

การศึกษาแนวโน้มภาวะโภชนาการในผู้สูงอายุ ปี 2539 – ปี 2542

การศึกษาแนวโน้มภาวะโภชนาการในผู้สูงอายุ ปี 2539 – ปี 2542
สุรพันธ์ บุญวิสุทธิ์ กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

การศึกษาแนวโน้มภาวะโภชนาการในผู้สูงอายุ โดยติดตามศึกษา 2 ครั้ง ระยะเวลาที่ห่างกัน 3 ปี ในกลุ่มประชากรที่เป็นบุคคลเดียวกันที่มีอายุระหว่าง 55 – 75 ปี สุ่มตัวอย่างจากเขตเมืองและเขตชนบทของ 8 จังหวัด ใน 4 ภาคของประเทศไทย ได้ประชากรที่เป็นบุคคลเดียวกันทั้ง 2 ครั้ง จำนวน 1,815 คน เป็นเพศชาย 825 คน เพศหญิง 990 คน แบ่งประชากร เป็น 4 กลุ่มอายุ แบ่งตามภาคเป็น 4 ภาคและ แบ่งตามเขตอาศัยเป็นเขตเมือง และเขตชนบท เก็บข้อมูลแบบสอบถามทั่วไป โดยการสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป และแบบแผนการบริโภคอาหาร ประเมินภาวะโภชนาการ โดยการวัดสัดส่วนของร่างกาย หาค่าดัชนีมวลกาย และตรวจทางชีวเคมีในเลือด ผลการสัมภาษณ์พบว่าผู้สูงอายุร้อยละ 99.8 นับถือศาสนาพุทธร้อยละ 92.1 มีรายได้เพียงพอสำหรับใช้จ่าย ร้อยละ 69.8 มีสถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 81.2 จบการศึกษาระดับประถมศึกษา หรืออ่านออกเขียนได้ ร้อยละ 61.1 ประกอบอาชีพเกษตรกรรม แบบแผนการบริโภคอาหาร พบผู้สูงอายุ

ร้อยละ 92.2 รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ และร้อยละ 17.4 รับประทานอาหารว่างร่วมด้วย มีผู้สูงอายุ ร้อยละ 2.5 รับประทานอาหารเพียง 2 มื้อ โดยงดอาหารเข้าในการศึกษา 2 ครั้ง พบว่า ผู้สูงอายุมีค่าเฉลี่ยของส่วนสูงและน้ำหนักลดลงร้อยละ 0.25 และ 0.67 ในเพศชาย และร้อยละ 0.34 และ 0.72 ในเพศหญิงตามลำดับ แต่ค่าดัชนีมวลกายเปลี่ยนแปลงน้อยมาก การตรวจทางชีวเคมี พบว่า ค่าเฉลี่ยฮีโมโกลบิน ฮีมาโตคริต โคลเลสเตอรอลรวมแอลดีแอล – โคลเลสเตอรอล เอชดีแอล – โคลเลสเตอรอล ลดลงร้อยละ 4.23, 1.37, 2.11, 2.82, 5.76 ในผู้สูงอายุเพศชาย และ 5.42, 1.09, 3.48, 4.07, 8.06 ในเพศหญิงตามลำดับ ไตรกลีเซอไรด์ กรดยูริก อัตราส่วน

TC/HDL – C LDL-C/HDL – C เพิ่มขึ้นร้อยละ 5.36, 5.20, 4.22, 2.37 ในเพศชาย และร้อยละ 6.41, 4.72, 6.09, 5.38 ในเพศหญิงตามลำดับ ส่วนน้ำตาลเพิ่มขึ้นเล็กน้อย ผู้สูงอายุมีแนวโน้มภาวะทุพโภชนาการเพิ่มขึ้น จากค่าดัชนีมวลกาย พบว่าผู้สูงอายุเป็นโรคผอมเพิ่มขึ้นร้อยละ 1.4 และร้อยละ 1.2 ในเพศชายและเพศหญิงตามลำดับ ความชุกของโรคโลหิตจาง โดยใช้ฮีโมโกลบินเป็นดัชนีชี้วัดเพิ่มขึ้นร้อยละ 14.9 และ 17.7 ในเพศชายและหญิงตามลำดับ ความชุกของระดับโคลเลสเตอรอลรวมและแอลดีแอล – โคลเลสเตอรอลสูงในพลาสมาลดลงร้อยละ 7.2 และ 5.8 ในเพศชาย และร้อยละ 6.7 และ 6.5

ในเพศหญิงตามลำดับ ความชุกของเอชดีแอล – โคลเลสเตอรอลต่ำในพลาสมาเพิ่มขึ้นร้อยละ 7.5 และ 10.2 ในเพศชายและเพศหญิงตามลำดับ ความชุกของไตรกลีเซอไรด์ อัตราส่วน TC/HDL – C LDL-C /HDL – C กลูโคส กรดยูริกสูงในเลือดเพิ่มขึ้นร้อยละ 2.0, 5.1, 4.0, 0.8 และ 5.8 ในเพศชาย และร้อยละ 3.8, 6.3, 3.1, 0.8 และ 2.7 ในเพศหญิงตามลำดับ ดัชนีมวลกายมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับค่าฮีโมโกลบิน ฮีมาโตคริต โคลเลสเตอรอลรวม แอลดีแอล – โคลเลสเตอรอล ไตรกลีเซอไรด์ กลูโคส และกรดยูริก และมีความสัมพันธ์เชิงลบกับค่าเอชดีแอล – โคลเลสเตอรอล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