

## สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ซ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	5
ขอบเขตของการศึกษา	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
ความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ	7
อาหารและโภชนาการสำหรับเด็กวัยเรียน	20
ปัญหาโภชนาการของเด็กวัยเรียน	27
ภาวะโภชนาการและการประเมินภาวะโภชนาการ	33
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	36
กรอบแนวคิด	39
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการศึกษา	41
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	41
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	41
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	42
การเก็บรวบรวมข้อมูล	42
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	43
การพิทักษ์สิทธิ์ผู้ร่วมโครงการศึกษา	43
บทที่ 4 ผลการศึกษา	44

บทที่ 5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	64
สรุปผลการศึกษา	64
อภิปรายผล	66
ข้อเสนอแนะ	71
บรรณานุกรม	73
ภาคผนวก	79
ภาคผนวก ก ราชานามผู้เชี่ยวชาญ	80
ภาคผนวก ข หนังสือพิทักษ์สิทธิ	81
ภาคผนวก ค ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	82
ภาคผนวก ง ข้อเสนอแนะในการจัดอาหารสำหรับเด็ก	87
ภาคผนวก จ กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต	88
ภาคผนวก ฉ ตารางจำแนกตามการรับประทานอาหาร	91
ประวัติผู้เขียน	107

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
 Copyright © by Chiang Mai University  
 All rights reserved

## สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุและศาสนา	45
4.2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาการผิดปกติทางคลินิก	47
4.3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนมื้ออาหารที่โรงเรียนจัดให้ อาหารหลัก และแหล่งที่มา	49
4.4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาหารที่ชอบ วิธีการปรุงและรสชาติ	50
4.5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาหารว่าง จำนวนมื้อ เครื่องดื่มที่ชอบ การรับประทานขนมขบเคี้ยวและขนมที่ชอบ	52
4.6 การบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามประเภทที่ได้รับในแต่ละวัน ค่าเฉลี่ยและเกณฑ์การรับประทานอาหารตามความต้องการต่อวัน	54
4.7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามภาวะโภชนาการโดย ใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ	60

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved