



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร

ประธานสาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย (โครงการพิเศษ)

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

อาจารย์ ดร.ศักดา พริงคำกู

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คุณวารุณี โพธาสินธุ์

ครูเชี่ยวชาญ

โรงเรียนสันป่าตอง (สุวรรณราษฎร์วิทยาคาร)

อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

แบบสอบถามเลขที่.....

แบบสอบถาม

เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของเด็กอายุ 9 – 12 ปี

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้ใช้สอบถามนักเรียนอายุ 9 – 12 ปี และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6
2. แบบสอบถามนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อการศึกษาของนางพิมพ์ผกา เมืองไสย ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตศึกษาสถานมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาใคร่ขอความร่วมมือจากนักเรียนอ่านข้อคำถามและตอบคำถามทุกข้อตามความเป็นจริง คำตอบที่ได้จะไม่มีการกระทบต่อนักเรียนแต่อย่างใด โดยผู้ศึกษาจะเก็บข้อมูลเป็นความลับและจะนำเสนอผลการศึกษาในลักษณะภาพรวมและใช้ในการศึกษาครั้งนี้เท่านั้น

รายละเอียดของแบบสอบถาม

แบบสอบถามฉบับนี้ แบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียน แบ่งเป็น 4 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ

ส่วนที่ 3 ปัจจัยด้านสังคม

ส่วนที่ 4 ปัจจัยด้านวัฒนธรรม

ตอนที่ 2 การบริโภคอาหารของนักเรียน

แบบสอบถาม

เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของเด็กอายุ 9 – 12 ปี

ตอนที่ 1 ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียน

คำชี้แจง : โปรดพิจารณาแบบสอบถาม แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน หน้าข้อความที่เป็นจริง
เกี่ยวกับตัวนักเรียน

ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล

1. เพศ

- 1) ชาย
 2) หญิง

2. อายุ

- 1) 9 ปี
 2) 10 ปี
 3) 11 ปี
 4) 12 ปี

6. ระยะเวลาในการออกกำลังกาย โดยเฉลี่ยต่อครั้ง

- 1) น้อยกว่า 20 นาที/ครั้ง
 2) 20 – 30 นาที/ครั้ง
 3) มากกว่า 30 นาที/ครั้ง

ส่วนที่ 2 : ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ

1. นักเรียนได้รับเงินจากผู้ปกครองมาใช้จ่าย
ที่โรงเรียนวันละ

- 1) น้อยกว่า 10 บาท
- 2) 10 – 19 บาท
- 3) 20 – 29 บาท
- 4) 30 บาทขึ้นไป

2. รายได้ / เดือนของครอบครัว

- 1) น้อยกว่า 5,000 บาท
- 2) 5,000 – 9,999 บาท
- 3) 10,000 – 14,999 บาท
- 4) 15,000 – 19,999 บาท
- 5) 20,000 บาท ขึ้นไป

ส่วนที่ 3 : ปัจจัยด้านสังคม

1. จำนวนสมาชิกในครอบครัว (รวมนักเรียนด้วย)

- 1) 1 – 2 คน
- 2) 3 – 4 คน
- 3) 5 – 6 คน
- 4) มากกว่า 6 คน

2. อาชีพของบิดา

- 1) ค้าขาย
- 2) รับจ้าง
- 3) รับราชการ
- 4) พนักงานรัฐวิสาหกิจ
- 5) เกษตร ทำนา ทำไร่ ฯลฯ
- 6) อื่นๆ (ระบุ).....

5. การศึกษาของมารดา

- 1) ประถมศึกษา
- 2) มัธยมศึกษาตอนต้น
- 3) มัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช.
- 4) อนุปริญญา / ปวส.
- 5) ปริญญาตรี

ส่วนที่ 4 ปัจจัยด้านวัฒนธรรมและประเพณี ประกอบด้วย ความเชื่อและค่านิยม

คำชี้แจง : ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในข้อความของแต่ละข้อที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด เพียงคำตอบเดียวเท่านั้น

คำอธิบายระดับความคิดเห็น

ไม่เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน

ไม่แน่ใจ หมายถึง ไม่สามารถตัดสินใจว่าข้อความนั้นเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย

เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน

ตัวอย่าง

ข้อความ	ความคิดเห็น		
	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	เห็นด้วย
1. คนอ้วนเป็นคนฉลาด เพราะรับประทานอาหารปริมาณมากซึ่งช่วยบำรุงสมอง.....	... ✓

หมายความว่า คนอ้วนเป็นคนฉลาด เพราะรับประทานอาหารในปริมาณมากซึ่งช่วยบำรุงสมอง เป็นข้อความที่ไม่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน

ข้อความ	ความคิดเห็น		
	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	เห็นด้วย
ความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร			
1. การรับประทานของเย็น ทำให้ผู้ป่วยไม่สบายมากขึ้น.....
2. การรับประทานไข่ขณะมีแผล จะทำให้แผลปวด.....
.	.	.	.
.	.	.	.
.	.	.	.
.	.	.	.
.	.	.	.
10. คีมนมเป็นประจำจะทำให้กระดูกแข็งแรง.....
ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร			
1. รับประทานเนื้อดิบรสชาติอร่อยกว่าเนื้อสุก.....
2. อาหารราคาแพง มีคุณค่ามากกว่าอาหารราคาถูก.....
.	.	.	.
.	.	.	.
.	.	.	.
.	.	.	.
10. ผู้ดื่มน้ำอัดลมเป็นคนที่มึนศีรษะ.....

ตอนที่ 2 การบริโภคอาหารของนักเรียน

คำชี้แจง : ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่กำหนดให้

1. นักเรียนรับประทานอาหารเช้ากี่วัน

- 1) ไม่รับประทานเลย
- 2) 1 - 2 วัน
- 3) 3 - 4 วัน
- 4) 5 - 6 วัน
- 5) 7 วัน

2. นักเรียนรับประทานอาหารมื้อกลางวัน

กี่วัน

- 1) ไม่รับประทานเลย
- 2) 1 - 2 วัน
- 3) 3 - 4 วัน
- 4) 5 - 6 วัน
- 5) 7 วัน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

17. นักเรียนดื่มน้ำอัดลมวันละกี่แก้ว

- 1) ไม่ดื่มเลย
- 2) 1 - 2 แก้ว
- 3) 3 - 4 แก้ว
- 4) มากกว่า 4 แก้ว

คำชี้แจง : ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหาร
ของนักเรียนมากที่สุด เพียงข้อละหนึ่งคำตอบเท่านั้น

การรับประทานอาหาร	บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหาร				
	ตนเอง	บุคคลใน ครอบครัว	เพื่อน	ครู	สื่อโฆษณา
1. อาหารที่มีประโยชน์					
2. ประเภทเนื้อสัตว์					
3. ประเภทข้าว					
.					
.					
.					
.					
.					
.					
.					
.					
13. น้ำอัดลม					

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

รหัสนักเรียน.....

แบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง

คำชี้แจง : ให้นักเรียนกรอกเฉพาะข้อ 1 และข้อ 2

1. เพศ

- 1) ชาย
 2) หญิง

2. อายุ ปี เดือน

3. น้ำหนัก กิโลกรัม ส่วนสูง..... เซนติเมตร

สรุปภาวะโภชนาการ

1. ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ

- 1) สูง
 2) ค่อนข้างสูง
 3) ส่วนสูงตามเกณฑ์
 4) ค่อนข้างเตี้ย
 5) เตี้ย

2. น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ

- 1) น้ำหนักมากเกินเกณฑ์
 2) น้ำหนักค่อนข้างมาก
 3) น้ำหนักตามเกณฑ์
 4) น้ำหนักค่อนข้างน้อย
 5) น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์

3. น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง

- 1) อ้วน
 2) เริ่มอ้วน
 3) ท้วม
 4) สมส่วน
 5) ค่อนข้างผอม
 6) ผอม

ภาคผนวก ค

หนังสือพิทักษ์สิทธิ

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการศึกษา

คำชี้แจงผู้เข้าร่วมการศึกษา

เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของเด็กอายุ 9 – 12 ปี

เรียน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 โรงเรียนสันป่าตอง (สุวรรณราษฎร์วิทยาคาร)

ข้าพเจ้า นางพิมพ์ผกา เมืองไสย เป็นครู โรงเรียนสันป่าตอง (สุวรรณราษฎร์ฯ) และเป็น นักศึกษาหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตศึกษาศานามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังศึกษาค้นคว้าแบบอิสระ (Independent Study) เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของเด็กอายุ 9 – 12 ปี

นักเรียนเป็นผู้ที่มีความเหมาะสมและมีคุณสมบัติในการตอบแบบสอบถามชุดนี้ ดังนั้นจึงใคร่ขอความร่วมมือจากนักเรียนในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้ โดยตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริงที่สุด ข้อมูลทั้งหมดที่ได้รับผู้ศึกษาจะเก็บไว้เป็นความลับและใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น คำตอบของนักเรียนทุกคำตอบจะมีคุณค่าอย่างยิ่งต่อการนำไปเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาทางโภชนาการ ตลอดจนการปรับปรุงและส่งเสริมให้นักเรียนมีภาวะโภชนาการที่ดี นักเรียนสามารถถอนตัวออกจากโครงการเมื่อใดก็ได้โดยไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อนักเรียน

เมื่อนักเรียนพิจารณาและยินดีให้ความร่วมมือ กรุณาลงนามการร่วมมือในการศึกษาครั้งนี้ไว้ด้วย ขอขอบคุณสำหรับความร่วมมือมา ณ โอกาสนี้

(ลายมือชื่อ).....ผู้เข้าร่วม โครงการศึกษา

(.....)

(ลายมือชื่อ).....พยาน

(.....)

(ลายมือชื่อ).....ผู้ศึกษา

(นางพิมพ์ผกา เมืองไสย)

ภาคผนวก ง

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยแต่ละปัจจัย
กับการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการ

1. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยแต่ละปัจจัยกับการบริโภคอาหาร

1.1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการบริโภคอาหาร

การบริโภคอาหาร	ค่าแครมเมอร์รี่					
	เพศ	อายุ	ระดับ ชั้น	การ เจ็บป่วย	การออกกำลังกาย	
					ความถี่	เวลา
มื้ออาหารที่รับประทาน						
อาหารเช้า	.089	.132	.158	.090	.152	.112
อาหารกลางวัน	.082	.072	.101	.078	.082	.045
อาหารเย็น	.072	.075	.076	.109	.136	.098
มื้อที่รับประทานมากที่สุด	.047	.066	.064	.114	.131	.071
เวลาในการรับประทานมื้อเย็น	.107	.123	.149	.076	.115	.113
รสชาติของอาหาร						
จืด	.023	.116	.131	.082	.134	.099
หวาน	.106	.067	.110	.047	.051	.094
กลมกล่อม	.135	.092	.097	.122	.128	.003
เค็ม	.069	.092	.078	.087	.066	.030
เผ็ด	.049	.092	.082	.109	.067	.079
เปรี้ยว	.073	.119	.056	.110	.081	.074

1.1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการบริโภคอาหาร (ต่อ)

การบริโภคอาหาร	ค่าแครมเมอร์รี่					
	เพศ	อายุ	ระดับ ชั้น	การ เจ็บป่วย	การออกกำลังกาย	
					ความถี่	เวลา
วิธีการปรุงอาหาร						
ทอด	.004	.120	.138	.141	.118	.041
อบ, ตุ่น, นึ่ง	.004	.071	.091	.074	.085	.074
ผัด	.123	.084	.086	.097	.051	.211
แกง	.076	.048	.040	.111	.119	.060
ปิ้ง, ย่าง	.050	.070	.057	.096	.062	.026
ต้ม	.030	.102	.104	.086	.037	.042
ความถี่ในการรับประทาน						
เนื้อสัตว์	.070	.100	.103	.111	.117	.085
อาหารทะเล	.137	.103	.119	.074	.140	.068
ไข่	.151	.099	.091	.136	.153	.118
ถั่วเมล็ดแห้ง	.131	.126	.136	.083	.160	.116
ข้าว แป้ง น้ำตาล	.150	.124	.150	.102	.100	.117
ประเภทเส้น	.235	.106	.126	.104	.101	.153
ผักชนิดต่าง ๆ	.124	.125	.135	.101	.158	.132
ผลไม้ชนิดต่าง ๆ	.127	.115	.094	.096	.111	.132
ไขมันสัตว์	.114	.113	.147	.114	.084	.085
น้ำมันพืช	.175	.134	.159	.069	.104	.083
กะทิ	.149	.099	.096	.101	.124	.150

1.1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการบริโภคอาหาร (ต่อ)

การบริโภคอาหาร	ค่าक्रमเมอรัว					
	เพศ	อายุ	ระดับ ชั้น	การ เจ็บป่วย	การออกกำลังกาย	
					ความถี่	เวลา
อาหารว่างและเครื่องดื่ม						
การรับประทานอาหารว่าง	.000	.000	.000	.000	.000	.000
อาหารว่างที่รับประทาน	.117	.128	.156	.111	.124	.116
การดื่มนม	.131	.094	.115	.081	.140	.178
ประเภทของนมที่ดื่ม	.147	.123	.152	.113	.069	.057
การดื่มน้ำเปล่า	.072	.084	.098	.106	.132	.154
การดื่มน้ำหวาน	.198	.079	.087	.086	.077	.101
การดื่มน้ำอัดลม	.168	.080	.114	.081	.119	.133
โดยรวม	.288	.324	.315	.320	.368	.315

1.2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านเศรษฐกิจกับการบริโภคอาหาร

การบริโภคอาหาร	ค่าแครมเมอร์รี่	
	เงินที่ได้รับ/วัน	รายได้ของครอบครัว
มื้ออาหารที่รับประทาน		
อาหารเช้า	.129	.098
อาหารกลางวัน	.064	.095
อาหารเย็น	.100	.095
มื้อที่รับประทานมากที่สุด	.069	.076
เวลาในการรับประทานมื้อเย็น	.068	.176
รสชาติของอาหาร		
จืด	.088	.035
หวาน	.063	.029
กลมกล่อม	.145	.108
เค็ม	.042	.055
เผ็ด	.091	.091
เปรี้ยว	.040	.056
วิธีการปรุงอาหาร		
ทอด	.069	.035
อบ, ตุ่น, นึ่ง	.086	.029
ผัด	.128	.108
แกง	.141	.055
ปิ้ง, ย่าง	.038	.091
ต้ม	.117	.056

1.2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านเศรษฐกิจกับการบริโภคอาหาร (ต่อ)

การบริโภคอาหาร	ค่าแครมเมอร์รี่	
	เงินที่ได้รับ/วัน	รายได้ของครอบครัว
ความถี่ในการรับประทาน		
เนื้อสัตว์	.111	.100
อาหารทะเล	.106	.092
ไข่	.096	.119
ถั่วเมล็ดแห้ง	.071	.099
ข้าว แป้ง น้ำตาล	.105	.099
ประเภทเส้น	.107	.100
ผักชนิดต่าง ๆ	.107	.120
ผลไม้ชนิดต่าง ๆ	.107	.162
ไขมันสัตว์	.099	.087
น้ำมันพืช	.115	.133
กะทิ	.119	.101
อาหารว่างและเครื่องดื่ม		
การรับประทานอาหารว่าง	.000	.000
อาหารว่างที่รับประทาน	.143	.118
การดื่มนม	.164	.125
ประเภทของนมที่ดื่ม	.133	.120
การดื่มน้ำเปล่า	.086	.083
การดื่มน้ำหวาน	.112	.124
การดื่มน้ำอัดลม	.131	.062
โดยรวม	.306	.339

1.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคมกับการบริโภคอาหาร

การบริโภคอาหาร	ค่าแตรมเมอร์วี				
	จำนวนสมาชิกในครอบครัว	อาชีพบิดา	อาชีพมารดา	การศึกษาบิดา	การศึกษามารดา
มื้ออาหารที่รับประทาน					
อาหารเช้า	.092	.116	.101	.117	.110
อาหารกลางวัน	.042	.090	.112	.114	.122
อาหารเย็น	.070	.099	.122	.104	.112
มื้อที่รับประทานมากที่สุด	.096	.125	.111	.110	.096
เวลาในการรับประทานมื้อเย็น	.081	.099	.123	.095	.119
รสชาติของอาหาร					
จืด	.138	.149	.112	.098	.079
หวาน	.085	.104	.096	.137	.045
กลมกล่อม	.158	.111	.119	.082	.060
เค็ม	.064	.125	.107	.045	.096
เผ็ด	.082	.106	.165	.100	.088
เปรี้ยว	.074	.123	.178	.117	.112
วิธีการปรุงอาหาร					
ทอด	.037	.192	.150	.152	.092
อบ, ตุ่น, นึ่ง	.054	.148	.069	.137	.120
ผัด	.020	.177	.087	.141	.068
แกง	.086	.096	.114	.051	.105
ปิ้ง, ย่าง	.028	.090	.108	.102	.113
ต้ม	.071	.287	.060	.075	.117

1.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคมกับการบริโภคอาหาร (ต่อ)

การบริโภคอาหาร	ค่าแตรมเมอร์วี				
	จำนวนสมาชิกในครอบครัว	อาชีพบิดา	อาชีพมารดา	การศึกษาบิดา	การศึกษามารดา
ความถี่ในการรับประทาน					
เนื้อสัตว์	.129	.139	.114	.123	.130
อาหารทะเล	.073	.147	.122	.124	.130
ไข่	.118	.129	.108	.099	.153
ถั่วเมล็ดแห้ง	.119	.078	.095	.092	.091
ข้าว แป้ง น้ำตาล	.107	.110	.141	.114	.105
ประเภทเส้น	.079	.159	.098	.099	.084
ผักชนิดต่าง ๆ	.079	.137	.095	.104	.124
ผลไม้ชนิดต่าง ๆ	.088	.170	.118	.121	.152
ไขมันสัตว์	.133	.162	.120	.100	.073
น้ำมันพืช	.087	.122	.134	.097	.078
กะทิ	.105	.139	.092	.095	.090
อาหารว่างและเครื่องดื่ม					
การรับประทานอาหารว่าง	.000	.000	.000	.000	.000
อาหารว่างที่รับประทาน	.112	.115	.124	.117	.144
การดื่มนม	.095	.133	.158	.113	.148
ประเภทของนมที่ดื่ม	.080	.143	.117	.109	.112
การดื่มน้ำเปล่า	.081	.146	.100	.088	.080
การดื่มน้ำหวาน	.060	.099	.134	.123	.064
การดื่มน้ำอัดลม	.081	.168	.126	.129	.069
โดยรวม	.332	.286	.286	.319	.325

1.4 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับการบริโภคอาหาร

การบริโภคอาหาร	ค่าแตรมเมอร์วี (ความเชื่อ)									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
มืออาหารที่รับประทาน										
อาหารเช้า	.095	.056	.065	.090	.066	.084	.079	.119	.116	.053
อาหารกลางวัน	.126	.054	.122	.068	.134	.030	.112	.095	.074	.142
อาหารเย็น	.032	.075	.126	.073	.090	.097	.131	.094	.156	.206
มือที่รับประทานมากที่สุด	.039	.070	.048	.056	.118	.077	.046	.078	.068	.072
เวลาในการรับประทาน มือเย็น	.106	.173	.157	.078	.058	.102	.101	.087	.063	.076
รสชาติของอาหาร										
จืด	.029	.059	.107	.101	.068	.051	.061	.086	.045	.035
หวาน	.153	.092	.143	.077	.064	.103	.054	.048	.009	.013
กลมกล่อม	.108	.125	.086	.079	.069	.107	.083	.128	.123	.206
เค็ม	.059	.035	.045	.107	.101	.016	.069	.024	.042	.093
เผ็ด	.017	.034	.019	.104	.067	.052	.046	.070	.031	.028
เปรี้ยว	.048	.065	.081	.126	.055	.047	.030	.084	.088	.068
วิธีการปรุงอาหาร										
ทอด	.069	.063	.110	.109	.057	.066	.083	.071	.062	.092
อบ, ตุ่น, นึ่ง	.055	.035	.043	.086	.004	.095	.031	.079	.035	.059
ผัด	.081	.021	.088	.118	.145	.065	.112	.137	.100	.200
แกง	.031	.006	.062	.068	.085	.109	.025	.017	.150	.037
ปิ้ง, ย่าง	.022	.101	.040	.162	.111	.047	.085	.070	.035	.013
ต้ม	.059	.079	.015	.063	.098	.137	.048	.054	.046	.112

1.4 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับการบริโภคอาหาร (ต่อ)

การบริโภคอาหาร	ค่าแครมเมอร์รี่ (ความเชื่อ)									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ความถี่ในการรับประทาน										
เนื้อสัตว์	.125	.112	.077	.099	.110	.083	.117	.087	.089	.067
อาหารทะเล	.050	.106	.084	.140	.116	.140	.088	.103	.090	.087
ไข่	.051	.091	.147	.112	.145	.101	.083	.099	.092	.122
ถั่วเมล็ดแห้ง	.084	.114	.088	.106	.093	.118	.105	.073	.066	.094
ข้าว แป้ง น้ำตาล	.105	.087	.158	.067	.166	.081	.100	.175	.155	.122
ประเภทเส้น	.088	.053	.116	.081	.092	.169	.059	.099	.090	.131
ผักชนิดต่าง ๆ	.092	.076	.115	.134	.116	.065	.106	.108	.074	.085
ผลไม้ชนิดต่าง ๆ	.096	.100	.090	.157	.064	.087	.096	.028	.065	.089
ไขมันสัตว์	.067	.079	.059	.083	.050	.096	.115	.055	.144	.132
น้ำมันพืช	.085	.149	.130	.145	.122	.124	.116	.107	.087	.117
กะทิ	.150	.091	.089	.061	.081	.065	.064	.084	.095	.080
อาหารว่างและเครื่องดื่ม										
การรับประทานอาหารว่าง	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
อาหารว่างที่รับประทาน	.127	.125	.119	.128	.148	.155	.140	.127	.186	.101
การดื่มนม	.088	.122	.097	.110	.116	.141	.079	.110	.096	.115
ประเภทของนมที่ดื่ม	.127	.103	.109	.137	.103	.123	.117	.092	.074	.084
การดื่มน้ำเปล่า	.064	.144	.079	.089	.101	.097	.122	.084	.058	.136
การดื่มน้ำหวาน	.093	.053	.097	.107	.059	.111	.090	.070	.141	.120
การดื่มน้ำอัดลม	.097	.140	.077	.103	.144	.056	.088	.052	.079	.172
โดยรวม	.303	.375	.374	.317	.318	.335	.338	.266	.373	.377

1.4 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับการบริโภคอาหาร (ต่อ)

การบริโภคอาหาร	ค่าแกรมเมอร์วี (ค่านิยม)									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
มืออาหารที่รับประทาน										
อาหารเช้า	.085	.098	.115	.143	.103	.087	.088	.067	.073	.164
อาหารกลางวัน	.066	.096	.055	.145	.128	.108	.054	.059	.065	.066
อาหารเย็น	.075	.069	.108	.091	.116	.080	.166	.113	.058	.119
มือที่รับประทานมากที่สุด	.059	.084	.032	.094	.068	.038	.079	.114	.044	.070
เวลาในการรับประทาน มือเย็น	.077	.090	.112	.090	.123	.101	.059	.078	.104	.111
รสชาติของอาหาร										
จืด	.105	.076	.029	.102	.067	.084	.070	.118	.119	.086
หวาน	.067	.058	.118	.040	.086	.029	.014	.059	.076	.052
กลมกล่อม	.049	.063	.062	.113	.121	.032	.055	.076	.048	.101
เค็ม	.066	.063	.099	.180	.130	.016	.047	.070	.162	.072
เผ็ด	.075	.081	.059	.044	.041	.071	.027	.050	.074	.104
เปรี้ยว	.118	.163	.051	.053	.049	.061	.104	.057	.081	.070
วิธีการปรุงอาหาร										
ทอด	.077	.025	.070	.109	.086	.088	.095	.024	.038	.026
อบ, ตุ่น, นึ่ง	.068	.060	.031	.042	.097	.126	.138	.041	.072	.074
ผัด	.088	.086	.096	.106	.155	.075	.149	.026	.047	.064
แกง	.098	.111	.061	.079	.142	.043	.069	.049	.083	.059
ปิ้ง, ย่าง	.097	.021	.078	.016	.029	.054	.021	.105	.028	.107
ต้ม	.013	.044	.095	.095	.069	.030	.067	.072	.042	.028

1.4 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับการบริโภคอาหาร (ต่อ)

การบริโภคอาหาร	ค่าแครมเมอร์รี่ (ค่านิยม)									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ความถี่ในการรับประทาน										
เนื้อสัตว์	.106	.093	.104	.062	.079	.080	.109	.108	.092	.118
อาหารทะเล	.088	.099	.109	.155	.100	.123	.070	.132	.121	.117
ไข่	.092	.083	.085	.078	.062	.082	.100	.109	.061	.117
ถั่วเมล็ดแห้ง	.105	.042	.114	.108	.087	.132	.091	.091	.071	.157
ข้าว แป้ง น้ำตาล	.083	.133	.157	.149	.170	.135	.113	.113	.066	.115
ประเภทเส้น	.096	.150	.129	.207	.152	.134	.199	.165	.117	.151
ผักชนิดต่าง ๆ	.088	.152	.110	.081	.121	.111	.110	.081	.067	.070
ผลไม้ชนิดต่าง ๆ	.080	.103	.111	.144	.106	.142	.134	.098	.077	.129
ไขมันสัตว์	.072	.060	.067	.069	.061	.076	.130	.130	.126	.080
น้ำมันพืช	.076	.099	.097	.101	.087	.116	.121	.109	.069	.106
กะทิ	.070	.087	.070	.144	.191	.099	.111	.070	.086	.089
อาหารว่างและเครื่องดื่ม										
การรับประทานอาหารว่าง	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
อาหารว่างที่รับประทาน	.144	.124	.144	.149	.151	.116	.182	.178	.155	.146
การดื่มนม	.088	.085	.102	.097	.063	.069	.106	.103	.069	.139
ประเภทของนมที่ดื่ม	.125	.130	.127	.100	.084	.114	.114	.087	.091	.117
การดื่มน้ำเปล่า	.115	.110	.088	.094	.110	.075	.092	.049	.089	.145
การดื่มน้ำหวาน	.156	.069	.104	.099	.180	.112	.112	.177	.097	.152
การดื่มน้ำอัดลม	.099	.088	.103	.104	.167	.057	.111	.140	.047	.150
โดยรวม	.358	.351	.337	.366	.389	.357	.390	.346	.335	.344

2. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยแต่ละปัจจัยกับภาวะโภชนาการ

2.1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านสังคมและปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับภาวะโภชนาการ (ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ)

ปัจจัย	ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ	
	ค่าแตรมเมอร์รี	ระดับความสัมพันธ์
ส่วนบุคคล		
เพศ	.115	น้อยมาก
อายุ	.085	น้อยมาก
ระดับชั้น	.081	น้อยมาก
การเจ็บป่วย	.094	น้อยมาก
การออกกำลังกาย		
ความถี่ในการออกกำลังกาย	.065	น้อยมาก
เวลาในการออกกำลังกาย	.060	น้อยมาก
ด้านเศรษฐกิจ		
เงินที่ได้รับต่อวัน	.055	น้อยมาก
รายได้ของครอบครัว	.081	น้อยมาก
ด้านสังคม		
จำนวนสมาชิกในครอบครัว	.081	น้อยมาก
อาชีพของบิดา	.130	น้อยมาก
อาชีพของมารดา	.134	น้อยมาก
การศึกษาของบิดา	.099	น้อยมาก
การศึกษาของมารดา	.082	น้อยมาก

2.1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านสังคมและปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับภาวะโภชนาการ (ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ) (ต่อ)

ปัจจัยด้านวัฒนธรรม	ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ	
	ค่าแครมเมอร์รี่	ระดับความสัมพันธ์
ความเชื่อ		
รับประทานของเย็น ทำให้ผู้ป่วยไม่สบายมากขึ้น	.091	น้อยมาก
รับประทานไข่ขณะมีแผลทำให้แผลปวดบวม	.069	น้อยมาก
คั้นน้ำอ้อยดื่มเป็นประจำทำให้อ้วน	.113	น้อยมาก
รับประทานผลไม้เป็นประจำช่วยด้านทานโรคหวัด	.139	น้อยมาก
กินบะหมี่สำเร็จรูปมาก ๆ ทำให้ไตทำงานหนัก	.083	น้อยมาก
รับประทานแตงโมก่อนนอน ทำให้เด็กที่รูดที่นอน	.132	น้อยมาก
เป็นไข้ห้ามรับประทานของหมักดอง	.045	น้อยมาก
อาหารมือเช้าเป็นมือที่ไม่สำคัญ	.076	น้อยมาก
รับประทานมะเขือเทศทำให้ผิวสวย	.096	น้อยมาก
ดื่มนมเป็นประจำทำให้กระดูกแข็งแรง	.106	น้อยมาก
โดยรวม	.174	น้อยมาก
ค่านิยม		
รับประทานเนื้อดิบอร่อยกว่าเนื้อสุก	.086	น้อยมาก
อาหารราคาแพง มีคุณค่ามากกว่าอาหารราคาถูก	.159	น้อยมาก
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ให้คุณค่าสารอาหารครบ	.174	น้อยมาก
รับประทานขนมถุงขบเคี้ยวเป็นคนทันสมัย	.138	น้อยมาก
งดอาหารมือเช้าเป็นวิธีลดน้ำหนักที่ได้ผลดี	.121	น้อยมาก
รับประทานฟาสต์ฟู้ดแสดงว่าเป็นคนรุ่นใหม่	.106	น้อยมาก
กินผลไม้สดมีประโยชน์มากกว่ากินวิตามินเสริม	.095	น้อยมาก
รับประทานดับช่วยบำรุงเลือด	.131	น้อยมาก
อยากอ้วนต้องรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก ๆ	.106	น้อยมาก
ผู้คั้นน้ำอ้อยดื่มเป็นประจำคนที่มีรสนิยมสูง	.104	น้อยมาก
โดยรวม	.216	น้อย

