

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	จ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ณ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
คำถามการศึกษา	3
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	3
ขอบเขตการศึกษา	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
ความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ	6
โภชนาการสำหรับวัยผู้ใหญ่	13
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	21
กรอบแนวคิดในการศึกษา	24
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการศึกษา	25
ประชากร	25
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	25
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	27
การพิทักษ์สิทธิ์	28
การเก็บรวบรวมข้อมูล	28
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	28
บทที่ 4 ผลการศึกษา	29

บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	39
สรุปผลการศึกษา	39
อภิปรายผลการศึกษา	40
ข้อเสนอแนะ	43
บรรณานุกรม	44
ภาคผนวก	48
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	49
ภาคผนวก ข ตัวอย่างเครื่องมือ	50
ภาคผนวก ค หนังสือยินยอม	57
ประวัติผู้เขียน	58

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า	
2.1	เกณฑ์การประเมินภาวะโภชนาการที่เหมาะสมสำหรับผู้ใหญ่คนเอเชีย	19
4.1	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามเพศ อายุ และสถานภาพสมรส	30
4.2	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามระดับการศึกษา ตำแหน่งใน การปฏิบัติงานและความเพียงพอของรายได้	31
4.3	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามการได้รับคำแนะนำหรือได้รับความรู้ เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ และแหล่งความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ	32
4.4	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามระดับความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ	33
4.5	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามตำแหน่งการปฏิบัติงานและ ระดับความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ	34
4.6	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามระดับการบริโภคอาหาร	35
4.7	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามภาวะโภชนาการและ ระดับการบริโภคอาหาร	35
4.8	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามเพศและระดับการบริโภคอาหาร	36
4.9	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามภาวะโภชนาการและ การบริโภคอาหารแต่ละมื้อ	36
4.10	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามเวลา ประเภทของอาหารว่างและ เครื่องดื่ม	37
4.11	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามภาวะโภชนาการ	38
4.12	จำนวน และร้อยละของประชากรจำแนกตามเพศและภาวะโภชนาการ	38