

พฤติกรรมสุขภาพการล้างทำความสะอาดผักและผลไม้ก่อนบริโภค
ของประชาชนในตำบลโนนเมือง อำเภอโนนสัง จังหวัดหนองบัวลำภู
Proper Handling of Washing and Cleaning of Vegetable And fruit
before consumption in Non Maung Sub-District,
Non Sang District, Nong Bua Lamphu

ชนินันท์ ประเสริฐไทย¹, ศศิวิมล จันทร์มาลี² และนัยนา บุญทวีวัฒน์³

Chaninan Praserttai¹, Sasiwimol Chanmalee² and Naiyana Boontaveeyuwat³

¹สาขาสาธารณสุขศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

Lecurer, Faculty of Public Health, Bangkokthonburi University

²สาขานามัยสิ่งแวดล้อม คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์

Bachelor of Science Program in Environmental Health

³สาขาสาธารณสุขศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

Lecurer, Faculty of Public Health, Bangkokthonburi University

¹e-mail: Chaninan.pr@gmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพการล้างทำความสะอาดผักและผลไม้ก่อนบริโภคเป็นงานวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเจตคติต่ออันตรายและการป้องกันสารพิษตกค้างและสิ่งปนเปื้อนในผักและผลไม้สด พฤติกรรมการเลือกซื้อและบริโภคผักและผลไม้ปลอดสารพิษ และพฤติกรรมการปฏิบัติในล้างผักและผลไม้สดก่อนบริโภคโดยเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 218 คน พบว่าประชาชนในหมู่ 2 5 และ 7 ของตำบลโนนเมือง อำเภอโนนสัง จังหวัดหนองบัวลำภูมีเจตคติต่ออันตรายและการป้องกันสารพิษตกค้างและสิ่งปนเปื้อนในผักและผลไม้สดในระดับต่ำ (4.89 คะแนน) สัมพันธ์กับระดับการศึกษาส่วนใหญ่ คือ ประถมศึกษา หรือต่ำกว่า (ร้อยละ 66.10) มีพฤติกรรมการเลือกซื้อและบริโภคผักและผลไม้ปลอดสารพิษ ที่ระดับปานกลาง (3.41 คะแนน) และมีการล้างผักและผลไม้ก่อนบริโภคในระดับดี (4.63) ซึ่งค่าเฉลี่ยวิธีที่มีการเลือกปฏิบัติในการล้างผักและผลไม้สดก่อนบริโภคสูงสุด คือ การใช้น้ำเปล่าไหลผ่านปริมาณมาก คิดเป็นร้อยละ 19.59 ($\bar{x}=4.65$, $S.D=.49$) โดยอาจเนื่องมาจากความสะดวกในการจัดหาและต้นทุนต่ำ ราคาเหมาะสมสำหรับการใช้ในชนบท ซึ่งสัมพันธ์กับงานวิจัยของ P. Amoah., et al.. (2007) ศึกษาประสิทธิภาพของวิธีการล้างผักที่ใช้กันทั่วไปและปรับปรุงแล้วในเมืองของแอฟริกาตะวันตกเพื่อลดโคลิฟอร์มแบคทีเรียและไซยาไนด์ในผัก พบว่าวิธีการล้างที่มีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับวิธีการ เวลาและอุณหภูมิของน้ำ

