

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน

ผู้เขียน นางกมลวรรณ เตชะฟอง

ปริญญา วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (โภชนศาสตร์ศึกษา)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์กรณิการ์ พงษ์สนิท ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์ยุพา สุภากุล กรรมการ

### บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงพรรณนาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารภาวะโภชนาการ ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคือ สตรีที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี อาศัยอยู่ในชุมชนบ้านห้วยเกียง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 80 คน รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ที่ปรับปรุงมาจากแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวรวรรณ วิศวกุล (2545) มีความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .77 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและหาความสัมพันธ์โดยใช้ค่า Chi - Square

ผลการศึกษาพบว่า ประชากรมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในระดับดีมาก ได้แก่ การบริโภคอาหารที่ชอบและการประกอบอาหาร พฤติกรรมการบริโภคอาหารในระดับดี ได้แก่ อาหาร 5 หมู่และน้ำ การเลือกซื้ออาหาร การเตรียมอาหาร และการเก็บอาหารสดก่อนปรุง พฤติกรรมการเก็บอาหารที่เหลือจากการรับประทานอาหารแต่ละมื้ออยู่ในระดับพอใช้ ประชากรร้อยละ 83.75 เชื่อว่าการรับประทานผักพื้นบ้านหรือผักที่ปลูกเองจะปลอดภัยจากยาฆ่าแมลง ร้อยละ 92.50 ไม่รับประทานอาหารเสริมหรือวิตามิน ประชากรมีภาวะโภชนาการเกิน ร้อยละ 52.50 พฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการโดยรวมไม่มีความสัมพันธ์กัน

<b>Independent Study Title</b>	Food Consumption Behavior and Nutritional Status of Menopause	
<b>Author</b>	Mrs. Kamonwan Tasafong	
<b>Degree</b>	Master of Science (Nutrition Education)	
<b>Independent Study Advisory Committee</b>	Assoc. Prof. Kannikar Pongsanit	Chairperson
	Assoc. Prof. Yupa Supakul	Member

### ABSTRACT

The purposes of this descriptive study were to study the food consumption behavior, the nutritional status and the correlation between the food consumption behavior and the nutritional status of menopause. The population consisted of 80 women, aged 45–59 year, lived in Ban Huay Keung Community, San Sai District, Chiang Mai Province. Data were collected by improving the food consumption behavior questionnaire of Vorawan Visawakul (2002). The reliability of the instrument was .77, tested by Cronbach's Alpha Coefficient method. Data were analysed by descriptive statistics and the correlation between variables were found out by using Chi – square .

The result of this study revealed that the food consumption behavior of the population was at high level in consuming preferred food and cooking, good level in five food groups and water, food purchasing , preparation and storage food before cooking, and storage food after cooking were at fair level. 83.75 % of the population believed in eating local vegetables or home grown vegetables were safety from chemical insecticide. 92.50% of the population did not take supplementary food or vitamin. 52.50% of the population had over nutritional status. There was no correlation between food consumption behavior and nutritional status.