

# สรุปผลที่สำคัญ

การสำรวจอนามัยะ สวัสดิการ

และกรออกกำาตั้งกายของประชากร พ.ศ. 2550



สำานักงานสถิติแห่งชาติ



สรุปผลที่สำคัญ  
การสำรวจอนามัย สวัสดิการ และการออกกำลังกาย  
ของประชากร พ.ศ. 2550



สำนักงานสถิติแห่งชาติ

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสถิติเศรษฐกิจสังคมและประชาชาติ 2

สำนักงานสถิติแห่งชาติ

ถนนหลานหลวง เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กทม. 10100

โทรศัพท์ 0 2281 0333 ต่อ 1219

โทรสาร 0 2281 8617

หน่วยงานที่เผยแพร่

สำนักสถิติพยากรณ์

สำนักงานสถิติแห่งชาติ

ถนนหลานหลวง เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กทม. 10100

โทรศัพท์ 0 2281 0333 ต่อ 1413

โทรสาร 0 2281 6438

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ [services@nso.go.th](mailto:services@nso.go.th)

ปีที่จัดพิมพ์

2551

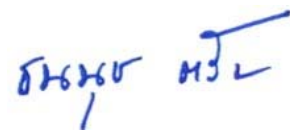
จัดพิมพ์โดย

สำนักงานสถิติแห่งชาติ

## คำปรารภ

จากอดีตถึงปัจจุบันประเทศไทยได้มีความพยายามในการพัฒนาความครอบคลุมเรื่องสวัสดิการด้านสุขภาพ บริการสาธารณสุข รวมทั้งภาวะสุขภาพของประชาชนไทยมาโดยตลอด เพื่อให้คนไทยมีคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพที่ดีขึ้น ปี 2544 รัฐบาลได้ริเริ่มโครงการหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า (โครงการ 30 บาทรักษาทุกโรค) และมอบให้คนไทยทุกคนที่ไม่มีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล (สวัสดิการข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจและประกันสังคม) ซึ่งเป็นคนส่วนใหญ่ของประเทศไทย (ประมาณร้อยละ 70) ระยะแรกที่เริ่มโครงการนี้ บัตรประกันสุขภาพหรือบัตรทอง มีสองประเภท ได้แก่ ประเภทมี ท. (ไม่เสีย 30 บาท) และประเภทไม่มี ท. (เสีย 30 บาท) และได้ประกาศยกเลิกการจ่ายค่าบริการทางการแพทย์ 30 บาทในประเภทไม่มี ท. เมื่อวันที่ 1 พฤศจิกายน 2549 ซึ่งการดำรงอยู่และความยั่งยืนของโครงการนั้นจำเป็นต้องมีข้อมูลสนับสนุนตลอดเวลา โดยเฉพาะงบประมาณที่รัฐบาลให้การสนับสนุนต้องเพียงพอและเหมาะสม

การกำหนดค่าเหมาจ่ายรายหัวในโครงการข้างต้นที่ทางรัฐบาลต้องจ่ายให้แก่สถานพยาบาลที่เข้าร่วมโครงการนั้น ได้อาศัยข้อมูลจากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ โดยกระทรวงสาธารณสุขได้นำผลการสำรวจไปประกอบการคำนวณ ซึ่งปรากฏผลค่าเหมาจ่ายรายหัวของประชากรตั้งแต่ปี 2546 – 2551 เป็น 1,202 1,309 1,396 1,659 1,900 และ 2,100 บาท ตามลำดับ นับเป็นความร่วมมือที่น่าภาคภูมิใจระหว่างกระทรวงสาธารณสุข และสำนักงานสถิติแห่งชาติที่ได้ช่วยให้ประชาชนชาวไทยได้มีสุขภาพที่ดีและได้รับสวัสดิการค่ารักษาพยาบาลจากภาครัฐได้อย่างเสมอภาคทุกคน



(นางชนนุช ตริทิพบุตร)  
เลขาธิการสถิติแห่งชาติ

## คํานํา

รายงานฉบับนี้ จัดทำขึ้นเพื่อนําเสนอผลการสํารวจอนามัย สวัสดิการ และการออกกำลังกายของประชากร พ.ศ. 2550 ซึ่งสำนักงานสถิติแห่งชาติ ได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลพร้อมกันทั่วประเทศในเดือนมกราคมถึง มิถุนายน พ.ศ. 2550 รายงานฉบับนี้ได้นําเสนอเฉพาะข้อมูลที่สำคัญ ๆ เช่น การได้รับสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล ภาวะการเจ็บป่วยและการออก- กำลังกายของประชากรในปี 2550 ว่ามีสถานการณ์เป็นเช่นไร ซึ่งพบว่า ในปี 2550 ประชาชนไทย ได้รับสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล ร้อยละ 96.3 เป็นสวัสดิการบัตรประกันสุขภาพ ถึงร้อยละ 76.6 และยังพบอีกว่าคนไทย มีอัตราการเจ็บป่วย (ไม่นอนพักรักษาในสถานพยาบาล) ร้อยละ 17.4 คนไข้ใน ร้อยละ 5.9 โดยคนทั้งสองกลุ่มนี้มีพฤติกรรมใช้สวัสดิการฯ แตกต่างกัน คือ ผู้เจ็บป่วยไม่ต้องนอนพักรักษาในสถานพยาบาล ไม่ใช้ สวัสดิการฯ ถึงร้อยละ 57.0 ในขณะที่คนไข้ใน มีเพียงร้อยละ 11.0 เนื่องจากไม่ได้อยู่ในภูมิลำเนาที่ใช้สิทธิร้อยละ 14.0 ดังนั้นรัฐบาลและ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรเร่งแก้ไขปัญหาดังกล่าว เพื่อให้ประชาชนเข้าถึง สวัสดิการค่ารักษาพยาบาลอย่างแท้จริง

สำนักงานสถิติแห่งชาติ หวังเป็นอย่างยิ่งว่ารายงานฉบับนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานต่าง ๆ ทั้งภาครัฐ เอกชน ตลอดจนผู้ใช้ ข้อมูลต่อไป



## สรุปผลสำหรับผู้บริหาร

### 1. สวัสดิการค่ารักษาพยาบาล

ตั้งแต่ปี 2546 ถึง 2550 จำนวนผู้มีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาลมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจาก 60.6 ล้านคน ในปี 2546 เป็น 63.2 ล้านคนในปี 2550 หรือร้อยละ 96.3 ของประชากรทั้งสิ้น โดยในปี 2550 ประชากรมีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาลประเภทบัตรประกันสุขภาพ (บัตรทอง) มากที่สุดถึงร้อยละ 76.6 ของผู้มีสวัสดิการฯ รองลงมา คือ ประกันสังคม/กองทุนทดแทน (ร้อยละ 12.7) และสวัสดิการข้าราชการ/ข้าราชการบำนาญ/รัฐวิสาหกิจ (ร้อยละ 9.5)

### 2. การเจ็บป่วยระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

ผลการสำรวจพบว่า ประเทศไทยมีผู้ป่วยหรือรู้สึกไม่สบายระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ลดลงจาก 12.0 ล้านคนในปี 2546 (ร้อยละ 18.7) เป็น 11.4 ล้านคนในปี 2550 หรือร้อยละ 17.4 ของประชากรทั้งประเทศ โดยผู้ป่วยเลือกวิธีการรักษาพยาบาลสำหรับการป่วยครั้งสุดท้าย ด้วยการซื้อยากินเองสูงสุด คือ ร้อยละ 26.7 ของผู้ป่วยทั้งหมด รองลงมาได้แก่ ไปคลินิกเอกชน (ร้อยละ 21.7) และไปสถานีนอนามัย/ศูนย์บริการสาธารณสุข/ศูนย์สุขภาพชุมชน (ร้อยละ 16.2) ซึ่งเป็นเช่นเดียวกับปี 2549 (ร้อยละ 25.0 21.4 และ 16.2 ตามลำดับ) และมีค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล (ทุกวิธี) สำหรับการป่วยครั้งสุดท้ายเฉลี่ย 162 บาทต่อผู้ป่วยทุกคน ซึ่งเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจาก 129 บาท เป็น 144 และ 156 บาท จากปี 2547 ถึง 2549 ตามลำดับ

### 3. การเข้าพักรักษาในสถานพยาบาล (คนไข้ใน)

จากการสำรวจในปี 2550 พบว่า ประชากรที่เข้าพักรักษาในสถานพยาบาลระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ มีจำนวน 3.9 ล้านคน หรือร้อยละ 5.9 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งมีการลดลงอย่างต่อเนื่องจากร้อยละ 6.9 เป็น 6.7 และ 6.4 จากปี 2547 ถึง 2549 และพบว่าประชากรดังกล่าวเข้ารับการรักษา (ในการป่วยครั้งสุดท้าย) ในโรงพยาบาลชุมชนมากที่สุด (ร้อยละ 51.7) ซึ่งเป็นเช่นเดียวกับปีอื่น ๆ ก่อนหน้านี้และมีค่ารักษาพยาบาลในการเข้าพักรักษาพยาบาลครั้งสุดท้ายเฉลี่ย 1,945 บาทต่อผู้ป่วยในทุกคน

### 4. การออกกำลังกาย

ผลการสำรวจประชากรไทยอายุตั้งแต่ 11 ปี พ.ศ. 2550 พบว่า มีผู้ออกกำลังกาย 16.3 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 29.6 ซึ่งในจำนวนนี้เป็นผู้ชายมากกว่าผู้หญิง (ร้อยละ 54 และ 46) และเป็นผู้ที่อยู่นอกเขตเทศบาลมากกว่าในเขตเทศบาลประมาณ 2 เท่า

เมื่อศึกษาความสัมพันธ์การออกกำลังกายของผู้ป่วย พบว่า ประชากรอายุตั้งแต่ 11 ปีขึ้นไป มีผู้ที่เจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบายระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ 9.2 ล้านคน (ร้อยละ 16.7) ซึ่งในจำนวนนี้ร้อยละ 68.5 เป็นผู้ไม่ออกกำลังกายและผู้เข้าพักรักษาในสถานพยาบาลระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ 3.3 ล้านคน (ร้อยละ 6.1) ซึ่งในจำนวนนี้มีผู้ไม่ออกกำลังกาย ร้อยละ 74.2

นอกจากนี้ยังพบอีกว่าผู้ที่ออกกำลังกายติดต่อกันตั้งแต่ 3 เดือนขึ้นไปมีการเจ็บป่วยและการเข้าพักรักษาในสถานพยาบาลเพียงร้อยละ 17.4 และ 5.2 ตามลำดับ ขณะที่ผู้ออกกำลังกายเป็นระยะเวลาต่ำกว่า 1 เดือนมีการเจ็บป่วยและการเข้าพักรักษาในสถานพยาบาลสูงกว่า คือ ร้อยละ 24.1 และ 8.2 ตามลำดับ

## สารบัญ

	หน้า
คำปรารภ	i
คำนำ	iii
สรุปผลสำหรับผู้บริหาร	v
สรุปผลการสำรวจ	
1. อนามัยและสวัสดิการ	1
1) สวัสดิการคำรักษาพยาบาล	1
2) การเจ็บป่วยและเข้าพักรักษาในสถานพยาบาล	4
3) อายุของผู้ป่วย	6
4) กลุ่มโรคที่ป่วย	7
5) วิธีการรักษาพยาบาลของผู้ป่วย	9
6) คำรักษาพยาบาลของผู้ป่วย	11
7) การใช้สวัสดิการคำรักษาพยาบาลของผู้ป่วย	12
8) สาเหตุที่ผู้ป่วยไม่ใช้สวัสดิการคำรักษาพยาบาล	13
2. การออกกำลังกาย	14
1) ลักษณะของประชากรที่ออกกำลังกาย	14
2) พฤติกรรมการออกกำลังกาย	18
3) การออกกำลังกายของผู้ป่วย	25
ข้อเสนอแนะ	27
ภาคผนวก	29

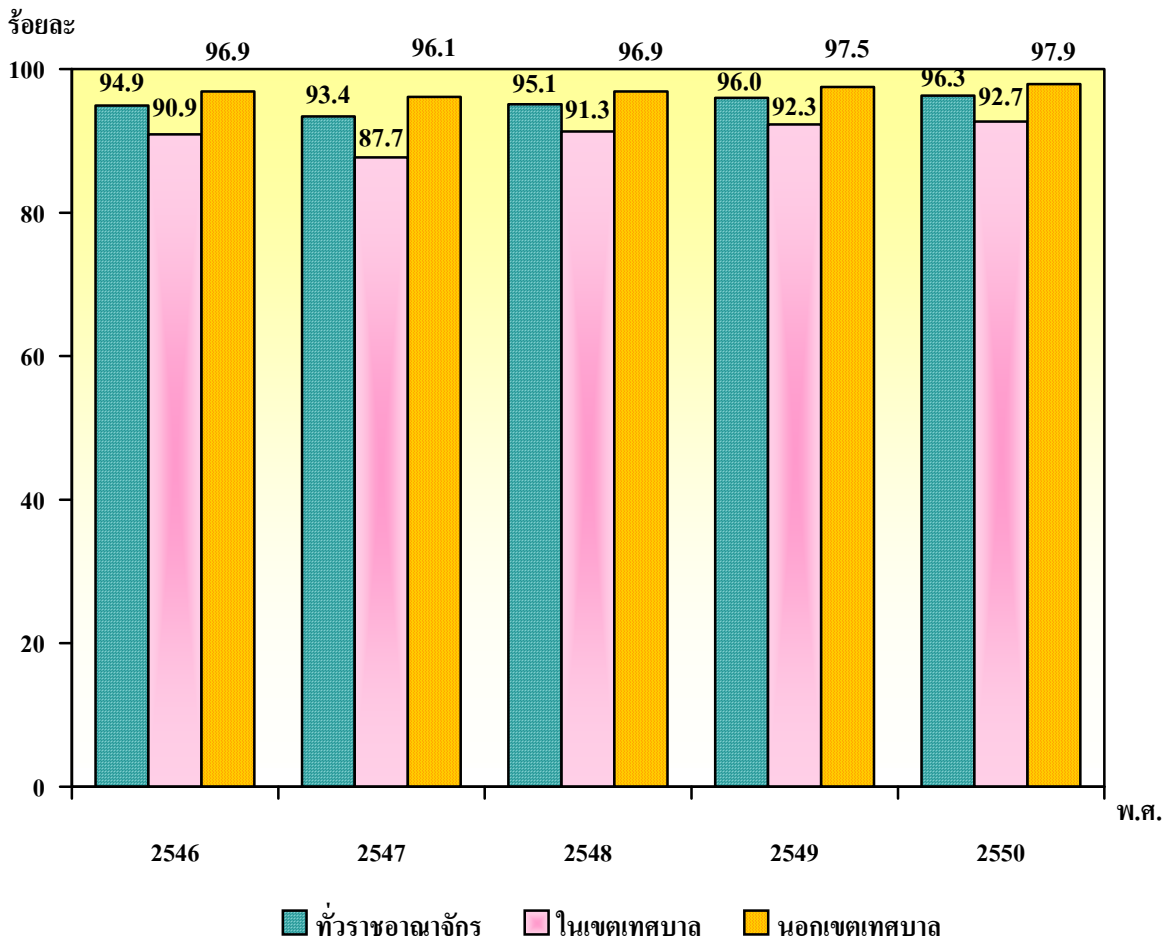


## 1. อนามัยและสวัสดิการ

### 1) สวัสดิการค่ารักษาพยาบาล

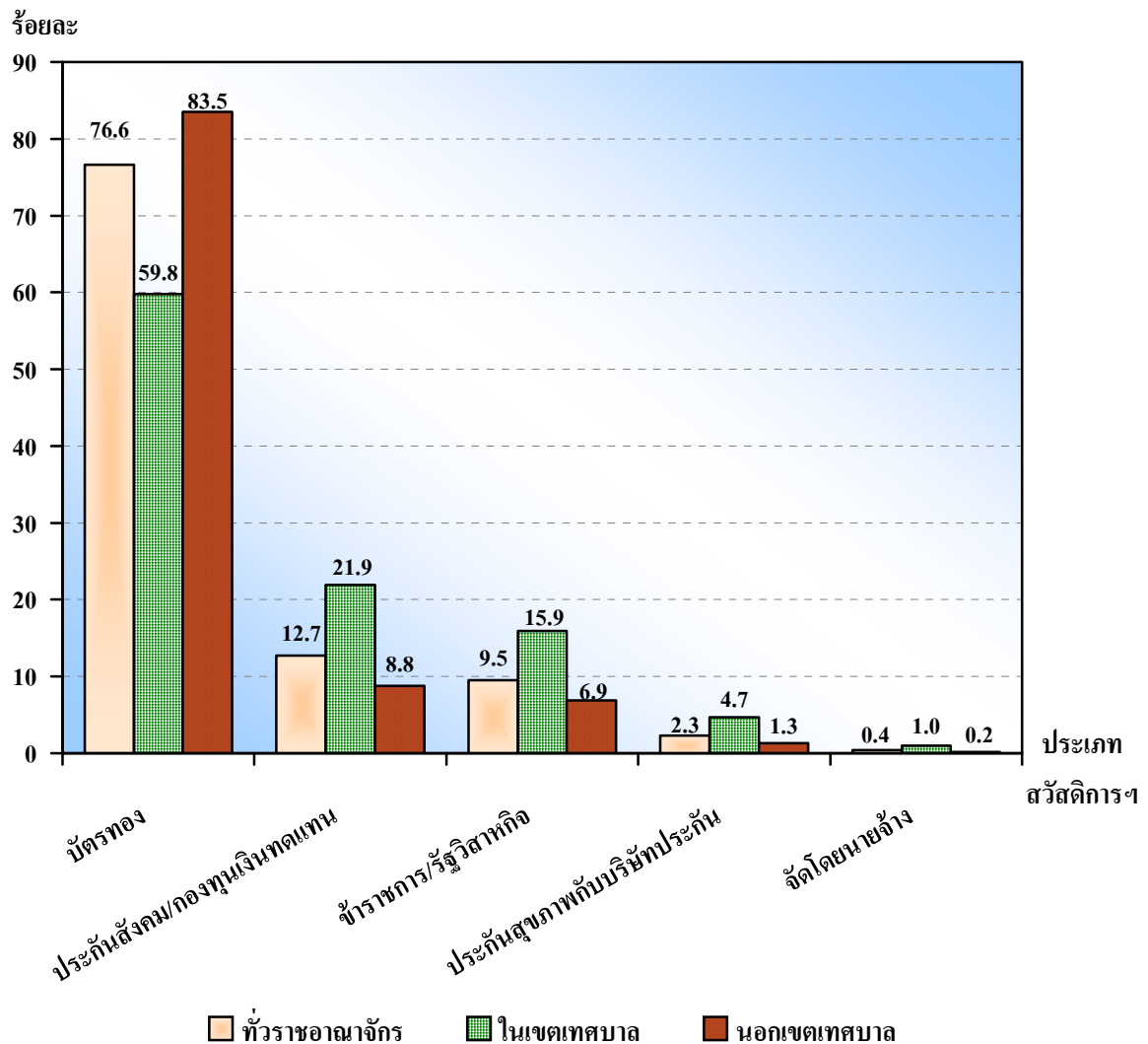
จากผลการสำรวจปี 2550 พบว่า ปัจจุบันประชากรไทย ร้อยละ 96.3 มีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาลคุ้มครองเมื่อยามเจ็บป่วย ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นจากปี 2546 โดยผู้ที่อยู่นอกเขตเทศบาลมีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาลสูงกว่าผู้ที่อยู่ในเขตเทศบาล

แผนภูมิ ก ร้อยละของประชากรที่มีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล พ.ศ. 2546 - 2550



โดยรวมประชากรไทยมีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาลถึงร้อยละ 96.3 โดยเป็นสวัสดิการฯ ที่ได้รับการสนับสนุนจากรัฐบาล คือ บัตรประกันสุขภาพ (ร้อยละ 76.6) สวัสดิการประกันสังคม/กองทุนเงินทดแทน (ร้อยละ 12.7) และสวัสดิการข้าราชการ/ข้าราชการบำนาญ/รัฐวิสาหกิจ (ร้อยละ 9.5) และเป็นสวัสดิการฯ ที่ซื้อหาด้วยตนเองหรือนายจ้างจัดให้ ร้อยละ 2.7

แผนภูมิ ข ร้อยละของประชากรที่มีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล จำแนกตามประเภท สวัสดิการฯ<sup>1/</sup> และเขตการปกครอง (พ.ศ. 2550)



หมายเหตุ : 1/ ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

โดยกรุงเทพมหานครเป็นพื้นที่ที่ประชาชนมีสวัสดิการฯ ต่ำสุด (ร้อยละ 88.1) และมีสวัสดิการฯ ที่จัดหาด้วยตนเองหรือนายจ้างจัดให้ สูงกว่าภาคอื่น ๆ มาก (ร้อยละ 9.1)

ตาราง 1 ร้อยละของประชากรที่มีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล จำแนกตามประเภท สวัสดิการฯ และภาค (พ.ศ. 2550)

ประชากรที่มีสวัสดิการฯ และ	ทั่วราชอาณาจักร	ภาค				
		กรุงเทพ- มหานคร	กลาง	เหนือ	ตะวันออก- เฉียงเหนือ	ใต้
ร้อยละของประชากรที่มีสวัสดิการฯ	96.3	88.1	94.9	97.4	98.9	97.5
ประเภทสวัสดิการฯ ที่มี <sup>1/</sup>						
บัตรประกันสุขภาพ (บัตรทอง)	76.6	51.6	64.8	83.4	86.2	81.5
ประกันสังคม/ กองทุนเงินทดแทน	12.7	30.3	24.6	6.7	4.5	7.7
สวัสดิการข้าราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	9.5	13.6	9.2	9.0	8.5	10.5
ประกันสุขภาพกับบริษัทประกัน	2.3	7.1	2.8	1.9	0.8	2.2
สวัสดิการจัดโดยนายจ้าง	0.4	1.8	0.7	0.2	0.1	0.1
อื่น ๆ	0.6	0.2	0.8	0.4	0.8	0.3

หมายเหตุ : 1/ ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

## 2) การเจ็บป่วยและเข้าพักรักษาในสถานพยาบาล

จากผลการสำรวจ พบว่า ประเทศไทยมีผู้เจ็บป่วยหรือผู้ที่รู้สึกไม่สบายระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ จำนวน 11.4 ล้านคน (ร้อยละ 17.4) และในระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ มีผู้เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล จำนวน 3.9 ล้านคน (ร้อยละ 5.9) และผู้รับบริการทันตกรรม จำนวน 5.5 ล้านคน (ร้อยละ 8.4) โดยหญิงมีอัตราสูงกว่าชายในทุกเรื่อง

เมื่อพิจารณาตามเขตที่อยู่อาศัย พบว่า ผู้ที่อยู่นอกเขตเทศบาล มีอัตราการเจ็บป่วยและอัตราการเข้าพักรักษาในสถานพยาบาลสูงกว่า ผู้ที่อยู่ในเขตเทศบาล แต่สำหรับอัตราการรับบริการทันตกรรมนั้น ผู้ที่อยู่นอกเขตเทศบาลมีอัตราการรับบริการน้อยกว่าในเขตเทศบาล

ตาราง 2 จำนวนและอัตรา<sup>1/</sup> การเจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย การเข้าพักรักษาในสถานพยาบาล และการรับบริการทันตกรรมของประชากร จำแนกตามเพศและเขตการปกครอง (พ.ศ. 2550)

เพศและเขตการปกครอง	อัตราการเจ็บป่วยหรือ -	อัตราการเข้าพักรักษาในสถานพยาบาล <sup>3/</sup>	อัตราการรับบริการทันตกรรม <sup>3/</sup>
รวม	17.4 (11,449.9 พันคน)	5.9 (3,880.6 พันคน)	8.4 (5,524.6 พันคน)
<b>เพศ</b>			
ชาย	15.3	4.9	6.9
หญิง	19.5	6.9	9.8
<b>เขตการปกครอง</b>			
ในเขตเทศบาล	16.7	4.8	10.4
นอกเขตเทศบาล	17.8	6.4	7.5