คำสำคัญ: ผักและผลไม้สด, สารกำจัดศัตรูพืช, สิ่งปนเปื้อน

Abstract

Descriptive research of proper handling of cleaning fruit and vegetable before consumption was studies in community. The aims to study an attitude about harm of pesticide residues in fresh vegetables and fruits and the prevention behavior of buying and consuming the pesticide-free vegetables and fruit, and behavior of washing vegetable and fruit before consuming in Non Maungsub-district, Non Sang district, Nong Bua Lamphu. There are 218 people in moo.2, 5 and 7 were collected. The results showed that the samples have been low level of attitude about harm of pesticide residues and the prevention at 4.89, related to the education level in most primary school or lower (66.10%). The behavior for pesticide residue free consumption were moderate level at 3.41 and have been good level behavior for vegetables and fruits washed before consumption (4.63). The most method to vegetables and fruits washed that had been uses was rinse with plenty water at 19.59% ($\bar{x}=4.65$, S.D.=.49) which, probably due to the convenient and suitable price for use in rural areas, relative to P. Amoah., et al.. (2007), study of effectiveness of common and improved sanitary that washing methods in selected cities of West Africa for the reduction of coliform bacteria and helminth eggs on vegetable are achieved depending on the washing method, contact time and water temperature.

Keywords: Fresh vegetables and fruits, Pesticides, Contaminated

บทนำ

อาหารเป็นหนึ่งในปัจจัยที่จำเป็นในการดำรงชีพของมนุษย์ และเป็นหนึ่งในปัจจัยสี่ของมนุษย์ หากมีการปนเปื้อนของสารเคมีและเชื้อโรคก็จะเกิดโทษและผลเสียต่อสุขภาพร่างกายได้ซึ่งในปัจจุบัน การเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี การเติบโตของเศรษฐกิจ การแข่งขันทางการค้า วิถีชีวิตที่เปลี่ยนไป จากอดีตจนสู่ปัจจุบัน ความรีบเร่งในการดำเนินชีวิต เกษตรกรและผู้ค้ามีการเร่งผลผลิตทางการเกษตร พืชผัก ผลไม้ ให้เพียงพอกับจำนวนประชากรที่เพิ่มขึ้น ส่งผลให้มีการใช้สารเร่งการเจริญเติบโตของพืช ธาตุอาหาร ยาฆ่าแมลงและศัตรูพืช และสารเคมีต่างๆ เพื่อเพิ่มผลผลิต รวมถึงอันตรายจากสิ่งปนเปื้อนจากจุลินทรีย์ที่มาจากสิ่งแวดล้อมในการเพาะปลูก หากไม่มีการล้างทำความสะอาดที่เหมาะสมผู้บริโภคจึงเสี่ยงถึงความเสี่ยงต่อการบริโภคพืชผัก ผลไม้ที่อาจมีการปนเปื้อนสารเคมีอันตรายดังกล่าวที่อาจส่งผลเสียต่อสุขภาพของผู้บริโภค (พัฒน์ สุจำนงค์, 2526) ยาฆ่าแมลงที่ตกค้างอยู่ในพืชผักผลไม้ บางชนิดสลายตัวช้าคงตัวอยู่นาน เกิดสารพิษตกค้างอยู่กับพืชผักผลไม้ได้ เมื่อบริโภคทีละน้อยจะไม่ปรากฏอาการทันที แต่จะสะสมอยู่ในร่างกาย เมื่อรับประทานติดต่อกันจึงจะแสดงอาการของพิษ ดังนั้นควรล้างด้วยน้ำสะอาดก่อน หรือปอกเปลือกก่อนบริโภค จะช่วยให้

ปลอดภัยยิ่งขึ้น(2) จึงได้มีการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพในการล้างทำความสะอาดผักและผลไม้ก่อนบริโภค ให้ผู้บริโภคมีความตระหนักในอันตรายของพืชผักผลไม้ที่ไม่มีการล้างทำความสะอาดอย่างเหมาะสมก่อนบริโภค และอาจจะเป็นโอกาสและแนวทางไปสู่การพัฒนาในการปรับเปลี่ยนให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาเจตคติและพฤติกรรมสุขภาพในการเลือกซื้อและบริโภค และการปฏิบัติล้างทำความสะอาดผักและผลไม้ก่อนบริโภคของประชาชน

1.2 วัตถุประสงค์เฉพาะ

1.2.1 เพื่อศึกษาเจตคติต่ออันตรายและการป้องกันสารพิษตกค้างและสิ่งปนเปื้อนในผักและผลไม้สด

