

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ช
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	3
ขอบเขตของการศึกษา	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
การเจริญเติบโต พลังงานและสารอาหารที่จำเป็นสำหรับวัยรุ่น	5
การบริโภคอาหารและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารในวันรุ่น	11
ภาวะโภชนาการและการประเมินภาวะโภชนาการของวัยรุ่น	20
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	30
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	35
ประชากร	35
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	35
การเก็บรวบรวมข้อมูล	37
การวิเคราะห์ข้อมูล	37
บทที่ 4 ผลการศึกษา	39
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	57
สรุปผลการศึกษา	57
อภิปรายผล	58
ข้อเสนอแนะ	62
บรรณานุกรม	63

ภาคผนวก	67
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญ	68
ภาคผนวก ข แบบสอบถาม	69
ภาคผนวก ค หนังสือพิทักษ์สิทธิ์	75
ประวัติผู้เขียน	76



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright © by Chiang Mai University
 All rights reserved

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
2.1 ดัชนีมวลกาย (body mass index) และเกณฑ์การตัดสินใจประเมินภาวะโภชนาการ	29
4.1 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามข้อมูลทั่วไป	39
4.2 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามภาวะโภชนาการ	41
4.3 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามมื้ออาหารในแต่ละวัน	42
4.4 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามการรับประทานอาหารตรงตามมื้อ	42
4.5 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามการรับประทานอาหารเช้า	43
4.6 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามประเภทอาหารเช้า	43
4.7 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามการรับประทานอาหารมื้อกลางวัน	44
4.8 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามประเภทอาหารมื้อกลางวัน	44
4.9 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามการรับประทานอาหารมื้อเย็น	45
4.10 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามประเภทอาหารมื้อเย็น	45
4.11 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามการรับประทานอาหารว่าง	46
4.12 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามประเภทอาหารว่าง	46
4.13 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามหลักในการเลือกซื้ออาหาร	47
4.14 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการบริโภคอาหารที่เหมาะสมของประชากร	48
4.15 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสมของประชากร	50
4.16 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับการบริโภคอาหารตามมื้อ	52
4.17 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับการบริโภคอาหารที่เหมาะสม	53
4.18 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม	55