



## อนามัยโพล เรื่อง “เทศกาลตรุษจีนกับการป้องกันผลกระทบจาก PM2.5”

กรมอนามัย ได้สำรวจอนามัยโพลเรื่อง “เทศกาลตรุษจีนกับการป้องกันผลกระทบจาก PM2.5” โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อสำรวจพฤติกรรมและความคิดเห็นของประชาชนเกี่ยวกับกิจกรรมที่จะทำ การซื้ออาหารและของไหว้ในเทศกาลตรุษจีน และในประเด็นการป้องกันสุขภาพจากฝุ่น PM2.5 เพื่อนำผลสำรวจไปใช้ในการสื่อสารวางแผนขับเคลื่อนการดำเนินงานด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมในเทศกาลตรุษจีน สำรวจระหว่างวันที่ 1 – 31 ธันวาคม 2568 มีผู้ตอบรวม 1,044 คน สรุปผล ดังนี้

### ส่วนที่ 1 ความคิดเห็นเกี่ยวกับเทศกาลตรุษจีน

#### 1. ท่านและครอบครัวมีแผนจะทำกิจกรรมอะไรบ้างในเทศกาลตรุษจีน?

จากผลอนามัยโพล พบว่า กิจกรรมที่ผู้ตอบและครอบครัวมีแผนจะทำในช่วงเทศกาลตรุษจีน มากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ไปซื้อของไหว้ในวันจ่าย ร้อยละ 50.77 รองลงมาคือ ไหว้เจ้า/ไหว้บรรพบุรุษ ร้อยละ 49.04 และไม่มีแผนทำกิจกรรมข้างต้นในวันตรุษจีน ร้อยละ 31.13 ตามลำดับ

อย่างไรก็ตาม พบว่า มีผู้ตอบบางส่วนที่ คาดว่าจะทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดฝุ่นในช่วงเทศกาลตรุษจีน ได้แก่ จุดธูป /เทียน ร้อยละ 12.26 เผากระดาษเงิน/ทองและสิ่งของที่เป็นกระดาษเพื่อไหว้บรรพบุรุษ ร้อยละ 10.06 และจุดประทัด ร้อยละ 6.99 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ท่านและครอบครัวมีแผนจะทำกิจกรรมอะไรบ้างในเทศกาลตรุษจีน?

อันดับ	ประเด็นคำตอบ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	ไปซื้อของไหว้ในวันจ่าย	530	50.77
2	ไหว้เจ้า/ไหว้บรรพบุรุษ	512	49.04
3	ไม่มีแผนทำกิจกรรมข้างต้นในวันตรุษจีน	325	31.13
4	ไปเที่ยวในสถานที่ต่าง ๆ กับครอบครัว	262	25.10
5	แจก/รับอั่งเปา แบบเงินสด	227	21.74
6	จุดธูป /เทียน	128	12.26
7	แจก/รับอั่งเปา แบบออนไลน์	122	11.69
8	เผากระดาษเงิน/ทองและสิ่งของที่เป็นกระดาษเพื่อไหว้บรรพบุรุษ	105	10.06
9	จุดประทัด	73	6.99
10	อื่นๆ โปรดระบุ	10	0.96

#### 2. ท่านคิดว่า จะเลือกซื้ออาหาร/ของไหว้จากแหล่งต่างๆ ด้วยเหตุผลใดมากที่สุด

จากผู้ตอบแบบสำรวจที่ระบุว่า มีแผนจะซื้ออาหารหรือของไหว้จากแหล่งต่างๆ จำนวน 719 คน (คิดเป็นร้อยละ 68.87 จากผู้ตอบทั้งหมด 1,044 คน) พบว่า ผู้ตอบให้ความสำคัญในการเลือกซื้ออาหารหรือของไหว้ โดยพิจารณาจากเหตุผลด้าน ความสะอาดและความปลอดภัยของแหล่งจำหน่าย เป็นอันดับแรก ที่ร้อยละ 32.13

