

การแก้ปัญหาการบริโภคอาหารขยะในประชากรกลุ่มที่เป็นเยาวชน

นายรณชัย โตสมภาค

กลุ่มงานบริการวิชาการ 3

กลุ่มงานบริการวิชาการ 3 สำนักวิชาการ

ปัจจุบันการบริโภคอาหารขยะมีแนวโน้มมากขึ้นเนื่องจากความสะดวกในการหาซื้อและบริโภค โดยเฉพาะในสังคมเมืองใหญ่ อาหารขยะนั้นแฝงไปด้วยอันตรายมากมายก่อให้เกิดปัญหา ดังต่อไปนี้

1. **โรคอ้วน** โรคอ้วนในเด็กนั้นเป็นปัญหาที่มักจะถูกละเลย เนื่องจากความคิดที่ว่าเมื่อเติบโตขึ้นน้ำหนักส่วนเกินจะลดลงไปเอง แต่ที่จริงแล้วการที่เด็กมีน้ำหนักเกินเกณฑ์อย่างผิดปกติเป็นปัญหาสำคัญที่จะต้องได้รับการแก้ไข สาเหตุของโรคอ้วนมักมาจากการรับประทานอาหารไม่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ โดยเฉพาะการรับประทานอาหารขยะที่ประกอบด้วยคาร์โบไฮเดรตและน้ำตาลในปริมาณมาก ให้พลังงานเกินกว่าที่ร่างกายต้องการ จึงเหลือเก็บในรูปของแป้งและน้ำตาลในร่างกาย ก่อให้เกิดโรคอ้วนในเด็ก

2. **ปัญหาผิวหนังและสุขภาพฟัน** อาหารขยะมักจะเป็นอาหารที่ผ่านกระบวนการปรุงและตัดแปรงมากมีการใส่สารเคมีต่าง ๆ ในขั้นตอนการผลิต ซึ่งก่อให้เกิดอาการแพ้ในเด็ก โดยจะแสดงอาการในรูปผื่นแพ้ผิวหนัง รวมทั้งการเกิดสิว นอกจากนี้น้ำตาลในอาหารที่ตกค้างอยู่ในช่องปากหลังการรับประทานอาหาร จะทำให้เกิดกรดในช่องปาก ที่ไปทำลายสารเคลือบฟัน เป็นสาเหตุของฟันผุอีกด้วย ดังนั้นจึงควรใส่ใจเรื่องการแปรงฟันเป็นพิเศษหลังการรับประทานอาหาร

3. **อาการเหนื่อยล้า่วงซึม** แป้งและน้ำตาลที่มากเกินไปในอาหารขยะ ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลัน เป็นสาเหตุให้เด็กมีอาการไม่คงที่ หงุดหงิดง่าย รวมทั้งยังก่อให้เกิดอาการเหนื่อยล้า ง่วงซึม ส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้และการพัฒนาการของเด็กในวัยเรียนอย่างมาก นอกจากนี้ คาเฟอีนในน้ำอัดลมบางชนิดยังเป็นสาเหตุให้เด็กนอนไม่หลับในตอนกลางคืน จึงพักผ่อนไม่เพียงพอและไม่พร้อมในการเรียนในวันรุ่งขึ้น

4. **เสริมสร้างลักษณะนิสัยที่ไม่ดีในการรับประทานอาหาร** การกินอาหารขยะเป็นประจำทำให้ลูกน้อยเกิดความเคยชินและไม่อยากกินอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ โดยเฉพาะผักและผลไม้เพราะรสชาติไม่อร่อยถูกใจ ซึ่งในระยะยาวเด็กอาจขาดสารอาหารบางชนิดที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโตของร่างกายและสติปัญญา นอกจากนี้ปัญหาสุขภาพต่าง ๆ ดังที่กล่าวข้างต้น อาทิ โรคอ้วน ฟันผุ อาการแพ้ต่าง ๆ สิว ฯลฯ ยังทำให้เด็กขาดความมั่นใจในตนเองและเป็นสาเหตุของโรคร้ายอื่น ๆ ที่จะตามมาในภายหลัง

5. **ผลกระทบต่อสุขภาพในระยะยาว** การรับประทานที่มีคาร์โบไฮเดรตปริมาณมากทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูง เพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ไขมันจากอาหารขยะโดยมากมักจะเป็นไขมันที่ไม่ดีต่อร่างกาย (LDL) ทั้งยังมีส่วนช่วยลดปริมาณไขมันดี (HDL) ที่จำเป็นต่อร่างกายอีกด้วย ภาวะไขมันสูงและเบาหวานสามารถเกิดขึ้นได้ในเด็กเช่นเดียวกัน และเป็นสาเหตุหนึ่งที่นำไปสู่โรคต่าง ๆ เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน โรคกล้ามเนื้อหัวใจอ่อนแรง เป็นต้น (อาหารขยะและอันตรายต่อสุขภาพเด็ก, 2558)

ประมวลรายงานวาระการปฏิรูปที่ 31 : การปฏิรูประบบการคุ้มครองผู้บริโภค ของคณะกรรมการการปฏิรูปการคุ้มครองผู้บริโภค สภาปฏิรูปแห่งชาติ ได้มีการนำเสนอผลการศึกษาวเคราะห์ประเมินสถานการณ์การคุ้มครองผู้บริโภคในประเทศไทยในรอบปี พ.ศ. ๒๕๕๗ ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ผลการศึกษาวิเคราะห์ตัวชี้วัด 5 กลุ่ม จำนวน 30 ตัวชี้วัด ในองค์ประกอบ 5 ด้านพบว่า ผู้บริโภคได้รับผลกระทบจากการบริโภค และไม่ได้รับการปกป้องคุ้มครองและรับทราบผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการบริโภค เนื่องจากมีการเผยแพร่ข้อมูลความเสียหายจากการบริโภคในสื่อสาธารณะให้ประชาชนรับทราบน้อยมาก และพบการเตือนภัยผู้บริโภคในสื่อสาธารณะทั้งในรูปแบบของข่าวสารหรือบทความน้อยมาก ซึ่งผู้บริโภคส่วนใหญ่มีพฤติกรรมในการรับประทานอาหารกลุ่มเสี่ยงต่าง ๆ ได้แก่ อาหารที่มีไขมันสูง ขนมกรุบกรอบ เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน (สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, 2558, น. 218)

นางสาวสุลัดดา พงษ์อุทธา นักวิจัยแผนงานวิจัยนโยบายอาหารและโภชนาการ เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ เสนอให้รัฐบาลปรับปรุงกลไกภาษีที่มีอยู่เพื่อประโยชน์ทางสุขภาพ ด้วยการปรับระบบภาษีสูงขึ้น และกำหนดการจัดเก็บอัตราภาษี โดยใช้ระดับปริมาณน้ำตาลในเครื่องดื่มเป็นเกณฑ์ เช่น เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลมากต้องเก็บภาษีด้วยอัตราภาษีที่มากขึ้นตามไปด้วย เป็นต้น (นักวิชาการไทย หนุนเก็บภาษีอาหารขยะ, 2556) ทั้งนี้ น้ำตาลในน้ำอัดลมเป็นแหล่งพลังงานส่วนเกินที่ทำให้เกิดปัญหาน้ำหนักเกินและโรคหลายชนิด ในน้ำอัดลมหนึ่งกระป๋อง มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบประมาณ 10-14 ช้อนชา น้ำอัดลมทุกกระป๋องจึงเพิ่มโอกาสเป็นโรคอ้วนได้ร้อยละ 1-2 (แนะเพิ่มภาษีน้ำอัดลม-อาหารขยะ ลดโรคอ้วน, 2557) นอกจากนี้ ทันตแพทย์หญิงจันทนา อึ้งชูศักดิ์ ที่ปรึกษากรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่า เด็กนักเรียนจำเป็นต้องได้รับการคุ้มครองจากผลกระทบเชิงลบจากการทำการตลาดอาหารขยะในโรงเรียน เนื่องจาก อุตสาหกรรมอาหารและเครื่องดื่ม ต่างมองเห็นโรงเรียนเป็นช่องทางในการทำการตลาดเพื่อผลกำไร ข้อมูลจากการสำรวจโรงเรียน 291 แห่ง และการสัมภาษณ์เด็ก 8,447 คน พบว่าเด็กร้อยละ 50.1 เคยได้รับตัวอย่างอาหารหรือเครื่องดื่มอย่างน้อย 1 ครั้งในปีการศึกษา ซึ่งเด็กมีแนวโน้มที่จะซื้ออาหารตามที่มีการโฆษณาในโรงเรียนถึงร้อยละ 30 นางสาวสุลัดดา พงษ์อุทธา นักวิจัยประจำแผนงานวิจัยอาหารและโภชนาการเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ กล่าวว่า รัฐบาลพยายามแก้ปัญหาดังกล่าว โดยการไม่อนุญาตให้มีการขายน้ำอัดลมในโรงเรียน ถึงอย่างไรก็ตาม การแก้ปัญหาที่ต้นทางกลับไม่ได้รับความสนใจเท่าที่ควร เพราะมีการทำการตลาดในรูปแบบแอบแฝง เช่น การมอบทุนการศึกษา การสนับสนุนกิจกรรมของโรงเรียนการโฆษณาประชาสัมพันธ์ผลิตภัณฑ์อาหารผ่านทางแจกอุปกรณ์การเรียนกีฬา เป็นต้น ส่งผลให้การดำเนินการคุ้มครองเด็กนักเรียนจากการทำการตลาดอาหารในโรงเรียนยังไม่ได้ผลเท่าที่ควร (ควบคุมอาหารขยะลดเด็กอ้วน-ซีโรค, 2557)

นายสง่า ดามาพงษ์ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านอาหารและโภชนาการ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ กล่าวว่า เด็กไทยร้อยละ 46 กินขนมกรุบกรอบ ซึ่งมีไขมันและโซเดียมสูง ร้อยละ 49 ดื่มน้ำอัดลมทุกวัน ร้อยละ 92 กินอาหารประเภททอด ร้อยละ 90 กินอาหารรสเค็มที่ปรุงจากผงชูรส กินน้ำตาลเกินความพอดี และขาดการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นเหตุสำคัญที่ทำให้อ้วน ทั้งนี้หากปล่อยให้เด็กที่กำลังเรียนอยู่ในระดับอนุบาลและประถมศึกษาอ้วนโดยไม่ควบคุมอาหาร เด็กจะเสี่ยงเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วนในอนาคต ร้อยละ 30 และเมื่อเข้าสู่ระดับมหาวิทยาลัยแล้วยังลดน้ำหนักไม่ได้ จะกลายเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วน ร้อยละ 80 ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ตามมามากมาย

ราคาสินค้าที่ย่อมเยาของอาหารขยะส่วนใหญ่ ซึ่งมีราคาใกล้เคียงกับของสดที่ขายอยู่ในท้องตลาด เป็นหนึ่งในสาเหตุสำคัญที่นำไปสู่การบริโภคอาหารขยะที่มากเกินไป จึงควรใช้วิธีขึ้นภาษีสินค้าประเภทอาหารขยะเหล่านี้ ตามทฤษฎีเชื่อว่าจะทำให้ผู้บริโภคเลิกบริโภค และผู้ผลิตต้องหาผลิตภัณฑ์อื่น ที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพมาทดแทน โดยระบบการเก็บภาษีสามารถแบ่งออกเป็นสองประเภทหลัก คือ การเก็บภาษีตามอัตราส่วนของสารที่เป็นส่วนประกอบสำคัญอาหาร และการเก็บภาษีตามประเภทของสินค้า (ขนมขบเคี้ยวและน้ำดื่มที่มีส่วนผสมเป็นน้ำตาล) ซึ่งมีรายละเอียดต่าง ๆ ดังนี้

1. การเก็บภาษีตามอัตราส่วนของสารที่เป็นส่วนประกอบสำคัญในอาหาร : การเก็บภาษีลักษณะนี้ ตั้งอยู่บนเหตุผลที่ว่า แหล่งพลังงานในสารอาหารบางตัวมีคุณค่าทางโภชนาการน้อยมาก และเป็นกุญแจหลักที่นำไปสู่การเกิดน้ำหนักตัวเกินพิกัดและโรคอ้วน โดยแนวทางในการเก็บภาษีจะดูจากปริมาณไขมันและปริมาณน้ำตาล (Fat and Sugar content) ในส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์เป็นหลัก ซึ่งนอกจากปริมาณน้ำตาลและไขมันแล้ว การเก็บภาษีลักษณะนี้ยังสามารถคิดคำนวณกับส่วนผสมอื่น ๆ ได้ด้วย อาทิ เกลือ และผงชูรส ถึงอย่างไรก็ตาม การเก็บภาษี โดยคำนึงถึงปริมาณไขมันเป็นหลัก อาจทำให้สินค้าบางประเภทที่ประกอบไปด้วยไขมันที่ดีต่อร่างกายจำนวนมากต้องรับภาระทางการเงินตามไปด้วย เช่น ถั่วประเภทต่าง ๆ เป็นต้น นอกจากนี้ ในอุตสาหกรรมอาหารที่ผู้ผลิตมีแนวโน้มที่จะปรับปรุงหรือคิดค้นส่วนผสมใหม่ ๆ ซึ่งอาจเป็นภาระที่หนักเกินไปสำหรับรัฐบาลที่ต้องคอยปรับข้อมูลให้ทันสมัยอยู่ตลอดเวลา

2. การเก็บภาษีตามประเภทของสินค้า (ขนมขบเคี้ยว) : การเก็บภาษีตามประเภทของสินค้าสามารถแก้ปัญหาที่มีอยู่ในระบบการเก็บภาษีตามอัตราส่วนของสารที่เป็นส่วนประกอบสำคัญในอาหารได้ โดยเฉพาะการเก็บภาษีกับอาหารประเภทขนมขบเคี้ยว ซึ่งถือว่าเป็นอาหารอันดับต้นๆที่ให้พลังงานเกินควร และแทบจะไม่มีคุณค่าทางโภชนาการเลย ถึงอย่างไรก็ตาม การเก็บภาษีโดยคำนึงถึงประเภทของสินค้าเป็นหลัก ในที่นี้คือ ขนมขบเคี้ยว อาจทำให้สินค้าบางตัวแม้จะเป็นขนม แต่ก็ประกอบไปด้วยสารอาหารที่จำเป็นต่อสุขภาพ และพลังงานที่ร่างกายจำเป็นต้องได้รับจากการประกอบกิจกรรมบางประเภทที่ต้องใช้พลังงานมาก ต้องรับภาระทางการเงินไปด้วย เช่น แท่งขนมโปรตีน (Protein bar) และ แท่งขนมพลังงาน (Energy bar) เป็นต้น

3. การเก็บภาษีตามประเภทของสินค้า (เครื่องดื่มที่มีส่วนผสมเป็นน้ำตาล) : การเก็บภาษีเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมเป็นน้ำตาล สามารถส่งผลกระทบต่อการลดภาวะโรคอ้วนในประชากร โดยจากการศึกษาพบว่าการเก็บภาษีเครื่องดื่มสามารถลดจำนวนหน่วยพลังงานที่ประชากรบริโภคลงถึง 8000 หน่วยต่อหัว เลยทีเดียว สิ่งนี้เป็นปัจจัยสำคัญในการลดภาวะเสี่ยงของโรคไม่ติดต่อต่าง ๆ เช่น โรคหัวใจ และโรคเบาหวาน เป็นต้น นอกจากนี้ ภาษีเครื่องดื่มยังเป็นแหล่งที่มาของเงินภาษีมหาดศาลที่รัฐสามารถเก็บได้อีกด้วย

อย่างไรก็ตาม การเก็บภาษีในทุกรูปแบบ ต้องคำนึงถึงความเป็นจริงตามสถานะทางการเงินของประชากรด้วย เนื่องจาก การขึ้นภาษีอาหารและเครื่องดื่มอาจกระทบต่อผู้มีรายได้น้อย ที่จำเป็นต้องบริโภคอาหารเหล่านั้นด้วยเหตุผลด้านความประหยัดทางการเงินและเวลา ดังนั้น มาตรการทางภาษี จึงต้องตามมาด้วยมาตรการการยกเว้นหรือการลดภาษีสำหรับอาหารที่ดีต่อสุขภาพ รวมถึงนำเงินภาษีที่ได้มาแปลงเป็นงบประมาณเพื่อสนับสนุนการป้องกันโรคอ้วนและการศึกษาด้านสุขอนามัยของประชากร (Caroline Franck และคณะ, 2013, p. 1949–1952)

John Cawley วิจัยเรื่อง “การตลาดและนโยบายเกี่ยวกับโรคอ้วนในเด็ก (Markets and Childhood Obesity Policy)” พบว่า การตลาดเป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กมีน้ำหนักเกินเกณฑ์ ด้วยเหตุผล 3 ประการ ดังนี้

1. ราคาอาหารปรับตัวลดลง โดยเฉพาะอาหารที่มีไขมันและน้ำตาลในปริมาณมาก สามารถให้พลังงานสูง ซึ่งผักและผลไม้สดที่จำหน่ายอยู่ในท้องตลาดมีราคาแพงกว่าอย่างเห็นได้ชัด

2. การขึ้นอัตราค่าจ้างแรงงาน (Rising Wages) ส่งผลให้ลูกจ้างองค์กรต่าง ๆ ต้องประเมินต้นทุนค่าเสียโอกาส (Opportunity Costs) จากเวลาที่เสียไปในการเตรียมอาหารในแต่ละมื้อ ทำให้พนักงานส่วนใหญ่เลือกที่จะบริโภคอาหารสำเร็จรูปเพื่อความสะดวกด้านเวลา นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงของบทบาทเพศหญิงที่อยู่ในระบบแรงงาน ทำให้บทบาทของภรรยาและแม่ในการเป็นผู้จัดเตรียมอาหารภายในบ้านเปลี่ยนไป จึงเป็นการยากสำหรับสมาชิกในครอบครัวที่จะหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารสำเร็จรูป

3. การเปลี่ยนแปลงด้านเทคโนโลยีกระตุ้นให้เกิดการบริโภคอาหารสำเร็จรูป (Prepackaged food) มากกว่าอาหารที่เตรียมด้วยตนเอง (Prepare food) ซึ่งจากการสำรวจพบว่า ในประเทศที่มีการผลิตและจำหน่ายอาหารสำเร็จรูปอย่างทั่วถึง ประชากรมักประสบกับปัญหาด้านน้ำหนักเกินเกณฑ์ มากกว่าในประเทศที่ผลิตภัณฑอาหารสำเร็จรูปเข้าถึงได้ยาก

ทั้งนี้ ความชอบธรรมในการควบคุมการตลาดของรัฐบาล เพื่อแก้ไขปัญหาต่าง ๆ สามารถสรุปได้ ดังนี้

1. ในระบบการตลาดเสรี ไม่มีการควบคุมด้านผลิตภัณฑ รัฐบาลมีนโยบายเพื่อให้ผู้บริโภคได้รับรู้ข้อมูลที่ครบถ้วนเกี่ยวกับตัวผลิตภัณฑ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ข้อมูลเกี่ยวกับส่วนผสมและขั้นตอนการผลิต

2. รัฐต้องใช้เงินภาษีประชาชนเพื่อแก้ไขปัญหาโรคอ้วนของประชากรที่บริโภคอาหารขยะ ดังนั้น รัฐจึงควรแก้ปัญหาที่ต้นเหตุ เพื่อบรรเทาภาระทางการเงินของผู้จ่ายภาษี

3. ประชากรที่เป็นเยาวชนย่อมตกเป็นเหยื่อของการตลาด เพราะเป็นกลุ่มผู้บริโภคที่ไม่สามารถประมวลความคิดที่เป็นเหตุและผลได้ (Irrational consumer) ดังนั้น รัฐบาลจึงต้องมีนโยบายช่วยเหลือประชากรกลุ่มนี้ เพื่อให้พวกเขาสามารถมีทางเลือกที่ดีที่สุดในการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

ดังนั้น รัฐบาลจึงควรนำมาตรการต่าง ๆ มาใช้ ดังนี้

1. ผู้ผลิตและผู้จำหน่ายผลิตภัณฑทุกชนิดต้องให้ข้อมูลที่ครบถ้วนแก่ผู้บริโภค ไม่ว่าจะปริมาณในส่วนผสมหรือวิธีการผลิต โดยต้องครอบคลุมทั้งผลิตภัณฑอาหารสำเร็จรูปที่ขายอยู่ในท้องตลาด และผลิตภัณฑอาหารตามเมนูที่ให้บริการอยู่ในภัตตาคารทุกประเภทด้วย

2. ห้ามให้มีการโฆษณาผลิตภัณฑอาหารขยะและเครื่องดื่มที่มีปริมาณน้ำตาลสูงในโทรทัศน์ โดยเฉพาะระหว่างช่วงรายการเด็ก นอกจากนี้ ต้องห้ามการโฆษณาประชาสัมพันธ์ในสถานที่สาธารณะ โดยเฉพาะภายในโรงเรียนต่าง ๆ ที่การตลาดมาในรูปแบบการเป็นผู้อุปถัมภ์กิจกรรมต่าง ๆ และการให้ทดลองสินค้าตัวอย่าง ที่เด็กนักเรียนมักได้รับเลือกให้เป็นผู้ทดลอง

3. นอกจากการนำมาตรการทางภาษีในรูปแบบต่าง ๆ มาบังคับใช้แล้ว ควรมีการสนับสนุนเงินบำรุงจากรัฐบาลให้แก่สถานประกอบการที่สนับสนุนกิจกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพ เช่น สโมสรกีฬา สถานที่ออกกำลังกายส่วนบุคคล (Fitness center) และสระว่ายน้ำหรือสวนน้ำในร่ม เป็นต้น และร้านขายของชำที่ขายผลิตภัณฑจำพวกผักและผลไม้สดในย่านชุมชนที่ประกอบไปด้วยประชากรที่มีรายได้น้อย รวมถึงออกกฎให้โรงเรียนทุกแห่งจัดให้มี

การศึกษาด้านพลศึกษา (Physical education) โภชนาการศาสตร์ (Nutrition education) และการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน (Sport competitions) โดยไม่มีค่าใช้จ่าย

