

การศึกษาปริมาณกรดไขมันดีเอชเอ ในน้ำมันมรรดาที่อาศัยอยู่ในจังหวัดตาก

ธารินี ตั้งตระกูลวิริยะ

น้ำมันเมมีคุณค่าทางโภชนาการ และเป็นอาหารที่เหมาะสมสำหรับทารก น้ำมันเมประกอบด้วยไขมันประมาณร้อยละ 50 ของพลังงานทั้งหมด ไขมันในน้ำมันเมมีกรดไขมันจำเป็นที่ทารกต้องได้รับเพื่อการพัฒนาของสมอง จอประสาทตา และเนื้อเยื่ออื่น ๆ ปัจจุบันมีการศึกษาเกี่ยวกับกรดไขมันจำเป็นในน้ำมันมรรดาคนไทยที่อาศัยในจังหวัดกรุงเทพมหานคร แต่ยังไม่มีการศึกษาเปรียบเทียบปริมาณของกรดไขมันดีเอชเอ (DHA) ในน้ำมันมรรดาที่อาศัยในจังหวัดต่างไกลหลายทะเล ซึ่งมีความแตกต่างกันในลักษณะของอาหารที่มารดาได้รับประทาน

การศึกษานี้เป็นการศึกษาถึงปริมาณกรดไขมันจำเป็นในน้ำมันมรรดา และปัจจัยที่มีผลต่อปริมาณกรดไขมันในน้ำมันมรรดาที่อาศัยในจังหวัดตาก เปรียบเทียบปริมาณกรดไขมันดีเอชเอ ในน้ำมันมรรดา ที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพฯ ซึ่งถือว่าจังหวัดตากอยู่ห่างไกลทะเล ประชากรน่าจะมีโอกาสได้รับอาหารที่มีกรดไขมันดีเอชเอน้อยกว่าประชากรในกรุงเทพมหานคร โดยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับประวัติทั่วไปและการรับประทานอาหารของมารดา การวิเคราะห์ชนิดและปริมาณกรดไขมันในน้ำมันมรรดาหลังคลอด 1 เดือน

จากการศึกษา ในมารดาที่เลี้ยงบุตรด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียว 40 คนที่คลินิกสุขภาพเด็ก รพ.ท่าสองยาง จังหวัดตาก ระหว่างเดือน กรกฎาคม ถึงเดือน สิงหาคม พ.ศ.2548 พบว่าระดับดีเอชเอ ในน้ำมันของมารดาในกลุ่มทดลอง มีค่าเป็นร้อยละ 0.17-1.17 ของระดับกรดไขมันทั้งหมด

ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อปริมาณกรดไขมันในน้ำมันมรรดา พบว่าปริมาณอาหารทะเลที่มารดาได้รับประทานนั้น ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับปริมาณกรดไขมัน นอกจากนี้ภาวะโภชนาการ รายได้ในครอบครัว ระดับการศึกษาและภูมิสำเนา ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับปริมาณ ดีเอชเอในน้ำมัน

แต่เมื่อเปรียบเทียบปริมาณกรดไขมันดีเอชเอในน้ำมันมรรดาที่อาศัยอยู่ในจังหวัด กรุงเทพมหานครและจังหวัดตาก พบว่าปริมาณกรดไขมันดีเอชเอในน้ำมันมรรดาที่อาศัยอยู่ในจังหวัดตากสูงกว่ามารดาที่อาศัยอยู่ที่กรุงเทพมหานครอย่างมีนัยสำคัญ

ภาควิชากุมารเวชศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

**THE QUANTITY OF DOCOSAHEXAENOIC ACID (DHA)
IN BREAST MILK OF MOTHER LIVING IN TAK PROVINCE**

THARINEE TANGTRAKULVACHIRA

Breast milk from healthy and well-nourished mother is ideal diet for infants. Lipids in breast milk provide the main source of energy for the breast-fed baby and supply essential nutrients. Docosahexaenoic acid (DHA) is the long-chain polyunsaturated fatty acid that enhance cognitive and visual development. There has been no study that evaluates the DHA content of breast milk in Thai women from Tak province.

This study evaluated DHA content in breast milk of the mothers who live in Tak and the factors that affect the amount. We compare the amounts of DHA in breast milk of the mothers who live in Tak and those living in Bangkok. Tak is far from the sea province that the mothers may have differences in the food availability and the habitual diets from those in Bangkok. Dietary information are obtained from food frequency questionnaire.

Forty mothers from well-baby clinic at Thasongyang Hospital in Tak during July 2005 to August 2005 were recruited in this study. Subjects were mothers who fed their children with exclusive breast-feeding. The percentage of DHA in breastmilk ranged from 0.17 to 1.17 % of total fatty acids.

Amounts of dietary seafood consumption had negative relationship to DHA in breast milk. In addition, body mass index, family income, education level and permanent residence did not significantly relate to the DHA contents in breast milk.

DHA contents in breast milk of the mothers who lived in Tak were higher than those of the mothers in Bangkok.