รองลงมาคือ แหล่งที่ได้รับมาตรฐานหรือมีป้ายรับรองจากทางราชการ คร้อยละ 26.84 และแหล่งจำหน่ายที่มีความน่าเชื่อถือ ร้อยละ 10.85 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ท่านคิดว่าจะเลือกซื้ออาหาร/ของไหว้จากแหล่งต่างๆ ด้วยเหตุผลใดมากที่สุด

อันดับ	ประเด็นคำตอบ	จำนวน	ร้อยละ
1	จากแหล่งที่สะอาด ปลอดภัย	231	32.13
2	แหล่งที่ได้รับมาตรฐาน/ป้ายรับรองจากทางราชการ	193	26.84
3	แหล่งจำหน่ายที่น่าเชื่อถือ	78	10.85
4	แหล่งจำหน่ายสินค้าที่ได้รับความนิยม/ราคาถูก	69	9.60
5	อยู่ใกล้ที่พักอาศัย	64	8.90
6	รวดเร็ว/สะดวกสบาย	51	7.09
7	ติดตามเป็นประจำ	32	4.45
8	ตลาด	1	0.14

### 3. ท่านเลือกซื้ออาหาร/ของไหว้ในเทศกาลตรุษจีน จากแหล่งใด

จากผู้ตอบแบบสำรวจที่ระบุว่า มีแผนจะซื้ออาหารหรือของไหว้จากแหล่งต่างๆ จำนวน 719 คน พบว่า ส่วนใหญ่เลือกซื้ออาหารหรือของไหว้ในช่วงเทศกาลตรุษจีนจาก ห้างสรรพสินค้า/ซูเปอร์มาร์เก็ต ร้อยละ 73.16 รองลงมาคือ ตลาดสด ร้อยละ 68.43 และซื้อผ่านออนไลน์ (Delivery) ร้อยละ 18.22 ตามลำดับ รายละเอียดดังตาราง 3

ตารางที่ 3 ท่านเลือกซื้ออาหาร/ของไหว้ในเทศกาลตรุษจีน จากแหล่งใด

อันดับ	ประเด็นคำตอบ	จำนวน	ร้อยละ
1	ห้างสรรพสินค้า/ซูเปอร์มาร์เก็ต	526	73.16
2	ตลาดสด	492	68.43
3	ซื้อผ่านออนไลน์ (Delivery)	131	18.22
4	ร้านสะดวกซื้อ/มินิมาร์ท	111	15.44
5	ตลาดนัด	100	13.91
6	ร้านขายของชำใกล้บ้าน	102	14.19

### 4. หลังจากเสร็จพิธีไหว้ตรุษจีน ท่านมีการจัดการอาหารปรุงสุกอย่างไร

จากผลสำรวจพบว่า หลังเสร็จพิธีไหว้ตรุษจีน ผู้ตอบส่วนใหญ่จะจัดการอาหารปรุงสุกโดย นำไปอุ่นร้อนก่อนนำมาบริโภค ร้อยละ 60.50 รองลงมาคือ บริโภคทันที ร้อยละ 21.97 และยังไม่บริโภคทันทีแต่นำไปเก็บรักษาในตู้เย็น ร้อยละ 8.07 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 หลังจากเสร็จพิธีไหว้ตรุษจีน ท่านจะมีการจัดการอาหารปรุงสุกอย่างไร

อันดับ	ประเด็นคำตอบ	จำนวน	ร้อยละ
1	นำไปอุ่นร้อนก่อนนำมาบริโภค	435	60.50
2	บริโภคทันที	158	21.97

อันดับ	ประเด็นคำตอบ	จำนวน	ร้อยละ
3	ยังไม่บริโภครถยนต์ที่นำไปเก็บรักษาในตู้เย็น	58	8.07
4	แจกจ่ายให้เพื่อนบ้าน	43	5.98
5	ยังไม่บริโภครถยนต์ที่นำไปเก็บรักษาในตู้กับข้าว	23	3.20
6	ทำกับข้าว	1	0.14
7	นำไปอุ่นร้อนแล้วส่วนหนึ่งนำมาบริโภค และอีกส่วนหนึ่งนำไปแจกจ่ายให้เพื่อนบ้าน	1	0.14

### 5. ในช่วงเทศกาลตรุษจีน หากมีปัญหาวิกฤตฝุ่น PM2.5 ท่านจะป้องกันตนเองอย่างไร

จากผลสำรวจพบว่า พฤติกรรมการป้องกันตนเองจากฝุ่น PM2.5 ในช่วงเทศกาลตรุษจีน 3 อันดับแรก ได้แก่ การไม่จุดธูปหรือไม่เผากระดาษเงินกระดาษทอง ร้อยละ 65.04 รองลงมาคือ สวมหน้ากากเพื่อป้องกันฝุ่น ร้อยละ 61.40 และทำความสะอาดบ้านและที่พักอาศัยให้สะอาด ปลอดภัย ปลอดภัย ร้อยละ 60.06 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ในช่วงเทศกาลตรุษจีน หากมีปัญหาวิกฤตฝุ่น PM2.5 ท่านจะป้องกันตนเองอย่างไร

อันดับ	ประเด็นคำตอบ	จำนวน	ร้อยละ
1	ไม่จุดธูป/ไม่เผากระดาษเงินกระดาษทอง	697	65.04
2	สวมหน้ากากเพื่อป้องกันฝุ่น	641	61.40
3	เช็ดทำความสะอาดบ้าน ที่พักอาศัยให้สะอาด ปลอดภัย	627	60.06
4	ติดตามสถานการณ์ฝุ่นเป็นระยะ	556	53.26
5	ดูแลสุขภาพตนเอง และสมาชิกในครอบครัวที่เป็นกลุ่มเสี่ยง	543	52.01
6	ไม่จุดประทัด	539	51.63
7	ไม่เผาขยะ	447	42.82
8	จัดทำห้องปลอดฝุ่น	147	14.08
9	อื่นๆ โปรดระบุ	10	0.96

### ส่วนที่ 2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสำรวจ

ผู้ตอบแบบสำรวจ 1,044 คน ส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง ร้อยละ 78.74 มีอายุอยู่ในช่วง 25 - 44 ปี ร้อยละ 40.71 รองลงมาคือ 45 - 59 ปี ร้อยละ 32.76 มีอาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ/ลูกจ้างรัฐ ร้อยละ 39.42 รองลงมาคือ แม่บ้าน/พ่อบ้าน ร้อยละ 14.18 และพนักงานบริษัทเอกชน/ลูกจ้างเอกชน ร้อยละ 9.30 ตามลำดับ และส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในพื้นที่รับผิดชอบของเทศบาลตำบล ร้อยละ 34.96 รองลงมาคือ เขตการปกครองรูปแบบพิเศษ (กทม./พัทยา) ร้อยละ 22.89 ตามลำดับ (ดังตารางที่ 6)

ตารางที่ 6 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสำรวจ

ข้อมูลทั่วไป	จำนวนผู้ตอบ	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
หญิง	822	78.74
ชาย	203	19.44
LGBTQIAN+	19	1.82
<b>อายุ</b>		

ข้อมูลทั่วไป	จำนวนผู้ตอบ	ร้อยละ
15 - 24 ปี	67	6.42
25 - 44 ปี	425	40.71
45 - 59 ปี	342	32.76
60 ปี ขึ้นไป	210	20.11
<b>อาชีพ</b>		
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ/ลูกจ้างรัฐ	412	39.42
แม่บ้าน/พอบ้าน	148	14.18
พนักงานบริษัทเอกชน/ลูกจ้างเอกชน	97	9.30
ธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย/อาชีพอิสระ	96	9.20
รับจ้างทั่วไป	48	4.60
ว่างงาน/ระหว่างรองาน	92	8.81
อสม.	59	5.65
เกษตรกร	7	0.67
เกษียณราชการ	47	4.50
นักเรียน/นักศึกษา	38	3.64
<b>เขตการปกครอง</b>		
เทศบาลตำบล	365	34.96
เขตการปกครองรูปแบบพิเศษ (กทม./พัทยา)	239	22.89
องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.)	216	20.69
เทศบาลเมือง	150	14.37
เทศบาลนคร	74	7.09