1.2.2 เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเลือกซื้อและบริโภคผักและผลไม้ปลอดสารพิษ

1.2.3 ศึกษาพฤติกรรมการปฏิบัติในล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภค

การทบทวนวรรณกรรม

(เอนก หาลี และคณะ, 2556)ศึกษาประสิทธิภาพของน้ำยาล้างผักชนิดต่างๆ สำหรับใช้ในท้องถิ่นเพื่อลดปริมาณสารปราบศัตรูพืชในผักคะน้า ในการล้างทำความสะอาดพืชผักและผลไม้ จากการสัมภาษณ์ในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นปราชญ์ชาวบ้าน ผู้ประกอบการค้าผักและผลไม้สดในพื้นที่ศึกษาพบว่า ชาวบ้านมีภูมิปัญญาในการล้างหลายวิธีได้แก่ สารละลายเกลือแกง สารส้ม ผงฟู น้ำส้มสายชูต่างหับทิม และน้ำชาข้าว ทดลองใช้ล้างผักคะน้า เพื่อลดปริมาณสารตกค้าง (เมโธมิล) พบว่า น้ำยาล้างผักแต่ละชนิดมีประสิทธิภาพในการลดปริมาณเมโธมิลที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ซึ่งสามารถลดปริมาณเมโธมิลได้ ในช่วง 17.97 - 65.67 เปอร์เซ็นต์ โดยการล้างผักคะน้าด้วยสารละลายต่างหับทิมความเข้มข้น 0.01 เปอร์เซ็นต์ สามารถลดปริมาณเมโธมิลได้มากที่สุดคือ 65.67เปอร์เซ็นต์

(พัฒน์ สุจันงค์, 2526) ยามาแมลงที่ตกค้างอยู่ในพืชผักผลไม้ บางชนิดสลายตัวช้าคงตัวอยู่นาน เกิดสารพิษตกค้างอยู่กับพืชผักผลไม้ได้ เมื่อบริโภคทีละน้อยจะไม่ปรากฏอาการทันที แต่จะสะสมอยู่ในร่างกาย เมื่อรับประทานติดต่อกันจึงจะแสดงอาการของพิษ ดังนั้นควรล้างด้วยน้ำสะอาดก่อน หรือปอกเปลือกก่อนบริโภค จะช่วยให้ปลอดภัยยิ่งขึ้น

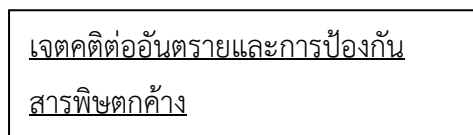
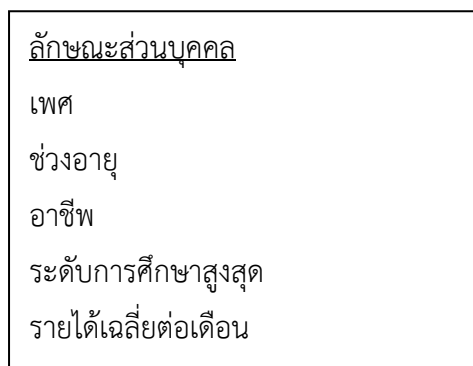
(ภัสสรกันต์ ทรัพย์มหาโชค และกิริติ กมลประเทืองกร., 2560)ศึกษาพฤติกรรมการเลือกซื้อผักปลอดสารพิษของผู้บริโภคตามหลักเบญจศีลและเบญจธรรม ผลการศึกษากลุ่มตัวอย่าง ผู้บริโภคในจังหวัดปทุมธานีพบว่ามีความรู้ในการเลือกซื้อผักปลอดสารพิษของในภาพรวม คือมีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมในการเลือกซื้อผักปลอดสารพิษ อยู่ในระดับดีปานกลาง (3.34)

