



**ภาคผนวก**

**ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่**

**Copyright © by Chiang Mai University**

**All rights reserved**

## ภาคผนวก ก

## แบบสัมภาษณ์ชุดที่ 1

## แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของสตรีมีครรภ์

1. ปัจจุบันท่านมีอายุเท่าใด.....ปี
2. สถานภาพ  
 คู่       หม้าย       หย่า
3. ....
4. ....
5. ....
6. ปัจจุบันรายได้เฉลี่ยของท่าน.....บาท/ เดือน
7. รายได้เฉลี่ยของครอบครัวของท่าน.....บาท/เดือน
8. รายได้ของครอบครัวมาจาก  
 สามี       ธุรกิจของครอบครัว/ญาติ       สามีและตนเอง
9. รายได้ของท่าน/ครอบครัว  
 เหลือเก็บ       พอเพียง       ไม่พอเพียง
10. ....
11. ....
12. ....
13. ท่านย้ายภูมิลำเนาจากจังหวัดอื่นหรือไม่  
 ไม่ใช่  
 ใช่ ถ้าใช่ ย้าย มาจาก.....
14. ท่านมีการวางแผนการตั้งครรภ์หรือไม่  
 มีการวางแผนการตั้งครรภ์  
 ไม่มีการวางแผนการตั้งครรภ์
15. ท่านแต่งงานมานาน..... ปี.....เดือน จึงจะตั้งครรภ์

16. ท่านมีอาการแพ้ท้องหรือไม่ในช่วงตั้งครรภ์ 3 เดือนแรก  
 มี                       ไม่มี
17. ....
18. ....
19. ....
20. ค่า BMI (ก่อนตั้งครรภ์) = .....
21. น้ำหนักที่เพิ่มขึ้นขณะตั้งครรภ์.....กก.
22. ท่านได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพขณะตั้งครรภ์จากใครบ้าง (เลือกได้หลายข้อ)  
 แพทย์             พยาบาล             เพื่อนที่มีประสบการณ์  
ญาติที่มีประสบการณ์     อ่านจากหนังสือ/วารสาร/เอกสาร  
 ฟังวิทยุ/ดูโทรทัศน์  
 อื่นๆ ระบุ .....
23. ....  
 ....  
 ....  
 ....
32. Apgar..... คะแนน  
 ปกติ             ผิดปกติ

## แบบสัมภาษณ์ชุดที่ 2

### แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง

**คำชี้แจง** วัตถุประสงค์ของแบบสัมภาษณ์ชุดนี้ เพื่อต้องการทราบพฤติกรรม หรือการปฏิบัติตัวในชีวิตประจำวันของหญิงตั้งครรภ์ แต่ละคำตอบจะมีความหมายดังนี้

- ปฏิบัติสม่ำเสมอ หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรม หรือปฏิบัติตัวในเรื่องนั้นทุกครั้ง/ทุกวัน
- ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือปฏิบัติตัวในเรื่องนั้นเป็นส่วนใหญ่ / เกือบทุกวัน (ปฏิบัติ มากกว่า ไม่ปฏิบัติ)
- ปฏิบัติบางครั้ง หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือ ปฏิบัติตัวในเรื่องนั้นเป็นส่วนน้อย/ บางวัน (ปฏิบัติ น้อยกว่า ไม่ปฏิบัติ)
- ไม่ปฏิบัติ หมายถึง ผู้ตอบไม่มีพฤติกรรม หรือ ไม่ปฏิบัติตัวเรื่องนั้น

ลำดับ ที่	ข้อความ	ปฏิบัติ/เกิดขึ้น				หมายเหตุ
		สม่ำเสมอ/ ทุกวัน/ทุก ครั้ง	บ่อยครั้ง/ เกือบทุก วัน	บางครั้ง/ บางวัน	ไม่เลย	
1	<b>ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ</b> ท่านแสวงหาความรู้/ข้อมูลเกี่ยวกับการ ตั้งครรภ์และการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์					
2	.....					
3	.....					
4	.....					
5	.....					