### สรุปผลการสำรวจ

สรุปผลอนามัยโพล เดือนธันวาคม 2568 “เทศกาลตรุษจีนกับการป้องกันผลกระทบจาก PM2.5”  
สำรวจระหว่างวันที่ 1 – 31 ธันวาคม 2568 มีผู้ตอบรวม 1,044 คน สรุปผล ดังนี้

ผู้ตอบส่วนใหญ่ยังคงมีแผนทำกิจกรรมตามประเพณีในช่วงเทศกาลตรุษจีน โดยกิจกรรมที่พบมากที่สุดได้แก่ ไปซื้อของไหว้ในวันจ่าย ร้อยละ 50.8 รองลงมาคือ ไหว้เจ้าและไหว้บรรพบุรุษ ร้อยละ 49.0 ขณะที่ผู้ตอบบางส่วนไม่มีแผนทำกิจกรรมดังกล่าวในวันตรุษจีน ร้อยละ 31.1 ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความหลากหลายของรูปแบบการดำเนินชีวิตและการปรับตัวของสังคมในบริบทปัจจุบัน

จากผู้ตอบที่ระบุว่าไม่มีแผนจะซื้ออาหารหรือของไหว้ 719 คน (ร้อยละ 68.9) ให้ความสำคัญกับการเลือกซื้ออาหารหรือของไหว้โดยพิจารณาจาก ความสะอาดและความปลอดภัยของแหล่งจำหน่ายเป็นปัจจัยหลัก ร้อยละ 32.1 รองลงมาคือ จากแหล่งที่ได้รับมาตรฐานหรือมีป้ายรับรองจากทางราชการ ร้อยละ 26.8 และจากแหล่งจำหน่ายที่มีความน่าเชื่อถือ ร้อยละ 10.8 นอกจากนี้ส่วนใหญ่นิยมเลือกซื้ออาหารหรือของไหว้จากห้างสรรพสินค้า/ซูเปอร์มาร์เก็ต ร้อยละ 73.2 รองลงมาคือ ตลาดสด ร้อยละ 68.4 และซื้อผ่านออนไลน์ (Delivery) ร้อยละ 18.2 ตามลำดับ ทั้งนี้ ภายหลังจากเสร็จพิธีไหว้ ผู้ตอบส่วนใหญ่จะจัดการอาหารปรุงสุกที่สอดคล้องกับหลักสุขาภิบาลอาหาร โดยเลือกนำอาหารไปอุ่นร้อนก่อนนำมาบริโภค ร้อยละ 60.5 รองลงมาคือ บริโภคทันที ร้อยละ 21.9 และเก็บรักษาอาหารไว้ในตู้เย็นเพื่อบริโภคภายหลัง ร้อยละ 8.1

อย่างไรก็ตาม ในช่วงเทศกาลตรุษจีนเป็นช่วงเวลาเดียวกันกับที่พบปัญหาฝุ่น PM2.5 ในพื้นที่ กทมและปริมณฑล รวมทั้งในหลายจังหวัด โดยพบว่า มีผู้ที่คาดว่าจะทำกิจกรรมที่จัดว่าก่อให้เกิดฝุ่น ได้แก่ จุดธูป /เทียน ร้อยละ 12.3 เผากระดาษเงิน/ทองและสิ่งของที่เป็นกระดาษเพื่อไหว้บรรพบุรุษ ร้อยละ 10.1 และจุดประทัด ร้อยละ 7.0 ตามลำดับ แต่เมื่อถามถึงการป้องกันตนเองหากมีปัญหาวิกฤตฝุ่นในช่วงเทศกาลตรุษจีน พบว่าส่วนใหญ่ให้ความสำคัญกับพฤติกรรมที่ช่วยลดการสัมผัสฝุ่นเป็นอันดับต้น ๆ ได้แก่ การหลีกเลี่ยงจุดธูปหรือเผากระดาษเงินกระดาษทอง ร้อยละ 65.0 รองลงมาคือ การสวมหน้ากากเพื่อป้องกันฝุ่น ร้อยละ 61.4 และทำความสะอาดที่พักอาศัยให้สะอาดปลอดฝุ่น ร้อยละ 60.1 ตามลำดับ ซึ่งสะท้อนถึงระดับการตระหนักรู้ด้านสุขภาพและการปรับพฤติกรรมของประชาชนต่อสถานการณ์ฝุ่น PM2.5 ในช่วงเทศกาลดังกล่าว

### ข้อเสนอจากผลการสำรวจ

จากผลอนามัยโพล มีข้อเสนอให้กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ กองประเมินผลกระทบต่อสุขภาพ สำนักสุขภาพิบาลอาหารและน้ำ ศูนย์อนามัยที่ 1 – 12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพะเขตเมือง นำผลอนามัยโพลไปเป็นข้อมูลประกอบเพื่อการวางแผนในการเพิ่มประสิทธิภาพการดำเนินมาตรการทาง การแพทย์และสาธารณสุขกรณี PM2.5 และการสุขภาพิบาลอาหาร รวมถึงการสื่อสารสร้างความเข้าใจให้ประชาชนปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้อง ในประเด็นดังนี้

#### 1. พัฒนาคความรอบรู้และพฤติกรรมด้านสุขภาพิบาลอาหารในช่วงเทศกาลตรุษจีน

ส่งเสริมการให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการเลือกซื้ออาหารและของไหว้จากแหล่งที่สะอาดได้มาตรฐาน รวมถึงการจัดการอาหารเช่นไหว้อย่างถูกสุขลักษณะ โดยเน้นการอุ่นร้อนก่อนบริโภคและการเก็บรักษาอาหารอย่างเหมาะสม เพื่อลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคจากอาหารเป็นสื่อ

#### 2. ยกระดับการสื่อสารและการกำกับดูแลแหล่งจำหน่ายอาหารหลัก

เพิ่มมาตรการเฝ้าระวังและสื่อสารความเสี่ยงด้านสุขภาพิบาลอาหารในห้างสรรพสินค้า และตลาดสด ซึ่งเป็นแหล่งซื้ออาหารและของไหว้หลักของประชาชน พร้อมทั้งส่งเสริมให้ผู้ประกอบการปฏิบัติตามหลักสุขภาพิบาลอาหารอย่างเคร่งครัด และสร้างความเข้าใจให้ประชาชนจัดการอาหารอย่างปลอดภัย หลังเสร็จพิธีไหว้

#### 3. ส่งเสริมการฉลองตรุษจีนที่ลดผลกระทบจากฝุ่น PM2.5 และคุ้มครองสุขภาพ

สนับสนุนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมฉลองเทศกาลให้เป็นมิตรต่อสุขภาพและสิ่งแวดล้อม โดยรณรงค์ลดหรือหลีกเลี่ยงการจุดธูป การเผากระดาษเงินกระดาษทอง และการจุดประทัด ควบคู่กับการให้ความรู้เรื่องการจัดการซื้อธูปอย่างถูกวิธี การติดตามสถานการณ์ฝุ่น และการป้องกันตนเอง เช่น การสวมหน้ากากและการดูแลที่พักอาศัยให้ปลอดฝุ่น เป็นต้น

### ช่องทางการเข้าถึงผลอนามัยโพล เพื่อการนำไปใช้ประโยชน์

ผลอนามัยโพล สํารวจระหว่างวันที่ 1 – 31 ธันวาคม 2568 ประเด็น “เทศกาลตรุษจีนกับการป้องกันผลกระทบจาก PM2.5” มีไฟล์รายงานสรุปผลและสรุปผลในรูปแบบ Infographic เพื่อให้ผู้สนใจนำไปใช้ประโยชน์ สามารถเข้าถึงได้ที่ website กองประเมินผลกระทบต่อสุขภาพ <https://hfd.anamai.moph.go.th>

โดย คณะทำงานขับเคลื่อนอนามัยโพล ปีงบประมาณ 2569

กองประเมินผลกระทบต่อสุขภาพ กรมอนามัย

6 มกราคม 2569