(Botwe B. O., et al., 2011) ศึกษาการปนเปื้อนของสารกำจัดศัตรูพืชตกค้างในผักและผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชนในกานา โดยมีศึกษาระดับความเข้มข้นของสารกำจัดศัตรูพืชที่ตกค้างในผักและประเมินความเสี่ยงต่อสุขภาพเนื่องจากการบริโภคผักที่ปนเปื้อนในชีวิตประจำวัน จากตัวอย่างผัก 5 ชนิด (มะเขือเทศ กะหล่ำปลี พริกไทย หัวหอมและมะเขือยาว) จากตลาดท้องถิ่นทั่วประเทศกานา โดยได้ทำการวิเคราะห์หา DDTs, endosulfan, HCHs, methoxychlor, dimethoate และ lambda-cyhalothrin โดยเครื่องวิเคราะห์ GC-MS พบว่าความเข้มข้นของสารฆ่าแมลงอยู่ระหว่าง 0.01 ถึง 46.95 ไมโครกรัมต่อกิโลกรัมน้ำหนักเปียก

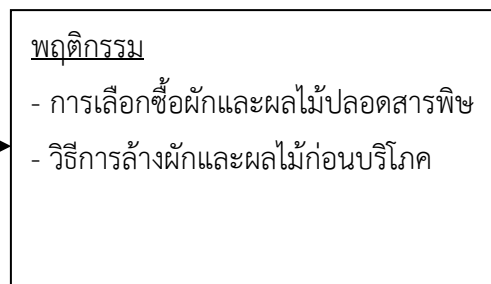
(P. Amoah., et al., 2007) ศึกษาประสิทธิผลของวิธีการล้างผักที่ใช้กันทั่วไปและปรับปรุงแล้วในเมืองของแอฟริกาตะวันตกเพื่อลดโคลิฟอร์มแบคทีเรียและไซแพยาธิในผักพบว่าวิธีการที่ใช้ล้างบ่อยที่สุดหลายวิธีไม่ลดการปนเปื้อนให้อยู่ในระดับที่ต้องการ อย่างมีนัยสำคัญ ทั้งนี้วิธีการล้างที่มีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับวิธีการเวลาและอุณหภูมิของน้ำ โดยพบว่าสารที่ใช้ล้างราคาต่ำ คือ 'Eau de Javel' (สารฟอกขาวในครัวเรือน) ซึ่งใช้กันทั่วไปใน Francophone, West Africa ก็มีประสิทธิภาพในการลดโคลิฟอร์มแบคทีเรียและไซแพยาธิในผัก

กรอบแนวคิดการวิจัย

Independent variables



Dependent variables



ระเบียบวิธีการวิจัย

การศึกษานี้เป็นงานวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research) เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามในการศึกษาเจตคติการเลือกซื้อและบริโภคผักและผลไม้ปลอดสารพิษ และพฤติกรรมปฏิบัติในล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภค จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 218 คนพื้นที่ศึกษาประชาชนใน ตำบลโนนเมือง อำเภอนนสัง จังหวัดหนองบัวลำภู ประเทศไทยโดยใช้วิธีสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย ทำการเก็บแบบสอบถามในชุมชนระหว่างวันที่ 14 - 30 ธันวาคม 2562 มีเครื่องมือการวิจัยในการรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามในการการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยแบ่งเป็น 4 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปจำนวน 5 ข้อ (เพศ อายุ อาชีพ การศึกษา รายได้เฉลี่ย)

ส่วนที่ 2 เจตคติต่ออันตรายและการป้องกันสารพิษตกค้างและพยาธิในผักและผลไม้สด

จำนวน 8 ข้อ โดยเป็น 2 ตัวเลือก คือ ใช่ และ ไม่ใช่

1 ถูก หมายถึง ข้อความประโยคนั้นผู้ตอบคิดว่าเป็นจริง

0 ผิด หมายถึง ข้อความประโยคนั้นผู้ตอบคิดว่าไม่เป็นจริง

โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถามรายข้อ ดังนี้

เกณฑ์คะแนน	ข้อคำถามเชิงบวก (3,5,6,7,8)	ข้อคำถามเชิงลบ (1,2,4)
ใช่	1 คะแนน	0 คะแนน
ไม่ใช่	0 คะแนน	1 คะแนน