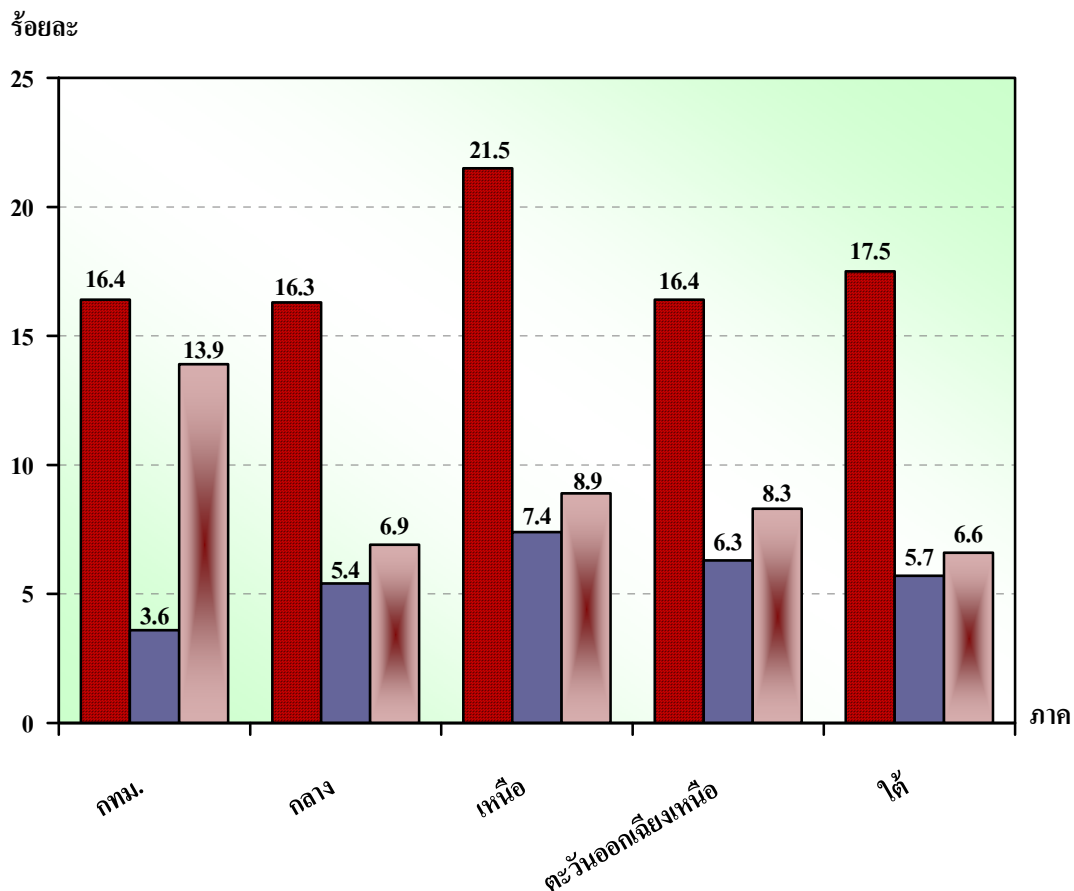
หมายเหตุ : 1/ อัตราร้อยละของประชากรที่เจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล และไปรับบริการทันตกรรมต่อจำนวนประชากรทั้งสิ้นในแต่ละกลุ่ม

2/ อัตราการเจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบายในระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

3/ อัตราการเข้าพักรักษาในสถานพยาบาลหรือรับบริการทันตกรรมในระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

สำหรับอัตราการเจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย การเข้าพักรักษาในสถานพยาบาลและการรับบริการทันตกรรมนั้น ภาคเหนือมีอัตราสูงกว่าภาคอื่น ๆ ยกเว้นอัตราการรับบริการทันตกรรมที่พบว่ากรุงเทพมหานครมีสูงกว่าภาคอื่น ๆ เกือบ 2 เท่า

แผนภูมิ ค อัตราการเจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย การเข้าพักรักษาในสถานพยาบาล และการรับบริการทันตกรรมของประชากร จำแนกตามภาค (พ.ศ. 2550)

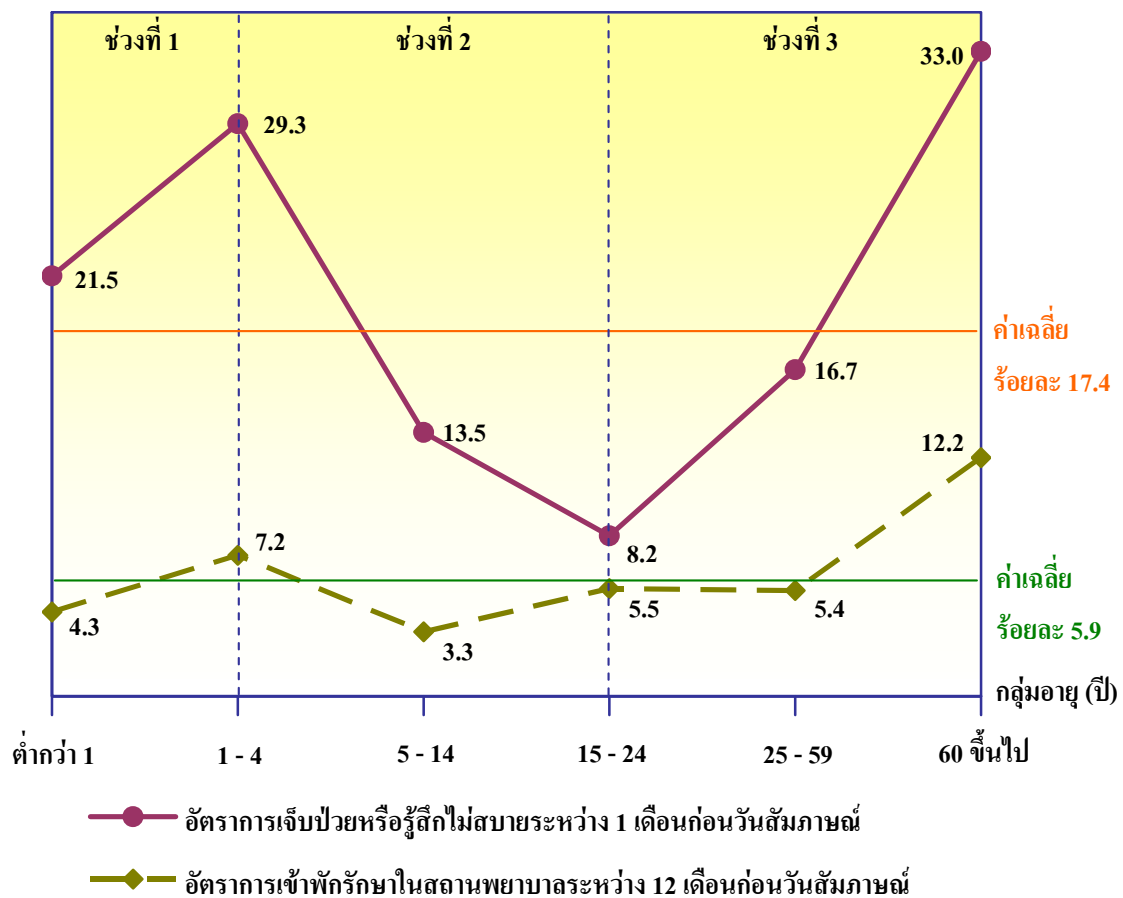


- อัตราการเจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบายระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์
- อัตราการเข้าพักรักษาในสถานพยาบาลระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์
- อัตราการรับบริการทันตกรรมระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

### 3) อายุของผู้ป่วย

จากการสำรวจ พบว่า อัตราการเจ็บป่วยในระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ของผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) สูงสุด ร้อยละ 33.0 รองลงมาคือ เด็กอายุ 1 – 4 ขวบ (ร้อยละ 29.3) สำหรับกลุ่มหนุ่มสาวมีอัตราการเจ็บป่วยต่ำสุด (ร้อยละ 8.2) ซึ่งมีลักษณะคล้ายกับอายุของผู้เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล คือ สูงสุดที่กลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไปและเด็กอายุ 1 – 4 ปี แต่ต่ำสุด พบว่า อยู่ที่กลุ่มอายุ 5 – 14 ปี

แผนภูมิ ง อัตราการเจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย/เข้าพักรักษาในสถานพยาบาลของประชากร จำแนกตามกลุ่มอายุ (พ.ศ. 2550)



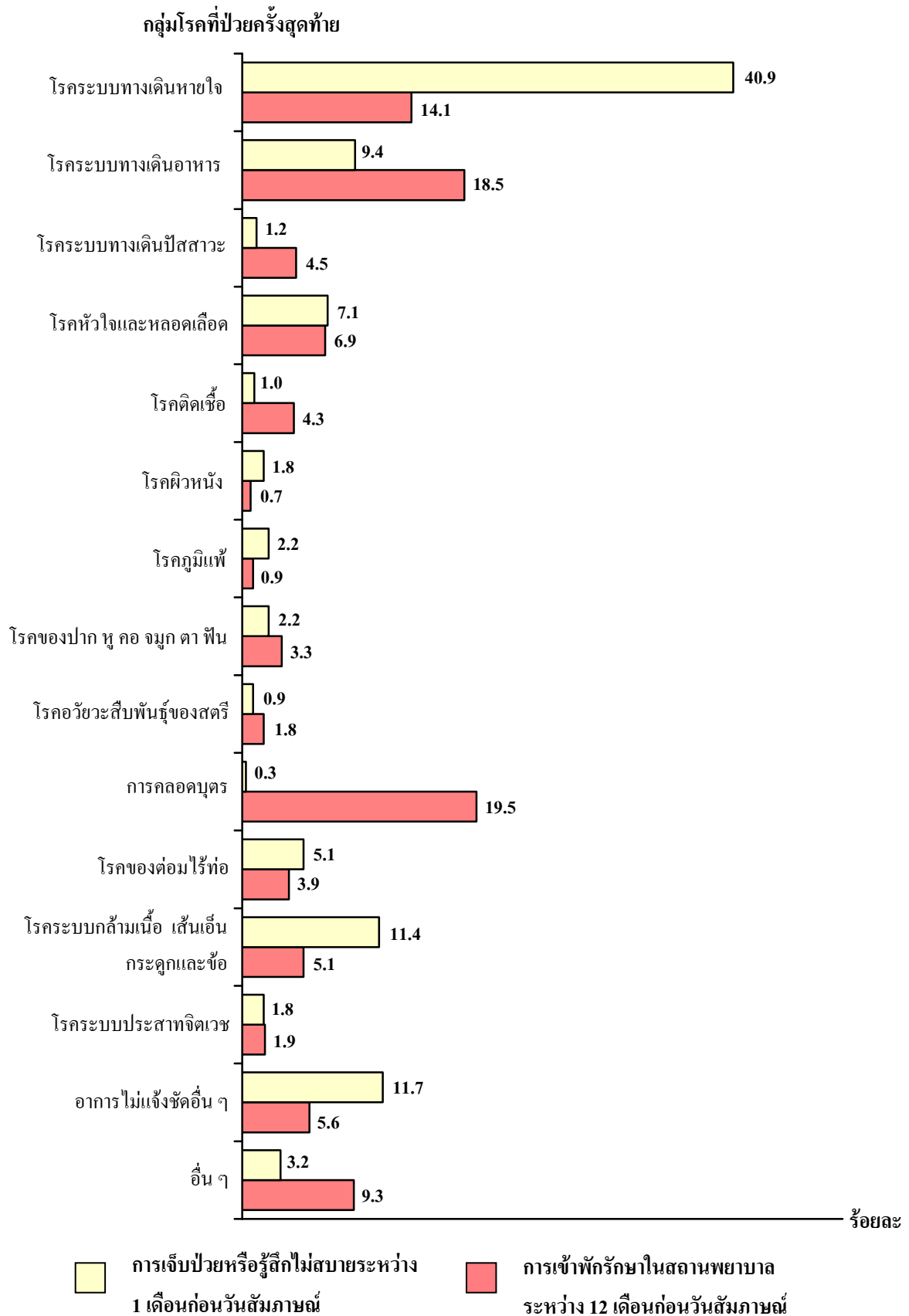


#### 4) กลุ่มโรคที่ป่วย

ผลการสำรวจพบว่า โรคที่มีผู้เจ็บป่วยมาก ได้แก่ โรคระบบทางเดินหายใจ ทางเดินอาหาร ระบบกล้ามเนื้อ/กระดูก โรคหัวใจและหลอดเลือดตามลำดับ และเมื่อพิจารณากลุ่มโรคของผู้เข้าพักรักษาในสถานพยาบาลเนื่องจากลักษณะความรุนแรงและความจำเป็นที่แตกต่างกัน พบว่า ในกลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ ซึ่งพบมากที่สุด มีผู้ที่เข้าพักรักษาในสถานพยาบาลเพียงร้อยละ 14.1 ขณะที่ร้อยละ 40.9 ไม่จำเป็นต้องเข้าพักรักษา ขณะที่การคลอดบุตรซึ่งจำเป็นต้องรับการรักษาจากสถานพยาบาล มีผู้ที่เข้าพักรักษาในสถานพยาบาลถึงร้อยละ 19.5

นอกจากนั้น ยังพบอีกว่า กลุ่มโรคดังต่อไปนี้ กลุ่มโรคระบบทางเดินอาหาร กลุ่มโรคระบบทางเดินปัสสาวะ กลุ่มโรคติดเชื้อ กลุ่มโรคของปาก หู คอ จมูก ตา ฟัน และกลุ่มโรคอวัยวะสืบพันธุ์ของสตรี มีอัตราการเข้าพักรักษาในสถานพยาบาลสูงกว่าการเจ็บป่วยที่ไม่ต้องเข้าพักรักษาหลายเท่าตัว ซึ่งอาจเนื่องมาจากกลุ่มโรคเหล่านี้ต้องการการรักษาอย่างใกล้ชิดและต่อเนื่อง เพื่อป้องกันการเจ็บป่วยระยะรุนแรงในอนาคต