4. ออกกฎให้โรงเรียนทุกแห่งยกเลิกการติดตั้งเครื่องจำหน่ายสินค้าแบบหยอดเหรียญออกไปให้หมด และส่งเสริมให้จัดเมนูอาหารอาหารสดที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ มีปริมาณพลังงานที่พอเพียงต่อการประกอบกิจกรรมของเด็กนักเรียนในแต่ละวัน (John Cawley, 2006, p. 69–80)

Corinna Hawkes ศึกษาเรื่อง การควบคุมการตลาดอาหารในประชากรเยาวชนทั่วโลก : แนวโน้มและการขับเคลื่อนด้านนโยบาย (Regulating Food Marketing to Young People Worldwide : Trends and Policy Drivers) พบว่าการขับเคลื่อนนโยบายด้านการควบคุมการตลาดของอาหารในกลุ่มประชากรเยาวชนทั่วโลก มีแรงจูงใจมาจากความจำเป็นด้านจริยธรรม (Ethical as a Policy Driver) โดยความน่าเป็นห่วงทางจริยธรรม ตั้งอยู่บนหลักฐานความจริงที่ว่า เยาวชนส่วนใหญ่ไม่สามารถเข้าใจจุดประสงค์ของการโฆษณาสินค้าและมักถูกโน้มน้าวให้เกิดความต้องการในตัวสินค้าที่ไร้ประโยชน์และเป็นภัยต่อสุขภาพ ทำให้ตกเป็นทาสของการตลาดไปโดยปริยาย ดังนั้น จึงเป็นหน้าที่ของรัฐบาลที่จะต้องปกป้องเยาวชนตามหลักจริยธรรม ไม่ให้ตกเป็นเหยื่อของการประชาสัมพันธ์และต้องกลายเป็นภาระของประเทศชาติในด้านสุขภาพต่อไปในอนาคต ทั้งนี้ มาตรการต่าง ๆ ที่รัฐควรดำเนินการ มีดังนี้

1. ออกกฎหมายห้ามจ้างดารานำเสนอสินค้าที่เป็นผลิตภัณฑ์อาหารขยะ และน้ำดื่มที่มีส่วนประกอบของน้ำตาลในปริมาณสูง
2. ออกกฎหมายห้ามนำตัวการ์ตูนที่เป็นที่นิยมของเด็ก ๆ มาเป็นผู้นำเสนอสินค้าที่เป็นผลิตภัณฑ์อาหารขยะและน้ำดื่มที่มีส่วนประกอบของน้ำตาลในปริมาณสูง (Corinna Hawkes, 2007, p. 1969–1970)

บทสรุปและข้อเสนอแนะของผู้ศึกษา

ในปัจจุบัน การบริโภคอาหารขยะมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นเนื่องจากความสะดวกในการหาซื้อและบริโภค โดยเฉพาะในสังคมเมืองใหญ่ ซึ่งอาหารขยะนั้นแฝงไปด้วยอันตรายมากมาย ไม่ว่าจะเป็นโรคอ้วน ปัญหาผิวหนังและสุขภาพฟัน อาการเหนื่อยล้าวังงซึม เสริมสร้างลักษณะนิสัยที่ไม่ดีในการรับประทานอาหาร และผลกระทบต่อสุขภาพในระยะยาว ทั้งนี้ กลุ่มประชากรเด็กที่อยู่ในวัยเรียนจำเป็นต้องได้รับการคุ้มครองจากผลกระทบเชิงลบจากการทำการตลาดอาหารขยะในโรงเรียน เนื่องจากอุตสาหกรรมอาหารและเครื่องดื่ม ต่างมองเห็นโรงเรียนเป็นช่องทางในการทำการตลาดเพื่อผลกำไร ซึ่งหากปล่อยให้เด็กที่กำลังเรียนอยู่ในระดับอนุบาลและประถมศึกษาอ้วนและไม่ควบคุม เด็กจะเสี่ยงเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วนในอนาคต ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ตามมามากมาย ซึ่งในต่างประเทศเองก็ประสบปัญหา ที่คล้ายคลึงกัน โดยธุรกิจส่วนมากมีการลงทุนอย่างมหาศาลเพื่อทำการตลาดผลิตภัณฑ์อาหารที่มีผลเสียต่อสุขภาพในกลุ่มประชากรที่เป็นเยาวชน ส่งผลให้เกิดโรคภัยในประเภทโรคไม่ติดต่อเรื้อรังอย่างรวดเร็ว ซึ่งกลายเป็นภาระของผู้เสียภาษีและประเทศชาติที่ต้องเสียงบประมาณมหาศาลเพื่อดูแลประชากรกลุ่มนี้