การแปลผลคะแนนเมื่อรวมคะแนนแล้ว จัดระดับเจตคติต่ออันตรายและการป้องกันสารพิษตกค้างและเชื้อโรคพยาธิในผักและผลไม้สดโดยใช้เกณฑ์การพิจารณาในการแปลผลความหมายของคะแนนเป็น 3 ระดับ คือ ระดับต่ำ ปานกลาง และสูง (Bloom, 1975)

คะแนน	ร้อยละ	ความหมาย
0 – 4คะแนน	0– 59	มีความรู้ในระดับต่ำ
5 – 6คะแนน	60– 79	มีความรู้ในระดับปานกลาง
7 – 8คะแนน	80– 100	มีความรู้ในระดับสูง

ส่วนที่ 3 สำนวนข้อมูลพฤติกรรมการล้างทำความสะอาดผักและผลไม้ก่อนบริโภค

ลักษณะเป็น มาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ เป็นประจำ บ่อย บางครั้ง นาน ๆ ครั้ง ไม่เคย โดยใช้เกณฑ์การให้คะแนนของ Bestแบ่งเป็น 3 ระดับ คือ ระดับดี ปานกลาง และไม่ดี (Best,1977)

ดังเกณฑ์การให้คะแนนต่อไปนี้

เกณฑ์	ข้อคำถามเชิงบวก (1,2,3,4,6,8)	ข้อคำถามเชิงลบ (5,7)
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	1
เห็นด้วย	4	2
ไม่แน่ใจ	3	3
ไม่เห็นด้วย	2	4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	5

การแปลผลคะแนนพิจารณาจากเกณฑ์ของเบส (Best, 1977) โดยแบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้

$$\text{อันตรภาคชั้น} = \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} = \frac{5-1}{3} = 1.33$$

ระดับดี	คะแนน	3.68– 5.00
ระดับปานกลาง	คะแนน	2.34– 3.67
ระดับไม่ดี	คะแนน	1.00– 2.33

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมการปฏิบัติในการล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภค จำนวน 2 ข้อ

ศึกษาพฤติกรรมการปฏิบัติในการล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภค โดยใช้เกณฑ์การแปลผลคะแนนของเบส (Best, 1977) โดยแบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้

$$\text{อันตรภาคชั้น} = \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} = \frac{5-1}{3} = 1.33$$

ระดับดี	คะแนน	3.68– 5.00
ระดับปานกลาง	คะแนน	2.34– 3.67
ระดับไม่ดี	คะแนน	1.00– 2.33

และวิเคราะห์จากจำนวนค่าเฉลี่ยของแต่ละวิธีในการเลือกปฏิบัติในการล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภค โดยใช้แบบสอบถามแบบหลายตัวเลือก (8 ตัวเลือก)

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมทางสถิติ SPSS ในการหาค่า ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลทั่วไป พฤติกรรมการล้างทำความสะอาดผักและผลไม้ก่อนบริโภค และพฤติกรรมการล้างผักผลไม้ก่อนบริโภค และค่าระดับเจตคติต่ออันตรายและการป้องกันสารพิษตกค้างและสิ่งปนเปื้อนในผักและผลไม้สด