แผนภูมิ จ ร้อยละของประชากรที่เจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย / เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล  
จำแนกตามกลุ่มโรคที่ป่วยครั้งสุดท้าย (พ.ศ. 2550)

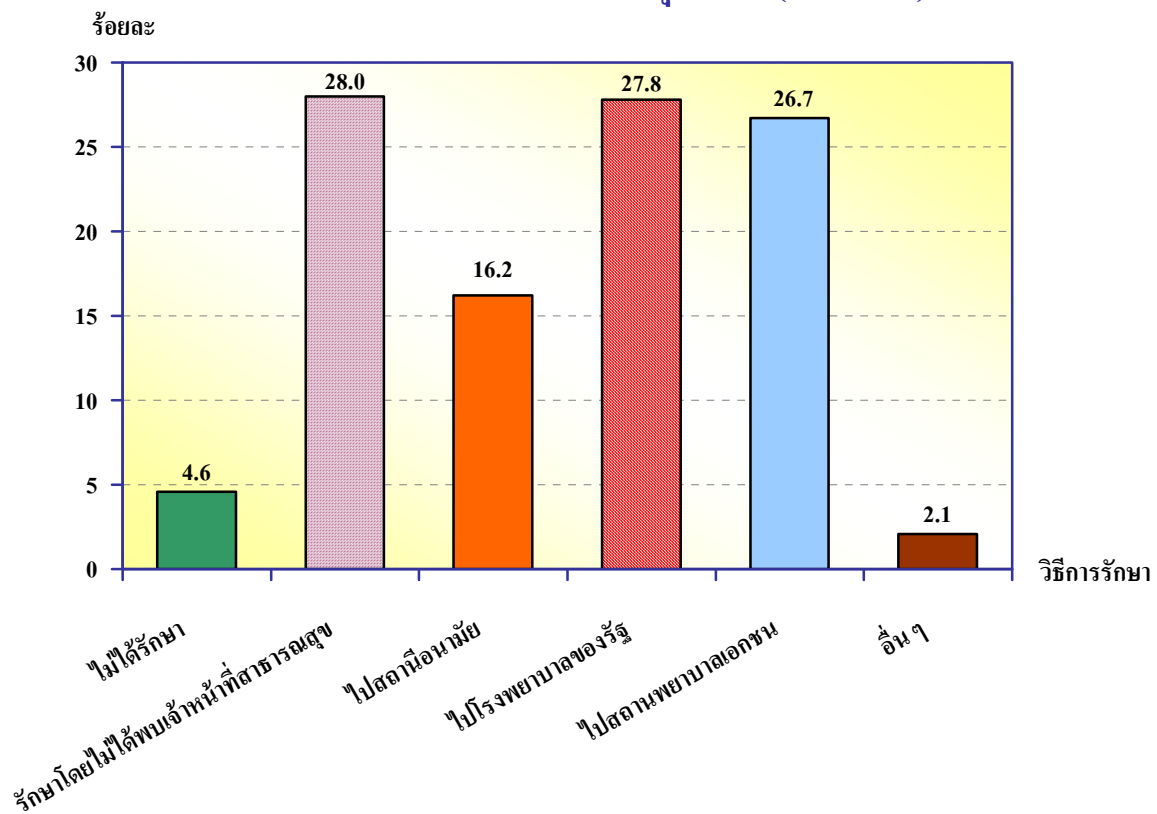


## 5) วิธีการรักษาพยาบาลของผู้ป่วย

วิธีการรักษาพยาบาลที่ผู้ป่วยเลือกใช้นั้นมีความแตกต่างกัน ระหว่าง ผู้เจ็บป่วยกับผู้เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล เนื่องจากลักษณะการป่วยที่แตกต่างกัน และการเข้าถึงสถานพยาบาล

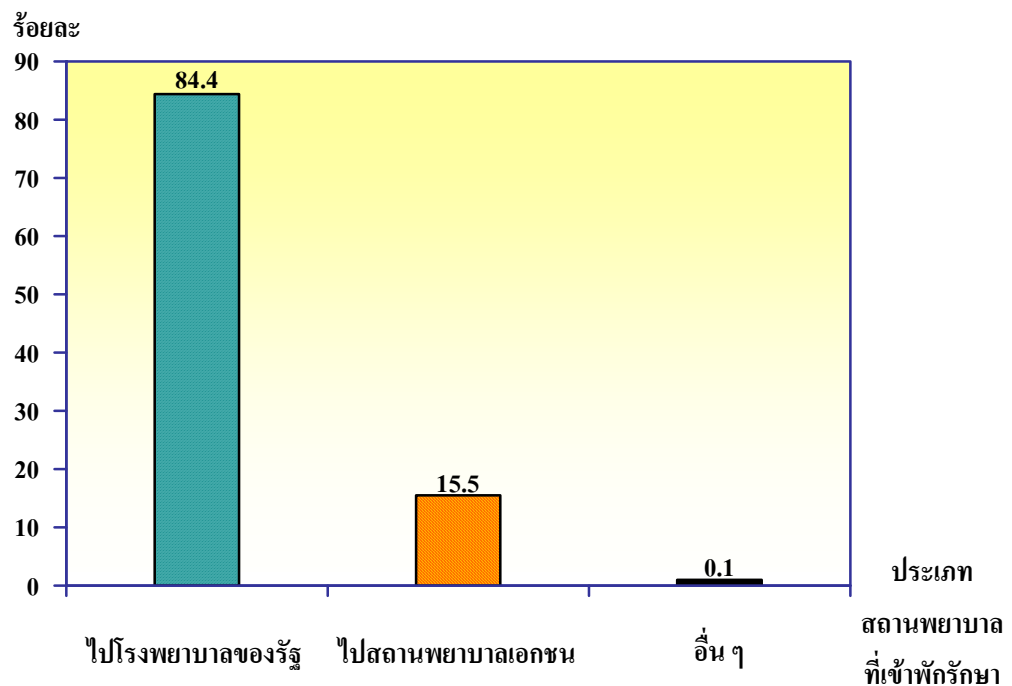
จากผลการสำรวจ พบว่า ผู้เจ็บป่วยหรือผู้ที่รู้สึกไม่สบายรักษา โดยไม่ได้พบเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมีสูงสุด ร้อยละ 28.0 (ชื้อยากินเอง ร้อยละ 26.7 ใ้ยาแผนโบราณ/ยาสมุนไพร ร้อยละ 1.0 และ ไปหาหมอที่บ้าน / หมอแผนโบราณ ร้อยละ 0.3) ซึ่งมีจำนวนใกล้เคียงกับผู้ไปรักษาที่โรงพยาบาลของรัฐกับสถานพยาบาลเอกชน (ร้อยละ 27.8 และ 26.7 ตามลำดับ) และมีผู้ไปรักษาที่สถานีนามัย ร้อยละ 16.2 แต่อย่างไรก็ตาม พบว่า มีผู้ที่ไม่ได้รักษาอีกร้อยละ 4.6

แผนภูมิ จ ร้อยละของประชากรที่เจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบายระหว่าง 1 เดือนก่อนวัน สัมภาษณ์ จำแนกตามวิธีการรักษาครั้งสุดท้าย<sup>1/</sup> (พ.ศ. 2550)



สำหรับผู้เข้าพักรักษาในสถานพยาบาลนั้น พบว่า ผู้ป่วยในเข้าพักรักษาครั้งสุดท้ายในโรงพยาบาลรัฐสูงกว่าสถานพยาบาลเอกชนเกือบ 6 เท่า (ร้อยละ 84.4 และ 15.5 ตามลำดับ)

แผนภูมิ ข ร้อยละของประชากรที่เข้าพักรักษาในสถานพยาบาลระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ จำแนกตามประเภทสถานพยาบาลที่เข้าพักรักษาครั้งสุดท้าย (พ.ศ. 2550)

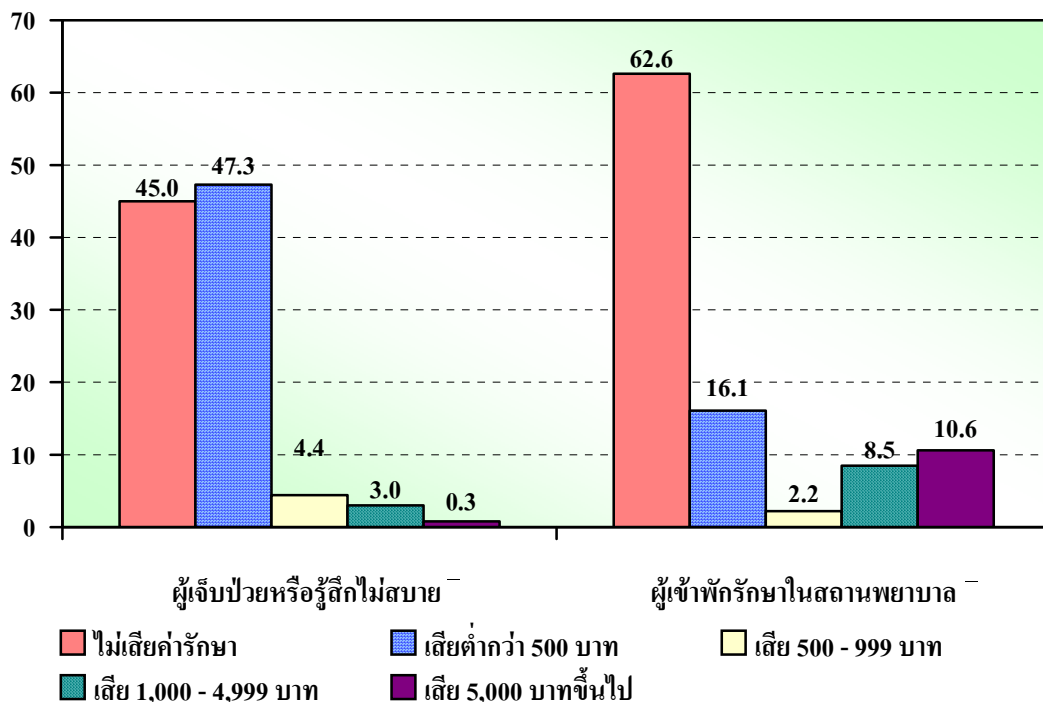


## 6) ค่ารักษาพยาบาลของผู้ป่วย

ในผู้เจ็บป่วยครั้งสุดท้าย (ไม่นอนพักในสถานพยาบาล) พบว่า ร้อยละ 45.0 ไม่เสียค่ารักษา ร้อยละ 47.3 เสียค่ารักษาฯ ต่ำกว่า 500 บาท ที่เหลืออีกร้อยละ 7.7 เสียค่ารักษาฯ ตั้งแต่ 500 บาทขึ้นไป คิดเป็นค่ารักษาพยาบาลเฉลี่ย 162 บาท ต่อผู้ป่วยทั้งหมด

สำหรับผู้ป่วยในนั้น มากกว่าครึ่งหนึ่งของผู้ป่วยใน (ร้อยละ 62.6) ไม่ต้องเสียค่ารักษาพยาบาล ซึ่งอาจเป็นเพราะส่วนใหญ่ใช้บริการของรัฐ ร้อยละ 16.1 จ่ายค่ารักษาฯ สำหรับการป่วยครั้งสุดท้ายต่ำกว่า 500 บาท และร้อยละ 10.6 เสียค่ารักษาฯ มากกว่า 5,000 บาทขึ้นไป คิดเป็นค่ารักษาพยาบาลเฉลี่ย 1,945 บาท ต่อผู้ป่วยในทุกคน

แผนภูมิ ข ร้อยละของประชากรที่เจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย/เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล จำแนกตามค่ารักษาพยาบาลที่ใช้ในการป่วยครั้งสุดท้าย (พ.ศ. 2550)



หมายเหตุ : 1/ ระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์และตอบได้มากกว่า 1 คำตอบตามวิธีการรักษา  
2/ ระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

## 7) การใช้สวัสดิการค่ารักษาพยาบาลของผู้ป่วย

จากผลการสำรวจ พบว่า ผู้เจ็บป่วยที่มีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล ใช้สวัสดิการฯ ร้อยละ 46.0 ไม่ใช้สวัสดิการฯ ร้อยละ 57.0 ขณะที่ผู้ป่วยในที่มีสวัสดิการฯ ใช้สวัสดิการฯ ถึงร้อยละ 89.0 ซึ่งในจำนวนนี้ ร้อยละ 64.1 ใช้บัตรประกันสุขภาพ

ตาราง 3 ร้อยละของประชากรที่เจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย/เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล จำแนกตามการใช้สวัสดิการค่ารักษาพยาบาลและประเภทสวัสดิการฯ ที่ใช้ (พ.ศ. 2550)

การใช้สวัสดิการค่ารักษาพยาบาล และประเภทสวัสดิการฯ ที่ใช้	ร้อยละผู้เจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย <sup>1/</sup>	ร้อยละผู้เข้าพักรักษาใน -
รวม	-	100.0
มีและใช้สวัสดิการค่ารักษาพยาบาล	46.0	89.0
บัตรประกันสุขภาพ (บัตรทอง)	35.5	64.1
ประกันสังคม / กองทุนเงินทดแทน	3.9	10.8
สวัสดิการข้าราชการ / ข้าราชการบำนาญ / รัฐวิสาหกิจ	5.5	9.3
ประกันสุขภาพกับบริษัทประกัน	0.5	3.4
สวัสดิการจัดโดยนายจ้าง	0.2	0.3
อื่น ๆ	0.4	1.1
มีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาลแต่ไม่ใช้	57.0	11.0

หมายเหตุ : 1/ ระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์และตอบได้มากกว่า 1 คำตอบตามวิธีการรักษา

2/ ระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์



## 8) สาเหตุที่ผู้ป่วยไม่ใช่สวัสดิการการรักษาพยาบาล

เมื่อถามถึงสาเหตุที่ผู้เจ็บป่วยร้อยละ 57.0 หรือ 6.3 ล้านคน ที่มีสวัสดิการการรักษาพยาบาลแต่ไม่ใช่ พบว่าผู้เจ็บป่วยเหล่านี้ส่วนใหญ่เห็นว่าเจ็บป่วยเพียงเล็กน้อย (ร้อยละ 49.6) รองลงมาคือ ต้องรอนาน (ร้อยละ 17.5) และไม่แน่ใจในคุณภาพยา (ร้อยละ 8.8) ส่วนการไม่ใช่สวัสดิการ<sup>1/</sup> ของผู้ป่วยที่เข้าพักรักษาตัวในสถานพยาบาลนั้น เนื่องจาก 3 สาเหตุหลัก ได้แก่ อุบัติเหตุหรือเจ็บป่วยฉุกเฉิน (ร้อยละ 27.3) ไม่แน่ใจในคุณภาพบริการ (ร้อยละ 15.7) และไม่ได้อยู่ในภูมิสำเนาที่ใช้สิทธิ (ร้อยละ 14.0)

ตาราง 4 ร้อยละของประชากรที่เจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย/เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล  
จำแนกตามสาเหตุที่ไม่ใช่สวัสดิการการรักษาพยาบาล (พ.ศ. 2550)

สาเหตุที่ไม่ใช่สวัสดิการการรักษาพยาบาล	ร้อยละผู้เจ็บป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย <sup>1/</sup> ที่ไม่ใช่สวัสดิการ <sup>1/</sup>	ร้อยละผู้เข้าพักรักษาใน -
รวม	100.0	100.0
เจ็บป่วยเพียงเล็กน้อย	49.6	-
อุบัติเหตุหรือเจ็บป่วยฉุกเฉิน	1.6	27.3
เดินทางไม่สะดวก	3.3	3.5
สถานพยาบาลอยู่ไกล	1.7	3.6
ไม่สะดวกไปในเวลาทำการ ของสถานพยาบาลที่มีสิทธิ	4.3	-
ไม่มีค่าพาหนะ	0.1	-
ช้า รอนาน	17.5	-
ไม่แน่ใจในคุณภาพบริการ	2.5	15.7
ไม่แน่ใจในคุณภาพยา	8.8	7.2
ถูกเลือกปฏิบัติ	0.2	0.9
บุคลากรใน รพ.ดู / เจ้าหน้าที่พูดไม่ไพเราะ	0.2	0.6
แพทย์ไม่มีเวลาให้ซักถามอาการ /ไม่ให้	0.1	1.0
แพทย์วินิจฉัยโรคไม่เก่ง / รักษาไม่หาย	4.1	7.0
ไม่ได้อยู่ในภูมิสำเนาที่ใช้สิทธิ	2.9	14.0
สิทธิประโยชน์ไม่ครอบคลุม	0.8	5.8
อื่น ๆ	2.4	13.5

หมายเหตุ : 1/ ระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

2/ ระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

## 2. การออกกำลังกาย

### 1) ลักษณะของประชากรที่ออกกำลังกาย

#### (1) เพศ เขตการปกครอง และภาคของประชากรที่ออกกำลังกาย

จากผลการสำรวจ พบว่าประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปมีจำนวนทั้งสิ้น 55.0 ล้านคน เป็นชาย 26.8 ล้านคน หญิง 28.2 ล้านคน มีผู้ที่ออกกำลังกาย ในระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ประมาณ 16.3 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 29.6 ของจำนวนประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปทั้งสิ้น

เมื่อพิจารณาจำนวนผู้ที่ออกกำลังกาย พบว่าเป็นชายมากกว่าหญิง คือ ร้อยละ 54.0 และ 46.0 ตามลำดับ โดยมีอัตราการออกกำลังกาย เช่นเดียวกัน คือ ร้อยละ 32.7 และ 26.7 ตามลำดับ เป็นผู้ที่อยู่นอกเขตเทศบาล มากกว่าในเขตเทศบาล (ร้อยละ 65.0 และ 35.0 ตามลำดับ) แต่มีอัตราการออกกำลังกายต่ำกว่า คือ ร้อยละ 27.9 และ 33.5 ตามลำดับ โดยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีผู้ออกกำลังกายมากที่สุด ประมาณ 5.4 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 32.9 ของจำนวนผู้ที่ออกกำลังกายทั้งสิ้น

ตาราง 5 จำนวนและอัตราการออกกำลังกายของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไป จำแนกตาม เพศ เขตการปกครอง และภาค (พ.ศ. 2550)

เพศ เขตการปกครอง และภาค	จำนวนประชากร อายุ 11 ปีขึ้นไป (พันคน)	ร้อยละของประชากร ที่ออกกำลังกาย	อัตราการออกกำลังกาย <sup>1/</sup> ของประชากร
<b>รวม</b>	<b>55,031.1</b>	<b>100.0</b> <b>(16,318.9 พันคน)</b>	<b>29.6</b>
<b>เพศ</b>			
ชาย	26,798.3	54.0	32.7
หญิง	28,232.8	46.0	26.7
<b>เขตการปกครอง</b>			
ในเขตเทศบาล	16,986.3	35.0	33.5
นอกเขตเทศบาล	38,044.8	65.0	27.9
<b>ภาค</b>			
กทม.	6,021.1	12.3	33.4
กลาง (ไม่รวม กทม.)	13,694.3	20.4	24.3
เหนือ	9,955.1	17.3	28.3
ตะวันออกเฉียงเหนือ	18,094.7	32.9	29.7
ใต้	7,265.9	17.1	38.4

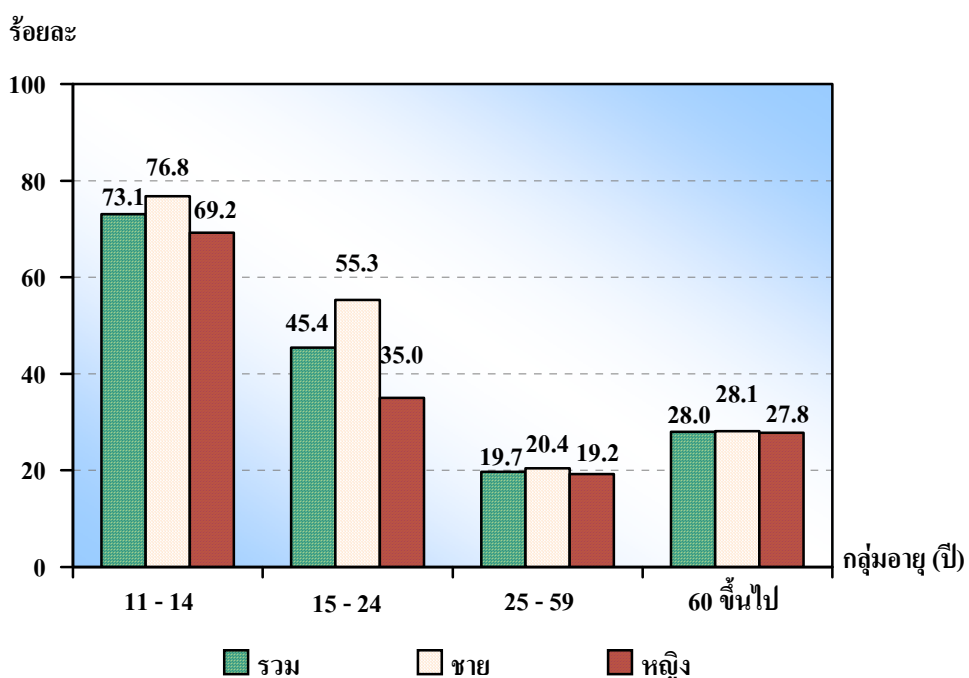
หมายเหตุ : 1/ อัตราร้อยละของจำนวนประชากรที่ออกกำลังกายต่อจำนวนประชากรแต่ละกลุ่มที่อายุ 11 ปีขึ้นไป

## (2) ช่วงวัยของประชากรที่ออกกำลังกาย

เมื่อพิจารณาผู้ที่ออกกำลังกายจำนวน 16.3 ล้านคน ตามกลุ่มอายุ 4 กลุ่ม พบว่า เป็นผู้ที่อยู่ในวัยเด็ก (11-14 ปี) ร้อยละ 18.4 เยาวชน (15-24 ปี) ร้อยละ 29.3 วัยทำงาน (25-59 ปี) ร้อยละ 40.3 และผู้สูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป) ร้อยละ 12.0

เมื่อเปรียบเทียบอัตราการออกกำลังกายของประชากรในแต่ละกลุ่มช่วงวัย พบว่าประชากรกลุ่มวัยเด็กออกกำลังกายมากกว่ากลุ่มอื่น ซึ่งส่วนใหญ่อาจเป็นเพราะกลุ่มนี้อยู่ในวัยเรียน การเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกาย เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรการเรียน โดยมีอัตราการออกกำลังกายสูงถึงร้อยละ 73.1 รองลงมา เป็นกลุ่มเยาวชนและประชากรสูงอายุ คือ ร้อยละ 45.4 และ 28.0 ตามลำดับ ส่วนประชากรวัยทำงานมีอัตราการออกกำลังกายน้อยที่สุด คือ ร้อยละ 19.7 ทั้งนี้อัตราการออกกำลังกายของชายสูงกว่าหญิงในทุกกลุ่มช่วงวัย

แผนภูมิ ฅ อัตราการออกกำลังกายของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไป จำแนกตามกลุ่มอายุและเพศ (พ.ศ. 2550)



### (3) การศึกษาของประชากรที่ออกกำลังกาย

ในจำนวนผู้ที่ออกกำลังกายซึ่งมีอายุตั้งแต่ 11 ปีขึ้นไปทั้งสิ้น 16.3 ล้านคนนั้น ประมาณครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 50.1) สำเร็จการศึกษาไม่เกินระดับประถมศึกษา รองลงมา สำเร็จระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ร้อยละ 20.0) มัธยมศึกษาตอนปลาย (ร้อยละ 14.1) และอุดมศึกษา (ร้อยละ 13.9)

เมื่อพิจารณาอัตราการออกกำลังกายของประชากรในแต่ละระดับการศึกษา พบว่า อัตราการออกกำลังกายของผู้ที่สำเร็จการศึกษาระดับอุดมศึกษาสูงสุด คิดเป็นอัตราร้อยละ 39.0 และผู้ที่ไม่ได้เรียนหนังสือมีอัตราการออกกำลังกายต่ำที่สุด ร้อยละ 11.6

ตาราง 6 จำนวนและอัตราการออกกำลังกายของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไป จำแนกตามระดับการศึกษาที่สำเร็จ (พ.ศ. 2550)

ระดับการศึกษาที่สำเร็จ	จำนวนประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไป (พันคน)	ร้อยละของประชากรที่ออกกำลังกาย	อัตราการออกกำลังกายของ
<b>รวม</b>	<b>55,031.1</b>	<b>100.0</b> <b>(16,318.9 พันคน)</b>	<b>29.6</b>
ไม่เคยเรียน	2,646.4	1.9	11.6
ประถมศึกษาและต่ำกว่า	31,108.1	50.1	26.3
มัธยมศึกษาตอนต้น	8,863.2	20.0	36.8
มัธยมศึกษาตอนปลาย	6,545.8	14.1	35.0
อุดมศึกษา	5,826.6	13.9	39.0
อื่น ๆ	8.3	*	27.7
ไม่ทราบ	32.6	*	9.2

หมายเหตุ : \* น้อยกว่า 0.1

#### (4) ภาวะการทำงานของประชากรที่ออกกำลังกาย

ในการศึกษาเรื่องภาวะการทำงานของผู้ที่ออกกำลังกาย ได้ศึกษาเฉพาะผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปเท่านั้น พบว่า ในจำนวนประชากรที่มีอายุดังกล่าว ซึ่งมีจำนวน 50.9 ล้านคน เป็นผู้ที่ออกกำลังกายทั้งสิ้น 13.3 ล้านคน (ร้อยละ 26.1) ในจำนวนนี้เป็นผู้ที่ทำงานมากกว่าผู้ไม่ได้ทำงานคือ ร้อยละ 59.3 และ 40.7 ตามลำดับ

แต่เมื่อเปรียบเทียบอัตราการออกกำลังกายระหว่างกลุ่มผู้ทำงานและกลุ่มผู้ที่ไม่ได้ทำงาน พบว่า อัตราการออกกำลังกายของกลุ่มผู้ที่ไม่ได้ทำงานสูงกว่ากลุ่มผู้ทำงานอย่างชัดเจนคือประมาณ 2 เท่า ซึ่งมีลักษณะเช่นเดียวกันในระดับเขตการปกครอง และระดับภาค

ตาราง 7 จำนวนและอัตราการออกกำลังกายของประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามภาวะการทำงาน (พ.ศ. 2550)

ภาวะการทำงาน	จำนวนประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป (พันคน)	ร้อยละของประชากรที่ออกกำลังกาย	อัตราการออกกำลังกายของ
รวม	50,921.8	100.0 (13,315.9 พันคน)	26.1
ทำงาน	38,158.7	59.3	20.8
ไม่ทำงาน	12,763.0	40.7	42.4

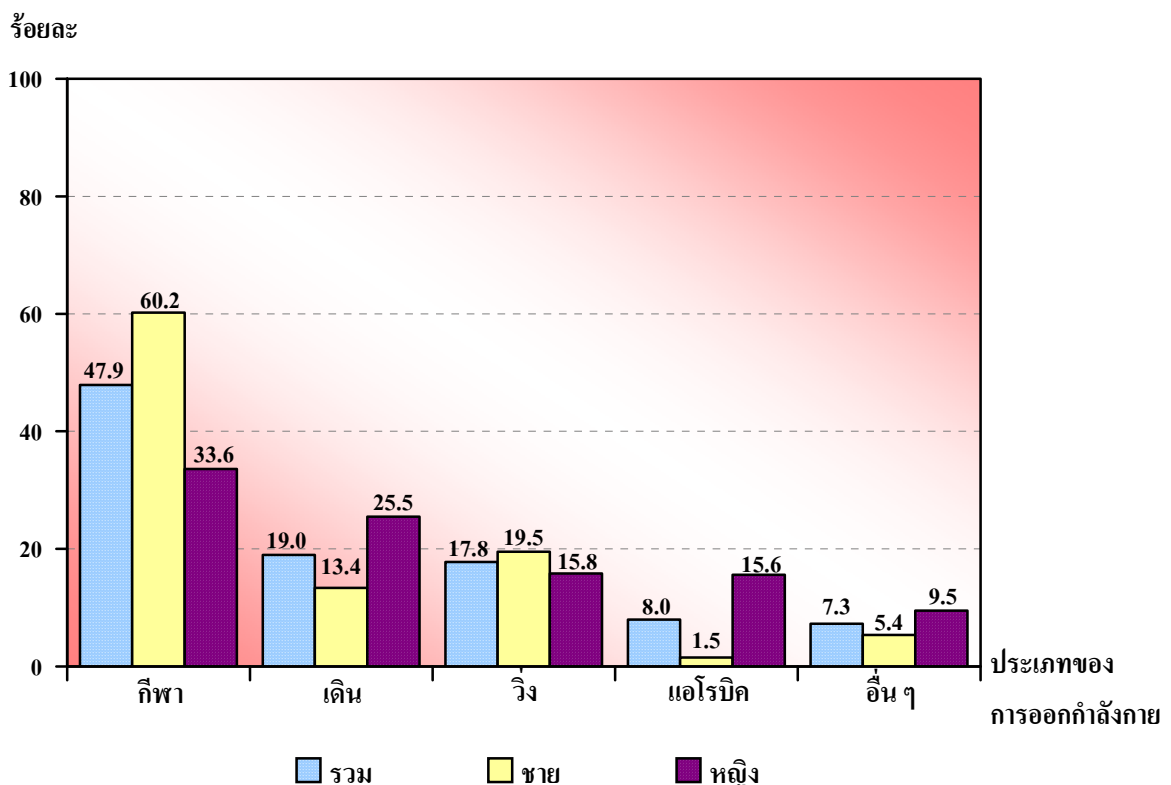
## 2) พฤติกรรมการออกกำลังกาย

### (1) ประเภทของการออกกำลังกาย

ในจำนวนผู้ที่ออกกำลังกายประมาณ 16.3 ล้านคน ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 47.9) นิยมออกกำลังกายโดยการเล่นกีฬา รองลงมาคือ เดิน วิ่ง เต้นแอโรบิก และออกกำลังกายประเภทอื่น ๆ เช่น ฟิตเนส ไร่ไม้พลอง โยคะ ไทเก๊ก จั๊ก ตามลำดับ

เมื่อเปรียบเทียบประเภทการออกกำลังกายระหว่างเพศ พบว่าผู้ชายชอบออกกำลังกายด้วยการเล่นกีฬาและวิ่งสูงกว่าผู้หญิง โดยเฉพาะการเล่นกีฬาของชายสูงกว่าหญิงเกือบเท่าตัว (ชาย ร้อยละ 60.2 หญิง ร้อยละ 33.6) ในขณะที่ผู้หญิงนิยมออกกำลังกายโดยการเดินและเต้นแอโรบิกมากกว่าผู้ชาย

แผนภูมิ ๓ ร้อยละของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปที่ออกกำลังกาย จำแนกตามประเภทของการออกกำลังกาย และเพศ (พ.ศ. 2550)

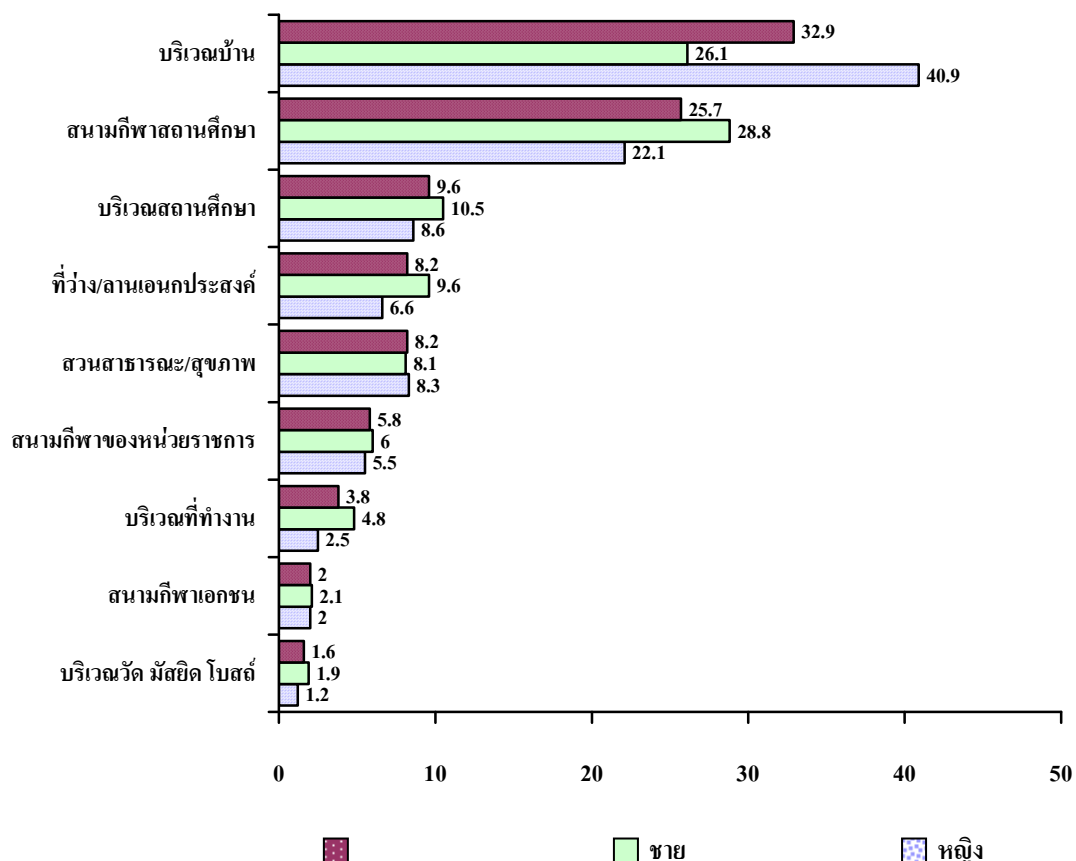




## (2) สถานที่ออกกำลังกาย

ผู้ที่ออกกำลังกายส่วนใหญ่นิยมออกกำลังกายที่บริเวณบ้าน (ร้อยละ 32.9) รองลงมา คือ สนามกีฬาของสถานศึกษา (ร้อยละ 25.7) บริเวณสถานศึกษา (ร้อยละ 9.6) ที่ว่าง/ลานเอนกประสงค์และสวนสาธารณะ/สุขภาพ ใกล้เคียงกัน (ประมาณร้อยละ 8.2) โดยผู้ชายนิยมออกกำลังกายที่สนามกีฬาของสถานศึกษาและบริเวณบ้านในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 28.8 และ 26.1 ตามลำดับ) ในขณะที่ผู้หญิงนิยมใช้บริเวณบ้านเป็นสถานที่ออกกำลังกายสูงถึง ร้อยละ 40.9 และสนามกีฬาของสถานศึกษาเพียงร้อยละ 22.1

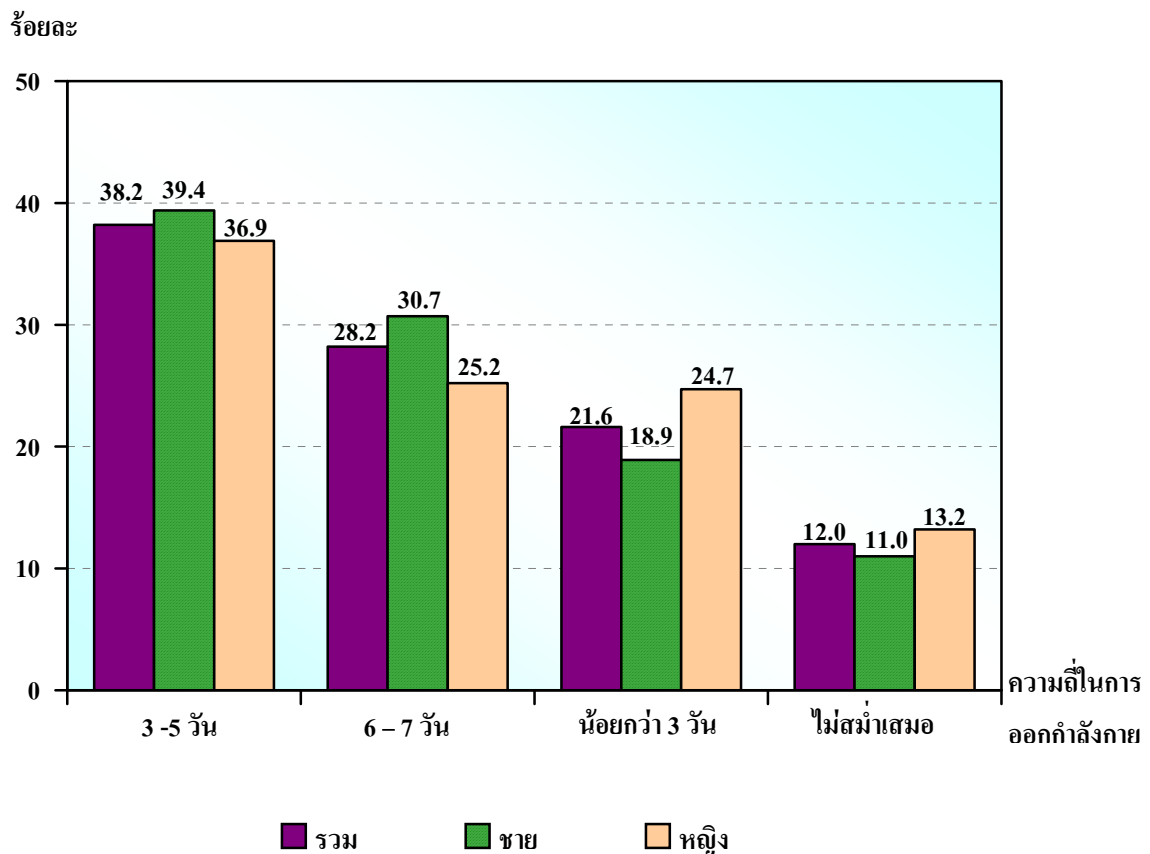
แผนภูมิ ฎ ร้อยละของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปที่ออกกำลังกาย จำแนกตามสถานที่ออกกำลังกาย และเพศ (พ.ศ. 2550)