จากการศึกษาข้อมูลในประเทศไทยและต่างประเทศ สามารถสรุปข้อเสนอแนะเพื่อการแก้ปัญหาการบริโภคอาหารขยะในประชากรกลุ่มที่เป็นเยาวชน ดังนี้

1. รัฐบาลควรปรับปรุงกลไกภาษีที่มีอยู่เพื่อประโยชน์ทางสุขภาพ ด้วยการปรับระบบภาษีให้สูงขึ้น และกำหนดการจัดเก็บอัตราภาษี โดยใช้ระดับปริมาณน้ำตาลในเครื่องดื่มเป็นเกณฑ์
2. รัฐบาลควรห้ามให้มีการทำการตลาดในรูปแบบแอบแฝง เช่น การมอบทุนการศึกษา การสนับสนุนกิจกรรมของโรงเรียน การโฆษณาประชาสัมพันธ์ผลิตภัณฑ์อาหารผ่านทางแจกอุปกรณ์การเรียน อุปกรณ์กีฬา เป็นต้น
3. รัฐบาลควรส่งเสริมให้คนไทยมีความรู้ด้านสุขภาวะมากขึ้น และมีมาตรการทางกฎหมายเข้ามาควบคุม เช่น มาตรการทางภาษีเพื่อควบคุมผู้ผลิตอาหารต่าง ๆ ไม่ให้ใส่น้ำตาลลงไปในการกินความจำเป็น และการณรงค์ให้พ่อแม่เข้าใจวิธีเลือกอาหารให้กับเด็ก ด้วยการส่งเสริมให้เด็กดื่มนมจืด ลดการดื่มน้ำอัดลม กินอาหารให้ถูกหลัก ปลูกฝังการกินผัก ผลไม้ และออกกำลังกายสม่ำเสมอ เป็นต้น
4. รัฐบาลควรปลูกฝังให้นักเรียนมีพฤติกรรมบริโภค โดยศึกษาข้อมูลบนฉลาก ให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจ และรู้จักภัยร้ายที่อาจแฝงมากับอาหาร เพื่อลดการบริโภคอาหารที่ไม่ปลอดภัยต่อสุขภาพ
5. รัฐบาลควรเพิ่มอัตราภาษีอาหารขยะ และยกเว้นภาษีแก่อาหารจำพวกผักและผลไม้สด
6. รัฐบาลควรห้ามจัดวางสินค้าจำพวกอาหารขยะบริเวณจุดจ่ายเงินในห้างสรรพสินค้าหรือบริเวณอื่นที่เยาวชนและเด็กเล็กสามารถหยิบได้ง่าย
7. รัฐบาลควรลดปริมาณโซเดียมที่อนุญาตให้มีอยู่ในส่วนผสมของผลิตภัณฑ์อาหารและน้ำดื่มทุกชนิดลง
8. ผู้ผลิตและผู้จำหน่ายผลิตภัณฑ์ทุกชนิดต้องให้ข้อมูลที่ครบถ้วนแก่ผู้บริโภค ไม่ว่าจะปริมาณส่วนผสมหรือวิธีการผลิต โดยต้องครอบคลุมทั้งผลิตภัณฑ์อาหารสำเร็จรูปที่ขายอยู่ในท้องตลาด และผลิตภัณฑ์อาหารตามเมนูที่ให้บริการอยู่ในภัตตาคารทุกประเภทด้วย
9. รัฐบาลควรห้ามให้มีการโฆษณาผลิตภัณฑ์อาหารขยะและเครื่องดื่มที่มีปริมาณน้ำตาลสูงในโทรทัศน์ โดยเฉพาะระหว่างช่วงรายการเด็ก นอกจากนี้ ต้องห้ามการโฆษณาประชาสัมพันธ์ในสถานที่สาธารณะโดยเฉพาะภายในโรงเรียนต่าง ๆ ที่แฝงการตลาดมาในรูปแบบการเป็นผู้อุปถัมภ์กิจกรรมต่าง ๆ และการให้ทดลองสินค้าตัวอย่างที่เด็กนักเรียนมักได้รับเลือกให้เป็นผู้ทดลอง
10. นอกจากการนำมาตรการทางภาษีในรูปแบบต่าง ๆ มาบังคับใช้แล้ว ควรมีการสนับสนุนเงินบำรุงจากรัฐบาลให้แก่สถานประกอบการที่สนับสนุนกิจกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพ เช่น สโมสรกีฬา สถานที่ออกกำลังกายส่วนบุคคล (Fitness center) และสระว่ายน้ำหรือสวนน้ำในร่ม เป็นต้น รวมถึงร้านขายของชำที่ขายผลิตภัณฑ์จำพวกผักและผลไม้สดในย่านชุมชนที่มีประชากรที่มีรายได้น้อยอาศัยอยู่ และบัญญัติกฎหมายให้โรงเรียนทุกแห่งจัดให้มีการศึกษาด้านพลศึกษา (Physical education) โภชนาการศาสตร์ (Nutrition education) และการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน (Sport competitions) โดยไม่มีค่าใช้จ่าย เพื่อให้เยาวชนมีร่างกายแข็งแรงและสมบูรณ์
11. รัฐบาลควรบัญญัติกฎหมายให้โรงเรียนทุกแห่งยกเลิกเครื่องจำหน่ายสินค้าแบบหยอดเหรียญออกไปให้หมด และส่งเสริมให้จัดเมนูอาหารอาหารสดที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ มีปริมาณพลังงานที่พอเพียงต่อการประกอบกิจกรรมของเด็กนักเรียนในแต่ละวัน

12. รัฐบาลควรออกกฎหมายห้ามการจ้างดารารเพื่อเป็นผู้นำเสนอสินค้าที่เป็นผลิตภัณฑ์อาหาร
ขยะและน้ำดื่มที่มีส่วนประกอบของน้ำตาลในปริมาณสูง และออกกฎหมายห้ามการนำตัวการ์ตูนที่เป็นที่นิยมของ
เด็ก ๆ มาเป็นผู้นำเสนอสินค้าที่เป็นผลิตภัณฑ์อาหารขยะและน้ำดื่มที่มีส่วนประกอบของน้ำตาลในปริมาณสูง

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

ขยะและอันตรายต่อสุขภาพเด็ก. (15 กันยายน 2558). สืบค้น 15 มีนาคม 2559 จาก

http://www.foodnetworksolution.com/news_and_articles/article/0350/%81

ควบคุมอาหารขยะลดเด็กอ้วน-ซีโรค. (20 มกราคม 2557). สืบค้น 15 มีนาคม 2559 จาก

<http://www.thaihealth.or.th/Content/17929-ควบคุมอาหารขยะลดเด็กอ้วน-ซีโรค%20.html>

แนะเพิ่มภาษีน้ำตาล-อาหารขยะ ลดโรคอ้วน. (13 กุมภาพันธ์ 2557). สืบค้น 15 มีนาคม 2559 จาก

<http://www.thaihealth.or.th/Content/19601-แนะเพิ่มภาษีน้ำตาล-อาหารขยะ%20ลดโรคอ้วน.html>

นักวิชาการไทย หนุนเก็บภาษีอาหารขยะ. (13 พฤศจิกายน 2556).

สืบค้น 15 มีนาคม 2559 จาก <http://www.thaihealth.or.th/Content/14048-นักวิชาการไทย%20>

[หนุนเก็บภาษีอาหารขยะ%20.html](http://www.thaihealth.or.th/Content/14048-นักวิชาการไทย%20หนุนเก็บภาษีอาหารขยะ%20.html)

เล็งปรับพฤติกรรมบริโภค นร.มัธยม. (24 มิถุนายน 2558). สืบค้น 15 มีนาคม 2559 จาก

<http://www.thaihealth.or.th/Content/28703-เล็งปรับพฤติกรรมบริโภค%20นร.มัธยม.html>

สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. (2558). **ประมวลรายงานวาระการปฏิรูปที่ 31 : การปฏิรูป**

ระบบการคุ้มครองผู้บริโภค ของคณะกรรมการการปฏิรูปการคุ้มครองผู้บริโภค สภาปฏิรูปแห่งชาติ

(พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร

หนุนขึ้นภาษีอาหารไร้คุณภาพ. (2 กันยายน 2557). สืบค้น 15 มีนาคม 2559 จาก

<http://www.thaihealth.or.th/Content/25589-หนุนขึ้นภาษีอาหารไร้คุณภาพ.html>

ภาษาต่างประเทศ

Caroline Franck, Sonia M. Grandi, and Mark J. Eisenberg. (November 2013). **Taxing Junk Food to Counter Obesity.** American Journal of Public Health, 103(11), 1949–1953

Corinna Hawkes. (November 2007). **Regulating Food Marketing to Young People Worldwide : Trends and Policy Drivers.** American Journal of Public Health, 97(11), 1962–1973

John Cawley. (Spring 2006). **Markets and Childhood Obesity Policy.** The Future of Children, 16(1), 69–88

John S. Millar. (July/August 2013). **The Corporate Determinants of Health : How Big Business Affects Our Health, and the Need for Government Action!** Canadian Journal of Public Health, 104(4), 327–329