ลำดับ ที่	ข้อความ	ปฏิบัติ/เกิดขึ้น				หมายเหตุ
		สม่ำเสมอ/ ทุกวัน/ทุก ครั้ง	บ่อยครั้ง/ เกือบทุก วัน	บางครั้ง/ บางวัน	ไม่เคย	
6	.....					
7	.....					
8	.....					
9	.....					
10	.....					
11	ท่านปรึกษาแพทย์/พยาบาล/เจ้าหน้าที่ สาธารณสุขเมื่อมีปัญหาสุขภาพ เช่น ไม่สบาย หรือ มีข้อสงสัยเกี่ยวกับการ ปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์					
12	<u>ด้านกิจกรรมทางกาย</u> ท่านออกกำลังกายโดยการเดินเล่น/ บริหารร่างกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง					
13	.....					
18	.....					
19	ท่านจะพักให้หายเหนื่อยหลังจากออก กำลังกายหรือทำงานที่ต้องใช้แรง					

ลำดับ ที่	ข้อความ	ปฏิบัติ/เกิดขึ้น				หมายเหตุ
		สม่ำเสมอ/ ทุกวัน/ทุก ครั้ง	บ่อยครั้ง/ เกือบทุก วัน	บางครั้ง/ บางวัน	ไม่เคย	
20	<b>ด้านโภชนาการ</b> ท่านรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ					
21	.....					
22	.....					
34	ท่านงดการดื่มน้ำชาหรือกาแฟหรือ แอลกอฮอล์					
35	<b>ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล</b> ท่านแสดงความรักความห่วงใยต่อคนใน ครอบครัว					
36	.....					
37	.....					
44	ท่านรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับสามี/คน รอบข้างและหลีกเลี่ยงเหตุการณ์ที่จะทำ ให้เกิดการทะเลาะกัน					
45	<b>ด้านการจัดการกับความเครียด</b> ท่านมีวิธีระบายความเครียด เช่น การเล่า ให้ผู้ฟัง อ่านหนังสือ/ดูรายการ โทรทัศน์ที่ชอบ / การสร้างจินตนาการ ฯลฯ					
46	.....					
47	.....					
52	แต่ละวันก่อนเข้านอนฉันคิดถึงแต่สิ่ง ที่ทำให้ฉันมีความสุข					

ลำดับ ที่	ข้อความ	ปฏิบัติ/เกิดขึ้น				หมายเหตุ
		สม่ำเสมอ/ ทุกวัน/ทุก ครั้ง	บ่อยครั้ง/ เกือบทุก วัน	บางครั้ง/ บางวัน	ไม่เคย	
53	<u>ด้านการเจริญทางจิตวิญญาณ</u> ท่านมองโลกในแง่ดี					
54	.....					
55	.....					
61	ท่านหมั่นศึกษาพัฒนาความรู้ใหม่ๆ ให้ เท่าทันผู้อื่น เช่น การคุยกับผู้รู้ / การดู โทรทัศน์ / การอ่านหนังสือพิมพ์ / การ ฟังวิทยุ ฯลฯ					

ภาคผนวก ข  
สถิติที่ใช้ในการศึกษา

1. การหาความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) (ประคอง วรรณสูตร, 2542 หน้า 45-46)

จากสูตร

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left[ \frac{1 - \sum s_i^2}{s_t^2} \right]$$

$\alpha$  = ค่าความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์

$\sum s_i^2$  = ผลรวมของความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ

$n$  = จำนวนข้อในแบบสอบถาม

$s_t^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนทั้งหมด

2. การหาความสัมพันธ์ของระดับคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพกับน้ำหนักทารกแรกคลอดด้วยไค-สแควร์ (เขวาลักษณ์ เลาหะจินดา, 2540, หน้า 264)

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^c \frac{([O_{ij} - E_{ij}] - 0.5)^2}{E_{ij}}$$

$O_{ij}$  = ความถี่ที่สังเกตหรือทดลองได้ในแถวที่  $i$  และสดมภ์ที่  $j$

$E_{ij}$  = ความถี่ที่เป็นไปตามทฤษฎีหรือสมมติฐาน ในแถวที่  $i$  และสดมภ์ที่  $j$

$r$  = จำนวนแถว

$c$  = จำนวนสดมภ์

3. การดูอัตราของความสัมพันธ์ของตัวแปรมีมากน้อยอย่างไร โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์คองติงเจนซี (Contingency Coefficient) โดยมีสูตรดังนี้ (บุญธรรม กิจปรีดาวิสุทธิ, 2535, หน้า 316)

$$\text{จากสูตร } C = \sqrt{\frac{X^2}{X^2 + N}}$$



C	=	สัญลักษณ์ของค่าสัมประสิทธิ์ความมีเงื่อนไข
X <sup>2</sup>	=	สัญลักษณ์ของ ไค-สแควร์
N	=	จำนวนประชากรตัวอย่าง

4. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยการหาค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity Index) (Davis, 1992, p 58)

ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา =  $\frac{\text{จำนวนข้อที่เห็นด้วยตรงกัน}}{\text{จำนวนข้อทั้งหมด}}$

จำนวนข้อทั้งหมด

ได้ค่าเฉลี่ยดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่านดังนี้	
ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1 และคนที่ 2 เท่ากับ	0.90
ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1 และคนที่ 3 เท่ากับ	0.94
ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1 และคนที่ 4 เท่ากับ	0.96
ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1 และคนที่ 5 เท่ากับ	0.87
ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2 และคนที่ 3 เท่ากับ	0.92
ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2 และคนที่ 4 เท่ากับ	0.92
ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2 และคนที่ 5 เท่ากับ	0.90
ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3 และคนที่ 4 เท่ากับ	0.98
ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3 และคนที่ 5 เท่ากับ	0.87
ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4 และคนที่ 5 เท่ากับ	0.88

รวมเท่ากับ 9.14

จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิ 5 คน

ดังนั้นดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิเท่ากับ  $\frac{9.14}{10}$  เท่ากับ .91

## ภาคผนวก ก

ตารางภาคผนวกที่ 1 จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามการนับถือศาสนา สถานที่พักอาศัย การย้ายภูมิลำเนา

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	150	100.0
นับถือศาสนา		
พุทธ	143	95.3
คริสต์	7	4.7
อิสลาม	0	0.0
สถานที่พักอาศัย		
อำเภออื่นๆ (ในจังหวัดเชียงใหม่)	94	62.7
อำเภอเมือง (จังหวัดเชียงใหม่)	41	27.3
จังหวัดอื่นๆ	15	10.0
มีการย้ายภูมิลำเนา		
ไม่ใช่	88	58.7
ใช่	62	41.3

ตารางภาคผนวกที่ 2 จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามการวางแผนการตั้งครรภ์ ระยะเวลาที่  
แต่งงานจนถึงการตั้งครรภ์ และอาการแพ้ท้อง

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	150	100.0
มีการวางแผนการตั้งครรภ์		
มี	111	74.0
ไม่มี	39	26.0
ระยะเวลาที่แต่งงานจนถึงการตั้งครรภ์		
น้อยกว่า 1 ปี	31	31.0
1-5 ปี	57	57.0
มากกว่า 5 ปี ขึ้นไป	12	12.0
ต่ำสุด 2 เดือน      สูงสุด 13 ปี		
ค่าเฉลี่ย 2.56      ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน		
การมีอาการแพ้ท้อง		
มี	61	61.0
ไม่มี	37	37.0

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

ตารางภาคผนวกที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างค่าดัชนีมวลกายก่อนตั้งครรภ์ของสตรีมีครรภ์กับน้ำหนักทารกแรกเกิด และความสัมพันธ์ระหว่างน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นของสตรีมีครรภ์กับน้ำหนักทารกแรกเกิด โดยการทดสอบด้วยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน

	น้ำหนักทารกแรกเกิด
	$\rho$
ค่าดัชนีมวลกาย	0.169
น้ำหนักที่เพิ่มขึ้น	0.266

ตารางภาคผนวกที่ 4 เปรียบเทียบค่าดัชนีมวลกายก่อนตั้งครรภ์ของสตรีมีครรภ์ น้ำหนักเฉลี่ยของทารกแรกเกิด ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และร้อยละของทารกแรกเกิดน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม

ค่า BMI	$\mu$	$\sigma$	ร้อยละของทารกแรกเกิดน้ำหนักน้อย
ต่ำกว่าเกณฑ์	3,009.00	336.38	6.57
ตามเกณฑ์	3,130.70	373.72	1.49
มากกว่าเกณฑ์	3,262.50	265.30	-