2.2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านสังคมและปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับภาวะโภชนาการ (น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ)

ปัจจัย	น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ	
	ค่าแครมเมอร์รี่	ระดับความสัมพันธ์
ส่วนบุคคล		
เพศ	.149	น้อยมาก
อายุ	.082	น้อยมาก
ระดับชั้น	.056	น้อยมาก
การเจ็บป่วย	.139	น้อยมาก
การออกกำลังกาย		
ความถี่ในการออกกำลังกาย	.085	น้อยมาก
เวลาในการออกกำลังกาย	.117	น้อยมาก
ด้านเศรษฐกิจ		
เงินที่ได้รับต่อวัน	.111	น้อยมาก
รายได้ของครอบครัว	.098	น้อยมาก
ด้านสังคม		
จำนวนสมาชิกในครอบครัว	.072	น้อยมาก
อาชีพของบิดา	.188	น้อยมาก
อาชีพของมารดา	.103	น้อยมาก
การศึกษาของบิดา	.114	น้อยมาก
การศึกษาของมารดา	.082	น้อยมาก

2.2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านสังคมและปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับภาวะโภชนาการ (นำหนักตามเกณฑ์อายุ) (ต่อ)

ปัจจัยด้านวัฒนธรรม	นำหนักตามเกณฑ์อายุ	
	ค่าแกรมเมอร์รี	ระดับความสัมพันธ์
ความเชื่อ		
รับประทานของเย็น ทำให้ผู้ป่วยไม่สบายมากขึ้น	.097	น้อยมาก
รับประทานไข่ขณะมีแผลทำให้แผลปวดบวม	.142	น้อยมาก
ดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำทำให้อ้วน	.180	น้อยมาก
รับประทานผลไม้เป็นประจำช่วยต้านทานโรคหวัด	.065	น้อยมาก
กินบะหมี่สำเร็จรูปมาก ๆ ทำให้ไตทำงานหนัก	.055	น้อยมาก
รับประทานแตงโมก่อนนอน ทำให้เด็กจี้รดที่นอน	.106	น้อยมาก
เป็นไข้ห้ามรับประทานของหมักดอง	.083	น้อยมาก
อาหารมือเช้าเป็นมือที่ไม่สำคัญ	.079	น้อยมาก
รับประทานมะเขือเทศทำให้ผิวสวย	.101	น้อยมาก
ดื่มนมเป็นประจำทำให้กระดูกแข็งแรง	.048	น้อยมาก
โดยรวม	.167	น้อยมาก
ค่านิยม		
รับประทานเนื้อดิบอร่อยกว่าเนื้อสุก	.104	น้อยมาก
อาหารราคาแพง มีคุณค่ามากกว่าอาหารราคาถูก	.094	น้อยมาก
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ให้คุณค่าสารอาหารครบ	.140	น้อยมาก
รับประทานขนมถุงขบเคี้ยวเป็นคนที่ทันสมัย	.099	น้อยมาก
งดอาหารมือเช้าเป็นวิธีลดน้ำหนักที่ได้ผลดี	.144	น้อยมาก
รับประทานฟาสต์ฟู้ดแสดงว่าเป็นคนรุ่นใหม่	.134	น้อยมาก
กินผลไม้สดมีประโยชน์มากกว่ากินวิตามินเสริม	.101	น้อยมาก
รับประทานดับช่วยบำรุงเลือด	.097	น้อยมาก
อยากอ้วนต้องรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก ๆ	.170	น้อยมาก
ผู้ดื่มน้ำอัดลมเป็นคนที่มียุทธนิยมสูง	.118	น้อยมาก
โดยรวม	.246	น้อย

2.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านสังคมและปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับภาวะโภชนาการ (นำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง)

ปัจจัย	นำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง	
	ค่าแครมเมอร์รี่	ระดับความสัมพันธ์
ส่วนบุคคล		
เพศ	.138	น้อยมาก
อายุ	.122	น้อยมาก
ระดับชั้น	.054	น้อยมาก
การเจ็บป่วย	.118	น้อยมาก
การออกกำลังกาย		
ความถี่ในการออกกำลังกาย	.053	น้อยมาก
เวลาในการออกกำลังกาย	.108	น้อยมาก
ด้านเศรษฐกิจ		
เงินที่ได้รับต่อวัน	.081	น้อยมาก
รายได้ของครอบครัว	.078	น้อยมาก
ด้านสังคม		
จำนวนสมาชิกในครอบครัว	.065	น้อยมาก
อาชีพของบิดา	.146	น้อยมาก
อาชีพของมารดา	.102	น้อยมาก
การศึกษาของบิดา	.132	น้อยมาก
การศึกษาของมารดา	.090	น้อยมาก

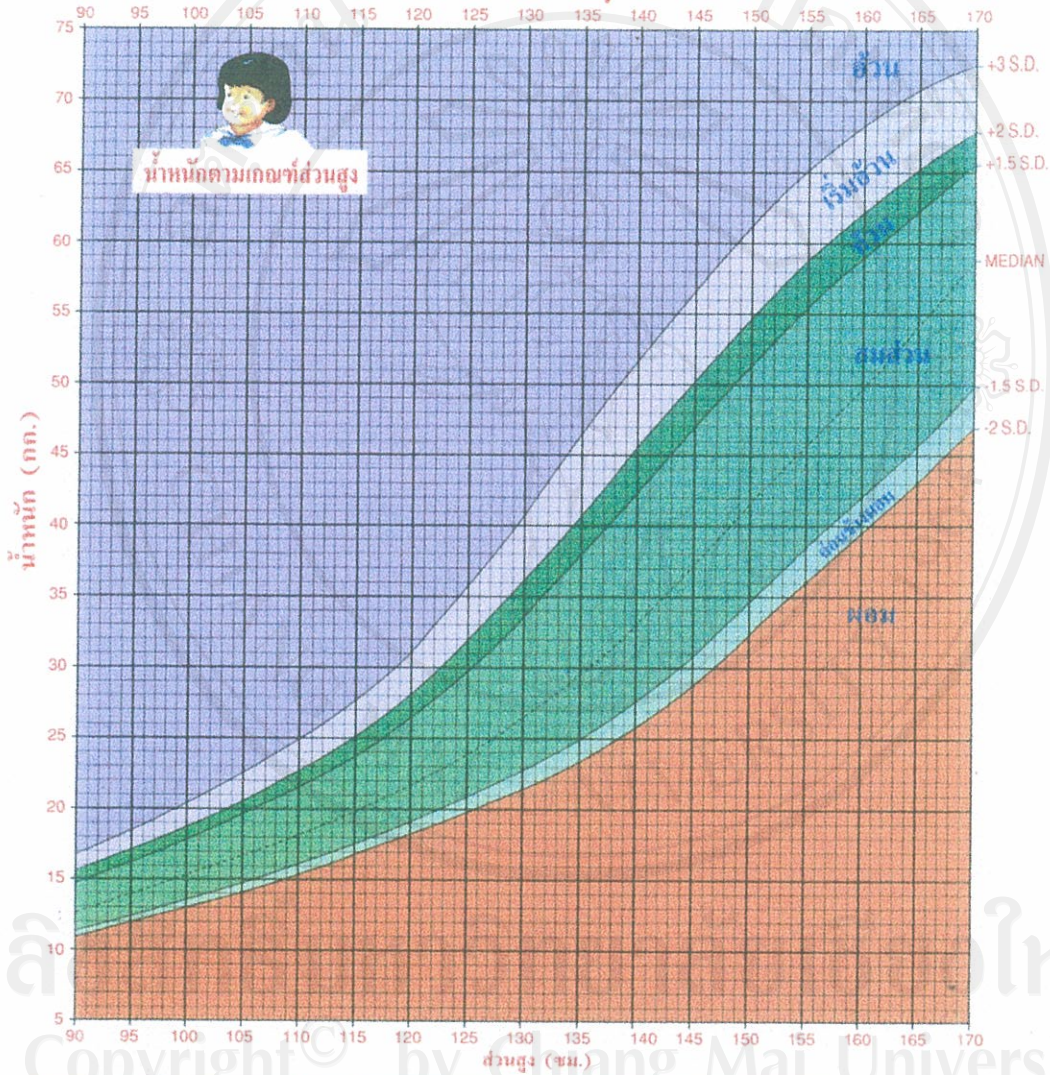
2.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านสังคมและปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับภาวะโภชนาการ (นำหน้าตามเกณฑ์ส่วนสูง) (ต่อ)

ปัจจัยด้านวัฒนธรรม	นำหน้าตามเกณฑ์ส่วนสูง	
	ค่าแตรมเมอร์รี	ระดับความสัมพันธ์
ความเชื่อ		
รับประทานของเย็น ทำให้ผู้ป่วยไม่สบายมากขึ้น	.126	น้อยมาก
รับประทานไข่ขณะมีแผลทำให้แผลปวดบวม	.130	น้อยมาก
ดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำทำให้อ้วน	.173	น้อยมาก
รับประทานผลไม้เป็นประจำช่วยต้านทานโรคหวัด	.115	น้อยมาก
กินบะหมี่สำเร็จรูปมาก ๆ ทำให้ไตทำงานหนัก	.079	น้อยมาก
รับประทานแตงโมก่อนนอน ทำให้เด็กฉี่รดที่นอน	.109	น้อยมาก
เป็นไข้ห้ามรับประทานของหมักดอง	.093	น้อยมาก
อาหารมือเช้าเป็นมือที่ไม่สำคัญ	.081	น้อยมาก
รับประทานมะเขือเทศทำให้ผิวสวย	.100	น้อยมาก
ดื่มนมเป็นประจำทำให้กระดูกแข็งแรง	.073	น้อยมาก
โดยรวม	.198	น้อย
ค่านิยม		
รับประทานเนื้อดิบอร่อยกว่าเนื้อสุก	.091	น้อยมาก
อาหารราคาแพง มีคุณค่ามากกว่าอาหารราคาถูก	.081	น้อยมาก
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ให้คุณค่าสารอาหารครบ	.101	น้อยมาก
รับประทานขนมถุงขบเคี้ยวเป็นคนทันสมัย	.119	น้อยมาก
งดอาหารมือเช้าเป็นวิธีลดน้ำหนักที่ได้ผลดี	.135	น้อยมาก
รับประทานฟาสต์ฟู้ดแสดงว่าเป็นคนรุ่นใหม่	.105	น้อยมาก
กินผลไม้สดมีประโยชน์มากกว่ากินวิตามินเสริม	.095	น้อยมาก
รับประทานดับช่วยบำรุงเลือด	.065	น้อยมาก
อยากอ้วนต้องรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก ๆ	.126	น้อยมาก
ผู้ดื่มน้ำอัดลมเป็นคนที่มึนสลึมสูง	.106	น้อยมาก
โดยรวม	.227	น้อย

ภาคผนวก จ

กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กไทย

กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต
ของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี



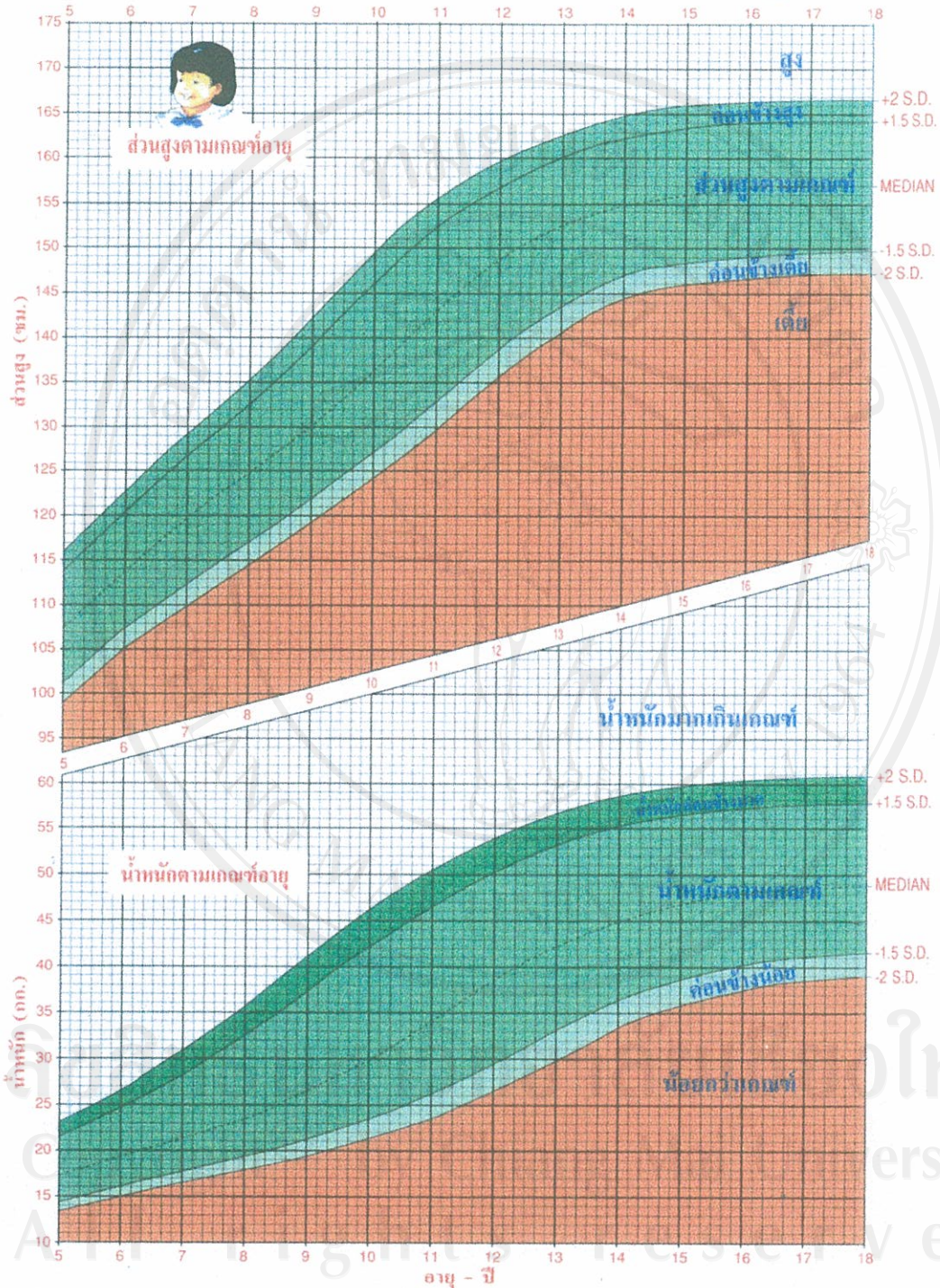
การแปลผลจากกราฟ

<p>น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง</p> <p>เป็นดัชนีชี้ว่าน้ำหนักเหมาะสมกับส่วนสูงหรือไม่ ส่วนรวมปกติภาวะโภชนาการได้โดยปกติเด็กแรกอายุเด็ก ซึ่งร่างกายจะพัฒนาและเติบโตเต็มที่ในช่วงวัย 5-18 ปี ส่วนสูงของเด็กส่วนสูงจะมีแนวโน้มที่คงที่ แต่ในวัยนี้ส่วนสูงของเด็กจะมีความเสี่ยงที่จะต่ำกว่า หรือส่วนสูงของเด็กจะต่ำกว่า หรือส่วนสูงของเด็กจะต่ำกว่า</p>	<p>ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ</p> <p>เป็นดัชนีชี้ภาวะโภชนาการระยะยาวที่สัมพันธ์กับส่วนสูงของเด็ก ซึ่งเกี่ยวข้องกับโรคอ้วนหรือโรคขาดสารอาหารในช่วงวัยนี้ ซึ่งระยะเวลาที่เด็กจะพัฒนาการเจริญเติบโตทางโครงร่าง ที่ไม่ใช่ได้คือวัยเด็กในเกณฑ์ที่ดีเกี่ยวกับ</p>	<p>น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ</p> <p>เป็นดัชนีชี้ว่าน้ำหนักเหมาะสมกับอายุหรือไม่ ซึ่งร่างกายของเด็กในช่วงวัยนี้จะมีผลของฮอร์โมนและปัจจัยทางพันธุกรรม และปัจจัยด้านโภชนาการของเด็กจะมีความสัมพันธ์กัน ดังนั้นน้ำหนักของเด็กที่ต่ำกว่าเกณฑ์ จะบ่งชี้ว่าเด็กขาดสารอาหารได้หรือไม่ และสามารถใช้ในการพิจารณาการเติบโตของเด็กได้</p>
--	---	--

หมายเหตุ : เกณฑ์การประเมินการเจริญเติบโตตามหลักวิชาการของประเทศไทย การวัดส่วนสูงและน้ำหนักของเด็ก ควรใช้เครื่องมือวัดที่มาตรฐาน และควรวัดซ้ำกันอย่างน้อย 2 ครั้ง

ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง และเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนไทย อายุ 1 วัน - 18 ปี

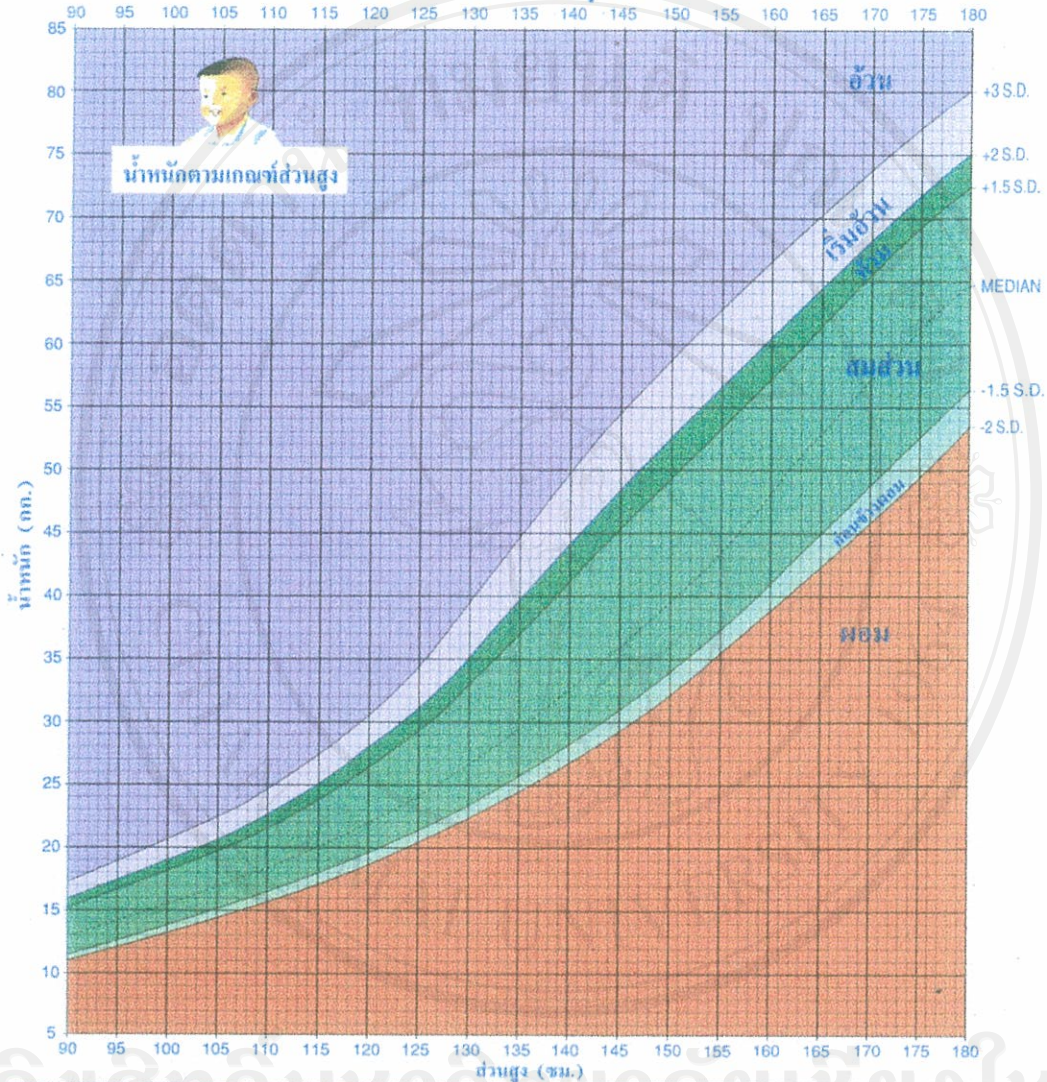
กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี



<p>ที่จุดใด ส่วนสูงตามเกณฑ์นั้น : ส่วน น้อยกว่า เกณฑ์ ส่วนสูง ต่ำกว่าเกณฑ์</p>	<p>ที่จุดใด ส่วนสูงตามเกณฑ์ส่วนสูงนั้น : สูง เกณฑ์ส่วนสูง ส่วนสูงตามเกณฑ์ ต่ำกว่าเกณฑ์</p>	<p>ที่จุดใด ส่วนสูงตามเกณฑ์น้ำหนักนั้น : น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ น้ำหนักส่วนสูง น้ำหนักตามเกณฑ์ เกณฑ์ส่วนสูง น้ำหนักตามเกณฑ์</p>
--	--	---

ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. ๒๕๔๒ เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง และเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประเทศไทย อายุ 1 วัน - 10 ปี

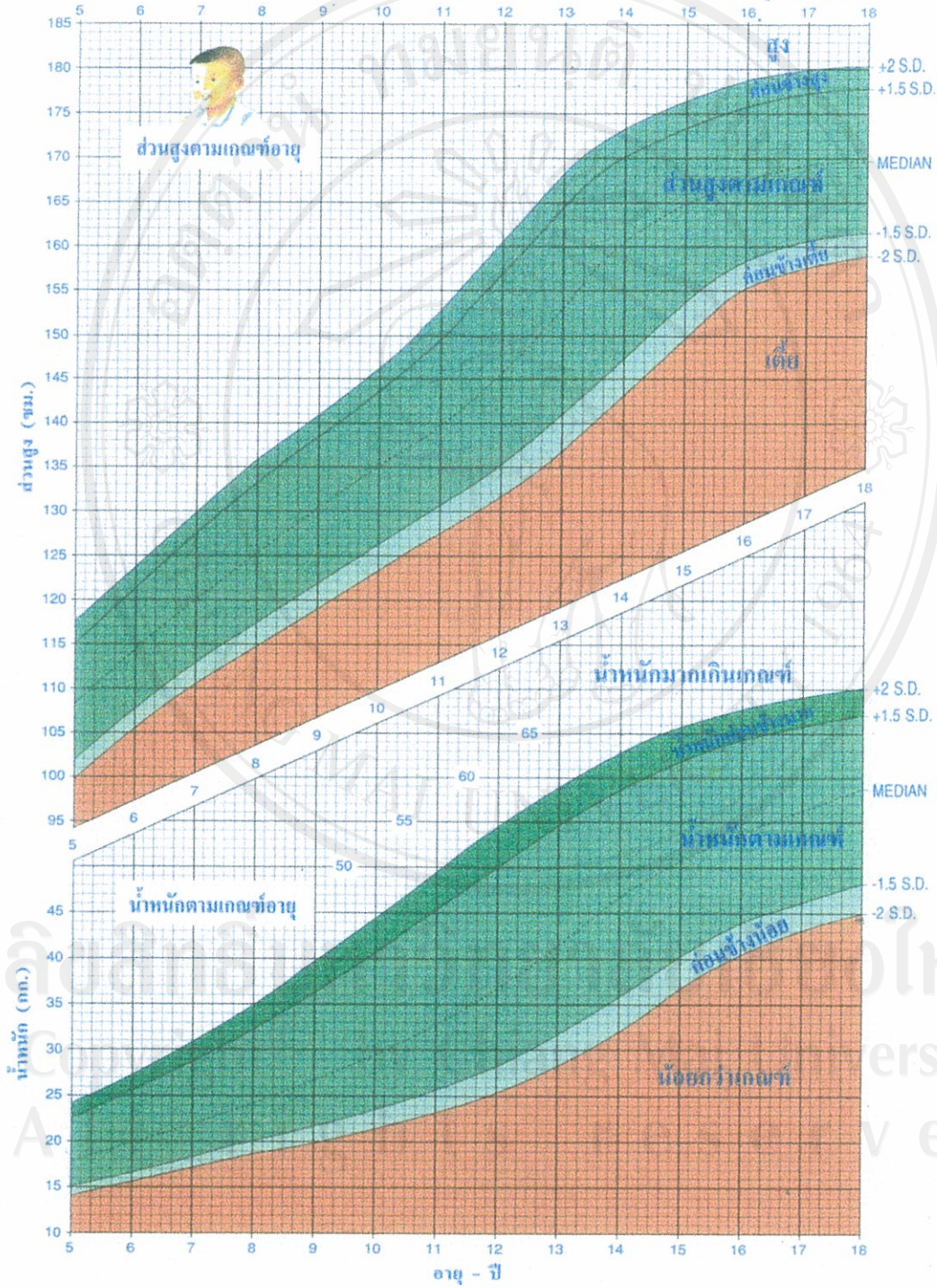
กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศชาย อายุ 5-18 ปี



วิธีการอ่านกราฟ		
<p>น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง แสดงภาวะอ้วน-ผอม</p> <p>ดูส่วนสูงตามแนวอนาโตยีที่จุดใด แล้วไล่ขึ้นตามแนวตั้งว่าตรงกับเกณฑ์ใด</p> <p>ที่จุดใด ส่วนสูงตามเกณฑ์นั้น : อ้วน เกินอ้วน ปกติ ผอม</p>	<p>ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ แสดงภาวะเจริญเติบโตด้านความสูง</p> <p>ดูอายุตามแนวอนาโตยีที่จุดใด แล้วไล่ขึ้นตามแนวตั้งว่าตรงกับส่วนสูงที่จุดใด</p> <p>ส่วนสูงตามเกณฑ์ส่วนสูงนั้น : สูง ปกติ ช่างสูง ส่วนสูงตามเกณฑ์ค่อนข้างต่ำ เตี้ย</p>	<p>น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ แสดงภาวะเจริญเติบโตด้านน้ำหนัก</p> <p>ดูอายุตามแนวอนาโตยีที่จุดใด แล้วไล่ขึ้นตามแนวตั้งว่าตรงกับน้ำหนักที่จุดใด</p> <p>ส่วนสูงตามเกณฑ์น้ำหนักนั้น : น้ำหนักมากเกินเกณฑ์ น้ำหนักพอเหมาะ น้ำหนักตามเกณฑ์ ค่อนข้างน้อย น้อยกว่าเกณฑ์</p>

ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง และเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนไทย อายุ 1 วัน - 19 ปี

กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศชาย อายุ 5-18 ปี



ประวัติผู้เขียน

ชื่อ - สกุล	นางพิมพ์ผกา เมืองไผ่
วัน เดือน ปีเกิด	3 กรกฎาคม 2506
ภูมิลำเนา	91/2 หมู่ 1 ตำบลป่าไผ่ อำเภอสี จังหวัดลำพูน
ประวัติการศึกษา	
2526	ประกาศนียบัตรมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนมงคลวิทยา อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน
2530	ปริญญาตรี ครุศาสตรบัณฑิต (วิทยาศาสตร์ทั่วไป) วิทยาลัยครูลำปาง จังหวัดลำปาง
ประวัติการทำงาน	
2531 - 2537	อาจารย์ 1 ระดับ 3 โรงเรียนชุมชนบ้านพบพระ อำเภอพบพระ จังหวัดตาก
2537 - 2538	อาจารย์ 2 ระดับ 5 ช่วยราชการ โรงเรียนบ้านห้วย กิ่งอำเภอเวียงแก่น จังหวัดเชียงราย
2538 - 2547	อาจารย์ 2 ระดับ 6 โรงเรียนบ้านกาด (เขมวังสัรราษฎร์รังสฤษดิ์) อำเภอแม่วาง จังหวัดเชียงใหม่
2547 - ปัจจุบัน	ครูชำนาญการ โรงเรียนสันป่าตอง (สุวรรณราษฎร์วิทยาคาร) อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved