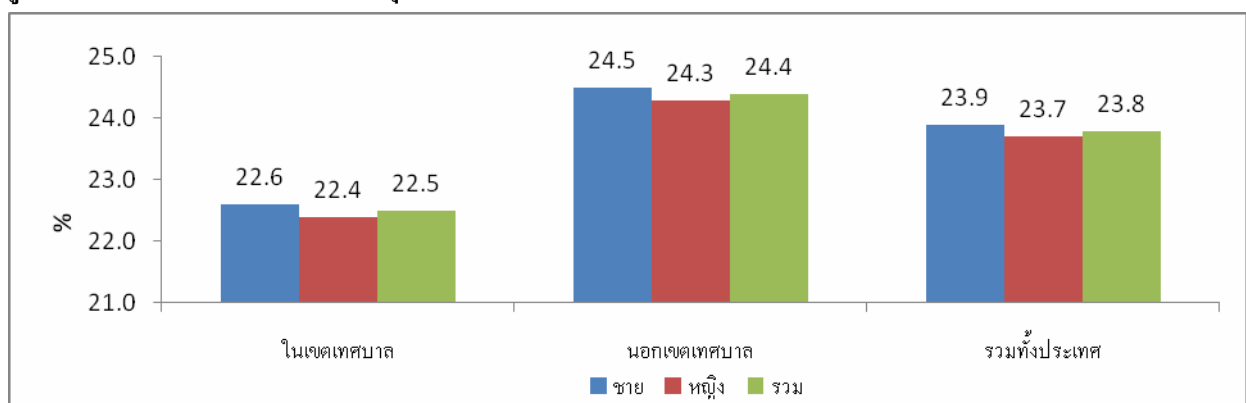
การกินผักตามปริมาณที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน

ร้อยละ 23.8 ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินผักเพียงพอตามข้อเสนอแนะ (≥ 3 ส่วนมาตรฐานต่อวัน) เพศชายและหญิงมีสัดส่วนการกินผักเพียงพอใกล้เคียงกัน (23.9 และ 23.7 ตามลำดับ) ประมาณ 1 ใน 5 ของกลุ่มอายุ 15-29 ปี กินผักเพียงพอ สัดส่วนนี้เพิ่มขึ้นและสูงสุดในกลุ่มอายุ 30-59 ปี จากนั้นสัดส่วนลดลงตามลำดับและต่ำสุดในผู้สูงอายุอายุ 80 ปีขึ้นไป ผู้ที่อาศัยนอกเขตเทศบาลที่กินผักเพียงพอตามข้อเสนอแนะสูงกว่าผู้ที่อาศัยในเขตเทศบาลเล็กน้อย (ร้อยละ 24.4 และร้อยละ 22.5 ตามลำดับ) ภาคใต้มีสัดส่วนของการกินผักเพียงพอมากที่สุด (ร้อยละ 30.7) รองลงมาคือ ภาคเหนือ (ร้อยละ 26.7) ดังแสดงในรูปที่ 3.2.3 – 3.2.5

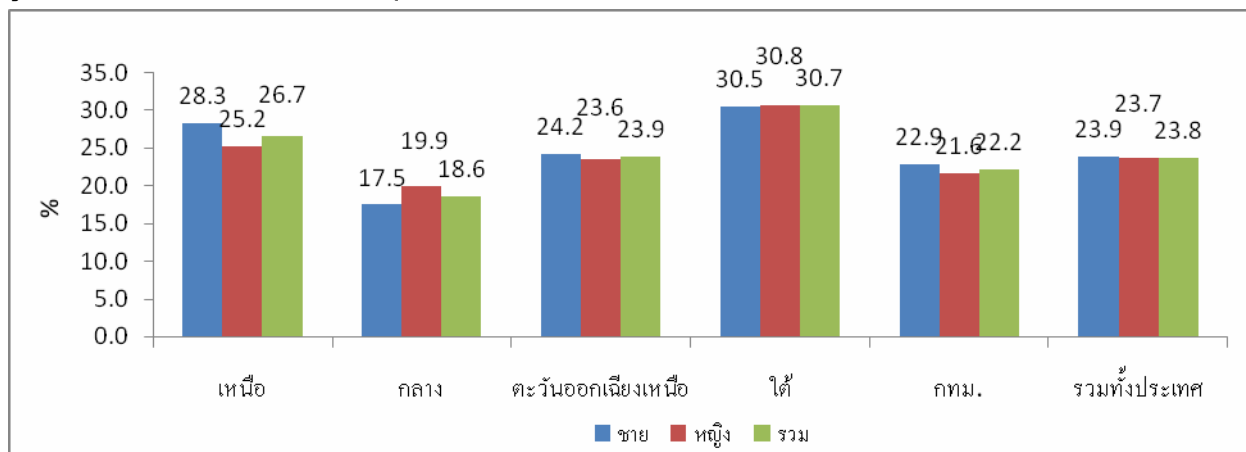
รูปที่ 3.2.3 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผักเพียงพอตตามข้อเสนอแนะจำแนกตามเพศ และอายุ ปี 2551-2



รูปที่ 3.2.4 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผักเพียงพอตตามข้อเสนอแนะจำแนกตามเพศ และเขตปกครอง ปี 2551-2



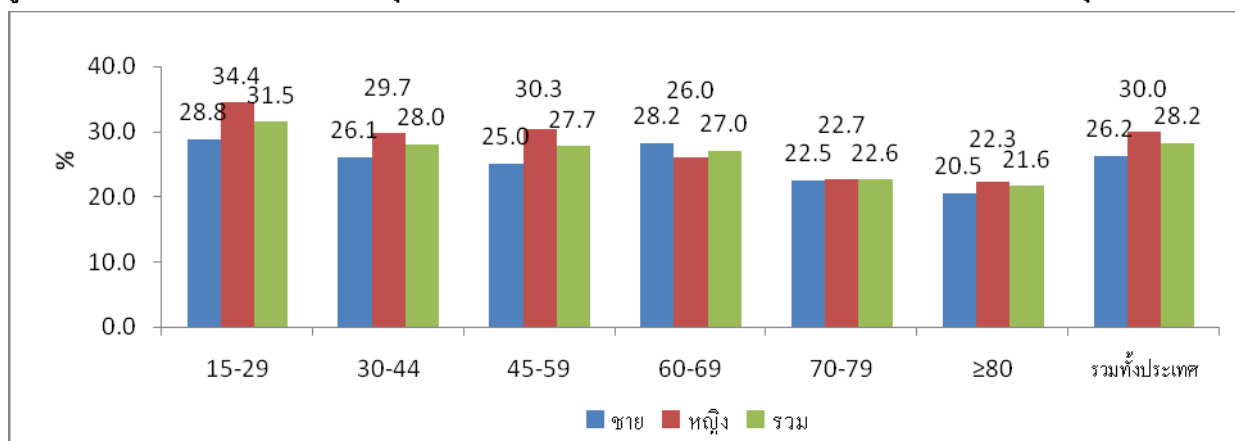
รูปที่ 3.2.5 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผักเพียงพอตตามข้อเสนอแนะจำแนกตามเพศ และภาค ปี 2551-2



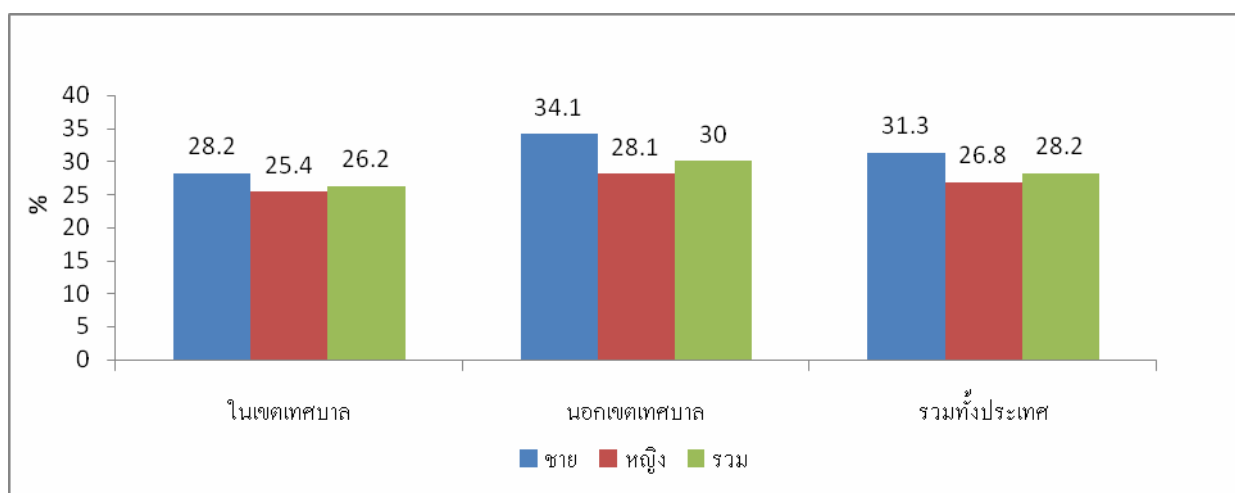
การกินผลไม้ตามปริมาณที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน

ร้อยละ 28.2 ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินผลไม้เพียงพอตามข้อเสนอแนะ (≥ 2 ส่วนมาตรฐานต่อวัน) เพศหญิงกินผลไม้เพียงพอมากกว่าเพศชาย (ร้อยละ 30.0 และร้อยละ 26.2 ตามลำดับ) ผู้ที่อาศัยในเขตเทศบาลกินผลไม้เพียงพอมากกว่าผู้ที่อาศัยนอกเขตเทศบาล (ร้อยละ 31.3 และร้อยละ 26.8 ตามลำดับ) นอกจากนี้มีความแตกต่างตามภูมิภาค โดยพบว่า ภาคใต้กินผลไม้เพียงพอสูงสุด คือ ร้อยละ 35.5 รองลงมาคือ กรุงเทพมหานคร (ร้อยละ 31.6) ดังแสดงในรูปที่ 3.2.6-3.2.8

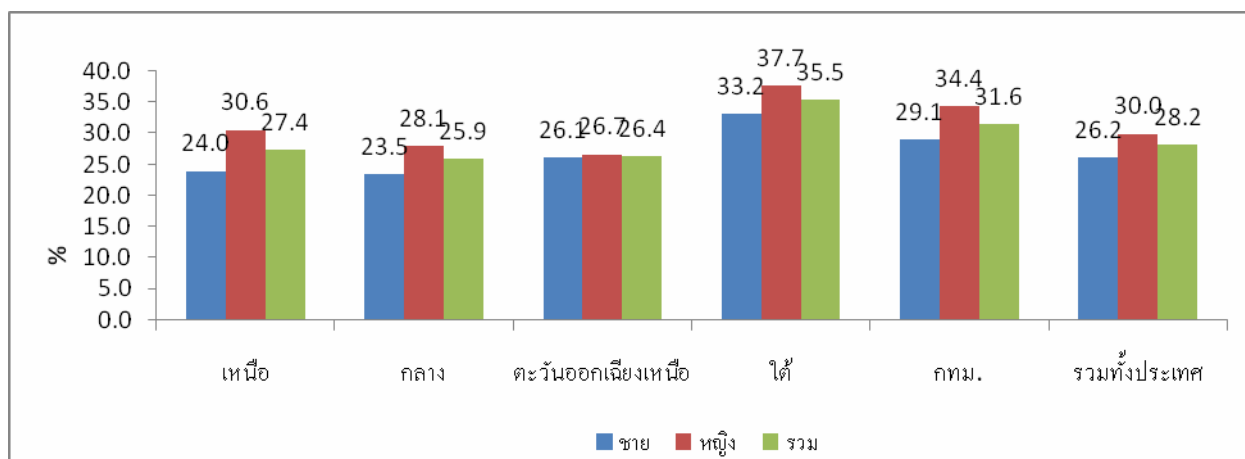
รูปที่ 3.2.6 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผลไม้เพียงพอตามข้อเสนอแนะจำแนกตามเพศ และอายุ ปี 2551-2



รูปที่ 3.2.7 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผลไม้เพียงพอตามข้อเสนอแนะจำแนกตามเพศ และเขตปกครอง ปี 2551-2



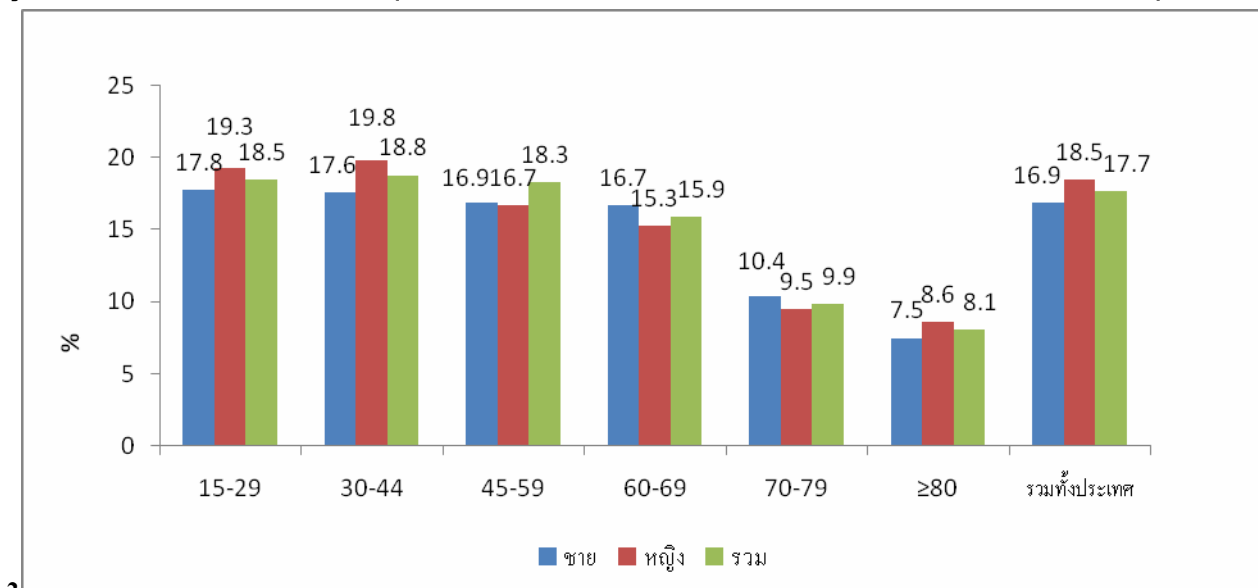
รูปที่ 3.2.8 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผลไม้เพียงพอตามข้อเสนอแนะจำแนกตามเพศ และภาค ปี 2551-2



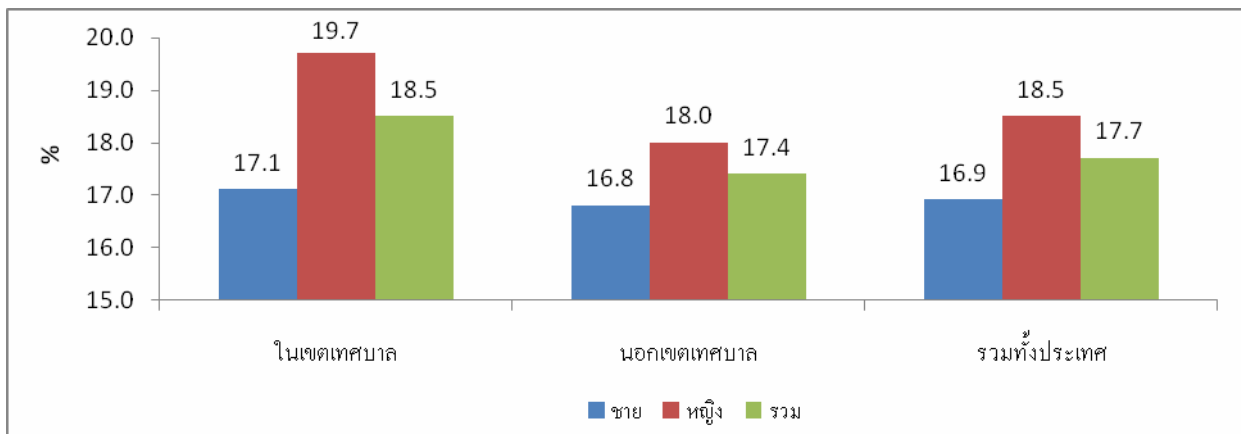
การกินผักและผลไม้ตามปริมาณที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน

น้อยกว่า 1 ใน 5 ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินผักและผลไม้เพียงพอตามปริมาณที่แนะนำให้บริโภค (≥ 5 ส่วนมาตรฐานต่อวัน) เพศหญิงมีสัดส่วนของผู้ที่กินผักและผลไม้เพียงพอกว่าเพศชายเล็กน้อย (ร้อยละ 18.5 และร้อยละ 16.9 ตามลำดับ) เช่นเดียวกัน ผู้ที่อาศัยในเขตเทศบาลกินเพียงพอกว่าผู้ที่อาศัยนอกเขตเทศบาลเพียงเล็กน้อย (ร้อยละ 18.5 และร้อยละ 17.4 ตามลำดับ) เมื่อพิจารณาภูมิภาคที่อาศัย พบสัดส่วนของคนที่ยกินผักและผลไม้เพียงพอสูงสุดคือ ผู้ที่อาศัยในภาคใต้ (ร้อยละ 26.5) รองลงมาคือ กรุงเทพมหานคร (ร้อยละ 19.5) ภาคเหนือ (ร้อยละ 18.6) ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ร้อยละ 15.7) และภาคกลาง (ร้อยละ 14.5) ตามลำดับ ดังแสดงในรูปที่ 3.2.9-3.2.11

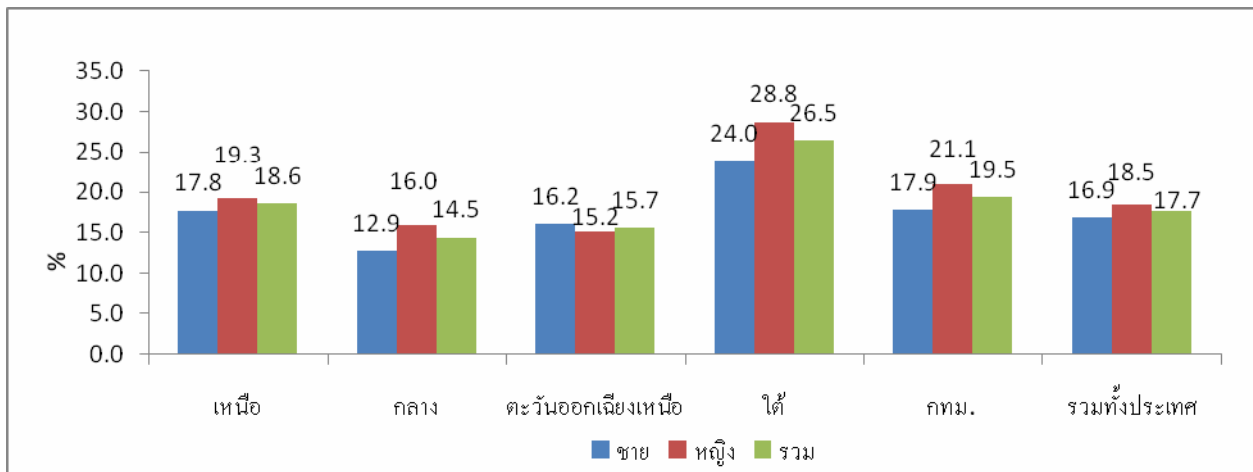
รูปที่ 3.2.9 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผักและผลไม้เพียงพอตามข้อเสนอแนะจำแนกตามเพศ และอายุ ปี 2551-



รูปที่ 3.2.10 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผักและผลไม้เพียงพอตามคำแนะนำจำแนกตามเพศ และเขตปกครอง ปี 2551-2



รูปที่ 3.2.11 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผักและผลไม้เพียงพอตามคำแนะนำจำแนกตามเพศ และภาค ปี 2551-2



4. พฤติกรรมความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทต่างๆ (Food frequency questionnaire)

การสำรวจพฤติกรรมความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทต่างๆ ของการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2 สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเด็กอายุ 2-14 ปี ได้จำนวน 8462 คน และผู้ใหญ่อายุ 15 ปีขึ้นไปจำนวน 20407 คน ในแบบสัมภาษณ์ความถี่การกินประเภทอาหารของวัยเด็กประกอบด้วยอาหาร 39 ประเภท ส่วนแบบสัมภาษณ์ของผู้ใหญ่มีอาหาร 44 ประเภท การให้ข้อมูลสัมภาษณ์ในกลุ่มเด็กอายุ 1-5 ปี (จำนวน 2467 คน) เป็นการตอบโดยผู้ดูแล ส่วนเด็กอายุ 6-14 ปี (จำนวน 5995 คน) นั้นเด็กเป็นผู้ตอบเอง โดยเลือกคำตอบตามความถี่ของการกินอาหารแต่ละประเภท การวิเคราะห์ผลข้อมูลได้แบ่งเป็น 7 ตัวเลือกดังนี้คือ 1). ไม่กินเลยหรือกิน 2). < 1 ครั้งต่อเดือน 3). กิน 1-3 ครั้งต่อเดือน 4). กิน 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ 5). กินเกือบทุกวัน (4-6 ครั้งต่อสัปดาห์) และ 6). 1 ครั้งต่อวัน 7). ≥ 1 ครั้งต่อวันในการวิเคราะห์พบว่าความถี่ระดับ 1 และ 7 ของอาหารบางประเภทมีส่วนการตอบที่ไม่มากนัก เพื่อให้เข้าใจง่ายขึ้น ในการนำเสนอจึงได้รวมความถี่ของระดับ 1 และ 2 ด้วยกัน และรวมความถี่ 6 และ 7 เข้าด้วยกัน รายละเอียด ดังแสดงรายละเอียดของข้อมูลในเด็กในตาราง 4.1.1 และข้อมูลในผู้ใหญ่ในตารางที่ 4.1.2 ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

4.1 ความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทต่างๆของประชากรเด็กอายุ 2-14 ปี

เนื้อสัตว์ ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินอาหารประเภท เนื้อสัตว์ทอด เช่นหมูทอด ไก่ทอด เกือบทุกวัน (4-6 ครั้ง/สัปดาห์) ร้อยละ 18.3 และร้อยละ 15.3 กินทุกวัน การกินเนื้อสัตว์ ต้ม ตุ่น ปิ้งย่าง กินเกือบทุกวัน ร้อยละ 15.5 และกินทุกวันร้อยละ 10.1 โดยมีความถี่ในการกินเนื้อสัตว์ทอด บ่อยกว่าเนื้อปลาต้ม นึ่งหรือปิ้ง

ปลา ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินปลาต้ม นึ่ง ปิ้ง เกือบทุกวันร้อยละ 19.2 และกินทุกวันร้อยละ 10.3 ซึ่งมีความถี่ในการบริโภคใกล้เคียงกับการกินปลาทอด ซึ่งกินเกือบทุกวันร้อยละ 19.6 และกินทุกวันร้อยละ 10.8

ไข่ ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินไข่เจียว ไข่ดาว เกือบทุกวันร้อยละ 34.6 และกินทุกวัน ร้อยละ 26

กินไข่ต้ม ไข่ตุ๋น เกือบทุกวันร้อยละ 15.8 และกินทุกวันร้อยละ 11.5

ลูกชิ้นทอด ใส้กรอกทอด ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินเกือบทุกวันและร้อยละ 15.4 และกินทุกวัน ร้อยละ 10.7

นมจืด ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปี ดื่มนมเกือบทุกวันร้อยละ 16.4 และดื่มนมทุกวันร้อยละ 42.9 (เด็กอายุ 2-5 ปี ดื่มนมทุกวัน ร้อยละ 56 ส่วนเด็กอายุ 6-14 ปี ดื่มนมทุกวันร้อยละ 37.5)

นมหวาน ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีดื่มนมหวานเกือบทุกวันร้อยละ 14.4 และดื่มนมทุกวันร้อยละ 20 (อายุ 2-5 ปี ดื่มนมทุกวันร้อยละ 26.2 และอายุ 6-14 ปี ดื่มนมทุกวันร้อยละ 17.6) และดื่มนมเปรี้ยวทุกวัน ร้อยละ 16.4

นมผง ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินนมผงเกือบทุกวันร้อยละ 1.2 กินทุกวันร้อยละ 7.1

ขนมสำเร็จรูป ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปี กินเกือบทุกวันร้อยละ 10.9 และกินทุกวันร้อยละ 7.5

มันฝรั่งทอด ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินเกือบทุกวันร้อยละ 5.4 และ กินทุกวันร้อยละ 3.9

น้ำอัดลม ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินน้ำอัดลมเกือบทุกวันร้อยละ 15.5 และกินทุกวันร้อยละ 15.3 โดยเด็กอายุ 2-5 ปี กินเกือบทุกวันร้อยละ 13.1 และกินทุกวันร้อยละ 10.6 ส่วน เด็กอายุ 6-14 ปีกินเกือบทุกวัน ร้อยละ 16.5 และกินทุกวันร้อยละ 17.2

ไอศกรีม ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินไอศกรีม เกือบทุกวันร้อยละ 18.2 และกินทุกวันร้อยละ 14.4

ปลาหมึกปลาเส้น ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินปลาหมึกปลาเส้นเกือบทุกวันร้อยละ 7.6 และกินทุกวันร้อยละ 4.4

ขนมกรุบกรอบ ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปีกินขนมกรุบกรอบเกือบทุกวันร้อยละ 19.1 และกินทุกวันร้อยละ 28.2 (เด็กอายุ 2-5 ปี กินเกือบทุกวันร้อยละ 19.0 และกินทุกวันร้อยละ 30.2 ส่วนเด็กอายุ 6-14 ปี กินเกือบทุกวันร้อยละ 19.1 และกินทุกวันร้อยละ 27.4)

ลูกอม ช็อกโกแลต ประชากรเด็กอายุ 2-14 ปี กินเกือบทุกวันร้อยละ 15.8 และกินทุกวันร้อยละ 19.2 (โดยความถี่ในการกินในกลุ่มเด็ก 2-5 และ 6-14 ปี ใกล้เคียงกัน)

ในเขตและนอกเขตเทศบาล กลุ่มเด็กอายุ 2-14 ปี

อาหารที่เด็กอาศัยในเขตฯกินน้อยกว่านอกเขตฯได้แก่ อาหารประเภทเนื้อสัตว์ หมู เป็ด ไก่ ไข่เจียว ไข่ดาว ลูกชิ้นทอด ไส้กรอกทอด กุ้งหอยปูปลาหมึก นมหวาน ช็อกโกแลต นมเปรี้ยว นมถั่วเหลือง นมผง ข้าวสวย ขนมน้ำมัน ฝรั่งทอด ไข่ต้มเครื่อง ถั่วเขียว ข้าวมันไก่ ข้าวหมูแดง อาหารประเภทพืชฯ น้ำอัดลม ขมมูกี้ ไอศกรีม ปลาหมึกปลาเส้น ขนมหวานใส่และไม่ใส่กะทิ

อาหารที่เด็กอาศัยในเขตฯและนอกเขตฯ กินบ่อยพอๆกัน ได้แก่ ปลาต้มหนึ่ง ปลาทอด ไข่ต้ม ไข่ตุ๋น นมจืด บะหมี่สำเร็จรูป ถั่วหน่อไม้ เป็นต้น

อาหารที่เด็กอาศัยนอกเขตฯกินน้อยกว่าในเขตฯได้แก่ การกินขนมกรุบกรอบพบในส่วนภูมิภาคทุกภาค (ไม่รวม กทม.) การกินลูกอม ช็อกโกแลต ในเกือบทุกภูมิภาค (ยกเว้นภาคกลาง และไม่รวม กทม.)

การจำแนกตามภาค

เด็กในกทม. กินอาหารเกือบทุกประเภทน้อยกว่าเด็กในภูมิภาค รองลงมาคือภาคกลาง

เด็กในภาคเหนือ กินอาหารเนื้อ ปลา ไข่ กุ้ง หอยปู ปลาหมึก ในความถี่ค่อนข้างต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับภูมิภาคอื่นๆ แต่กินนมจืดบ่อยใกล้เคียงกับภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

อาหารประเภทที่มีการกินบ่อยพอๆกันทุกภาค ได้แก่ บะหมี่สำเร็จรูป ขนมนมกรุบกรอบ เป็นต้น

รายละเอียดดูตารางที่ 4.1.1-4.1.2

ตารางที่ 4.1.1 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 2-14 ปี ในการบริโภคอาหารจำแนกตามประเภทอาหาร ความถี่บริโภค เพศ อายุ และในเขต/นอกเขตเทศบาล ปี พ.ศ.2551-2

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
1.เนื้อสัตว์ทอด เช่น หมูทอด เนื้อทอด ไก่ทอด															
จำนวนตัวอย่าง	4,206	4,256	8,462	1,233	1,234	2,467	2,973	3,022	5,995	2,286	2,327	4,613	1,934	1,932	3,866
0-<1ครั้ง/เดือน	5.1	5.8	5.5	5.9	5.1	5.5	4.8	6.1	5.5	5.8	5.4	5.6	4.8	6.0	5.4
1-3ครั้ง/เดือน	15.6	15.7	15.6	15.0	14.5	14.7	15.9	16.1	16.0	13.8	14.7	14.2	16.4	16.0	16.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	45.2	45.5	45.4	46.0	46.8	46.4	44.9	45.0	44.9	41.5	42.3	41.8	46.8	46.9	46.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	18.6	17.9	18.3	19.7	18.0	18.9	18.2	17.9	18.0	19.2	19.8	19.5	18.4	17.1	17.8
1->1 ครั้ง/วัน	15.4	15.1	15.3	13.4	15.7	14.5	16.3	14.9	15.6	19.7	17.9	18.9	13.6	13.9	13.8
2.เนื้อสัตว์ผัด เช่นเนื้อหมูผัด เนื้อไก่ผัด															
จำนวนตัวอย่าง	4,202	4,258	8,460	1,232	1,233	2,465	2,970	3,025	5,995	2,288	2,330	4,618	1,928	1,931	3,859
0-<1ครั้ง/เดือน	12.2	12.5	12.3	13.4	15.0	14.2	11.7	11.4	11.6	12.8	12.0	12.4	11.9	12.7	12.3
1-3ครั้ง/เดือน	19.1	18.8	19.0	21.9	17.4	19.8	18.0	19.4	18.7	16.7	15.0	15.9	20.2	20.5	20.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	40.6	39.0	39.8	41.5	42.7	42.1	40.2	37.5	38.9	35.4	36.1	35.7	42.8	40.2	41.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	16.4	16.1	16.2	14.9	13.5	14.2	17.0	17.1	17.1	18.9	19.2	19.0	15.3	14.7	15.0
1->1 ครั้ง/วัน	11.7	13.7	12.7	8.3	11.3	9.7	13.1	14.6	13.9	16.3	17.7	17.0	9.8	12.0	10.9

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
3.เนื้อสัตว์ดัม ต้น ปิ้งย่าง เช่น หมูต้น หมูต้ม หมูปิ้ง															
จำนวนตัวอย่าง	4,196	4,253	8,449	1,232	1,232	2,464	2,964	3,021	5,985	2,281	2,325	4,606	1,929	1,931	3,860
0-<1ครั้ง/เดือน	14.5	17.9	16.2	12.3	12.3	12.3	15.5	20.2	17.8	13.7	15.9	14.8	14.9	18.7	16.8
1-3ครั้ง/เดือน	21.2	21.7	21.4	18.9	18.8	18.8	22.2	22.8	22.5	19.8	19.6	19.7	21.8	22.6	22.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	37.6	35.9	36.8	38.7	37.6	38.2	37.2	35.2	36.2	36.0	37.1	36.6	38.4	35.3	36.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	16.1	14.9	15.5	20.5	19.2	19.9	14.3	13.2	13.7	17.4	15.9	16.6	15.5	14.5	15.0
1->1 ครั้ง/วัน	10.5	9.7	10.1	9.7	12.1	10.8	10.9	8.7	9.8	13.1	11.6	12.4	9.4	8.9	9.2
4.เนื้อปลาต้ม/นึ่ง/ปิ้ง															
จำนวนตัวอย่าง	4,201	4,256	8,457	1,230	1,233	2,463	2,971	3,023	5,994	2,283	2,326	4,609	1,931	1,933	3,864
0-<1ครั้ง/เดือน	14.9	15.4	15.1	13.0	12.6	12.8	15.6	16.5	16.0	19.6	18.5	19.0	12.8	14.1	13.4
1-3ครั้ง/เดือน	19.2	19.9	19.6	17.3	15.7	16.5	20.0	21.6	20.8	22.5	21.0	21.8	17.8	19.4	18.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	36.9	34.7	35.8	39.1	38.2	38.7	35.9	33.4	34.7	33.7	33.1	33.4	38.2	35.4	36.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	19.1	19.4	19.2	21.5	23.8	22.6	18.1	17.6	17.9	15.3	17.8	16.5	20.8	20.1	20.4
1->1 ครั้ง/วัน	10.0	10.6	10.3	9.1	9.7	9.4	10.4	10.9	10.6	8.9	9.7	9.3	10.5	11.0	10.7
5.ปลาทอด															
จำนวนตัวอย่าง	4,204	4,261	8,465	1,231	1,234	2,465	2,973	3,027	6,000	2,285	2,331	4,616	1,933	1,933	3,866
0-<1ครั้ง/เดือน	13.0	11.8	12.4	12.3	10.8	11.6	13.3	12.2	12.7	15.5	11.9	13.8	11.8	11.7	11.8
1-3ครั้ง/เดือน	19.5	20.4	19.9	17.5	16.9	17.2	20.3	21.8	21.0	20.6	19.2	20.0	19.0	20.9	19.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	38.4	36.2	37.3	40.2	38.4	39.3	37.7	35.2	36.5	37.1	38.1	37.6	38.9	35.3	37.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	18.3	20.9	19.6	19.2	24.0	21.5	17.9	19.7	18.8	16.3	20.4	18.3	19.1	21.2	20.1
1->1 ครั้ง/วัน	10.8	10.8	10.8	10.8	9.9	10.4	10.8	11.1	11.0	10.5	10.5	10.5	11.1	10.9	11.0

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
6. ไข่เจียว ไข่ดาว															
จำนวนตัวอย่าง	4,201	4,252	8,453	1,233	1,231	2,464	2,968	3,021	5,989	2,283	2,327	4,610	1,932	1,928	3,860
0-<1ครั้ง/เดือน	4.2	4.4	4.3	3.1	4.2	3.6	4.7	4.5	4.6	4.0	4.9	4.5	4.3	4.2	4.2
1-3ครั้ง/เดือน	7.5	8.1	7.8	8.0	6.4	7.2	7.3	8.8	8.0	8.9	9.0	8.9	6.8	7.7	7.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	27.4	27.0	27.2	29.0	27.0	28.1	26.8	26.9	26.8	25.6	26.5	26.1	28.2	27.2	27.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	34.4	34.9	34.6	35.8	35.8	35.8	33.8	34.5	34.2	32.4	31.7	32.1	35.2	36.2	35.7
1->1 ครั้ง/วัน	26.5	25.7	26.1	24.1	26.6	25.3	27.5	25.3	26.4	29.1	27.9	28.5	25.4	24.7	25.1
7. ไข่ต้ม ไข่ตุ๋น															
จำนวนตัวอย่าง	4,197	4,248	8,445	1,232	1,232	2,464	2,965	3,016	5,981	2,279	2,321	4,600	1,932	1,930	3,862
0-<1ครั้ง/เดือน	21.3	21.2	21.2	15.8	15.4	15.6	23.6	23.5	23.5	25.9	21.4	23.7	19.2	21.0	20.1
1-3ครั้ง/เดือน	20.4	21.7	21.1	19.6	16.5	18.1	20.7	23.8	22.3	19.1	23.3	21.1	20.9	21.0	21.0
1-3ครั้ง/สัปดาห์	31.8	29.1	30.5	38.1	34.5	36.4	29.1	27.0	28.1	29.0	27.7	28.4	33.0	29.7	31.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	15.3	16.3	15.8	16.5	21.3	18.8	14.8	14.3	14.6	14.6	15.9	15.3	15.7	16.5	16.1
1->1 ครั้ง/วัน	11.2	11.7	11.5	10.0	12.4	11.1	11.8	11.4	11.6	11.4	11.7	11.5	11.2	11.8	11.5
8. ลูกชิ้นทอด ไส้กรอกทอด															
จำนวนตัวอย่าง	4,198	4,252	8,450	1,231	1,231	2,462	2,967	3,021	5,988	2,281	2,327	4,608	1,931	1,928	3,859
0-<1ครั้ง/เดือน	17.3	18.3	17.8	18.4	20.1	19.2	16.9	17.6	17.2	17.5	19.7	18.6	17.2	17.7	17.5
1-3ครั้ง/เดือน	24.3	21.8	23.0	24.8	22.5	23.7	24.0	21.5	22.8	21.7	22.2	22.0	25.3	21.6	23.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	32.7	33.3	33.0	34.2	33.6	33.9	32.1	33.2	32.7	32.4	28.1	30.3	32.8	35.5	34.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	15.6	15.2	15.4	15.5	14.8	15.2	15.6	15.4	15.5	15.8	15.8	15.8	15.6	15.0	15.3
1->1 ครั้ง/วัน	10.1	11.4	10.7	7.2	9.0	8.1	11.3	12.3	11.8	12.5	14.2	13.3	9.0	10.2	9.6

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
9. ลูกชิ้น ไส้กรอก ปิ้ง นึ่ง															
จำนวนตัวอย่าง	4,196	4,248	8,444	1,232	1,230	2,462	2,964	3,018	5,982	2,280	2,322	4,602	1,930	1,929	3,859
0-<1ครั้ง/เดือน	33.3	33.9	33.6	34.7	35.9	35.3	32.7	33.1	32.9	30.5	32.1	31.3	34.5	34.7	34.6
1-3ครั้ง/เดือน	23.2	22.8	23.0	24.8	22.7	23.8	22.6	22.9	22.7	23.0	24.4	23.7	23.3	22.1	22.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	25.9	23.6	24.8	27.7	25.4	26.6	25.1	22.9	24.0	26.8	22.6	24.8	25.4	24.1	24.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	10.6	11.1	10.9	8.1	9.7	8.9	11.7	11.7	11.7	10.9	11.5	11.2	10.4	10.9	10.7
1->1 ครั้ง/วัน	7.0	8.5	7.8	4.7	6.3	5.5	8.0	9.5	8.7	8.8	9.4	9.1	6.4	8.2	7.3
10. กุ้ง หอย ปู ปลาหมึก															
จำนวนตัวอย่าง	4,199	4,255	8,454	1,228	1,233	2,461	2,971	3,022	5,993	2,282	2,328	4,610	1,931	1,930	3,861
0-<1ครั้ง/เดือน	34.0	32.5	33.3	35.2	32.1	33.7	33.5	32.7	33.1	29.6	26.3	28.0	36.0	35.2	35.6
1-3ครั้ง/เดือน	28.8	28.9	28.9	30.5	28.5	29.5	28.2	29.0	28.6	29.2	28.2	28.7	28.7	29.1	28.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	24.0	23.9	24.0	24.5	26.9	25.6	23.8	22.7	23.3	27.3	27.8	27.6	22.5	22.3	22.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	8.1	10.3	9.2	6.6	9.6	8.0	8.8	10.5	9.6	8.1	12.1	10.0	8.2	9.5	8.8
1->1 ครั้ง/วัน	5.0	4.4	4.8	3.3	2.9	3.1	5.8	5.1	5.4	5.9	5.6	5.7	4.7	4.0	4.3
11. นมรสจืด															
จำนวนตัวอย่าง	4,196	4,253	8,449	1,227	1,231	2,458	2,969	3,022	5,991	2,279	2,324	4,603	1,931	1,931	3,862
0-<1ครั้ง/เดือน	21.7	19.9	20.8	17.3	20.4	18.8	23.6	19.7	21.7	23.6	21.6	22.6	21.0	19.2	20.1
1-3ครั้ง/เดือน	8.7	7.9	8.3	5.5	4.1	4.8	10.1	9.5	9.8	9.5	8.0	8.8	8.4	7.9	8.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.3	11.6	11.5	7.9	7.4	7.7	12.7	13.3	13.0	11.5	11.8	11.7	11.2	11.5	11.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	15.9	16.9	16.4	13.0	12.0	12.5	17.1	18.9	18.0	15.8	15.2	15.5	16.0	17.7	16.8
1->1 ครั้ง/วัน	42.3	43.6	42.9	56.3	56.1	56.2	36.5	38.6	37.5	39.6	43.4	41.4	43.5	43.7	43.6

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
12. นมรสหวาน ซ็อกโกแลต สตอเบอรี่ โยเกิร์ตถ้วยปรุงแต่ง															
จำนวนตัวอย่าง	4,204	4,256	8,460	1,232	1,233	2,465	2,972	3,023	5,995	2,286	2,330	4,616	1,932	1,929	3,861
0-<1ครั้ง/เดือน	22.9	24.2	23.5	20.8	27.3	23.9	23.7	23.0	23.3	20.9	22.8	21.8	23.7	24.8	24.3
1-3ครั้ง/เดือน	17.3	18.1	17.7	15.6	14.6	15.1	18.0	19.5	18.8	14.6	14.2	14.4	18.5	19.8	19.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	24.7	23.9	24.3	22.0	18.8	20.5	25.8	26.0	25.9	22.3	22.9	22.6	25.6	24.3	25.0
4-6ครั้ง/สัปดาห์	14.3	14.5	14.4	15.1	13.4	14.3	14.0	14.9	14.4	14.9	15.6	15.2	14.1	14.0	14.1
1->1 ครั้ง/วัน	20.9	19.3	20.1	26.5	26.0	26.2	18.6	16.7	17.6	27.4	24.6	26.0	18.1	17.1	17.6
13. นมเปรี้ยวชนิดอื่นๆ															
จำนวนตัวอย่าง	4,201	4,259	8,460	1,230	1,233	2,463	2,971	3,026	5,997	2,285	2,330	4,615	1,930	1,932	3,862
0-<1ครั้ง/เดือน	22.5	21.2	21.9	21.0	20.4	20.7	23.1	21.5	22.3	19.4	18.8	19.1	23.8	22.2	23.0
1-3ครั้ง/เดือน	19.8	18.5	19.2	16.9	14.8	15.9	21.0	20.0	20.5	18.3	16.5	17.4	20.5	19.4	19.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	27.5	28.7	28.1	26.9	27.7	27.3	27.8	29.1	28.4	25.6	26.7	26.2	28.4	29.5	28.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	14.3	14.8	14.5	15.1	14.1	14.6	13.9	15.1	14.5	16.1	15.7	15.9	13.5	14.4	13.9
1->1 ครั้ง/วัน	15.9	16.9	16.4	20.0	23.0	21.5	14.2	14.4	14.3	20.6	22.3	21.4	13.9	14.6	14.2
14. นมถั่วเหลือง น้ำเต้าหู้															
จำนวนตัวอย่าง	4,192	4,243	8,435	1,231	1,227	2,458	2,961	3,016	5,977	2,279	2,319	4,598	1,927	1,927	3,854
0-<1ครั้ง/เดือน	36.9	38.4	37.6	39.6	39.9	39.7	35.8	37.8	36.7	39.3	40.7	40.0	35.8	37.4	36.6
1-3ครั้ง/เดือน	20.7	21.0	20.9	19.8	17.8	18.8	21.1	22.3	21.7	19.7	19.6	19.6	21.1	21.6	21.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	24.2	21.8	23.0	21.3	20.0	20.7	25.4	22.6	24.0	21.8	19.0	20.4	25.3	23.0	24.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.3	9.2	9.3	8.7	10.1	9.3	9.6	8.9	9.3	8.9	9.5	9.2	9.5	9.1	9.3
1->1 ครั้ง/วัน	8.9	9.6	9.2	10.6	12.3	11.4	8.2	8.5	8.3	10.4	11.2	10.8	8.3	8.9	8.6

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
15. นมผง															
จำนวนตัวอย่าง	4,202	4,254	8,456	1,232	1,232	2,464	2,970	3,022	5,992	2,287	2,327	4,614	1,931	1,930	3,861
0-<1ครั้ง/เดือน	88.5	88.3	88.4	73.9	74.3	74.1	94.6	93.9	94.2	85.1	87.1	86.1	89.9	88.8	89.4
1-3ครั้ง/เดือน	1.8	2.2	2.0	1.8	2.0	1.9	1.8	2.2	2.0	2.8	2.5	2.6	1.4	2.0	1.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	1.5	1.2	1.4	2.0	1.1	1.6	1.2	1.3	1.3	2.3	1.2	1.8	1.1	1.2	1.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1.5	0.9	1.2	2.3	1.1	1.7	1.2	0.8	1.0	1.8	0.9	1.3	1.4	0.9	1.1
1->1 ครั้ง/วัน	6.7	7.5	7.1	20.0	21.4	20.7	1.2	1.9	1.5	8.1	8.4	8.2	6.2	7.1	6.6
16. ข้าวสววย															
จำนวนตัวอย่าง	4,189	4,244	8,433	1,229	1,228	2,457	2,960	3,016	5,976	2,274	2,317	4,591	1,929	1,930	3,859
0-<1ครั้ง/เดือน	4.8	4.4	4.6	3.4	3.1	3.3	5.4	4.8	5.1	2.7	1.8	2.3	5.7	5.4	5.6
1-3ครั้ง/เดือน	7.8	7.2	7.5	7.4	7.2	7.3	7.9	7.2	7.6	3.6	4.0	3.8	9.6	8.6	9.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	8.6	7.8	8.2	9.4	7.8	8.6	8.2	7.9	8.1	5.3	4.9	5.1	10.0	9.1	9.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	8.6	9.1	8.9	8.6	6.6	7.6	8.7	10.1	9.4	7.9	8.2	8.0	9.0	9.5	9.2
1->1 ครั้ง/วัน	70.2	71.5	70.9	71.2	75.4	73.2	69.8	70.0	69.9	80.5	81.2	80.8	65.8	67.5	66.6
17. ขนมปัง															
จำนวนตัวอย่าง	4,189	4,245	8,434	1,226	1,227	2,453	2,963	3,018	5,981	2,277	2,324	4,601	1,926	1,924	3,850
0-<1ครั้ง/เดือน	25.1	22.6	23.9	25.9	23.7	24.8	24.8	22.1	23.5	18.6	16.7	17.6	28.0	25.1	26.6
1-3ครั้ง/เดือน	21.9	21.4	21.7	22.5	21.1	21.9	21.7	21.5	21.6	18.6	16.2	17.4	23.4	23.6	23.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	27.1	28.8	28.0	27.5	29.0	28.2	27.0	28.8	27.8	28.6	32.2	30.3	26.4	27.4	26.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	13.3	13.9	13.6	12.7	13.9	13.3	13.6	13.9	13.7	17.7	16.8	17.3	11.4	12.6	12.0
1->1 ครั้ง/วัน	12.6	13.4	13.0	11.4	12.4	11.9	13.0	13.8	13.4	16.6	18.2	17.4	10.8	11.3	11.1

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
18. บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป															
จำนวนตัวอย่าง	4,202	4,249	8,451	1,230	1,233	2,463	2,972	3,016	5,988	2,286	2,326	4,612	1,929	1,926	3,855
0-<1ครั้ง/เดือน	23.3	23.7	23.5	32.4	30.2	31.3	19.5	21.0	20.3	24.7	26.4	25.5	22.7	22.5	22.6
1-3ครั้ง/เดือน	25.6	27.0	26.3	27.3	29.1	28.2	24.9	26.2	25.5	25.0	24.2	24.6	25.9	28.2	27.0
1-3ครั้ง/สัปดาห์	32.8	30.8	31.8	31.0	27.0	29.0	33.5	32.3	32.9	30.2	31.1	30.6	34.0	30.6	32.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	10.8	11.1	10.9	6.2	8.6	7.4	12.6	12.1	12.4	12.3	11.0	11.7	10.0	11.1	10.6
1->1 ครั้ง/วัน	7.6	7.5	7.5	3.1	5.2	4.1	9.4	8.4	8.9	7.9	7.3	7.6	7.4	7.6	7.5
19. มันฝรั่งทอด เฟรนฟรายส์															
จำนวนตัวอย่าง	4,190	4,252	8,442	1,226	1,231	2,457	2,964	3,021	5,985	2,275	2,326	4,601	1,929	1,929	3,858
0-<1ครั้ง/เดือน	62.4	61.3	61.9	64.0	63.7	63.9	61.7	60.4	61.0	51.6	49.4	50.6	66.9	66.4	66.6
1-3ครั้ง/เดือน	16.3	15.8	16.1	16.0	12.9	14.5	16.5	16.9	16.7	21.0	22.1	21.5	14.3	13.1	13.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	12.9	12.7	12.8	13.6	14.8	14.2	12.6	11.9	12.3	15.6	16.2	15.9	11.8	11.2	11.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	5.1	5.8	5.4	3.9	4.7	4.3	5.5	6.2	5.9	6.7	7.1	6.9	4.4	5.2	4.8
1->1 ครั้ง/วัน	3.3	4.4	3.9	2.4	3.9	3.2	3.7	4.6	4.2	5.1	5.1	5.1	2.6	4.1	3.3
20. ข้าวต้มเครื่อง (หมู ไก่ กุ้ง) โจ๊ก															
จำนวนตัวอย่าง	4,193	4,253	8,446	1,229	1,231	2,460	2,964	3,022	5,986	2,278	2,325	4,603	1,929	1,931	3,860
0-<1ครั้ง/เดือน	26.8	23.7	25.3	18.6	17.3	18.0	30.2	26.2	28.2	25.7	21.2	23.5	27.2	24.7	26.0
1-3ครั้ง/เดือน	27.7	27.4	27.5	26.3	24.0	25.2	28.2	28.7	28.5	24.7	25.6	25.1	29.0	28.1	28.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	27.7	28.5	28.1	33.2	31.0	32.1	25.5	27.5	26.5	28.0	30.1	29.0	27.6	27.8	27.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.8	12.1	10.9	11.9	18.0	14.9	8.9	9.7	9.3	12.1	11.9	12.0	8.8	12.2	10.5
1->1 ครั้ง/วัน	8.1	8.4	8.2	10.0	9.7	9.8	7.2	7.9	7.6	9.5	11.2	10.3	7.4	7.2	7.3

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
21. ก๋วยเตี๋ยวน้ำ															
จำนวนตัวอย่าง	4,198	4,245	8,443	1,229	1,227	2,456	2,969	3,018	5,987	2,285	2,324	4,609	1,927	1,924	3,851
0-<1ครั้ง/เดือน	17.5	14.7	16.1	22.0	19.4	20.7	15.6	12.8	14.2	16.6	14.2	15.4	17.8	14.9	16.4
1-3ครั้ง/เดือน	27.3	26.2	26.8	28.7	26.2	27.5	26.8	26.2	26.5	25.4	25.4	25.4	28.1	26.6	27.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	35.1	36.4	35.7	34.1	35.2	34.7	35.5	36.8	36.1	35.9	36.1	36.0	34.7	36.4	35.6
4-6ครั้ง/สัปดาห์	13.2	14.1	13.6	10.3	13.6	11.9	14.4	14.3	14.3	13.6	16.0	14.8	13.0	13.4	13.2
1->1 ครั้ง/วัน	7.0	8.6	7.8	5.0	5.5	5.2	7.9	9.8	8.8	8.5	8.4	8.4	6.4	8.7	7.5
22. ข้าวมันไก่ ข้าวหมูแดง ข้าวหน้าเป็ด ข้าวขาหมู ข้าวผัด															
จำนวนตัวอย่าง	4,202	4,249	8,451	1,229	1,232	2,461	2,973	3,017	5,990	2,283	2,325	4,608	1,933	1,927	3,860
0-<1ครั้ง/เดือน	26.8	27.2	27.0	30.7	29.9	30.3	25.2	26.1	25.6	19.9	19.2	19.6	29.9	30.6	30.2
1-3ครั้ง/เดือน	27.5	27.7	27.6	28.8	28.1	28.4	27.0	27.6	27.3	25.7	27.6	26.7	28.3	27.7	28.0
1-3ครั้ง/สัปดาห์	28.6	29.2	28.9	28.5	30.5	29.4	28.6	28.7	28.6	31.6	33.7	32.6	27.3	27.2	27.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	10.4	9.6	10.0	7.6	7.1	7.4	11.6	10.6	11.1	13.6	11.5	12.6	9.0	8.8	8.9
1->1 ครั้ง/วัน	6.7	6.4	6.5	4.4	4.5	4.4	7.6	7.1	7.4	9.2	8.0	8.6	5.6	5.7	5.7
23. ก๋วยเตี๋ยวผัด ผัดซีอิ๊ว ก๋วยเตี๋ยวแห้ง															
จำนวนตัวอย่าง	4,202	4,253	8,455	1,231	1,230	2,461	2,971	3,023	5,994	2,284	2,327	4,611	1,932	1,929	3,861
0-<1ครั้ง/เดือน	48.9	47.0	48.0	54.1	51.0	52.6	46.7	45.5	46.1	43.4	42.2	42.8	51.3	49.0	50.2
1-3ครั้ง/เดือน	25.3	25.5	25.4	24.3	25.4	24.8	25.8	25.5	25.6	26.2	25.7	26.0	25.0	25.4	25.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	18.0	18.3	18.2	15.3	16.6	15.9	19.2	18.9	19.1	20.2	21.4	20.8	17.1	16.9	17.0
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.5	5.0	4.8	4.4	4.0	4.2	4.6	5.4	5.0	5.9	5.8	5.8	3.9	4.7	4.3
1->1 ครั้ง/วัน	3.2	4.2	3.7	1.9	3.0	2.4	3.8	4.7	4.3	4.3	5.0	4.6	2.8	4.0	3.3

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
24. พืชฯ ลาซานญา สป่าเก็ดดี แฮมเบอร์เกอร์															
จำนวนตัวอย่าง	4,200	4,255	8,455	1,229	1,232	2,461	2,971	3,023	5,994	2,285	2,328	4,613	1,929	1,930	3,859
0-<1ครั้ง/เดือน	83.8	84.6	84.2	87.9	88.3	88.1	82.1	83.1	82.6	76.7	76.6	76.7	86.9	88.0	87.4
1-3ครั้ง/เดือน	10.2	9.0	9.6	7.8	7.6	7.7	11.2	9.6	10.4	15.6	14.2	14.9	7.9	6.8	7.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	4.0	3.7	3.8	3.4	3.0	3.2	4.2	4.0	4.1	5.4	5.4	5.4	3.4	3.0	3.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1.3	1.4	1.3	0.7	0.6	0.6	1.5	1.7	1.6	1.4	1.8	1.6	1.2	1.2	1.2
1->1 ครั้ง/วัน	0.7	1.3	1.0	0.3	0.6	0.4	0.9	1.6	1.3	0.9	2.0	1.4	0.7	1.0	0.9
25. น้ำอัดลม น้ำหวาน เครื่องดื่มชาสำเร็จรูป															
จำนวนตัวอย่าง	4,196	4,251	8,447	1,231	1,230	2,461	2,965	3,021	5,986	2,282	2,322	4,604	1,928	1,931	3,859
0-<1ครั้ง/เดือน	21.4	21.9	21.6	28.5	29.1	28.8	18.5	19.0	18.7	21.6	21.9	21.7	21.5	21.9	21.7
1-3ครั้ง/เดือน	22.1	20.8	21.5	21.4	21.4	21.4	22.4	20.5	21.5	19.2	16.8	18.0	23.4	22.4	22.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	26.9	25.3	26.1	27.7	24.5	26.2	26.5	25.6	26.1	23.6	24.1	23.9	28.3	25.7	27.0
4-6ครั้ง/สัปดาห์	14.3	16.8	15.5	11.9	14.3	13.1	15.3	17.8	16.5	14.5	16.5	15.5	14.2	17.0	15.5
1->1 ครั้ง/วัน	15.3	15.3	15.3	10.5	10.7	10.6	17.3	17.2	17.2	21.1	20.8	21.0	12.7	13.0	12.9
26. น้ำผลไม้ น้ำผัก															
จำนวนตัวอย่าง	4,198	4,248	8,446	1,230	1,230	2,460	2,968	3,018	5,986	2,282	2,320	4,602	1,930	1,931	3,861
0-<1ครั้ง/เดือน	44.5	39.5	42.1	45.7	46.5	46.1	44.0	36.8	40.4	39.6	37.6	38.6	46.6	40.4	43.6
1-3ครั้ง/เดือน	20.1	21.0	20.5	18.5	18.8	18.7	20.7	21.9	21.3	19.6	18.2	18.9	20.2	22.2	21.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	18.7	20.5	19.6	19.3	19.7	19.5	18.5	20.9	19.7	20.7	22.5	21.6	17.8	19.7	18.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.1	9.8	9.4	9.0	6.5	7.8	9.1	11.1	10.1	10.7	11.0	10.8	8.4	9.3	8.8
1->1 ครั้ง/วัน	7.6	9.1	8.4	7.5	8.5	8.0	7.7	9.4	8.5	9.4	10.7	10.1	7.0	8.5	7.7

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
27. กาแฟ ชา โกโก้															
จำนวนตัวอย่าง	4,191	4,249	8,440	1,231	1,231	2,462	2,960	3,018	5,978	2,279	2,324	4,603	1,927	1,928	3,855
0-<1ครั้ง/เดือน	66.6	66.5	66.6	82.1	80.8	81.4	60.2	60.7	60.5	64.2	64.6	64.4	67.8	67.3	67.6
1-3ครั้ง/เดือน	11.5	10.5	11.0	5.9	6.4	6.1	13.9	12.2	13.0	11.9	10.3	11.1	11.3	10.6	11.0
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.8	12.0	11.9	6.6	7.6	7.1	13.9	13.7	13.8	12.8	13.9	13.4	11.3	11.1	11.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	5.7	5.4	5.5	3.5	2.4	3.0	6.6	6.5	6.6	5.3	5.2	5.3	5.8	5.4	5.6
1->1 ครั้ง/วัน	4.4	5.7	5.0	2.0	2.9	2.4	5.4	6.8	6.1	5.8	6.0	5.9	3.8	5.6	4.7
28. เครื่องดื่มเสริมอาหาร เช่น บิ๊อง ไอเฟริม															
จำนวนตัวอย่าง	4,192	4,241	8,433	1,230	1,229	2,459	2,962	3,012	5,974	2,279	2,319	4,598	1,927	1,925	3,852
0-<1ครั้ง/เดือน	90.4	92.3	91.3	93.1	94.6	93.9	89.3	91.4	90.3	89.1	91.7	90.4	91.0	92.6	91.8
1-3ครั้ง/เดือน	4.2	3.5	3.9	3.7	2.5	3.1	4.4	3.9	4.2	5.1	3.4	4.3	3.8	3.5	3.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	2.9	2.3	2.6	1.4	1.6	1.5	3.5	2.6	3.0	2.7	3.0	2.9	2.9	2.0	2.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1.2	0.7	1.0	0.7	0.2	0.5	1.5	0.9	1.2	1.5	0.6	1.1	1.1	0.8	0.9
1->1 ครั้ง/วัน	1.3	1.2	1.2	1.0	1.1	1.1	1.4	1.2	1.3	1.5	1.3	1.4	1.2	1.1	1.2
29. ลูกก๊ี้ ขนมห้างสดใส่ ขนมหัก พาย															
จำนวนตัวอย่าง	4,202	4,246	8,448	1,231	1,230	2,461	2,971	3,016	5,987	2,286	2,323	4,609	1,930	1,926	3,856
0-<1ครั้ง/เดือน	40.1	36.0	38.1	35.3	33.6	34.4	42.1	36.9	39.6	32.9	27.6	30.3	43.3	39.5	41.4
1-3ครั้ง/เดือน	25.9	26.8	26.3	27.0	26.0	26.5	25.4	27.1	26.3	25.7	28.1	26.9	26.0	26.3	26.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	22.0	22.1	22.0	24.5	23.8	24.2	21.0	21.4	21.2	25.2	25.5	25.4	20.6	20.6	20.6
4-6ครั้ง/สัปดาห์	7.1	9.0	8.0	7.8	10.0	8.8	6.8	8.5	7.6	9.6	11.0	10.3	6.0	8.1	7.0
1->1 ครั้ง/วัน	4.9	6.3	5.6	5.5	6.7	6.1	4.7	6.1	5.4	6.6	7.8	7.2	4.2	5.6	4.9

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
30. ไอศกรีม															
จำนวนตัวอย่าง	4,199	4,256	8,455	1,232	1,233	2,465	2,967	3,023	5,990	2,283	2,328	4,611	1,930	1,931	3,861
0-<1ครั้ง/เดือน	13.7	12.6	13.2	13.7	13.7	13.7	13.8	12.2	13.0	12.0	10.6	11.3	14.6	13.4	14.0
1-3ครั้ง/เดือน	22.8	21.9	22.4	23.9	21.3	22.7	22.3	22.2	22.2	20.3	18.0	19.2	23.7	23.7	23.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	32.5	31.3	31.9	29.7	32.5	31.1	33.6	30.8	32.2	31.7	31.7	31.7	32.7	31.1	31.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	17.6	18.9	18.2	19.1	18.6	18.9	16.9	19.0	18.0	20.1	20.8	20.4	16.5	18.1	17.3
1->1 ครั้ง/วัน	13.5	15.3	14.4	13.6	13.9	13.7	13.5	15.8	14.6	16.0	18.9	17.4	12.5	13.7	13.1
31. ปลาหมึกเส้น ปลาเส้น															
จำนวนตัวอย่าง	4,200	4,252	8,452	1,233	1,232	2,465	2,967	3,020	5,987	2,285	2,327	4,612	1,929	1,928	3,857
0-<1ครั้ง/เดือน	40.9	39.3	40.1	41.3	39.7	40.5	40.8	39.1	40.0	42.4	38.7	40.6	40.3	39.6	39.9
1-3ครั้ง/เดือน	27.9	26.5	27.2	28.0	27.2	27.6	27.8	26.3	27.0	25.3	23.2	24.3	28.9	27.9	28.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	19.9	21.4	20.6	20.6	22.4	21.5	19.6	21.0	20.3	18.6	23.6	21.0	20.5	20.5	20.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	7.5	7.7	7.6	7.3	6.8	7.1	7.6	8.1	7.9	8.8	8.1	8.5	7.0	7.6	7.3
1->1 ครั้ง/วัน	3.8	5.1	4.4	2.8	3.9	3.3	4.2	5.5	4.9	4.9	6.4	5.7	3.3	4.5	3.9
32. ถั่วอบกรอบ ถั่วต้ม ถั่วคั่ว															
จำนวนตัวอย่าง	4,199	4,251	8,450	1,228	1,231	2,459	2,971	3,020	5,991	2,285	2,328	4,613	1,928	1,926	3,854
0-<1ครั้ง/เดือน	46.5	45.6	46.1	45.6	42.8	44.3	46.9	46.7	46.8	50.6	48.6	49.6	44.7	44.2	44.5
1-3ครั้ง/เดือน	26.0	27.3	26.6	27.7	27.6	27.6	25.3	27.2	26.2	21.1	23.4	22.2	28.0	29.0	28.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	18.9	16.9	18.0	19.6	20.0	19.8	18.6	15.7	17.2	18.9	18.9	18.9	19.0	16.1	17.6
4-6ครั้ง/สัปดาห์	5.6	6.4	6.0	5.5	6.0	5.7	5.6	6.6	6.1	6.3	5.2	5.8	5.3	7.0	6.1
1->1 ครั้ง/วัน	3.0	3.8	3.4	1.7	3.6	2.6	3.6	3.9	3.7	3.2	3.9	3.5	3.0	3.7	3.3

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
33. ขนมกรุบกรอบ เช่น มันฝรั่งแผ่นทอด ข้าวเกรียบกุ้ง															
จำนวนตัวอย่าง	4,199	4,251	8,450	1,230	1,229	2,459	2,969	3,022	5,991	2,280	2,325	4,605	1,933	1,929	3,862
0-<1ครั้ง/เดือน	15.2	15.0	15.1	13.4	13.7	13.5	16.0	15.5	15.8	16.0	15.0	15.5	14.9	15.0	14.9
1-3ครั้ง/เดือน	15.5	14.2	14.9	15.3	13.9	14.6	15.7	14.3	15.0	16.4	14.4	15.4	15.1	14.2	14.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	22.4	23.1	22.8	22.6	22.7	22.7	22.4	23.3	22.8	24.6	23.6	24.1	21.5	22.9	22.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	19.1	19.0	19.1	19.8	18.1	19.0	18.8	19.4	19.1	16.7	18.7	17.7	20.2	19.1	19.6
1->1 ครั้ง/วัน	27.7	28.7	28.2	29.0	31.6	30.2	27.2	27.6	27.4	26.4	28.3	27.3	28.4	28.9	28.6
34. ลูกอม ช็อกโกแลต															
จำนวนตัวอย่าง	4,201	4,258	8,459	1,227	1,232	2,459	2,974	3,026	6,000	2,285	2,330	4,615	1,930	1,931	3,861
0-<1ครั้ง/เดือน	23.2	20.9	22.0	22.7	21.3	22.0	23.4	20.7	22.1	27.5	23.7	25.6	21.3	19.8	20.5
1-3ครั้ง/เดือน	17.6	16.4	17.0	18.6	16.4	17.5	17.1	16.5	16.8	17.2	16.9	17.0	17.7	16.2	17.0
1-3ครั้ง/สัปดาห์	26.4	25.5	26.0	23.8	26.7	25.2	27.5	25.0	26.3	24.1	21.8	23.0	27.4	27.0	27.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	14.4	17.3	15.8	17.3	16.2	16.8	13.2	17.8	15.4	13.1	16.8	14.9	14.9	17.6	16.2
1->1 ครั้ง/วัน	18.5	19.9	19.2	17.6	19.4	18.5	18.9	20.1	19.5	18.2	20.9	19.5	18.7	19.4	19.1
35. ขนมหวานไม่ใช่กะทิ															
จำนวนตัวอย่าง	4,204	4,256	8,460	1,232	1,230	2,462	2,972	3,026	5,998	2,286	2,329	4,615	1,932	1,930	3,862
0-<1ครั้ง/เดือน	46.0	45.4	45.7	52.8	53.0	52.9	43.2	42.4	42.8	49.9	47.5	48.7	44.4	44.6	44.5
1-3ครั้ง/เดือน	27.3	26.0	26.7	24.1	23.9	24.0	28.7	26.9	27.8	23.6	24.3	23.9	28.9	26.8	27.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	18.2	19.1	18.6	16.9	16.7	16.8	18.8	20.0	19.4	17.8	16.9	17.4	18.4	19.9	19.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.8	5.4	5.1	4.1	3.3	3.7	5.1	6.2	5.6	5.1	6.5	5.7	4.6	5.0	4.8
1->1 ครั้ง/วัน	3.7	4.1	3.9	2.2	3.1	2.7	4.3	4.5	4.4	3.7	4.9	4.3	3.7	3.8	3.7

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
36. ขนมหวานใส่กะทิ															
จำนวนตัวอย่าง	4,197	4,256	8,453	1,227	1,232	2,459	2,970	3,024	5,994	2,283	2,329	4,612	1,928	1,930	3,858
0-<1ครั้ง/เดือน	39.7	39.9	39.8	46.9	47.8	47.3	36.7	36.8	36.8	47.3	45.1	46.2	36.4	37.9	37.1
1-3ครั้ง/เดือน	30.9	29.4	30.2	29.5	27.8	28.6	31.5	30.1	30.8	25.5	26.1	25.8	33.1	30.8	32.0
1-3ครั้ง/สัปดาห์	21.1	21.1	21.1	16.9	18.1	17.5	22.8	22.3	22.6	16.8	19.4	18.1	22.9	21.8	22.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	5.2	5.5	5.4	3.7	4.1	3.9	5.9	6.0	6.0	6.4	4.9	5.7	4.8	5.7	5.2
1->1 ครั้ง/วัน	3.1	4.0	3.6	3.0	2.2	2.6	3.1	4.8	3.9	4.0	4.5	4.3	2.7	3.8	3.3
37. ผลไม้กระป๋อง															
จำนวนตัวอย่าง	4,199	4,254	8,453	1,229	1,231	2,460	2,970	3,023	5,993	2,283	2,327	4,610	1,930	1,930	3,860
0-<1ครั้ง/เดือน	76.4	76.3	76.4	80.2	81.7	80.9	74.8	74.2	74.5	69.0	69.3	69.1	79.7	79.3	79.5
1-3ครั้ง/เดือน	14.4	13.4	13.9	12.0	10.9	11.5	15.3	14.4	14.9	20.0	17.7	18.9	11.9	11.6	11.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	6.2	6.3	6.2	5.6	5.6	5.6	6.5	6.5	6.5	7.7	7.9	7.8	5.5	5.5	5.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1.9	2.6	2.2	1.5	1.4	1.5	2.0	3.1	2.6	2.3	3.2	2.7	1.7	2.3	2.0
1->1 ครั้ง/วัน	1.2	1.5	1.3	0.7	0.4	0.6	1.4	1.9	1.6	1.1	1.9	1.5	1.2	1.3	1.2

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ 2-14 ปี			อายุ 2-5 ปี			อายุ 6-14 ปี			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
38. ผลไม้แห้ง เช่น ลูกเกด ลูกพรุน ลูกท้อ พุทรา มะม่วง															
จำนวนตัวอย่าง	4,205	4,258	8,463	1,233	1,233	2,466	2,972	3,025	5,997	2,286	2,330	4,616	1,933	1,931	3,864
0-<1ครั้ง/เดือน	66.6	62.8	64.7	71.3	71.8	71.5	64.6	59.1	61.9	62.3	60.8	61.6	68.5	63.6	66.1
1-3ครั้ง/เดือน	17.9	17.6	17.7	17.8	15.4	16.6	18.0	18.5	18.2	20.4	18.8	19.6	16.8	17.1	16.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	9.1	11.5	10.3	7.1	7.2	7.1	9.9	13.2	11.5	10.3	11.2	10.7	8.6	11.5	10.0
4-6ครั้ง/สัปดาห์	3.8	4.4	4.1	2.7	2.7	2.7	4.2	5.1	4.7	4.3	5.5	4.9	3.6	4.0	3.8
1->1 ครั้ง/วัน	2.7	3.8	3.2	1.1	3.0	2.1	3.3	4.1	3.7	2.7	3.8	3.2	2.7	3.8	3.2
39. หน่อไม้ทุกประเภท															
จำนวนตัวอย่าง	4,207	4,256	8,463	1,233	1,233	2,466	2,974	3,023	5,997	2,288	2,328	4,616	1,933	1,931	3,864
0-<1ครั้ง/เดือน	58.0	56.0	57.0	67.4	65.4	66.4	54.1	52.3	53.2	69.9	70.6	70.2	52.9	49.9	51.4
1-3ครั้ง/เดือน	22.6	20.5	21.6	17.7	16.4	17.1	24.6	22.2	23.4	15.9	13.1	14.5	25.5	23.6	24.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	12.7	14.6	13.6	9.6	11.3	10.4	14.1	15.9	14.9	7.7	9.8	8.7	14.9	16.5	15.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.2	5.7	4.9	3.4	5.3	4.3	4.5	5.9	5.2	4.3	3.5	3.9	4.2	6.7	5.4
1->1 ครั้ง/วัน	2.5	3.2	2.9	2.0	1.7	1.8	2.7	3.8	3.3	2.3	3.0	2.7	2.6	3.3	2.9

ตารางที่ 4.1.2 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 2-14 ปี ในการบริโภคอาหารจำแนกตามประเภทอาหาร ความถี่บริโภค เพศ ในเขต/นอกเขตเทศบาล และภาค ปี พ.ศ.2551-2

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
1.เนื้อสัตว์ทอด เช่น หมูทอด เนื้อทอด ไก่ทอด																											
จำนวนตัวอย่าง	474	477	951	488	499	987	465	479	944	504	483	987	483	487	970	482	489	971	434	432	866	460	461	921	430	452	882
0-<1ครั้ง/เดือน	4.0	5.5	4.8	6.4	6.4	6.4	5.5	8.5	6.9	6.5	6.1	6.3	5.2	4.4	4.8	3.5	6.4	4.9	5.0	4.5	4.8	4.0	4.6	4.3	7.6	3.6	5.6
1-3ครั้ง/เดือน	10.3	15.7	13.0	10.5	12.8	11.6	15.0	13.2	14.2	19.6	15.0	17.4	18.0	18.2	18.1	18.6	19.9	19.2	11.4	12.7	12.0	13.2	11.8	12.5	11.9	14.3	13.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	50.0	46.4	48.2	49.7	50.7	50.2	38.6	39.6	39.1	38.7	42.5	40.6	38.4	43.7	40.9	48.9	44.5	46.8	49.9	51.3	50.6	49.4	54.3	51.8	39.5	38.1	38.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	23.0	21.2	22.1	23.5	21.3	22.4	22.0	22.0	22.0	20.0	17.3	18.7	17.9	17.6	17.8	14.1	14.5	14.3	19.5	18.9	19.2	21.2	18.6	19.9	16.4	19.2	17.7
1->1 ครั้ง/วัน	12.7	11.2	11.9	9.9	8.8	9.4	18.9	16.8	17.9	15.3	19.0	17.1	20.5	16.0	18.5	14.9	14.8	14.8	14.2	12.7	13.5	12.3	10.8	11.5	24.7	24.8	24.8
2.เนื้อสัตว์ผัด เช่นเนื้อหมูผัด เนื้อไก่ผัด																											
จำนวนตัวอย่าง	475	477	952	485	500	985	465	479	944	503	481	984	484	490	974	481	489	970	434	432	866	459	461	920	430	452	882
0-<1ครั้ง/เดือน	12.9	14.0	13.5	12.7	12.5	12.6	11.4	11.8	11.6	10.5	13.8	12.1	11.2	11.2	11.2	12.7	12.7	12.7	11.0	9.0	10.0	11.3	11.3	11.3	16.0	13.2	14.6
1-3ครั้ง/เดือน	11.0	12.4	11.7	12.9	13.7	13.3	16.5	14.0	15.3	16.0	15.0	15.5	29.2	23.8	26.7	29.2	28.8	29.0	15.3	13.3	14.3	12.3	15.8	14.1	10.5	12.0	11.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	45.8	44.0	44.9	46.9	46.6	46.8	30.9	33.1	32.0	37.3	36.7	37.0	31.1	37.7	34.2	41.2	36.5	38.9	48.1	44.5	46.3	49.9	46.2	48.1	33.1	31.0	32.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	18.7	19.7	19.2	20.2	18.6	19.4	22.4	21.0	21.7	19.6	15.8	17.7	15.6	14.3	15.0	10.0	10.9	10.5	15.3	22.0	18.6	16.7	17.9	17.3	19.7	19.3	19.5
1->1 ครั้ง/วัน	11.6	9.9	10.8	7.3	8.6	8.0	18.8	20.1	19.4	16.7	18.7	17.7	12.9	13.0	12.9	6.9	11.1	9.0	10.3	11.2	10.7	9.8	8.8	9.3	20.7	24.5	22.6

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
3.เนื้อสัตว์คัม ตุ่น ปิ้งย่าง เช่น หมูตุ๋น หมูคัม หมูปิ้ง																											
จำนวนตัวอย่าง	475	476	951	488	500	988	464	479	943	503	481	984	482	488	970	479	489	968	432	430	862	459	461	920	428	452	880
0-<1ครั้ง/เดือน	10.7	18.9	14.8	12.2	16.3	14.2	15.2	17.6	16.4	21.2	21.8	21.5	12.6	14.5	13.5	10.6	18.0	14.3	12.1	14.3	13.2	19.8	19.1	19.5	14.9	14.9	14.9
1-3ครั้ง/เดือน	19.2	18.2	18.7	20.5	22.6	21.5	20.2	18.0	19.1	23.6	23.6	23.6	19.2	22.2	20.6	22.5	22.6	22.6	20.5	19.4	20.0	18.7	21.3	20.0	19.7	19.8	19.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	44.4	40.4	42.4	46.3	41.3	43.8	30.0	34.9	32.4	32.0	28.6	30.3	35.5	34.7	35.2	37.5	35.1	36.3	44.2	40.6	42.5	40.2	38.0	39.1	35.1	37.8	36.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	16.8	16.9	16.8	13.4	14.5	13.9	20.2	16.4	18.4	15.1	14.4	14.8	19.4	17.0	18.3	17.4	14.3	15.8	17.6	17.0	17.3	14.2	15.2	14.7	13.4	13.7	13.6
1->1 ครั้ง/วัน	8.9	5.6	7.3	7.6	5.4	6.5	14.3	13.1	13.7	8.2	11.6	9.9	13.4	11.6	12.5	12.0	10.0	11.0	5.6	8.6	7.1	7.1	6.5	6.8	16.8	13.7	15.3
4.เนื้อปลาคัม/นึ่ง/ปิ้ง																											
จำนวนตัวอย่าง	472	477	949	485	500	985	464	477	941	504	483	987	484	490	974	482	489	971	434	431	865	460	461	921	429	451	880
0-<1ครั้ง/เดือน	16.6	16.3	16.4	12.0	13.3	12.6	17.9	18.1	18.0	18.2	15.7	17.0	15.3	10.9	13.3	8.1	12.6	10.3	20.5	17.8	19.2	17.4	16.3	16.8	24.8	24.6	24.7
1-3ครั้ง/เดือน	22.8	21.9	22.4	16.6	17.6	17.1	21.3	21.1	21.2	20.2	23.3	21.7	20.8	22.2	21.5	17.9	18.2	18.0	19.5	23.8	21.6	15.5	19.2	17.3	25.9	18.7	22.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	38.6	40.3	39.4	46.3	41.1	43.8	34.9	25.6	30.4	33.2	32.3	32.8	35.4	36.6	35.9	37.8	32.3	35.1	40.3	39.1	39.7	36.9	40.5	38.7	26.8	32.0	29.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	18.4	17.5	18.0	20.0	23.1	21.5	16.4	23.9	20.0	17.8	19.0	18.4	15.2	19.7	17.3	24.1	22.1	23.1	14.0	13.2	13.6	17.6	13.5	15.6	14.1	13.6	13.8
1->1 ครั้ง/วัน	3.6	4.1	3.9	5.2	4.9	5.1	9.6	11.3	10.4	10.6	9.7	10.2	13.3	10.6	12.1	12.0	14.9	13.4	5.7	6.2	6.0	12.6	10.4	11.5	8.5	11.1	9.8
5.ปลาทอด																											
จำนวนตัวอย่าง	474	478	952	488	500	988	465	479	944	504	483	987	482	490	972	481	489	970	434	432	866	460	461	921	430	452	882
0-<1ครั้ง/เดือน	16.1	16.9	16.5	12.1	12.5	12.3	10.9	9.0	10.0	10.6	6.8	8.7	22.8	16.1	19.7	15.2	16.3	15.8	10.3	8.0	9.1	5.1	6.5	5.8	16.8	11.6	14.2
1-3ครั้ง/เดือน	21.4	22.5	22.0	17.8	19.1	18.4	18.5	14.3	16.5	17.3	19.6	18.4	27.1	25.0	26.1	22.6	25.1	23.8	18.9	15.1	17.0	13.9	14.9	14.4	18.5	20.5	19.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	39.7	38.4	39.0	45.5	45.5	45.5	38.0	36.3	37.2	31.7	33.6	32.6	31.6	34.4	32.9	38.0	29.3	33.7	42.5	45.7	44.1	43.6	40.4	42.1	36.8	38.4	37.6
4-6ครั้ง/สัปดาห์	18.7	17.3	18.0	18.4	19.1	18.7	18.7	27.5	22.9	26.4	28.4	27.4	9.6	15.5	12.3	14.7	17.1	15.9	20.2	21.5	20.8	20.7	23.6	22.1	16.4	17.9	17.1
1->1 ครั้ง/วัน	4.2	4.8	4.5	6.2	3.8	5.1	13.9	12.8	13.4	14.1	11.7	12.9	8.9	9.1	9.0	9.4	12.2	10.8	8.2	9.7	8.9	16.6	14.7	15.7	11.5	11.6	11.6

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
6. ไข่เจียว ไข่ดาว																											
จำนวนตัวอย่าง	474	478	952	488	499	987	464	479	943	504	481	985	483	489	972	480	487	967	434	432	866	460	461	921	428	449	877
0-<1ครั้ง/เดือน	5.7	5.1	5.4	4.9	6.9	5.9	3.8	4.3	4.0	3.4	3.4	3.4	5.8	9.5	7.5	4.4	3.4	3.9	2.4	3.5	2.9	4.6	3.9	4.3	3.1	3.1	3.1
1-3ครั้ง/เดือน	6.8	7.5	7.1	5.4	6.3	5.8	7.6	8.6	8.1	6.8	8.7	7.8	11.0	8.9	10.0	8.3	8.5	8.4	5.9	7.3	6.6	4.9	6.1	5.5	10.6	10.8	10.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	34.1	28.4	31.2	28.7	29.0	28.9	21.3	24.6	22.9	24.8	23.1	24.0	26.9	31.5	29.0	30.1	28.1	29.1	32.9	26.8	29.9	27.7	28.8	28.2	22.5	24.1	23.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	36.8	41.7	39.3	42.0	41.3	41.7	33.3	34.1	33.7	34.6	33.5	34.1	32.4	29.4	31.0	33.9	36.1	35.0	34.1	31.7	32.9	31.7	34.0	32.8	29.5	27.7	28.6
1->1 ครั้ง/วัน	16.7	17.3	17.0	19.0	16.6	17.8	34.1	28.5	31.4	30.4	31.2	30.8	23.8	20.8	22.4	23.3	23.9	23.6	24.8	30.8	27.7	31.1	27.2	29.2	34.3	34.3	34.3
7. ไข่ต้ม ไข่ตุ๋น																											
จำนวนตัวอย่าง	471	478	949	487	499	986	463	478	941	503	483	986	483	487	970	482	489	971	433	429	862	460	459	919	429	449	878
0-<1ครั้ง/เดือน	22.6	18.4	20.5	16.6	17.6	17.1	27.1	22.5	24.9	20.0	22.8	21.4	17.7	18.9	18.3	14.6	17.6	16.0	31.2	25.2	28.3	32.5	30.8	31.7	29.2	21.3	25.3
1-3ครั้ง/เดือน	20.2	18.7	19.4	15.4	16.3	15.8	16.3	21.9	19.0	23.1	21.0	22.0	21.8	26.4	23.9	23.5	22.6	23.1	18.0	26.2	22.0	18.0	22.7	20.3	19.8	22.8	21.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	30.8	28.8	29.8	34.9	27.3	31.2	27.9	25.5	26.7	33.5	27.6	30.6	30.3	28.2	29.4	32.7	32.0	32.4	33.9	31.9	32.9	31.1	29.6	30.4	26.3	27.1	26.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	20.8	23.9	22.4	22.6	28.7	25.6	16.4	17.1	16.7	15.0	17.9	16.4	14.6	15.4	15.0	14.6	12.4	13.5	10.8	10.0	10.4	11.5	10.3	10.9	12.9	15.2	14.0
1->1 ครั้ง/วัน	5.6	10.3	8.0	10.5	10.1	10.3	12.4	13.0	12.7	8.5	10.7	9.6	15.5	11.1	13.5	14.7	15.4	15.0	6.2	6.6	6.4	7.0	6.6	6.8	11.9	13.7	12.7
8. ลูกชิ้นทอด ไข่กรอกทอด																											
จำนวนตัวอย่าง	472	478	950	487	499	986	464	478	942	503	482	985	481	489	970	482	488	970	434	432	866	459	459	918	430	450	880
0-<1ครั้ง/เดือน	22.5	31.9	27.3	19.2	19.9	19.6	19.0	19.7	19.3	18.7	17.1	17.9	15.0	16.0	15.5	13.9	16.9	15.4	20.5	21.2	20.8	21.0	17.8	19.4	15.0	17.2	16.1
1-3ครั้ง/เดือน	25.1	22.1	23.6	26.0	23.7	24.9	19.2	21.0	20.1	24.9	20.6	22.8	27.5	25.3	26.5	26.9	22.5	24.7	15.1	19.6	17.3	21.3	18.7	20.0	21.7	22.6	22.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	32.6	27.8	30.2	37.0	36.4	36.7	30.4	24.9	27.8	30.1	35.8	32.9	33.5	28.0	30.9	34.4	36.5	35.4	34.7	30.5	32.6	28.0	31.8	29.9	32.4	30.0	31.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	14.1	11.3	12.7	11.6	13.1	12.4	18.2	19.7	18.9	16.9	16.0	16.5	15.5	12.9	14.3	15.5	13.4	14.5	17.5	14.8	16.2	18.4	19.4	18.9	13.8	16.2	15.0
1->1 ครั้ง/วัน	5.7	6.9	6.3	6.1	6.9	6.5	13.1	14.8	13.9	9.4	10.6	10.0	8.5	17.9	12.9	9.3	10.8	10.0	12.2	13.9	13.1	11.3	12.3	11.8	17.1	14.0	15.6

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
9. ลูกชิ้น ไส้กรอก ปิ้ง นึ่ง																											
จำนวนตัวอย่าง	474	477	951	488	500	988	461	478	939	503	483	986	482	489	971	481	487	968	434	430	864	458	459	917	429	448	877
0-<1ครั้ง/เดือน	39.2	38.8	39.0	31.1	35.2	33.1	34.2	31.6	32.9	32.4	33.1	32.7	25.9	28.7	27.2	31.8	32.0	31.9	40.1	42.0	41.0	47.8	42.6	45.2	23.3	27.8	25.5
1-3ครั้ง/เดือน	21.6	24.5	23.0	24.6	22.2	23.5	23.7	24.2	23.9	24.4	21.2	22.8	29.1	25.6	27.5	24.5	23.5	24.0	17.2	21.3	19.2	17.3	20.0	18.6	21.2	25.2	23.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	24.9	23.2	24.0	30.6	26.5	28.6	23.5	22.0	22.8	23.9	26.1	25.0	26.4	24.5	25.5	26.0	22.8	24.4	27.4	22.3	24.9	20.5	21.7	21.1	30.5	21.9	26.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	10.0	8.3	9.2	9.0	10.5	9.8	10.9	13.2	12.0	12.0	10.1	11.1	10.5	8.5	9.5	10.5	12.4	11.4	8.9	9.3	9.1	9.8	9.1	9.5	12.4	14.3	13.3
1->1 ครั้ง/วัน	4.3	5.3	4.8	4.6	5.5	5.1	7.7	9.0	8.3	7.5	9.5	8.4	8.1	12.8	10.3	7.2	9.3	8.3	6.4	5.1	5.8	4.7	6.7	5.7	12.7	10.9	11.8
10. กุ้ง หอย ปู ปลาหมึก																											
จำนวนตัวอย่าง	474	475	949	488	499	987	465	479	944	504	482	986	481	490	971	480	488	968	432	432	864	459	461	920	430	452	882
0-<1ครั้ง/เดือน	39.9	43.3	41.6	47.2	47.6	47.4	28.2	23.8	26.1	32.2	28.5	30.4	33.6	31.3	32.5	41.0	41.7	41.4	17.6	19.8	18.6	16.4	14.5	15.5	30.0	22.5	26.4
1-3ครั้ง/เดือน	31.6	27.3	29.4	31.5	29.5	30.5	24.4	26.7	25.5	25.4	30.1	27.7	33.7	36.0	34.8	31.2	32.4	31.8	25.4	23.1	24.3	23.9	19.2	21.6	31.1	27.1	29.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	22.8	25.1	24.0	16.9	17.0	17.0	29.0	28.0	28.5	26.1	27.2	26.6	23.6	21.9	22.8	18.3	13.8	16.1	37.3	33.1	35.3	34.4	41.8	38.0	25.4	30.1	27.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	3.7	3.2	3.4	2.8	4.4	3.6	9.4	15.4	12.3	10.7	10.6	10.7	5.7	7.0	6.3	4.7	7.8	6.2	11.6	16.0	13.8	19.0	17.9	18.5	8.4	13.8	11.0
1->1 ครั้ง/วัน	2.1	1.1	1.6	1.7	1.5	1.6	9.0	6.2	7.6	5.7	3.6	4.7	3.4	3.9	3.6	4.8	4.3	4.6	8.2	8.0	8.1	6.2	6.7	6.4	5.1	6.6	5.8
11. นมรสจืด																											
จำนวนตัวอย่าง	473	476	949	488	499	987	462	479	941	504	483	987	483	487	970	481	489	970	432	431	863	458	460	918	429	451	880
0-<1ครั้ง/เดือน	20.4	18.4	19.4	19.9	17.2	18.6	27.4	21.9	24.8	26.6	27.2	26.9	18.3	20.7	19.4	18.9	15.4	17.2	21.2	20.9	21.1	19.3	19.7	19.5	26.1	23.3	24.7
1-3ครั้ง/เดือน	7.5	7.8	7.6	6.0	7.2	6.6	10.1	8.1	9.2	9.0	7.0	8.0	8.5	11.7	10.0	9.4	8.9	9.1	5.8	6.6	6.2	8.0	7.7	7.8	12.0	6.3	9.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	14.3	8.9	11.6	13.0	11.1	12.0	9.2	10.8	10.0	11.0	11.7	11.3	12.1	13.8	12.9	9.1	10.4	9.8	14.9	12.5	13.7	14.5	14.5	14.5	10.7	12.0	11.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	15.6	11.9	13.7	14.7	14.4	14.5	13.1	15.9	14.4	16.2	16.3	16.2	20.1	15.9	18.1	15.0	17.8	16.4	19.6	14.7	17.2	19.6	23.1	21.3	13.4	15.5	14.4
1->1 ครั้ง/วัน	42.2	53.1	47.6	46.6	50.1	48.3	40.1	43.2	41.6	37.2	37.9	37.5	41.2	37.8	39.6	47.7	47.6	47.6	38.5	45.2	41.8	38.5	35.1	36.9	37.7	43.0	40.3

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
12. นมรสหวาน ข้อโกแลต สดอบอรี่ โยเกิร์ตถ้วยปรุงแต่ง																											
จำนวนตัวอย่าง	475	478	953	488	499	987	464	479	943	502	481	983	484	489	973	482	488	970	434	432	866	460	461	921	429	452	881
0<1ครั้ง/เดือน	22.1	26.7	24.4	24.3	26.2	25.3	19.5	20.5	20.0	23.4	26.0	24.7	26.0	22.9	24.6	24.6	23.8	24.2	19.9	22.9	21.4	21.3	24.0	22.6	18.5	23.1	20.8
1-3ครั้ง/เดือน	14.0	10.9	12.4	13.1	16.4	14.7	12.4	12.2	12.3	17.9	14.5	16.3	17.7	23.7	20.5	22.9	27.7	25.3	13.7	13.4	13.6	14.5	11.9	13.2	14.9	11.4	13.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	25.5	20.5	23.0	28.7	24.5	26.7	19.2	22.9	21.0	22.6	21.5	22.1	22.1	17.1	19.8	24.4	23.3	23.9	28.0	26.1	27.1	29.4	30.2	29.8	21.5	25.8	23.6
4-6ครั้ง/สัปดาห์	13.3	16.3	14.8	16.3	15.2	15.8	16.5	17.4	16.9	13.1	17.4	15.2	14.6	17.3	15.8	12.8	12.5	12.6	18.2	15.9	17.1	16.1	11.9	14.1	12.7	12.5	12.6
1>1 ครั้ง/วัน	25.1	25.7	25.4	17.6	17.7	17.6	32.4	27.0	29.8	23.0	20.6	21.8	19.5	19.0	19.3	15.3	12.7	14.0	20.1	21.7	20.9	18.7	22.0	20.3	32.5	27.2	29.9
13. นมเปรี้ยวชนิดอื่นๆ																											
จำนวนตัวอย่าง	475	477	952	488	499	987	465	479	944	501	483	984	483	490	973	481	489	970	433	432	865	460	461	921	429	452	881
0<1ครั้ง/เดือน	22.0	19.1	20.5	22.4	16.6	19.6	19.3	17.1	18.2	24.6	21.3	23.0	17.5	15.9	16.7	25.7	26.9	26.3	18.8	17.8	18.3	19.7	18.7	19.2	20.3	22.4	21.3
1-3ครั้ง/เดือน	16.7	14.0	15.4	18.9	20.3	19.6	14.3	16.1	15.1	17.5	16.7	17.1	25.3	22.7	24.1	24.9	22.2	23.6	13.8	15.8	14.8	15.5	15.1	15.3	19.4	14.0	16.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	28.7	28.0	28.3	29.8	32.6	31.2	25.0	25.1	25.1	23.7	24.9	24.3	22.9	27.1	24.8	29.3	28.3	28.8	33.6	32.3	32.9	31.2	35.1	33.1	23.6	24.9	24.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	15.4	17.4	16.4	13.7	15.5	14.6	16.6	18.1	17.3	16.9	18.0	17.5	16.6	13.7	15.2	9.5	11.6	10.5	18.4	14.6	16.5	18.3	14.5	16.4	14.4	14.9	14.6
1>1 ครั้ง/วัน	17.2	21.6	19.4	15.2	14.9	15.1	24.9	23.6	24.3	17.3	19.1	18.2	17.8	20.6	19.1	10.7	10.9	10.8	15.5	19.5	17.5	15.4	16.7	16.0	22.4	23.8	23.1
14. นมถั่วเหลือง น้ำเต้าหู้																											
จำนวนตัวอย่าง	473	478	951	485	499	984	464	479	943	504	481	985	483	486	969	481	488	969	432	427	859	457	459	916	427	449	876
0<1ครั้ง/เดือน	39.3	43.7	41.5	38.0	36.9	37.5	47.0	44.8	45.9	41.0	43.2	42.1	29.3	34.1	31.5	33.9	37.5	35.7	29.8	31.1	30.4	30.8	29.8	30.3	44.0	44.8	44.4
1-3ครั้ง/เดือน	15.7	17.1	16.4	18.7	20.5	19.6	17.0	19.5	18.2	16.8	20.2	18.5	26.2	19.4	23.1	25.3	24.5	24.9	15.8	22.6	19.1	19.5	17.9	18.7	20.5	19.2	19.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	26.7	21.1	23.9	26.6	24.6	25.6	16.6	17.7	17.1	23.2	18.9	21.1	24.8	22.5	23.7	23.9	21.1	22.5	33.4	24.8	29.2	30.0	31.1	30.5	17.3	14.6	16.0
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.7	8.3	9.0	9.6	7.0	8.3	8.7	9.2	8.9	9.0	12.7	10.9	9.3	7.5	8.5	9.0	7.4	8.2	12.0	11.3	11.7	11.5	10.7	11.1	7.1	10.7	8.9
1>1 ครั้ง/วัน	8.7	9.8	9.2	7.2	11.0	9.1	10.7	8.9	9.8	10.0	5.0	7.5	10.4	16.6	13.2	8.0	9.5	8.7	9.1	10.2	9.6	8.2	10.5	9.3	11.2	10.7	11.0

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
15. นมผง																											
จำนวนตัวอย่าง	475	477	952	488	499	987	466	479	945	503	482	985	484	488	972	480	489	969	432	431	863	460	460	920	430	452	882
0-<1ครั้ง/เดือน	87.5	86.8	87.2	89.1	85.8	87.5	86.8	87.7	87.3	86.7	88.3	87.5	90.7	91.4	91.0	92.1	91.1	91.6	84.1	86.3	85.2	90.0	87.3	88.7	79.4	84.3	81.8
1-3ครั้ง/เดือน	1.6	2.1	1.9	1.1	0.6	0.9	2.1	3.2	2.6	1.0	2.6	1.8	1.2	2.0	1.5	2.0	2.2	2.1	1.0	2.8	1.9	0.9	2.6	1.7	5.7	2.3	4.0
1-3ครั้ง/สัปดาห์	1.5	1.9	1.7	0.9	1.0	0.9	2.5	1.1	1.9	1.4	2.1	1.7	2.3	1.2	1.8	1.3	0.9	1.1	1.1	1.5	1.3	0.8	1.2	1.0	2.9	0.8	1.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	0.7	0.4	0.5	1.2	1.4	1.3	1.4	0.6	1.0	2.1	1.0	1.6	1.4	0.8	1.1	1.1	0.6	0.8	0.5	0.5	0.5	1.2	1.0	1.1	3.2	1.4	2.3
1->1 ครั้ง/วัน	8.7	8.8	8.8	7.8	11.2	9.5	7.1	7.3	7.2	8.8	6.0	7.4	4.5	4.7	4.6	3.6	5.3	4.4	13.3	8.9	11.1	7.1	7.9	7.5	8.8	11.3	10.0
16. ข้าวสวดย																											
จำนวนตัวอย่าง	473	475	948	487	500	987	464	478	942	503	481	984	482	487	969	479	489	968	427	430	857	460	460	920	428	447	875
0-<1ครั้ง/เดือน	6.0	3.4	4.7	10.5	6.4	8.5	0.6	2.1	1.3	0.7	1.1	0.9	5.8	3.9	4.9	8.0	9.2	8.6	0.6	0.3	0.5	1.7	1.0	1.4	2.2	0.4	1.3
1-3ครั้ง/เดือน	6.7	7.6	7.2	5.6	6.3	6.0	0.6	0.7	0.7	0.8	1.9	1.3	11.6	11.7	11.7	20.0	16.5	18.2	0.2	1.3	0.8	1.0	1.2	1.1	1.0	1.7	1.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	8.4	9.4	8.9	10.0	10.9	10.4	0.9	2.2	1.5	1.9	1.2	1.5	14.5	13.9	14.2	18.4	16.0	17.2	1.2	1.1	1.1	0.8	0.9	0.8	3.6	1.7	2.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.8	10.5	10.2	10.7	10.7	10.7	4.4	7.8	6.0	4.9	4.9	4.9	15.6	13.3	14.5	12.9	15.1	13.9	1.9	2.2	2.0	3.1	1.2	2.2	7.6	7.2	7.4
1->1 ครั้ง/วัน	69.1	69.0	69.1	63.2	65.7	64.4	93.4	87.3	90.5	91.7	91.0	91.4	52.6	57.2	54.7	40.7	43.3	42.0	96.2	95.1	95.7	93.4	95.6	94.5	85.6	89.1	87.3
17. ขนมห้าง																											
จำนวนตัวอย่าง	473	476	949	488	497	985	464	478	942	501	480	981	482	488	970	479	486	965	458	461	919	458	461	919	428	451	879
0-<1ครั้ง/เดือน	25.3	19.1	22.2	23.0	27.5	25.2	15.8	17.6	16.7	23.8	19.4	21.6	22.4	18.8	20.7	29.8	26.4	28.2	25.3	23.5	24.4	35.2	27.2	31.3	13.1	10.5	11.8
1-3ครั้ง/เดือน	18.3	18.8	18.6	23.5	19.6	21.6	16.9	16.4	16.6	20.4	20.0	20.2	23.8	19.3	21.7	27.3	29.5	28.4	16.7	17.5	17.1	17.7	18.9	18.3	17.4	12.5	15.0
1-3ครั้ง/สัปดาห์	30.7	31.4	31.0	30.7	29.8	30.3	28.3	30.5	29.3	23.2	28.6	25.8	27.8	33.3	30.4	25.9	22.5	24.2	33.5	35.1	34.3	27.5	34.5	30.9	26.5	31.7	29.0
4-6ครั้ง/สัปดาห์	15.5	18.9	17.2	11.7	12.8	12.2	21.2	19.2	20.2	16.4	16.1	16.2	14.3	14.4	14.3	8.2	10.9	9.5	15.5	10.7	13.1	11.7	11.8	11.7	18.7	18.5	18.6
1->1 ครั้ง/วัน	10.3	11.8	11.0	11.1	10.4	10.8	18.0	16.3	17.1	16.3	16.0	16.1	11.7	14.3	12.9	8.8	10.7	9.7	9.0	13.2	11.1	7.9	7.6	7.7	24.3	26.9	25.6

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
18. บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป																											
จำนวนตัวอย่าง	475	476	951	487	497	984	464	478	942	502	482	984	483	489	972	480	488	968	434	432	866	460	459	919	430	451	881
0-<1ครั้ง/เดือน	28.4	26.7	27.6	22.6	19.8	21.2	26.1	26.1	26.1	25.8	27.2	26.5	19.6	19.6	19.6	21.1	19.5	20.3	28.4	29.9	29.1	22.4	26.4	24.4	24.3	29.2	26.7
1-3ครั้ง/เดือน	22.4	25.3	23.8	23.4	25.9	24.6	23.5	23.2	23.3	26.5	26.4	26.5	28.7	28.9	28.8	25.5	32.3	28.8	25.5	22.9	24.2	28.5	23.7	26.1	24.2	22.3	23.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	28.3	33.0	30.6	36.2	36.6	36.4	26.2	32.4	29.2	31.9	27.4	29.7	32.2	29.4	30.9	35.5	29.9	32.7	31.2	32.3	31.7	30.7	29.9	30.3	32.3	30.0	31.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	17.2	10.9	14.0	10.2	12.5	11.3	13.7	10.1	12.0	9.6	11.9	10.7	13.5	14.6	14.0	9.4	9.7	9.5	10.9	8.2	9.6	12.1	11.8	11.9	9.2	10.8	10.0
1->1 ครั้ง/วัน	3.7	4.1	3.9	7.5	5.2	6.4	10.6	8.3	9.5	6.2	7.2	6.7	6.1	7.5	6.8	8.5	8.7	8.6	4.1	6.7	5.3	6.4	8.2	7.3	9.9	7.7	8.8
19. มันฝรั่งทอด เฟรนฟรายส์																											
จำนวนตัวอย่าง	473	477	950	488	499	987	464	477	941	503	482	985	480	489	969	481	488	969	430	432	862	457	460	917	428	451	879
0-<1ครั้ง/เดือน	52.2	48.2	50.2	58.2	61.4	59.7	49.6	45.3	47.5	54.3	54.6	54.5	60.8	61.9	61.3	76.8	75.1	76.0	59.5	59.8	59.6	70.4	66.9	68.7	43.2	40.5	41.9
1-3ครั้ง/เดือน	22.9	24.0	23.5	18.9	16.6	17.8	19.5	25.4	22.3	19.8	14.7	17.3	19.8	17.1	18.5	9.9	9.5	9.7	17.1	15.9	16.5	12.6	15.6	14.1	24.4	24.7	24.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	16.6	19.6	18.1	16.0	14.0	15.0	19.1	13.0	16.2	15.1	16.6	15.9	11.2	13.8	12.4	8.6	7.0	7.8	16.1	14.9	15.5	10.4	10.9	10.6	15.0	20.0	17.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	6.6	5.3	5.9	4.7	4.3	4.5	7.7	10.7	9.2	7.0	8.9	8.0	4.1	4.1	4.1	2.5	3.8	3.1	5.0	5.5	5.2	4.9	4.7	4.8	8.5	7.2	7.9
1->1 ครั้ง/วัน	1.8	2.9	2.3	2.3	3.7	3.0	4.1	5.5	4.8	3.8	5.1	4.5	4.1	3.1	3.6	2.3	4.5	3.4	2.4	3.9	3.1	1.8	2.0	1.9	9.0	7.5	8.2
20. ข้าวต้มเครื่อง (หมู ไก่ กุ้ง) โจ๊ก																											
จำนวนตัวอย่าง	475	478	953	488	500	988	464	476	940	503	482	985	480	488	968	480	488	968	431	432	863	458	461	919	428	451	879
0-<1ครั้ง/เดือน	29.6	24.8	27.2	30.5	23.5	27.0	26.3	18.6	22.6	24.1	24.1	24.1	28.2	22.1	25.4	28.8	27.2	28.0	20.3	15.8	18.1	23.7	20.9	22.3	24.7	24.0	24.4
1-3ครั้ง/เดือน	28.3	31.6	30.0	29.2	29.8	29.5	23.4	27.6	25.4	27.9	24.4	26.2	30.4	30.3	30.3	32.5	32.9	32.7	16.2	18.8	17.5	21.7	19.6	20.7	24.4	21.8	23.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	27.7	28.1	27.9	26.0	31.7	28.8	23.6	27.9	25.7	30.5	31.7	31.1	24.5	29.5	26.8	24.6	21.0	22.9	36.3	35.4	35.8	32.8	34.4	33.6	30.7	30.8	30.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.8	10.0	9.9	10.1	11.7	10.9	13.7	14.0	13.9	7.9	12.7	10.2	11.3	9.3	10.3	6.9	11.0	8.9	16.1	15.6	15.8	13.2	15.0	14.1	10.3	10.8	10.5
1->1 ครั้ง/วัน	4.7	5.5	5.1	4.2	3.4	3.8	13.0	11.9	12.5	9.6	7.2	8.4	5.6	8.9	7.1	7.2	7.9	7.6	11.2	14.4	12.8	8.6	10.1	9.4	9.9	12.7	11.3

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
21. ก้วยเตี่ยวน้ำ																											
จำนวนตัวอย่าง	474	477	951	486	499	985	464	477	941	502	482	984	484	489	973	480	485	965	434	430	864	459	458	917	429	451	880
0-<1ครั้ง/เดือน	14.9	13.8	14.3	17.7	11.8	14.8	10.9	8.9	9.9	13.8	9.9	11.9	25.7	21.0	23.5	17.8	16.1	17.0	20.4	17.7	19.1	23.5	22.3	22.9	14.2	12.7	13.5
1-3ครั้ง/เดือน	23.4	22.6	23.0	26.1	26.8	26.5	23.5	24.3	23.9	22.8	20.7	21.8	30.3	34.1	32.1	32.2	31.7	32.0	26.1	25.5	25.8	28.0	22.3	25.2	23.7	21.5	22.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	42.0	40.9	41.4	38.8	42.4	40.5	35.3	33.7	34.5	37.4	41.4	39.3	27.9	27.2	27.6	31.2	30.0	30.6	38.3	40.3	39.3	35.0	38.1	36.5	39.0	40.4	39.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	15.6	18.2	16.9	11.7	12.2	11.9	19.5	21.6	20.5	17.2	18.0	17.6	10.0	11.7	10.8	12.5	13.0	12.7	10.5	12.2	11.4	10.0	9.3	9.6	11.8	14.9	13.3
1->1 ครั้ง/วัน	4.2	4.7	4.4	5.8	6.8	6.3	10.7	11.6	11.1	8.9	10.0	9.4	6.0	6.1	6.1	6.4	9.1	7.7	4.7	4.2	4.5	3.6	8.1	5.8	11.3	10.5	10.9
22. ข้าวมันไก่ ข้าวหมูแดง ข้าวหน้าเป็ด ข้าวขาหมู ข้าวผัด																											
จำนวนตัวอย่าง	475	478	953	487	499	986	464	476	940	504	482	986	482	488	970	482	487	969	433	431	864	460	459	919	429	452	881
0-<1ครั้ง/เดือน	20.2	29.1	24.7	33.3	33.4	33.4	20.4	19.1	19.8	30.0	32.6	31.3	24.8	17.9	21.6	30.3	29.9	30.1	17.4	20.9	19.1	24.8	26.4	25.6	16.9	15.9	16.4
1-3ครั้ง/เดือน	27.6	27.4	27.5	29.3	28.4	28.9	23.2	26.6	24.9	28.8	24.3	26.6	30.0	28.6	29.3	28.1	30.9	29.4	25.3	28.3	26.8	27.0	24.0	25.5	24.5	27.7	26.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	34.6	32.9	33.8	26.1	24.8	25.5	27.3	31.3	29.2	23.8	24.5	24.1	26.4	33.7	29.8	26.9	25.4	26.2	38.4	39.0	38.7	34.2	37.9	36.0	34.8	33.5	34.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	11.7	7.7	9.7	7.8	9.0	8.4	16.9	14.7	15.9	9.5	12.0	10.7	12.2	11.6	11.9	8.5	7.4	8.0	11.7	9.3	10.5	10.6	7.6	9.1	13.3	10.9	12.1
1->1 ครั้ง/วัน	5.9	3.0	4.4	3.6	4.4	3.9	12.1	8.2	10.3	8.0	6.6	7.3	6.7	8.2	7.4	6.2	6.5	6.3	7.2	2.4	4.8	3.4	4.1	3.7	10.5	12.0	11.2
23. ก้วยเตี่ยวผัด ผัดซีอิ้ว ก้วยเตี่ยวแห้ง																											
จำนวนตัวอย่าง	474	476	950	488	500	988	465	478	943	504	481	985	483	490	973	480	487	967	434	432	866	460	461	921	428	451	879
0-<1ครั้ง/เดือน	48.7	47.1	47.9	44.6	43.0	43.8	40.7	38.6	39.6	42.7	41.5	42.2	57.7	53.3	55.7	62.7	57.0	59.9	39.2	34.7	37.0	43.2	47.0	45.1	35.9	39.8	37.8
1-3ครั้ง/เดือน	24.1	27.1	25.6	29.0	25.8	27.4	26.3	27.2	26.7	29.8	26.9	28.4	21.0	22.6	21.7	19.6	25.7	22.6	30.2	27.1	28.7	26.6	22.2	24.4	28.7	25.3	27.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	21.0	19.9	20.5	20.5	24.1	22.2	19.1	21.1	20.1	18.6	21.9	20.2	15.1	12.4	13.8	11.5	8.4	10.0	23.1	29.5	26.2	24.8	22.4	23.6	23.2	24.3	23.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	3.8	4.5	4.2	4.5	4.3	4.4	7.6	8.5	8.0	4.5	6.1	5.3	4.0	5.6	4.7	3.1	4.0	3.5	4.7	6.0	5.4	4.4	4.9	4.6	6.9	3.9	5.4
1->1 ครั้ง/วัน	2.5	1.4	1.9	1.5	2.9	2.2	6.4	4.7	5.6	4.3	3.6	4.0	2.3	6.2	4.1	3.2	4.8	4.0	2.8	2.6	2.7	1.1	3.6	2.3	5.3	6.7	6.0

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
24. พืชฯ ลาซานญา สปากัดต์ แซมเบอร์เกอร์																											
จำนวนตัวอย่าง	475	478	953	487	498	985	465	479	944	502	482	984	483	488	971	480	489	969	434	432	866	460	461	921	428	451	879
0-<1ครั้ง/เดือน	80.5	81.7	81.1	89.6	88.9	89.2	79.1	77.4	78.3	83.8	84.8	84.3	81.1	79.1	80.2	88.1	90.8	89.5	72.9	77.0	74.9	85.1	84.6	84.9	71.9	72.4	72.2
1-3ครั้ง/เดือน	12.1	12.9	12.5	7.1	6.6	6.9	10.8	14.3	12.4	10.7	9.2	10.0	14.3	12.3	13.4	6.7	4.9	5.8	17.9	13.6	15.8	7.6	8.6	8.1	21.1	16.1	18.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	6.2	3.5	4.9	2.7	3.4	3.0	6.8	4.0	5.4	2.9	3.8	3.4	2.6	5.4	3.9	2.7	1.9	2.3	7.8	7.9	7.9	6.4	3.9	5.2	4.7	6.3	5.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	0.8	1.2	1.0	0.4	0.3	0.4	2.6	2.3	2.5	1.8	1.7	1.8	1.6	1.8	1.7	1.5	1.1	1.3	1.0	0.8	0.9	0.7	1.5	1.1	0.7	2.0	1.3
1->1 ครั้ง/วัน	0.4	0.7	0.5	0.2	0.9	0.5	0.7	2.0	1.3	0.8	0.5	0.7	0.4	1.4	0.9	1.0	1.3	1.2	0.5	0.6	0.6	0.2	1.4	0.8	1.7	3.3	2.5
25. น้ำอืดลม น้ำหวาน เครื่องดื่มชาสำเร็จรูป																											
จำนวนตัวอย่าง	474	478	952	487	500	987	463	478	941	499	483	982	481	485	966	482	488	970	434	432	866	460	460	920	430	449	879
0-<1ครั้ง/เดือน	27.2	32.4	29.8	27.2	28.4	27.8	19.8	20.2	20.0	16.4	21.3	18.8	21.0	19.5	20.3	21.5	20.0	20.8	25.4	24.9	25.1	22.0	20.1	21.1	20.0	19.7	19.9
1-3ครั้ง/เดือน	23.9	20.5	22.2	24.0	21.2	22.6	15.6	16.2	15.9	18.2	15.0	16.6	24.5	22.0	23.3	28.9	27.2	28.1	17.5	16.6	17.1	16.3	22.3	19.2	17.7	12.9	15.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	27.5	24.0	25.7	29.2	28.2	28.7	23.8	20.4	22.2	25.9	23.6	24.7	26.9	21.9	24.6	26.4	24.3	25.4	27.5	27.3	27.4	35.0	29.2	32.2	18.2	27.2	22.6
4-6ครั้ง/สัปดาห์	12.6	14.2	13.4	12.0	13.0	12.5	14.3	19.2	16.6	19.3	21.8	20.5	14.8	17.3	15.9	12.2	16.0	14.0	17.2	17.8	17.5	14.4	17.3	15.8	13.9	13.8	13.9
1->1 ครั้ง/วัน	8.9	8.9	8.9	7.7	9.2	8.4	26.5	24.0	25.3	20.3	18.4	19.4	12.9	19.4	15.9	11.0	12.5	11.8	12.3	13.4	12.9	12.4	11.1	11.7	30.2	26.3	28.3
26. น้ำผลไม้ น้ำผัก																											
จำนวนตัวอย่าง	475	477	952	487	499	986	462	478	940	504	483	987	482	486	968	482	488	970	434	430	864	457	461	918	429	449	878
0-<1ครั้ง/เดือน	39.5	39.2	39.3	40.2	38.4	39.3	44.6	37.1	41.0	47.2	41.5	44.4	31.9	37.6	34.5	49.7	41.6	45.8	38.8	33.4	36.1	45.6	38.4	42.1	40.9	39.5	40.2
1-3ครั้ง/เดือน	23.4	22.1	22.7	22.2	20.8	21.5	18.0	18.2	18.1	19.7	21.3	20.5	25.8	20.6	23.4	21.6	25.0	23.3	13.4	15.0	14.2	15.4	18.3	16.8	18.2	16.7	17.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	21.7	22.6	22.2	22.8	24.1	23.4	17.8	21.6	19.7	15.3	18.9	17.1	21.2	21.0	21.1	16.0	15.7	15.8	27.4	29.4	28.4	20.2	25.2	22.7	19.6	21.0	20.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	11.1	9.8	10.4	7.7	9.3	8.5	11.2	13.3	12.2	8.7	10.0	9.4	12.1	9.8	11.1	7.6	8.3	8.0	12.1	12.0	12.1	10.5	10.5	10.5	8.6	9.7	9.1
1->1 ครั้ง/วัน	4.5	6.3	5.4	7.1	7.4	7.3	8.4	9.8	9.1	9.1	8.3	8.7	9.1	10.9	9.9	5.1	9.3	7.2	8.4	10.2	9.2	8.3	7.7	8.0	12.7	13.2	12.9

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
27. กาแฟ ชา โกโก้																											
จำนวนตัวอย่าง	474	476	950	487	499	986	464	479	943	503	480	983	483	488	971	480	489	969	428	432	860	457	460	917	430	449	879
0-<1ครั้ง/เดือน	69.3	66.1	67.7	67.8	66.1	67.0	65.9	68.9	67.4	69.2	72.7	70.9	67.4	62.1	65.0	67.5	65.1	66.4	64.0	69.0	66.5	66.4	66.6	66.5	59.0	59.8	59.4
1-3ครั้ง/เดือน	11.1	9.4	10.2	9.4	10.2	9.8	11.0	9.4	10.2	9.5	10.8	10.1	15.0	13.2	14.2	13.6	10.8	12.2	9.7	8.2	9.0	10.7	10.3	10.5	11.7	10.5	11.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.1	13.7	12.4	12.2	12.1	12.1	13.1	10.4	11.8	10.5	6.8	8.7	8.4	14.2	11.1	10.4	11.9	11.2	15.6	16.0	15.8	13.5	14.0	13.7	15.0	15.9	15.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	5.3	5.0	5.2	7.2	6.3	6.7	3.2	6.0	4.5	5.4	4.9	5.2	5.1	5.0	5.0	6.0	6.1	6.0	5.9	4.4	5.2	4.6	3.6	4.1	7.1	5.2	6.1
1->1 ครั้ง/วัน	3.2	5.8	4.5	3.6	5.3	4.4	6.9	5.3	6.1	5.4	4.8	5.1	4.1	5.5	4.8	2.5	6.2	4.3	4.8	2.4	3.6	4.8	5.5	5.2	7.3	8.7	8.0
28. เครื่องดื่มเสริมอาหาร เช่น บิ๊อิง ไอเฟรม																											
จำนวนตัวอย่าง	475	476	951	486	498	984	464	476	940	501	482	983	483	486	969	480	486	966	430	430	860	460	459	919	427	451	878
0-<1ครั้ง/เดือน	94.7	92.5	93.6	90.9	94.3	92.6	91.7	91.5	91.6	91.3	90.3	90.9	86.8	88.4	87.5	89.6	92.1	90.8	88.7	92.0	90.3	93.9	95.0	94.4	86.7	93.5	90.0
1-3ครั้ง/เดือน	2.7	3.9	3.3	3.3	1.0	2.2	1.9	3.1	2.4	4.1	4.0	4.1	8.8	5.9	7.5	4.6	4.8	4.7	3.3	3.5	3.4	2.1	2.6	2.4	7.0	1.7	4.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	1.0	2.0	1.5	3.5	2.7	3.1	3.3	1.8	2.5	2.1	2.5	2.3	1.7	4.2	2.9	3.3	1.7	2.5	4.6	2.2	3.4	2.6	1.4	2.0	2.7	3.9	3.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	0.5	0.8	0.7	1.1	0.5	0.8	0.6	1.2	0.9	1.4	0.9	1.2	1.4	0.6	1.0	1.0	1.0	1.0	1.9	0.6	1.3	1.0	0.2	0.6	2.6	0.1	1.4
1->1 ครั้ง/วัน	1.1	0.7	0.9	1.3	1.5	1.4	2.5	2.4	2.5	1.0	2.3	1.7	1.3	0.9	1.1	1.6	0.4	1.0	1.4	1.7	1.5	0.4	0.9	0.6	1.1	0.8	0.9
29. ลูกเก๊ ขนมหั้วสดได้ ขนมหัก พาย																											
จำนวนตัวอย่าง	475	478	953	487	498	985	465	478	943	503	481	984	482	488	970	481	488	969	434	430	864	459	459	918	430	449	879
0-<1ครั้ง/เดือน	34.3	33.6	33.9	45.4	42.1	43.8	37.9	27.4	32.9	39.4	33.3	36.4	32.8	27.4	30.3	47.0	43.6	45.4	32.0	29.3	30.7	37.5	34.8	36.2	28.3	25.0	26.7
1-3ครั้ง/เดือน	29.9	27.8	28.9	27.5	25.9	26.7	21.6	27.9	24.6	25.0	28.2	26.6	29.9	30.5	30.2	27.5	25.8	26.7	23.8	26.4	25.1	21.9	25.2	23.5	26.0	27.6	26.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	23.8	25.0	24.4	17.2	21.5	19.4	23.2	24.5	23.8	23.3	23.0	23.2	22.4	22.1	22.2	17.9	16.3	17.1	28.9	28.5	28.7	27.0	26.5	26.8	27.8	27.4	27.6
4-6ครั้ง/สัปดาห์	7.7	10.2	9.0	6.7	6.9	6.8	10.9	13.5	12.2	7.6	8.5	8.0	8.0	10.0	8.9	3.3	7.7	5.5	10.5	10.3	10.4	9.3	9.6	9.5	9.6	10.0	9.8
1->1 ครั้ง/วัน	4.2	3.4	3.8	3.2	3.6	3.4	6.4	6.7	6.6	4.8	7.0	5.8	7.0	9.9	8.4	4.3	6.6	5.4	4.7	5.5	5.1	4.3	3.8	4.1	8.2	9.9	9.0

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
30. ไอศกรีม																											
จำนวนตัวอย่าง	475	477	952	488	500	988	464	478	942	503	482	985	483	490	973	481	488	969	432	432	864	458	461	919	429	451	880
0-<1ครั้ง/เดือน	13.8	14.1	14.0	14.2	15.3	14.7	13.3	11.6	12.5	11.0	11.1	11.0	13.5	12.5	13.0	16.7	14.9	15.8	11.6	10.7	11.2	14.8	11.0	12.9	9.3	7.3	8.3
1-3ครั้ง/เดือน	22.3	21.0	21.7	21.3	22.5	21.9	19.8	15.0	17.5	21.6	21.5	21.6	23.1	22.2	22.7	28.4	28.2	28.3	16.2	14.8	15.5	18.1	16.9	17.5	20.0	18.4	19.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	34.5	34.2	34.4	36.5	32.4	34.5	27.7	28.2	27.9	30.6	32.0	31.3	35.4	30.7	33.2	30.7	28.0	29.3	38.7	36.1	37.4	36.2	35.8	36.0	28.5	32.4	30.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	19.9	21.5	20.7	16.4	18.9	17.7	22.1	26.3	24.1	19.7	20.6	20.1	18.4	17.7	18.0	13.8	16.5	15.1	19.2	21.8	20.5	18.9	17.7	18.3	20.1	17.4	18.7
1->1 ครั้ง/วัน	9.4	9.3	9.4	11.6	10.8	11.2	17.2	19.1	18.1	17.2	14.8	16.0	9.7	16.9	13.1	10.4	12.5	11.4	14.3	16.5	15.4	12.0	18.6	15.3	22.2	24.6	23.3
31. ปลาหมึกเส้น ปลาเส้น																											
จำนวนตัวอย่าง	474	478	952	487	500	987	465	476	941	503	482	985	484	490	974	481	488	969	433	432	865	458	458	916	429	451	880
0-<1ครั้ง/เดือน	36.5	36.5	36.5	34.3	31.7	33.0	47.3	40.1	43.8	43.6	39.9	41.8	36.9	34.8	35.9	40.7	43.3	42.0	39.9	43.1	41.5	41.9	39.0	40.5	45.0	38.8	42.0
1-3ครั้ง/เดือน	28.4	22.8	25.6	31.9	27.9	29.9	20.0	21.4	20.7	23.9	25.9	24.9	33.8	25.7	30.1	32.6	32.6	32.6	24.7	18.9	21.8	23.6	19.3	21.5	23.3	25.1	24.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	22.0	27.4	24.8	22.5	26.2	24.3	17.0	20.1	18.5	20.5	18.3	19.4	18.9	21.6	20.2	18.2	15.6	16.9	21.5	28.8	25.1	23.9	28.7	26.2	17.3	24.3	20.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.6	10.1	9.9	7.6	10.3	8.9	11.7	9.3	10.6	7.7	9.5	8.6	6.4	10.3	8.2	5.7	4.5	5.1	9.1	6.6	7.8	8.5	9.4	8.9	7.5	5.6	6.6
1->1 ครั้ง/วัน	3.5	3.1	3.3	3.8	4.0	3.9	4.0	9.2	6.5	4.4	6.4	5.4	4.0	7.5	5.7	2.9	4.1	3.5	4.9	2.7	3.8	2.1	3.6	2.9	6.9	6.2	6.6
32. ถั่วอบกรอบ ถั่วต้ม ถั่วคั่ว																											
จำนวนตัวอย่าง	475	478	953	488	500	988	465	477	942	502	481	983	484	490	974	480	486	966	432	431	863	458	459	917	429	452	881
0-<1ครั้ง/เดือน	50.2	55.2	52.7	47.0	48.6	47.8	58.0	50.6	54.4	48.1	47.0	47.6	45.8	41.5	43.8	43.7	41.7	42.7	39.9	44.9	42.3	39.8	41.5	40.7	52.3	51.0	51.7
1-3ครั้ง/เดือน	26.4	22.0	24.2	28.0	23.5	25.8	15.9	22.1	18.8	26.5	26.8	26.6	27.1	33.9	30.3	30.7	34.2	32.4	25.4	18.1	21.8	23.6	26.2	24.9	17.7	20.6	19.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	15.6	16.6	16.1	19.2	18.5	18.8	17.0	17.6	17.3	15.3	15.0	15.1	19.8	15.9	18.0	17.6	12.7	15.2	24.4	26.5	25.5	27.2	23.3	25.2	18.4	19.2	18.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	5.8	4.8	5.3	5.0	6.8	5.9	6.9	4.5	5.8	6.8	6.8	6.8	4.2	4.3	4.2	3.8	7.3	5.5	6.4	7.8	7.1	7.5	6.7	7.1	7.5	5.2	6.4
1->1 ครั้ง/วัน	2.0	1.4	1.7	0.9	2.7	1.7	2.3	5.2	3.7	3.4	4.5	3.9	3.1	4.5	3.7	4.2	4.3	4.2	4.0	2.7	3.4	1.9	2.4	2.1	4.0	3.9	4.0

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
33. ขนหมกรูบกรอบ เช่น มันฝรั่งแผ่นทอด ข้าวเกรียบกุ้ง																											
จำนวนตัวอย่าง	474	478	952	488	500	988	464	478	942	504	482	986	481	487	968	481	486	967	433	430	863	460	461	921	428	452	880
0-<1ครั้ง/เดือน	15.3	14.6	15.0	11.1	11.7	11.4	16.3	19.6	17.9	15.8	11.4	13.6	20.5	10.8	16.0	16.0	18.1	17.1	16.1	18.4	17.2	15.1	16.0	15.6	12.7	12.3	12.5
1-3ครั้ง/เดือน	16.2	14.5	15.4	14.4	13.7	14.1	14.6	15.6	15.1	15.1	15.2	15.1	18.3	17.9	18.1	16.3	14.2	15.3	14.8	12.1	13.5	13.1	13.4	13.2	17.4	12.0	14.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	20.6	24.8	22.7	24.8	22.5	23.7	24.5	18.8	21.8	20.2	21.9	21.0	21.1	26.7	23.7	19.2	21.9	20.5	32.4	26.2	29.3	24.8	27.1	25.9	25.0	24.0	24.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	22.5	24.4	23.4	24.6	22.8	23.7	18.1	19.6	18.8	20.0	21.5	20.7	17.7	17.0	17.4	17.6	17.6	17.6	16.4	20.2	18.2	21.5	15.1	18.3	12.9	16.5	14.7
1->1 ครั้ง/วัน	25.4	21.7	23.6	25.1	29.3	27.2	26.5	26.4	26.4	28.9	30.1	29.5	22.5	27.7	24.9	30.9	28.1	29.5	20.4	23.1	21.8	25.5	28.5	27.0	32.0	35.1	33.5
34. ลูกอม ช็อกโกแลต																											
จำนวนตัวอย่าง	475	478	953	486	500	986	465	478	943	503	482	985	482	490	972	481	489	970	433	432	865	460	460	920	430	452	882
0-<1ครั้ง/เดือน	36.5	34.7	35.6	26.1	27.8	26.9	28.5	24.7	26.7	27.4	23.3	25.4	25.0	20.3	22.8	16.2	14.3	15.3	25.2	23.8	24.5	19.9	18.9	19.4	26.4	21.1	23.8
1-3ครั้ง/เดือน	17.9	15.4	16.6	15.2	11.5	13.4	16.7	16.7	16.7	14.1	18.0	16.0	21.0	22.2	21.6	20.5	18.7	19.6	14.3	15.5	14.9	18.6	13.4	16.0	16.0	14.7	15.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	20.6	21.8	21.2	26.6	27.9	27.2	21.2	18.8	20.0	23.1	21.5	22.3	23.6	22.4	23.0	28.0	28.6	28.3	31.9	30.4	31.1	32.8	30.0	31.4	24.5	20.0	22.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	14.8	18.1	16.4	16.1	16.4	16.2	14.0	17.8	15.8	16.4	18.9	17.6	15.4	15.5	15.4	15.0	18.5	16.7	13.5	14.5	14.0	11.5	14.8	13.1	9.9	17.5	13.6
1->1 ครั้ง/วัน	10.2	10.1	10.2	16.0	16.5	16.3	19.6	22.0	20.7	19.1	18.4	18.8	15.1	19.6	17.2	20.3	20.0	20.1	15.1	15.8	15.4	17.3	22.9	20.0	23.1	26.8	24.9
35. ขนมหวานไมได้กะทิ																											
จำนวนตัวอย่าง	475	477	952	487	500	987	465	479	944	504	482	986	484	490	974	482	488	970	432	432	864	459	460	919	430	451	881
0-<1ครั้ง/เดือน	55.7	54.2	54.9	40.1	45.1	42.6	51.6	46.4	49.1	47.3	47.3	47.3	51.2	48.8	50.1	45.5	44.0	44.8	42.8	44.8	43.8	42.6	41.8	42.2	48.7	46.5	47.7
1-3ครั้ง/เดือน	25.7	23.5	24.6	30.2	28.8	29.5	20.4	23.6	22.0	24.9	22.3	23.6	23.2	28.7	25.7	32.2	30.6	31.4	26.3	22.3	24.3	24.8	21.3	23.1	24.7	23.1	23.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	14.2	16.4	15.3	23.8	18.6	21.3	17.7	17.6	17.7	17.7	21.5	19.5	15.7	12.5	14.2	14.4	16.2	15.2	22.4	25.0	23.7	23.3	28.4	25.8	18.4	15.8	17.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	2.6	4.5	3.6	4.4	4.0	4.2	7.2	7.6	7.4	4.8	3.7	4.3	5.7	6.3	6.0	3.8	5.2	4.5	5.4	5.2	5.3	6.7	7.2	6.9	3.4	6.8	5.1
1->1 ครั้ง/วัน	1.8	1.4	1.6	1.5	3.5	2.5	3.0	4.8	3.9	5.4	5.2	5.3	4.2	3.8	4.0	4.2	4.1	4.2	3.2	2.7	3.0	2.7	1.3	2.0	4.9	7.8	6.3

ความถี่บริโภค	เนื้อ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
36. ขนมหวานใส่กะทิ																											
จำนวนตัวอย่าง	473	476	949	487	500	987	465	479	944	504	481	985	481	490	971	478	488	966	434	432	866	459	461	920	430	452	882
0-<1ครั้ง/เดือน	50.9	57.6	54.2	34.5	40.7	37.5	51.2	44.4	48.0	46.1	45.4	45.7	40.2	38.7	39.5	31.0	32.0	31.5	42.2	43.3	42.8	38.4	38.4	38.4	50.0	46.2	48.2
1-3ครั้ง/เดือน	25.8	21.4	23.6	37.3	30.0	33.7	21.6	24.6	23.0	25.3	27.3	26.2	28.8	34.3	31.3	39.4	37.3	38.3	26.5	25.0	25.8	24.3	21.1	22.7	26.0	24.2	25.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	16.5	14.3	15.4	24.1	22.7	23.4	16.4	19.7	18.0	20.6	17.3	19.0	16.7	19.2	17.9	21.5	20.6	21.1	23.3	25.2	24.2	28.3	29.8	29.0	14.2	18.5	16.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.1	5.8	5.0	3.3	4.5	3.9	7.0	6.1	6.6	5.2	5.3	5.2	9.1	4.7	7.0	4.3	5.3	4.8	5.4	4.5	5.0	7.1	8.5	7.8	5.1	3.9	4.5
1->1 ครั้ง/วัน	2.7	1.0	1.8	0.9	2.1	1.5	3.7	5.2	4.4	2.9	4.7	3.8	5.2	3.2	4.2	3.8	4.9	4.3	2.6	1.9	2.3	1.9	2.1	2.0	4.6	7.2	5.9
37. ผลไม้กระป๋อง																											
จำนวนตัวอย่าง	474	477	951	486	498	984	465	478	943	504	483	987	481	488	969	480	489	969	433	432	865	460	460	920	430	452	882
0-<1ครั้ง/เดือน	83.9	83.8	83.8	85.8	84.4	85.1	65.2	65.8	65.5	68.6	68.4	68.5	78.2	74.2	76.4	85.5	85.2	85.4	75.1	69.5	72.3	74.2	73.9	74.1	58.2	64.0	61.0
1-3ครั้ง/เดือน	11.8	11.9	11.8	9.2	8.7	9.0	18.6	18.5	18.5	17.8	16.5	17.2	17.8	16.6	17.3	7.4	8.7	8.0	16.0	18.3	17.1	17.4	15.2	16.3	27.3	19.3	23.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	2.6	2.5	2.6	3.7	4.8	4.2	10.5	10.3	10.4	8.8	9.5	9.2	2.3	4.9	3.5	4.4	2.5	3.5	6.8	9.2	8.0	5.7	8.3	7.0	11.0	9.2	10.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	0.9	1.3	1.1	0.6	0.8	0.7	4.0	3.4	3.7	3.1	4.5	3.8	1.3	3.5	2.3	1.8	2.0	1.9	2.2	2.1	2.1	0.9	2.0	1.4	1.9	4.1	3.0
1->1 ครั้ง/วัน	0.8	0.5	0.7	0.7	1.4	1.0	1.8	2.1	2.0	1.7	1.1	1.4	0.3	0.8	0.5	0.9	1.6	1.2	0.0	0.9	0.4	1.8	0.6	1.2	1.7	3.4	2.5

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
38. ผลไม้แห้ง เช่น ลูกเกด ลูกพรุน ลูกท้อ พุทรา มะม่วง																											
จำนวนตัวอย่าง	474	478	952	487	499	986	465	479	944	504	482	986	484	490	974	482	489	971	434	431	865	460	461	921	429	452	881
0-<1ครั้ง/เดือน	73.0	73.2	73.1	76.1	70.1	73.2	60.4	64.7	62.5	65.7	62.9	64.3	55.7	55.8	55.7	67.9	61.5	64.7	67.0	63.4	65.3	65.1	62.2	63.7	63.0	55.1	59.1
1-3ครั้ง/เดือน	17.2	14.9	16.0	13.4	13.2	13.3	19.3	13.8	16.7	19.2	19.2	19.2	25.4	23.2	24.4	17.4	18.1	17.7	15.8	18.2	17.0	15.8	16.1	15.9	20.9	21.8	21.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	5.8	7.8	6.8	7.3	10.5	8.9	11.6	12.1	11.8	8.2	12.0	10.0	10.2	9.1	9.7	8.3	9.6	8.9	11.8	12.1	12.0	11.3	16.7	13.9	9.8	12.7	11.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1.8	2.7	2.3	1.9	3.5	2.7	4.7	6.4	5.5	4.0	3.3	3.7	5.4	7.8	6.5	3.6	5.2	4.4	4.9	3.9	4.4	4.7	2.8	3.8	3.8	4.8	4.3
1->1 ครั้ง/วัน	2.1	1.4	1.7	1.4	2.7	2.0	4.0	3.0	3.5	3.0	2.6	2.8	3.3	4.1	3.7	2.9	5.7	4.2	0.4	2.4	1.4	3.2	2.2	2.7	2.5	5.7	4.1
39. หน่อไม้ทุกประเภท																											
จำนวนตัวอย่าง	475	478	953	487	499	986	465	478	943	504	482	986	484	488	972	482	489	971	434	432	866	460	461	921	430	452	882
0-<1ครั้ง/เดือน	62.4	61.9	62.1	37.5	36.5	37.0	72.5	68.3	70.5	67.8	62.9	65.4	56.7	55.5	56.2	42.7	38.9	40.9	77.7	78.3	78.0	74.4	73.9	74.2	75.9	81.7	78.7
1-3ครั้ง/เดือน	20.5	18.6	19.5	31.5	26.5	29.0	12.9	13.3	13.1	18.8	18.2	18.5	25.6	19.3	22.7	30.8	30.1	30.5	13.3	13.3	13.3	14.9	11.8	13.4	11.2	7.1	9.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.3	13.8	12.5	21.2	24.9	23.0	7.6	9.1	8.3	8.8	12.6	10.7	9.3	14.6	11.8	18.0	17.3	17.6	6.2	7.1	6.6	8.9	10.6	9.7	6.2	7.1	6.6
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.4	3.6	4.0	6.8	8.3	7.5	5.2	5.0	5.1	3.1	4.8	3.9	4.8	6.0	5.4	4.5	8.4	6.4	1.5	0.8	1.2	1.8	3.1	2.4	4.2	1.6	3.0
1->1 ครั้ง/วัน	1.5	2.1	1.8	3.1	3.8	3.5	1.8	4.3	3.0	1.5	1.5	1.5	3.5	4.5	4.0	4.0	5.3	4.6	1.2	0.5	0.9	0.1	0.5	0.3	2.6	2.5	2.6

4.2 ความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทต่างๆของประชากรกลุ่มอายุ 15 ปีขึ้นไป

พิจารณาพฤติกรรมความถี่การบริโภคอาหารของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป แบ่งตามกลุ่มอายุเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มวัยแรงงานอายุ 15-59 ปี และผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป พบว่าความถี่ในการกินอาหารประเภทต่างๆ มีความแตกต่างระหว่างกลุ่มอายุ และระหว่างผู้ที่อาศัยในเขตเทศบาลและนอกเขตเล็กน้อย ส่วนใหญ่มีความคล้ายคลึงกันระหว่างเพศ และภาคที่อยู่อาศัย มีเพียงอาหารบางกลุ่มที่มีความแตกต่าง ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

เนื้อไม่ติดมัน ไม่ติดหนัง พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินเกือบทุกวันร้อยละ 19.1 และกินทุกวัน ร้อยละ 14.8 **ส่วนประเภทเนื้อติดมัน ติดหนัง** กินเกือบทุกวันร้อยละ 12.3 และกินทุกวัน ร้อยละ 8.1

เนื้อที่ผ่านกระบวนการผลิต เช่น ไส้กรอก เบคอน แฮม พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินเกือบทุกวันร้อยละ 4.1 และกินทุกวัน ร้อยละ 2.5 **แต่กินกลุ่ม หมูหยอง ปลาเค็ม ปลาแดดเดียว** บ่อยกว่า คือ กินเกือบทุกวันร้อยละ 8.0 และกินทุกวัน ร้อยละ 4.4

ปลาชนิดต่างๆ พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินเกือบทุกวันร้อยละ 28.6 และกินทุกวัน ร้อยละ 19 ส่วนอาหาร กุ้ง หอย ปู ปลาหมึก กินเกือบทุกวันร้อยละ 8.5 และกินทุกวันร้อยละ 4.0

ไข่ พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินเกือบทุกวันร้อยละ 26.7 และกินทุกวันร้อยละ 18.3

ข้าวขาวข้าวขัดสี พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินเกือบทุกวันร้อยละ 5.6 และกินทุกวัน ร้อยละ 73.9 ส่วนข้าวกล้อง มีร้อยละ 7.2 ที่กินทุกวัน สำหรับข้าวเหนียว กินเกือบทุกวันร้อยละ 5.9 และกินทุกวัน ร้อยละ 35.1 นอกจากนี้ร้อยละ 6.2 บอกว่ากินกล้วยเดี๋ยวนทุกวัน

อาหารทอด เช่น หมู/ไก่ ทอด ทอดมัน พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินเกือบทุกวันร้อยละ 14.5 และกินทุกวันร้อยละ 7.7

ปลาร้า ปลาเจ่า พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ร้อยละ 12.0 บอกว่ากินเกือบทุกวัน และร้อยละ 22.4 บอกว่ากินทุกวัน ส่วนอาหารประเภทน้ำพริก ร้อยละ 22.9 บอกว่ากินเกือบทุกวัน และร้อยละ 23.7 บอกว่ากินทุกวัน

น้ำเต้าหู้/นมถั่วเหลือง พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป กินเกือบทุกวันร้อยละ 9.9 และกินทุกวัน ร้อยละ 9.4

น้ำอัดลมและน้ำหวาน พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ดื่มเกือบทุกวันร้อยละ 8.3 และดื่มทุกวัน ร้อยละ 7.9 และเครื่องดื่มชูกำลัง พบว่าร้อยละ 4.8 ดื่มเกือบทุกวัน และร้อยละ 5.7 บอกว่าดื่มทุกวัน ส่วนเครื่องดื่มสำหรับนักกีฬา พบว่าดื่มทุกวัน ร้อยละ 2.7 สำหรับการดื่มชา และกาแฟ มีร้อยละ 6.5 ดื่มเกือบทุกวันและ ร้อยละ 30.8 ที่ดื่มทุกวัน

ผู้ชาย/ผู้หญิง

อาหารที่ผู้ชายมีการบริโภคบ่อยกว่าผู้หญิงคือ กลุ่มเครื่องดื่มชูกำลัง เครื่องดื่มสำหรับนักกีฬา และชากาแฟ เป็นต้น

อาหารที่ผู้หญิงมีการบริโภคบ่อยกว่าผู้ชายคือ ผลิตภัณฑ์นมต่างๆ น้ำเต้าหู้/นมถั่วเหลือง และน้ำผัก/น้ำผลไม้ เป็นต้น

กลุ่มอายุ

โดยพบว่ากลุ่มอายุ 15-59 ปีมีการกินอาหารเกือบทุกประเภทบ่อยกว่าผู้สูงอายุอายุ 60 ปีขึ้นไป ได้แก่ เนื้อสัตว์ กล้วยเดี๋ยวน มะพร้าว

สำเร็จรูป อาหารทอด อาหารจานด่วน ผลไม้รสไม่หวาน น้ำอัดลม น้ำหวาน เครื่องดื่มชูกำลัง และ ชากาแฟ เป็นต้น

อาหารที่กลุ่มวัยแรงงานและผู้สูงอายุกินบ่อยใกล้เคียงกัน คือ ข้าวขาว/ข้าวขัดสี ข้าวเหนียว ข้าวกล้องข้าวซ้อมมือ ขนมนึ่ง และผลไม้รสหวาน เป็นต้น

สำหรับอาหารที่ผู้สูงอายุกินบ่อยกว่ากลุ่มวัยแรงงานคือ อาหารประเภทปลาชนิดต่างๆ ปลาร้า ปลาเจ่า น้าบูดู และน้ำพริก เป็นต้น

อาศัยในเขต/นอกเขตเทศบาล

อาหารที่ผู้ที่อาศัยในเขตเทศบาลกินบ่อยมากกว่าผู้ที่อาศัยนอกเขตฯ ได้แก่อาหารเนื้อทุกประเภท อาหารทะเล ดับเลียด ถั่วและผลิตภัณฑ์ ข้าวขาว ข้าวซ้อมมือ ขนมนึ่ง อาหารจานด่วน นมสด โยเกิร์ต นมพว่องมันเนย น้ำเต้าหู้ น้ำอัดลม และ ชากาแฟ เป็นต้น

อาหารที่ผู้ที่อาศัยในเขตเทศบาลและนอกเขตฯ กินบ่อยใกล้เคียงกัน ได้แก่ ปลาชนิดต่างๆ เนื้อสัตว์ที่ผ่านกระบวนการ เช่น หมูหยอง ปลาเค็ม เนื้อแดดเดียว ไข่ หมูทอด ไก่ทอด แกงกระทิ แกงเผ็ด ขนมจีน ผลไม้ทุกประเภท นมหวาน เครื่องดื่มชูกำลัง ขนมกรุบกรอบ และขนมหวาน เป็นต้น

อาหารที่ผู้ที่อาศัยนอกเขตเทศบาลกินบ่อยกว่าผู้ที่อยู่ในเขตเทศบาล ได้แก่ ข้าวเหนียว บะหมี่สำเร็จรูป ปลาร้าปลาเจ้า น้ำบูดู ถั่วเน่า น้ำพริก และหน่อไม้

จำแนกตามภูมิภาคและกทม. กลุ่มผู้ใหญ่

ผู้ที่อาศัยในกทม.และภาคกลาง กินอาหารประเภทเนื้อสัตว์บ่อยมากกว่าภาคอื่นๆ รวมทั้งอาหารทะเล ขนมปัง อาหารทอด และน้ำอัดลม

นอกจากนี้พบว่าผู้ที่อาศัยในภาคกลาง ดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง บ่อยมากกว่าภาคอื่นๆ

ผู้ที่อาศัยในภาคเหนือ มีความถี่ในการกินอาหารประเภทปลาน้ำจืด และน้ำทะเลไม่บ่อยเท่าภาคอื่นๆ แต่กินข้าวเหนียวบ่อยรองจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ผู้ที่อาศัยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีอาหารที่กินบ่อยกว่าภาคอื่นๆ ได้แก่ ข้าวเหนียว ปลาร้า ปลาเจ้า น้ำบูดู ถั่วเน่า อาหารกลุ่มน้ำพริกต่างๆ และหน่อไม้

ผู้ที่อาศัยในภาคใต้ กินอาหารพวก กุ้ง หอย ปู ปลาหมึก บ่อยใกล้เคียงกับผู้ที่ย้าย กทม. และกทม. และบ่อยกว่าผู้ที่อาศัยภาคอื่นๆ
ดูรายละเอียดในตารางที่ 4.2.1-4.2.2

ตารางที่ 4.2.1 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ในการบริโภคอาหารจำแนกตามประเภทอาหาร ความถี่บริโภค เพศ อายุ และในเขต/นอกเขตเทศบาล ปี พ.ศ.2551-2

ความถี่บริโภค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
1. เนื้อวัว/เนื้อหมูไม่ติดมัน/เนื้อไก่เนื้อเป็ดไม่ติดหนัง															
จำนวนตัวอย่าง	9,712	10,695	20,407	5,219	5,996	11,215	4,493	4,699	9,192	5,109	5,945	11,054	4,603	4,750	9,353
0-<1ครั้ง/เดือน	9.6	13.1	11.4	8.8	12.1	10.5	15.0	18.5	17.0	11.1	14.9	13.1	9.0	12.3	10.7
1-3ครั้ง/เดือน	17.5	17.0	17.2	17.2	16.1	16.7	19.2	21.5	20.5	14.8	16.1	15.5	18.7	17.4	18.0
1-3ครั้ง/สัปดาห์	37.8	37.1	37.5	37.9	37.4	37.7	37.6	35.3	36.3	32.8	31.7	32.2	40.0	39.5	39.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	20.1	18.2	19.1	20.6	18.9	19.7	17.0	14.4	15.6	20.6	17.9	19.2	19.9	18.3	19.1
1->1 ครั้ง/วัน	14.9	14.7	14.8	15.5	15.5	15.5	11.1	10.3	10.7	20.7	19.3	20.0	12.4	12.5	12.5
2. เนื้อวัว/หมูติดมัน ไก่/เป็ดติดหนัง เช่น หมูสามชั้น															
จำนวนตัวอย่าง	9,716	10,694	20,410	5,220	5,993	11,213	4,496	4,701	9,197	5,115	5,944	11,059	4,601	4,750	9,351
0-<1ครั้ง/เดือน	20.8	34.7	27.9	19.4	33.1	26.3	29.8	42.9	37.0	24.8	41.3	33.4	19.1	31.7	25.5
1-3ครั้ง/เดือน	21.4	21.4	21.4	21.2	21.4	21.3	22.9	21.6	22.2	18.7	19.4	19.1	22.6	22.3	22.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	33.9	26.9	30.3	34.7	27.3	31.0	28.7	24.9	26.6	30.6	21.3	25.8	35.3	29.4	32.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	14.5	10.3	12.3	14.9	11.0	12.9	11.5	6.5	8.7	13.6	9.8	11.6	14.8	10.5	12.6
1->1 ครั้ง/วัน	9.4	6.8	8.1	9.8	7.2	8.5	7.1	4.2	5.5	12.3	8.2	10.1	8.2	6.1	7.1
3. ผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์ที่ผ่านกระบวนการกลุ่มที่ 1 เช่น ไส้กรอก ไส้กรอกอีสาน เบคอน แฮม กุนเชียง หมูยอ แหนม															
จำนวนตัวอย่าง	9,717	10,699	20,416	5,224	5,998	11,222	4,493	4,701	9,194	5,114	5,949	11,063	4,603	4,750	9,353
0-<1ครั้ง/เดือน	43.6	49.7	46.7	40.9	46.7	43.8	61.5	65.5	63.7	46.2	50.3	48.3	42.6	49.4	46.0
1-3ครั้ง/เดือน	28.8	27.3	28.0	29.6	28.0	28.8	23.2	23.5	23.4	27.2	26.8	27.0	29.5	27.5	28.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	20.0	17.4	18.7	21.1	18.9	20.0	13.2	9.1	11.0	18.3	16.2	17.2	20.8	17.9	19.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.5	3.8	4.1	5.0	4.2	4.6	1.3	1.5	1.4	5.0	3.8	4.4	4.3	3.7	4.0
1->1 ครั้ง/วัน	3.0	2.0	2.5	3.4	2.3	2.8	0.7	0.3	0.5	3.4	2.9	3.2	2.9	1.5	2.2

ความถี่บริโภค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
4.ผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์ที่ผ่านกระบวนการกลุ่มที่ 2 เช่น หมูหยอง ปลาเค็ม เนื้อ/หมู/ปลาเค็ดเคี้ยว															
จำนวนตัวอย่าง	9,719	10,690	20,409	5,223	5,993	11,216	4,496	4,697	9,193	5,116	5,945	11,061	4,603	4,744	9,347
0-<1ครั้ง/เดือน	28.9	31.6	30.3	28	31.1	29.6	34.6	33.9	34.2	29.7	32.4	31.1	28.5	31.2	29.9
1-3ครั้ง/เดือน	31.3	28.4	29.8	32	28.8	30.4	26.6	26.5	26.5	31.3	30	30.6	31.3	27.7	29.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	27.3	27.7	27.5	27.4	27.9	27.7	26.4	27	26.8	25.9	25.6	25.7	27.9	28.7	28.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	8.1	7.9	8	8	7.8	7.9	8.8	8.3	8.5	8.4	7.6	8.0	8	8	8
1->1 ครั้ง/วัน	4.4	4.4	4.4	4.6	4.5	4.5	3.6	4.3	4	4.7	4.5	4.6	4.3	4.4	4.4
5.ปลาชนิดต่างๆ เช่น ปลาน้ำจืด ปลาทะเล															
จำนวนตัวอย่าง	9,711	10,687	20,398	5,221	5,994	11,215	4,490	4,693	9,183	5,111	5,942	11,053	4,600	4,745	9,345
0-<1ครั้ง/เดือน	5	6.8	5.9	4.9	7	6	5.4	5.7	5.5	6.2	7.5	6.9	4.5	6.4	5.5
1-3ครั้ง/เดือน	12.5	12	12.3	12.9	12.5	12.7	9.7	9.7	9.7	13.8	13.3	13.5	11.9	11.5	11.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	34.4	34	34.2	35.1	34.7	34.9	30.2	30.4	30.3	34.2	33.5	33.8	34.5	34.3	34.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	29.6	27.7	28.6	29.4	27.5	28.4	31	28.7	29.7	28.6	27.6	28.0	30.1	27.7	28.9
1->1 ครั้ง/วัน	18.5	19.5	19	17.7	18.4	18.1	23.7	25.6	24.7	17.2	18.2	17.7	19	20.2	19.6
6. กุ้ง หอย ปู ปลาหมึก															
จำนวนตัวอย่าง	9,703	10,685	20,388	5,218	5,991	11,209	4,485	4,694	9,179	5,106	5,945	11,051	4,597	4,740	9,337
0-<1ครั้ง/เดือน	30.5	36.9	33.8	28	33.4	30.7	46.7	55.4	51.5	24.5	31.3	28.1	33.1	39.4	36.3
1-3ครั้ง/เดือน	29.4	27.4	28.4	29.7	28.1	28.9	27.6	23.6	25.4	29.5	25.7	27.5	29.4	28.2	28.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	26.5	24.5	25.4	27.6	26	26.8	19.1	16.2	17.5	30	26.7	28.2	25	23.5	24.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.3	7.7	8.5	9.9	8.4	9.2	5	3.7	4.3	10.8	10.9	10.9	8.6	6.2	7.4
1->1 ครั้ง/วัน	4.3	3.6	4	4.7	4.1	4.4	1.6	1.2	1.4	5.2	5.4	5.3	3.9	2.8	3.4

ความถี่โรค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
7. ตับ เลือดหมู/เป็ด/ไก่															
จำนวนตัวอย่าง	9,706	10,676	20,382	5,217	5,985	11,202	4,489	4,691	9,180	5,111	5,940	11,051	4,595	4,736	9,331
0-<1ครั้ง/เดือน	33.2	40.4	36.9	30.9	37.1	34	48	58.4	53.7	34.6	42.4	38.7	32.6	39.6	36.2
1-3ครั้ง/เดือน	29.8	26.4	28.1	30.1	26.9	28.5	27.7	23.8	25.5	27.1	26	26.6	31	26.6	28.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	27	23.8	25.3	28.3	25.5	26.9	18.6	14.4	16.3	26.2	20.9	23.4	27.3	25.1	26.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	6.6	6.3	6.4	6.9	7	7	4.4	2.6	3.4	8.1	6.5	7.3	5.9	6.2	6.1
1->1 ครั้ง/วัน	3.4	3.1	3.3	3.7	3.5	3.6	1.3	0.8	1	4	4.3	4.1	3.2	2.6	2.9
8. ไช้ทั้งฟอง หรือ เฉพาะไข่แดง															
จำนวนตัวอย่าง	9,704	10,662	20,366	5,218	5,978	11,196	4,486	4,684	9,170	5,111	5,927	11,038	4,593	4,735	9,328
0-<1ครั้ง/เดือน	7.1	7.2	7.1	6.6	6	6.3	10.6	13.7	12.3	5.3	7.4	6.4	7.9	7.1	7.5
1-3ครั้ง/เดือน	12.1	13.4	12.8	11.5	12.8	12.1	15.8	16.8	16.3	11.9	12.2	12.1	12.2	13.9	13.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	35.6	34.6	35.1	35.2	33.8	34.5	38.1	39.2	38.7	34.7	36.7	35.8	36	33.7	34.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	27.6	25.8	26.7	28.5	27.2	27.8	21.9	18.4	20	26.9	25.1	25.9	27.9	26.1	27
1->1 ครั้ง/วัน	17.6	19	18.3	18.2	20.4	19.3	13.7	11.9	12.7	21.2	18.7	19.9	16.1	19.2	17.7
9. ถั่วและผลิตภัณฑ์ (ไม่รวมเครื่องดื่ม) เช่น ถั่วเขียว ถั่วเหลือง ถั่วลิสง เต้าหู้ โปรตีนเกษตร															
จำนวนตัวอย่าง	9,715	10,682	20,397	5,226	5,988	11,214	4,489	4,694	9,183	5,114	5,938	11,052	4,601	4,744	9,345
0-<1ครั้ง/เดือน	38	36.7	37.3	37.1	35.3	36.2	43.8	44	43.9	29.5	30.6	30	41.6	39.4	40.5
1-3ครั้ง/เดือน	27.4	24	25.6	27.5	23.9	25.7	26.1	24.6	25.3	27	23.1	24.9	27.5	24.4	25.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	22.2	24.8	23.5	22.6	25.3	24	19.3	22.5	21.1	27	27.8	27.4	20.1	23.5	21.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	7.4	9.2	8.3	7.5	9.8	8.6	6.9	6.1	6.5	9.2	11.3	10.3	6.7	8.2	7.5
1->1 ครั้ง/วัน	5.1	5.4	5.2	5.3	5.8	5.6	4	2.8	3.4	7.4	7.3	7.4	4.1	4.5	4.3

ความถี่บริโภค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
10. ข้าวขาว / ข้าวขัดสี															
จำนวนตัวอย่าง	9,699	10,678	20,377	5,214	5,986	11,200	4,485	4,692	9,177	5,104	5,939	11,039	4,595	4,734	9,338
0-<1 ครั้ง/เดือน	6.8	5.7	6.3	6.8	5.6	6.2	6.9	6.5	6.7	3.8	4.5	4.1	8.1	6.3	7.2
1-3 ครั้ง/เดือน	6.9	5.7	6.3	7	5.8	6.4	6.4	5.1	5.7	3.7	3	3.3	8.3	6.9	7.6
1-3 ครั้ง/สัปดาห์	7.7	8.1	7.9	7.6	8.2	7.9	8.5	8	8.2	5	4.5	4.8	8.9	9.8	9.3
4-6 ครั้ง/สัปดาห์	5.6	5.6	5.6	5.6	5.9	5.8	5.3	4.2	4.7	5.6	6.1	5.9	5.5	5.5	5.5
1->1 ครั้ง/วัน	73	74.8	73.9	73	74.5	73.8	72.9	76.2	74.7	81.9	82	81.9	69.1	71.5	70.3
11. ข้าวกล้อง/ข้าวซ้อมมือ															
จำนวนตัวอย่าง	9,698	10,671	20,369	5,216	5,982	11,198	4,482	4,689	9,171	5,105	5,935	11,040	4,593	4,736	9,329
0-<1 ครั้ง/เดือน	81.2	80.5	80.9	80.8	80.2	80.5	83.9	82.2	83	73.2	69.9	71.5	84.6	85.4	85
1-3 ครั้ง/เดือน	6.7	5.7	6.2	7.1	5.9	6.5	4.2	4.1	4.2	7.7	6.6	7.1	6.3	5.2	5.8
1-3 ครั้ง/สัปดาห์	3.8	3.6	3.7	3.8	3.7	3.7	3.5	3.4	3.4	5	5.2	5.1	3.2	2.9	3.1
4-6 ครั้ง/สัปดาห์	2	2.2	2.1	2.1	2.4	2.2	1.8	1.3	1.5	2.8	4.1	3.5	1.7	1.4	1.5
1->1 ครั้ง/วัน	6.3	8	7.2	6.3	7.8	7	6.6	9	8	11.3	14.2	12.8	4.2	5.1	4.7
12. ข้าวเหนียว															
จำนวนตัวอย่าง	9,700	10,670	20,370	5,218	5,985	11,203	4,482	4,685	9,167	5,107	5,935	11,042	4,593	4,735	9,328
0-<1 ครั้ง/เดือน	22.5	22.7	22.6	21.9	21.7	21.8	26	27.8	27	29.9	27.5	28.7	19.3	20.5	19.9
1-3 ครั้ง/เดือน	19.5	20.5	20	19.7	20.6	20.1	18.8	20.3	19.6	23	24.9	24	18	18.5	18.3
1-3 ครั้ง/สัปดาห์	15.8	16.8	16.3	16.1	17.4	16.8	14	13.7	13.9	20.3	22.7	21.5	13.9	14.2	14.1
4-6 ครั้ง/สัปดาห์	6.4	5.5	5.9	6.6	5.9	6.2	5.5	3.3	4.3	7.9	6.4	7.1	5.8	5.1	5.4
1->1 ครั้ง/วัน	35.8	34.5	35.1	35.8	34.4	35.1	35.8	34.9	35.3	18.9	18.6	18.7	43	41.7	42.4

ความถี่บริโภค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
13. ก๋วยเตี๋ยวต่างๆ ขนมนจีน															
จำนวนตัวอย่าง	9,693	10,668	20,361	5,213	5,984	11,197	4,480	4,684	9,164	5,104	5,930	11,034	4,589	4,738	9,327
0-<1ครั้ง/เดือน	15.9	16.9	16.4	13.7	14.2	13.9	30.1	31.4	30.8	14.2	14.2	14.2	16.7	18.1	17.4
1-3ครั้ง/เดือน	30.1	26.3	28.2	29.5	24.9	27.2	34	34	34	27.9	24.8	26.3	31.1	27	29
1-3ครั้ง/สัปดาห์	37.4	37.5	37.4	38.8	39.4	39.1	28.4	27.2	27.7	37.5	37.2	37.4	37.3	37.6	37.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	11.1	12.4	11.8	11.9	13.7	12.8	5.7	5.6	5.6	13.8	14.7	14.3	10	11.4	10.7
1->1 ครั้ง/วัน	5.5	6.9	6.2	6	7.8	6.9	1.8	2	1.9	6.6	9.1	7.9	5	5.9	5.5
14. บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป เช่นมาม่า ยำยำ ไวไว															
จำนวนตัวอย่าง	9,712	10,689	20,401	5,220	5,992	11,212	4,492	4,697	9,189	5,112	5,944	11,056	4,600	4,745	9,345
0-<1ครั้ง/เดือน	40.9	49.5	45.3	36.9	44.7	40.8	66.9	74.9	71.4	43.2	52	47.8	39.9	48.3	44.2
1-3ครั้ง/เดือน	26.6	23.4	24.9	27.7	24.9	26.3	19.9	15.2	17.3	27.5	22.6	24.9	26.2	23.7	25
1-3ครั้ง/สัปดาห์	21.6	19	20.2	23.3	21	22.1	10.6	8	9.2	19.4	16.7	18	22.5	20	21.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	7.4	5.6	6.5	8.3	6.4	7.3	1.7	1.3	1.5	7.1	5.9	6.5	7.5	5.4	6.5
1->1 ครั้ง/วัน	3.5	2.6	3.1	3.9	3	3.5	0.9	0.5	0.7	2.8	2.9	2.9	3.8	2.5	3.2
15. ขนมปังขาว															
จำนวนตัวอย่าง	9,712	10,678	20,390	5,221	5,987	11,208	4,491	4,691	9,182	5,113	5,937	11,050	4,599	4,741	9,340
0-<1ครั้ง/เดือน	49.3	47.4	48.3	48.6	46.2	47.4	53.7	53.4	53.5	41.3	42.6	42	52.8	49.5	51.1
1-3ครั้ง/เดือน	21.6	21	21.3	22	21.5	21.7	18.5	18.7	18.6	22.9	20.1	21.4	21	21.4	21.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	17.2	19.1	18.2	17.7	19.3	18.5	14.4	18.1	16.4	20.7	21.2	21	15.7	18.1	16.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	6.5	6.9	6.7	6.6	7.3	6.9	6.3	5	5.6	8	8.4	8.2	5.9	6.3	6.1
1->1 ครั้ง/วัน	5.4	5.6	5.5	5.1	5.8	5.5	7.2	4.9	5.9	7.2	7.7	7.5	4.7	4.7	4.7

ความถี่บริโภค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
16. ขนมน้ำตาล หน่อไม้ฝรั่ง															
จำนวนตัวอย่าง	9,706	10,677	20,383	5,216	5,985	11,201	4,490	4,692	9,182	5,108	5,935	11,043	4,598	4,742	9,340
0-1ครั้ง/เดือน	75	73.7	74.3	74.1	72.3	73.2	80.9	81.2	81.1	70.6	68.3	69.4	76.9	76.1	76.5
1-3ครั้ง/เดือน	12.2	12.1	12.1	12.6	12.7	12.6	9.3	9.1	9.2	13.7	13.7	13.7	11.5	11.4	11.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	8.4	8.6	8.5	8.8	9	8.9	5.4	6.3	5.39	10.1	10.3	10.2	7.6	7.8	7.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	2.5	3.1	2.8	2.5	3.3	2.9	2.6	1.9	2.2	2.8	4.4	3.6	2.3	2.5	2.4
1-1 ครั้ง/วัน	2	2.6	2.3	2	2.8	2.4	1.8	1.6	1.7	2.7	3.4	3.1	1.7	2.2	1.9
17. อาหารทอด เช่น หมู/ไก่ทอด ทอดมัน ถั่วแขก ลูกชิ้นทอด แครกหมู ฯลฯ															
จำนวนตัวอย่าง	9,697	10,663	20,360	5,213	5,980	11,193	4,484	4,683	9,167	5,105	5,927	11,032	4,592	4,736	9,328
0-1ครั้ง/เดือน	18.1	21.2	19.6	15.8	18.5	17.2	32.4	35.5	34.1	19.5	22.3	21	17.5	20.6	19.1
1-3ครั้ง/เดือน	23.6	24.2	23.9	22.9	23.5	23.2	27.6	27.7	27.7	22.7	25.2	24	23.9	23.7	23.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	34.5	34	34.2	35.4	35.3	35.4	28.5	27	27.7	32.9	30.6	31.7	35.2	35.6	35.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	15.9	13.2	14.5	17	14.4	15.7	8.7	7	7.7	15.4	13.2	14.2	16.1	13.3	14.7
1-1 ครั้ง/วัน	8	7.5	7.7	8.8	8.3	8.6	2.9	2.8	2.8	9.6	8.8	9.2	7.3	6.9	7.1
18. อาหารจานด่วนตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์															
จำนวนตัวอย่าง	9,704	10,688	20,392	5,219	5,989	11,208	4,485	4,699	9,184	5,111	5,942	11,053	4,593	4,746	9,399
0-1ครั้ง/เดือน	90.7	91.9	91.3	89.7	90.8	90.2	97.4	97.7	97.6	85.8	87.4	86.6	92.9	93.9	93.4
1-3ครั้ง/เดือน	6.3	5.5	5.9	7.1	6.3	6.6	1.6	1.5	1.6	9.9	8.6	9.2	4.8	4.1	4.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	1.8	1.8	1.8	2	2	2	0.4	0.5	0.5	2.9	2.8	2.8	1.4	1.3	1.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	0.7	0.5	0.6	0.7	0.6	0.6	0.5	0.2	0.3	0.8	0.7	0.7	0.6	0.4	0.5
1-1 ครั้ง/วัน	0.4	0.4	0.4	0.5	0.4	0.5	0.02	0.05	0.03	0.6	0.6	0.6	0.4	0.3	0.3

ความถี่บริโภค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
19.อาหารคาวประเภทแกงที่มีกะทิ/น้ำมัน เช่น แกงเผ็ด ต้มยำ แกงอ่อม ขนมหินน้ำเงี้ยว															
จำนวนตัวอย่าง	9,702	10,683	20,385	5,219	5,991	11,210	4,483	4,692	9,175	5,108	5,938	11,046	4,954	4,745	9,339
0-<1ครั้ง/เดือน	20.8	26.6	23.8	19.2	24.5	21.9	31	37.9	34.9	21.7	27.9	25	20.4	26.1	23.3
1-3ครั้ง/เดือน	25.2	27.6	26.4	25.3	27.8	26.6	24.7	26.4	25.6	24.5	27.6	26.1	25.6	27.5	26.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	32.3	28.8	30.5	32.4	29.4	30.9	31.6	25.5	28.2	33.2	28.9	30.9	31.9	28.8	30.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	14.3	10.5	12.3	15.1	11.1	13.1	8.9	7.2	8	13.3	9.5	11.3	14.7	10.9	12.8
1->1 ครั้ง/วัน	7.4	6.6	7	8	7.2	7.6	3.8	3	3.3	7.3	6.2	6.7	7.5	6.7	7.1
20.ปลาร้า ปลาเจ่า น้ำบูดู ถั่วเน่า															
จำนวนตัวอย่าง	9,704	10,682	20,386	5,218	5,985	11,203	4,486	4,697	9,183	5,106	5,936	11,042	4,598	4,746	9,344
0-<1ครั้ง/เดือน	37.7	36.4	37.1	37.6	36.1	36.8	38.7	38.3	38.5	52.6	49.9	51.2	31.3	30.4	30.8
1-3ครั้ง/เดือน	13.8	13.6	13.7	14	13.8	13.9	12.6	12.6	12.6	14.9	15.8	15.4	13.3	12.6	13
1-3ครั้ง/สัปดาห์	15.1	14.6	14.8	15.4	15	15.2	12.6	12.5	12.6	15.1	13.8	14.4	15.1	15	15
4-6ครั้ง/สัปดาห์	12.6	11.5	12	12.8	11.5	12.2	11.3	11.4	11.3	8.6	9.7	9.2	14.3	12.3	13.3
1->1 ครั้ง/วัน	20.8	23.8	22.4	20.2	23.6	21.9	24.8	25.3	25.1	8.9	10.9	9.9	25.9	29.7	27.9
21.น้ำพริก เช่น น้ำพริกกะปิ น้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกปลาป่น น้ำพริกปลาร้า น้ำพริกตาแดง น้ำพริกขี้หนุ่ย															
จำนวนตัวอย่าง	9,715	10,693	20,408	5,224	5,994	11,218	4,491	4,699	9,190	5,113	5,947	11,060	4,602	4,746	9,348
0-<1ครั้ง/เดือน	10.3	9.2	9.7	10.4	9.1	9.7	9.5	9.8	9.7	14.5	11.4	12.9	8.5	8.2	8.4
1-3ครั้ง/เดือน	13.9	13.6	13.8	14.3	13.8	14.1	11.5	12.4	12	19.1	16.3	17.6	11.7	12.4	12.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	28.8	30.9	29.9	28.9	30.9	29.9	28.2	30.7	29.6	28.5	33.5	31.1	29	29.7	29.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	22.9	22.9	22.9	23	23.2	23.1	22.2	21.3	21.7	21.5	22	21.7	23.5	23.4	23.4
1->1 ครั้ง/วัน	24.1	23.4	23.7	23.4	22.9	23.2	28.7	25.7	27.1	16.4	16.8	16.6	27.4	26.3	26.8

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
22.ผลไม้รสหวาน เช่น องุ่น สลัดกอง ทูเรียน ลำไย ลิ้นจี่ มะม่วงสุก ขนุน ละมุด น้อยหน่า อ้อย กัลยัมย มะละกอสุก แดงโม สับปะรด ฯลฯ															
จำนวนตัวอย่าง	9,710	10,691	20,401	5,226	5,994	11,220	4,484	4,697	9,181	5,111	5,942	11,053	4,599	4,749	9,348
0-<1ครั้ง/เดือน	8.5	8.6	8.6	8.3	8.2	8.3	9.7	10.7	10.3	10.4	11.4	10.9	7.7	7.4	7.5
1-3ครั้ง/เดือน	18.7	16	17.3	18.8	16.1	17.4	17.8	15.4	16.5	19.4	16.9	18.1	18.4	15.5	16.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	38.8	35.7	37.2	38.6	35.4	37	40	37.2	38.4	35.5	30	32.6	40.2	38.2	39.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	19.9	19.7	19.8	20.3	20.2	20.2	17.4	17	17.2	18.7	19.4	19.1	20.4	19.8	20.1
1->1 ครั้ง/วัน	14.1	20.1	17.2	14	20.2	17.1	15.1	19.8	17.7	16	22.3	19.3	13.3	19.1	16.3
23.ผลไม้รสไม่หวาน/หวานน้อย เช่น ฝรั่ง ชมพู่ มะม่วงดิบ แอปเปิ้ล แก้วมังกร															
จำนวนตัวอย่าง	9,721	10,693	20,414	5,227	5,996	11,223	4,494	4,697	9,191	5,116	5,945	11,061	4,605	4,748	9,353
0-<1ครั้ง/เดือน	15.4	12.2	13.8	13.6	10.3	11.9	27	22.6	24.6	14.6	11.1	12.8	15.8	12.7	14.2
1-3ครั้ง/เดือน	23.6	18.7	21.1	23.7	18	20.8	23.2	22.4	22.7	21.1	16	18.4	24.7	19.9	22.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	37.3	36.5	36.9	38.1	37.1	37.6	32	32.9	32.5	35.1	33.5	34.3	38.2	37.8	38
4-6ครั้ง/สัปดาห์	14.4	17.6	16.1	14.8	18.6	16.7	11.8	12.3	12.1	16.8	19.9	18.4	13.4	16.5	15
1->1 ครั้ง/วัน	9.3	15.1	12.3	9.8	16	13	6	9.8	8.1	12.4	19.6	16.2	8	13	10.5
24.ผลไม้กวน ฉาบ เช่น สับปะรดกวน กัลยัมยฉาบ															
จำนวนตัวอย่าง	9,709	10,673	20,382	5,221	5,981	11,202	4,488	4,692	9,180	5,110	5,940	11,050	4,599	4,733	9,332
0-<1ครั้ง/เดือน	68.7	69.8	69.3	67.2	68.2	67.7	78.2	78.3	78.2	72.4	75.3	73.9	67.1	67.3	67.2
1-3ครั้ง/เดือน	19.7	17.1	18.3	20.6	17.6	19.1	13.6	14.3	14	18.1	15.2	16.6	20.4	17.9	19.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	8.6	9.6	9.1	8.9	10.3	9.6	6.6	5.9	6.2	7.1	6.4	6.7	9.2	11.1	10.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	2.1	2.4	2.2	2.2	2.7	2.5	1.1	0.7	0.8	1.8	2.1	1.9	2.2	2.5	2.3
1->1 ครั้ง/วัน	1	1.2	1.1	1.1	1.2	1.2	0.6	0.8	0.7	0.7	1	0.9	1.2	1.3	1.2

ความถี่บริโภค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
25.ผลไม้เชื่อม เช่น สาคูเชื่อม กล้วยเชื่อม มะตูมเชื่อม															
จำนวนตัวอย่าง	9,709	10,685	20,394	5,220	5,988	11,208	4,489	4,697	9,186	5,111	5,941	11,052	4,598	4,744	9,342
0-<1ครั้ง/เดือน	73.3	78.9	76.2	72.5	78.3	75.4	78.7	82.3	80.7	75.4	80.8	78.2	72.4	78.1	75.3
1-3ครั้ง/เดือน	17.1	13.1	15	17.6	13.4	15.5	13.6	11.4	12.3	16.8	12.3	14.4	17.2	13.5	15.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	7.7	5.9	6.8	7.9	6	7	6.5	5.2	5.8	6	4.9	5.4	8.5	6.3	7.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1.4	1.4	1.4	1.4	1.5	1.5	0.9	0.9	0.9	1.2	1.3	1.2	1.4	1.5	1.5
1->1 ครั้ง/วัน	0.5	0.7	0.6	0.6	0.8	0.7	0.4	0.3	0.3	0.7	0.8	0.7	0.5	0.6	0.6
26.ผักและผลไม้หมักดอง เช่น ผลไม้ดอง ผักกาดดอง															
จำนวนตัวอย่าง	9,708	10,694	20,402	5,223	5,993	11,216	4,485	4,701	9,186	5,113	5,946	11,059	4,595	4,748	9,343
0-<1ครั้ง/เดือน	58.8	64.7	61.8	56.4	62.1	59.3	74.3	78.2	76.5	66	69.2	67.7	55.6	62.6	59.2
1-3ครั้ง/เดือน	24.2	20.1	22.1	25.4	21.1	23.2	16.7	14.8	15.7	20.9	17.6	19.2	25.7	21.3	23.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	12.9	11.4	12.1	13.7	12.5	13.1	7.5	5.9	6.6	10.2	9.5	9.9	14	12.3	13.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	2.8	2.3	2.5	3.1	2.6	2.8	1.1	0.8	1	1.8	2.1	2	3.2	2.3	2.8
1->1 ครั้ง/วัน	1.4	1.5	1.4	1.5	1.7	1.6	0.3	0.3	0.3	1.1	1.6	1.3	1.5	1.5	1.5
27.ผลไม้กระป๋อง															
จำนวนตัวอย่าง	9,707	10,688	20,395	5,219	5,990	11,209	4,488	4,698	9,186	5,109	5,940	11,049	4,598	4,748	9,346
0-<1ครั้ง/เดือน	84	87.4	85.7	83.3	86.7	85	88.4	91.1	89.9	82	85.6	83.8	84.9	88.2	86.6
1-3ครั้ง/เดือน	11.3	9.1	10.2	11.7	9.5	10.6	9.1	7.1	8	13.3	10.7	11.9	10.5	8.4	9.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	3.2	2.5	2.9	3.4	2.7	3.1	1.8	1.5	1.6	3.4	2.8	3.1	3.1	2.4	2.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1	0.7	0.8	1.1	0.8	0.9	0.7	0.2	0.4	0.9	0.6	0.7	1.1	0.7	0.9
1->1 ครั้ง/วัน	0.5	0.3	0.4	0.5	0.4	0.4	0.1	0.2	0.1	0.5	0.4	0.5	0.4	0.3	0.4

ความถี่บริโภค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
28.ผลไม้แห้ง เช่น ลูกเกด ลูกพรุน ลูกท้อ พุทรา มะม่วง															
จำนวนตัวอย่าง	9,714	10,685	20,399	5,221	5,989	11,210	4,493	4,696	9,189	5,114	5,940	11,054	4,600	4,745	9,345
0-<1ครั้ง/เดือน	80.6	82.4	81.5	79.1	81	80.1	89.8	90.4	90.1	78.6	79.2	78.9	81.4	83.9	82.7
1-3ครั้ง/เดือน	13.2	11.1	12.1	14.1	11.9	13	7.5	6.7	7	14.8	12.7	13.7	12.5	10.3	11.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	4	4.3	4.1	4.3	4.7	4.5	1.7	2.1	1.9	4.6	5.2	4.9	3.7	3.9	3.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1.3	1.2	1.3	1.4	1.4	1.4	0.3	0.5	0.4	0.9	1.6	1.3	1.4	1.1	1.2
1->1 ครั้ง/วัน	1	1	1	1.1	1.1	1.1	0.8	0.3	0.5	1.1	1.3	1.2	1	0.8	0.9
29. นมสด/โยเกิร์ตชนิดถ้วยไม่ปรุงแต่งรส															
จำนวนตัวอย่าง	9,699	10,668	20,367	5,217	5,981	11,198	4,482	4,687	9,169	5,102	5,927	11,029	4,597	4,741	9,338
0-<1ครั้ง/เดือน	58.3	53.3	55.7	57.1	50.6	53.8	66	67.7	66.9	54.4	49.2	51.7	59.9	55.1	57.5
1-3ครั้ง/เดือน	14.8	13.1	13.9	15.3	13.8	14.5	11.8	9.3	10.4	14	14.1	14.1	15.2	12.6	13.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	15.2	17.5	16.4	15.7	18.4	17.1	12.2	12.4	12.3	15.6	17	16.3	15.1	17.7	16.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	5.8	6.6	6.3	6.1	7.1	6.6	4.1	4.1	4.1	6.6	7.6	7.1	5.5	6.2	5.9
1->1 ครั้ง/วัน	5.9	9.6	7.8	5.8	10.1	8	6	6.5	6.3	9.4	12.2	10.9	4.3	8.4	6.4
30. นมหวาน/นมปรุงแต่งรส /โยเกิร์ตชนิดถ้วยปรุงแต่งรส															
จำนวนตัวอย่าง	9,707	10,688	20,395	5,219	5,992	11,211	4,488	4,696	9,184	5,115	5,944	11,059	4,592	4,744	9,336
0-<1ครั้ง/เดือน	48.2	50.8	49.5	47	48.8	47.9	56	61.3	59	48.5	53.6	51.2	48.1	49.5	48.8
1-3ครั้ง/เดือน	18.9	15.4	17.1	19.4	16.1	17.8	15.4	11.2	13.1	17.2	14.5	15.8	19.6	15.7	17.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	19.2	18	18.6	19.7	18.6	19.1	15.9	15.1	15.5	18.2	15.4	16.8	19.6	19.2	19.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	6.8	7.6	7.2	7.2	8.1	7.6	4.8	4.6	4.7	7.5	8.2	7.8	6.5	7.3	6.9
1->1 ครั้ง/วัน	6.9	8.3	7.6	6.7	8.4	7.6	7.9	7.7	7.8	8.5	8.3	8.4	6.2	8.3	7.3

ความถี่โรค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
31. โยเกิร์ตชนิดดื่ม															
จำนวนตัวอย่าง	9,714	10,693	20,407	5,219	5,994	11,213	4,495	4,699	9,194	5,111	5,949	11,060	4,603	4,744	9,347
0-<1ครั้ง/เดือน	67.8	61.3	64.5	65.8	58.3	62	81	77.3	78.9	66.3	58	61.9	68.5	62.8	65.6
1-3ครั้ง/เดือน	12.8	11.5	12.1	13.4	12.3	12.9	8.3	7.3	7.8	12.9	12.6	12.7	12.7	11.1	11.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	12.1	15.5	13.9	13	16.5	14.8	6.4	10.2	8.5	11.6	14.4	13.1	12.4	16	14.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	3.8	6	4.9	4	6.7	5.4	2.4	2.3	2.4	5.1	6.5	5.9	3.3	5.7	4.5
1->1 ครั้ง/วัน	3.5	5.7	4.6	3.7	6.2	5	1.9	2.9	2.4	4.1	8.5	6.4	3.2	4.4	3.8
32.นมพร่องมันเนย															
จำนวนตัวอย่าง	9,710	10,685	20,395	5,223	5,991	11,214	4,487	4,694	9,181	5,108	5,941	11,049	4,602	4,744	9,346
0-<1ครั้ง/เดือน	76	69	72.4	75.1	67	71	82.1	79.9	80.9	69.3	62.7	65.9	78.9	71.9	75.3
1-3ครั้ง/เดือน	10.3	10.3	10.3	10.8	11	10.9	7.3	6.1	6.7	11	10.5	10.7	10.1	10.2	10.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	7.2	10.1	8.7	7.5	10.7	9.1	5.3	6.7	6.1	9.8	11.8	10.8	6.1	9.4	7.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	3.3	4.8	4.1	3.5	5.2	4.3	2.4	2.7	2.6	5.1	6.8	6	2.6	3.9	3.2
1->1 ครั้ง/วัน	3.2	5.8	4.5	3.2	6.1	4.7	2.9	4.5	3.8	4.9	8.3	6.6	2.4	4.7	3.6
33. น้ำเต้าหู้/นมถั่วเหลือง															
จำนวนตัวอย่าง	9,699	10,676	20,375	5,213	5,983	11,196	4,486	4,693	9,179	5,103	5,935	11,038	4,596	4,741	9,337
0-<1ครั้ง/เดือน	40.1	36.2	38.1	39.3	35.6	37.4	45.6	39.3	42.1	34.8	31.4	33	42.4	38.4	40.4
1-3ครั้ง/เดือน	21	17.6	19.3	21.8	17.7	19.7	16.4	17.4	17	21.1	19.3	20.1	21	16.9	18.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	22.1	24.5	23.3	22.1	24.7	23.4	21.8	23.4	22.7	22.5	23.4	23	21.9	25	23.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.1	10.5	9.9	9.3	10.9	10.1	8.2	8.6	8.4	11.8	12.1	11.9	8	9.8	8.9
1->1 ครั้ง/วัน	7.6	11.2	9.4	7.5	11.1	9.4	8.1	11.3	9.9	9.9	13.8	11.9	6.6	9.9	8.3

ความถี่บริโภค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
34. น้ำอัดลม/น้ำหวาน															
จำนวนตัวอย่าง	9,684	10,655	20,339	5,209	5,972	11,181	4,475	4,683	9,158	5,099	5,922	11,021	4,585	4,733	9,318
0-<1ครั้ง/เดือน	37	48.3	42.8	32.8	44.1	38.5	64.2	70.3	67.6	38.8	49.4	44.3	36.3	47.7	42.1
1-3ครั้ง/เดือน	22.9	20.3	21.6	23.8	21.4	22.6	17.4	14.6	15.8	18.9	16.3	17.5	24.7	22.1	23.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	23.2	15.8	19.4	24.8	16.9	20.8	12.9	10.1	11.3	20.1	14.9	17.4	24.5	16.2	20.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9	7.6	8.3	10	8.6	9.3	2.6	2.6	2.6	11	7.4	9.1	8.2	7.7	7.9
1->1 ครั้ง/วัน	7.8	8	7.9	8.6	9	8.8	3	2.5	2.7	11.3	12	11.7	6.4	6.2	6.3
35. น้ำผลไม้/น้ำผัก															
จำนวนตัวอย่าง	9,697	10,669	20,366	5,215	5,987	11,202	4,482	4,682	9,164	5,105	5,931	11,036	4,592	4,738	9,330
0-<1ครั้ง/เดือน	65.1	62.4	63.7	63.3	59.8	61.5	76.8	76.4	76.6	57	55.4	56.2	68.6	65.6	67.1
1-3ครั้ง/เดือน	16.1	16	16	16.6	16.8	16.7	13.1	11.4	12.2	18.3	16.3	17.3	15.2	15.8	15.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.4	13	12.2	12.1	13.9	13	6.7	8.2	7.5	15.3	15.8	15.6	9.7	11.8	10.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.3	4.4	4.4	4.7	4.9	4.8	1.7	2.2	2	5.1	5.9	5.5	4	3.8	3.9
1->1 ครั้ง/วัน	3.1	4.2	3.6	3.3	4.6	4	1.7	1.8	1.8	4.3	6.6	5.5	2.5	3.1	2.8
36. เครื่องดื่มชูกำลัง เช่น กระทิงแดง ลิโพ เอ็ม 150															
จำนวนตัวอย่าง	9,708	10,689	20,397	5,216	5,989	11,205	4,492	4,700	9,192	5,111	5,944	11,055	4,597	4,745	9,342
0-<1ครั้ง/เดือน	46.3	92	69.8	42.6	91	67.1	70.3	97.2	85.2	54.5	91.7	73.9	42.8	92.1	67.9
1-3ครั้ง/เดือน	16.7	3.8	10.1	17.2	4.2	10.6	13.1	1.6	6.7	13.1	3.4	8	18.2	3.9	11
1-3ครั้ง/สัปดาห์	17.4	2.4	9.7	18.7	2.7	10.6	8.9	0.8	4.4	12.9	2.4	7.4	19.3	2.4	10.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.1	0.7	4.8	10	0.9	5.4	3.1	0.1	1.5	6.9	0.7	3.7	10	0.8	5.3
1->1 ครั้ง/วัน	10.6	1.1	5.7	11.5	1.3	6.3	4.7	0.3	2.2	12.7	1.8	7	9.7	0.8	5.2

ความถี่บริโภค	ทั้งประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
37. เครื่องดื่มสำหรับนักกีฬา เช่นสปอนเซอร์ เอ็มสปอร์ต															
จำนวนตัวอย่าง	9,717	10,687	20,404	5,226	5,992	11,218	4,491	4,695	9,186	5,116	5,944	11,060	4,601	4,743	9,344
0-<1ครั้ง/เดือน	56.8	90.5	74.1	53	89.5	71.4	81.6	95.6	89.4	63.8	91	78	53.8	90.2	72.3
1-3ครั้ง/เดือน	18.2	5.3	11.6	19.5	5.7	12.5	10.2	2.7	6	13.3	4.6	8.7	20.3	5.6	12.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	14.7	2.9	8.7	16.2	3.2	9.6	5.5	1.4	3.2	12.1	2.9	7.3	15.9	3	9.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	5.6	0.6	3	6.2	0.7	3.5	1.3	0.1	0.6	5.2	0.7	2.9	5.7	0.6	3.1
1->1 ครั้ง/วัน	4.7	0.7	2.7	5.2	0.8	3	1.5	0.2	0.8	5.6	0.9	3.2	4.3	0.6	2.4
38. ชา กาแฟ															
จำนวนตัวอย่าง	9,716	10,691	20,407	5,223	5,993	11,216	4,493	4,698	9,191	5,114	5,946	11,060	4,602	4,745	9,347
0-<1ครั้ง/เดือน	35.4	52.6	44.2	33.9	49.1	41.6	44.6	71	59.2	31.2	40.9	36.3	37.1	57.9	47.7
1-3ครั้ง/เดือน	8.9	7.9	8.4	9.5	8.5	9	5.4	4.4	4.9	8.2	7.7	8	9.2	7.9	8.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.3	9	10.1	11.9	9.6	10.7	7.8	6.1	6.9	11.5	9.4	10.4	11.3	8.9	10
4-6ครั้ง/สัปดาห์	7.9	5.2	6.5	8.3	5.7	7	5.2	2.7	3.8	7.5	6.4	6.9	8	4.7	6.3
1->1 ครั้ง/วัน	36.6	25.3	30.8	36.5	27.1	31.7	37	15.7	25.2	41.7	35.6	38.5	34.4	20.6	27.4
39. อาหารที่มีเนย/มาการีน และแป้ง เช่น เค้ก ลูกทึ่ โดนัท พาย															
จำนวนตัวอย่าง	9,716	10,693	20,409	5,223	5,996	11,219	4,493	4,697	9,190	5,116	5,946	11,062	4,600	4,747	9,347
0-<1ครั้ง/เดือน	67.5	60.4	63.9	65.6	57.5	61.5	79.9	76.3	77.9	59.6	55	57.2	70.9	62.9	66.8
1-3ครั้ง/เดือน	17.5	20.4	19	18.5	21.5	20	10.9	14.3	12.8	21	22.1	21.6	16	19.6	17.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	9.9	12.7	11.4	10.6	13.7	12.2	5.7	7.2	6.5	12	13.6	12.9	9.1	12.3	10.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	3.1	3.8	3.5	3.3	4.3	3.8	1.9	1.1	1.5	4.7	5.4	5.1	2.4	3.1	2.8
1->1 ครั้ง/วัน	2	2.7	2.3	2.1	2.9	2.5	1.6	1.1	1.3	2.8	3.8	3.3	1.7	2.1	1.9

ความถี่บริโภค	ทั่วประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
40. ขนมหวาน้ำจากไข่แดง เช่นทองหยิบ ฝอยทอง															
จำนวนตัวอย่าง	9,714	10,689	20,403	5,221	5,992	11,213	4,493	4,697	9,190	5,111	5,945	11,056	4,603	4,744	9,347
0-<1ครั้ง/เดือน	66.5	73	69.8	64.5	71.5	68	79.6	81.2	80.5	63.9	70.7	67.5	67.6	74	70.9
1-3ครั้ง/เดือน	20.7	16.9	18.8	22	17.7	19.8	12.3	12.7	12.5	22.4	17.7	19.9	19.9	16.6	18.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	9.5	7.4	8.4	10.1	7.8	8.9	5.8	5.1	5.4	10	8.2	9	9.3	7	8.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	2.2	1.8	2	2.3	2	2.2	1.8	0.7	1.2	2.4	2	2.2	2.2	1.7	1.9
1->1 ครั้ง/วัน	1.2	0.9	1	1.3	1	1.2	0.5	0.3	0.4	1.4	1.4	1.4	1.1	0.7	0.9
41. ขนมน้ำเชื่อม เช่น ถั่วเขียวต้มน้ำตาล มันต้มน้ำตาล สาหร่ายน้ำเชื่อม ลูกชิดน้ำเชื่อม															
จำนวนตัวอย่าง	9,715	10,691	20,406	5,223	5,996	11,219	4,492	4,695	9,187	5,113	5,943	11,056	4,602	4,748	9,350
0-<1ครั้ง/เดือน	55.3	57.8	56.6	53.8	57.1	55.5	65	61.8	63.2	58.3	60.4	59.4	54	56.7	55.3
1-3ครั้ง/เดือน	26.7	24.2	25.4	27.6	24.1	25.9	21	24.3	22.9	24.3	22.9	23.6	27.7	24.8	26.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	14.2	13.8	14	14.6	14.2	14.4	11.2	11.8	11.6	13.8	12.2	13	14.3	14.5	14.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	2.8	2.8	2.8	2.8	3.1	2.9	2.5	1.5	2	2.5	2.7	2.6	2.9	2.9	2.9
1->1 ครั้ง/วัน	1.1	1.4	1.2	1.2	1.5	1.4	0.4	0.5	0.5	1.1	1.7	1.4	1.1	1.2	1.2
42. ขนมหวาน้ำที่มีกะทิ เช่นกล้วยบวชชี วนกะทิ ข้าวต้มผัด															
จำนวนตัวอย่าง	9,714	10,690	20,404	5,222	5,993	11,215	4,492	4,697	9,189	5,114	5,944	11,058	4,600	4,746	9,346
0-<1ครั้ง/เดือน	42.8	44.1	43.5	41.5	43.4	42.4	51.4	47.8	49.4	48.7	49.8	49.3	40.4	41.4	40.9
1-3ครั้ง/เดือน	32.9	31.4	32.2	33.5	31.3	32.4	28.9	32.4	30.8	29.8	27.7	28.7	34.2	33.1	33.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	18.7	18.8	18.7	19	19.1	19	16.9	16.8	16.8	16.6	15.9	16.2	19.6	20.1	19.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.1	4	4	4.4	4.2	4.3	2.4	2.6	2.5	3.1	4.1	3.6	4.6	3.9	4.2
1->1 ครั้ง/วัน	1.5	1.8	1.7	1.7	2	1.9	0.5	0.5	0.5	1.8	2.4	2.2	1.4	1.5	1.4

ความถี่โรค	ทั้งประเทศ			อายุ 15 - 59 ปี			อายุ 60 ปีขึ้นไป			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
43. ขนมอบคิ้ว/ขนมกรบกรอบบรรจุของ															
จำนวนตัวอย่าง	9,716	10,686	20,402	5,224	5,996	11,220	4,492	4,690	9,182	5,116	5,939	11,055	4,600	4,747	9,347
0-<1ครั้ง/เดือน	49.2	52.2	50.8	44.8	47.6	46.2	77.8	77.3	77.5	53.8	58	56	47.2	49.6	48.5
1-3ครั้ง/เดือน	18.1	15.9	17	19.2	16.7	17.9	11.4	11.5	11.5	16.7	15.3	16	18.7	16.2	17.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	17.5	15.9	16.7	19	17.4	18.2	7.7	7.9	7.8	15.7	13	14.3	18.3	17.2	17.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	8.1	7.7	7.9	9	8.9	9	1.9	1.7	1.8	7.2	6.6	6.9	8.4	8.2	8.3
1->1 ครั้ง/วัน	7.1	8.3	7.7	8	9.5	8.8	1.3	1.6	1.5	6.6	7.1	6.9	7.3	8.8	8.1
44. หน่อไม้ทุกประเภท															
จำนวนตัวอย่าง	9,716	10,692	20,408	5,223	5,996	11,219	4,493	4,696	9,189	5,114	5,946	11,060	4,602	4,746	9,348
0-<1ครั้ง/เดือน	35.9	39	37.5	34.3	36.8	35.6	46.6	50.3	48.7	46.9	49.5	48.3	31.2	34.2	32.7
1-3ครั้ง/เดือน	30.5	26.3	28.4	31.4	26.8	29	25	23.9	24.4	27.8	25.3	26.5	31.7	26.8	29.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	22.5	22.2	22.4	22.9	23.1	23	19.9	17.5	18.6	17.5	16.7	17.1	24.7	24.7	24.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	8.2	8.9	8.6	8.5	9.5	9	6.8	5.5	6.1	6.1	6.6	6.4	9.1	9.9	9.5
1->1 ครั้ง/วัน	2.8	3.6	3.2	3	3.8	3.4	1.7	2.7	2.3	1.7	1.9	1.8	3.3	4.4	3.9

ตารางที่ 4.2.2 ร้อยละของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ในการบริโภคอาหารจำแนกตามประเภทอาหาร ความถี่บริโภค เพศ ในเขต/นอกเขตเทศบาล และภาค ปี พ.ศ.2551-2

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
1. เนื้อวัว/เนื้อหมูไม่ติดมัน/เนื้อไก่เนื้อเป็ดไม่ติดหนัง																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,179	2,265	1,167	1,182	2,349	1,177	1,280	2,457	1,182	1,216	2,398	1,039	1,135	2,174	1,158	1,190	2,348	970	1,073	2,043	1,096	1,162	2,258	837	1,278	2,115
0-<1ครั้ง/เดือน	4.5	8.5	6.6	6	5.1	5.6	12.2	19.3	16	14.9	20.9	18	6.2	9.4	7.9	7.4	10.9	9.2	8.4	12.7	10.7	8.3	12.3	10.3	15.8	17.4	16.6
1-3ครั้ง/เดือน	8.1	11.4	9.9	10.8	10.6	10.7	17.9	18.6	18.3	16.3	17.4	16.9	19.6	24.3	22.1	26.3	22	24.1	11.8	13.2	12.5	12.8	14.4	13.6	13	12.3	12.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	37.7	35.5	36.6	43.9	42.3	43.1	30.8	29.3	29.9	33.9	28.6	31.2	33.7	34.8	34.3	40.7	43.3	42.1	37.7	37.6	37.6	42.2	43.1	42.7	30.8	29	29.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	30.7	24.5	27.4	28.4	27.6	28.0	20.3	17.5	18.8	15.6	15.9	15.8	19.8	15.4	17.5	15.7	14.2	14.9	28.9	22.2	25.4	26.5	19.9	23.1	15.4	15.7	15.6
1->1 ครั้ง/วัน	19.0	20.1	19.6	11	14.4	12.7	18.9	15.5	17.1	19.4	17.2	18.3	20.7	16.1	18.3	9.9	9.6	9.8	13.3	14.4	13.9	10.1	10.4	10.3	25	25.6	25.3
2. เนื้อวัว/หมูติดมัน ไก่/เป็ดติดหนัง เช่น หมูสามชั้น																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,177	2,264	1,166	1,184	2,350	1,177	1,279	2,456	1,182	1,215	2,397	1,040	1,134	2,174	1,157	1,189	2,346	971	1,074	2,045	1,096	1,162	2,258	840	1,280	2,120
0-<1ครั้ง/เดือน	16.8	36.2	27.1	12.7	26.7	19.8	27.4	44	36.1	23.9	37.5	30.9	19.4	37.8	29.1	20.9	29.8	25.4	22.8	35.9	29.8	15.3	34.4	25.1	28.7	44.5	36.7
1-3ครั้ง/เดือน	14.3	16.7	15.6	16.1	16.7	16.4	20.7	19.8	20.2	19.1	22	20.6	23.4	26.3	24.9	30.8	26.6	28.7	13.4	16.5	15.1	14.3	19.2	16.8	17.8	17.4	17.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	39.7	25.8	32.3	43.6	35.9	39.7	29.3	19.7	24.2	29.2	21.2	25.1	30.5	19.7	24.8	32	30.5	31.2	35.7	26.8	31	42.9	30.8	36.7	27.2	20.1	23.6
4-6ครั้ง/สัปดาห์	19.4	13.5	16.3	20	15	17.4	13.8	9.4	11.5	16.2	11.3	13.7	11.4	7.4	9.3	9.6	7.2	8.4	18.8	12.9	15.6	19.9	11.7	15.7	11	9.1	10
1->1 ครั้ง/วัน	9.8	7.8	8.7	7.7	5.8	6.7	8.8	7.1	7.9	11.6	7.9	9.7	15.3	8.7	11.8	6.8	6	6.4	9.2	7.9	8.5	7.6	3.9	5.7	15.3	9	12.1
3. ผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์ที่ผ่านกระบวนการกลุ่มที่ 1 เช่น ไส้กรอก ไส้กรอกอีสาน เบคอน แฮม กุนเชียง หมูยอ แหนม																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,179	2,266	1,166	1,183	2,349	1,177	1,280	2,457	1,182	1,216	2,398	1,039	1,137	2,176	1,156	1,189	2,345	971	1,074	2,045	1,099	1,162	2,261	840	1,279	2,119
0-<1ครั้ง/เดือน	42.4	44.9	43.7	39.7	47.8	43.8	50.6	54.1	52.4	47.4	52.3	49.9	30.1	40.7	35.7	36.3	45.9	41.2	56.4	60.2	58.4	56.8	56.7	56.7	49.2	51.2	50.2
1-3ครั้ง/เดือน	29	33.4	31.3	32.6	30.5	31.6	26.6	26.1	26.4	26	26.7	26.3	30.9	31.1	31	32.5	29	30.7	24.4	18.1	21	21.9	20.1	21	25.9	25.3	25.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	23.7	17.6	20.4	23.5	17.5	20.4	15.9	14.3	15.1	17.7	13.8	15.7	25.7	20.1	22.7	22.9	20.6	21.7	15.8	14.8	15.3	15.9	18	17	15.3	15.5	15.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	3.6	2.8	3.2	2.8	3.2	3.0	4.5	3.5	4	6.3	5	5.6	6.9	3.3	5	4.1	3.2	3.6	1.3	4.2	2.8	4.2	3.8	4	6	4.6	5.3
1->1 ครั้ง/วัน	1.4	1.4	1.4	1.4	1.0	1.2	2.4	2	2.2	2.7	2.3	2.5	6.6	4.8	5.6	4.3	1.3	2.8	2.1	2.8	2.5	1.3	1.6	1.4	3.7	3.4	3.5

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
4.ผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์ที่ผ่านกระบวนการกลุ่มที่ 2 เช่น หมูหยอง ปลาเค็ม เนื้อ/หมู/ปลาแดดเดียว																											
จำนวนตัวอย่าง	1,088	1,179	2,267	1,167	1,183	2,350	1,177	1,279	2,456	1,181	1,214	2,395	1,042	1,136	2,178	1,158	1,187	2,345	968	1,073	2,041	1,097	1,160	2,257	841	1,278	2,119
0<1ครั้ง/เดือน	41.2	44.5	43	36.7	39.8	38.3	22.6	24.1	23.4	21.3	25.3	23.4	26.6	32.6	29.7	31	33.7	32.4	27	31.1	29.2	21.1	21.5	21.3	33.7	34.9	34.3
1-3ครั้ง/เดือน	29.5	32.3	31	35.1	30.7	32.9	28.4	26.8	27.6	29.1	26.1	27.6	33.9	31.6	32.7	31.1	26	28.5	30.8	30.2	30.5	29.5	30.8	30.2	33	30.7	31.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	23.7	18.8	21	23.2	22.4	22.8	29	30.1	29.6	28	25.3	26.6	27.3	25.3	26.2	26.9	30.9	29	31.6	28.2	29.8	37.7	37.4	37.5	21.8	23.7	22.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.1	3.4	3.7	4	5.7	4.9	14.7	12.9	13.7	13.5	14.1	13.8	6.4	5.8	6.1	6.7	5.9	6.3	7.2	7.1	7.1	8.6	7.1	7.9	6.5	5.9	6.2
1->1 ครั้ง/วัน	1.5	1.1	1.3	1	1.4	1.2	5.3	6.1	5.7	8.1	9.3	8.7	5.9	4.8	5.3	4.3	3.5	3.9	3.3	3.5	3.4	3.2	3.1	3.1	5.1	4.8	4.9
5.ปลาชนิดต่างๆ เช่น ปลาน้ำจืด ปลาทะเล																											
จำนวนตัวอย่าง	1,085	1,179	2,264	1,167	1,183	2,350	1,177	1,279	2,456	1,179	1,215	2,394	1,038	1,137	2,175	1,157	1,185	2,342	970	1,071	2,041	1,097	1,162	2,259	841	1,276	2,117
0<1ครั้ง/เดือน	5.7	6.4	6.1	4.5	6.3	5.4	6.1	7.9	7	6.2	9.8	8.1	7.2	5.9	6.5	3.9	5.2	4.5	4.2	4.5	4.4	3.3	4.3	3.8	6.6	9.4	8
1-3ครั้ง/เดือน	13.1	13.3	13.2	15.9	14.7	15.3	14.8	12.3	13.5	15.5	14.7	15.1	13	10.5	11.7	9.5	10.3	9.9	7.3	10	8.8	6.9	4.6	5.7	15.5	16.6	16.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	41.8	39.8	40.8	45.9	43.4	44.6	33.1	31.5	32.3	32.4	32.3	32.3	34.7	33.6	34.2	29.2	30.4	29.8	31.6	29.1	30.3	36	34.8	35.4	33	34	33.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	32.4	33.3	32.9	28.5	28.1	28.3	31.9	31.1	31.5	29.9	26.5	28.2	23.8	26.2	25.1	29.8	27	28.4	39.3	32.5	35.7	33.4	31.1	32.3	23.9	21.5	22.7
1->1 ครั้ง/วัน	7	7.2	7.1	5.2	7.6	6.4	14.1	17.1	15.7	15.9	16.6	16.3	21.3	23.8	22.6	27.6	27.1	27.3	17.6	23.9	20.9	20.5	25.2	22.9	21	18.5	19.7
6. กุ้ง หอย ปู ปลาหมึก																											
จำนวนตัวอย่าง	1,084	1,179	2,263	1,165	1,183	2,348	1,174	1,278	2,452	1,179	1,213	2,392	1,041	1,136	2,177	1,156	1,185	2,341	967	1,073	2,040	1,097	1,159	2,256	840	1,279	2,119
0<1ครั้ง/เดือน	34.1	42.1	38.4	45.6	49	47.4	20.7	27.9	24.5	25.9	33.6	29.9	36.5	40	38.3	37.8	44.1	41	15.7	22.6	19.4	13	21.5	17.3	20.6	28.1	24.4
1-3ครั้ง/เดือน	33	29.3	31	31.9	27.5	29.7	26.9	27	26.9	30	28.8	29.4	34.3	30.5	32.3	30.1	30.6	30.3	21.9	21.9	21.9	22.7	21.5	22.1	30.1	22	26
1-3ครั้ง/สัปดาห์	24.9	21.4	23	18.2	21.1	19.7	28.9	26.3	27.5	24.9	24.3	24.6	19.3	20.3	19.8	22.5	18.6	20.5	39.8	34	36.7	42.4	39.2	40.8	35.1	30.1	32.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	6.6	6.6	6.6	3.6	1.7	2.6	16.5	12.5	14.4	13.4	8.6	10.9	5.9	6.6	6.3	5.6	4.8	5.2	16.3	13.1	14.6	16.9	12.8	14.8	8.7	12.8	10.8
1->1 ครั้ง/วัน	1.5	0.6	1	0.8	0.7	0.7	7	6.3	6.6	5.9	4.8	5.3	4	2.6	3.3	4.1	1.9	3	6.3	8.4	7.4	5.1	5.1	5.1	5.5	7.1	6.3

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
7. ตับ เลือดหมี/เปิด/ไก่																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,178	2,265	1,165	1,179	2,344	1,175	1,279	2,454	1,181	1,215	2,396	1,039	1,132	2,171	1,153	1,182	2,335	971	1,073	2,044	1,096	1,160	2,256	839	1,278	2,117
0<1ครั้ง/เดือน	36.1	42.9	39.7	33.2	41	37.1	32.2	42.5	37.6	33	39.1	36.2	30.4	38	34.4	30.6	37.3	34	41.4	46	43.9	37	44.5	40.8	36.1	43.3	39.8
1-3ครั้ง/เดือน	28.2	32.2	30.3	32.7	26.6	26.9	27.4	25.3	26.3	27.9	26.1	27	26.4	29	27.8	33.2	27.4	30.3	23.8	23.9	23.9	27	25.2	26.1	27.9	23.2	25.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	27.7	20.2	23.7	28	25.3	26.6	26.6	19.4	22.8	25.1	25	25.1	28.3	23.7	25.9	27.8	25.8	26.8	26.5	19.9	23	28.5	22.8	25.6	24.3	21.2	22.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	5.9	3.2	4.5	5.2	6	5.6	10.6	8.2	9.3	10.5	6.1	8.2	9.6	5.6	7.5	3.6	6.6	5.1	5.2	7	6.2	6.4	5.3	5.8	7	6.7	6.8
1->1 ครั้ง/วัน	2.2	1.5	1.8	1	1.1	1	3.2	4.5	3.9	3.5	3.7	3.6	5.3	3.8	4.5	4.9	2.8	3.8	3.1	3.2	3.2	1.1	2.3	1.7	4.8	5.7	5.2
8. ไขทังฟอง หรือ เฉพาะไข่แดง																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,174	2,261	1,165	1,183	2,348	1,175	1,277	2,452	1,179	1,214	2,393	1,039	1,131	2,170	1,152	1,182	2,334	969	1,069	2,038	1,097	1,156	2,253	841	1,276	2,117
0<1ครั้ง/เดือน	4.5	4.9	4.7	3.8	5.3	4.6	5.1	7.8	6.5	7.1	6.9	7	7.2	7.4	7.3	10.9	8.3	9.6	4.6	7.1	5.9	6.9	6.7	6.8	4.8	8	6.5
1-3ครั้ง/เดือน	7.9	10.6	9.3	10.2	9.4	9.8	10.6	12.9	11.8	11.3	13.7	12.5	12.8	11.9	12.3	14.5	16.1	15.3	11.4	12.3	11.9	9.9	14.9	12.4	14	12.4	13.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	37	36.9	37	36.7	33.3	35	32.6	32.3	32.4	28.5	30.9	29.7	34	38.4	36.3	39.2	34	36.6	42.4	41.4	41.9	38.4	37.9	38.2	33.8	37.9	35.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	34.6	31.1	32.7	36.4	34.7	35.5	30.7	26.6	28.5	29.5	25.5	27.4	27.1	24.1	25.5	21.7	22.9	22.3	25.1	25.2	25.1	30.3	23.6	26.9	21.7	22	21.8
1->1 ครั้ง/วัน	16.1	16.5	16.3	13	17.3	15.2	21	20.4	20.7	23.6	23.1	23.3	18.9	18.3	18.6	13.9	18.7	16.3	16.5	14.1	15.2	14.5	16.9	15.7	25.7	19.6	22.6
9. ถั่วและผลิตภัณฑ์ (ไม่รวมเครื่องดื่ม) เช่น ถั่วเขียว ถั่วเหลือง ถั่วลิสง เต้าหู้ โปรตีนเกษตร																											
จำนวนตัวอย่าง	1,088	1,176	2,264	1,166	1,184	2,350	1,176	1,279	2,455	1,181	1,215	2,396	1,038	1,131	2,169	1,156	1,187	2,343	971	1,074	2,045	1,098	1,158	2,256	841	1,278	2,119
0<1ครั้ง/เดือน	31.3	30.7	31	42.4	39.4	40.9	30.6	28.8	29.7	37.5	35.7	36.5	34.7	35.7	35.2	44.2	42.4	43.3	33	29.9	31.3	40	37.2	38.6	24.3	29.5	26.9
1-3ครั้ง/เดือน	26.5	22.4	24.3	26.5	25.4	26	27.9	24.9	26.3	27.6	26	26.8	26.3	24.1	25.2	27.6	23.2	25.4	22.5	22.1	22.3	28.6	23.5	26	28	21.5	24.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	28.6	33.8	31.4	21.2	25.5	23.4	24.7	26.5	25.6	21.1	21.5	21.3	26	23.5	24.7	17.3	22.4	19.9	33.2	33	33.1	24.8	27	25.9	27	27.1	27.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	8.7	9.5	9.1	6.5	7.1	6.8	11.3	13	12.2	8.9	10.4	9.7	7.5	8.9	8.3	6.4	7.7	7.1	7.5	9.5	8.5	4	7.8	5.9	9	12.5	10.8
1->1 ครั้ง/วัน	4.9	3.7	4.3	3.4	2.6	3	5.6	6.8	6.2	4.9	6.5	5.7	5.5	7.8	6.7	4.5	4.3	4.4	3.9	5.6	4.8	2.7	4.4	3.6	11.7	9.4	10.6

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
10.ข้าวขาว / ข้าวขัดสี																											
จำนวนตัวอย่าง	1,084	1,175	2,259	1,164	1,182	2,346	1,176	1,279	2,455	1,178	1,215	2,393	1,037	1,133	2,170	1,154	1,185	2,339	968	1,073	2,041	1,099	1,161	2,260	839	1,275	2,114
0-<1ครั้ง/เดือน	8.1	7.4	7.7	8.3	7.2	7.7	1.7	3.9	2.9	2.1	2.5	2.3	8.5	5	6.7	13.2	9.5	11.3	2.3	2	2.1	3.4	2.6	3	1.9	4.3	3.1
1-3ครั้ง/เดือน	5.8	5.6	5.7	12.1	10.7	11.4	2.5	1.7	2.1	0.8	0.6	0.7	8.2	7.2	7.7	13.3	10.7	12	1.3	0.7	1	1	1.4	1.2	2.3	1.6	2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.4	9.4	10.3	11.3	10.6	11	1.5	0.9	1.2	1.8	1	1.4	14.8	11.9	13.3	14.4	17.5	16	1.4	1.7	1.5	1.1	1.5	1.4	1.7	2.6	2.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	10.5	9.5	10	7.4	8	7.7	4.2	3.1	3.6	3.9	3.5	3.7	7.4	9.5	8.5	6.7	5.9	6.3	1.9	2.1	2	2.4	3.6	3	5.2	6.7	5.9
1->1 ครั้ง/วัน	64.2	68.2	66.3	60.9	63.5	62.2	90.1	90.4	90.3	91.5	92.4	92	61.1	66.4	63.9	52.4	56.4	54.4	93.1	93.5	93.3	92.1	90.9	91.5	88.9	84.9	86.9
11.ข้าวกล้อง/ข้าวซ้อมมือ																											
จำนวนตัวอย่าง	1,084	1,176	2,260	1,163	1,179	2,342	1,174	1,278	2,452	1,178	1,216	2,394	1,037	1,134	2,171	1,155	1,179	2,334	970	1,068	2,038	1,097	1,162	2,259	840	1,279	2,119
0-<1ครั้ง/เดือน	74.9	68.9	71.7	89.2	85.3	87.2	76.8	71.4	74	80.2	80.1	80.2	79.5	74.5	76.9	86.8	89	87.9	72	72.1	72	78.9	84.1	81.6	67.1	66	66.5
1-3ครั้ง/เดือน	9.9	8.5	9.1	5	7	6	7.5	6.5	7	5.9	5.5	5.7	7.7	6.2	6.9	6.9	4.5	5.7	9.2	5.1	7	7.2	4.4	5.7	6.6	6.6	6.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	4.7	6	5.4	3.4	3.4	3.4	3.2	3.2	3.2	2.9	1.9	2.4	3.3	6.4	4.9	2.9	3	2.9	6.7	5.1	5.8	4.4	3.9	4.1	6.9	5.8	6.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	3.6	3.7	3.6	0.9	0.5	0.7	2.4	3.4	2.9	2.9	2	2.4	3.4	4.4	3.9	1.3	1.7	1.5	1.2	2.8	2	2	0.6	1.3	3.1	5.1	4.1
1->1 ครั้ง/วัน	7	12.9	10.1	1.6	3.9	2.8	10.1	15.4	12.9	8.1	10.5	9.4	6.1	8.5	7.4	2.1	1.9	2	11.1	15	13.1	7.5	7	7.2	16.3	16.5	16.4
12. ข้าวเหนียว																											
จำนวนตัวอย่าง	1,085	1,177	2,262	1,164	1,179	2,343	1,176	1,278	2,454	1,180	1,214	2,394	1,037	1,133	2,170	1,154	1,182	2,336	969	1,071	2,040	1,095	1,160	2,255	840	1,276	2,116
0-<1ครั้ง/เดือน	11.2	14.9	13.2	11	10.6	10.8	40.2	36.7	38.3	41.6	44.5	43.1	7.5	9.7	8.6	7.4	8.2	7.8	34.4	32.6	33.4	28.7	29.4	29	38.3	32.6	35.4
1-3ครั้ง/เดือน	13.8	14.8	14.3	15.4	18.5	17	31.3	34	32.7	31.4	30.7	31	8.4	10.2	9.4	7.4	7.4	7.4	28.1	27	27.5	30.2	29.4	29.8	25.6	28.3	27
1-3ครั้ง/สัปดาห์	18.7	20.2	19.5	14.8	12.9	13.9	17.9	19.6	18.8	17.4	16.2	16.8	13.8	14.5	14.2	6.1	7.8	6.9	27.3	31.2	29.4	29.2	30.8	30	23.8	27.9	25.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	8.6	9	8.8	5.1	4.8	4.9	5.6	5.9	5.8	6.6	5.9	6.3	9.9	7.7	8.7	5.3	3.9	4.6	6.6	5.2	5.9	6.9	7.2	7	8.9	5.5	7.1
1->1 ครั้ง/วัน	47.8	41.1	44.2	53.6	53.2	53.4	5.1	3.9	4.4	3	2.7	2.9	60.4	58	59.1	73.9	72.7	73.3	3.6	4	3.8	5.1	3.2	4.1	3.4	5.8	4.6

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
13. ก๊วยเตี๋ยวล่างๆ ขนมนจีน																											
จำนวนตัวอย่าง	1,083	1,174	2,257	1,162	1,179	2,341	1,174	1,276	2,450	1,178	1,215	2,393	1,036	1,130	2,166	1,153	1,184	2,337	970	1,073	2,043	1,096	1,160	2,256	841	1,277	2,118
0-<1ครั้ง/เดือน	11.9	16.1	14.1	16.7	19.6	18.2	12.3	12.3	12.3	13	15.3	14.2	13.9	16.8	15.4	17.8	20.2	19	16	14.4	15.2	19.4	14.8	17.1	16	13.6	14.8
1-3ครั้ง/เดือน	25.6	22.9	24.2	35.1	29.1	32	29.2	25	27	28.3	31	29.7	30.3	27	28.6	31.1	23.8	27.4	32	27.4	29.6	29.7	26.6	28.1	25.4	23.3	24.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	45.2	38.9	41.8	36.4	35.7	36.1	36.9	34.5	35.6	38	33.4	35.7	34.7	36	35.4	36.8	38.9	37.9	40.1	40.9	40.5	39.1	43.6	41.4	36.1	38.4	37.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	12.1	17.2	14.8	8.6	11.4	10	15.9	18.8	17.4	14.1	15.1	14.6	15.3	10.9	13	8.8	9.7	9.2	8.8	13.3	11.2	8.4	9.9	9.2	13.3	13	13.2
1->1 ครั้ง/วัน	5.2	5	5.1	3.2	4.2	3.7	5.8	9.5	7.7	6.6	5.2	5.9	5.8	9.3	7.7	5.5	7.6	6.5	3.1	4	3.6	3.4	5.1	4.2	9.1	11.8	10.5
14. บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป เช่นมาม่า ยำยำ ไวไว																											
จำนวนตัวอย่าง	1,085	1,180	2,265	1,165	1,181	2,346	1,174	1,280	2,454	1,181	1,215	2,396	1,042	1,132	2,174	1,156	1,187	2,343	971	1,073	2,044	1,098	1,162	2,260	840	1,279	2,119
0-<1ครั้ง/เดือน	43.4	52.8	48.4	41.6	45.3	43.5	41.8	49.9	46.1	37.5	48.6	43.2	36.5	48.9	43	37.8	48.8	43.4	48.7	52.2	50.5	47.5	51	49.3	45.9	55.1	50.6
1-3ครั้ง/เดือน	26.2	22	24	25.7	25.6	25.7	27.1	23.8	25.3	24.8	22.1	23.4	27.7	25.3	26.5	27.8	23.3	25.5	22.4	22.5	22.5	24.9	24.8	24.9	25.6	20.3	24.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	23.3	18.1	20.5	24.5	23.8	24.1	20.1	16.5	18.2	22.8	18.2	20.4	23.8	17	20.2	22.7	20.3	21.5	20.7	18.8	19.7	18.7	16.8	17.7	15	15.5	15.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	5	5.3	5.2	6.8	4.1	5.4	9.7	6.8	8.2	11.2	7.8	9.4	8	5.3	6.6	6.3	4.9	5.6	5.5	5.6	5.5	6.1	5	5.5	5.9	5.7	5.8
1->1 ครั้ง/วัน	2	1.8	1.9	1.5	1.3	1.4	1.5	3	2.3	3.8	3.3	3.5	4.1	3.5	3.8	5.4	2.8	4.1	2.7	1	1.8	2.8	2.4	2.6	3.6	3.4	3.5
15. ขนมนปังขาว																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,179	2,266	1,163	1,182	2,345	1,175	1,274	2,449	1,180	1,216	2,396	1,042	1,136	2,178	1,157	1,184	2,341	968	1,070	2,038	1,099	1,159	2,258	841	1,278	2,119
0-<1ครั้ง/เดือน	39.9	38.7	39.3	46.6	45.3	46	45.8	44.3	45	50.3	49.9	50.1	47.8	48.5	48.1	57	50.7	53.8	48.5	51.1	49.9	54	51.9	52.9	32.9	36.7	34.8
1-3ครั้ง/เดือน	24.9	21.3	23	24.2	23.7	23.9	21.9	20	20.9	21.5	21	21.2	20.9	21	21	20.3	22.1	21.2	18.9	19.1	19	17.4	17	17.2	25	19.6	22.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	21	21.4	21.2	19.7	20.2	20	19.2	21.6	20.5	16.5	14.6	15.5	18.5	18.6	18.5	13	18.2	15.6	21.7	17.1	19.2	16.2	20.9	18.6	22.6	23.5	23.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	8.1	10	9.1	5.5	6.1	5.8	8.8	7.8	8.3	6.1	7.5	6.8	6	6.5	6.3	5.7	5.3	5.5	6.7	8.4	7.6	6.9	7	7	8.6	9.3	8.9
1->1 ครั้ง/วัน	6	8.6	7.4	4	4.8	4.4	4.3	6.2	5.3	5.7	7	6.4	6.8	5.4	6	4.1	3.7	3.9	4.1	4.4	4.3	5.6	3.2	4.4	10.9	10.9	10.9

ความถี่บริโภค	เนื้อ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
16. ขนมนึ่งโฮลวีท ขนมนึ่งธัญพืช																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,178	2,264	1,167	1,182	2,349	1,173	1,276	2,449	1,181	1,215	2,396	1,042	1,132	2,174	1,153	1,185	2,338	968	1,071	2,039	1,097	1,160	2,257	839	1,278	2,117
0-<1ครั้ง/เดือน	63.3	61.6	62.4	73.7	71.4	72.5	74.4	72.9	73.6	77.4	75	76.2	71.6	69.3	70.4	79.7	80.4	80.1	71.5	68.7	70	73.1	72.8	73	69.5	66.2	67.8
1-3ครั้ง/เดือน	16.4	14.3	15.3	13.7	14.1	13.9	12.1	10.6	11.3	11.2	12.4	11.4	13.4	14.9	14.2	10.3	9.7	10	12.4	12.8	12.6	12	10.3	11.1	14.7	15.7	15.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	13.1	13.2	13.1	9.1	9.6	9.3	8.4	10.3	9.4	6.1	6.6	6.4	9.7	8.4	9	6.6	6.3	6.5	11.4	11.7	11.6	10.6	11.4	11	10.3	9.7	10
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.9	7.2	6.2	1.9	2.8	2.3	3.4	3.5	3.5	3.1	2.7	2.9	2.6	3.8	3.2	2.2	2	2.1	3.6	4	3.8	2.2	3.4	2.8	1.6	4.4	3
1->1 ครั้ง/วัน	2.3	3.6	3	1.7	2.1	1.9	1.7	2.8	2.2	2.2	3.4	2.8	2.7	3.5	3.1	1.2	1.6	1.4	1.1	2.8	2	2.2	2.2	2.2	4	4.1	4.1
17. อาหารทอด เช่น หมู/ไก่ทอด ทอดมัน กุ้งทอด แคบหมู ฯลฯ																											
จำนวนตัวอย่าง	1,084	1,176	2,260	1,166	1,180	2,346	1,175	1,278	2,453	1,179	1,212	2,391	1,038	1,127	2,165	1,152	1,187	2,339	969	1,072	2,041	1,095	1,157	2,252	839	1,274	2,113
0-<1ครั้ง/เดือน	21.4	24.3	23	17.1	20.7	19	20.9	21.5	21.2	20.3	22.3	21.3	15	22.8	19.1	16.6	21.1	18.9	16.8	18.1	17.5	15.6	16.4	16	20.6	23.4	22
1-3ครั้ง/เดือน	19.4	23.2	21.4	26.5	25.1	25.8	24.2	27.4	25.9	19.9	24.2	22.1	24.7	24.8	24.8	27.2	24	25.6	20.1	22.9	21.6	17.4	19.9	18.7	22.4	25	23.8
1-3ครั้ง/สัปดาห์	37.8	35	36.3	38.4	37.9	38.1	31	27.6	29.2	31.1	29.9	30.5	32.9	31.3	32.1	33.6	35.1	34.4	40.6	38.5	39.5	41.9	42.7	42.3	30.4	28.4	29.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	15.7	12.4	13.9	14.2	12.6	13.4	15.4	14.9	15.1	19.1	15	17	17.4	13	15.1	14.9	12	13.4	15	14.4	14.7	17.6	15	16.3	14.3	11.7	13
1->1 ครั้ง/วัน	5.8	5.1	5.4	3.8	3.7	3.7	8.5	8.6	8.5	9.6	8.6	9.1	10	8.1	9	7.8	7.8	7.8	7.5	6.1	6.8	7.6	6.1	6.8	12.3	11.5	11.9
18. อาหารจานด่วนตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์																											
จำนวนตัวอย่าง	1,088	1,177	2,265	1,164	1,183	2,347	1,174	1,280	2,454	1,180	1,215	2,395	1,042	1,136	2,178	1,154	1,187	2,341	968	1,073	2,041	1,095	1,161	2,256	839	1,276	2,115
0-<1ครั้ง/เดือน	87.2	88.5	87.9	95.1	94.9	95	87.8	89.1	88.5	91.8	93.5	92.7	86.5	89.3	88	93.7	94.7	94.2	84.3	88.3	86.4	88.7	90.7	89.7	83.9	84.2	84
1-3ครั้ง/เดือน	7.7	8.3	8	3.7	4	3.9	8.4	7.8	8.1	5.5	4.2	4.8	9.8	7.5	8.6	4	3.2	3.6	8.7	7.8	8.3	7.4	7	7.2	12.2	10.1	11.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	4.3	2.1	3.2	0.9	0.9	0.9	2.8	2	2.4	1.4	1.4	1.4	1.9	2.8	2.4	1	1.4	1.2	5.1	2.5	3.7	2.9	1.7	2.3	2.3	3.8	3.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	0.6	0.8	0.8	0.2	0.1	0.2	0.9	0.7	0.8	0.9	0.6	0.8	0.3	0.2	0.2	0.7	0.4	0.5	1.4	1.1	1.3	0.8	0.6	0.7	0.8	0.8	0.8
1->1 ครั้ง/วัน	0.1	0.3	0.2	0	0.1	0.1	0.2	0.5	0.4	0.4	0.3	0.4	1.5	0.2	0.8	0.6	0.5	0.5	0.5	0.3	0.4	0.2	0	0.1	0.7	1	0.9

ความถี่บริโภค	เนื้อ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
19.อาหารคาวประเภทแกงที่มีกะทิ/น้ำมัน เช่น แกงเผ็ด ต้มยำ แกงอ่อม ขนมหินน้ำเงี้ยว																											
จำนวนตัวอย่าง	1,085	1,176	2,261	1,167	1,183	2,350	1,175	1,278	2,453	1,179	1,213	2,392	1,039	1,132	2,171	1,155	1,188	2,343	968	1,074	2,042	1,097	1,161	2,258	841	1,278	2,119
0-<1ครั้ง/เดือน	24.8	35	30.2	22.5	31.3	27	20.9	31	26.2	19	27.8	23.5	22.4	31	26.9	24.6	27.9	26.2	12.1	16.6	14.5	7.2	10.6	9	23.7	24.5	24.2
1-3ครั้ง/เดือน	25.7	27.7	26.8	28.6	29.2	28.9	25	27	26	24	27	25.6	29.7	33.9	31.9	30.3	30.3	30.3	14.3	20.3	17.5	10.3	18.2	14.3	23.9	26.9	25.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	35.1	28.4	31.6	32.8	27.5	30.1	32.6	25	28.6	31.3	24.2	27.6	28.7	22.7	25.6	28	28.2	28.1	39	39.6	39.3	42.8	40	41.4	33.6	32.1	32.8
4-6ครั้ง/สัปดาห์	11	7	8.9	13	9.9	11.4	15.5	11.6	13.4	17	13.8	15.4	13	7	9.9	10.8	7.1	8.9	24.6	13	18.4	24.9	18.4	21.6	9.3	8.9	9.1
1->1 ครั้ง/วัน	3.3	1.9	2.6	3.1	2.2	2.6	6.1	5.5	5.8	8.7	7.2	7.9	6.2	5.3	5.7	6.4	6.6	6.5	10	10.6	10.3	14.8	12.8	13.8	9.5	7.6	8.5
20.ปลาร้า ปลาเจ่า น้ำบูดู ลั่วเน่า																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,178	2,264	1,167	1,183	2,350	1,174	1,277	2,451	1,180	1,215	2,395	1,036	1,133	2,169	1,153	1,188	2,341	970	1,072	2,042	1,098	1,160	2,258	840	1,276	2,116
0-<1ครั้ง/เดือน	33.1	35.1	34.2	20	18.8	19.4	60.4	55.8	58	48.7	50.4	49.6	19.3	17.5	18.4	10.8	7.2	9	79.8	80.7	80.3	78	78.8	78.4	62.3	58.3	60.2
1-3ครั้ง/เดือน	15.6	12	13.7	14.2	13.3	13.8	15.9	18.6	17.3	20.3	18.7	19.5	12.2	12.4	12.3	9.4	9.3	9.3	10.9	10.8	10.8	11.8	10.7	11.3	16.4	18.4	17.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	20.8	17.4	19	18.9	20.7	19.8	12.3	11.9	12.1	16.8	15.5	16.1	20.4	18.2	19.2	14.9	14.3	14.6	7.1	6.2	6.6	7.3	7.8	7.6	14.9	13.9	14.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	15.4	15.6	15.5	20.7	17.7	19.2	7.3	8.2	7.8	8.2	9.1	8.7	18.7	19.5	19.1	19	15.1	17	1.5	1.2	1.4	1.8	1.8	1.8	4.2	6.1	5.2
1->1 ครั้ง/วัน	15.2	19.9	17.7	26.2	29.4	27.9	4.2	5.6	4.9	6	6.2	6.1	29.5	32.4	31	46	54.1	50.1	0.7	1.1	0.9	1.1	0.9	1	2.3	3.3	2.8
21.น้ำพริก เช่น น้ำพริกกะปิ น้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกปลาป่น น้ำพริกปลาร้า น้ำพริกตาแดง น้ำพริกขี้เหล็ก																											
จำนวนตัวอย่าง	1,088	1,178	2,266	1,167	1,182	2,349	1,176	1,279	2,455	1,181	1,216	2,397	1,041	1,137	2,178	1,156	1,187	2,343	967	1,074	2,041	1,098	1,161	2,259	841	1,279	2,120
0-<1ครั้ง/เดือน	7.8	7.6	7.7	5.6	5.6	5.6	14.2	11.2	12.6	9.2	9.1	9.2	10	10.5	10.3	9	8.6	8.8	13.6	12.9	13.2	10.1	9.6	9.9	19.6	12.9	16.2
1-3ครั้ง/เดือน	12.7	13.3	13	9.1	10.1	9.6	19.8	14.9	17.3	16.2	14.9	15.5	15.5	15.4	15.4	9.1	10.6	9.9	18.4	18.8	18.6	15.9	16.6	16.3	22.8	18.3	20.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	35.3	37.8	36.6	31.8	33.9	32.8	27.8	31.1	29.5	26.7	24	25.3	25.1	26.9	26	24.1	25.8	24.9	41.4	41.6	41.5	42.3	44	43.2	24.7	34.9	29.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	32.7	29.1	30.8	30.8	27.8	29.3	25.7	23	24.3	25.3	27.5	26.4	21.6	22	21.8	20.3	20.9	20.6	19.4	17.9	18.6	18.9	16.8	17.9	14.8	19.8	17.3
1->1 ครั้ง/วัน	11.5	12.2	11.9	22.8	22.6	22.7	12.4	19.8	16.3	22.6	24.5	23.6	27.8	25.2	26.4	37.6	34.1	35.9	7.1	8.9	8.1	12.9	12.9	12.9	18.2	14.1	16.1

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
22.ผลไม้รสหวาน เช่น องุ่น ลูกอม ทูเรียน ลำไย ลิ้นจี่ มะม่วงสุก ขนุน ละมุด น้อยหน่า อ้อย ถั่วฝักยาว มะละกอสุก แตงเทศ สับปะรด ฯลฯ																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,180	2,266	1,166	1,184	2,350	1,177	1,279	2,456	1,182	1,216	2,398	1,040	1,134	2,174	1,153	1,188	2,341	967	1,072	2,039	1,098	1,161	2,259	841	1,277	2,118
0-<1ครั้ง/เดือน	5.6	6.3	6	5.9	4.6	5.2	11.6	13.5	12.6	10.6	13.8	12.2	4.4	4.7	4.6	7.3	5.5	6.4	9.1	8.7	8.9	6.8	5.9	6.4	14.5	15.9	15.2
1-3ครั้ง/เดือน	12.3	11.2	11.7	15	11.8	13.4	24	19.7	21.8	25.7	19.5	22.5	15.2	11.5	13.3	17.4	14.8	16.1	15.3	15	15.1	14.2	16.5	15.4	21.6	20.3	20.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	38.9	28.9	33.5	44.7	43.1	43.9	32.2	30.2	31.1	31.9	30.7	31.3	39	33.5	36.1	41.4	41.5	41.5	43.4	34.8	38.8	43.4	34.4	38.8	32.9	27	29.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	25.1	26.2	25.7	23.1	22	22.5	19.3	18.3	18.8	20.6	20	20.3	20.4	23.6	22.1	18.4	17.5	18	19.1	22.1	20.7	22	22.7	22.4	15.2	14.6	14.8
1->1 ครั้ง/วัน	18.2	27.5	23.2	11.4	18.5	15	12.9	18.3	15.8	11.1	16.1	13.7	21	26.8	24	15.5	20.7	18.1	13.1	19.5	16.5	13.6	20.5	17.2	15.9	22.2	19.1
23.ผลไม้รสไม่หวาน/หวานน้อย เช่น ฝรั่ง ชมพู่ มะม่วงดิบ แอปเปิ้ล แก้วมังกร																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,179	2,265	1,166	1,184	2,350	1,177	1,280	2,457	1,182	1,216	2,398	1,042	1,136	2,178	1,158	1,187	2,345	970	1,071	2,041	1,099	1,161	2,260	841	1,279	2,120
0-<1ครั้ง/เดือน	9.7	6.7	8.1	9.6	8.8	9.2	16.1	14	15	15.6	14.2	14.9	13.2	9.6	11.3	16.8	12.6	14.7	17.4	12.9	15	22	16.4	19.2	15	10.4	12.7
1-3ครั้ง/เดือน	13.2	10.1	11.5	20.2	14.3	17.2	24.5	17.4	20.8	23.2	21.5	22.3	26.8	17.1	21.7	29.1	22.4	25.7	20.3	14.8	17.4	21.3	18.4	19.9	18.4	16.9	17.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	43.1	36.4	39.5	46.9	43.7	45.3	30.8	30.9	30.9	31.8	30.1	30.9	34.6	35.9	35.3	37.2	38.6	37.9	39.7	36.6	38	38.6	39.7	39.1	34.7	32.2	33.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	21.1	23.7	22.5	17.2	20.4	18.8	19.8	20.7	20.3	18.8	19.1	19	15.1	18.9	17.1	9	13.3	11.2	15.8	20.1	18.1	11.5	15.5	13.6	14.1	18.3	16.2
1->1 ครั้ง/วัน	13	23.1	18.4	6.1	12.8	9.5	8.8	17	13.1	10.6	15.1	12.9	10.3	18.5	14.6	7.9	13	10.5	6.9	15.6	11.5	6.6	10	8.3	17.8	22.2	20
24.ผลไม้หวาน ฉาบ เช่น สับปะรดหวาน ถั่วฝักยาว																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,178	2,265	1,165	1,182	2,347	1,173	1,277	2,450	1,180	1,213	2,393	1,039	1,135	2,174	1,157	1,182	2,339	970	1,073	2,043	1,097	1,156	2,253	841	1,277	2,118
0-<1ครั้ง/เดือน	73.5	81.3	77.6	68	71.5	69.8	70.2	71.5	70.9	67.3	68.9	68.2	68.2	69.8	69.1	67.4	64.6	66	70.4	72.8	71.7	64.2	66.3	65.3	76.5	79.8	78.2
1-3ครั้ง/เดือน	17.3	13.2	15.1	20.5	17.8	19.1	19.8	17.8	18.8	19.8	19.4	19.6	16.9	16.5	16.7	20.4	16.8	18.6	17.7	17	17.3	21	18.6	19.8	17.7	12.7	15.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	7.1	4.1	5.5	10.3	8.4	9.3	7.9	7.2	7.5	8.6	8	8.3	9.2	10.1	9.7	8.6	14.5	11.6	9.4	7	8.1	10.7	10.5	10.6	4.6	4.3	4.5
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1.8	1.2	1.5	0.6	2.1	1.4	1.8	2.4	2.1	2.4	2.9	2.7	3.4	2.5	3	2.6	2.3	2.4	1.8	2	1.9	3.2	2.6	2.9	0.8	2.1	1.4
1->1 ครั้ง/วัน	0.3	0.3	0.3	0.5	0.2	0.4	0.3	1	0.7	1.9	0.7	1.3	2.3	1	1.6	1.1	1.8	1.5	0.6	1.3	1	1	2.1	1.5	0.4	1.2	0.8

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
25.ผลไม้เชื่อม เช่น สาคูเชื่อม กล้วยเชื่อม มะตูมเชื่อม																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,180	2,266	1,164	1,182	2,346	1,176	1,279	2,455	1,181	1,212	2,393	1,040	1,132	2,172	1,157	1,188	2,345	968	1,072	2,040	1,096	1,162	2,258	841	1,278	2,119
0-<1ครั้ง/เดือน	79.7	85.7	82.9	76.2	79.4	77.8	70.8	75.8	73.4	67.4	73.3	70.4	81.7	86.8	84.4	78.5	85.6	82.1	68.8	75.7	72.5	58	63.2	60.6	76.1	81.5	78.9
1-3ครั้ง/เดือน	14.3	10.6	12.3	16.5	14.5	15.5	19.4	15.8	17.5	21.3	16.1	18.6	12.4	7.7	10	13.2	8.7	10.9	18.4	14.3	16.2	22.7	21.2	21.9	17.5	11.7	14.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	5.5	2.9	4.1	6.5	5.1	5.8	6.4	6.2	6.3	8.5	7.8	8.1	3.8	4.1	3.9	7	4	5.5	11.2	7.8	9.4	15.8	12.3	14	5.5	4.3	4.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	0.6	0.5	0.5	0.6	0.8	0.7	2.4	1.4	1.9	1.9	1.9	1.9	1.2	0.8	1	1.2	1.2	1.2	1.2	1.9	1.6	2.7	2.4	2.5	0.4	1.5	1
1->1 ครั้ง/วัน	0	0.4	0.2	0.3	0.3	0.3	1.1	0.9	1	1	0.9	1	0.9	0.6	0.7	0.2	0.6	0.4	0.4	0.3	0.3	0.8	1	0.9	0.5	1	0.8
26.ผักและผลไม้หมักดอง เช่น ผลไม้ดอง ผักกาดดอง																											
จำนวนตัวอย่าง	1,085	1,180	2,265	1,163	1,183	2,346	1,177	1,279	2,456	1,180	1,215	2,395	1,042	1,136	2,178	1,156	1,189	2,345	969	1,073	2,042	1,096	1,161	2,257	840	1,278	2,118
0-<1ครั้ง/เดือน	64.1	72.5	68.6	59.5	63	61.3	65	68	66.6	56.9	66.2	61.7	59.2	60.7	60	51.7	58.8	55.3	62.9	67	65.1	59.1	66.6	62.9	71.8	74.1	73
1-3ครั้ง/เดือน	20.4	16.6	18.4	24.1	22.4	23.2	22.6	19.5	21	24.3	20.1	22.1	24.5	22.4	23.4	27.8	22	24.8	21.2	17.8	19.4	24.1	19.8	21.9	17.8	13.8	15.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	13.3	9.3	11.1	12.9	11.9	12.4	9.2	8.6	8.9	13	9.3	11.1	12.5	12.6	12.5	15.3	15.3	15.3	13.6	10.7	12.1	13.2	9.6	11.4	7.9	8.4	8.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1.8	1.4	1.6	2.7	1.8	2.3	2.2	2.6	2.4	4	2.9	3.5	2.5	2.7	2.6	3.2	2.1	2.6	1.3	2.3	1.8	2.9	3	2.9	1.3	1.7	1.5
1->1 ครั้ง/วัน	0.4	0.3	0.3	0.7	0.9	0.8	1	1.4	1.2	1.8	1.4	1.6	1.3	1.7	1.5	2	1.9	2	1.1	2.2	1.7	0.7	1.1	0.9	1.2	2	1.6
27.ผลไม้กระป๋อง																											
จำนวนตัวอย่าง	1,088	1,179	2,267	1,166	1,184	2,350	1,174	1,277	2,451	1,182	1,215	2,397	1,042	1,134	2,176	1,155	1,189	2,344	968	1,073	2,041	1,095	1,160	2,255	837	1,277	2,114
0-<1ครั้ง/เดือน	90	91.6	90.9	90.2	93.1	91.7	78.3	83.5	81	77.6	81.5	79.6	86	91.4	88.8	88.4	91.6	90.1	81.4	83.3	82.4	78.9	82.7	80.8	80.1	82.6	81.4
1-3ครั้ง/เดือน	6.5	7.3	6.9	7.5	5.4	6.4	16.3	13.2	14.6	15.8	12	13.9	11.1	5.8	8.3	7.7	6.6	7.1	13.6	11	12.2	14.1	11.9	13	14.2	12.3	13.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	2.9	1	1.9	2.2	1.3	1.7	3.7	2.3	3	3.9	4.5	4.2	2	2.3	2.2	2.4	1.2	1.8	3.5	4	3.8	5.4	4	4.7	4	3.7	3.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	0.3	0.1	0.2	0.2	0	0.1	1.3	0.9	1.1	1.9	1.9	1.9	0.2	0.5	0.3	1.1	0.3	0.7	1.1	1.3	1.2	1.1	0.7	0.9	0.9	0.5	0.7
1->1 ครั้ง/วัน	0.3	0	0.1	0	0.2	0.1	0.4	0.2	0.3	0.9	0.1	0.5	0.7	0.1	0.4	0.4	0.2	0.3	0.5	0.4	0.5	0.5	0.8	0.6	0.7	0.9	0.8

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
28.ผลไม้แห้ง เช่น ลูกเกด ลูกพรุน ลูกท้อ พุทรา มะม่วง																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,179	2,266	1,165	1,184	2,349	1,175	1,276	2,451	1,182	1,215	2,397	1,042	1,137	2,179	1,157	1,185	2,342	969	1,073	2,042	1,096	1,161	2,257	841	1,275	2,116
0<1ครั้ง/เดือน	83.3	83.9	89.7	84.3	87.4	85.9	78	77.7	77.9	80.6	80	80.2	80.4	82.9	81.7	81.9	86.5	84.2	79.3	76.9	78	77.2	78.3	77.8	76.2	77.3	76.8
1-3ครั้ง/เดือน	10	9.6	9.8	11.6	9.4	10.5	14.9	13.7	14.3	13.2	13.3	13.3	14.7	10.4	12.5	11.6	8.3	9.9	14.6	14.4	14.5	15.1	12.4	13.7	16.5	13.7	15.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	5.5	4.5	4.9	2.4	2.5	2.4	5.2	5.1	5.2	3.5	4	3.8	3	3.9	3.4	3.8	3.5	3.6	5	6.4	5.8	5.8	6.7	6.2	4.5	5.7	5.2
4-6ครั้ง/สัปดาห์	0.7	0.9	0.8	1.3	0.3	0.8	1.2	2.1	1.7	1.2	2.1	1.7	1	1.8	1.4	1.6	0.7	1.1	0.8	1.5	1.2	1.5	1.4	1.5	0.7	1.5	1.1
1->1 ครั้ง/วัน	0.5	1.2	0.8	0.4	0.5	0.4	0.7	1.4	1	1.5	0.7	1.1	0.9	1.1	1	1.2	1	1.1	0.3	0.8	0.6	0.4	1.2	0.8	2	1.7	1.8
29. นมสด/โยเกิร์ตชนิดถ้วยไม่ปรุงแต่งรส																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,174	2,260	1,164	1,182	2,346	1,174	1,274	2,448	1,180	1,215	2,395	1,041	1,134	2,175	1,155	1,188	2,343	965	1,069	2,034	1,098	1,156	2,254	836	1,276	2,112
0<1ครั้ง/เดือน	47.5	47.3	47.4	55.7	53.5	54.6	56.6	53.3	54.9	60.4	56.6	58.4	61.2	51.3	56	64	58	61	48.1	44.8	46.4	53.8	46.9	50.3	53.4	46.7	50
1-3ครั้ง/เดือน	12.9	12.4	12.6	15	14	14.5	15	14.7	14.8	14.3	12.5	13.4	11.3	16.6	14.1	15.9	12.7	14.3	15.9	12.5	14.1	14.8	10.7	12.7	14.5	13.4	13.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	21.5	18.8	20	18.8	19.1	19	13	15	14.1	13.1	13.5	13.3	14.8	16.2	15.5	13.8	18.3	16.1	21.3	19.4	20.3	16.4	20.9	18.7	14.3	17.6	16
4-6ครั้ง/สัปดาห์	8.7	10.8	9.8	6.7	6	6.3	9	6.8	7.8	5.8	8.2	7	4.8	6.7	5.8	3.3	3.9	3.6	7.6	9.1	8.4	9.8	9.8	9.8	4.6	7	5.8
1->1 ครั้ง/วัน	9.4	10.8	10.1	3.9	7.4	5.7	6.4	10.2	8.4	6.4	9.3	7.9	8	9.2	8.6	3.1	7.1	5.1	7.1	14.2	10.9	5.2	11.8	8.5	13.2	15.4	14.3
30. นมหวาน/นมปรุงแต่งรส /โยเกิร์ตชนิดถ้วยปรุงแต่งรส																											
จำนวนตัวอย่าง	1,088	1,177	2,265	1,164	1,183	2,347	1,176	1,278	2,454	1,181	1,213	2,394	1,041	1,137	2,178	1,151	1,187	2,338	970	1,073	2,043	1,096	1,161	2,257	840	1,279	2,119
0<1ครั้ง/เดือน	42.3	49.8	46.3	45	47	46	52.8	56.9	55	52.1	52.3	52.2	47.3	47.5	47.4	47.6	49.6	48.6	49.1	52.3	50.8	47.5	47.9	47.7	47.8	56	52
1-3ครั้ง/เดือน	16.5	14.4	15.4	20.3	17	18.6	15.4	13.1	14.2	16.9	14.4	15.6	18.6	16.5	17.5	22.3	16.8	19.5	18.1	15.6	16.8	15.5	13.4	14.4	18	14.3	16.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	22.1	20	20.9	21.5	22	21.7	15.3	13.6	14.4	15.1	13.9	14.5	18.7	17.2	17.9	20.7	20.8	20.8	20.6	14.9	17.5	21	19.7	20.3	18.3	14.5	16.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	10.9	8.6	9.7	8.1	6.7	7.4	9.1	7.9	8.5	8	9.2	8.6	6.4	9	7.8	4.1	5.5	4.8	5.9	8.5	7.3	8.8	10	9.4	6.1	7.6	6.8
1->1 ครั้ง/วัน	8.3	7.2	7.7	5.1	7.4	6.2	7.3	8.6	8	8	10.3	9.2	9.1	9.8	9.5	5.3	7.3	6.3	6.3	8.7	7.6	7.2	9.1	8.2	9.9	7.6	8.7

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
31. โยเกิร์ตชนิดดื่ม																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,180	2,267	1,166	1,182	2,348	1,176	1,280	2,456	1,181	1,214	2,395	1,038	1,136	2,174	1,157	1,187	2,344	970	1,074	2,044	1,099	1,161	2,260	840	1,279	2,119
0-<1ครั้ง/เดือน	60.1	47.2	53.2	65.8	59.4	62.5	66.7	63.5	65	71.8	67.4	69.6	70.7	58.6	64.3	71.1	65.4	68.2	54.5	47.5	50.8	59.3	53.1	56.2	69.3	60.4	64.8
1-3ครั้ง/เดือน	14.5	13.9	14.2	13.7	10.9	12.3	11.9	12.6	12.3	9.9	9.9	9.9	11	15	13.1	12.8	11.5	12.1	13.4	12.3	12.8	15.6	12	13.7	13.9	11	12.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	14.3	21.7	18.3	14.6	18.6	16.6	11.3	10.4	10.8	9.3	10.9	10.1	11.8	14	13	11.5	15.8	13.7	20.4	19.8	20.1	16.4	21.6	19.1	8.4	13.4	11
4-6ครั้ง/สัปดาห์	6.4	8.5	7.5	3.7	6.4	5.1	7.4	6.6	7	3.8	5.8	4.8	4.1	4.7	4.4	1.9	4.8	3.4	6.7	10.5	8.7	5.6	7.5	6.5	2.9	5.5	4.2
1->1 ครั้ง/วัน	4.7	8.7	6.8	2.2	4.7	3.5	2.7	7	5	5.2	6.1	5.6	2.4	7.8	5.2	2.7	2.6	2.7	5.1	9.9	7.7	3.1	5.9	4.5	5.5	9.7	7.6
32.นมพร่องมันเนย																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,180	2,266	1,165	1,183	2,348	1,176	1,278	2,454	1,182	1,214	2,396	1,040	1,136	2,176	1,157	1,186	2,343	967	1,072	2,039	1,098	1,161	2,259	839	1,275	2,114
0-<1ครั้ง/เดือน	72.6	63.3	67.7	78.8	74.2	76.5	69.9	64.9	67.3	76.4	69.3	72.7	72.2	66.4	69.2	81.6	73.8	77.7	72.7	62.6	67.3	75.2	67.4	71.2	65.3	58.6	61.9
1-3ครั้ง/เดือน	7.8	9	8.4	10.4	7.7	9	10.8	10	10.4	10.5	10.9	10.7	12	13.5	12.8	9.9	11.9	10.9	10.7	8	9.3	9.4	8	8.7	11.9	10.6	11.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.5	14.2	12.9	6.5	9.5	8.1	8.6	10.8	9.8	5.2	8.6	7	7.8	8.5	8.2	4.8	8.7	6.7	9.5	13	11.4	10.6	12.4	11.5	11.2	13	12.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.9	7.5	6.3	2.9	3.1	3	6.9	7.5	7.2	3.6	5.3	4.5	3.5	5.4	4.5	1.7	2.5	2.1	3.2	6.8	5.1	2.7	6.3	4.5	5	6.6	5.8
1->1 ครั้ง/วัน	3.3	6	4.8	1.3	5.5	3.5	3.9	6.7	5.4	4.3	5.9	5.1	4.5	6.1	5.4	2	3.2	2.6	3.8	9.6	6.9	2.2	6	4.1	6.6	11.2	9
33. น้ำเต้าหู้/นมถั่วเหลือง																											
จำนวนตัวอย่าง	1,085	1,173	2,258	1,161	1,181	2,342	1,171	1,279	2,450	1,182	1,215	2,397	1,039	1,134	2,173	1,155	1,185	2,340	969	1,072	2,041	1,098	1,160	2,258	839	1,277	2,116
0-<1ครั้ง/เดือน	30.3	27	28.5	36.7	33.6	35.1	38.6	34.2	36.3	44.6	41.4	43	35.7	27.6	31.5	45	40.5	42.7	32.4	27.3	29.7	40	34.3	37.1	33.8	34	33.9
1-3ครั้ง/เดือน	18.1	14.2	16	19.6	15.8	17.7	23.5	22	22.7	21.6	17.2	19.4	20.6	22.1	21.4	22.1	18	20	23.1	14	18.3	19.2	14.8	17	19.8	19.1	19.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	27.3	29.9	28.7	26.2	25.3	25.8	17.5	19.7	18.7	18	21.5	19.8	21.3	24.4	22.9	20	24.3	22.2	25.6	29.8	27.8	27.6	32.2	30	24.4	21.4	22.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	13.8	15.1	14.5	12.3	13.7	13	13.6	11.9	12.7	7.4	10.5	9	11.1	8.5	9.8	6.1	7.4	6.8	10.9	15	13.1	8.2	9.8	9	10.2	12.2	11.2
1->1 ครั้ง/วัน	10.5	13.9	12.3	5.2	11.6	8.4	7	12.2	9.7	8.5	9.3	8.9	11.2	17.4	14.5	6.9	9.8	8.4	8	13.9	11.2	5	8.9	7	11.8	13.3	12.5

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
34. น้ำอัดลม/น้ำหวาน																											
จำนวนตัวอย่าง	1,081	1,174	2,255	1,164	1,180	2,344	1,175	1,275	2,450	1,174	1,213	2,387	1,037	1,132	2,169	1,155	1,185	2,340	968	1,068	2,036	1,092	1,155	2,247	838	1,273	2,111
0-<1ครั้ง/เดือน	51	65.5	58.7	47.8	59.9	53.9	34.2	46.7	40.8	34.2	42.7	38.6	34.5	52.8	44.1	29.8	44.7	37.3	42.9	53.6	48.6	41.1	46.8	44	39.2	42.3	40.8
1-3ครั้ง/เดือน	20.2	14.4	17.1	23.2	22.2	22.7	18.6	16.2	17.3	20	19	19.5	22.3	18.8	20.4	30.5	24.9	27.7	19.5	17.2	18.3	17.9	19.7	18.9	16.7	15.4	16.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	17.6	11.8	14.5	21.3	11.3	16.2	21.3	13.8	17.4	21.9	16.7	19.3	22.6	15.1	18.7	27.5	17.6	22.5	22.1	15.9	18.8	25.1	18.5	21.8	18.2	16.7	17.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	7.4	4.6	5.9	4.8	4.1	4.5	13.9	8.8	11.2	12.4	10.7	11.5	10.8	6.7	8.6	6.6	7	6.8	7.7	7	7.4	10.5	10	10.2	10.9	7.9	9.4
1->1 ครั้ง/วัน	3.8	3.7	3.8	2.8	2.6	2.7	12	14.5	13.3	11.4	10.9	11.2	9.9	6.7	8.2	5.6	5.8	5.7	7.8	6.3	7	5.4	4.9	5.2	15	17.7	16.4
35. น้ำผลไม้/น้ำผัก																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,177	2,263	1,164	1,181	2,345	1,173	1,277	2,450	1,176	1,214	2,390	1,038	1,134	2,172	1,155	1,185	2,340	969	1,066	2,035	1,097	1,158	2,255	839	1,277	2,116
0-<1ครั้ง/เดือน	57.7	53.3	55.4	70	65	67.5	58.6	56.9	57.7	64.8	59.7	62.2	61.8	58.9	60.3	72.2	71.8	72	59.1	51.8	55.2	62.6	58.6	60.6	52.5	54.2	53.4
1-3ครั้ง/เดือน	18.6	18.3	18.5	16.8	18.6	17.7	17.8	16.1	16.9	16.5	15.9	16.2	15.8	15.3	15.5	13.3	13.5	13.4	17.5	15.4	16.4	15.8	17.8	16.8	20.2	16.7	18.4
1-3ครั้ง/สัปดาห์	16.8	18	17.4	9.9	12.7	11.3	14.1	14.9	14.5	10.3	13	11.7	14.3	14.4	14.4	7.4	9	8.2	15.4	20	17.8	15.2	16.1	15.7	16.1	15.3	15.7
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.9	6	5.5	1.9	1.7	1.8	6.5	6.7	6.6	5.3	6.6	6	5.7	4.9	5.3	4.2	3.1	3.7	4.7	6.8	5.8	4.4	4.2	4.3	3.8	5.3	4.6
1->1 ครั้ง/วัน	2.1	4.3	3.2	1.5	2.1	1.8	3	5.6	4.4	3.1	4.8	4	2.5	6.5	4.6	2.9	2.5	2.7	3.3	5.9	4.7	2.1	3.3	2.7	7.3	8.6	8
36. เครื่องดื่มชูกำลัง เช่น กระทิงแดง ลิโพ เอ็ม 150																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,179	2,265	1,165	1,183	2,348	1,175	1,280	2,455	1,179	1,213	2,392	1,041	1,136	2,177	1,157	1,188	2,345	968	1,072	2,040	1,096	1,161	2,257	841	1,277	2,118
0-<1ครั้ง/เดือน	61.6	91.7	77.6	43.6	91.8	68.1	49.4	90.4	71	44.6	90.8	68.3	48.2	93.9	72.1	38.8	91.3	65.4	56.9	96.7	78.1	50.3	97.3	74.3	58.4	90	74.5
1-3ครั้ง/เดือน	11.3	3.7	7.3	17.2	3.5	10.2	12.4	5	8.5	13.8	3.5	8.5	15.7	2.8	8.9	22.5	5.4	13.8	12.9	2.1	7.1	14.7	1.4	7.9	12.9	2.7	7.7
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.5	2.6	6.8	19.9	3.2	11.5	13.8	1.8	7.5	16	2.3	9	16	2.4	8.9	21.4	2.5	11.9	13.4	0.6	6.6	17.5	0.7	8.9	11.1	3.2	7.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.1	0.5	4.5	10	1	5.5	8.5	0.85	4.4	11.1	1.7	6.3	8.6	0.1	4.1	9.1	0.1	4.6	7.7	0.3	3.8	10.6	0.5	5.4	3.8	1.2	2.5
1->1 ครั้ง/วัน	6.5	1.5	3.8	9.3	0.4	4.8	15.9	1.9	8.5	14.4	1.7	7.9	11.5	0.9	5.9	8.2	0.7	4.4	9.2	0.3	4.4	6.9	0.1	3.5	13.9	2.9	8.3

ความถี่บริโภค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
37. เครื่องดื่มสำหรับนักกีฬา เช่น สปอนเซอร์ เอ็มสปอร์ต																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,179	2,266	1,166	1,183	2,349	1,177	1,278	2,455	1,182	1,215	2,397	1,042	1,135	2,177	1,157	1,186	2,343	969	1,073	2,042	1,096	1,159	2,255	841	1,279	2,120
0-<1ครั้ง/เดือน	63.6	91.7	78.6	55.5	89.4	72.7	59.4	90.1	75.5	55.2	89.8	73	60.2	91	76.4	49.2	89	69.3	63.7	96.2	81	62.3	95.4	79.1	69.3	89.9	79.7
1-3ครั้ง/เดือน	15.5	4.8	9.8	17.9	4.3	11	13.5	5.7	9.4	18.3	5.3	11.6	15.4	4.4	9.6	25.7	7.4	16.4	13.8	2.7	7.9	12.1	2.7	7.3	11.1	4.2	7.5
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.8	3.1	7.1	19	5.1	11.9	14.3	1.9	7.8	12.8	2.6	7.5	13.8	3.4	8.4	15.7	2.6	9.1	14.2	0.7	7	16.8	1.6	9.1	8.9	3.9	6.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	6	0.3	3	5.1	0.5	2.8	7.4	1.2	4.2	6.1	1.1	3.5	4.3	0.6	2.4	6	0.5	3.2	4.8	0.2	2.3	5.4	0	2.6	3.9	0.7	2.3
1->1 ครั้ง/วัน	3.1	0.1	1.5	2.6	0.7	1.6	5.4	1.1	3.1	7.6	1.2	4.3	6.3	0.7	3.3	3.5	0.4	2	3.5	0.2	1.8	3.4	0.2	1.8	6.9	1.4	4.1
38. ชา กาแฟ																											
จำนวนตัวอย่าง	1,086	1,179	2,265	1,165	1,182	2,347	1,177	1,279	2,456	1,181	1,215	2,396	1,041	1,137	2,178	1,158	1,187	2,345	969	1,072	2,041	1,098	1,161	2,259	841	1,279	2,120
0-<1ครั้ง/เดือน	37.5	46.7	42.4	45.2	59.8	52.6	32.1	42.8	37.7	37.1	50.7	44.1	31.8	44.7	38.6	39.2	63.6	51.6	21.1	38.6	30.4	19.4	50.9	35.5	31	35.8	33.5
1-3ครั้ง/เดือน	8	7.5	7.7	10	6.8	8.4	9.5	8.2	8.8	10	7.2	8.5	9.3	8.9	9.1	10.2	8.7	9.5	8.7	8.6	8.6	3.9	8.7	6.3	6.6	6.6	6.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	11.3	9.8	10.5	12.7	8.8	10.7	9.6	8.3	8.9	8.4	8.7	8.6	11.2	8.7	9.9	12.6	8.5	10.5	11.8	11.7	11.8	9.8	10.2	10	13	9.9	11.4
4-6ครั้ง/สัปดาห์	6.9	4.5	5.6	5.8	3.9	4.8	8.1	6	7	9.4	7	8.1	7.8	6.2	6.9	7.5	3.9	5.7	9.2	7.3	8.2	10.6	4.5	7.5	6.5	7.2	6.9
1->1 ครั้ง/วัน	36.4	31.5	33.8	26.3	20.7	23.4	40.8	34.8	37.6	35.2	26.5	30.7	39.9	31.6	35.5	30.4	15.3	22.8	49.2	33.8	41	56.4	25.7	40.7	42.9	40.5	41.7
39. อาหารที่มีเนย/มาการีน และแป้ง เช่น เค้ก ลูกก๊ี้ โดนัท พาย																											
จำนวนตัวอย่าง	1,088	1,180	2,268	1,165	1,184	2,349	1,177	1,280	2,457	1,178	1,215	2,393	1,041	1,136	2,177	1,158	1,188	2,346	970	1,073	2,043	1,099	1,160	2,259	840	1,277	2,117
0-<1ครั้ง/เดือน	60.4	55.8	57.9	73.1	64	68.5	62.5	57.6	59.9	68	62.8	65.3	64.8	60.5	62.5	77.9	70.3	74.1	49.3	46.6	47.9	52.1	40.6	46.2	57.5	52.3	54.9
1-3ครั้ง/เดือน	20.1	19.6	19.8	14.6	20.2	17.4	22	21.5	21.7	19.8	20.7	20.3	20.2	20.6	20.4	12.6	15.8	14.2	20.9	21.3	21.1	21.4	27.6	24.5	20.9	24.7	22.9
1-3ครั้ง/สัปดาห์	12.6	15.1	13.9	8.9	11	10	9.7	12.5	11.2	7	10.2	8.6	9.5	11.2	10.4	7	9.7	8.4	18.8	21.2	20.1	18.6	24.8	21.8	12.9	13	12.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	4.1	6.1	5.2	2.3	2.6	2.4	4.3	5.7	5	3	4.3	3.7	3.4	4.1	3.7	1.2	2.3	1.8	8.1	6.5	7.3	5.2	4.2	4.7	4.8	5.2	5
1->1 ครั้ง/วัน	2.9	3.5	3.2	1.1	2.2	1.7	1.6	2.7	2.2	2.2	2	2.1	2.2	3.6	2.9	1.3	1.9	1.6	3	4.4	3.8	2.8	2.8	2.8	3.9	4.7	4.3

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
40. ขนมหวานำจากไข่แดง เช่นทองหยิบ ฝอยทอง																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,180	2,267	1,167	1,183	2,350	1,175	1,279	2,454	1,180	1,213	2,393	1,040	1,136	2,176	1,158	1,187	2,345	969	1,073	2,042	1,098	1,161	2,259	840	1,277	2,117
0-<1ครั้ง/เดือน	75.9	81.6	79	75.9	78.5	77.2	57.4	66.7	62.3	53.6	66.6	60.3	68	72.5	70.4	74	78.3	76.2	59.3	66.7	63.2	60	67.6	63.9	64	70.3	67.2
1-3ครั้ง/เดือน	14.7	12.2	13.4	16	15.4	15.7	26.3	20.2	23.1	27.4	20.8	24	18.7	16.8	17.7	17	13.5	15.2	25	17.3	20.9	21.8	20.3	21	23	18.3	20.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	7.6	4.9	6.2	7	5.4	6.2	11.7	9.2	10.4	12.6	8.2	10.3	10.1	6.8	8.4	7	6.4	6.7	12	12.9	12.5	13.6	8.9	11.2	8.8	7.8	8.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	1.6	0.9	1.2	0.7	0.5	0.6	3.3	2.5	2.9	4	3	3.5	2.3	2.4	2.3	1.4	1.3	1.4	2.2	2.2	2.2	3.5	2.4	2.9	2.2	1.8	2
1->1 ครั้ง/วัน	0.1	0.5	0.3	0.5	0.2	0.4	1.3	1.4	1.4	2.5	1.4	1.9	0.9	1.5	1.2	0.6	0.4	0.5	1.5	0.9	1.2	1.1	0.8	1	2	1.9	2
41. ขนมน้ำเชื่อม เช่น ถั่วเขียวต้มน้ำตาล มันต้มน้ำตาล สาหร่ายเชื่อม ลูกชิตน้ำเชื่อม																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,180	2,267	1,167	1,184	2,351	1,177	1,279	2,456	1,181	1,215	2,396	1,040	1,137	2,177	1,156	1,188	2,344	968	1,071	2,039	1,098	1,161	2,259	841	1,276	2,117
0-<1ครั้ง/เดือน	69.6	70.9	70.3	62.2	65.6	63.9	54	56.8	55.5	51.2	55	53.2	62.2	66.9	64.7	55.1	59.7	57.4	47.2	49.7	48.5	43.3	37.7	40.4	58.9	59.4	59.1
1-3ครั้ง/เดือน	18.5	17.8	18.1	242	22.6	23.4	28.3	24.8	26.4	31	25.8	28.3	20.8	19.3	20	26.3	22.2	24.2	28.7	28.3	28.5	31.8	33.3	32.5	23.9	23.4	23.6
1-3ครั้ง/สัปดาห์	8.9	10.3	9.7	11.7	10.2	10.9	13.6	12	12.8	12.5	14	13.3	14.4	10.2	12.2	14.7	13.7	14.2	21.6	17.8	19.5	20.2	24	22.1	13.2	12.6	12.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	2.2	0.8	1.5	1.3	1.1	1.2	3	4.3	3.7	4	3	3.5	2.5	2.7	2.6	2.9	3.4	3.1	1.7	2.7	2.3	3.4	3.8	3.6	2.4	2.2	2.3
1->1 ครั้ง/วัน	0.8	0.2	0.5	0.7	0.5	0.6	1.1	2.1	1.6	1.4	2.2	1.8	0.1	0.9	0.5	1	1	1	0.9	1.6	1.2	1.4	1.3	1.3	1.7	2.6	2.1
42. ขนมหวานที่มีกะทิ เช่นกล้วยบวชชี ฐานกะทิ ข้าวต้มผัด																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,178	2,265	1,167	1,184	2,351	1,177	1,279	2,456	1,180	1,215	2,395	1,039	1,137	2,176	1,156	1,188	2,344	970	1,073	2,043	1,097	1,159	2,256	841	1,277	2,118
0-<1ครั้ง/เดือน	53.9	52.1	52.9	45.3	42.7	44	45.9	47.9	46.9	40.6	42.6	41.6	43.6	45.8	44.8	38.7	42.1	40.4	45	45.5	45.3	37	35.9	36.4	52.7	54.2	53.4
1-3ครั้ง/เดือน	27.3	30.2	28.8	34	33.4	33.7	30.9	25.2	27.9	33.1	32.4	32.7	32.6	29.9	31.2	36.2	33.9	35	28.9	27.6	28.2	31	31.8	31.4	28.7	27.7	28.2
1-3ครั้ง/สัปดาห์	15.7	15.3	15.5	17.7	20.6	19.2	16.9	17.7	17.4	19.6	16.8	18.2	18.7	18.1	18.4	18.4	19.8	19.1	22.4	20.7	21.5	25.5	25.4	25.4	14	11.9	12.9
4-6ครั้ง/สัปดาห์	2.5	2	2.2	2.4	2.3	2.3	4.8	6.6	5.8	5	5.8	5.4	3.7	5	4.4	5.2	3.2	4.2	2.6	4.3	3.5	5.4	4.9	5.2	1.7	2.4	2.1
1->1 ครั้ง/วัน	0.7	0.5	0.6	0.6	1	0.8	1.5	2.5	2	1.8	2.5	2.1	1.4	1.2	1.3	1.6	0.9	1.3	1.1	1.9	1.6	1.2	2.1	1.6	3	3.9	3.5

ความถี่โรค	เหนือ						กลาง						ตะวันออกเฉียงเหนือ						ใต้						กทม		
	ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต			นอกเขต			ในเขต		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
43. ขนมอบคิ้ว/ขนมกรูบรอบบรรจของ																											
จำนวนตัวอย่าง	1,088	1,177	2,265	1,166	1,184	2,350	1,176	1,279	2,455	1,180	1,214	2,394	1,041	1,133	2,174	1,157	1,188	2,345	970	1,072	2,042	1,097	1,161	2,258	841	1,278	2,119
0-<1ครั้ง/เดือน	56.3	59.4	58	47.8	48.5	48.2	55.9	59.7	57.9	53.8	59.9	57	42.9	52.6	48	41	42.4	41.7	55.7	60.8	58.4	53.2	54.5	53.9	56.1	58	57.1
1-3ครั้ง/เดือน	15.2	17	16.2	22	18.1	20	15.7	15.3	15.5	15.4	12.1	13.7	18.7	16.7	17.7	21.2	18.3	19.7	14.1	13.2	13.6	12.4	14.2	13.3	17.8	14.5	16.1
1-3ครั้ง/สัปดาห์	16.8	13	14.8	18.3	17.7	18	14.5	11.1	12.7	13.2	10.2	11.6	20.2	16.2	18.1	21.1	21.3	21.2	17.3	12.4	14.7	18.6	16.5	17.6	13.6	13	13.3
4-6ครั้ง/สัปดาห์	7	5.8	6.4	7.2	8.4	7.8	8.4	7.8	8.1	8.5	8.1	8.3	8.5	7.5	8	9.1	8.4	8.7	7.4	7.8	7.6	8.6	7.8	8.2	5.6	5.2	5.4
1->1 ครั้ง/วัน	4.7	4.8	4.8	4.8	7.2	6	5.5	6.1	5.8	9.1	9.6	9.4	9.6	7	8.2	7.7	9.7	8.7	5.6	5.9	5.8	7.2	7	7.1	6.9	9.4	8.1
44. หน่อไม้ทุกประเภท																											
จำนวนตัวอย่าง	1,087	1,179	2,266	1,167	1,184	2,351	1,176	1,280	2,456	1,180	1,214	2,394	1,041	1,136	2,177	1,158	1,186	2,344	970	1,072	2,042	1,097	1,162	2,259	840	1,279	2,119
0-<1ครั้ง/เดือน	32.9	33.8	33.3	17.4	18.4	17.9	45.6	49	47.4	39	48.6	44	36.6	36.4	36.5	28.5	27.5	28	55.8	61.9	59.1	46.7	52	49.4	55.5	59	57.3
1-3ครั้ง/เดือน	30.7	28	29.3	31.7	27.5	29.5	25.7	27.1	26.4	32.3	25.9	29	31.8	28.2	29.9	31.2	25.8	28.4	28.6	20.6	24.4	32.2	30.3	31.2	26.1	22.6	24.3
1-3ครั้ง/สัปดาห์	25	24.6	24.8	35	36.5	35.8	18.8	14.8	16.7	18.8	15.7	17.2	22	22.4	22.2	25.1	27.6	26.4	11.6	14.5	13.1	17.6	14.4	16	13.3	13	13.1
4-6ครั้ง/สัปดาห์	9.6	11.4	10.5	13.7	13.5	13.6	7.7	8	7.8	8.1	8.4	8.3	8.1	9.9	9.1	9.6	11.6	10.6	3.3	2.3	2.8	2.6	2.2	2.4	3.5	3.1	3.3
1->1 ครั้ง/วัน	1.9	2.2	2.1	2.2	4.1	3.2	2.2	1.2	1.7	1.8	1.4	1.6	1.5	3	2.3	5.6	7.5	6.6	0.6	0.7	0.6	1	1.1	1.1	1.7	2.3	2

5. ภาวะโภชนาการ

5.1 ภาวะโภชนาการในเด็ก

เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตและการประเมินภาวะโภชนาการในเด็ก

ในการวิเคราะห์ภาวะโภชนาการในเด็ก ใช้โปรแกรม *nutristat* ของสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดลซึ่งอ้างอิงตามเกณฑ์ที่ใช้โดยกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข โดยกำหนดจุดตัด (cut-off point) ที่ใช้ในการประเมินภาวะโภชนาการดังนี้

น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (Weight for Height) สามารถแยกแยะภาวะโภชนาการการของเด็กอายุเดียวกันที่มีส่วนสูงต่างกันได้ จุดตัดคือ

อ้วน	$>+3$ SD
น้ำหนักเกินหรือเริ่มอ้วน	$>+2$ SD ถึง $+3$ SD
ท้วม	$>+1.5$ SD ถึง $+2$ SD
สมส่วน	-1.5 SD ถึง $+1.5$ SD
ค่อนข้างผอม	<-1.5 SD ถึง -2 SD
ผอม	<-2 SD

ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (Height for Age) ใช้บ่งชี้ภาวะการขาดสารอาหารแบบเรื้อรัง จุดตัดคือ

สูงกว่าเกณฑ์	$>+2$ SD
ค่อนข้างสูง	$>+1.5$ SD ถึง $+2$ SD
ส่วนสูงตามเกณฑ์	-1.5 SD ถึง $+1.5$ SD
ค่อนข้างเตี้ย	<-1.5 SD ถึง -2 SD
เตี้ย	<-2 SD

น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง

ผลการการสำรวจภาวะน้ำหนักตัวของเด็กไทย โดยพิจารณาตามเกณฑ์น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (weight for height) จากโปรแกรม *nutristat* ในการตัดสินภาวะโภชนาการเทียบน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง แบ่งเป็น 5 ระดับคือ ผอม ค่อนข้างผอม สมส่วน ท้วม เริ่มอ้วน และอ้วน ผลการสำรวจได้ผลดังนี้

ตารางที่ 5.1.1 แสดงความชุกของเด็กตามสัดส่วนร่างกาย จำแนกตามกลุ่มอายุ เพศ และเขตปกครอง กลุ่มเด็ก 1-5 ปี มีร้อยละ 79.5 จัดเป็นกลุ่มสมส่วน มีร้อยละ 5.7 ที่อยู่ในกลุ่มค่อนข้างผอม และร้อยละ 2.7 จัดอยู่ในกลุ่มผอม ส่วนกลุ่มที่อยู่ในเกณฑ์ท้วม (ร้อยละ 3.5) เริ่มอ้วน (ร้อยละ 3.9) และอ้วน (ร้อยละ 4.6) รวมร้อยละ 12 เมื่อพิจารณาตามเขตปกครอง พบว่าเด็กในเขตที่มีสัดส่วนของคนที่จัดว่าท้วม เริ่มอ้วน และอ้วน มากกว่าเด็กนอกเขตเทศบาลอย่างชัดเจน สัดส่วนของเด็กชายที่อยู่ในเกณฑ์อ้วนสูงกว่าเด็กหญิงเล็กน้อย (ร้อยละ 5.1 และ 4.0 ตามลำดับ)

พิจารณาในกลุ่มเด็กอายุ 6-9 ปี มีร้อยละ 77 จัดว่าสมส่วน ร้อยละ 11 อยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างพอมและพอม และอีกร้อยละ 11.5 ที่รวมอยู่ในเกณฑ์ ท้วม เริ่มอ้วนและ อ้วน ซึ่งรวมใกล้เคียงกับกลุ่มอายุ 1-5 ปี เช่นเดียวกับกลุ่มเด็กเล็กกลุ่มเด็ก 6-9 ปีที่อยู่ในเขตมีสัดส่วนของเด็กที่ท้วม เริ่มอ้วน และอ้วน มากกว่าเด็กนอกเขตเทศบาล เกือบ 2 เท่า

สำหรับกลุ่มอายุ 10 -14 ปี พบว่า ร้อยละ 73 อยู่ในเกณฑ์สมส่วนและ ร้อยละ 12 เป็นกลุ่มค่อนข้างพอมและพอม แต่สัดส่วนของกลุ่มที่จัดว่าท้วม เริ่มอ้วนและอ้วน เพิ่มมากขึ้นรวมเป็นร้อยละ 14.9 เด็กชายมีสัดส่วนที่ เริ่มอ้วนและอ้วนมากกว่าเด็กหญิง และเด็กในเขตอ้วนกว่าเด็กนอกเขตเทศบาล (ร้อยละ 7.3 และ 4.9 ตามลำดับ) (ตารางที่ 6.1.1)

ตารางที่ 5.1.2 แสดงความชุกของสัดส่วนร่างกายตามภาค พบว่า เด็กวัย 1-5 ปีพบว่าสัดส่วนของเด็กที่อยู่ในเกณฑ์สมส่วนตามภาคและกทม.ใกล้เคียงกัน โดยภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีสัดส่วนของเด็กสมส่วนมากที่สุด เด็กที่จัดอยู่ในกลุ่มท้วม เริ่มอ้วน และอ้วน ในกทม. รวมมีสัดส่วนสูงที่สุดคิดเป็นร้อยละ 19.4 ตามด้วยภาคกลาง ร้อยละ 15.9, ภาคใต้ ร้อยละ 13.6, ภาคเหนือ ร้อยละ 9.6 และต่ำสุดในเด็กภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ร้อยละ 7.9

กลุ่มอายุ 6-9 ปี มีลักษณะการกระจายของภาวะน้ำหนักคล้ำในเด็กวัย 1-5 ปี นั่นคือ กทม. และ ภาคกลางมีสัดส่วนของเด็กที่อยู่ในเกณฑ์ ท้วม เริ่มอ้วน และอ้วนมากกว่า ภาคอื่น คิดเป็น ร้อยละ 17.7 และ 14.5 ตามลำดับ ส่วนภาคใต้มี ร้อยละ 11.3 ซึ่งมากกว่าภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และ ภาคเหนือซึ่งรวมกลุ่มท้วม เริ่มอ้วนและอ้วนมีร้อยละ 9 และ 8.7 ตามลำดับ

กลุ่มอายุ 10-14 ปี พบว่า ภาคกลางมีเด็กจัดว่าท้วม เริ่มอ้วน และอ้วนในสัดส่วนที่สูงที่สุดคือ ร้อยละ 19.4 รองลงมาคือ ภาคใต้ กทม. ภาคเหนือ และ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มี ร้อยละ 17.2, 16.3, 13.2 และ 11.4 ตามลำดับ

ตารางที่ 5.1.1 ร้อยละของเด็กตามระดับน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (Weight for height) จำแนกตามเพศ และเขตปกครอง

กลุ่มอายุ	เพศ		เขตปกครอง			รวม
	จำนวน	ชาย	หญิง	ในเขต	นอกเขต	
1-5 years	3015	1514	1501	1597	1418	3015
ผอม	82	3.4	2.0	2.7	2.7	2.7
ค่อนข้างผอม	148	5.8	5.6	5.2	5.9	5.7
สมส่วน	2,377	78.4	80.7	75.1	81.4	79.5
ท้วม	119	3.3	3.8	4.4	3.2	3.5
เริ่มอ้วน	132	4.0	3.9	6.3	2.9	3.9
อ้วน	157	5.1	4.0	6.2	3.9	4.6
6-9 years	2504	1240	1264	1377	1127	2504
ผอม	82	4.2	3.2	2.9	4.1	3.7
ค่อนข้างผอม	174	7.0	8.1	6.8	7.8	7.5
สมส่วน	1,924	76.9	77.8	74.2	78.7	77.4
ท้วม	97	3.8	3.4	5.5	2.7	3.6
เริ่มอ้วน	130	4.3	4.8	6.2	3.9	4.6
อ้วน	97	3.9	2.7	4.4	2.8	3.3
10-14 years	3483	1731	1752	1911	1572	3483
ผอม	126	3.8	4.4	3.4	4.4	4.1
ค่อนข้างผอม	245	7.2	8.0	6.4	8.1	7.6
สมส่วน	2,542	72.2	74.6	71.2	74.3	73.4
ท้วม	139	3.4	4.6	4.1	4.0	4.0
เริ่มอ้วน	218	6.2	4.4	7.5	4.4	5.3
อ้วน	213	7.2	4.0	7.4	4.9	5.6
รวม	9002	4485	4517	4885	4117	9002

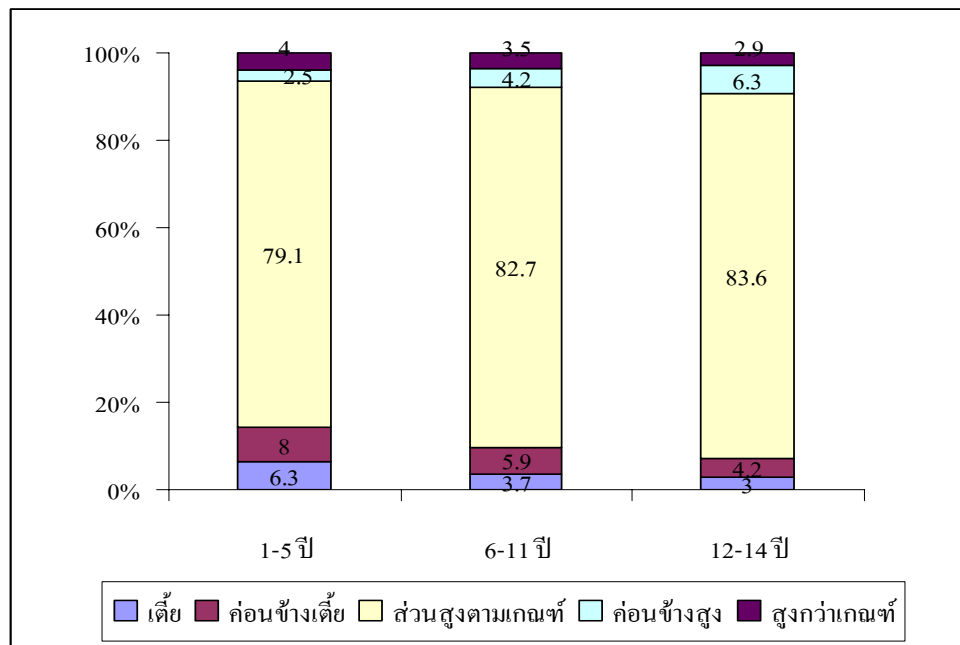
ตารางที่ 5.1.2 ร้อยละของเด็กตามระดับน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (Weight for height) จำแนกตามภาค

กลุ่มอายุ	ภาค					รวม
	เหนือ	กลาง	ตอ.เฉียงเหนือ	ใต้	กทม.	
1-5 years	678	706	672	669	290	3015
ผอม	2.7	1.5	3.8	3.1	1.0	2.7
ค่อนข้างผอม	5.4	4.6	7.1	4.9	5.5	5.7
สมส่วน	82.3	78.1	81.2	78.4	74.0	79.5
ท้วม	3.3	3.8	3.1	3.7	4.5	3.5
เริ่มอ้วน	3.1	5.6	2.3	3.2	8.7	3.9
อ้วน	3.2	6.5	2.5	6.7	6.2	4.6
6-9 years	535	552	578	547	292	2504
ผอม	3.1	3.5	4.6	3.3	3.0	3.7
ค่อนข้างผอม	5.4	8.9	8.2	6.5	6.9	7.5
สมส่วน	82.8	73.1	78.1	78.9	72.5	77.4
ท้วม	3.0	4.1	3.2	3.6	4.5	3.6
เริ่มอ้วน	3.1	6.7	3.5	3.6	7.5	4.6
อ้วน	2.6	3.7	2.3	4.1	5.7	3.3
10-14 years	856	795	810	690	332	3483
ผอม	3.2	5.4	4.2	2.9	3.8	4.1
ค่อนข้างผอม	9.9	6.9	7.7	6.6	6.0	7.6
สมส่วน	73.7	68.3	76.7	73.3	73.8	73.4
ท้วม	3.1	5.0	3.3	5.3	3.3	4.0
เริ่มอ้วน	5.3	6.1	4.2	6.6	5.5	5.3
อ้วน	4.8	8.3	3.9	5.3	7.5	5.6
รวม	2069	2053	2060	1906	914	9002

ส่วนสูงของเด็กตามอายุ

ผลการสำรวจเกี่ยวกับความสูงทางร่างกายของเด็กไทย โดยแบ่งความสูง เป็น 5 ระดับคือ 1) สูงกว่าเกณฑ์ 2) ค่อนข้างสูง 3) ส่วนสูงตามเกณฑ์ 4) ค่อนข้างเตี้ย และ 5) เตี้ย ได้ผลดังนี้คือ ในกลุ่มเด็กอายุ 1-5 ปีมีความชุกของภาวะเตี้ย มากที่สุด (ร้อยละ 6.3) ในขณะที่วัย 6-11 ปี และ 12-14 ปี มีร้อยละ 3.7 และ 3 ตามลำดับ กลุ่มอายุ 12-14 ปี มีเด็กสูงตามเกณฑ์ ค่อนข้างสูงและสูงกว่าเกณฑ์ โดยรวมในสัดส่วนมากที่สุด (รูปที่ 5.1.1)

รูปที่ 5.1.1 ภาวะส่วนสูงตามเกณฑ์อายุของเด็กอายุ 1-5 ปี 6-11 ปี และ 12-14 ปี



เมื่อพิจารณาตามเพศ พบว่ากลุ่มอายุ 1-5 ปี ทั้งเด็กชายและเด็กหญิง มีสัดส่วนของกลุ่มที่จัดว่าเตี้ยใกล้เคียงกัน ส่วนกลุ่มอายุ 6-11 ปี มีสัดส่วนของเด็กเตี้ย ในเด็กชายสูงกว่าเด็กหญิงเล็กน้อย ส่วนกลุ่มอายุ 12-14 ปี พบว่า สัดส่วนของเด็กเตี้ยในเด็กหญิงสูงกว่า แต่ถ้าวรวมกลุ่มเด็กที่ค่อนข้างเตี้ย พบว่าสัดส่วนในเด็กชายมีมากกว่าเด็กหญิง (ตารางที่ 5.1.3) โดยเด็กที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลมี สัดส่วนของเด็กเตี้ยมากกว่าเด็กในเขตเทศบาลเล็กน้อย เมื่อพิจารณาตามภาคพบว่าเด็กอายุ 1-5 ปี ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมี สัดส่วนของเด็กที่จัดอยู่ในกลุ่มค่อนข้างเตี้ยและเตี้ยมากกว่าภาคอื่น (ร้อยละ 18.8) ส่วนในวัย 6-11 ปี ไม่มีความแตกต่างระหว่างภาค มากนัก (ร้อยละ 8.1 – 11.1) และวัย 12-14 ปี พบว่าสัดส่วนของค่อนข้างเตี้ยและเตี้ยสูงสุดคือเด็กที่อาศัยในกรุงเทพมหานคร (ร้อยละ 11.0)

ตารางที่ 5.1.3 ร้อยละของตัวอย่าง จำแนกส่วนสูงต่ออายุ เพศ อายุ เขตการปกครองและภาค

กลุ่มอายุ	เพศ		เขตการปกครอง				ภาค				รวม
	จำนวน	ชาย	หญิง	ในเขต	นอกเขต	เหนือ	กลาง	ตะวันออก	ใต้	กทม.	
1-5 years	3022	1520	1502	1602	1420	681	706	674	670	291	3022
เตี้ย	173	6.4	6.2	5.8	6.6	4.5	6.0	7.5	6.0	6.6	6.3
ค่อนข้างเตี้ย	194	6.8	9.4	4.7	9.5	7.6	6.4	11.3	6.5	3.6	8.0
ส่วนสูงตามเกณฑ์	2,434	80.2	77.8	81.7	78.0	80.7	78.2	77.4	82.4	78.9	79.1
ค่อนข้างสูง	89	2.6	2.4	3.0	2.4	2.7	4.4	1.1	2.0	3.6	2.5
สูงกว่าเกณฑ์	132	3.9	4.2	4.9	3.7	4.4	5.0	2.8	3.1	7.3	4.0
6-11 years	4080	2,029	2,051	3,853	3,249	884	918	966	848	464	4080
เตี้ย	162	4.1	3.3	3.0	4.0	4.6	3.2	2.9	5.9	2.9	3.7
ค่อนข้างเตี้ย	241	6.6	5.2	6.1	5.9	6.7	7.1	5.2	5.3	5.5	5.9
ส่วนสูงตามเกณฑ์	3,349	82.2	83.1	81.5	83.2	83.1	79.8	86.0	80.0	81.1	82.7
ค่อนข้างสูง	178	3.4	5.1	4.4	4.1	3.8	5.5	2.7	4.9	6.4	4.2
สูงกว่าเกณฑ์	150	3.7	3.3	5.0	2.8	1.8	4.4	3.3	3.9	4.1	3.5
12-14 years	1914	944	970	1,042	872	507	430	423	392	162	1914
เตี้ย	57	2.5	3.5	3.2	2.9	1.7	4.3	2.0	4.4	3.4	3.0
ค่อนข้างเตี้ย	77	5.4	3.0	4.4	4.1	5.3	3.2	3.4	4.6	7.6	4.2
ส่วนสูงตามเกณฑ์	1,581	82.6	84.6	80.6	84.8	82.6	82.2	87.3	82.4	76.4	83.6
ค่อนข้างสูง	125	6.7	5.9	7.3	5.9	7.1	5.8	6.1	6.2	6.6	6.3
สูงกว่าเกณฑ์	74	2.7	3.1	4.6	2.3	3.2	4.5	1.2	2.4	6.1	2.9
รวม	9016	4500	4535	4909	4126	2074	2059	2064	1915	923	9016

5.2 ภาวะอ้วนในกลุ่มผู้ใหญ่

การนำเสนอผลการสำรวจเรื่องภาวะอ้วน ใช้ตัวชี้วัด 2 คือ ดัชนีมวลกาย (BMI) และเส้นรอบเอว (waist circumference) แสดงขนาดปัญหาของภาวะน้ำหนักน้อย ปกติ และอ้วน โดยใช้เกณฑ์ ดังนี้

ดัชนีมวลกาย (body mass index) หมายถึง ค่าที่ได้จากการคำนวณ เท่ากับ น้ำหนักตัวหน่วยเป็นกิโลกรัม หารด้วย ความสูงหน่วยเป็น เมตรยกกำลังสอง การแบ่งระดับค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ตามเกณฑ์สากลขององค์การอนามัยโลก

กลุ่ม	BMI(kg/m ²)	
	WHO 1998 ⁷	Asia-Pacific perspective ⁸
น้ำหนักน้อย	<18.5	<18.5
น้ำหนักปกติ	18.5 – 24.99	18.5 - 22.99
น้ำหนักเกิน	≥ 25	≥ 23
pre-obese	25 – 29.99	เสี่ยง (at risk) 23 - 24.99
อ้วนระดับ 1	30 - <34.99	25 – 29.99
อ้วนระดับ 2	35 - <39.99	≥ 30
อ้วนระดับ 3	≥ 40.00	

สำหรับประชากรในเอเชีย คณะผู้เชี่ยวชาญขององค์การอนามัยโลกได้เสนอจุดตัดในการแบ่งกลุ่ม BMI ว่ามีความสำคัญในทางสาธารณสุข คือที่ 23 แสดงถึงเริ่มมีภาวะน้ำหนักเกิน และ 25 kg/m² แสดงว่าอ้วน สำหรับในรายงานนี้ใช้จุดตัดที่ 25 kg/m²

เส้นรอบเอว (waist circumference) เป็นค่าที่ได้จากการวัดรอบเอว ด้วยสายวัดมาตรฐาน โดยวัดรอบเอวระดับตำแหน่งกึ่งกลางของข้างเอวระหว่างขอบล่างของซี่โครงล่างกับขอบบนของ iliac crest ให้สายรอบเอวแนบรอบเอว และอยู่ในแนวขนานกับพื้น

ภาวะอ้วนลงพุงหมายถึง รอบเอว ≥ 90 ซม. ในชาย และ ≥ 80 ซม. ในหญิง

ดัชนีมวลกาย

ค่าเฉลี่ยของดัชนีมวลกายในประชากรไทยอายุ 15 ปี ขึ้นไป เฉลี่ยเท่ากับ 23.1 กก/ตร เมตร ในผู้ชายและ 24.4 กก/ตร เมตร ในผู้หญิง ค่าเฉลี่ยดัชนีมวลกายเพิ่มขึ้นตามอายุ จนมีค่าสูงสุดในกลุ่มอายุ 45 – 59 ปี หลังอายุ 60 ปีขึ้นไปดัชนีมวลกายลดลง และต่ำสุดเมื่ออายุ 80 ปีขึ้นไป ตามตารางที่ 5.2.1

⁷ WHO expert consultation. Appropriate body-mass index for Asian populations and its implications for policy and intervention strategies. Lancet 2004; 363: 157–63

⁸ WHO/IASO/IOTF. The Asia-Pacific perspective: redefining obesity and its treatment. Health Communications Australia: Melbourne. ISBN 0-9577082-1-1. 2000.

ตารางที่ 5.2.1 ค่าเฉลี่ยดัชนีมวลกาย (BMI, SD) ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตาม เพศ และกลุ่มอายุ ปี 2551-2

กลุ่มอายุ	ชาย				หญิง				รวม			
	จำนวน	Mean	(SD)	(95%CI)	จำนวน	Mean	(SD)	(95%CI)	จำนวน	Mean	(SD)	(95%CI)
	ตัวอย่าง	BMI			ตัวอย่าง	BMI			ตัวอย่าง	BMI		
		kg/m ²				kg/m ²				kg/m ²		
15-29	1,346	22.1	3.5	(21.9,22.3)	1,306	22.2	3.7	(21.9,22.2)	2,652	22.2	3.6	(21.9,22.4)
30-44	1,871	23.7	3.1	(23.4,23.9)	2,230	25.0	3.6	(24.7,25.3)	4,101	24.4	3.4	(24.2,24.6)
45-59	1,998	23.7	3.0	(23.5,23.9)	2,460	25.5	3.8	(25.3,25.8)	4,458	24.6	3.5	(24.4,24.8)
60-69	2,487	22.9	7.2	(22.5,23.2)	2,539	24.4	8.0	(24.1,24.8)	5,026	23.7	7.8	(23.4,24.1)
70-79	1,549	21.9	6.8	(21.6,22.8)	1,620	22.9	7.6	(22.6,23.3)	3,169	22.5	7.3	(22.2,22.7)
≥80	432	20.7	6.7	(20.3,21.2)	452	20.9	7.4	(20.5,21.4)	884	20.9	7.2	(20.4,21.3)
รวม	9,683	23.1	4.1	(23,23.3)	10,607	24.4	4.8	(24.21,24.7)	20,290	23.8	4.5	(23.6,24.0)

เส้นรอบเอวเฉลี่ยของผู้ชายและหญิงเฉลี่ยเท่ากับ 79.9 ซม. และ 79.1 ซม. ตามลำดับ ผู้ชายมีเส้นรอบเอวใหญ่กว่าผู้หญิงในทุกกลุ่มอายุ ทั้งชายและหญิงในกลุ่มอายุ 15-29 ปี มีขนาดรอบเอวเล็กสุด และเพิ่มขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น โดยสูงสุดในกลุ่มอายุ 45 – 59 ปี จากนั้นเส้นรอบเอวมียขนาดลดลงในวัยผู้สูงอายุ ตามตารางที่ 5.2.2

ตารางที่ 5.2.2 เส้นรอบเอว ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตาม เพศ และกลุ่มอายุ ปี 2551-2

กลุ่มอายุ	ชาย				หญิง				รวม			
	จำนวน	Mean	(SD)	(95%CI)	จำนวน	Mean	(SD)	(95%CI)	จำนวน	Mean	(SD)	(95%CI)
	ตัวอย่าง	รอบ			ตัวอย่าง	รอบ			ตัวอย่าง	รอบ		
	ตัวอย่า	เอว			ง	เอว			ง	เอว		
		cm.				cm.				cm.		
15-29	1,346	75.3	9.0	(74.7,76.0)	1,305	73.6	9.3	(72.9,74.4)	2,651	74.5	9.1	(74.0,75.1)
30-44	1,875	80.5	8.4	(76.7,81.3)	2,233	79.2	8.6	(78.5,80.0)	4,108	79.8	8.5	(79.2,80.5)
45-59	2,001	82.2	8.5	(81.6,82.8)	2,462	81.7	9.2	(81.0,82.4)	4,463	81.9	8.9	(81.4,82.5)
60-69	2,490	81.4	21.4	(80.1,82.8)	2,549	81.0	19.6	(80.0,81.9)	5,039	81.2	20.4	(80.2,82.2)
70-79	1,559	79.6	20.4	(78.5,80.8)	1,653	78.7	20.3	(77.6,79.7)	3,212	79.1	20.4	(78.1,80.1)
≥80	445	76.8	22.1	(75.4,78.2)	489	75.0	19.7	(73.7,76.4)	934	75.8	20.8	(74.5,77.0)
รวม	9,716	79.9	11.2	(79.2,80.6)	10,691	79.1	11.5	(78.4 , 79.7)	20,407	79.5	11.4	(78.9,80.1)

อ้วนลงพุง: รอบเอว ชาย ≥ 90 cm. , หญิง ≥ 80 cm.

พิจารณาค่าเฉลี่ยดัชนีมวลกายตามภาคพบว่าผู้ชายและหญิงในกทม. มีดัชนีมวลกายสูงที่สุดรองลงมาคือภาคกลาง สำหรับผู้ชายลำดับต่อมาคือภาคใต้ ภาคเหนือ และต่ำสุดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ส่วนในผู้หญิงภาคใต้และตะวันออกเฉียงเหนือมีค่าเฉลี่ยดัชนีมวลกายใกล้เคียงกันและต่ำสุดในภาคเหนือ (ตารางที่ 5.2.3)

ตารางที่ 5.2.3 ค่าเฉลี่ยดัชนีมวลกาย (BMI, SD) ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตาม เพศ เขตปกครองและภาค ปี 2551-2

พื้นที่	ชาย				หญิง				รวม			
	จำนวน	Mean BMI	(SD)	(95%CI)	จำนวน ตัวอย่าง	Mean BMI	(SD)	(95%CI)	จำนวน ตัวอย่าง	Mean BMI	(SD)	(95%CI)
	kg/m2				kg/m2				kg/m2			
เขตปกครอง												
ในเขต	5,094	23.9	5.7	(23.73,24.08)	5,898	25.0	6.7	(24.74,25.28)	10,992	24.5	6.2	(24.29,24.68)
นอกเขต	4,589	22.8	3.2	(22.61,23.01)	4,709	24.2	3.7	(23.93,24.41)	9,298	23.5	3.5	(23.32,23.69)
ภาค												
เหนือ	2,246	22.9	4.4	(22.61,23.19)	2,338	23.9	4.8	(23.33,24.45)	4,584	23.4	4.6	(23.11,23.71)
กลาง	2,345	23.8	4.5	(23.48,24.02)	2,478	24.6	4.8	(24.27,25.02)	4,823	24.2	4.7	(23.92,24.50)
ตะวันออกเฉียงเหนือ	2,192	22.5	2.7	(22.24,23.50)	2,311	24.2	3.7	(23.90,24.50)	4,503	23.4	3.3	(23.10,23.67)
ใต้	2,063	23.2	5.7	(22.86,24.40)	2,208	24.5	6.1	(24.34,24.69)	4,271	23.9	5.9	(23.70,24.03)
กทม.	837	24.1	4.0	(23.73,24.40)	1,272	25.5	5.6	(25.29,25.79)	2,109	24.8	4.9	
รวมทั้งประเทศ	9,683	23.1	4.1	(22.96,23.32)	10,607	24.4	4.8	(24.22,24.65)	20,290	23.8	4.5	(23.62,23.98)

ความยาวเส้นรอบเอว ของประชากรทั้งในชายและหญิง ในเขตเทศบาล ใหญ่กว่าของประชากรนอกเขตเทศบาล โดยความแตกต่างระหว่างชายในเขตและนอกเขตมากกว่าความแตกต่างระหว่างผู้หญิงในเขตและนอกเขต เมื่อเปรียบเทียบระหว่างเพศ เส้นรอบเอวของผู้ชายในเขตเมืองมีขนาดใหญ่กว่าผู้หญิง (82.9 และ 80.5 ซม.ตามลำดับ) แต่นอกเขตเทศบาล ชายและหญิงมีขนาดเส้นรอบเอวใกล้เคียงกัน (78.6 ซม. และ 78.4 ซม. ตามลำดับ) (ตารางที่ 5.2.4)

ตารางที่ 5.2.4 เส้นรอบเอวในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตาม เพศ เขตปกครองและภาค ปี 2551-2

พื้นที่	ชาย				หญิง				รวม			
	จำนวน	Mean	(SD	(95%CI)	จำนวน	Mean	(SD	(95%CI)	จำนวน	Mean	(SD	(95%CI)
	ตัวอย่าง	รอบ	)		ตัวอย่าง	รอบ	)		ตัวอย่าง	รอบ	)	
	ตัวอย่าง	เอว			เอว				เอว			
	cm.				cm.				cm.			
เขต												
ปกครอง												
ในเขต	5,109	82.9	15.7	(82.1,83.7)	5,942	80.5	15.8	(79.5,81.4)	11,051	81.6	15.8	(80.8,82.4)
นอกเขต	4,607	78.6	8.8	(78.0,79.2)	4,749	78.4	9.1	(77.7,79.1)	9,356	78.5	9.0	(77.9,79.1)
ภาค												
เหนือ	2,254	78.3	11.9	(77.5,79.2)	2,363	76.8	11.7	(75.1,78.5)	4,617	77.5	11.8	(76.5,78.6)
กลาง	2,350	82.8	12.3	(81.7,83.9)	2,490	80.4	11.4	(79.0,81.8)	4,840	81.6	11.9	(80.4,82.7)
ตะวันออก	2,201	78.0	7.7	(77.2,78.8)	2,327	79.2	9.1	(78.4,80.0)	4,528	78.6	8.4	(77.9,79.4)
เฉียงเหนือ												
ใต้	2,072	78.2	14.9	(77.2,79.1)	2,237	76.7	14.0	(75.5,78.0)	4,309	77.4	14.5	(76.5,78.4)
กทม.	839	84.2	10.9	(83.2,85.2)	1,274	82.4	13.6	(81.6,83.2)	2,113	83.3	12.4	(82.6,84.1)
รวมทั้ง	9,716	79.9	11.2	(79.2,80.6)	10,691	79.1	11.5	(78.4 , 79.7)	20,407	79.5	11.4	(78.9,80.1)
ประเทศ												

อ้วนลงพุง: รอบเอว ชาย ≥ 90 cm. , หญิง ≥ 80 cm.

ความชุกโรคอ้วน

เมื่อแบ่งตามเกณฑ์ อ้วน ที่ $BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$ พิจารณาโดยรวมความชุกของโรคอ้วน ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป พบว่าในเพศชาย ร้อยละ 28.4 และในเพศหญิงร้อยละ 40.7 มีน้ำหนักเกิน 25 kg/m^2 โดยความชุกสูงสุดในกลุ่มอายุ 45 -59 ปี ตารางที่ 5.2.5

พบว่าประมาณ 1 ใน 10 ของชายไทย และร้อยละ 8 ของหญิงไทยอยู่ในเกณฑ์ผอม ประชาชนส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มที่มี BMI ระหว่าง $18.5 - <25$ เมื่อพิจารณาน้ำหนักของชายไทย กลุ่มที่ในอยู่เกณฑ์อ้วน ($25 - <30$) มีร้อยละ 22.3 และอ้วนมาก (≥ 30) มีร้อยละ 6 เมื่อเปรียบเทียบระหว่างเพศ ผู้หญิงไทยมีสัดส่วนของคนอ้วนมากกว่าผู้ชาย คือผู้หญิงร้อยละ 29.1 อยู่ในกลุ่มที่มี BMI $25 - <30$ และ ร้อยละ 11.6 อยู่ในกลุ่มอ้วนมาก ($BMI \geq 30$) (ตารางที่ 5.2.6)

พิจารณาโดยรวมความชุกของโรคอ้วน ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป พบว่าในเพศชาย ร้อยละ 28.4 และในเพศหญิง ร้อยละ 40.7 มีน้ำหนักเกิน 25 kg/m^2 โดยความชุกสูงสุดในกลุ่มอายุ 45 -59 ปี (ตารางที่ 5.2.5- 5.2.6)

ตารางที่ 5.2.5 ร้อยละของตัวอย่างจำแนกตาม ระดับดัชนีมวลกาย เพศ และกลุ่มอายุ

อายุ (ปี)							
BMI(kg/m2)	15-29	30-44	45-59	60-69	70-79	80+	รวม
ชาย	n=1,346	n=1,871	n=1,998	n=2,487	n=1,549	n=432	
(n=9,683)							
<18.5	17.0	4.6	6.6	11.2	18.9	30.9	9.4
18.5 -<25	64.5	63.3	59.7	62.4	62.6	57.8	62.2
25-<30	12.0	25.7	27.4	22.1	16.1	10.0	22.3
≥30	6.5	6.5	6.3	4.3	2.4	1.3	6.0
หญิง	n=1,306	n=2,230	n=2,460	n=2,539	n=1,620	n=452	
(n=10,607)							
<18.5	17.2	3.4	3.4	10.1	16.8	27.6	7.6
18.5 -<25	62.2	52.4	46.0	46.9	52.0	58.5	51.7
25-<30	13.6	31.6	36.0	31.9	25.4	9.8	29.1
≥30	7.0	12.6	14.7	11.1	5.9	4.1	11.6

ตารางที่ 5.2.6 ความชุกโรคอ้วน (BMI ≥25 kg/m2) ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตาม เพศ และกลุ่มอายุ ปี 2551-2

กลุ่มอายุ	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน	BMI	(95%CI)	จำนวน	BMI≥25	(95%CI)	จำนวน	BMI≥25	(95%CI)
	ตัวอย่าง	≥25		ตัวอย่าง	กก/ม2 (%)		ตัวอย่าง	กก/ม2	
	าง	กก/ม2 (%)					ง	(%)	
15-29	1,346	18.5	(16.4,20.6)	1,306	20.6	(18.2,23.1)	2,652	19.5	(17.9,21.1)
30-44	1,871	32.2	(29.4,35.0)	2,230	44.2	(41.1,47.4)	4,101	38.4	(36.2 , 40.6)
45-59	1,998	33.7	(31.1,36.4)	2,460	50.6	(48.3,53.0)	4,458	42.4	(40.4,44.5)
60-69	2,487	26.4	(23.4,29.5)	2,539	43.1	(39.4,46.7)	5,026	35.6	(32.6,38.7)
70-79	1,549	18.6	(15.4,21.7)	1,620	31.3	(28.6,34.0)	3,169	25.5	(23.2,27.8)
≥80	432	11.3	(8.0,14.7)	452	13.9	(10.6,17.1)	884	12.8	(10.4,15.1)
รวม	9,683	28.4	(26.2,30.3)	10,607	40.7	(38.6,42.8)	20,290	34.7	(33.0,36.4)

ภาวะอ้วนลงพุง (abdominal obesity)

ตารางที่ 5.2.7 แสดงความชุกของภาวะอ้วนลงพุงในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป แม้ว่าโดยเฉลี่ยผู้ชายมีเส้นรอบเอวใหญ่กว่าผู้หญิงเล็กน้อย แต่ความชุกของภาวะอ้วนลงพุงในผู้หญิง (ร้อยละ 32) สูงกว่าของผู้ชาย (ร้อยละ 18.6) และมากกว่าในทุกกลุ่มอายุ ทั้งนี้เนื่องจากจุดตัดของภาวะอ้วนลงพุงในหญิงกำหนดที่ 80 ซม. ในขณะที่ในชาย ตัดที่ 90 ซม. ซึ่งพบว่าผู้หญิงมีสัดส่วนที่เกินจุดตัดสูงกว่าของชาย เมื่อพิจารณาตามอายุ ภาวะอ้วนลงพุงเพิ่มขึ้นเมื่ออายุมากขึ้นและสูงสุดในช่วงอายุ 45-59 ปี และ 60-69 ปีในทั้งชายและหญิง หลังจากนั้นความชุกลดลง ดังตารางที่ 5.2.7

ตารางที่ 5.2.7 ความชุกของภาวะอ้วนลงพุง ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตาม เพศ และกลุ่มอายุ ปี 2551-2

กลุ่มอายุ	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน ตัวอย่าง	อ้วนลง พุง(%)	(95%CI)	จำนวน ตัวอย่าง	อ้วนลง พุง(%)	(95%CI)	จำนวน ตัวอย่าง	อ้วนลง พุง(%)	(95%CI)
15-29	1,346	11.6	(9.9,13.3)	1,305	26.5	(23.6,29.5)	2,651	18.6	(17.0,20.3)
30-44	1,875	17.4	(15.1,19.7)	2,233	43.9	(40.4,47.4)	4,108	31.1	(28.5,33.8)
45-59	2,001	23.3	(21.2,25.5)	2,462	54.9	(52.2,57.5)	4,463	39.6	(37.7,41.5)
60-69	2,490	23.3	(18.6,28.1)	2,549	53.3	(49.9,56.6)	5,039	39.9	(36.4,43.3)
70-79	1,559	20.0	(18.6,28.1)	1,653	45.1	(41.6,48.6)	3,212	33.8	(31.0,36.6)
≥80	445	13.5	(16.0,24.0)	489	28.6	(24.5,32.8)	934	22.2	(19.1,25.3)
รวม	9,716	18.6	(16.7-20.5)	10,691	45.0	(42.5,47.4)	20,407	32.1	(30.1,34.1)

อ้วนลงพุง: รอบเอว ชาย ≥ 90 cm. , หญิง ≥ 80 cm.

ความชุกตามเขตปกครอง พบว่า ประชากรในเขตเทศบาลมีสัดส่วนของประชากรที่อยู่ในเกณฑ์อ้วน ($BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$) มากกว่าคนนอกเขตเทศบาลและ พิจารณาตามภาคพบว่า คนใน กทม. ทั้งชายและหญิง มีสัดส่วนของคนอยู่ในเกณฑ์อ้วน ($BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$) มากที่สุดตามมาด้วยภาคกลาง ภาคใต้ โดยผู้ชายในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีร้อยละของคนอ้วนต่ำที่สุด ในขณะที่ผู้หญิงในภาคเหนือมีสัดส่วนของคนอ้วนน้อยที่สุด (ตารางที่ 5.2.8)

ประชากรในเขตปกครองมีสัดส่วนของคนอ้วนลงพุงมากกว่าในนอกเขตปกครอง แต่ชายในเขตเทศบาลอ้วนลงพุงมากกว่าชายที่อยู่นอกเขตเกือบสองเท่าในขณะที่ หญิงนอกเขตเทศบาลมีสัดส่วนของอ้วนลงพุงน้อยกว่าหญิงในเขตเพียงเล็กน้อย (ตารางที่ 5.2.9)

ตารางที่ 5.2.8 ความชุกโรคอ้วน (BMI ≥ 25 kg/m²) ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตาม เพศ เขตปกครองและภาค ปี 2551-2

พื้นที่	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน	BMI ≥ 25	(95%CI)	จำนวน	BMI ≥ 25	(95%CI)	จำนวน	BMI ≥ 25	(95%CI)
	ตัวอย่าง	กก/ม2		ตัวอย่าง	กก/ม2		ตัวอย่าง	กก/ม2	
		(%)			(%)			(%)	
เขตปกครอง									
ในเขตเทศบาล	5,094	36.1	(34.1,38.1)	5,898	44.9	(42.3,47.5)	10,992	40.7	(38.7,42.7)
นอกเขตเทศบาล	4,589	25.1	(22.8,27.3)	4,709	38.8	(36.4,41.3)	9,298	32.1	(30.1,34.0)
ภาค									
เหนือ	2,246	27.5	(24.7,30.2)	2,338	36.3	(30.7,41.9)	4,584	32.0	(29.4,34.6)
กลาง	2,345	33.3	(31.0,35.7)	2,478	42.5	(39.3,45.8)	4,823	38.1	(35.9,40.3)
ตะวันออกเฉียงเหนือ	2,192	22.5	(18.7,26.3)	2,311	39.1	(35.6,42.6)	4,503	30.9	(27.7,34.2)
ใต้	2,063	27.4	(24.7,30.1)	2,208	40.7	(38.7,42.7)	4,271	34.2	(32.8,35.6)
กทม.	837	38.8	(34.5,43.0)	1,272	49.4	(47.6,51.3)	2,109	44.2	(41.5,46.9)
รวมทั้งประเทศ	9,683	28.4	(26.2,30.3)	10,607	40.7	(38.6,42.8)	20,290	34.7	(33.0,36.4)

ตารางที่ 5.2.9 ความชุกของภาวะอ้วนลงพุงในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตาม เพศ เขตปกครองและภาค ปี 2551-2

พื้นที่	ชาย			หญิง			รวม		
	จำนวน	อ้วน	(95%CI)	จำนวน	อ้วน	(95%CI)	จำนวน	อ้วน	(95%CI)
	ตัวอย่าง	ลงพุง		ตัวอย่าง	ลง		ตัวอย่าง	ลง	
		(%)			พุง			พุง	
		(%)			(%)			(%)	
เขตปกครอง									
ในเขตเทศบาล	5,109	27.5	(24.7,30.3)	5,942	49.6	(46.4,52.9)	11,051	39.1	(36.3,41.9)
นอกเขตเทศบาล	4,607	14.8	(13.2,16.4)	4,749	42.8	(40.0,45.7)	9,356	29.0	(27.1,31.0)
ภาค									
เหนือ	2,254	15.2	(13.1,17.2)	2,363	37.7	(30.5,44.9)	4,617	26.7	(22.6,30.9)
กลาง	2,350	26.4	(23.8,29.0)	2,490	49.6	(45.0,54.3)	4,840	38.4	(35.2,41.6)
ตะวันออกเฉียงเหนือ	2,201	11.7	(9.7,13.6)	2,327	45.7	(42.3,49.1)	4,528	29.0	(26.3,31.7)
ใต้	2,072	15.5	(13.8,17.2)	2,237	35.9	(31.4,40.4)	4,309	26.0	(23.2,28.8)
กทม.	839	33.1	(28.6,37.6)	1,274	55.7	(52.5,58.9)	2,113	44.6	(41.0,48.2)
รวมทั้งประเทศ	9,716	18.6	(16.7,20.5)	10,691	45.0	(42.5,47.4)	20,407	32.1	(30.1,34.1)

อ้วนลงพุง: รอบเอว ชาย ≥ 90 cm. , หญิง ≥ 80 cm.

6. ภาวะโภชนาการของสารไอโอดีนในเด็ก

เกณฑ์การประเมินปริมาณไอโอดีนที่ได้รับจากอาหารและภาวะโภชนาการของสารไอโอดีนจากระดับไอโอดีนในปัสสาวะของแต่ละชุมชนของWHO/UNICEF/ICCIDD มี 2 ช่วงอายุคือ

- เกณฑ์สำหรับเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี⁽²⁾ ซึ่งมีเกณฑ์การพิจารณาเพียง 2 ระดับ ได้แก่ ค่ามัธยฐานของปริมาณไอโอดีนในปัสสาวะของชุมชน ถ้าน้อยกว่า 100 ug/L จัดอยู่ในระดับได้รับสารไอโอดีนไม่เพียงพอ และ ค่ามัธยฐานของปริมาณไอโอดีนในปัสสาวะของชุมชนเท่ากับหรือมากกว่า 100 ug/L จัดอยู่ในระดับได้รับสารไอโอดีนเพียงพอ และ
- เกณฑ์การประเมินของWHO/UNICEF/ICCIDD สำหรับเด็กวัยเรียนอายุตั้งแต่ 6 ปี ขึ้นไป⁽¹⁾ ซึ่งมีเกณฑ์การพิจารณา 6 ระดับ อย่างไรก็ตามสำหรับค่ามัธยฐานของปริมาณไอโอดีนในปัสสาวะของชุมชนเท่ากับหรือมากกว่า 100 ug/L จัดอยู่ในระดับได้รับสารไอโอดีนเพียงพอเช่นเดียวกับของกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี

สำหรับเด็กที่มีอายุตั้งแต่ 2 ปีถึงน้อยกว่า 6 ปี ยังไม่มีเกณฑ์การประเมินของWHO/UNICEF/ICCIDD ออกมาใช้ เนื่องจากในการศึกษาครั้งนี้ สำหรับเด็กที่มีอายุตั้งแต่ 1-5 ปี จึงขอเสนอใช้เกณฑ์การประเมินของWHO/UNICEF/ICCIDD สำหรับเด็กวัยเรียนอายุตั้งแต่ 6 ปี ขึ้นไป⁽¹⁾

สำหรับการประเมินภาวะโภชนาการของสารไอโอดีนควรพิจารณาจาก 2 เงื่อนไขประกอบกัน⁽¹⁾ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. พิจารณาจากค่ามัธยฐานของปริมาณไอโอดีนในปัสสาวะของแต่ละชุมชนที่มีขนาดตัวอย่างตั้งแต่ 30 คนขึ้นไป ($n \geq 30$) เกณฑ์การประเมินดังแสดงในตารางที่ 6.1
2. พิจารณาจากจำนวนร้อยละของประชากรในชุมชนที่มีระดับไอโอดีนในปัสสาวะอยู่ในเกณฑ์ขาด กล่าวคือ มีจำนวนประชากรในชุมชนตั้งแต่ร้อยละ 50 ขึ้นไปเป็นผู้ขาดสารไอโอดีน(คือมีระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) และหรือ มีจำนวนประชากรในชุมชนตั้งแต่ร้อยละ 20 ขึ้นไปเป็นผู้ขาดสารไอโอดีนในระดับปานกลางและรุนแรงรวมกัน (มีระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 50 ug/L) ถือว่าชุมชนนั้นยังมีปัญหาขาดสารไอโอดีน

ตารางที่ 6.1 เกณฑ์การประเมินปริมาณไอโอดีนที่ได้รับจากอาหาร และ ภาวะโภชนาการของสารไอโอดีนจากค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะ

ค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะ (ug/L)	การประเมิน			
	ปริมาณไอโอดีนที่ได้รับจากอาหาร		ภาวะโภชนาการของสารไอโอดีน	
<20	ไม่พอเพียง	ได้รับสารไอโอดีนไม่พอเพียง	ขาดสารไอโอดีนอย่างรุนแรง	ขาด
20-49	ไม่พอเพียง		ขาดสารไอโอดีนปานกลาง	
50-99	ไม่พอเพียง		ขาดสารไอโอดีนเล็กน้อย	
100-199	พอเพียง	ได้รับสารไอโอดีนพอเพียง	เหมาะสม	เหมาะสม
200-299	มากเกินไป	ได้รับสารไอโอดีนเกินพอเพียง	เพิ่มความเสี่ยงต่อภาวะได้รับสารไอโอดีนมากเกินไป	เกิน
>=300	มากเกินไป (excessive intake)		มีผลเสียต่อสุขภาพ เพิ่มความเสี่ยงต่อภาวะคอพอกเป็นพิษและต่อมธัยรอยด์อักเสบจากภูมิคุ้มกันตนเอง	

ตารางที่ 6.2 แสดงผลการสำรวจระดับไอโอดีนในปัสสาวะเด็ก เป็นค่าเฉลี่ยและค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีน เมื่อพิจารณาจากค่ามัธยฐาน พบว่า เด็กทุกกลุ่มอายุได้รับปริมาณไอโอดีนจากอาหารพอเพียง (ค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะมากกว่า 100 ug/L) และค่ามัธยฐานมีแนวโน้มลดลงเมื่ออายุเพิ่มขึ้น โดยกลุ่มอายุ 1-11 ปี มีค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะสูงสุด

ค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะของเด็กเพศชาย เพศหญิง และ รวมทั้ง 2 เพศ จำแนกตาม เขตเทศบาล พบว่า เด็กทุกกลุ่มอายุได้รับปริมาณไอโอดีนจากอาหารพอเพียง (ค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะมากกว่า 100 ug/L) และเด็กเพศชาย เพศหญิง และรวมทั้ง 2 เพศ ในเขตเทศบาลมีแนวโน้มที่มีค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะสูงกว่านอกเขตเทศบาล

จากค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะของเด็กเพศชาย เพศหญิง และรวมทั้ง 2 เพศ จำแนกตาม ภาค รวมทั้งกทม. พบว่า เด็กทุกกลุ่มอายุได้รับปริมาณไอโอดีนจากอาหารพอเพียง (ค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะมากกว่า 100 ug/L) โดยภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีค่ามัธยฐานของระดับไอโอดีนในปัสสาวะต่ำกว่าพื้นที่อื่นๆ ทั้งในเด็กเพศชาย เพศหญิง และรวมทั้ง 2 เพศ

ตารางที่ 6.2 ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ ค่ามัธยฐาน ของระดับไอโอดีนในปัสสาวะ จำแนกตามเพศ อายุ เขตปกครอง และภูมิภาค

กลุ่มอายุ	ชาย						หญิง					
	N	min	max	mean	sd	median	N	min	max	mean	sd	median
1-1,11	238	33	1434	213.38	173.95	194	207	0	3807	220.75	287.58	179
2-5,11	1110	10	1302	206.16	145.59	187	1090	11	1569	191.24	154.76	169
6-9,11	1059	7	1276	166.83	127.02	147	1066	4	1312	166.68	140.64	140
10-14,11	1455	4	1469	148.42	126.55	128	1482	4	1498	148.48	129.80	122
เขตปกครอง												
ในเขต	1990	4	1434	186.87	196.65	157	2015	0	1312	177.36	191.19	148
นอกเขต	1871	7	1469	169.31	110.92	145	1830	4	3807	166.53	129.38	134.5
ภาค												
เหนือ	895	19	1469	214.59	204.44	176	902	10	3807	211.66	271.34	171
กลาง	912	10	1090	175.01	122.53	149.5	903	7	1569	166.93	132.15	138
ตอ.เฉียงเหนือ	960	4	1096	143.61	89.11	130.5	953	0	1145	147.96	103.14	118
ใต้	842	20	1434	197.63	187.89	157	819	11	1099	175.19	166.59	137
กทม	253	28	951	190.93	153.12	157	268	12	685	182.70	156.02	156
รวม	3862	4	1469	174.17	138.61	152	3845	0	3807	169.33	154.72	141

กลุ่มอายุ	รวม					
	N	min	max	mean	sd	median
1-1,11	445	0	3807	216.71	232.47	190
2-5,11	2200	10	1569	199.04	150.58	178
6-9,11	2125	4	1312	166.76	133.97	144
10-14,11	2937	4	1498	148.45	128.51	124
เขตปกครอง						
ในเขต	4005	0	1434	182.29	194.97	153
นอกเขต	3701	4	3807	167.97	120.36	139
ภาค						
เหนือ	1797	10	3807	213.18	238.79	174
กลาง	1815	7	1569	171.10	127.62	145
ตอ.เฉียงเหนือ	1913	0	1145	145.69	96.14	125
ใต้	1661	11	1434	186.77	179.08	145
กทม	521	12	951	186.80	155.10	156
รวม	7707	0	3807	171.83	146.46	146

เมื่อพิจารณาข้อมูลในตารางที่ 6.3 โดยรวมมีเด็กที่ได้รับสารไอโอดีนพอเพียง (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 100-199 ug/L) ร้อยละ 36.15 และพบว่า มีผู้ที่ขาดสารไอโอดีนในทุกระดับ (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) รวมกันร้อยละ 34.79 แบ่งเป็น ผู้ที่ขาดระดับรุนแรง (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ $\leq$ 20 ug/L) ปานกลาง (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 20-49 ug/L) และเล็กน้อย (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ50-99 ug/L) ร้อยละ 1.25, 5.7 และ 27.84 ตามลำดับ

เมื่อใช้เกณฑ์ของWHO/UNICEF/ICCIDD กล่าวได้ว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษานี้โดยรวมได้รับสารไอโอดีนพอเพียง เนื่องจาก มีสัดส่วนผู้ขาดสารไอโอดีนในทุกระดับ (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) รวมกันต่ำกว่าร้อยละ 50 ในขณะที่เดียวกันมี สัดส่วนผู้ขาดสารไอโอดีนระดับรุนแรงและปานกลาง (มีระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 50 ug/L) รวมกันต่ำกว่าร้อยละ 20

เมื่อพิจารณารายภาค พบว่า ทุกภาครวมทั้ง กทม. มีสัดส่วนของผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนพอเพียง (ระดับ ไอ โอดีน ใน ปัสสาวะ 100-199 ug/L) ใกล้เคียงกันอยู่ระหว่างร้อยละ 34.52- 39.10

เด็กในทุกภาครวมทั้งกทม. ผ่านเกณฑ์การขาดสารไอโอดีนตามเกณฑ์ของ WHO/UNICEF/ICCIDD อย่างไรก็ดีตาม พบว่า ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีสัดส่วนผู้ขาดสารไอโอดีน (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) สูงกว่าภาคอื่นโดยมีสัดส่วนผู้ ขาดสารไอโอดีน(ระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) ในทุกระดับรวมกันสูงถึงร้อยละ 42.98 สำหรับภาคอื่นรวมทั้ง กทม. มีสัดส่วนผู้ขาดสารไอโอดีนในทุกระดับรวมกันอยู่ระหว่างร้อยละ 25.33-31.91

นอกจากนี้โดยรวมพบว่า มีสัดส่วนของเด็กที่ได้รับสารไอโอดีนมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 200-299 ug/L) ร้อยละ 16.17 และสัดส่วนเด็กที่ได้รับสารไอโอดีนมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ $\geq$ 300 ug/L) ร้อยละ 12.89

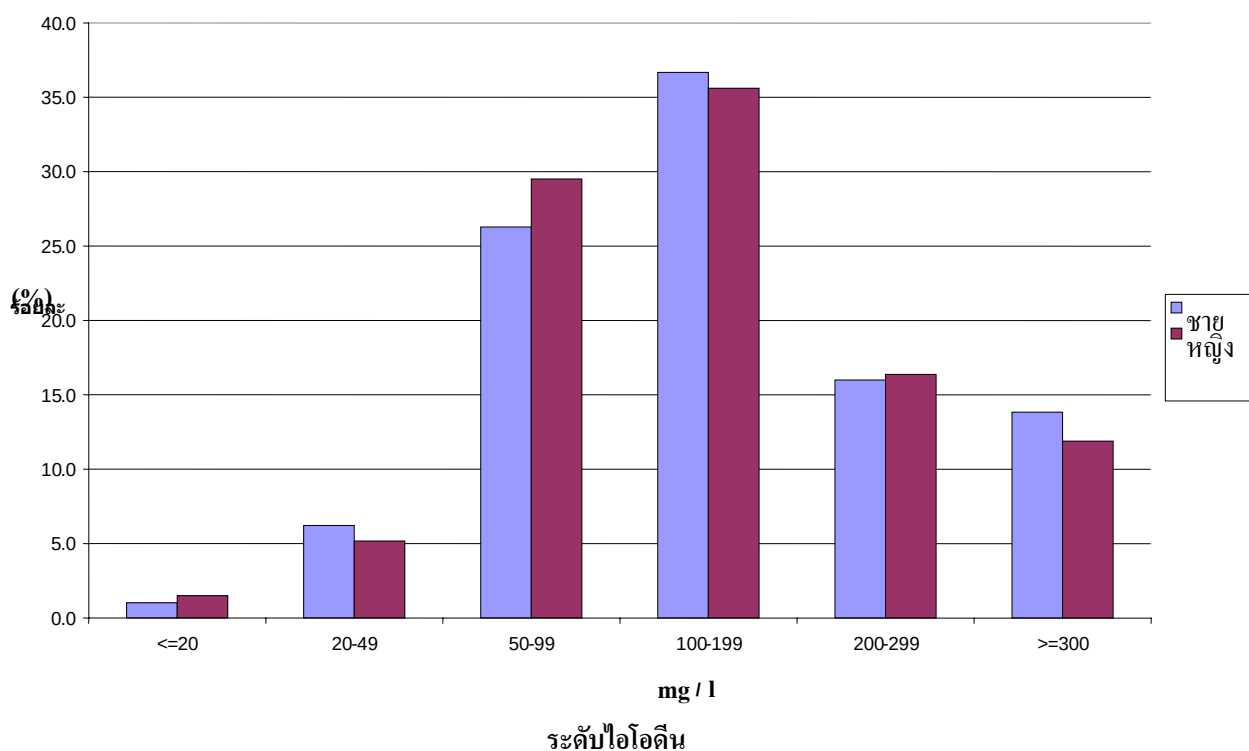
ทุกภาครวมทั้ง กทม. มีสัดส่วนของเด็กที่ได้รับสารไอโอดีนมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 200-299 ug/L) อยู่ ระหว่างร้อยละ 13.3- 20.88 และมีสัดส่วนของเด็กที่ได้รับสารไอโอดีนมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ $\geq$ 300 ug/L) อยู่ ระหว่างร้อยละ 9.07-19.52 โดยภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีสัดส่วนของเด็กที่ได้รับสารไอโอดีนมากเกินไปและมากเกินไปต่ำที่สุด เมื่อเทียบกับภาคอื่น คือ คิดเป็นร้อยละ 22.37 ในขณะที่ภาคเหนือมีสัดส่วนของผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนมากเกินไปและมากเกินไปสูง ที่สุด คือ คิดเป็นร้อยละ 40.1

สรุป ประชากรเด็กในทุกภาคและกทม. สามารถแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ ผู้ที่มีภาวะโภชนาการของสารไอโอดีนในระดับ **เหมาะสม** (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 100-199 ug/L) ร้อยละ 34.52-39.1 **ผู้ขาดสารไอโอดีน** (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) ในระดับต่างๆ รวมกันร้อยละ 25.33-43.98 และ**ผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนเกิน** คือ สูงกว่าความต้องการ(ระดับไอโอดีนใน ปัสสาวะ 200-299 ug/L) และมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ $\geq$ 300 ug/L) รวมกันร้อยละ 22.37-40.1

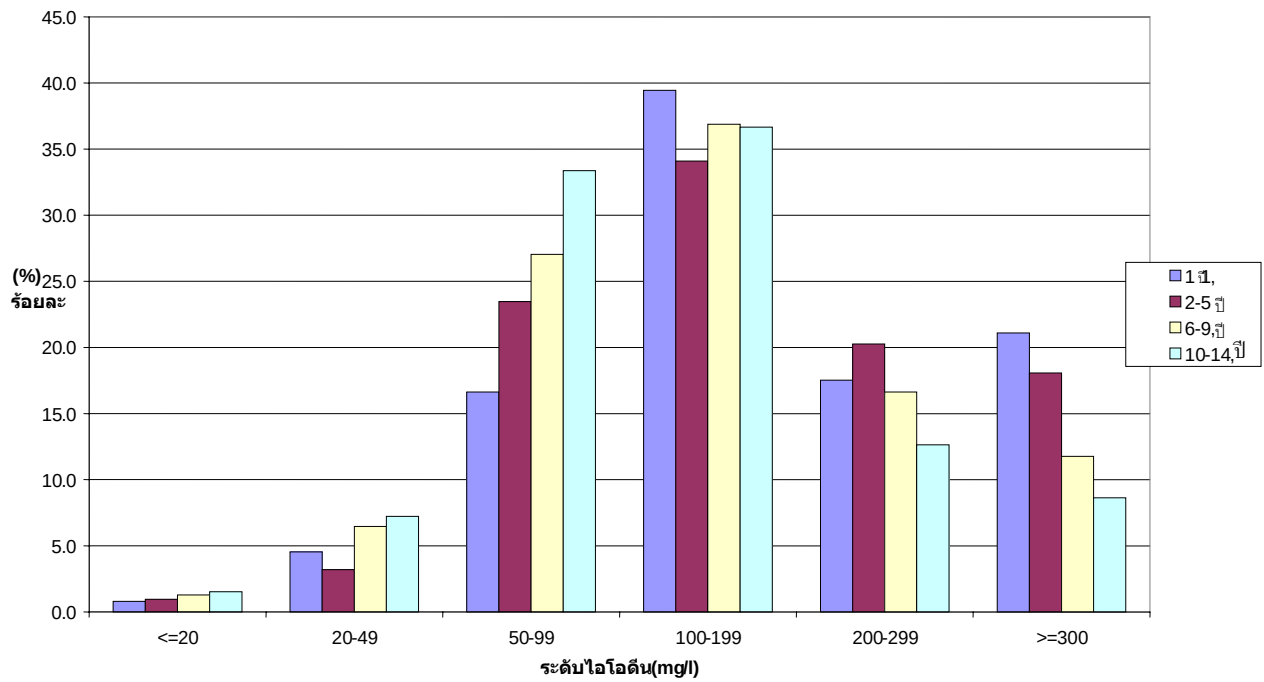
ตารางที่ 6.3 แสดงร้อยละของจำนวนประชากร จำแนกโดย ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ เพศ กลุ่มอายุ เขตปกครอง ทม ภาคและ โดยรวม (n=7,706)

ระดับ ไอโอดีน ใน ปัสสาวะ (ug/l)	จำนวน	เพศ		กลุ่มอายุ				เขตการ							รวม
								ปกครอง				ภาค			
<=20	77	1.0	1.5	0.8	1.0	1.3	1.5	1.1	1.3	0.9	1.3	1.9	0.3	0.3	1.3
20-49	342	6.2	5.2	4.5	3.2	6.5	7.2	4.0	6.4	3.4	5.4	8.2	3.4	3.8	5.7
50-99	1,955	26.3	29.5	16.6	23.5	27.0	33.4	25.8	28.6	21.1	25.3	32.9	27.8	25.5	27.8
100-199	2,811	36.7	35.6	39.4	34.1	36.9	36.7	35.9	36.2	34.6	39.1	34.7	37.3	34.5	36.2
200-299	1,393	16.0	16.4	17.5	20.3	16.6	12.6	19.2	15.1	20.6	16.4	13.3	16.4	20.9	16.2
>=300	1,128	13.8	11.9	21.1	18.1	11.8	8.6	14.0	12.5	19.5	12.6	9.1	14.8	15.1	12.9

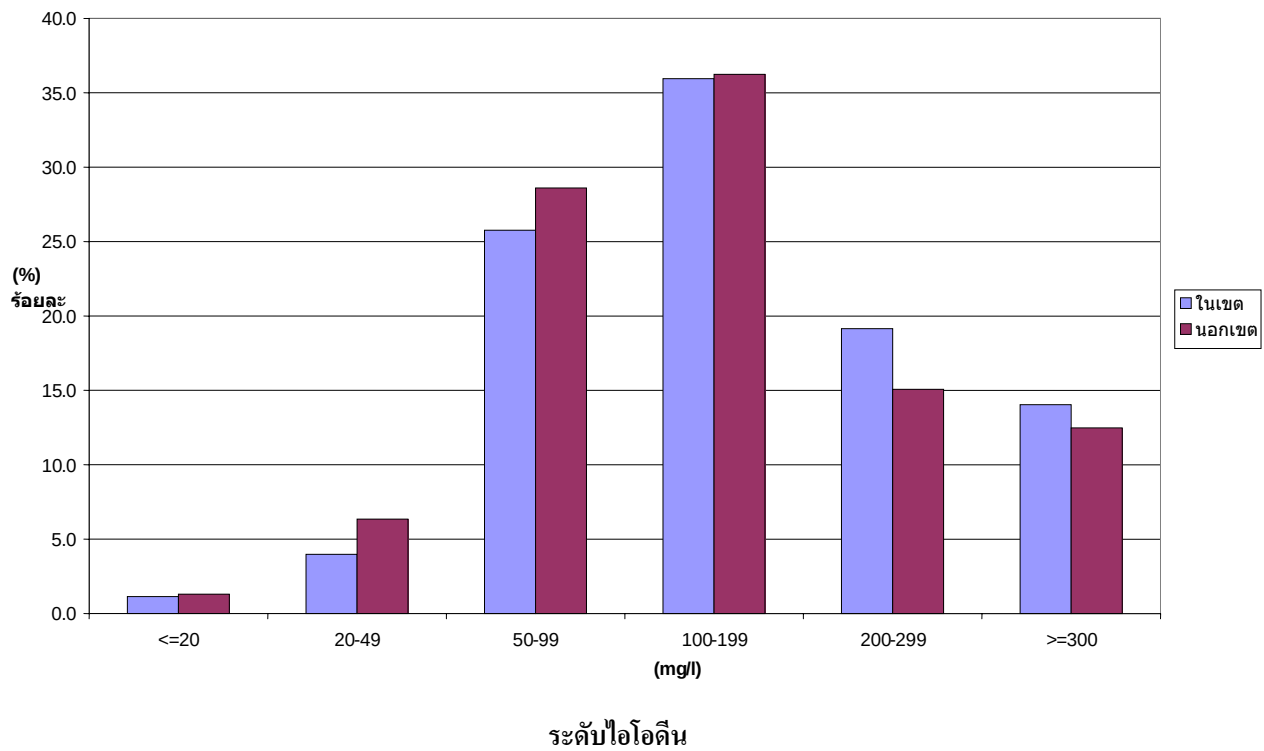
รูปที่ 6.1 ร้อยละของประชากรเด็ก จำแนกตาม ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ และเพศ



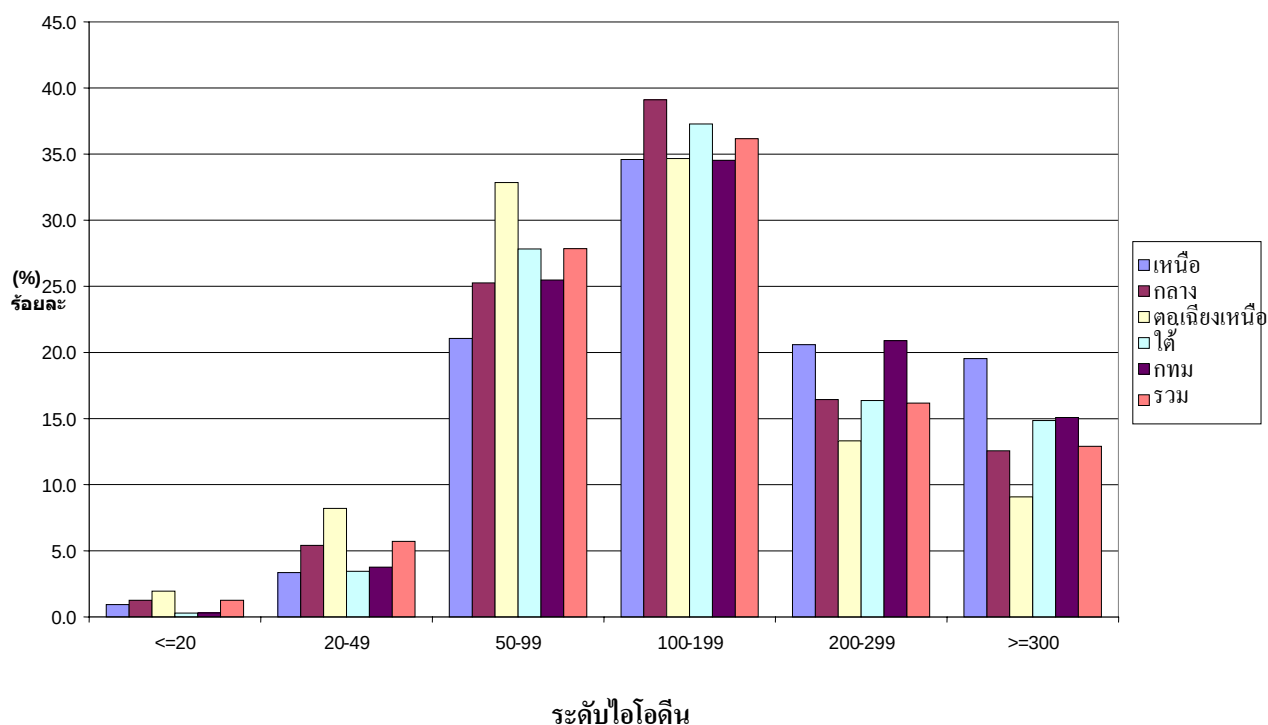
รูปที่ 6.2 ร้อยละของประชากรเด็ก จำแนกตามระดับไอโอดีนในปัสสาวะ และกลุ่มอายุ



รูปที่ 6.3 ร้อยละของประชากรเด็ก จำแนกตาม ระดับไอโอดีนในปัสสาวะและที่อยู่ตามเขตปกครอง



รูปที่ 6.4 ร้อยละของประชากรเด็ก จำแนกตามระดับไอโอดีนในปัสสาวะ และภูมิภาค



ตารางที่ 6.4 แสดงสัดส่วนของเด็กที่มีระดับไอโอดีนระดับต่างๆ ดังนี้

1. เด็กชายและเด็กหญิงมีแนวโน้มของสัดส่วนผู้ขาดสารไอโอดีน (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) ในทุกระดับเพิ่มขึ้นเมื่ออายุเพิ่มขึ้น โดยกลุ่มอายุ 10-14,11 ปี มีสัดส่วนผู้ขาดสารไอโอดีน (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) ในทุกระดับเพิ่มขึ้นเป็นประมาณ 2 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มอายุ 1-11 ปี โดยเพิ่มจากร้อยละ 22.09 เป็นร้อยละ 42.40 ในเด็กเพศชาย และเพิ่มจากร้อยละ 21.79 เป็นร้อยละ 41.78 ในเด็กเพศหญิง
2. เด็กชายและเด็กหญิงมีแนวโน้มของสัดส่วนผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนในระดับพอเพียง (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 100-199 ug/L) เพิ่มขึ้นเมื่ออายุเพิ่มขึ้น ระหว่างกลุ่มอายุ 2-5,11, 6-9,11, 10-14,11 ปี อย่างไรก็ตามพบว่า เด็กเพศหญิง กลุ่มอายุ 1-11 ปี เป็นกลุ่มที่มีสัดส่วนผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนในระดับพอเพียง (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 100-199 ug/L) มากที่สุดเทียบกับกลุ่มอายุอื่น
3. เด็กชายและเด็กหญิงมีแนวโน้มของสัดส่วนผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 200-299 ug/L) และมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ >=300 ug/L) รวมกันลดลงเมื่ออายุเพิ่มขึ้น โดยมีสัดส่วนผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนมากเกินไป และมากเกินไปรวมกันแล้วมีสัดส่วนลดลงประมาณ 2 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มอายุ 1-11 ปี โดยลดลงจากร้อยละ 40.43 เป็นร้อยละ 20.54 ในเด็กเพศชาย และลดลงจากร้อยละ 36.39 เป็นร้อยละ 21.96 ในเด็กเพศหญิง

โดยสรุป เด็กชายและเด็กหญิงไทยมีการกระจายของสัดส่วนผู้ที่มีภาวะโภชนาการของสารไอโอดีนในทุกกลุ่มอายุคล้ายกัน และสามารถจะเป็น 3 กลุ่ม คือ ผู้ที่มีภาวะโภชนาการของสารไอโอดีนในระดับเหมาะสม (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 100-199 ug/L)

ร้อยละ 33.1-41.82 ของเด็กทั้งหมด ผู้ขาดสารไอโอดีน (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) ในระดับต่างๆ รวมกันร้อยละ 22.09-42.4 และร้อยละ 21.79-41.78 ของแต่ละกลุ่มอายุจากกลุ่มอายุน้อยไปกลุ่มอายุมากในเด็กชายและเด็กหญิงตามลำดับ และผู้ที่มีภาวะโภชนาการของสารไอโอดีนเกิน (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะมากกว่า 200 ug/L) ร้อยละ 40.43-20.54 และร้อยละ 39.39-21.96 ของแต่ละกลุ่มอายุจากกลุ่มอายุน้อยไปกลุ่มอายุมากในเด็กเพศชาย และเด็กเพศหญิงตามลำดับ

เขตปกครอง

1. เด็กชายและเด็กหญิงทั้งนอกเขตและในเขตเทศบาลมีสัดส่วนของผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนในระดับพอเพียง (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 100-199 ug/L) ไม่แตกต่างกันระหว่างร้อยละ 34.71-37.09
2. เด็กชายและเด็กหญิงนอกเขตเทศบาลมีสัดส่วนผู้ขาดสารไอโอดีน (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) ในระดับต่างๆ และทุกระดับรวมกันสูงกว่าเด็กชายและเด็กหญิงในเขตเทศบาล (ร้อยละของผู้ขาดสารไอโอดีน ทุกระดับรวมกันของเด็กชายที่อยู่นอกเขต เทียบกับในเขต คือ ร้อยละ 35.24 และ ร้อยละ 28.82 สำหรับ กรณีเด็กหญิงที่อยู่นอกเขตเทียบกับในเขต คือ ร้อยละ 37.31 และ ร้อยละ 33.07 ตามลำดับ)
3. เด็กชายและเด็กหญิงที่อยู่นอกเขตเทศบาลมีสัดส่วนผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 200-299 ug/L) และมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ ≥ 300 ug/L) หรือทั้งสองรวมกัน น้อยกว่า เด็กชายและเด็กหญิงที่อยู่ในเขตเทศบาล (เด็กชายที่อยู่นอกเขตเทียบกับที่อยู่ในเขต คือ ร้อยละ 28.09 และ ร้อยละ 34.09 ตามลำดับ สำหรับกรณีเด็กหญิงที่อยู่นอกเขตเทียบกับในเขตคือร้อยละ 26.93 และ 32.33)

พิจารณาตามรายการ

การกระจายของสัดส่วนผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนในเด็กเพศชายและเพศหญิงทุกภาครวมทั้ง กทม. มีแนวโน้มเหมือนกัน ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีร้อยละผู้ที่ขาดสารไอโอดีน (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) ทั้งในเพศชายและเพศหญิงมากที่สุดเมื่อเทียบกับพื้นที่อื่นๆ (คือ คิดเป็นร้อยละ 41.43 ในเด็กเพศชายและร้อยละ 44.65 ในเด็กเพศหญิง) นอกจากนี้ยังมีร้อยละของผู้ที่ได้รับสารไอโอดีนมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ 200-299 ug/L) และมากเกินไป (ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ ≥ 300 ug/L) รวมกันต่ำกว่าพื้นที่อื่นๆทั้งเพศชายและหญิง (คือ คิดเป็นร้อยละ 21.43 ในเด็กเพศชายและร้อยละ 23.39 ในเด็กเพศหญิง)

เมื่อพิจารณาโดยรวมจากเด็กชายที่สำรวจทั้งหมด 3,861 คนพบว่า มีเด็กชายที่ได้รับสารไอโอดีนจากอาหารไม่พอเพียงร้อยละ 33.51 พอเพียงร้อยละ 36.78 และเกินพอเพียง ร้อยละ 29.71

จากเด็กหญิงที่สำรวจทั้งหมด 3,845 คนพบว่า มีเด็กหญิงที่ได้รับสารไอโอดีนจากอาหารไม่พอเพียงร้อยละ 36.17 พอเพียงร้อยละ 35.48 และเกินพอเพียง ร้อยละ 28.35

ตารางที่ 6.4 ร้อยละของเพศชายและหญิง จำแนกตาม ระดับไอโอดีนในปัสสาวะ กลุ่มอายุ เขตปกครอง ภาค และ กทม

ระดับ ไอโอดีนใน ปัสสาวะ (ug/l)	ร้อยละของเด็ก													
	ชาย							หญิง						
	จำนวน	<=20	20-49	50-99	100-199	200-299	>=300	จำนวน	<=20	20-49	50-99	100-199	200-299	>=300
กลุ่มอายุ														
1-1,11	238	0.08	4.81	17.2	37.5	19	21.46	207	1.66	4.2	15.93	41.8	15.7	20.65
2-5,11	1,110	0.62	2.51	21.6	35	19.9	20.42	1,090	1.31	3.94	25.55	33.1	20.6	15.47
6-9,11	1,058	1.3	7.76	24	38.1	16.9	11.88	1,066	1.25	5.04	30.25	35.5	16.3	11.61
10-14,11	1,455	1.21	8.18	33	37.1	11.4	9.12	1,482	1.85	6.2	33.73	36.3	13.9	8.1
เขตปกครอง														
ในเขต	1,990	0.93	3.74	24.2	37.1	19.4	14.73	2,015	1.35	4.22	27.5	34.7	18.9	13.3
นอกเขต	1,871	1.02	7.15	27.1	36.7	14.5	13.57	1,830	1.59	5.48	30.24	35.8	15.7	11.28
ภาค														
เหนือ	895	0.43	3.97	20.7	33.1	20.7	21.01	902	1.44	2.69	21.44	36.1	20.4	17.92
กลาง	911	0.99	5.75	24.1	38.5	16.9	13.75	903	1.55	5.03	26.51	39.7	15.9	11.26
ตอ.เฉียง														
เหนือ	960	1.66	9.28	30.5	37.1	12.3	9.15	953	2.23	6.98	35.44	32	14.4	8.98
ใต้	842	0.3	2.62	26.3	38.1	15.8	16.9	819	0.27	4.31	29.43	36.4	16.9	12.64
กทม	253	0	4.56	23.7	33.6	20.9	17.27	268	0.59	2.96	27.24	35.5	20.8	12.9
รวม	3,861	0.99	6.23	26.3	36.8	15.8	13.88	3,845	1.53	5.14	29.5	35.5	16.5	11.82

สรุป

ผลการสำรวจภาวะโภชนาการของสารไอโอดีนโดยใช้เกณฑ์พิจารณาทั้งจากค่ามัธยฐานของปริมาณไอโอดีนในปัสสาวะ (100-199 ug/ L) ของแต่ละชุมชน (n>=30) รวมไปถึงจำนวนร้อยละของประชากรในชุมชนที่มีระดับไอโอดีนในปัสสาวะอยู่ในเกณฑ์ขาด [(กล่าวคือ จำนวน ประชากรในชุมชนตั้งแต่ร้อยละ 50 ขึ้นไปเป็นผู้ขาดสารไอโอดีน(คือมีระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 100 ug/L) และมีจำนวนประชากรในชุมชนตั้งแต่ร้อยละ 20 ขึ้นไปเป็นผู้ขาดสารไอโอดีนในระดับปานกลางและรุนแรงรวมกัน (มีระดับไอโอดีนในปัสสาวะน้อยกว่า 50 ug/L)] พบว่าทั้งเด็กชายและเด็กหญิงมีภาวะโภชนาการสารไอโอดีนอยู่ในระดับพอเพียง สำหรับกลุ่มเด็กที่มีภาวะขาดหรือมีสารไอโอดีนเกิน ควรได้รับการศึกษาเพิ่มเติมและแก้ไขต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. WHO expert consultation. Appropriate body-mass index for Asian populations and its implications for policy and intervention strategies. Lancet 2004; 363: 157–63
2. Executive summary of the Third Report of The National Cholesterol Education Program (NCEP) Expert Panel on detection, evaluation, and treatment of high blood cholesterol in adults (Adult Treatment Panel III). JAMA2001;285:2486-97
3. World Health Organization (2007). Assessment of Iodine Deficiency Disorders and Monitoring their Elimination: A guide for programme managers, 3rd edition, p 33.
4. Iodine requirements in pregnancy and infancy. IDD newsletter. 2007. February 23(1), p1-2.

สรุปผล

การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 4 ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนไทย (eating behavior) ความถี่การบริโภคอาหาร (food frequency) และการกินผักผลไม้ รวมทั้งการวัดสัดส่วนร่างกายเพื่อประเมินการเจริญเติบโตทางกายในเด็กและภาวะอ้วนในผู้ใหญ่ จากผลการสำรวจในครั้งนี้พบว่ามีประชากรส่วนหนึ่งทั้งในเด็กและผู้ใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เอื้อต่อการมีสุขภาพะ เช่น การกินอาหารไม่ครบ 3 มื้อ (ซึ่งพบร้อยละ 20 ในเด็กและร้อยละ 23 ในผู้ใหญ่) ในเด็กพบว่า สัดส่วนของกินนมในเด็กอายุ 1-1 ปี 11 เดือน มีเพียงร้อยละ 24 ที่กินนมใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา เด็กกินนมอย่างเดียวนใน 6 เดือนแรก (exclusive breast feeding) มีเพียงร้อยละ 7.1 ซึ่งเป็นสัดส่วนที่ต่ำมาก สำหรับพฤติกรรมการกินอาหารบางประเภท พบว่าเด็กอายุ 2-14 ปี ร้อยละ 30.8 และร้อยละ 16.2 ในผู้ใหญ่ มีการกินน้ำอัดลมเกือบทุกวันหรือทุกวัน นอกจากนี้พบว่าเด็กมีการกินขนมกรุบกรอบเกือบทุกวันร้อยละ 19 และกินทุกวันถึงร้อยละ 28.2 ซึ่งเป็นสัดส่วนที่ค่อนข้างสูง พบทั้งในเขตเมืองและชนบท และทุกภาคของประเทศ ส่วนการบริโภคผักและผลไม้ พบว่ามีสัดส่วนของการกินผักและผลไม้ได้อย่างเพียงพอต่ำมาก ซึ่งในกลุ่มประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป พบว่ากินผักและผลไม้ต่อวันอย่างเพียงพอเพียงร้อยละ 18 ซึ่งต่ำกว่าผลการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 3 เมื่อ พ.ศ. 2547 ปัญหานี้พบในทุกภูมิภาคของประเทศทั้งในเขตเมืองและชนบทเช่นกัน

การสำรวจพฤติกรรมการเลือกแหล่งอาหารพบว่าปัจจุบันประชาชนไทยมีการกินอาหารนอกบ้านมากขึ้น มีทั้งเป็นอาหารปรุงสำเร็จที่ขายในตลาด และอาหารตามสั่งจากร้านอาหาร เป็นต้น ซึ่งคุณภาพของอาหารเหล่านี้ถูกกำหนดโดยผู้ประกอบการและผู้ขาย ซึ่งมีคะแนนในเรื่องของรสชาติ จึงมีแนวโน้มที่อาหารเหล่านี้จะมีเกลือโซเดียมเกิน หวานเกิน และหรือมีไขมันมากเกินไป ดังนั้นการให้ความรู้และความตระหนักแก่ประชาชนทั่วไปในการเลือกซื้ออาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการควบคู่กับการให้ข้อมูลและสร้างความตระหนักแก่ผู้ประกอบการและจำหน่ายอาหารสำเร็จรูปเหล่านี้จึงเป็นสิ่งที่ควรมีการดำเนินการ นอกจากควรมีการเฝ้าระวังเกี่ยวกับคุณภาพของอาหารและการเฝ้าระวังอาหารสำเร็จที่มีการจำหน่ายเป็นระยะๆ

พฤติกรรมการบริโภคอาหารเหล่านี้จะมีผลกระทบทางลบต่อภาวะสุขภาพในขณะนี้และต่อไปในอนาคต เมื่อพิจารณาผลการสำรวจความถี่การบริโภค บ่งชี้ว่าประชากรไทยในขณะนี้มีการบริโภคอาหารบางประเภท เช่น เนื้อสัตว์ บ่อยมากขึ้น มีการกินอาหารที่ประกอบด้วยทอด บ่อยกว่า อาหารที่ประกอบด้วยการนึ่ง และต้ม นอกจากนี้ยังกินอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ โดยเฉพาะผักและผลไม้ น้อยเกินไป ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ส่งผลทำให้ประชาชนไทยทั้งเด็กและผู้ใหญ่ในขณะนี้มีแนวโน้มมีน้ำหนักตัวเกินมาตรฐานและอ้วนมากขึ้น ในเด็กมีปัญหาทุพโภชนาการจากความอ้วนมากกว่าภาวะผอมและเตี้ยซึ่งในอดีตนั้นพบได้บ่อยกว่า โดยการสำรวจนี้พบว่าเด็กอายุ 1-9 ปี ร้อยละ 11-12 และเด็กอายุ 10-14 ปี ร้อยละ 14.9 ใน มีน้ำหนักตัวอยู่ในเกณฑ์ตัวจนถึงอ้วน ส่วนในประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป พบว่ามีภาวะอ้วน ($BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$) ร้อยละ 28.4 ในชายและร้อยละ 40.7 ในหญิง สถานการณ์ปัญหาโรคอ้วน แม้ว่าผู้ที่อาศัยใน กทม.และภาคกลางมีความชุกสูงกว่าภาคอื่น แต่ในขณะนี้พบในทุกภูมิภาคของประเทศ ซึ่งมีผลกระทบต่อภาวะสุขภาพในระยะยาว โดยภาวะอ้วนนี้เป็นปัจจัยของโรคเรื้อรังต่างๆอีกหลายโรคเช่นภาวะเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ดังนั้นการมีข้อมูลพฤติกรรมการบริโภคอาหารเหล่านี้จะเป็นประโยชน์ต่อการติดตามสถานการณ์การบริโภคอาหาร นอกจากช่วยให้ทราบประเด็นปัญหาแล้วยังเป็นการประเมินผลมาตรการที่ดำเนินการไปและนำมาปรับปรุงมาตรการดำเนินงานให้ประชาชนสามารถเลือกบริโภคอาหารที่มีผลดีต่อสุขภาพและลดการบริโภคอาหารที่ทำลายสุขภาพ

สำหรับภาวะโภชนาการไอโอดีนนั้นจากการศึกษานี้พบทั้ง ภาวะขาดสารไอโอดีนและภาวะได้รับสารไอโอดีนเกินในเด็ก การศึกษานี้พบว่าเด็กที่อาศัยนอกเขตเทศบาลมีโอกาสขาดสารไอโอดีนสูงกว่าเด็กที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล และยังพบว่ามีความแตกต่างระหว่างภาคคือภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นภาคที่มีสัดส่วนสูงกว่าภาคอื่น ประเด็นนี้ควรได้รับการแก้ไขต่อไป

การสำรวจครั้งนี้มีจุดแข็งคือเป็นการสำรวจข้อมูลระดับประเทศ มีขนาดตัวอย่างจำนวนมาก สำหรับการสำรวจโดยสอบถามความถี่การบริโภค (food frequency) มีข้อดีที่สามารถสอบถามอาหารประเภทต่างๆตามที่ระบุได้จากตัวอย่างประชากรจำนวนมากโดย

ไม่ใช้เวลาในการเก็บข้อมูลมากนัก หากมีการเก็บข้อมูลเป็นระยะจะทำให้ทราบแนวโน้มพฤติกรรมกรรมการบริโภคของประชากรได้อย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้การสัมภาษณ์เกี่ยวกับปริมาณการบริโภคผักและผลไม้ มีการใช้รูปภาพประกอบการสัมภาษณ์ทำให้ผู้สัมภาษณ์และผู้ถูกสัมภาษณ์สามารถประมาณปริมาณการบริโภคได้อย่างมีมาตรฐาน อย่างไรก็ตามเกี่ยวกับการสอบถามความถี่การบริโภคอาหารมีข้อจำกัดบางประการ ได้แก่ ไม่สามารถบอกปริมาณการบริโภคได้ชัดเจน เพราะไม่มีข้อมูลเกี่ยวกับปริมาณ และไม่ทราบปริมาณพลังงานจากสารอาหารที่บริโภค ประการต่อมาคือประเภทอาหารที่สอบถามอาจไม่ครอบคลุมอาหารทุกประเภทที่กลุ่มประชากรมีการบริโภคจริง และไม่สามารถระบุอาหารแต่ละชนิดได้ ทำให้ทราบความถี่ของการบริโภคอาหารบางประเภทเท่านั้น ประการต่อมาการศึกษานี้เป็นแบบภาคตัดขวาง ดังนั้นจึงมีข้อจำกัดในการวิเคราะห์เปรียบเทียบผลกระทบทางสุขภาพเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการกินอาหาร อย่างไรก็ตามการสำรวจนี้ทำให้ทราบสถานการณ์การบริโภคอาหารซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการแก้ไขต่อไป

ข้อเสนอแนะ ควรมีการดำเนินการต่อไปนี้

มาตรการดำเนินงานด้านการบริโภคอาหาร

- การวางแผนนโยบายและปรับแผนแผนกลยุทธ์ด้านการบริโภคอาหารของประเทศไทย
- การรณรงค์ให้ความรู้แก่ประชาชนและทุกภาคส่วนให้ตระหนักถึงการบริโภคอาหารที่ดีต่อสุขภาพ

การศึกษาและเฝ้าระวัง

- การเฝ้าระวังพฤติกรรมการกินอาหารของประเทศไทยโดยการสำรวจต่อไปเป็นระยะๆ
- การศึกษาติดตามเกี่ยวกับผลกระทบของพฤติกรรมการกินอาหารและประเภทอาหารต่อสถานะสุขภาพในระยะยาว
- การพัฒนาเครื่องมือการสำรวจการบริโภคอาหาร และการทดสอบ ความเที่ยงและความถูกต้องของเครื่องมือ
- การเฝ้าระวังคุณภาพอาหารสำเร็จรูปที่มีการจำหน่ายเพื่อเป็นข้อมูลในการให้ความรู้แก่ประชาชนและผู้ประกอบการ
- การสำรวจตัวอย่างอาหารครัวเรือนเพื่อวิเคราะห์ปริมาณสารอาหารเพื่อประเมินปริมาณอาหารและพลังงานที่ได้รับ
- การเก็บตัวอย่างทางชีวภาพเพื่อประเมินการบริโภคสารอาหารบางประเภท เช่น การเก็บตัวอย่างปัสสาวะเพื่อตรวจวิเคราะห์ปริมาณโซเดียมที่บริโภค เป็นต้น
- การศึกษาภาวะโภชนาการของไอโอดีนในกลุ่มเสี่ยง โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและหญิงตั้งครรภ์ในภาคเหนือและตะวันออกเฉียงเหนือ

ภาคผนวก

แบบสัมภาษณ์การบริโภคอาหาร
การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย
ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2

1. แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารสำหรับเด็กอายุ 1 ปี จนถึง 1 ปี 11 เดือน

สำหรับเด็กอายุ 1 ปี จนถึง 1 ปี 11 เดือน

ส่วนที่ Q3100 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร (Food and Nutrition) (คู่มือหน้าที่ 225)	
ส่วนที่ A. แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมในการกินอาหารชุดที่ 1 (EBQ1 : ใช้สำหรับเด็กอายุ 1 ปี จนถึง 1 ปี 11 เดือน)	
คำถามชุดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อทราบถึงการปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การให้น้ำและอาหารอื่นๆ และการให้นมขวด โดยเฉพาะในช่วงขวบปีแรก ก่อนอายุ 1 ปีเต็ม	
Q3101 เด็กได้ดูดหัวนมใน 2-3 วันแรกหลังคลอดหรือไม่ ☐ 1. ได้ ☐ 2. ไม่ได้ ☐ 3. ไม่ทราบ	
Q3102 ตั้งแต่แรกเกิด เด็กได้กินนมแม่หรือไม่ หมายถึง ไม่นับรวมวันที่ให้หัวนม ☐ 1. ไม่เคยกิน → Q3105 ☐ 2. กิน	
Q3103 ปัจจุบัน (24 ชั่วโมงที่ผ่านมา) เด็กกินนมแม่หรือไม่ ☐ 1. ไม่กิน ☐ 2. กิน → Q3105	
Q3104 เด็กได้กินนมแม่จนถึงอายุเท่าไร หมายถึง ไม่นับรวมวันที่ให้หัวนม อายุ (เดือน) ☐ 1. <1 เดือน ☐ 2. ≥ 1 เดือน ระบุอายุที่เด็กเลิกกินนมแม่ ☐ ปี ☐ ☐ เดือน	
Q3105 เด็กเริ่มกินน้ำเมื่ออายุเท่าไร	อายุ (เดือน) ☐ ☐ เดือน
Q3106 เด็กเริ่มกินอาหารอื่นนอกจากนมแม่ เมื่ออายุเท่าไร	อายุ (เดือน) ☐ ☐ เดือน
Q3107 เด็กเริ่มนมขวด/นมผง เมื่ออายุเท่าไร	อายุ (เดือน) ☐ ☐ เดือน
Q3108 นมผงหรือนมขวดที่ให้แก่เด็กดื่มในขณะนี้ เป็นนมผงชนิดใด ☐ 1. นมผงดัดแปลงสูตรทารกแรกเกิดถึง 1 ปี ☐ 2. นมผงสูตรทารกอายุ 6 เดือน ถึง 3 ปี ☐ 3. นมผงครบสูตร (นมผงสำหรับทารกอายุ 1 ปีขึ้นไป) ☐ 4. ไม่ทราบชนิด	
Q3109 ปัจจุบันเด็กเลิกดูดนมจากขวดแล้วหรือไม่ ☐ 1. ไม่เลิก → Q3111 ☐ 2. เลิก	
Q3110 เด็กเลิกกินนมขวดเมื่ออายุเท่าไร	อายุ(ปี/เดือน)..... ☐ ปี ☐ ☐ เดือน
Q3111 ปกติเด็กมีปัญหาเรื่องการกินอาหารมีข้อสงสัยหรือไม่ ☐ 1. ใช่ ☐ 2. ไม่ใช่ → Q3113	
Q3112 ระบุชนิดของปัญหาส่วนใหญ่ที่พบ (เลือกตอบได้เพียง 1 ข้อ) ☐ 1. กินน้อย ☐ 2. ไม่ยอมกิน ☐ 3. เลือกกิน ☐ 4. กินมาก ☐ 5. กินนาน ☐ 6. อื่นๆ ระบุ ...	

Q3113 โดยปกติ เด็กทำกิจกรรมต่างๆ ขณะกินอาหาร เช่น ดูโทรทัศน์ เล่นของเล่น เดิน/วิ่งเล่น หรือไม ☐ 1. ใช่ ☐ 2. ไม่ใช่
Q3114 การเตรียมอาหารสำหรับเด็กส่วนใหญ่ ลูกของท่านปฏิบัติอย่างไร ☐ 1. มีการเตรียมพิเศษเฉพาะ ☐ 2. กินเช่นเดียวกับสมาชิกอื่นในครอบครัว
Q3115 อาหาร<u>มือหลัก</u>ที่เด็ก <u>กินบ่อยที่สุด</u> เป็นอาหารที่ปรุงประกอบด้วยวิธีใด (เลือกตอบได้เพียง 1 ข้อ) ☐ 1. ปิ้ง/ย่าง/อบ ☐ 2. ต้ม/นึ่ง ☐ 3. ผัด ☐ 4. ทอด
Q3116a ในวันทำงานของผู้ดูแล/ผู้ปกครอง โดยทั่วไป อาหาร<u>มือเย็น</u>ที่เด็ก<u>กินบ่อยที่สุด</u>เป็นอาหารชนิดใด ☐ 1. อาหารที่ทำกินเองที่บ้าน <u>ถ้าเลือกตอบคำตอบนี้ → Q3117a</u> ☐ 2. อาหารปรุงสุกสำเร็จ ☐ 3. อาหารตามสั่ง ☐ 4. อาหารสำเร็จรูปบรรจุซอง/กระป๋อง ☐ 5. อาหารปิ่นโตรับเป็นรายเดือน ☐ 6. อาหารแช่แข็งสำเร็จรูปมาเก็บไว้ เมื่อกินจะนำมาอุ่น
Q3116b ในวันทำงานของผู้ดูแล/ผู้ปกครอง แหล่งของอาหาร<u>มือเย็น</u>ที่เด็ก<u>กินบ่อยที่สุด</u>เป็นอาหารที่ซื้อมาจาก (คำจำกัดความในคู่มือในแต่ละตัวเลือก หน้า 246) (ให้เลือกตอบได้เพียง 1 ข้อ) ☐ 1. รถเร่/เรือเร่ขายอาหาร/อาหารริมบาทวิถี/อาหารริมทาง ☐ 2. ตลาด/ตลาดนัด (ร้านไม่เคลื่อนย้าย) ☐ 3. ร้านอาหารตามสั่ง/ภัตตาคาร/ร้านอาหารทั่วไป (ร้านที่มีโครงสร้างแข็งแรง) ☐ 4. ร้านสะดวกซื้อ ☐ 5. ร้านขายอาหารฟาสต์ฟู้ด ☐ 6. ซูเปอร์มาร์เก็ตในห้างสรรพสินค้า
Q3117a ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ เด็กกิน<u>อาหารมือหลัก</u> (เช้า กลางวัน เย็น) นอกบ้าน (อาหารที่ไม่ได้ทำเองที่บ้าน) กี่<u>มือ</u> จำนวน<u>มือ</u>ต่อวัน ☐ 0 → ส่วน B ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 <u>มือ</u>
Q3117b ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ลักษณะอาหาร<u>นอกบ้าน</u>ที่เด็ก<u>กินบ่อยที่สุด</u>คือ ☐ 1. อาหารปรุงสุกสำเร็จ ☐ 2. อาหารตามสั่ง ☐ 3. อาหารสำเร็จรูปบรรจุซอง/กระป๋อง ☐ 4. อาหารปิ่นโตรับเป็นรายเดือน ☐ 5. อาหารแช่แข็งสำเร็จรูปมาเก็บไว้ เมื่อกินจะนำมาอุ่น
Q3117c ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ แหล่งที่มาของอาหาร<u>นอกบ้าน</u><u>มือหลัก</u>ที่เด็ก<u>กินบ่อยที่สุด</u>เป็นอาหารที่ซื้อมาจาก (คำจำกัดความในคู่มือ) ☐ 1. รถเร่/เรือเร่ขายอาหาร/อาหารริมบาทวิถี/อาหารริมทาง ☐ 2. ตลาด/ตลาดนัด (ร้านไม่เคลื่อนย้าย) ☐ 3. ร้านอาหารตามสั่ง/ภัตตาคาร/ร้านอาหารทั่วไป (ร้านที่มีโครงสร้างแข็งแรง) ☐ 4. ร้านสะดวกซื้อ ☐ 5. ร้านขายอาหารฟาสต์ฟู้ด ☐ 6. ซูเปอร์มาร์เก็ตในห้างสรรพสินค้า

2.แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมในการบริโภคอาหารสำหรับเด็กอายุ 2 ปี จนถึง 5 ปี 11 เดือน

สำหรับเด็ก 2 ปี จนถึง 5 ปี 11 เดือน

ส่วนB. แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมในการบริโภคอาหารชุดที่ 2 (EBQ2 : 2 ปีเต็ม จนถึง 5 ปี 11 เดือน) ผู้ที่ข้อมูล พ่อแม่/ผู้ปกครอง คำถามชุดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อทราบถึงพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กอายุ 2-5 ปี ด้านอาหารของมารดา/ผู้เลี้ยงดู Q3118 ปกติเด็กมีปัญหาเรื่องการกินอาหารมี<u>มือหลัก</u>หรือไม่ ☐ 1.ใช่ ☐ 2.ไม่ใช่ → Q3120 Q3119ระบุชนิดของปัญหา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ☐ 1.กินน้อย ☐ 2.ไม่ยอมกิน ☐ 3.เลือกกิน ☐ 4. กินมาก ☐ 5.กินนาน ☐ 6.อื่นๆ ระบุ. Q3120 โดยปกติ เด็กทำกิจกรรมต่างๆ ขณะกินอาหาร เช่น ดูโทรทัศน์ เล่นของเล่น เดิน/วิ่งเล่นหรือไม่ ☐ 1.ใช่ ☐ 2.ไม่ใช่ Q3121 การเตรียมอาหารสำหรับเด็กส่วนใหญ่ ท่านปฏิบัติอย่างไร ☐ 1. มีการเตรียมพิเศษเฉพาะ ☐ 2. กินเช่นเดียวกับสมาชิกอื่นในครอบครัว Q3122 อาหาร<u>มือหลัก</u>ที่เด็กกิน<u>บ่อยที่สุด</u> เป็นอาหารที่ปรุงประกอบด้วยวิธีใด (ตอบได้เพียง 1 ข้อ) ☐ 1. ปิ้ง/ย่าง/อบ ☐ 2. ต้ม/นึ่ง ☐ 3. ผัด ☐ 4. ทอด Q3123a ในวันทำงานของผู้ดูแล/ผู้ปกครองโดยทั่วไปอาหาร<u>มือเย็น</u>ที่เด็กกิน<u>บ่อยที่สุด</u>เป็นอาหารชนิดใด(เลือกตอบเพียง 1 ข้อ) ☐ 1. อาหารที่ทำกินเองที่บ้าน ถ้าเลือกตอบคำตอบนี้ → Q3124a ☐ 2. อาหารปรุงสุกสำเร็จ ☐ 3. อาหารตามสั่ง ☐ 4. อาหารสำเร็จรูปบรรจุซอง/กระป๋อง ☐ 5. อาหารปิ่นโตรับเป็นรายเดือน ☐ 6. อาหารแช่แข็งสำเร็จรูปมาเก็บไว้ เมื่อกินจะนำมาอุ่น Q3123b ในวันทำงานของผู้ดูแล/ผู้ปกครองแหล่งของอาหาร<u>มือเย็น</u>ที่เด็กกิน<u>บ่อยที่สุด</u>เป็นอาหารที่ซื้อมาจาก (คำจำกัดความในคู่มือหน้า 247) ตอบข้อเดียว ☐ 1. รถเร่/เรือเร่ขายอาหาร/อาหารริมบาทวิถี/อาหารริมทาง ☐ 2. ตลาด/ตลาดนัด (ร้านไม่เคลื่อนย้าย) ☐ 3. ร้านอาหารตามสั่ง/ภัตตาคาร/ร้านอาหารทั่วไป (ร้านที่มีโครงสร้างแข็งแรง) ☐ 4. ร้านสะดวกซื้อ ☐ 5. ร้านขายอาหารฟาสต์ฟู้ด ☐ 6. ซูเปอร์มาร์เก็ตในห้างสรรพสินค้า Q3124a ในวันเสาร์หรืออาทิตย์เด็กกินอาหาร<u>มือหลัก</u> (เช้า กลางวัน เย็น) นอกบ้าน (อาหารที่ไม่ได้ทำเองที่บ้าน) กี่<u>มือ</u> จำนวน<u>มือ</u>ต่อวัน ☐ 0 → ส่วน C ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 <u>มือ</u> Q3124b ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ลักษณะอาหารนอกบ้านที่เด็กกิน<u>บ่อยที่สุด</u>คือ (เลือกตอบ เพียง1 ข้อ) ☐ 1. อาหารปรุงสุกสำเร็จ ☐ 2. อาหารตามสั่ง ☐ 3. อาหารสำเร็จรูปบรรจุซอง/กระป๋อง ☐ 4. อาหารปิ่นโตรับเป็นรายเดือน ☐ 5. อาหารแช่แข็งสำเร็จรูปมาเก็บไว้ เมื่อกินจะนำมาอุ่น Q3124c ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ แหล่งที่มาของอาหาร<u>มือหลัก</u>ที่เด็กกิน<u>บ่อยที่สุด</u>เป็นอาหารที่ซื้อมาจาก (เลือกตอบเพียง 1 ข้อ) ☐ 1. รถเร่/เรือเร่ขายอาหาร/อาหารริมบาทวิถี/อาหารริมทาง ☐ 2. ตลาด/ตลาดนัด (ร้านไม่เคลื่อนย้าย) ☐ 3. ร้านอาหารตามสั่ง/ภัตตาคาร/ร้านอาหารทั่วไป (ร้านที่มีโครงสร้างแข็งแรง) ☐ 4. ร้านสะดวกซื้อ ☐ 5. ร้านขายอาหารฟาสต์ฟู้ด ☐ 6. ซูเปอร์มาร์เก็ตในห้างสรรพสินค้า
--

3.แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมในการบริโภคอาหารของเด็กอายุ 6 ปีเต็มถึง 14 ปี 11 เดือน

สำหรับเด็กอายุ ตั้งแต่อายุ 6 ปีเต็ม ถึง 14 ปี 11 เดือน

A พฤติกรรมในการบริโภคอาหารชุดที่ 3 (EBQ3) (คู่มือหน้าที่ 225)	
คำชี้แจงพนักงานสัมภาษณ์: 1. เด็กอายุ 6-9 ปี ให้พ่อแม่ หรือ ผู้ปกครองเป็นผู้ตอบ 2. เด็กอายุ 10-14 ปี ให้เป็นผู้ตอบเอง หมายเหตุ: ในกรณีที่สัมภาษณ์ผู้เลี้ยงดูเด็ก ให้สัมภาษณ์ใช้คำว่า “เด็ก” แทน คำว่า “ท่าน”	
Q3101 ท่าน(เด็ก)รับประทานอาหารเช้า 3 มื้อหลักหรือไม่	
☐ 1. ใช่ → Q3103	☐ 2. ไม่ใช่
Q3102 โดยส่วนใหญ่ ท่าน(เด็ก)รับประทานอาหารเช้า	
☐ 1. มื้อเช้า	☐ 2. มื้อกลางวัน ☐ 3. มื้อเย็น
Q3103 โดยปกติ ท่าน (เด็ก)ทำกิจกรรมต่างๆ ขณะกินอาหาร เช่น ดูโทรทัศน์ เล่นของเล่น/ เกมสไลด์คอมพิวเตอร์ เดิน/ วิ่งเล่น อ่านหนังสือหรือไม่	
☐ 1. ใช่	☐ 2. ไม่ใช่
Q3104a ในวันทำงาน โดยทั่วไป อาหารมื้อเย็นที่ท่าน(เด็ก)รับประทานบ่อยที่สุดเป็นอาหารชนิดใด	
☐ 1. อาหารที่ทำกินเองที่บ้าน ถ้าเลือกตอบคำตอบนี้ → Q3105a	
☐ 2. อาหารปรุงสุกสำเร็จ	☐ 3. อาหารตามสั่ง ☐ 4. อาหารสำเร็จรูปบรรจุซอง/กระป๋อง
☐ 5. อาหารปิ้งไคโรบเป็นรายเดือน	☐ 6. อาหารแช่แข็งสำเร็จรูปมาเก็บไว้ เมื่อกินจะนำมาอุ่น
Q3104b. ในวันทำงาน แหล่งของอาหารมื้อเย็นที่ท่าน(เด็ก)รับประทานบ่อยที่สุดเป็นอาหารที่ซื้อมาจาก (จำกัดความในคู่มือ)	
☐ 1. รถเร่/เรือเร่ขายอาหาร/อาหารริมบาทวิถี/อาหารริมทาง	☐ 2. ตลาด/ ตลาดนัด (ร้านไม่เคลื่อนย้าย)
☐ 3. ร้านอาหารตามสั่ง/ภัตตาคาร/ร้านอาหารทั่วไป	☐ 4. ร้านสะดวกซื้อ
☐ 5. ร้านขายอาหารฟาสต์ฟู้ด	☐ 6. ซูเปอร์มาร์เก็ตในห้างสรรพสินค้า
Q3105a ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ท่าน(เด็ก)รับประทานอาหารมื้อหลัก (เช้า กลางวัน เย็น) นอกบ้านกี่มื้อ (หมายเหตุ อาหารนอกบ้าน หมายถึง อาหารที่ไม่ได้ทำเองที่บ้าน)	
จำนวนมื้อต่อวัน ☐ 0 → ส่วนที่ B	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3
Q3106b ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ลักษณะอาหารนอกบ้านที่ท่าน(เด็ก)รับประทานบ่อยที่สุดคือ	
☐ 1. อาหารปรุงสุกสำเร็จ	☐ 2.อาหารตามสั่ง ☐ 3. อาหารสำเร็จรูปบรรจุซอง/กระป๋อง
☐ 4. อาหารปิ้งไคโรบเป็นรายเดือน	☐ 5. อาหารแช่แข็งสำเร็จรูปมาเก็บไว้ เมื่อกินจะนำมาอุ่น
Q3106c ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ แหล่งที่มาของอาหารมื้อหลักที่ท่าน(เด็ก)รับประทานบ่อยที่สุดเป็นอาหารที่ซื้อมาจาก	
☐ 1. รถเร่/เรือเร่ขายอาหาร/อาหารริมบาทวิถี/อาหารริมทาง	☐ 2. ตลาด/ ตลาดนัด (ร้านไม่เคลื่อนย้าย)
☐ 3. ร้านอาหารตามสั่ง/ภัตตาคาร/ร้านอาหารทั่วไป	☐ 4. ร้านสะดวกซื้อ
☐ 5. ร้านขายอาหารฟาสต์ฟู้ด	☐ 6. ซูเปอร์มาร์เก็ตในห้างสรรพสินค้า

4. แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารสำหรับกลุ่มอายุ 15 ปีขึ้นไป

Q7500 การกินอาหาร	
ก. พฤติกรรมในการกินอาหาร	
Q7501 ท่านกินอาหารครบ 3 มื้อหลักหรือไม่	
☐ 1.ใช่ → Q7503a	☐ 2.ไม่ใช่
Q7502 โดยส่วนใหญ่ ท่านงดกินอาหารมื้อใด	
☐ 1.มื้อเช้า	☐ 2.มือกกลางวัน ☐ 3. มื้อเย็น
Q7503a ในวันทำงาน โดยทั่วไป อาหาร <u>มื้อเย็น</u> ที่ท่านกิน <u>บ่อยที่สุด</u> เป็นอาหารชนิดใด	
☐ 1. อาหารที่ทำกินเองที่บ้าน <u>ถ้าเลือกตอบคำตอบนี้ → Q7504a</u>	
☐ 2.อาหารปรุงสุกสำเร็จ	☐ 3.อาหารตามสั่ง ☐ 4. อาหารสำเร็จรูปบรรจุซอง/กระป๋อง
☐ 5.อาหารปิ้งไต่รับเป็นรายเดือน	☐ 6. อาหารแช่แข็งสำเร็จรูปมาเก็บไว้ เมื่อกินจะนำมาอุ่น
Q7503b. ในวันทำงาน แหล่งของอาหาร <u>มื้อเย็น</u> ที่ท่านกิน <u>บ่อยที่สุด</u> เป็นอาหารที่ซื้อมาจาก	
☐ 1. รถเร่/เรือเร่ขายอาหาร/อาหารริมบาทวิถี/อาหารริมทาง	☐ 2. ตลาด/ตลาดนัด (ร้านไม่เคลื่อนย้าย)
☐ 3. ร้านอาหารตามสั่ง/ภัตตาคาร/ร้านอาหารทั่วไป (ร้านที่มีโครงสร้างแข็งแรง)	☐ 4. ร้านสะดวกซื้อ
☐ 5. ร้านขายอาหารฟาสต์ฟู้ด	☐ 6. ซูเปอร์มาร์เก็ตในห้างสรรพสินค้า
Q7504a ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ท่านกินอาหาร <u>มื้อหลัก</u> (เช้า กลางวัน เย็น) นอกบ้านกี่มื้อ	
หมายเหตุ อาหารนอกบ้าน หมายถึง อาหารที่ไม่ได้ทำเองที่บ้าน	
จำนวนมื้อต่อวัน ☐ 1. 0 มื้อ → Q7505	☐ 2. 1 มื้อ ☐ 3. 2 มื้อ ☐ 4. 3 มื้อ
Q7504b ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ ลักษณะอาหารนอกบ้านที่ท่านกิน <u>บ่อยที่สุด</u> คือ	
☐ 1. อาหารปรุงสุกสำเร็จ	☐ 2. อาหารตามสั่ง ☐ 3. อาหารสำเร็จรูปบรรจุซอง/กระป๋อง
☐ 4. อาหารปิ้งไต่รับเป็นรายเดือน	☐ 5. อาหารแช่แข็งสำเร็จรูปมาเก็บไว้ เมื่อกินจะนำมาอุ่น
Q7504c ในวันเสาร์หรืออาทิตย์ แหล่งที่มาของอาหาร <u>มื้อหลัก</u> ที่ท่านกิน <u>บ่อยที่สุด</u> เป็นอาหารที่ซื้อมาจากแหล่งใด	
☐ 1. รถเร่/เรือเร่ขายอาหาร/อาหารริมบาทวิถี/อาหารริมทาง	☐ 2. ตลาด/ตลาดนัด (ร้านไม่เคลื่อนย้าย)
☐ 3. ร้านอาหารตามสั่ง/ภัตตาคาร/ร้านอาหารทั่วไป (ร้านที่มีโครงสร้างแข็งแรง)	☐ 4. ร้านสะดวกซื้อ
☐ 5. ร้านขายอาหารฟาสต์ฟู้ด	☐ 6. ซูเปอร์มาร์เก็ตในห้างสรรพสินค้า

5. แบบสัมภาษณ์ความถี่ในการบริโภคอาหารสำหรับเด็กอายุ 2 ปี จนถึง 5 ปี 11 เดือน

สำหรับเด็ก 2 ปี จนถึง 5 ปี 11 เดือน

ส่วน C. แบบสัมภาษณ์ความถี่ในการบริโภคอาหารชุดที่ 1 (FFQ1 : ใช้สำหรับเด็กอายุ 2 ปีเต็ม จนถึง 5 ปี 11 เดือน) (ผู้ให้ข้อมูล : พ่อ/แม่/ผู้ปกครอง)							
ข้อปฏิบัติสำหรับพนักงานสัมภาษณ์							
1. ให้ผู้สัมภาษณ์ถาม ดังนี้ “เด็กกินอาหารประเภท.....หรือไม่ (ผู้สัมภาษณ์ต้องอ่านรายการอาหารในแต่ละข้อให้ครบถ้วน)							
2. สำหรับประเภทอาหารที่ “เด็ก” ระบุว่ารับประทาน และถามว่า “เด็กกินอาหารดังกล่าว.....บ่อยเพียงใด”							
3. ในขณะที่ถามความถี่ของการบริโภคอาหารให้ใช้แผ่นภาพที่ 2 (หน้า 31) ประกอบในการจดบันทึก โดย							
☐ 1 = ไม่กินเลย	☐ 2 = น้อยกว่า 1 ครั้งต่อเดือน	☐ 3 = 1-3 ครั้งต่อเดือน					
☐ 4 = 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์	☐ 5 = 4-6 ครั้งต่อสัปดาห์	☐ 6 = 1 ครั้งต่อวัน					
☐ 7 = มากกว่า 1 ครั้งต่อวัน							
ให้กาเครื่องหมาย x ลงใน ☐							
โดยทั่วไปเด็กกินอาหารในประเภทต่อไปนี้บ่อยเพียงใด	ไม่กินเลย (1)	< 1 ครั้ง/ เดือน (2)	1-3 ครั้ง/ เดือน (3)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ (4)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ (5)	1 ครั้ง/ วัน (6)	> 1 ครั้ง/ วัน (7)
1. เนื้อสัตว์ทอด เช่น หมูทอด เนื้อทอด ไก่ทอด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. เนื้อสัตว์ผัด เช่น เนื้อหมูผัด เนื้อไก่ผัด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. เนื้อสัตว์ ต้ม ตุ่น ปิ้งย่าง เช่น หมูตุ๋น หมูต้ม หมูปิ้ง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. เนื้อปลาต้ม/นึ่ง/ปิ้ง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. ปลาทอด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. ไข่เจียว ไข่ดาว	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. ไข่ต้ม ไข่ตุ๋น	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. ลูกชิ้นทอด ไส้กรอกทอด ฯลฯ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9. ลูกชิ้น ไส้กรอกปิ้ง นึ่ง ฯลฯ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. กุ้ง หอย ปู ปลาหมึก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

โดยทั่วไปเด็กกินอาหารในประเภทต่อไปนี้บ่อยเพียงใด	ไม่กิน เลย (1)	< 1 ครั้ง/ เดือน (2)	1-3 ครั้ง/ เดือน (3)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ (4)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ (5)	1 ครั้ง/ วัน (6)	> 1 ครั้ง/วัน (7)
11. นมรสจืด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12. นมรสหวาน/รสช็อกโกแลต/สตอเบอรี่ โยเกิร์ตถ้วยปรุงแต่ง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13. นมเปรี้ยวชนิดดื่ม	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14. นมถั่วเหลือง น้ำเต้าหู้	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15. นมผง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16. ข้าวสววย	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
17. ขนมปัง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
18. ขนมที่กินสำเร็จรูป	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
19. มันฝรั่งทอด (เฟรนช์ฟราย)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
20. ข้าวต้มเครื่อง (หมู ไก่ กุ้ง ฯลฯ), โจ๊ก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
21. ก๋วยเตี๋ยวน้ำ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
22. ข้าวมันไก่, ข้าวหมูแดง, ข้าวหน้าเป็ด, ข้าวขาหมู, ข้าวผัด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
23. ก๋วยเตี๋ยวผัด ผัดซีอิ๊ว ก๋วยเตี๋ยวแห้ง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24. พิซซ่า ลาซานญา สปาเก็ตตี้ แฮมเบอร์เกอร์	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
25. น้ำอัดลม น้ำหวาน เครื่องดื่มชาสำเร็จรูป	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
26. น้ำผลไม้ / น้ำผัก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
27. กาแฟ ชา โกโก้	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
28. เครื่องดื่มเสริมสารอาหาร เช่น นีอิง โอเฟริม	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
29. ลูกก๊ี้ ขนมปังสอดไส้ ขนมเล็ก พาย	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

โดยทั่วไปเด็กกินอาหารในประเภทต่อไปนี้บ่อยเพียงใด	ไม่กิน เลย (1)	< 1 ครั้ง/ เดือน (2)	1-3 ครั้ง/ เดือน (3)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ (4)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ (5)	1 ครั้ง/ วัน (6)	> 1 ครั้ง/วัน (7)
30. ไอศกรีม	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
31. ปลาหมึกเส้น ปลาเส้น	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
32. ถั่วอบกรอบ ถั่วคั่ว ถั่วคั่ว	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
33. ขนมกรุบกรอบ เช่น มันฝรั่งแผ่นทอด ข้าวเกรียบกุ้ง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
34. ลูกอม ช็อกโกแลต	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
35. ขนมหวานไม่ใส่กะทิ เช่น ลอดช่อง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
36. ขนมหวานใส่กะทิ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
37. ผลไม้กระป๋อง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
38. ผลไม้แห้ง เช่น ลูกเกด ลูกพรุน ลูกท้อ พุทรา มะม่วง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
39. หน่อไม้ทุกประเภท	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

6. แบบสัมภาษณ์ความถี่ในการบริโภคอาหารสำหรับเด็กอายุ 6 ปี จนถึง 14 ปี 11 เดือน

สำหรับเด็กอายุ ตั้งแต่อายุ 6 ปีเต็ม ถึง 14 ปี 11 เดือน

B. แบบสัมภาษณ์ความถี่ในการบริโภคอาหารชุดที่ 1 FFQ1 : (ใช้สำหรับเด็กอายุ ตั้งแต่อายุ 6 ปีเต็ม ถึง 14 ปี 11 เดือน) คำชี้แจงพนักงานสัมภาษณ์: 1. เด็กอายุ 6-9 ปี ให้พ่อแม่ หรือ ผู้ปกครองเป็นผู้ตอบ 2. เด็กอายุ 10-14 ปี ให้เป็นผู้ตอบแบบสอบถามเอง หมายเหตุ: ในกรณีที่สัมภาษณ์ผู้เลี้ยงดูเด็ก ให้สัมภาษณ์ใช้คำว่า “เด็ก” แทน คำว่า “ท่าน”							
ข้อปฏิบัติสำหรับพนักงานสัมภาษณ์ 1. ให้ผู้สัมภาษณ์ถาม ดังนี้ “ท่าน (เด็ก) กินอาหารประเภท.....หรือไม่ (ผู้สัมภาษณ์อ่านรายการอาหารแต่ละข้อให้ครบถ้วน) 2. สำหรับประเภทอาหารที่ถูกสัมภาษณ์ระบุว่า กิน ให้ถามว่า “ท่าน (เด็ก) กินอาหารดังกล่าว.....บ่อยเพียงใด” 3. ในขณะที่ถามความถี่ของการบริโภคอาหารให้ใช้ แผ่นภาพที่ 2 (หน้า 31) ประกอบในการจดบันทึก โดย							
☐ 1 = ไม่กินเลย ☐ 2 = น้อยกว่า 1 ครั้งต่อเดือน ☐ 3 = 1-3 ครั้งต่อเดือน ☐ 4 = 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ ☐ 5 = 4-6 ครั้งต่อสัปดาห์ ☐ 6 = 1 ครั้งต่อวัน ☐ 7 = มากกว่า 1 ครั้งต่อวัน ให้กาเครื่องหมาย x ลงใน ☐							
โดยทั่วไปเด็กกินอาหารในประเภทต่อไปนี้บ่อยเพียงใด	ไม่กินเลย (1)	< 1 ครั้ง/ เดือน (2)	1-3 ครั้ง/ เดือน (3)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ (4)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ (5)	1 ครั้ง/ วัน (6)	> 1 ครั้ง/ วัน (7)
1. เนื้อสัตว์ทอดเช่น หมูทอด เนื้อทอด ไก่ทอด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. เนื้อสัตว์ผัด เช่น เนื้อหมูผัด เนื้อไก่ผัด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. เนื้อสัตว์ ต้ม ตุ่น บั๊ว ย่าง เช่น หมูตุ๋น หมูต้ม หมูบั้ง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. เนื้อปลาต้ม/นึ่ง/ปิ้ง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. ปลาทอด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. ไข่เจียว ไข่ดาว	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. ไข่ต้ม ไข่ตุ๋น	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. ลูกชิ้นทอด ไส้กรอกทอด ฯลฯ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9. ลูกชิ้น ไส้กรอกบั้ง นึ่ง ฯลฯ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. กุ้ง หอย ปู ปลาหมึก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11. นมรสจืด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

โดยทั่วไปเด็กกินอาหารในประเภทต่อไปนี้บ่อยเพียงใด	ไม่กิน เลย (1)	< 1 ครั้ง/ เดือน (2)	1-3 ครั้ง/ เดือน (3)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ (4)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ (5)	1 ครั้ง/ วัน (6)	> 1 ครั้ง/วัน (7)
12. นมรสหวาน/รสช็อกโกแลต/สตอเบอรี่ โยเกิร์ตถ้วยปรุงแต่ง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13. นมเปรี้ยวชนิดดื่ม	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14. นมถั่วเหลือง น้ำเต้าหู้	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15. นมผง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16. ข้าวสาลี	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
17. ขนมปัง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
18. ขนมปังที่สำเร็จรูป	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
19. มันฝรั่งทอด (เฟรนช์ฟราย)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
20. ข้าวต้มเครื่อง (หมู ไก่ กุ้ง ฯลฯ), โจ๊ก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
21. ก๋วยเตี๋ยวน้ำ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
22. ข้าวมันไก่, ข้าวหมูแดง, ข้าวหน้าเป็ด, ข้าวขาหมู, ข้าวผัด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
23. ก๋วยเตี๋ยวผัด ผัดซีอิ๊ว ก๋วยเตี๋ยวแห้ง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24. พิซซ่า ลาซานญา สปาเก็ตตี้ แฮมเบอร์เกอร์	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
25. น้ำอัดลม น้ำหวาน เครื่องดื่มชาสำเร็จรูป	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
26. น้ำผลไม้/น้ำผัก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
27. กาแฟ ชา โกโก้	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
28. เครื่องดื่มเสริมสารอาหาร เช่น บิอีน โอเฟรม	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
29. ลูกเกด ขนมปังสอดไส้ ขนมเค้ก พาย	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
30. ไอศกรีม	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
31. ปลาหมึกเส้น ปลาเส้น	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
32. ถั่วอบกรอบ ถั่วคั่ว ถั่วคั่ว	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
33. ขนมกรุบกรอบ เช่น มันฝรั่งแผ่นทอด ข้าวเกรียบกุ้ง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
34. ลูกอม ช็อกโกแลต	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

โดยทั่วไปเด็กกินอาหารในประเภทต่อไปนี้บ่อยเพียงใด	ไม่กิน เลย (1)	< 1 ครั้ง/ เดือน (2)	1-3 ครั้ง/ เดือน (3)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ (4)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ (5)	1 ครั้ง/ วัน (6)	> 1 ครั้ง/วัน (7)
35. ขนมหวานไม่ใส่กะทิ เช่น ลอดช่อง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
36. ขนมหวานใส่กะทิ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
37. ผลไม้กระป๋อง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
38. ผลไม้แห้ง เช่น ลูกเกด ลูกพรุน ลูกท้อพุทรา มะม่วง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
39. หน่อไม้ทุกประเภท	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

7. แบบสัมภาษณ์ความถี่ในการบริโภคอาหารสำหรับกลุ่มอายุ 15 ปีขึ้นไป

ข้อปฏิบัติสำหรับพนักงานสัมภาษณ์

1. ให้ผู้สัมภาษณ์ถาม ดังนี้ “อาหารแต่ละประเภทท่าน (ผู้ถูกสัมภาษณ์) กินหรือไม่ (ผู้สัมภาษณ์ต้องอ่านรายการอาหาร ในแต่ละข้อให้ครบถ้วน”
2. ผู้สัมภาษณ์พิจารณา *เฉพาะประเภทอาหารที่ผู้ถูกสัมภาษณ์ระบุว่ากิน* และถามคำถามดังนี้ “ท่าน (ผู้ถูกสัมภาษณ์) กินอาหารดังต่อไปนี้บ่อยเพียงใด ”
3. ในขณะที่ถามความถี่ในการกินอาหารให้ใช้ แผ่นภาพที่ 2 ความถี่ของการกินอาหารประเภทต่างๆ(หน้า 31) ประกอบในการจดบันทึก โดย

☐ 1 = ไม่กินเลย ☐ 2 = น้อยกว่า 1 ครั้งต่อเดือน ☐ 3 = 1-3 ครั้งต่อเดือน
☐ 4 = 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ ☐ 5 = 4-6 ครั้งต่อสัปดาห์ ☐ 6 = 1 ครั้งต่อวัน ☐ 7 = มากกว่า 1 ครั้งต่อวัน

4. ให้กาเครื่องหมาย X ลงใน ☐ หน้าข้อคำตอบ

ข. ความถี่ในการกินอาหาร

โดยทั่วไปท่านกินอาหารในประเภทต่อไปนี้บ่อยเพียงใด	ไม่กินเลย 1	<1 ครั้งต่อเดือน 2	1-3 ครั้งต่อเดือน 3	1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ 4	4-6 ครั้งต่อสัปดาห์ 5	1 ครั้งต่อวัน 6	>1 ครั้งต่อวัน 7
Q7505 เนื้อวัว/หมูไม่ติดมัน ไก่/เป็ดไม่ติดหนัง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7506 เนื้อวัว/หมูติดมัน ไก่/เป็ดติดหนัง เช่น หมูสามชั้น	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7507 ผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์ที่ผ่านกระบวนการกลุ่มที่ 1 เช่น ไส้กรอก ไส้กรอกอีสาน เบคอน แฮม กุนเชียง หมูยอ แหนม	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

โดยทั่วไปทานกินอาหารในประเภทต่อไปนี้บ่อยเพียงใด	ไม่กิน เลย 1	<1 ครั้ง ต่อ เดือน 2	1-3 ครั้ง ต่อ เดือน 3	1-3 ครั้งต่อ สัปดาห์ 4	4-6 ครั้งต่อ สัปดาห์ 5	1 ครั้ง ต่อวัน 6	>1 ครั้ง ต่อวัน 7
Q7508 ผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์ที่ผ่านกระบวนการกลุ่มที่ 2 เช่น หมูหยอง ปลาเค็ม เนื้อ/หมู/ปลาแดดเดียว	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7509 ปลาชนิดต่างๆ เช่น ปลาน้ำจืด ปลาทะเล	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7510 กุ้ง หอย ปู ปลาหมึก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7511 ตับ เลือดหมู/เป็ด/ไก่	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7512 ไข่ทั้งฟอง หรือเฉพาะไข่แดง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7513 ถั่วและผลิตภัณฑ์ (ไม่รวมเครื่องดื่ม) เช่น ถั่วเขียว ถั่วเหลือง ถั่วลิสง เต้าหู้ โปรตีนเกษตร	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7514 ข้าวขาว/ข้าวขัดสี	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7515 ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7516 ข้าวเหนียว	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7517 ก๋วยเตี๋ยวต่างๆ ขนมจีน	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7518 ขนมที่กึ่งสำเร็จรูป เช่น มาม่า อมยิ้ม ไข่ไก่	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7519 ขนมปังขาว	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7520 ขนมปังโฮลวีท (ขนมปังธัญพืช)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7521 อาหารทอด เช่น หมู/ไก่ทอด ทอดมัน กุ้งทอด ลูกชิ้นทอด แครกเกอร์ ฯลฯ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7522 อาหารจานด่วนตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7523 อาหารคาเฟ่ประเภทกาแฟที่มีกะทิ/น้ำมัน เช่น แกงเผ็ด ต้ม ยำ แกงอ่อม ขนมจีนน้ำเงี้ยว	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7524 ปลาจืด ปลาเผา น้ำจืด ถั่วเน่า	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7525 น้ำพริก เช่น น้ำพริกกะปิ น้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกปลาป่น น้ำพริกปลาร้า น้ำพริกตาแดง น้ำพริกขี้เหล็ก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

โดยทั่วไปทานอาหารในประเภทต่อไปนี้บ่อยเพียงใด	ไม่กิน เลย 1	<1 ครั้ง ต่อ เดือน 2	1-3 ครั้ง ต่อ เดือน 3	1-3 ครั้งต่อ สัปดาห์ 4	4-6 ครั้งต่อ สัปดาห์ 5	1 ครั้ง ต่อวัน 6	>1 ครั้ง ต่อวัน 7
Q7526 ผลไม้รสหวาน เช่น องุ่น ลองกอง ทุเรียน ลำไย ลิ้นจี่ มะม่วงสุก ขนุน ละมุด น้อยหน่า อ้อย กัลยัม มะละกอสุก แตงโม สับปะรด ฯลฯ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7527 ผลไม้รสไม่หวาน/หวานน้อย เช่น ฝรั่ง ชมพู มะม่วงดิบ แอปเปิ้ล แก้วมังกร	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7528 ผลไม้กวาด ฉาบ เช่น สับปะรดกวน กัลยัมฉาบ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7529 ผลไม้เชื่อม เช่น สาเกเชื่อม กัลยัมเชื่อม มะตูมเชื่อม	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7530 ผักและผลไม้หมักดอง เช่น ผลไม้ดอง ผักกาดดอง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7531 ผลไม้กระป๋อง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7532 ผลไม้แห้ง เช่น ลูกเกด ลูกพรุน ลูกท้อ พุทรา มะม่วง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7533 นมสด/โยเกิร์ตชนิดถ้วยไม่ปรุงแต่งรส	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7534 นมหวาน/นมปรุงแต่งรส/โยเกิร์ตชนิดถ้วยปรุงแต่งรส	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7535 โยเกิร์ตชนิดดื่ม	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7536 นมพร้อมมันเนย	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7537 น้ำเต้าหู้/นมถั่วเหลือง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7538 น้ำอัดลม/น้ำหวาน	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7539 น้ำผลไม้ / น้ำผัก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7540 เครื่องดื่มชูกำลัง เช่น กระทั่งแดง ลิโพ เอ็ม 150	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7541 เครื่องดื่มสำหรับนักกีฬา เช่น สปอนเซอร์ เอ็มสปอร์ต	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7542 ชา กาแฟ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

โดยทั่วไปท่านกินอาหารในประเภทต่อไปนี้บ่อยเพียงใด	ไม่กิน เลย 1	<1 ครั้ง ต่อ เดือน 2	1-3 ครั้ง ต่อ เดือน 3	1-3 ครั้งต่อ สัปดาห์ 4	4-6 ครั้งต่อ สัปดาห์ 5	1 ครั้ง ต่อวัน 6	>1 ครั้ง ต่อวัน 7
Q7543 อาหารที่มีเนย/มาการินและแป้ง เช่น เค้ก คุกกี้ โดนัท พาย	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7544 ขนมหวานทำจากไข่แดง เช่น ทองหยิบ ฝอยทอง ทองหยอด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7545 ขนมใส่น้ำเชื่อม เช่น ถั่วเขียวต้มน้ำตาล มันท้มน้ำตาล सान้ำเชื่อม ลูกชิ้นน้ำเชื่อม	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7546 ขนมหวานที่มีกะทิ เช่น กะลวยบัวควี ฐานกะทิ ข้าวต้มผัด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7547 ขนมขบเคี้ยว/ขนมกรุบกรอบบรรจุซอง	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q7548 หน่อไม้ทุกประเภท	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

8. แบบสัมภาษณ์ความถี่ถึงปริมาณในการบริโภคผักและผลไม้

ก. ความถี่ปริมาณในการกินผลไม้และผัก		
ให้ผู้ถูกสัมภาษณ์ดู แผนภาพที่ 1 (หน้า 29-30) ขนาดส่วนกินของผักและผลไม้ สมุดภาพตัวอย่างผลไม้และผักขนาดเท่าของจริง (หน้า 32 – 43) และอุปกรณ์การประมาณขนาดอาหารกิน เช่นทัพพีตักข้าว พร้อมทั้งให้คำอธิบายต่อไปนี้ “ต่อไปนี้เป็นการถามเกี่ยวกับการกินผลไม้และผักที่ท่านกินเป็นประจำ ขอให้ท่านตอบโดยคิดถึง <u>ความถี่</u>ในการกินผลไม้และผักโดยทั่วๆ ไปใน 1 สัปดาห์ และ <u>ปริมาณ</u>ผลไม้หรือผักที่ท่านกินในแต่ละมื้อ ว่ามีปริมาณและขนาดเท่าไร (เช่น ส้มเขียวหวาน 1 ผลกลาง เป็นต้น) หรือเมื่อนำมาเปรียบเทียบกับ ถ้าใส่ทัพพีตักข้าว ท่านกินในปริมาณเฉลี่ยกี่ทัพพี”		
การกินผลไม้		
Q7549 ผลไม้สด หมายเหตุ: ผลไม้สด 1 ส่วนมาตรฐาน เท่ากับ มะละกอ แดงโม หรือสับปะรด 6-8 คำ หรือ กล้วยน้ำว้า 1 ผลเล็ก หรือกล้วยหอม ½ ผลกลาง หรือส้มเขียวหวาน 1 ผลใหญ่ หรือ 2 ผลกลาง หรือเงาะ 4 ผล ให้บันทึกส่วนมาตรฐานเป็นจำนวนเต็มพร้อมทศนิยม 1 ตำแหน่ง (เช่น 0.5, 1.0, 1.5, 2.0, 2.5, 3.0 เป็นต้น)		
Q7549a โดยทั่วไปในแต่ละสัปดาห์ ท่านกินผลไม้สดกี่วันต่อสัปดาห์ ถ้าคำตอบเป็น 0 → Q7550		วันต่อสัปดาห์
Q7549b โดยเฉลี่ย ในแต่ละวันท่านกินผลไม้สด เป็นจำนวนกี่ครั้งต่อวัน		จำนวนครั้งต่อวัน
Q7549c ท่านกินผลไม้สดจำนวนกี่ส่วนต่อครั้ง	.	ส่วนมาตรฐานต่อครั้ง
Q7550 การบริโภคผัก หมายเหตุ: ผัก 1 หน่วยมาตรฐานธงโภชนาการ เท่ากับ ผักใบปรุงสุกแล้ว 1 ทัพพี หรือผักใช้ผล/หัว/ราก เช่น มะเขือเทศ แครอท ฟักทอง ข้าวโพด กะหล่ำดอก ถั่วฝักยาว หอมหัวใหญ่ 1 ทัพพี หรือผักใบเขียวสดไม่ผ่านการปรุงสุก 2 ทัพพี ให้บันทึกส่วนมาตรฐานเป็นจำนวนเต็มพร้อมทศนิยม 1 ตำแหน่ง (เช่น 0.5, 1.0, 1.5, 2.0, 2.5, 3.0 เป็นต้น)		
Q7550a โดยทั่วไปในแต่ละสัปดาห์ ท่านกิน ผัก กี่วันต่อสัปดาห์ ถ้าคำตอบเป็น 0 → Q7600		วันต่อสัปดาห์
Q7550b โดยเฉลี่ย ในแต่ละวันท่านกิน ผัก เป็นจำนวนกี่ครั้งต่อวัน		จำนวนครั้งต่อวัน
Q7550c ท่านกิน ผัก จำนวนกี่ส่วนต่อครั้ง	.	ส่วนมาตรฐานต่อครั้ง