เกณฑ์ที่ใช้คำนวณค่า BMI ก่อนตั้งครรภ์ของสตรีมีครรภ์ มีดังนี้

- น้ำหนักตัวน้อย น้อยกว่า 19.8 กิโลกรัมต่อตารางเมตร
- น้ำหนักปกติ อยู่ระหว่าง 19.8- 26.0 กิโลกรัมต่อตารางเมตร
- น้ำหนักตัวมาก อยู่ระหว่าง 26.1-29 กิโลกรัมต่อตารางเมตร
- กลุ่มอ้วน มากกว่า 29 กิโลกรัมต่อตารางเมตร

และน้ำหนักที่ควรเพิ่มขึ้นในระยะตั้งครรภ์เมื่อเทียบกับ BMI ก่อนตั้งครรภ์มีดังนี้

- ในกลุ่มน้ำหนักตัวน้อย ควรมีน้ำหนักเพิ่มขึ้น 12.5-18 กิโลกรัม
- ในกลุ่มน้ำหนักตัวปกติ ควรมีน้ำหนักเพิ่มขึ้น 11.5-16 กิโลกรัม
- ในกลุ่มน้ำหนักตัวมาก ควรมีน้ำหนักเพิ่มขึ้น 7.0-11.5 กิโลกรัม
- ในกลุ่มอ้วน ควรมีน้ำหนักเพิ่มขึ้น มากกว่าหรือเท่ากับ 6.8 กิโลกรัม

(เทียมศร ทองสวัสดิ์, 2546, หน้า 5; ศิริพงษ์ สวัสดิ์มงคล, 2543, หน้า 71)

ตารางภาคผนวกที่ 5 จำนวนและร้อยละของสตรีมีครรภ์ จำแนกตามระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ และน้ำหนักทารกแรกเกิด

ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์	น้ำหนักทารกแรกเกิด		
	$\leq 3,000$	$\geq 3,000$	รวม
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ดีและปานกลาง	17 (41.5)	24 (58.5)	41 (100.0)
ดีมาก	48 (44.0)	61 (56.0)	109 (100.0)
รวม	65	85	150

Chi - square = 0.080    c = 0.006

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

ตารางภาคผนวกที่ 6 จำนวนและร้อยละของสตรีมีครรภ์ จำแนกตามระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านกิจกรรมทางกาย และน้ำหนักทารกแรกเกิด

ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์	น้ำหนักทารกแรกเกิด		
	≤ 3,000	≥ 3,000	รวม
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
พอใช้และปานกลาง	17 (38.7)	27 (61.3)	44 (100.0)
ด้อย	34 (46.6)	39 (53.4)	73 (100.0)
ดีมาก	13 (39.4)	20 (60.6)	33 (100.0)
รวม	63	84	150

Chi – square = 0.820      c = 0.07

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

ตารางภาคผนวกที่ 7 จำนวนและร้อยละของสตรีมีครรภ์ จำแนกตามระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านโภชนาการและน้ำหนักทารกแรกเกิด

ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์	น้ำหนักทารกแรกเกิด		
	$\leq 3,000$	$\geq 3,000$	รวม
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ปานกลาง	7 (63.6)	4 (36.4)	11 (100.0)
ดี	19 (42.2)	26 (57.8)	45 (100.0)
ดีมาก	39 (41.5)	55 (58.5)	94 (100.0)
รวม	65	85	150

Chi - square = 1.999      c = 0.16

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved



ตารางภาคผนวกที่ 8 จำนวนและร้อยละของสตรีมีครรภ์ จำแนกตามระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และน้ำหนักทารกแรกเกิด

ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์	น้ำหนักทารกแรกเกิด		
	$\leq 3,000$	$\geq 3,000$	รวม
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
พอใช้และปานกลาง	8 (42.1)	11 (57.9)	19 (100.0)
ดี	18 (40.9)	26 (59.1)	44 (100.0)
ดีมาก	39 (44.8)	48 (55.2)	87 (100.0)
รวม	65	85	150

