



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

- | | |
|---|---|
| 1. รองศาสตราจารย์ยุพา สุภากุล | ข้าราชการบำนาญ
ผู้เชี่ยวชาญด้านการสื่อสารมวลชน |
| 2. รองศาสตราจารย์ประหัด สายวิเชียร | ประธานสาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |
| 3. รองศาสตราจารย์ลาวัลย์ สมบูรณ์ | ภาควิชาการพยาบาลสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |
| 4. รองศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ ภู่วิภาดาวรรณ | ภาควิชาประเมินผลและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ข

แบบสัมภาษณ์

เลขที่สัมภาษณ์.....

แบบสัมภาษณ์ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน
ในชุมชนบ้านห้วยเกียง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

คำชี้แจง แบบสัมภาษณ์นี้ใช้สัมภาษณ์สตรีวัยหมดประจำเดือนในชุมชนบ้านห้วยเกียง
อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

แบบสัมภาษณ์ประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของสตรีวัยหมดประจำเดือน

ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรีวัยหมดประจำเดือน

ส่วนที่ 3 แบบบันทึกภาวะโภชนาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

แบบสัมภาษณ์

เลขที่แบบสัมภาษณ์.....

เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนในชุมชน
บ้านห้วยเกียง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ใน () หน้าข้อความที่ตรงกับความจริงและเติมข้อความใน
ช่องว่างให้สมบูรณ์

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี

2. สถานภาพสมรส

() 1. โสด () 2. คู่ () 3. หย่า () 4. แยก () 5. หม้าย

3.

.

.

18.

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

คำชี้แจง ปฏิบัติเป็นประจำ คือ กระทำสม่ำเสมอทุกวัน/สัปดาห์

ปฏิบัติบ่อยครั้ง คือ กระทำเป็นส่วนใหญ่ 4-6 ครั้ง/สัปดาห์

ปฏิบัติบางครั้ง คือ กระทำเป็นส่วนน้อย 1-3 ครั้ง/สัปดาห์

ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ ไม่เคยกระทำเลย

หมวดที่ 1 บริโภคนิสัย

.

.

.

.

.

หมวดที่ 5 วิธีเก็บอาหารก่อนปรุง

ส่วนที่ 3 แบบบันทึกภาวะโภชนาการ

ภาคผนวก ก

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตาราง 4.18 ประชากรจำแนกตามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร 5 หมู่ และน้ำ (N = 80 คน)

บริโภคนิสัยอาหาร	การปฏิบัติ								ระดับ		พฤติกรรม การบริโภค อาหาร
	เป็นประจำ		บ่อยครั้ง		บางครั้ง		ไม่เคยเลย		— X	S.D.	
	N	%	N	%	N	%	N	%			
เนื้อสัตว์											
หมู 1 - กะปิ	62	77.50	14	17.50	4	5.00	-	-	2.73	0.55	ดีมาก
หมู 1 - ปลา	60	75.00	12	15.00	8	10.00	-	-	2.65	0.65	ดีมาก
หมู 1 - หมู	57	71.25	15	18.75	8	10.00	-	-	2.61	0.66	ดีมาก
หมู 1 - กุ้ง	8	10.00	10	12.50	28	35.00	34	42.50	2.10	0.97	ดี
หมู 1 - ปลาถิ่น	30	37.50	12	15.00	38	47.50	-	-	1.90	0.92	ดี
ไข่ทั้งกระดูก											
หมู 1 - ไข่	12	15.00	28	35.00	31	38.75	9	11.25	1.54	0.88	ดี
หมู 1 - ไข่	3	3.75	5	6.25	20	25.00	52	65.00	0.49	0.77	ปรับปรุง
นม											
หมู 1 - โยเกิร์ต	3	3.75	15	18.75	12	15.00	50	62.50	0.64	0.91	พอใช้
หมู 1 - นมสด	4	5.00	7	8.75	5	6.25	64	80.00	0.39	0.84	ปรับปรุง
ไข่											
หมู 1 - ไข่ไก่	30	37.50	33	41.25	12	15.00	5	6.25	2.10	0.88	ดี
หมู 1 - ไข่เป็ด	-	-	-	-	10	12.50	70	87.50	0.13	0.33	ปรับปรุง
ถั่ว											
หมู 1 - นมถั่ว	30	37.50	44	55.00	5	6.25	1	1.25	2.29	0.64	ดี
เหลือง											
หมู 1 ถั่วเหลือง	10	12.50	26	32.50	38	47.50	6	7.50	1.50	0.81	ดี
หมู 1 - ถั่วลิสง	5	6.25	10	12.50	62	77.50	3	3.75	1.21	0.61	พอใช้
หมู 1 - งาดำ	-	-	5	6.25	12	15.00	63	78.75	0.28	0.57	ปรับปรุง

ตาราง 4.18 (ต่อ)

