

ประเทศไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงวัยแล้ว และอีก 37 ปี อาเซียนจะเข้าสู่สังคมผู้สูงวัยเต็มตัวแน่นอน โอกาสของสินค้าผู้สูงวัยเริ่มมี แต่คนที่เริ่มทำธุรกิจด้านอาหารในบ้านเรายังถือว่าน้อย ประชาชาติธุรกิจ นิวบิช นำเสนอโอกาสจากการสัมมนาใน 2 เรื่อง คือ การประชุมวิชาการอุตสาหกรรมเกษตร ครั้งที่ 2 ว่าด้วยเรื่องแนวทางการพัฒนาอาหารเพื่อผู้สูงอายุ จัดโดยสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง และจากสถาบันอาหาร ในการสัมมนาเรื่องอุตสาหกรรมอาหารไทย เตรียมความพร้อมรับสังคมผู้สูงอายุ

บอกได้เลยว่า โอกาสของไทยยังไม่ได้ไกลจากงานวิจัยที่เกิดขึ้น

ชีนครูสูงวัยชอบแกงจืด-ถั่ว 5 สี
ดร.วิเชียร ฤกษ์พัฒนกิจ ผู้อำนวยการกลุ่มงานวิจัยและบริการข้อมูลวิจัยเพื่อ



อาหาร 4 ระดับจับ 'สูงวัย'

พืชนเคี้ยว เหงือกบด ลิ้นดุน กลิ้น

อุตสาหกรรม สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม เปิดเผยแพร่ผลการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารแปรรูปของผู้สูงอายุไทย โดยสำรวจจากกลุ่มตัวอย่าง 60 ปีขึ้นไป ที่เข้าร่วมในงานกีฬาผู้สูงอายุแห่งชาติ จังหวัดนครราชสีมา ระหว่าง 14-16 มิถุนายน 2556 และสัมภาษณ์ฟารายมิงค์คลาสิกฟาสถาน 17-30 มิถุนายน 2556 จำนวน 980 ตัวอย่าง พบว่าผู้สูงวัยอายุ 60-69 มีถึง 55.7 เปอร์เซ็นต์ 70-79 มี 31.8% และ 80 ปีขึ้นไป 12.8%

ขณะที่ระดับประถมศึกษา 57% ระดับมัธยมศึกษาและปริญญาตรีมีเพียง 8-9.8% โดยปัญหาในเรื่องของการกิน มีปัญหาเรื่องการเคี้ยวอาหารเนื่องจากสุขภาพฟัน 60% มีปัญหากรกิน 26% เกิดกับคนอายุ 80 ปีขึ้นไป และปัญหาเรื่องการรับรู้รส 44% ส่วนวิธีการรับประทานอาหาร จะชอบปรุงเอง 96.2% ส่วนวิธีการคือ ใช้เตาแก๊ส 93.72% เตาไมโครเวฟ 37.24 และเตาด่าน 13.98%

ส่วนเมนูสุดฮิตที่คนชราชอบรับประทานก็คือ แกงจืด ถึง 65.6% แกงส้ม 59.6% อาหารหวาน ผลไม้สด 79.7 ขนมไทย 38.3 เครื่องดื่มที่ผู้สูงวัยชอบรับประทาน ได้แก่ นมถั่วเหลือง กาแฟพร้อมดื่ม นมยูเอชที และน้ำผลไม้กระป๋อง และผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่คนสูงวัยรับประทานก็คือวิตามินต่าง ๆ 54.96 รองลงมาคือ สารบำรุง แร่ธาตุ โปรตีน โยเกิร์ต และกลุ่มสารลดไขมัน

สำหรับอาหารแปรรูปที่คนสูงวัยรับประทานในรอบ 30 วัน จะจ่ายโดยเฉลี่ย 960 บาทต่อเดือน ส่วนสถานที่ไปคือ ไฮเปอร์มาร์เก็ต 33.3%

คนที่ซื้ออาหารในการตัดสินใจซื้อของผู้สูงวัยคือ คนในครอบครัว มากที่สุดถึง 70.4% ขณะที่ตัดสินใจเอง 24.7% ส่วนอาหารแปรรูปที่มีแนวโน้มรับประทานมากที่สุดคือ เครื่องดื่มสำเร็จรูป 66.5%



รองลงมาคือเครื่องดื่มผงพร้อมชง 35.2% ส่วนอาหารแปรรูปที่มีโอกาสคือ ข้าวสวย แกงจืดปรุงสำเร็จ และเครื่องดื่มจากถั่วหาลี่ ที่มีโอกาสน่าสนใจมากที่สุด

ผลิตภัณฑ์ 4 ระดับเพื่อ สว.ญี่ปุ่น
จากการศึกษาดูงานในญี่ปุ่น ดร.ดร.ประพันธ์ ปันศิริโรคม คณะอุตสาหกรรมเกษตร สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง กล่าวว่า จากการศึกษาดูงานและสำรวจผลิตภัณฑ์เพื่อผู้สูงอายุพบว่า ผลิตภัณฑ์ที่ญี่ปุ่นจำหน่ายอาหารตามความสามารถในการรับประทานของผู้สูงอายุ เช่น แบบแรก แบบที่เอาฟันเคี้ยวอาหารพอได้ แบบที่สองคือ ใช้เหงือกบดได้ และแบบที่สาม ใช้ลิ้นดุน ๆ ก็พอทำได้ และแบบที่สี่คือ กลิ้นได้อย่างเดียว

การคิดอาหารแต่ละระดับขึ้นมาเน้นมาจากปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ เช่น เคี้ยวอาหารได้น้อยลง เคี้ยวขึ้นใหญ่ ๆ โดยมากมากขึ้น และเมื่อมีอายุมาก กรรกลืนของที่เป็นของเหลวร่วมกับของแข็งทำให้คนชราสลักได้ รวมทั้งอาจจะไม่ชอบกินน้ำด้วย เพราะน้ำทำให้คนชราสลัก ที่ญี่ปุ่นจึงแก้ปัญหาด้วยการทำให้รูปของผลิตภัณฑ์บางอย่างออกมาในรูปของเยลลี่ซึ่งมีน้ำเป็นส่วนผสม เพื่อให้คนชราสามารถกินน้ำได้มากขึ้น หรือลดปริมาณกล่องนมลงแต่ให้คุณค่าเท่าเดิม หรือลดปริมาณสารอาหารบางอย่างลงให้เหมาะกับคนชรา และที่ขายดีในญี่ปุ่น อาหารเพื่อผู้สูงอายุก็คือสารช่วยเพิ่มความหนืด ซึ่งมีทุกยี่ห้อ และเป็นสารที่ขายดีในญี่ปุ่น ช่วยให้อาหาร

ที่เป็นมีลักษณะข้นเหนียวมากขึ้น กลืนง่าย ไม่สลัก ขณะที่การออกแบบดีไซน์ผลิตภัณฑ์ต้องเป็นสากลมากขึ้นด้วย

รวมทั้งหน้าตาอาหารจะต้องมีความน่ารับประทาน กลิ่น รส มีส่วนผสมที่สอดคล้อง

อาหารเฉพาะคนมีโรคประจำตัว
รศ.ดร.ประพันธ์ ปันศิริโรคม กล่าวต่อว่า สำหรับกลุ่มกล้วยไม้ (ใกล้ม้วย) หรือสูงวัยที่มีโรคประจำตัวสำหรับคนไทย และมีอัตราเพิ่มขึ้นทุกปีก็คืออาหารเพื่อคนกลุ่มนี้โดยเฉพาะ 5 อันดับโรคเรื้อรัง

สำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย อันดับ 1 คือ ความดันโลหิต 2.ไขมันในเลือดสูง 3.อัมพฤกษ์ อัมพาต 4.โรคหลอดเลือดหัวใจ และ 5.โรคไตวาย

ผลิตภัณฑ์ที่ออกมาแล้วในญี่ปุ่นก็คือผลิตภัณฑ์เสริมความเข้มข้นของกระดูกและบำรุงข้อต่อ เสริมแคลเซียมและวิตามินดี บำรุงหัวใจและการไหลเวียน ผลิตภัณฑ์สำหรับย่อยอาหารและภูมิคุ้มกัน ผลิตภัณฑ์สำหรับผู้สูงอายุสำหรับโรคเบาหวาน

อย่างไรก็ดี สำหรับผู้ประกอบการไทยที่จะเจาะเข้าสู่ตลาดผู้สูงวัย ในคำแนะนำจากการสัมมนาใน 2 ครั้งนี้พบว่าผู้สูงวัยมักชอบสิ่งแปลกปลอมใหม่ ๆ ชอบอาหารท้องถิ่น ไม่ชอบลองของใหม่ ๆ และที่สำคัญคือ รสชาติ มีส่วนผสมต้อง

มาก่อน นอกจากนี้ในบ้านเราจะเห็นว่ามีอุตสาหกรรมอาหารอยู่แล้วทั้งขนาดเล็กและใหญ่ ซึ่งบ้านเราต้องให้ศาสตร์หลายสาขา ไม่ว่าจะทำให้นักโภชนาการ นักวิทยาศาสตร์ คนที่จะทำให้อาหารปรับปรุง มีส่วนผสม รสชาติ รวมทั้งแพ็คเกจจิ้งที่เหมาะสมอีกด้วย



(ซ้าย) เยลลี่แบบกลืน สำหรับคนสูงวัยที่ดื่มแล้วสลัก (บน) สารเพิ่มความหนืดชั้นลดการสลัก (ขวา) อาหารสำหรับคนสูงวัย มีตัวเลขบอกระดับอ่อนนุ่มของอาหาร