Chi - square = 0.196    c = 0.02

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

ตารางภาคผนวกที่ 9 จำนวนและร้อยละของสตรีมีครรภ์ จำแนกตามระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านการจัดการกับความเครียด และน้ำหนักทารกแรกเกิด

ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์	น้ำหนักทารกแรกเกิด		
	$\leq 3,000$	$\geq 3,000$	รวม
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ปานกลาง	13 (44.8)	16 (55.2)	29 (100.0)
ดี	12 (40.0)	18 (60.0)	30 (100.0)
ดีมาก	40 (44.0)	51 (56.0)	91 (100.0)
รวม	65	85	150

Chi - square = 0.176    c = 0.01

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

ตารางภาคผนวกที่ 10 จำนวนและร้อยละของสตรีมีครรภ์ จำแนกตามระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านการเจริญทางจิตวิญญาณ และน้ำหนักทารกแรกเกิด

ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์	น้ำหนักทารกแรกเกิด		
	≤ 3,000	≥ 3,000	รวม
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
พอใช้และปานกลาง	28 (41.2)	40 (58.8)	68 (100.0)
ดี	22 (48.9)	23 (51.1)	45 (100.0)
ดีมาก	15 (40.5)	22 (59.5)	37 (100.0)
รวม	64	84	150

Chi - square = 0.841    c = 0.07

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

ตารางภาคผนวกที่ 11 จำนวนสตรีมีครรภ์ จำแนกตามน้ำหนักทารกแรกเกิดและคะแนนเฉลี่ย  
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์โดยรวม

น้ำหนักทารกแรกเกิด (กรัม)	จำนวน สตรีมีครรภ์ (คน)	ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์ โดยรวม ( $\mu \pm \sigma$ )
$\leq 2,900$	52	203.32 ( $\pm 15.86$ )
$> 2,900 - 3,200$	49	207.10 ( $\pm 14.91$ )
$> 3,200$	49	203.48 ( $\pm 17.07$ )

ตารางภาคผนวกที่ 12 จำนวนสตรีมีครรภ์จำแนกตามกลุ่มอายุและค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมและรายด้าน

ระดับ อายุ (ปี)	จำนวน (คน)	คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์ ( $\mu \pm \sigma$ )						คะแนนรวม ทั้ง 6 ด้าน
		ด้านความรับ ผิดชอบต่อ สุขภาพ	ด้านกิจกรรม ทางกาย	ด้าน โภชนาการ	ด้านความ สัมพันธ์ ระหว่าง บุคคล	ด้านการจัด การกับ ความเครียด	ด้านการ เจริญทางจิต วิญญาณ	
<25	59	39.27 ( $\pm 3.67$ )	25.38 ( $\pm 4.97$ )	51.33 ( $\pm 4.97$ )	33.79 ( $\pm 3.66$ )	24.61 ( $\pm 4.69$ )	29.37 ( $\pm 4.10$ )	203.77 ( $\pm 16.50$ )
25-29	52	38.94 ( $\pm 3.29$ )	24.42 ( $\pm 3.23$ )	51.57 ( $\pm 4.75$ )	34.46 ( $\pm 3.62$ )	25.05 ( $\pm 3.67$ )	30.82 ( $\pm 3.84$ )	205.28 ( $\pm 16.67$ )
>29	39	40.00 ( $\pm 2.81$ )	25.10 ( $\pm 3.11$ )	52.17 ( $\pm 4.51$ )	33.35 ( $\pm 4.10$ )	24.23 ( $\pm 4.06$ )	30.10 ( $\pm 3.87$ )	204.97 ( $\pm 15.17$ )

ตารางภาคผนวกที่ 13 จำนวนสตรีมีครรภ์ จำแนกตามระดับการศึกษาและค่าเฉลี่ยของคะแนน  
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมและรายด้าน