บริโภคนิสัยอาหาร	การปฏิบัติ								— X	S.D.	ระดับ พฤติกรรม การบริโภค อาหาร
	เป็นประจำ		บ่อยครั้ง		บางครั้ง		ไม่เคยเลย				
	N	%	N	%	N	%	N	%			
ข้าว											
หมู่ 2 - ขนมหิน	10	12.50	42	52.50	20	25.00	8	10.00	1.68	0.82	ดี
หมู่ 2 - มัน	16	20.00	20	25.00	35	43.75	9	11.25	1.54	0.94	ดี
หมู่ 2 - ข้าวเจ้า	-	-	48	60.00	28	35.00	4	5.00	1.45	0.59	พอใช้
หมู่ 2 - ถั่วเขียว	-	-	40	50.00	32	40.00	8	10.00	1.40	0.66	พอใช้
หมู่ 2 - ข้าวเหนียว	20	25.00	32	40.00	25	31.25	3	3.75	1.14	0.83	พอใช้
หมู่ 2 - เผือก	2	2.50	8	10.00	12	15.00	58	72.50	0.43	0.77	ปรับปรุง
หมู่ 2 - ข้าวกล้อง	3	3.75	2	2.50	7	8.75	68	85.00	0.25	0.68	ปรับปรุง
พืชผักต่าง ๆ											
หมู่ 3 - มะนาว	55	68.75	23	28.75	2	2.50	-	-	2.66	0.52	ดีมาก
หมู่ 3 - พริก	55	68.75	23	28.75	2	2.50	-	-	2.66	0.52	ดีมาก
หมู่ 3 - กวางตุ้ง	52	65.00	24	30.00	4	5.00	-	-	2.60	0.58	ดีมาก
หมู่ 3 - มะเขือเทศ	32	40.00	45	56.25	3	3.75	-	-	2.36	0.55	ดี
หมู่ 3 - ผักบุ้ง	38	47.50	30	37.50	10	12.50	2	2.50	2.30	0.78	ดี
หมู่ 3 - ฟักทอง	38	47.50	20	25.00	12	15.00	10	12.50	2.08	1.06	ดี
หมู่ 3 - ผักกาดขาว	30	37.50	32	40.00	7	8.75	11	13.75	2.01	1.01	ดี
หมู่ 3 - ตำลึง	32	40.00	20	25.00	22	27.50	6	7.50	1.98	0.99	ดี
หมู่ 3 - กระเทียม	28	35.00	32	40.00	8	10.00	12	15.00	1.95	1.03	ดี
หมู่ 3 - ชะอม	10	12.50	45	56.25	22	27.50	3	3.75	1.78	0.71	ดี
หมู่ 3 - กระเทียม	20	25.00	22	27.50	32	40.00	6	7.50	1.70	0.93	ดี
ดอก											
หมู่ 3 - ถั่วฝักยาว	10	12.50	31	38.75	29	36.25	10	12.50	1.51	0.87	ดี

ตาราง 4.18 (ต่อ)

บริโภคนิสัยอาหาร	การปฏิบัติ								— X	S.D.	ระดับ พฤติกรรม การบริโภค อาหาร
	เป็นประจำ		บ่อยครั้ง		บางครั้ง		ไม่เคยเลย				
	N	%	N	%	N	%	N	%			
หมู่ 3 - แครอท	-	-	-	-	22	27.50	58	72.50	0.28	0.44	ปรับปรุง
ผลไม้ต่าง ๆ											
หมู่ 4 - ส้ม	52	65.00	20	25.00	5	6.25	3	3.75	2.51	0.77	ดีมาก
หมู่ 4 - กัลย	30	37.50	28	35.00	20	25.00	2	2.50	2.08	0.85	ดี
หมู่ 4 - มะละกอ	32	40.00	22	27.50	20	25.00	6	7.50	2.00	0.98	ดี
หมู่ 4 - ข้าวโพด	12	15.00	32	40.00	28	35.00	8	10.00	1.60	0.86	ดี
หมู่ 4 - ฝรั่ง	18	22.50	10	12.50	48	60.00	4	5.00	1.53	0.90	ดี
หมู่ 4 - แตงโม	15	18.75	24	30.00	27	33.75	14	17.50	1.50	0.99	ดี
หมู่ 4 - สัปรด	12	15.00	22	27.50	32	40.00	14	17.50	1.40	0.94	พอใช้
น้ำมันและไขมัน											
หมู่ 5 - น้ำมัน มะพร้าว	-	-	-	-	3	3.75	77	96.25	2.96	0.19	ดีมาก
หมู่ 5 - น้ำมัน กะทิ	-	-	-	-	5	6.25	75	93.75	2.94	0.24	ดีมาก
หมู่ 5 - น้ำมัน ถั่วเหลือง	72	90.00	5	6.25	3	3.75	-	-	2.86	0.44	ดีมาก
หมู่ 5 - น้ำมันหมู	-	-	5	6.25	10	12.50	65	81.25	2.75	0.56	ดีมาก
น้ำและเครื่องดื่ม											
น้ำดื่มสะอาด	72	90.00	6	7.50	2	2.50	-	-	2.88	0.40	ดีมาก
6-8 แก้ว											
น้ำดื่ม - ใก้ก	-	-	-	-	21	26.25	59	73.75	2.74	0.44	ดีมาก
น้ำดื่ม - กาแฟ	--	-	12	15.00	25	31.25	43	53.75	2.39	0.73	ดี
น้ำดื่ม น้ำผลไม้	3	3.75	12	15.00	51	63.75	14	17.50	1.05	0.69	พอใช้

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นางกมลวรรณ เตชะฟอง
วัน เดือน ปีเกิด	9 พฤษภาคม 2509
ภูมิลำเนา	321/12 หมู่ 4 ตำบลหนองจ้อม อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่
ประวัติการศึกษา	
2527	มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนยุพราชวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่
2529	พยาบาลเทคนิค วิทยาลัยพยาบาลลำปาง
2533	พยาบาลวิชาชีพ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
ประสบการณ์การทำงาน	
2329 - 2532	พยาบาลเทคนิค 2 โรงพยาบาลสะเมิง อำเภอสะเมิง จังหวัดเชียงใหม่
2533 - 2542	พยาบาลวิชาชีพ 3 โรงพยาบาลแม่ออน อำเภอแม่ออน จังหวัดเชียงใหม่
2543 – ปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพ 7 โรงพยาบาลสันทราย อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่