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป จำนวน 5 ข้อ (เพศ อายุ อาชีพ การศึกษา รายได้เฉลี่ย)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม พบว่าข้อมูลทั่วไปจากกลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศหญิง ร้อยละ 67 (146 คน) ชาย ร้อยละ 33 (72 คน) อยู่ในช่วงอายุสูงสุด 51-60 ปี คิดเป็นร้อยละ 28 รองลงมา คือ 41-50 ปี (ร้อยละ 26.1), มากกว่า 60 ปี (ร้อยละ 24.3), 31-40 ปี (ร้อยละ 16.1), 21-30 ปี (ร้อยละ 4.6) และน้อยกว่า 20 ปี (ร้อยละ 0.9) ตามลำดับ ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพ เกษตรกรรม ร้อยละ 60.1 รองลงมา คือ รับจ้าง (ร้อยละ 17.40), ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว (ร้อยละ 9.60), ไม่ได้ประกอบอาชีพ (ร้อยละ 6.00), รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ (ร้อยละ 5.50) และนักเรียน/นักศึกษา (ร้อยละ 1.40) ตามลำดับ มีระดับการศึกษาส่วนใหญ่ ประถมศึกษา หรือต่ำกว่า ร้อยละ 66.10 รองลงมา คือ มัธยมศึกษาตอนต้นและปลาย (ร้อยละ 12.80), ปริญญาตรี (ร้อยละ 4.10), สูงกว่าปริญญาตรี (ร้อยละ 2.80) และปวส. (ร้อยละ 1.40) โดยมีรายได้เฉลี่ยสูงสุด น้อยกว่า 10,000 บาท

ร้อยละ 73.90 รองลงมา คือ 10,000-15,000 บาท (ร้อยละ 17.00), 15,001-20,000 บาท (ร้อยละ 5.00), 20,001-25,000 บาท (ร้อยละ 2.30) และสูงกว่า 30,000 บาท (ร้อยละ 1.80)

ส่วนที่ 2 เจตคติต่ออันตรายและการป้องกันสารพิษตกค้างและพยาธิในผักและผลไม้สด

ผลการศึกษาเจตคติต่ออันตรายและการป้องกันสารพิษตกค้างและสิ่งปนเปื้อนในผักและผลไม้สดมีระดับต่ำ (4.89 คะแนน)ตามตาราง 4.2.1

ตารางที่ 4.2.1 เจตคติต่ออันตรายและการป้องกันสารพิษตกค้างและพยาธิในผักและผลไม้สด

เกณฑ์คะแนน	จำนวน	ร้อยละ	ความหมาย	Std.
0 – 4คะแนน	76	34.86	มีความรู้ในระดับต่ำ	.330
5 – 6คะแนน	114	52.29	มีความรู้ในระดับปานกลาง	
7 – 8คะแนน	28	12.84	มีความรู้ในระดับสูง	
	218	100.00		

ส่วนที่ 3 สำนวณข้อมูลพฤติกรรมกล้างทำความสะอาดผักและผลไม้ก่อนบริโภค

มีพฤติกรรมเลือกซื้อ และบริโภคผักและผลไม้สดที่ระดับปานกลาง (3.41 คะแนน) ตามตาราง 4.3.1

ตารางที่ 4.3.1 พฤติกรรมการล้างทำความสะอาดผักและผลไม้ก่อนบริโภค

คะแนน	จำนวน	ร้อยละ	ความหมาย	Std.
1.00– 2.33	0	0	ระดับดี	1.03
2.34– 3.67	184	84.40	ระดับปานกลาง	
3.68– 5.00	34	15.60	ระดับไม่ดี	
	218	100.00		

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมการปฏิบัติในการล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภค

โดยวิเคราะห์จากจำนวนค่าเฉลี่ยของแต่ละวิธีในการเลือกปฏิบัติในการล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภค พบว่ามีการล้างผักและผลไม้ก่อนบริโภคในระดับดี (4.63 คะแนน) ตามตาราง 4.4.1

ตารางที่ 4.4.1 พฤติกรรมการปฏิบัติในการล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภค

คะแนน	จำนวน	ร้อยละ	ความหมาย	Std.
1.00– 2.33	0	0	ระดับไม่ดี	.487
2.34– 3.67	1	0.46	ระดับปานกลาง	
3.68– 5.00	217	99.54	ระดับดี	
	218	100.00		

โดยวิธีในการเลือกปฏิบัติในการล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภคที่เลือกปฏิบัติสูงสุด คือ ใช้ น้ำเปล่าไหลผ่านปริมาณมาก ร้อยละ 19.59 รองลงมา คือ แช่น้ำเป็นเวลามากกว่า 10 นาที (ร้อยละ 18.06), ล้างโดยใช้มือถูวนใบ หรือผิว (ร้อยละ 12.77), ใช้เกลือป่นแช่ล้าง (ร้อยละ 12.56), ใช้น้ำยาล้างผักและผลไม้ (ร้อยละ 11.17), น้ำส้มสายชู (ร้อยละ 9.44), เบกกิ้ง โซดา (ร้อยละ 8.29) และน้อย ที่สุด คือ ต่างทับทิม (ร้อยละ 8.12) ตามตาราง 4.4.2

ตารางที่ 4.4.2 วิธีในการเลือกปฏิบัติในการล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภค

ลำดับ	วิธีการ	ร้อยละ
1	ใช้น้ำเปล่าไหลผ่านปริมาณมาก	19.59
2	แช่น้ำสะอาดเป็นเวลามากกว่า 10 นาที	18.06
3	ล้างโดยใช้มือถูวนใบ หรือผิว	12.77
4	ใช้เกลือป่นแช่ล้าง	12.56
5	ใช้น้ำยาล้างผักและผลไม้	11.17
6	ใช้น้ำส้มสายชูแช่ล้าง	9.44
7	ใช้เบกกิ้งโซดา หรือผงฟูแช่ล้าง	8.29
8	ใช้ต่างทับทิมแช่ล้าง	8.12
		100.00

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาพบว่าประชากรกลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศหญิงร้อยละ 67 (146 คน) ชาย ร้อยละ 33 (72 คน) ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกร ร้อยละ 60.1 อยู่ในช่วงกลุ่มอายุ ที่พบสูงสุด คือ 51-60 ปี (ร้อยละ 28.00) ซึ่งอยู่ในกลุ่มวัยสูงอายุ ส่วนประชากรวัยทำงานอาจไปทำงานต่างถิ่นโดยกลุ่มศึกษาถึงแม้จะมีเจตคติต่ออันตรายและการป้องกันสารพิษตกค้างและสิ่งปนเปื้อนในผักและผลไม้ สดระดับต่ำ (4.89 คะแนน) สัมพันธ์กับระดับการศึกษาส่วนใหญ่ประถมศึกษา หรือต่ำกว่า (ร้อยละ 66.10) แต่มีพฤติกรรมการเลือกซื้อ และบริโภคผักและผลไม้สดที่ระดับปานกลาง (3.41 คะแนน) สัมพันธ์กับงานวิจัยของ ภัสสรกันต์ ททรัพย์มหาโชค และกิริติ กมลประเทืองกร., 2560 ศึกษา

พฤติกรรมการเลือกซื้อผักปลอดสารพิษของผู้บริโภคตามหลักเบญจศีลและเบญจธรรม ผลการศึกษา
กลุ่มตัวอย่าง ผู้บริโภคในจังหวัดปทุมธานี พบว่ามีพฤติกรรมในการเลือกซื้อผักปลอดสารพิษของ ใน
ภาพรวม คือ มีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมในการเลือกซื้อ ผักปลอดสารพิษ อยู่ในระดับดีปานกลาง
และมีพฤติกรรมการล้างผักและผลไม้ก่อนบริโภคในระดับดี (4.63 คะแนน) โดยใช้วิธีในการเลือก
ปฏิบัติในการล้างผัก ผลไม้สดก่อนบริโภคที่เลือกปฏิบัติสูงสุด คือ ใช้น้ำเปล่าไหลผ่านปริมาณมาก ร้อย
ละ 19.59 ซึ่งสะดวกและเหมาะสมกับการใช้ในชุมชน และราคาไม่สูง ซึ่งสัมพันธ์กับงานวิจัยของ P.
Amoah., et al..(2007) ที่ใช้สารล้างที่มีราคาต่ำ คือ 'Eau de Javel' (สารฟอกขาวในครัวเรือน) ซึ่ง
ใช้กันทั่วไปใน Francophone, West Africa ก็มีประสิทธิภาพในการลดโคลิฟอร์มแบคทีเรียและไซ
พยาธิในผัก และพบว่าวิธีการล้างที่มีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับวิธีการ เวลาและอุณหภูมิของน้ำ ซึ่งต่าง
จากผลวิจัยของ เอนก หาลี และคณะ.(2556) ศึกษาประสิทธิภาพของน้ำยาล้างผักชนิดต่างๆ สำหรับ
ใช้ในท้องถิ่นเพื่อลดปริมาณสารปราบศัตรูพืชในผักคะน้า ในการล้างทำความสะอาดพืชผักและผลไม้
โดยการล้างผักคะน้าด้วยสารละลายต่างที่พบความเข้มข้น 0.01 เปอร์เซ็นต์ สามารถลดปริมาณเมโธ
มิลได้มากที่สุดคือ 65.67 เปอร์เซ็นต์

ข้อเสนอแนะ

ในการศึกษาวิจัยครั้งหน้าอาจทำให้ผู้ศึกษาเพิ่มเติมในส่วนของ

1. วิธีการ ขั้นตอน ในการล้างและสารทำความสะอาดผักและผลไม้สดเพื่อช่วยลดสารเคมี
ตกค้างอย่างมีประสิทธิภาพ ที่หาได้ง่ายและเหมาะสมกับการใช้ในชุมชน
2. ควรมีการให้ความรู้ ความตระหนัก รณรงค์ในเรื่องของสารเคมีอันตรายกำจัดศัตรูพืช
3. การวิจัยในครั้งหน้าอาจมีการศึกษาเพิ่มเติมในส่วนของการตรวจสอบสารตกค้างในผักสด

เอกสารอ้างอิง

- พัฒน์ สุจำนง. (2526). **การสุขาภิบาลอาหาร**. ห.ส.จ.โรงพิมพ์ไทยสัมพันธ์:กรุงเทพฯ. 3 rd .
- ภัสสรกันต์ ทรัพย์มหาโชค และกิริติ กมลประเทืองกร. (2560). พฤติกรรมการเลือกซื้อผัก
ปลอดสารพิษของผู้บริโภคตามหลักเบญจศีลและเบญจธรรม. **วารสารมจรการพัฒนา
สังคม**, ปีที่ 2 (ฉบับที่ 1 มกราคม-เมษายน) pp. 11-19.
- เอนก หาลีและคณะ. (2556). การศึกษาประสิทธิภาพของน้ำยาล้างผักชนิดต่างๆ สำหรับใช้ใน
ท้องถิ่นเพื่อลดปริมาณสารปราบศัตรูพืชในผักคะน้า. **วารสารวิจัย มข.**, ปีที่ 18 (ฉบับที่ 4
กรกฎาคม-สิงหาคม 2556) pp. 557-584.
- Best, John.(1977).Research in Education. New Jersey:Prentice Hall, Inc.1977.
- Bloom, B.S. (1 9 7 5). Taxonomy of Education. David McKay Company Inc., New
York.117 p.
- Botwe B. O.,et al. (2011). Pesticide residues contamination of vegetables and their
public health implications in Ghana.**ResearchGate**.

- P. Amoah., et al. (2007). Effectiveness of common and improved sanitary washing methods in selected cities of West Africa for the reduction of coliform bacteria and helminth eggs on vegetables. **Tropical Medicine and International Health**, volume 12 suppl. 2 pp 40–50.