ระดับ การศึกษา	จำนวน (คน)	คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์ ( $\mu \pm \sigma$ )						คะแนนรวม ทั้ง 6 ด้าน
		ด้านความรับ ผิดชอบต่อ สุขภาพ	ด้านกิจกรรม ทางกาย	ด้าน โภชนาการ	ด้านความ สัมพันธ์ ระหว่าง บุคคล	ด้านการจัด การกับ ความเครียด	ด้านการ เจริญทางจิต วิญญาณ	
ไม่ได้ เรียนและ ประถมน ศึกษา	21	38.76 ( $\pm 3.70$ )	24.47 ( $\pm 2.60$ )	50.57 ( $\pm 5.02$ )	33.38 ( $\pm 4.17$ )	24.07 ( $\pm 3.38$ )	30.04 ( $\pm 3.63$ )	201.28 ( $\pm 18.15$ )
มัธยม ศึกษา	64	39.50 ( $\pm 2.97$ )	25.54 ( $\pm 3.19$ )	51.90 ( $\pm 4.76$ )	33.21 ( $\pm 3.74$ )	24.34 ( $\pm 3.15$ )	29.68 ( $\pm 3.86$ )	204.20 ( $\pm 15.58$ )
สูงกว่า มัธยม ศึกษา	65	39.30 ( $\pm 3.09$ )	24.58 ( $\pm 3.26$ )	51.72 ( $\pm 4.71$ )	34.76 ( $\pm 3.53$ )	25.18 ( $\pm 4.85$ )	30.44 ( $\pm 4.20$ )	206.19 ( $\pm 15.65$ )

ตารางภาคผนวกที่ 14 จำนวนสตรีมีครรภ์ จำแนกตามน้ำหนักทารกแรกเกิดและน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นของสตรีมีครรภ์ในระหว่างตั้งครรภ์

น้ำหนักทารกแรกเกิด (กรัม)	จำนวน สตรีมีครรภ์ (คน)	ค่าเฉลี่ยของน้ำหนักเพิ่มขึ้นของ สตรีมีครรภ์ในระหว่างตั้งครรภ์ (กิโลกรัม) ( $\mu \pm \sigma$ )
$\leq 2,900$	52	14.51 ( $\pm 4.07$ )
$> 2,900 - 3,200$	49	15.79 ( $\pm 3.82$ )
$> 3,200$	49	17.20 ( $\pm 5.46$ )

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

ตารางภาคผนวกที่ 15 จำนวนสตรีมีครรภ์ จำแนกตามน้ำหนักทารกแรกเกิด และค่าเฉลี่ย BMI ก่อนตั้งครรภ์ของสตรีมีครรภ์

น้ำหนักทารกแรกเกิด (กรัม)	จำนวน สตรีมีครรภ์ (คน)	ค่าเฉลี่ย BMI ก่อนตั้งครรภ์ ของสตรีมีครรภ์ (กิโลกรัม) ( $\mu \pm \sigma$ )
$\leq 2,900$	52	19.36 ( $\pm 2.36$ )
$> 2,900 - 3,200$	49	20.41 ( $\pm 3.23$ )
$> 3,200$	49	20.94 ( $\pm 3.49$ )

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved



## ภาคผนวก ง

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

- |  |  |
|--|--|
| 1. ศาสตราจารย์ นพ. วีระ ทองสง              | ภาควิชาสูติ-นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์<br>มหาวิทยาลัยเชียงใหม่            |
| 2. รองศาสตราจารย์ ดร. สุกัญญา ปรีสังญกุล   | ภาควิชาการพยาบาลสูติ-นรีเวชวิทยา<br>คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |
| 3. อาจารย์คิลกา ไตรไพบูลย์                 | ภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุข<br>คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่        |
| 4. รองศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ กันธะรักษา | ภาควิชาการพยาบาลสูติ-นรีเวชวิทยา<br>คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |
| 5. อาจารย์ ดร. วราภรณ์ บุญเชียง            | ภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุข<br>คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่        |

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นางอัญชลี เล้าวงศ์
วัน เดือน ปีเกิด	21 กรกฎาคม 2503
ประวัติการศึกษา	สำเร็จการศึกษาหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต (พยาบาลและ ผดุงครรภ์) คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
ประสบการณ์การทำงาน	พ.ศ. 2525-2538 พยาบาลวิชาชีพ 3-6 โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่
	พ.ศ. 2539-2541 พยาบาลวิชาชีพ 7 โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่
	พ.ศ.2542-ปัจจุบัน พยาบาลชำนาญการ 8 โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved