

อาหารพื้นเมือง ข้าวเจ้ากับระดับน้ำตาลในเลือด
ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน



วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

พฤษภาคม 2548

อาหารพื้นเมือง ข้าวเจ้ากับระดับน้ำตาลในเลือด
ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน

เกษร จันทรศิริ

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

บัณฑิตวิทยาลัย

All rights reserved

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

พฤษภาคม 2548

อาหารพื้นเมือง ข้าวเจ้ากับระดับน้ำตาลในเลือด
ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน

เกษร จันทรศิริ

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของ
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร

กรรมการ

อาจารย์ ดร.ศักดา พริงคำภู

กรรมการ

รองศาสตราจารย์เข็มสร ทองสวัสดิ์

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

14 พฤษภาคม 2548

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาครั้งนี้ ประสบความสำเร็จได้ด้วยความกรุณา และความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร ประธานที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ ซึ่งได้ให้การสนับสนุน ทุกๆ ด้าน ทั้งความรู้ คำแนะนำและคำปรึกษา รวมทั้งได้เสียสละเวลาอันมีค่าในการตรวจสอบเนื้อหา จนการศึกษาครั้งนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี ผู้เขียนขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.ศักดิ์ พรังลำภู กรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ ที่ได้ให้คำแนะนำ คำปรึกษา ตลอดจนสละเวลาในการตรวจสอบ แก้ไข และขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์เทียมศร ทองสวัสดิ์ กรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ ที่สละเวลาในการให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะและข้อคิดเห็นต่างๆ อันเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านซึ่งช่วยตรวจสอบเครื่องมือ ดำรับอาหาร รวมทั้งให้ความรู้และคำแนะนำซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับการศึกษาครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณกรณีศึกษาทั้ง 3 ราย ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ทั้งการเข้ารับการตรวจเลือด การรับประทานอาหารพื้นเมือง ตลอดจนการให้ข้อมูลที่เกิดขึ้นตลอดระยะเวลา 8 สัปดาห์

ขอขอบพระคุณ คุณสมบัติ มาตยานุญ เจ้าหน้าที่ประจำห้องปฏิบัติการหน่วยต่อมไร้ท่อ และเมตาบอลิซึม โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ที่ได้ให้ความช่วยเหลือทั้งด้านข้อมูลและคำแนะนำ ต่างๆ รวมทั้งการตรวจระดับฮีโมโกลบิน เอ วัน ซี ซึ่งเป็นส่วนสำคัญของผลการศึกษาในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณเจ้าหน้าที่สถานีอนามัยประจำตำบลสารราษฎร์ อ.ดอยสะเก็ด จ.เชียงใหม่ ที่ให้ความช่วยเหลือในการตรวจระดับน้ำตาลในเลือดขณะอดอาหารของกรณีศึกษา ตลอดระยะเวลาการศึกษานี้

ขอขอบพระคุณ คุณนารีรัตน์ บุญลักษณ์ ที่ให้ความช่วยเหลือในทุกๆ ด้าน ทั้งการให้คำปรึกษา คำแนะนำที่ดี จนการศึกษาครั้งนี้สำเร็จได้ ขอขอบพระคุณ พี่ๆ และเพื่อนๆ สาขาวิชา โภชนศาสตร์ศึกษาทุกท่านที่ให้คำแนะนำและกำลังใจที่ดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่และญาติพี่น้องทุกท่านที่ให้การสนับสนุนทุกๆ ด้าน รวมทั้งเป็นกำลังใจที่ดีทำให้ผู้ศึกษาประสบความสำเร็จถึงวันนี้

ผู้ศึกษาหวังเป็นอย่างยิ่งว่าการค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อผู้สนใจ ผู้ที่ต้องการศึกษาเรื่องนี้และผู้ที่ต้องการนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ คุณค่าและประโยชน์อันเกิดจากการค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้ ผู้ศึกษาขอมอบเพื่อทดแทนพระคุณ บิดา-มารดา ญาติพี่น้อง ครูอาจารย์ รวมทั้งผู้มีพระคุณทุกท่าน

เกษร จันทร์ศิริ