### (3) ความถี่ในการออกกำลังกายต่อสัปดาห์

ผลการสำรวจ พบว่า ประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปที่ออกกำลังกาย ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 38.2) ออกกำลังกายประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์ รองลงมาประมาณ 6-7 วันต่อสัปดาห์ น้อยกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 28.2 และ 21.6 ตามลำดับ) และมีผู้ที่ออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ ร้อยละ 12.0 และพบว่าสัดส่วนของชายที่ออกกำลังกายตั้งแต่ 3 วันขึ้นไปสูงกว่าหญิง

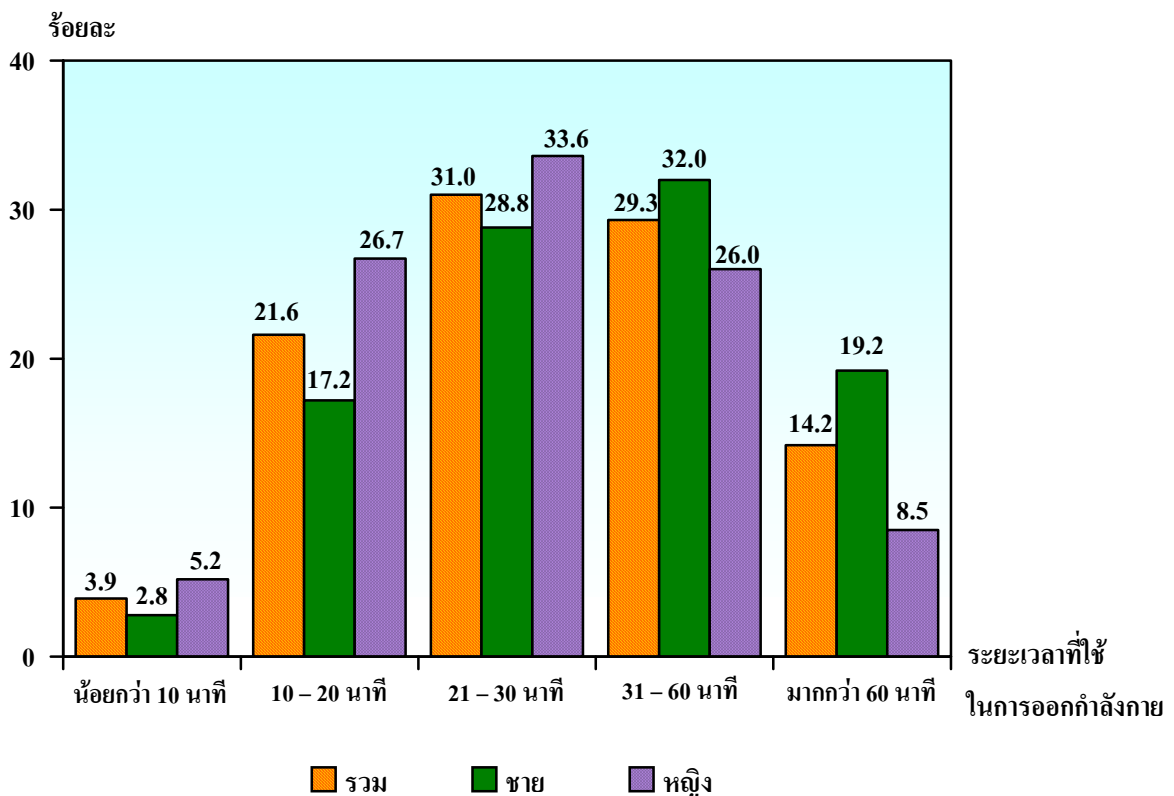
แผนภูมิ ฎ ร้อยละของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปที่ออกกำลังกาย จำแนกตามความถี่ในการออกกำลังกายต่อสัปดาห์ และเพศ (พ.ศ. 2550)



#### (4) ระยะเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง

ในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง พบว่า ประมาณ 1 ใน 3 ของประชากรที่ออกกำลังกายใช้เวลาในการออกกำลังกาย ประมาณ 21-30 นาที รองลงมาคือ 31-60 นาที 10-20 นาที และมากกว่า 60 นาที ตามลำดับ ในขณะที่ประชากรที่ใช้เวลาในการออกกำลังกายแต่ละครั้งน้อยกว่า 10 นาที มีเพียงเล็กน้อย โดยสัดส่วนของชายที่ใช้เวลาออกกำลังกายเกินครึ่งชั่วโมง มีสูงกว่าหญิงอย่างเห็นได้ชัด โดยเฉพาะอย่างยิ่งการออกกำลังกายมากกว่า 1 ชั่วโมง สูงกว่าเกือบเท่าตัว (ชายร้อยละ 19.2 หญิงร้อยละ 8.5)

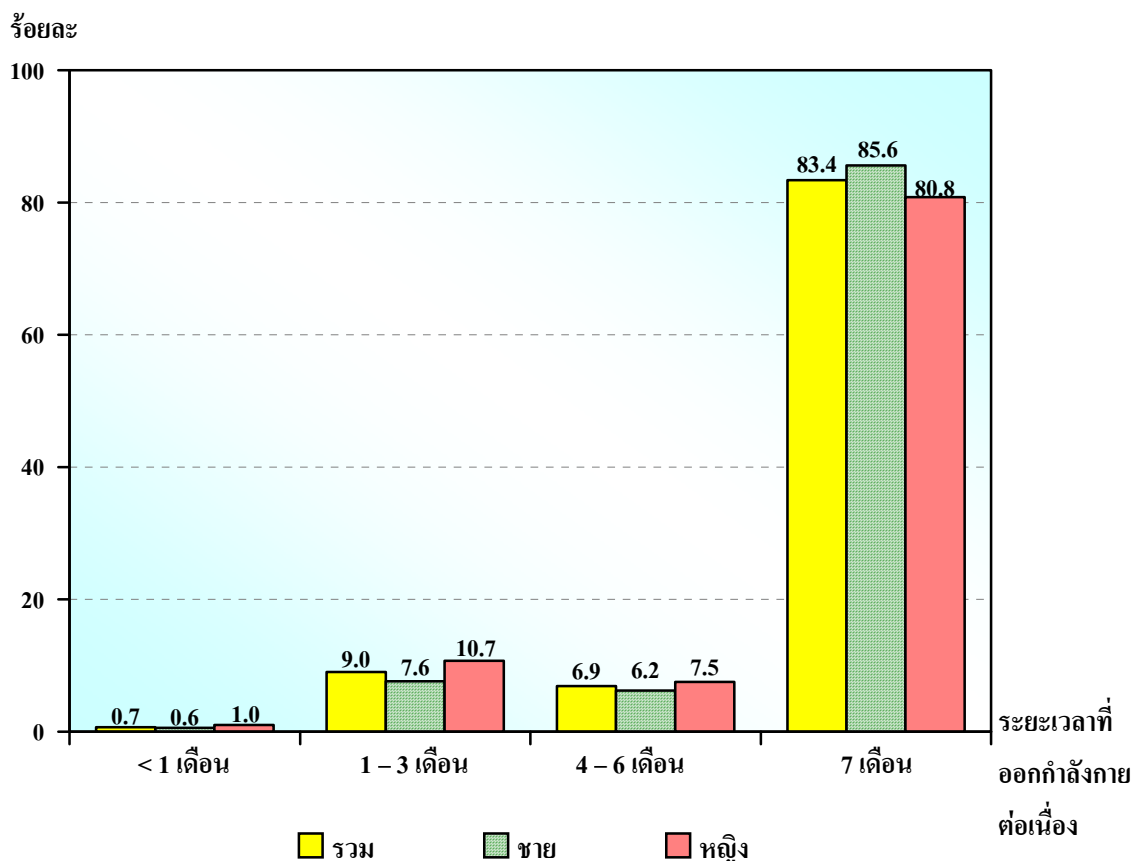
แผนภูมิ ฐ ร้อยละของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปที่ออกกำลังกาย จำแนกตามระยะเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกาย และเพศ (พ.ศ. 2550)



### (5) ระยะเวลาที่ออกกำลังกายต่อเนื่อง

เมื่อศึกษาถึงระยะเวลาที่ออกกำลังกายต่อเนื่องของผู้ที่ออกกำลังกาย พบว่า ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 83.4) ออกกำลังกายติดต่อกัน นานกว่า 7 เดือน รองลงมา ร้อยละ 9.0 เป็นผู้ที่ออกกำลังกายมานาน 1-3 เดือน และพบว่า ชายมีการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องสูงกว่าหญิง กล่าวคือ สัดส่วนของชายที่ออกกำลังกายต่อเนื่องตั้งแต่ 7 เดือนขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 85.6 ขณะที่หญิงมีร้อยละ 80.8

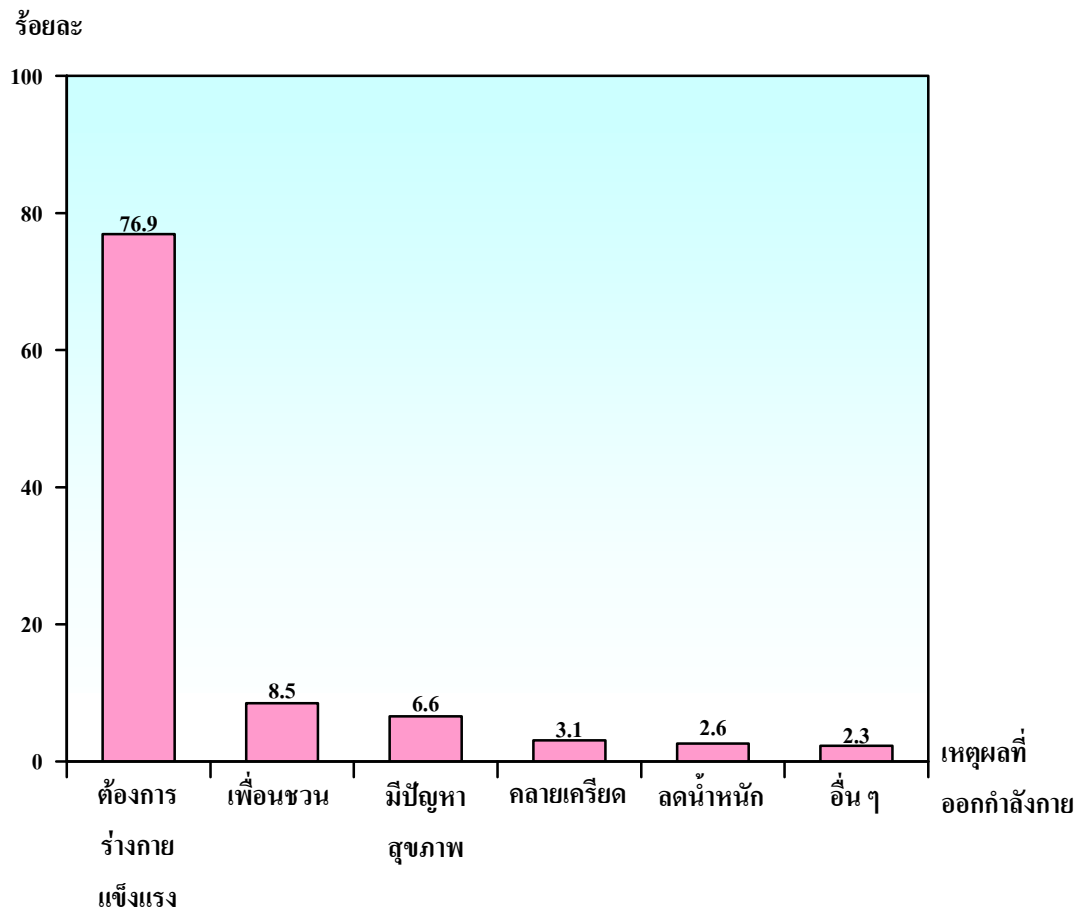
แผนภูมิ ๓ ร้อยละของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปที่ออกกำลังกาย จำแนกตามระยะเวลาที่ออกกำลังกายต่อเนื่อง และเพศ (พ.ศ. 2550)



## (6) เหตุผลที่ออกกำลังกาย

จากการสำรวจ พบว่าเหตุผลสำคัญของการออกกำลังกายเป็นเพราะผู้ออกกำลังกายส่วนใหญ่ (ร้อยละ 76.9) ต้องการให้ร่างกายแข็งแรง สำหรับเหตุผลรองลงมาคือ เพื่อนชวน ซึ่งมีสัดส่วนเพียงเล็กน้อย (ร้อยละ 8.5) โดยพบว่าเหตุผลดังกล่าวนี้ ส่วนใหญ่เป็นเหตุผลของกลุ่มผู้ออกกำลังกายที่เป็นเด็กและเยาวชน

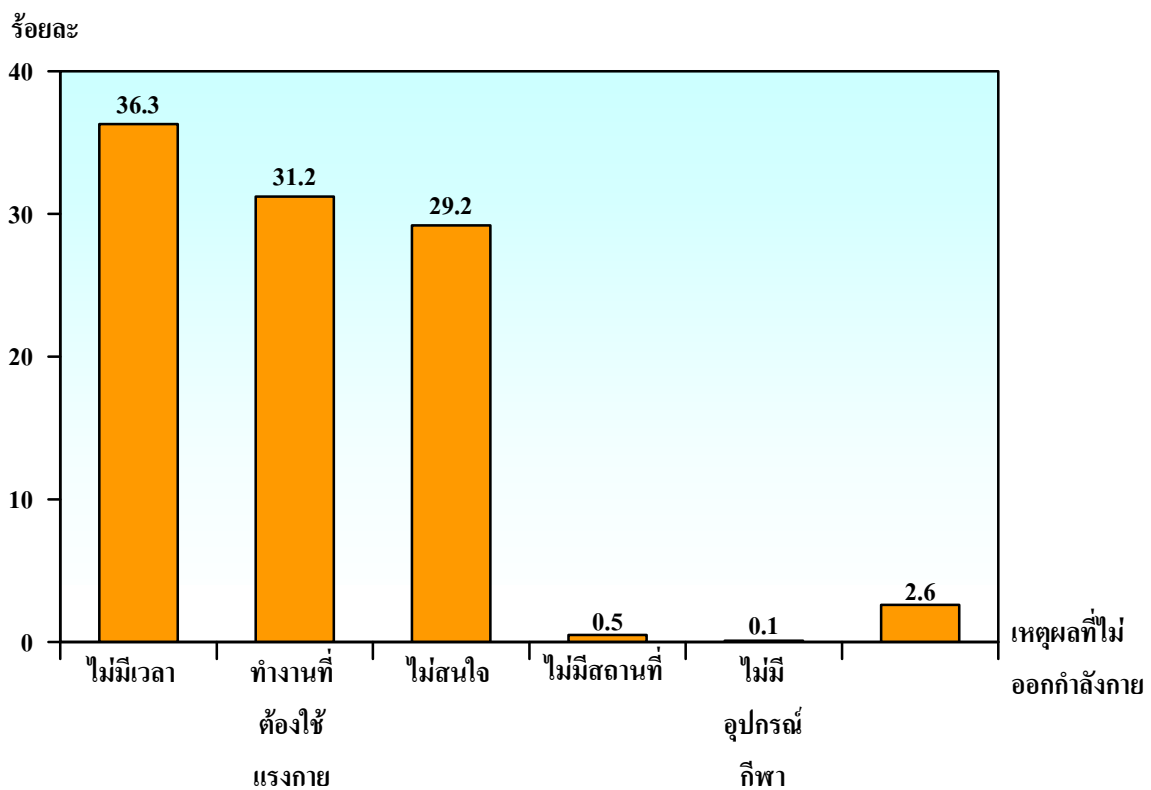
แผนภูมิ ๓ ร้อยละของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปที่ออกกำลังกาย จำแนกตามเหตุผลที่ออกกำลังกาย (พ.ศ. 2550)



### (7) เหตุผลที่ไม่ออกกำลังกาย

จากการสำรวจ พบว่าเหตุผลที่ไม่ออกกำลังกาย ส่วนใหญ่ไม่มีเวลา (ร้อยละ 36.3) รองลงมาคือ ทำงานที่ต้องใช้แรงกายมากอยู่แล้ว และไม่สนใจ (ร้อยละ 31.2 และ 29.2 ตามลำดับ)

แผนภูมิ ๓ ร้อยละของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปที่ออกกำลังกาย จำแนกตามเหตุผลที่ไม่ออกกำลังกาย (พ.ศ. 2550)



### 3) การออกกำลังกายของผู้ป่วย

จากการศึกษาความสัมพันธ์ของการออกกำลังกายของผู้ป่วย (การเจ็บป่วยและการเข้าพักรักษาในสถานพยาบาล) พบว่า จำนวนประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไป ทั้งหมด 55.0 ล้านคน มีอาการป่วยในรอบ 1 เดือน ที่ผ่านมามีจำนวน 9.2 ล้านคน (ร้อยละ 16.7) ซึ่งในจำนวนนี้ เป็นผู้ที่ไม่ออกกำลังกาย ร้อยละ 68.5 และผู้ที่เข้าพักรักษาในสถานพยาบาลระหว่าง 12 เดือน ก่อนวันสัมภาษณ์ มีจำนวน 3.3 ล้านคน (ร้อยละ 6.1) ซึ่งในจำนวนนี้ เป็นผู้ที่ไม่ออกกำลังกายถึงร้อยละ 74.2

ตาราง 8 จำนวนและร้อยละของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไป จำแนกตามการป่วยหรือ รุ้สึกไม่สบาย/เข้าพักรักษาในสถานพยาบาลและการออกกำลังกาย (พ.ศ. 2550)

การออกกำลังกาย	ประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไป			
	ป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย <sup>1/</sup>		เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล <sup>2/</sup>	
	จำนวน (พันคน)	ร้อยละ	จำนวน (พันคน)	ร้อยละ
รวม	9,198.7	100.0	3,340.2	100.0
ออกกำลังกาย	2,897.4	31.5	861.6	25.8
ไม่ออกกำลังกาย	6,301.3	68.5	2,478.6	74.2

หมายเหตุ : 1/ ระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

2/ ระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของระยะเวลาในการออกกำลังกายกับการเจ็บป่วย พบว่าผู้ที่ออกกำลังกายสม่ำเสมอในระยะเวลาที่นานกว่า 3 เดือนขึ้นไป จะมีการป่วยในรอบ 1 เดือน หรือเข้าพักรักษาในสถานพยาบาลในรอบปีน้อยกว่าผู้ที่ออกกำลังกายในระยะเวลาที่สั้นกว่า (ต่ำกว่า 1 เดือน) กล่าวคือ ผู้ที่ออกกำลังกาย เป็นระยะเวลานานตั้งแต่ 3 เดือนขึ้นไป มีการเจ็บป่วยและการเข้าพักรักษาในสถานพยาบาล เพียงร้อยละ 17.4 และ 5.2 ตามลำดับ ขณะที่ผู้่ออกกำลังกายเป็นระยะเวลาดำกกว่า 1 เดือน มีการเจ็บป่วย และการเข้าพักรักษาในสถานพยาบาล สูงกว่าคือ ร้อยละ 24.1 และ 8.2 ตามลำดับ

ตาราง 9 จำนวนและอัตราของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปที่ออกกำลังกาย จำแนกตามการป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย/เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล และระยะเวลาในการออกกำลังกาย (พ.ศ. 2550)

ระยะเวลาในการออกกำลังกาย	จำนวนประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไป ที่ออกกำลังกาย (พันคน)	อัตราการออกกำลังกายของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไป	
		ป่วยหรือรู้สึกไม่สบาย <sup>1/</sup>	เข้าพักรักษาในสถานพยาบาล <sup>2/</sup>
รวม	16,318.9	17.7	5.3
1 เดือนและต่ำกว่า	424.7	24.1	8.2
2 เดือน	435.0	22.7	6.2
3 เดือนขึ้นไป	15,459.1	17.4	5.2

หมายเหตุ : 1/ ระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์

2/ ระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์



## ข้อเสนอแนะ

### 1. อนามัยและสวัสดิการ

จากการสำรวจ พบว่า ยังมีประชาชนไทยบางส่วนที่ยังไม่มีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล ดังนั้นรัฐบาลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรเร่งแก้ไขปัญหาดังกล่าว รวมถึงการเพิ่มคุณภาพและการเข้าถึงของสวัสดิการฯ เนื่องจากผู้ป่วยยังไม่นิยมใช้บริการสาธารณสุขที่รัฐจัดให้เมื่อเจ็บป่วยเล็กน้อย และผู้ป่วยในไม่ใช้สวัสดิการฯ เนื่องจากอุบัติเหตุหรือเจ็บป่วยฉุกเฉิน ไม่แน่ใจในคุณภาพบริการและไม่ได้อยู่ในภูมิลาเนาที่มีสิทธิ และควรส่งเสริมและรณรงค์ให้ประชาชนใส่ใจในการสร้างเสริมและป้องกันสุขภาพมากกว่าจะเป็นการรักษาเพียงอย่างเดียว

### 2. ออกกำลังกาย

รัฐควรจัดสถานที่ออกกำลังกายให้กระจายไปในชุมชนต่าง ๆ อย่างเพียงพอเพื่อสนับสนุนการออกกำลังกาย โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย เนื่องจากการออกกำลังกายของคนวัยทำงานมีแนวโน้มลดลง ในขณะที่วัยอื่นมีการออกกำลังกายมากขึ้น อีกทั้งรัฐฯ ควรรณรงค์ให้ประชาชนออกกำลังกายสม่ำเสมออย่างต่อเนื่องเพื่อสร้างเสริมสุขภาพไม่ให้เกิดการเจ็บป่วยในทุกกลุ่มวัย

## ภาคผนวก

### ความเป็นมา

สำนักงานสถิติแห่งชาติ ได้จัดเก็บข้อมูลด้านอนามัยและสวัสดิการอย่างต่อเนื่องมาตั้งแต่ พ.ศ. 2517 โดยในช่วงแรกได้ดำเนินการสำรวจทุกปี จนถึง พ.ศ. 2521 และตั้งแต่ พ.ศ. 2524 – 2544 ได้ดำเนินการสำรวจทุก 5 ปี และสืบเนื่องจากรัฐบาลได้เริ่มดำเนินการโครงการหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า มาตั้งแต่เดือนตุลาคม 2544 เป็นต้นมา ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระบบสาธารณสุขของประเทศไทย ดังนั้นกระทรวงสาธารณสุขจึงได้ขอความร่วมมือจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ ให้มีการดำเนินการสำรวจอนามัยและสวัสดิการทุกปี ระหว่างปี พ.ศ. 2546 – 2550 โดยทางสำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุขและสำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ ได้ร่วมมือกันปรับปรุงแบบสอบถามเพื่อให้ได้ข้อมูลที่จะเป็นประโยชน์มากยิ่งขึ้น

### วัตถุประสงค์

เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการได้รับสวัสดิการการรักษาพยาบาล ภาวะการเจ็บป่วย การเข้ารับบริการด้านสาธารณสุข ค่าใช้จ่ายในการรับบริการด้านสาธารณสุขและการเข้าถึงสวัสดิการการรักษาพยาบาลของประชากร เป็นต้น

### ขอบข่ายและกลุ่มรวม

ประชากรที่อยู่ในกลุ่มรวมของการสำรวจครั้งนี้ ได้แก่ บุคคลผู้อาศัยอยู่ในครัวเรือนส่วนบุคคลทั้งในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลทั่วประเทศ

### ระยะเวลาอ้างอิง

1) ระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ หมายถึง ระยะเวลานับย้อนหลังจากวันสัมภาษณ์ไป 1 เดือน เช่น วันสัมภาษณ์คือ วันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2550 “ระหว่าง 1 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์” คือระหว่างวันที่ 1 – 31 มกราคม 2550

2) ระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์ หมายถึง ระยะเวลานับย้อนหลังจากวันสัมภาษณ์ไป 12 เดือน เช่น วันสัมภาษณ์คือ วันที่ 1 มกราคม 2550 “ระหว่าง 12 เดือนก่อนวันสัมภาษณ์” คือ ระหว่างวันที่ 1 มกราคม – 31 ธันวาคม 2549



# อนง เชิงรุก

มีหัวใจในสำนักงานสถิติแห่งชาติ  
รัฐและคนราชอยู่ใจรักทำไปอย่างมีน้ำใจ

[www.nso.go.th](http://www.nso.go.th)