

ภาวะโภชนาการและการเปรียบเทียบสารอาหารที่ได้รับ  
ของนักเรียนตามดัชนีมวลกาย

วรภรณ์ คำสอน

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของ  
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
เมษายน 2544

ภาวะโภชนาการและการเปรียบเทียบสารอาหารที่ได้รับ  
ของนักเรียนตามดัชนีมวลกาย

วราภรณ์ คำสอน

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของ  
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

.....  
อาจารย์ ดร. ศักดา พริงล้ำภู

ประธานกรรมการ

.....  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทิพย์รัตน์ มณีเลิศ

กรรมการ

.....  
รองศาสตราจารย์ นววิวรรณ สุขพันธ์โพธาราม

กรรมการ

29 เมษายน 2544

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาครั้งนี้สำเร็จได้จากการสนับสนุนและช่วยเหลือจากสาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตศึกษาศาสนาน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ซึ่งเป็นสถาบันที่ให้ความรู้และประสบการณ์ ทางวิชาการ แก่ผู้ศึกษาให้สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการทำการค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้จนสำเร็จ ลุล่วงไปได้ ด้วยดี

กราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.ศักดา พริงล้ำภู ประธานกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบ อิสระที่ได้ให้ความรู้ ให้คำปรึกษาแนะนำที่มีคุณค่ายิ่ง ตลอดจนให้การสนับสนุนและกำลังใจใน การทำการศึกษาค้นคว้าอิสระฉบับนี้ ตั้งแต่การออกแบบและเขียนเสนอโครงร่าง ขณะทำการ ศึกษา การเก็บข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล การทดสอบทางสถิติ ให้แนวทางในการวิจารณ์ผลการศึกษา และรวมทั้งช่วยตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องของการเขียนต้นฉบับ จนกระทั่งสำเร็จเป็นรูปเล่มผลงาน การค้นคว้าแบบอิสระที่สมบูรณ์ฉบับนี้

กราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทิพย์รัตน์ มณีเลิศ และ รองศาสตราจารย์ฉวีวรรณ สุขพันธ์โพธาราม กรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระที่ได้ให้ความรู้ ให้คำปรึกษาแนะนำ ให้การสนับสนุนและกำลังใจ ตลอดจนให้แนวทางในการวิจารณ์ผลการศึกษาและรวมทั้งช่วย ตรวจสอบแก้ไขในการเขียนต้นฉบับ

กราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร ที่ให้คำปรึกษาแนะนำ ให้การ สนับสนุนและกำลังใจ ตลอดจนช่วยตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องของการเขียนต้นฉบับจนกระทั่ง การค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้สำเร็จลงได้

ขอบพระคุณอาจารย์บุญเหลือ พริงล้ำภู ที่ได้ให้คำปรึกษาในการวิเคราะห์ข้อมูล แนะนำใน ขั้นตอนการเขียนและการนำเสนอผลงานจนการศึกษาครั้งนี้สำเร็จลงได้ ขอบพระคุณ คุณหทัยรัตน์ สามีบัติ นักโภชนาการ 8 ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เขต 10 เชียงใหม่ ผู้ให้ข้อมูลเบื้องต้นและให้คำแนะนำ ทักษะการสัมภาษณ์เพื่อบันทึกการบริโภคอาหารย้อนหลัง 24 ชั่วโมงในภาคสนาม แนะนำและ สนับสนุนโปรแกรมวิเคราะห์สารอาหารสำเร็จรูป INMUCAL version 3.0 ที่ใช้วิเคราะห์สารอาหาร ในการศึกษาครั้งนี้

กราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนดอยสะเก็ดวิทยาคม ผู้บังคับบัญชาที่อนุญาติให้ สามารถทำการศึกษาค้นคว้าในโรงเรียนได้ และขอบคุณนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 5 และ 6 ประจำ ปีการศึกษา 2543-2544 ทุกคน ที่เข้าร่วมโครงการและให้ความร่วมมือในการกรอกแบบบันทึก การบริโภคอาหารย้อนหลัง 24 ชั่วโมง.

วรภรณ์ คำสอน