**วิจัยชี้คนไทยอ้วนเพิ่ม-ป่วยไม่รู้ตัว สำรวจโภชนาการป้องโรค**

นพ. วิชัย เอกพลากร คณะแพทยศาสตร์ รพ. รามาธิบดี ในฐานะนักวิจัยโครงการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย สำนักงานวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) กระทรวงสาธารณสุข กล่าวว่า สวรส. ร่วมกับสำนักงานสถิติแห่งชาติ และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จะทำโครงการสำรวจสุขภาพคนไทย ครั้งที่ 5 เดือน ต.ค. 2556-พ.ย. 2557 เพื่อสำรวจสถานการณ์สุขภาพและปัจจัยเสี่ยง   
ทางสุขภาพคนไทย โดยสุ่มสำรวจประชาชน อายุ 1-60 ปี 32,400 คน จาก 21 จังหวัด ทุกภูมิภาค โดยใช้วิธีการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ และตรวจสุขภาพจาก รพ. อาทิ ตรวจเลือด ปัสสาวะ ทางห้องปฏิบัติการ ซึ่งจะแบ่งเป็น รพ. รามาธิบดี เก็บข้อมูลใน กทม. ม.เชียงใหม่ เก็บในภาคเหนือ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย   
เก็บในภาคกลาง ม.ขอนแก่น เก็บในภาคอีสาน และ ม.สงขลานครินทร์ เก็บในภาคใต้ เพื่อวางแผนกำหนดนโยบายสาธารณสุข และส่งเสริมการป้องกันโรค

นพ.สุวัฒน์ จริยาเลิศศักดิ์ ผอ.สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ กล่าวว่า การสำรวจจำแนกตามช่วงอายุ แบ่งเป็น 5 ช่วงอายุ คือ 1. อายุ 1-5 ขวบ ทดสอบพัฒนาการ ตรวจปัสสาวะ และดูปริมาณไอโอดีน   
เป็นต้น 2. อายุ 6-9 ขวบ ทดสอบพัฒนาการตรวจปัสสาวะ เป็นต้น 3. อายุ 10-19 ปี วัดความดันโลหิต ระดับน้ำตาลในเลือด ไขมันในเลือด การทำงานของไต 4. อายุ 20-59 ปี และ 5. อายุ 60 ปี ขึ้นไป วัดระดับน้ำตาลในเลือด ไขมันในเลือด ภาวะเลือดจาง เป็นต้น แต่ในทุกช่วงอายุจะเน้นการสำรวจโภชนาการว่ามีการบริโภคเหมาะสมหรือไม่

“การสำรวจครั้งที่ 4 พบว่าคนไทยกินผักประมาณร้อยละ 18 เท่านั้น และทั้งเพศชาย-หญิง มีเส้นรอบเอวและค่าดัชนีมวลกายเกินค่ามาตรฐาน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่รู้ว่าตัวเองเป็นโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และคอเลสเตอรอลมาก่อน ถือเป็นโอกาสที่กลุ่มตัวอย่างที่รับการตรวจสุขภาพจะได้ทราบข้อมูลสุขภาพตัวเอง คาดว่าใช้เวลาประมาณ 6 เดือนในการเก็บวิเคราะห์ข้อมูล” นพ. สุวัฒน์กล่าว

ที่มา : <http://med.mahidol.ac.th/th/news/medical/12272013-1611-th>

**คำถามที่ 1 แบบเลือกตอบ (อย่างน้อย 1 คำถาม)**

คำถาม องค์กรใดต่อไปนี้ ไม่ได้มีส่วนร่วมในงานวิจัยนี้

1.สำนักงานสถิติแห่งชาติ (สสช.)

2.สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

3.สำนักงานวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.)

4.สำนักงานประกันสังคม (สปส.)

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : 4. สำนักงานประกันสังคม (สปส.)

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

**คำถามที่ 2 แบบเลือกตอบเชิงซ้อน (อย่างน้อย 1 คำถาม)**

คำถาม โปรดพิจารณาข้อความด้านล่างต่อไปนี้ว่า ข้อความใดสนับสนุนหรือขัดแย้งกับงานวิจัยข้างต้น

โดยทำเครื่องหมายวงกลมล้อมรอบคำตอบ ดังตัวอย่าง

|  |  |
| --- | --- |
| **ข้อความ** | **สนับสนุน/ขัดแย้ง** |
| 1. การบริโภคอาหารไม่ส่งผลใด ๆ ต่อสุขภาพ 2. คนไทยควรบริโภคผักมากขึ้น 3. การตรวจสุขภาพช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรค 4. โรคอ้วนสามารถเป็นได้ทุกช่วงวัย 5. การบริโภคที่เหมาะสมทำให้สุขภาพดี | 1. สนับสนุน / ขัดแย้ง 2. สนับสนุน / ขัดแย้ง 3. สนับสนุน / ขัดแย้ง 4. สนับสนุน / ขัดแย้ง 5. สนับสนุน / ขัดแย้ง |

คำตอบ ก. ขัดแย้ง ข-จ สนับสนุน

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

**คำถามที่ 3 แบบเติมคำตอบแบบปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)**

**คำถาม** จากหัวข้อข่าวที่ว่า “วิจัยชี้คนไทยอ้วนเพิ่ม-ป่วยไม่รู้ตัว สำรวจโภชนาการป้องโรค” สิ่งใดในงานวิจัยนี้เป็นตัวบ่งชี้ในประเด็นนี้

**คำตอบ** มีเส้นรอบเอวและดัชนีมวลกายเกินมาตรฐาน/ ขนาดเอวใหญ่และดัชนีมวลกายมากเกินเกณฑ์กำหนด/ ความยาวรอบเอวใหญ่และดัชนีมวลกายสูงกว่าที่กำหนด

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

**คำถามที่ 4 แบบเติมคำตอบแบบเปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)**

คำถาม จากบทความข้างต้น ถ้าคนไทยบริโภคผัก ประมาณร้อยละ 18 จะทำให้คนไทยมีสุขภาพดี นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่ เพราะเหตุใด

คำตอบ ไม่เห็นด้วย เพราะ จากการสำรวจ พบว่า คนไทยกินผักประมาณร้อยละ 18 ทั้งเพศชาย-หญิง   
มีเส้นรอบเอวและค่าดัชนีมวลกายเกินค่ามาตรฐาน เป็นโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และคอเลสเตอรอล

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

**คำถามที่ 5 แบบเติมคำตอบแบบอิสระ (อย่างน้อย 1 คำถาม)**

คำถาม เมื่อนักเรียนได้อ่านบทความวิจัยข้างต้นแล้ว นักเรียนจะแนะนำการปฏิบัติตัวเพื่อสุขภาพที่ดี ไม่ก่อให้เกิดโรคอ้วนแก่สมาชิกในครอบครัวนักเรียนอย่างไรบ้าง โปรดยกตัวอย่างให้ชัดเจน  
 คำตอบ การรับประทานอาหาร โดยรับประทานครบทั้ง 5 หมู่ แต่พออิ่ม/การออกกำลังกายสม่ำเสมออย่างน้อยวันละ 30 นาที/การดูแลรักษารูปร่าง ให้ค่าดัชนีมวลกายและเส้นรอบเอวไม่สูงเกินกว่ามาตรฐาน  
/การดูแลสุขภาพ โดยตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน