

ข้อมูล ประเทศไทย



GSHS

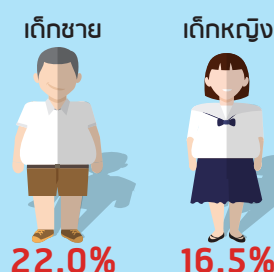
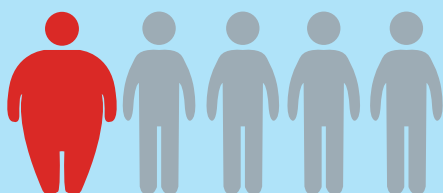
การสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย พ.ศ. 2564
(2021 Global School-based Student Health Survey: GSHS)



ผลการสำรวจที่สำคัญ: Highlighted results

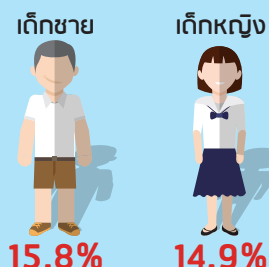
ภาวะน้ำหนักเกิน

1 ใน 5 ของนักเรียนไทย มีภาวะน้ำหนักเกิน¹ (19.1%)

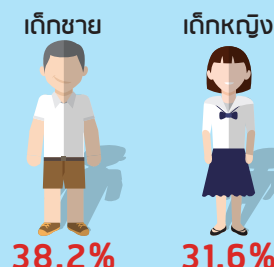


พฤติกรรมการบริโภค

เด็กนักเรียนไทยแค่ 1 ใน 7 คน
รับประทานผักเป็นประจำ² (15.3%)

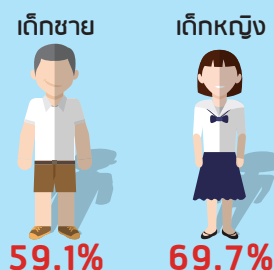


เด็กนักเรียนไทย 1 ใน 3 คน
ดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำ³ (34.6%)



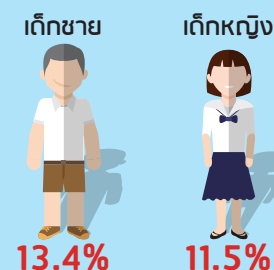
พฤติกรรมเนือยนิ่ง

มากกว่าครึ่งของนักเรียนไทย
มีพฤติกรรมเนือยนิ่ง⁴ (64.7%)



สุขอนามัย

เด็กนักเรียนไทย 1 ใน 5 คนไม่ล้างมือ
ก่อนรับประทานอาหาร⁵ (12.4%)



¹ ดัชนีมวลกาย (BMI) สูงกว่าค่ามัธยฐาน มากกว่าหรือเท่ากับ 1 เท่าของค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)

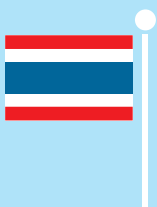
² ร้อยละของนักเรียนที่รับประทานผักจำนวน 3 ครั้งต่อวัน หรือมากกว่า ในช่วง 7 วันก่อนการสำรวจ

³ ร้อยละของนักเรียนดื่มน้ำอัดลม จำนวน 1 ครั้ง ต่อวันหรือมากกว่า ในช่วง 7 วันก่อนการสำรวจ

⁴ ร้อยละของนักเรียนที่ใช้เวลา 3 ชั่วโมงต่อวันหรือมากกว่า ในการนั่งดูโทรทัศน์ นั่งเล่นเกมคอมพิวเตอร์ คุยกับเพื่อน นั่งอ่านหนังสือหรือนั่งดูวิดีโอ

⁵ ร้อยละของนักเรียนที่ไม่เคยล้างมือหรือล้างล้างนานๆ ครั้งก่อนรับประทานอาหารในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ

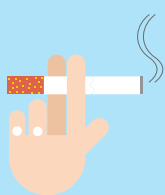
ประเทศไทย



ปัจจัยเสี่ยง

บุหรี่

นักเรียนไทย **1** ใน **10** คนสูบบุหรี่⁶
(11.5%)



เด็กชาย



18.2%

เด็กหญิง



5.6%

แอลกอฮอล์

นักเรียนไทยเกือบ **1** ใน **3** คน
ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์⁷ **(29.1%)**



เด็กชาย



28.8%

เด็กหญิง



29.4%

การบาดเจ็บ

นักเรียนไทย **1** ใน **4** คนได้รับบาดเจ็บรุนแรง
จากอุบัติเหตุทางถนน⁸ **(27.3%)**



เด็กชาย



27.4%

เด็กหญิง



27.1%

การฆ่าตัวตาย

นักเรียนไทย **1** ใน **7** คนเคยพยายาม
ฆ่าตัวตาย⁹ **(15.1%)**



เด็กชาย



12.1%

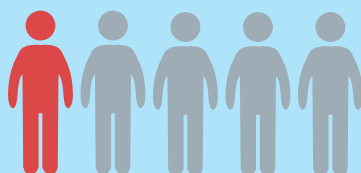
เด็กหญิง



17.6%

เพศสัมพันธ์

เกือบ **1** ใน **5** ของนักเรียนไทยเคยมีเพศสัมพันธ์¹⁰ **(19.8%)**



เด็กชาย



23.8%

เด็กหญิง



16.7%

⁶ ร้อยละของนักเรียนสูบบุหรี่ เป็นเวลา 1 วันหรือมากกว่านั้นในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ

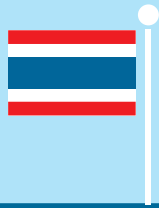
⁷ ร้อยละของนักเรียนดื่มแอลกอฮอล์อย่างน้อย 1 แก้ว จำนวน 1 วัน หรือมากกว่าในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ

⁸ นักเรียนที่ได้รับบาดเจ็บที่รุนแรงที่สุดอันเกิดจากอุบัติเหตุทางรถยนต์ หรือถูกชนโดยรถยนต์ในช่วง 12 เดือนก่อนการสำรวจ

⁹ ร้อยละของนักเรียนที่มีความพยายามฆ่าตัวตาย 1 ครั้งหรือมากกว่าในช่วง 12 เดือนก่อนการสำรวจ

¹⁰ ร้อยละของนักเรียนที่เคยมีเพศสัมพันธ์

ประเทศไทย



GSHS

การสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย พ.ศ. 2564
(2021 Global School-based Student Health Survey: GSHS)

การสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย พ.ศ. 2564 (GSHS) เป็นการสำรวจระดับประเทศที่มีประชากรกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนที่อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ซึ่งอยู่ในช่วงอายุ 13-17 ปี การสำรวจนี้ใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งกลุ่มสองขั้นตอน (two-stage cluster sample design) ในการเลือกตัวแทนกลุ่มตัวอย่างในขั้นแรก โรงเรียนจะถูกสุ่มโดยความน่าจะเป็นตามจำนวนนักเรียน และในขั้นที่สอง คัดเลือกห้องเรียนโดยใช้วิธีแบบสุ่ม ซึ่งนักเรียนทุกคนในห้องเรียนที่ถูกเลือกจะได้เข้าร่วมการสำรวจ

การสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนเก็บข้อมูล 9 ด้าน ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภค สุขอนามัยส่วนบุคคล ความรุนแรงและการบาดเจ็บ โดยไม่เจตนา สุขภาพจิต การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์และการใช้สารเสพติด พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ กิจกรรมทางกาย และปัจจัยด้านการป้องกัน โดยนักเรียนจะตอบแบบสอบถามด้วยตัวเองบนกระดาษคำตอบที่สามารถอ่านผลด้วยคอมพิวเตอร์ การสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย พ.ศ. 2564 ดำเนินการโดยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และหน่วยงานอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

ข้อมูลด้านประชากร

อัตราการตอบกลับภาพรวม	83%
จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด	5,661
ช่วงอายุของนักเรียน (ปี)	13-17
นักเรียนชาย	46.9%
นักเรียนหญิง	53.1%
มัธยมศึกษาปีที่ 1	22.5%
มัธยมศึกษาปีที่ 2	21.8%
มัธยมศึกษาปีที่ 3	21.1%
มัธยมศึกษาปีที่ 4	12.3%
มัธยมศึกษาปีที่ 5	11.4%
มัธยมศึกษาปีที่ 6	10.8%

ผลสำรวจเด็กนักเรียนอายุ 13-17 ปี

รวม (%)

นักเรียนชาย (%)

นักเรียนหญิง (%)

ดัชนีมวลกาย และพฤติกรรมการบริโภค

ร้อยละของนักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักเกิน	19.1	22.0	16.5
ร้อยละของนักเรียนที่มีภาวะอ้วน	6.8	8.8	5.1
ร้อยละของนักเรียนรับประทานผลไม้จำนวน 2 ครั้งต่อวันหรือมากกว่า ในช่วง 7 วันก่อนการสำรวจ	18.2	18.0	18.4
ร้อยละของนักเรียนรับประทานผักจำนวน 3 ครั้งต่อวันหรือมากกว่า ในช่วง 7 วันก่อนการสำรวจ	15.3	15.8	14.9
ร้อยละของนักเรียนดื่มน้ำอัดลมจำนวน 1 ครั้งต่อวันหรือมากกว่า ในช่วง 7 วันก่อนการสำรวจ	34.6	38.2	31.6
ร้อยละของนักเรียนรับประทานอาหารจากร้านอาหารจานด่วน เช่นร้านแฮมเบอร์เกอร์ ร้านอาหารหรือตลาด จำนวน 3 วันหรือมากกว่า ในช่วง 7 วันก่อนการสำรวจ	39.3	37.1	41.2

อนามัยส่วนบุคคล

ร้อยละของนักเรียนทำความสะอาดฟันอย่างน้อย 2 ครั้งต่อวันหรือมากกว่า ในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ	83.0	76.2	89.2
ร้อยละของนักเรียนไม่เคຍล้างมือหรือล้างล้างนานๆ ครั้งก่อนรับประทานอาหาร ในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ	12.4	13.4	11.5
ร้อยละของนักเรียนไม่เคຍล้างมือหรือล้างล้างนานๆ ครั้งหลังการใช้ส้วม ในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ	5.7	7.0	4.5
ร้อยละของนักเรียนไม่เคຍใช้สบู่ล้างมือหรือใช้ล้างนาน ๆ ครั้ง ในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ	12.2	13.9	10.5

ความรุนแรงและการบาดเจ็บโดยไม่เจตนา

ร้อยละของนักเรียนถูกทำร้ายร่างกายจำนวน 1 ครั้งหรือมากกว่านั้น ในช่วง 12 เดือนก่อนการสำรวจ	18.2	24.4	12.5
ร้อยละของนักเรียนมีการต่อสู้กัน จำนวน 1 ครั้งหรือมากกว่านั้น ในช่วง 12 เดือนก่อนการสำรวจ	24.4	33.4	16.4
ในจำนวนนักเรียนที่ได้รับบาดเจ็บรุนแรงในช่วง 12 เดือนก่อนการสำรวจ ร้อยละของนักเรียนได้รับบาดเจ็บที่รุนแรงที่สุดจากอุบัติเหตุทางรถยนต์ หรือถูกชนโดยรถยนต์	27.3	27.4	27.1
ร้อยละของนักเรียนถูกข่มขืนทางออนไลน์ เช่น Instagram, Snapchat, Facebook, Twitter, Tik tok ในระหว่าง 12 เดือนก่อนการสำรวจ	15.0	16.9	13.3



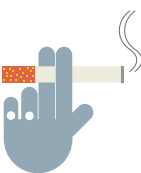
รวม (%) นักเรียนชาย (%) นักเรียนหญิง (%)

สุขภาพจิต



ร้อยละของนักเรียนมีความรู้สึกอ้างว้างโดดเดี่ยวบ่อยครั้งหรือเป็นประจำระหว่าง 12 เดือนก่อนการสำรวจ	18.9	16.6	20.7
ร้อยละของนักเรียนที่บอกว่าตนเองไม่มีเพื่อนสนิท	6.3	6.8	5.8
ร้อยละของนักเรียนเคยมีความคิดจริงจังในการพยายามฆ่าตัวตาย ในช่วง 12 เดือนก่อนการสำรวจ	17.4	11.6	22.2
ร้อยละของนักเรียนที่ได้พยายามฆ่าตัวตาย ในช่วง 12 เดือนก่อนการสำรวจ	15.1	12.1	17.6

การใช้ยาสูบ



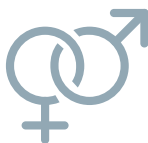
ร้อยละของนักเรียนสูบบุหรี่ เป็นเวลา 1 วันหรือมากกว่านั้น ในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ	11.5	18.2	5.6
ในกลุ่มของนักเรียนที่เคยสูบบุหรี่ ร้อยละของนักเรียนที่สูบบุหรี่ครั้งแรกก่อนอายุ 14 ปี	70.4	74.1	62.4
ในกลุ่มของนักเรียนที่เคยสูบบุหรี่ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา ร้อยละของนักเรียนที่เคยพยายามเลิกสูบบุหรี่ในช่วง 12 เดือนก่อนการสำรวจ	81.4	80.4	83.8
ร้อยละของการมีคนสูบบุหรี่ต่อหน้านักเรียน จำนวน 1 วัน หรือมากกว่าในระหว่าง 7 วัน ก่อนการสำรวจ	44.1	44.3	44.0
ร้อยละของนักเรียนที่ใช้บุหรี่ไฟฟ้า เป็นเวลา 1 วันหรือมากกว่านั้น ในระหว่าง 30 วัน ก่อนการสำรวจ	13.6	18.7	8.9

การใช้แอลกอฮอล์และสารเสพติด



ร้อยละของนักเรียนดื่มแอลกอฮอล์อย่างน้อย 1 แก้ว จำนวน 1 ครั้ง หรือมากกว่าในช่วง 30 วัน ก่อนการสำรวจ	29.1	28.8	29.4
ในกลุ่มเด็กที่เคยดื่มแอลกอฮอล์ ร้อยละของนักเรียนเริ่มดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรกก่อนอายุ 14 ปี หรือน้อยกว่า	52.5	60.3	45.9
ร้อยละของนักเรียนที่ใช้กัญชาอย่างน้อย 1 ครั้ง หรือมากกว่านั้น ในช่วงชีวิตก่อนการสำรวจ	4.9	8.1	2.1
ในกลุ่มนักเรียนที่เคยใช้สารเสพติด ร้อยละของนักเรียนเริ่มใช้สารเสพติดครั้งแรก ก่อนอายุ 14 ปี หรือน้อยกว่า	72.9	74.0	69.6

พฤติกรรมที่มีเพศสัมพันธ์



ร้อยละของนักเรียนเคยมีเพศสัมพันธ์มาแล้ว	19.8	23.8	16.7
ในกลุ่มเด็กที่เคยมีเพศสัมพันธ์ ร้อยละของนักเรียนเริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกก่อนอายุ 14 ปี หรือน้อยกว่า	29.8	39.0	18.5
ร้อยละของนักเรียนหรือคู่่อนใช้ถุงยางอนามัยระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ครั้งสุดท้าย	69.0	70.8	66.9
ร้อยละของนักเรียนหรือคู่่อนใช้วิธีคุมกำเนิดวิธีอื่น นอกเหนือจากการใช้ถุงยางอนามัย	51.9	49.0	55.4

กิจกรรมทางกาย



ร้อยละของนักเรียนทำกิจกรรมทางกายรวมแล้วไม่น้อยกว่า 60 นาทีต่อวัน เป็นจำนวน 5 วัน หรือมากกว่า ในระหว่าง 7 วันก่อนการสำรวจ	18.3	26.3	11.1
ร้อยละของนักเรียนได้รับการสอนในชั้นเรียนเกี่ยวกับพลศึกษามากกว่าหรือเท่ากับ 3 วัน ต่อสัปดาห์	13.5	16.6	10.7
ร้อยละของนักเรียนที่มีพฤติกรรมเนือยนิ่ง ใช้เวลา 3 ชั่วโมงต่อวันหรือมากกว่าในการนั่งดูโทรทัศน์ นั่งเล่นคอมพิวเตอร์ คุยกับเพื่อน นั่งอ่านหนังสือหรือนั่งคุยโทรศัพท์	64.7	59.1	69.7
ร้อยละของนักเรียนที่ใช้เวลานอนมากกว่าหรือเท่ากับ 8 ชั่วโมงต่อวัน (ในวันที่ไปโรงเรียน)	24.7	24.8	24.7

ปัจจัยป้องกันของนักเรียน



ร้อยละของนักเรียนไม่ได้เข้าเรียนหรือไม่ได้ไปโรงเรียนโดยไม่ได้รับอนุญาต จำนวน 1 วัน หรือมากกว่าในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ	20.1	25.0	15.8
ร้อยละของนักเรียนที่เห็นว่านักเรียนส่วนใหญ่ในโรงเรียนมีจิตใจอบอุ่นอารี และมีความช่วยเหลือเกื้อกูลบ่อยครั้งหรือเป็นประจำในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ	39.1	34.9	42.6
ร้อยละของพ่อแม่หรือผู้ปกครองนักเรียนได้ตรวจดูว่านักเรียนทำการบ้านเสร็จเรียบร้อยแล้วบ่อยครั้งหรือเป็นประจำในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ	16.9	17.9	16.0
ร้อยละของพ่อแม่หรือผู้ปกครองของนักเรียนรู้จริงว่านักเรียนทำอะไรในเวลาว่าง บ่อยครั้งหรือเป็นประจำในระหว่าง 30 วันก่อนการสำรวจ	42.9	35.5	49.4

กิตติกรรมประกาศ: กรมอนามัยขอขอบคุณองค์การอนามัยโลก นักวิชาการสาธารณสุขผู้มีส่วนร่วมในฐานะผู้สำรวจข้อมูลหลัก โรงเรียน นักเรียน และภาคีเครือข่ายสำหรับความร่วมมือเป็นอย่างดี การสำรวจครั้งนี้ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากแผนงานโรคไม่ติดต่อภัยที่ยุทธศาสตร์ความร่วมมือระหว่างรัฐบาลไทยกับองค์การอนามัยโลก (WHO Country Cooperation Strategies: CCS NCD)

ข้อมูลวิชาการ กรุณาติดต่อ: กรมอนามัย (นางสาวอรุณา โภกสมบัติ: indy131619@gmail.com); องค์การอนามัยโลก (นางสาวสุชีรา บรุษสุนิษฐ์: bunluesins@who.int)

