



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์นงคราญ วิเศษกุล กลุ่มวิชาการพยาบาลพื้นฐาน
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. คุณดาราลักษณ์ ถาวรประสิทธิ์ ผู้ประสานโครงการ
สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. คุณรัชนีกร ปวงจักร์ท่า พยาบาลวิจัย
โครงการป้องกันและรักษา เอช ไอ วี
IRD U174 PHPT Chiangmai, Thailand

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ข

แบบสอบถาม

การศึกษาเรื่อง ภาวะโภชนาการและการบริโภคอาหารของผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ได้รับยาต้านไวรัส
คำชี้แจง

1. แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาภาวะโภชนาการและการบริโภคอาหารของผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ได้รับยาต้านไวรัส ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการค้นคว้าแบบอิสระหลักสูตรปริญญาโท สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา คณะบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. แบบสอบถามฉบับนี้จะนำไปเป็นข้อมูลในการศึกษาเรื่อง ภาวะโภชนาการและการบริโภคอาหารของผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ได้รับยาต้านไวรัส ซึ่งคำตอบที่ได้จะไม่มีผลกระทบโดยตรงต่อตัวท่านแต่อย่างไร ผลการศึกษาที่ได้จะเป็นข้อมูลเพื่อใช้เป็นประโยชน์พื้นฐานในการให้ความรู้ คำแนะนำแก่ผู้ติดเชื้อเอชไอวีต่อไป
3. แบบสอบถามฉบับนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 19 ข้อ และส่วนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร จำนวน 54 ข้อ ขอความกรุณาให้ท่านตอบให้ครบทุกข้อ

ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามฉบับนี้เป็นอย่างยิ่ง

นางสาวนันทวรรณ วังแสง

นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

คณะบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

แบบสอบถาม

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 19 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร จำนวน 54 ข้อ

คำชี้แจง กรุณาใส่เครื่องหมาย ลงในช่อง ที่ท่านต้องการตอบหรือเติมคำในช่องว่าง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

1. เพศ

<input type="checkbox"/> ชาย	<input type="checkbox"/> หญิง
------------------------------	-------------------------------
2. อายุปี
3. ศาสนา

<input type="checkbox"/> พุทธ	<input type="checkbox"/> คริสต์
<input type="checkbox"/> อิสลาม	<input type="checkbox"/> อื่นๆ โปรดระบุ.....
4. สถานภาพ

<input type="checkbox"/> โสด	<input type="checkbox"/> สมรส	<input type="checkbox"/> หย่าร้าง/หม้าย/แยกกันอยู่
------------------------------	-------------------------------	--
5. ระดับการศึกษาสูงสุด

<input type="checkbox"/> ไม่ได้เรียนหนังสือ	<input type="checkbox"/> ประถมศึกษาตอนต้น	<input type="checkbox"/> ประถมศึกษาตอนปลาย
<input type="checkbox"/> มัธยมศึกษาตอนต้น	<input type="checkbox"/> มัธยมศึกษาตอนปลาย/ป. ว. ช.	
<input type="checkbox"/> อนุปริญญา /ป. ว. ส.	<input type="checkbox"/> ปริญญาตรี	<input type="checkbox"/> สูงกว่าปริญญาตรี
6. อาชีพปัจจุบันของท่าน

<input type="checkbox"/> ข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	<input type="checkbox"/> อาชีพอิสระ/ธุรกิจส่วนตัว
<input type="checkbox"/> พนักงาน/เจ้าหน้าที่บริษัท	<input type="checkbox"/> เกษตรกรรม
<input type="checkbox"/> ค้าขาย	<input type="checkbox"/> รับจ้าง
<input type="checkbox"/> อื่นๆ (โปรดระบุ)	
7. รายได้ต่อเดือนของครอบครัว

<input type="checkbox"/> น้อยกว่า 5,000 บาท	<input type="checkbox"/> 5,001-10,000 บาท
<input type="checkbox"/> 10,001-15,000 บาท	<input type="checkbox"/> 15,001 บาทขึ้นไป
8. รายได้ของท่านเพียงพอกับรายจ่ายหรือไม่

<input type="checkbox"/> เพียงพอ เหลือเก็บ	<input type="checkbox"/> เพียงพอไม่เหลือเก็บ
<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ ไม่มีหนี้สิน	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ มีหนี้สิน

9. จำนวนสมาชิกในครอบครัว

- 1-2 คน 3-4 คน
 5-6 คน มากกว่า 6 คนขึ้นไป

10. บทบาทของท่านในครอบครัว

- หัวหน้าครอบครัว สมาชิกในครอบครัว

11. ประวัติการสูบบุหรี่

- ไม่เคยสูบเลย เคยสูบ แต่เลิกสูบแล้ว ____ ปี
 ปัจจุบันสูบบุหรี่ก็มวน ____ ต่อวัน

12. ประวัติการดื่มแอลกอฮอล์

- ไม่เคยดื่ม ดื่มเฉพาะในโอกาสพิเศษเท่านั้น ดื่มเป็นประจำ

13. ท่านทราบว่าติดเชื้อมานาน.....ปี.....เดือน

14. ท่านรับยาต้านไวรัสเป็นเวลานาน.....ปี.....เดือน

15. สูตรยาที่ท่านได้รับการรักษาอยู่ในปัจจุบัน (โปรดระบุ)

16. ขณะนี้ท่านได้รับยาเพื่อป้องกันการติดเชื้อฉวยโอกาสด้วยหรือไม่

- ได้รับ ไม่ได้รับ

17. ท่านเคยป่วยจากโรคหรือมีอาการดังต่อไปนี้ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- เชื้อราในช่องปาก ต่อม้ำเหลืองโต ไอ
 เริม/งูสวัด ท้องเสียเรื้อรัง มีไข้เรื้อรัง
 โรคไวรัสตับอักเสบ ชนิด เอ บี ซี อื่นๆ โปรดระบุ.....

18. ภาวะ/โรคที่พบ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ไขมันในเลือดสูง ผื่นแพ้
 โรคไต ความดันโลหิตสูง
 โรคหัวใจ โรคเบาหวาน
 อื่นๆ โปรดระบุ.....

19. ปัจจุบันท่านมีอาการเหล่านี้หรือไม่

- น้ำหนักลดโดยไม่ทราบสาเหตุ วิดกกังวล
 อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร
 ปากเป็นแผล อื่นๆ โปรดระบุ.....

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

คำแนะนำให้เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในคำตอบที่ตรงกับการปฏิบัติของท่าน

เป็นประจำ	ปฏิบัติทุกครั้ง หรือ รับประทานทุกวัน หรือ 6-7 วัน/สัปดาห์
บ่อยครั้ง	ปฏิบัติ หรือ รับประทาน 3-5 วัน/สัปดาห์
บางครั้ง	ปฏิบัติ หรือ รับประทาน 1-2 วัน/สัปดาห์
นานๆครั้ง	ปฏิบัติ หรือ รับประทาน 1-3 วันใน 1 เดือน
ไม่ทำเลย	ไม่ปฏิบัติหรือไม่รับประทานเลย

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของท่าน	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่ทำเลย
ชนิดและประเภทของอาหาร					
1. ท่านรับประทานข้าวเหนียว					
2. ท่านรับประทานข้าวเจ้าชนิดดี เช่น ข้าวขาวหอมมะลิ					
3. ท่านรับประทานข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ					
4. ท่านรับประทานกล้วยเตี้ย ขนมะลิ บะหมี่ บะหมี่ วุ้นเส้น					
5. ท่านรับประทานถั่วชนิดต่างๆ ถั่วเมล็ดแห้ง ธัญญาพืชม					
6. ท่านรับประทานเนื้อหมู เนื้อไก่					
7. ท่านรับประทานปลา (ทั้งปลาน้ำจืดและปลาทะเล)					
8. ท่านรับประทานเนื้อวัว เนื้อควาย					
9. ท่านรับประทานไข่ไก่ ไข่เป็ด					
10. ท่านรับประทานอาหารทะเล เช่น กุ้ง หิมิก ปู หอยแครง หอยแมลงภู่					
11. ท่านรับประทานอาหารที่ใช้ไขมันถั่วเหลือง น้ำมันเมล็ดทานตะวัน และน้ำมันรำข้าว ในการปรุงอาหาร					
12. ท่านรับประทานอาหารที่ใช้ไขมันหมู น้ำมันปาล์ม เนยเทียม ในการปรุงอาหาร					
13. ท่านรับประทานอาหารประเภทผักชนิดต่างๆ เช่น ผักพื้นบ้าน ผักสวนครัว					
14. ท่านรับประทานผลไม้					

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของท่าน	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่ทำเลย
15. ท่านดื่มนมวัวไขมันต่ำ					
16. ท่านดื่มน้ำเต้าหู้ นมถั่วเหลือง					
17. ท่านรับประทานวิตามินและอาหารเสริม					
สุขอนามัยในการบริโภคอาหาร					
18. ท่านล้างมือ ก่อนและหลังปรุงอาหาร หรือรับประทานอาหาร					
19. ท่านล้างมือหลังการเข้าห้องน้ำ					
20. ท่านล้างผัก ผลไม้ ก่อนนำมารับประทานทุกครั้ง					
21. ท่านเลือกซื้ออาหารปรุงสำเร็จจากร้านอาหารที่สะอาดปลอดภัย					
22. ท่านรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ					
23. ท่านรับประทานอาหารสุกๆ ดิบๆ					
24. ท่านเลือกซื้อวัตถุดิบในการปรุงอาหารที่สด สะอาดปลอดภัย					
25. ท่านล้างเปลือก ไข่ไก่ ไข่เป็ด ให้สะอาดก่อนนำมาเก็บไว้					
26. ท่านทำความสะอาดของสด เช่น เนื้อหมู ไก่ กุ้ง ปลา ผัก ก่อนนำมาปรุงอาหารทุกครั้ง					
27. ท่านอุ่นอาหารที่ปรุงค้างคืน ก่อนนำมารับประทาน					
28. ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่มีสี กลิ่นผิดปกติ อาหารที่มีราขึ้น หรือ อาหารหมดอายุ					
29. ท่านรับประทานอาหารที่สะอาดปราศจากแมลงวันตอม					
30. ท่านใช้ช้อนกลางในการตักอาหารเมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น					
31. ท่านล้างภาชนะที่ล้างให้แห้งก่อนนำไปเก็บทุกครั้ง					
32. ท่านทำความสะอาดภาชนะในการปรุงอาหารหลังการใช้งานทุกครั้งและทันที					
33. ท่านดื่มน้ำที่ผ่านการต้ม/กรอง					
34. ท่านดื่มน้ำที่มีภาชนะบรรจุปิดสนิท					

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของท่าน	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่ทำเลย
สุขนิสัยในการบริโภคอาหาร					
35. ท่านรับประทานอาหารเช้าครบ 3 มื้อในแต่ละวัน (เช้า กลางวัน เย็น)					
36. ท่านรับประทานอาหารเช้าตรงเวลาทุกมื้อ (เช้า กลางวัน เย็น)					
37. ท่านรับประทานอาหารเช้าหลากหลายชนิดใน 1 วัน (ไม่ซ้ำซากจำเจ)					
38. ท่านรับประทานอาหารเช้าทอด ผัด					
39. ท่านรับประทานอาหารเช้าประเภท คัม นึ่ง แกง ไม้ใส่กะทิ					
40. ท่านรับประทานอาหารเช้าประเภท ปิ้ง อย่าง เช่น ไก่ย่าง หมู ปิ้ง หมูกระทะ ลูกชิ้นปิ้ง					
41. ท่านซื้ออาหารปรุงสำเร็จมารับประทาน					
42. ท่านรับประทานอาหารเช้าสำเร็จรูป เช่น บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป อาหารสำเร็จรูปแช่แข็ง อาหารกระป๋อง					
43. ท่านรับประทานเนื้อสัตว์ติดมัน					
44. ท่านรับประทานอาหารรสจัด เช่น หวานจัด เค็มจัด เปรี้ยวจัด เผ็ดจัด					
45. ท่านใช้ผงชูรสในการปรุงอาหาร					
46. ท่านรับประทานขนมหวานใส่กะทิ					
47. ท่านรับประทานอาหารหมักดอง ผลไม้ดอง					
48. ท่านรับประทานโยเกิร์ต หรือนมพาสเจอร์ไรส์ เช่น นม สด โฟร์ โนมอสต์ชนิดบรรจุขวด นมเปรี้ยว ยาคุลท์					
49. ท่านดื่มน้ำเปล่าวันละอย่างน้อย 8-10 แก้ว					
50. ท่านดื่มน้ำผลไม้ / น้ำผัก					
51. ท่านดื่มน้ำอัดลม					
52. ท่านดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง เช่น กระทิงแดง ลิโพ เอ็ม-100					
53. ท่านดื่มชา กาแฟ					
54. ท่านดื่มแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ ไวน์ ยาดอง					

แบบบันทึกการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง

น้ำหนักปัจจุบัน.....กิโลกรัม

ส่วนสูงปัจจุบัน.....เมตร

ดัชนีมวลกาย.....กิโลกรัมต่อตารางเมตร



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

หนังสือยินยอม

เรื่อง ขอความร่วมมือ
เรียน

ข้าพเจ้านางสาวนันทวรรณ วังแสง เป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังทำการค้นคว้าแบบอิสระ (Independent Study) เรื่อง ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ได้รับยาต้านไวรัส

ท่านมีคุณสมบัติในการตอบ แบบสอบถาม เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ได้รับยาต้านไวรัส ดังนั้นจึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการตอบครั้งนี้ โดยกรุณาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริงที่สุด ซึ่งข้อมูลทั้งหมดที่ได้รับ ผู้ศึกษาจะเก็บเป็นความลับและใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น คำตอบของท่านจะมีค่าอย่างยิ่งต่อการนำไปเป็นแนวทางเพื่อประเมินภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ได้รับยาต้านไวรัส และท่านสามารถถอนตัวออกจากโครงการเมื่อใดก็ได้โดยไม่มีผลเสียหายใดๆ เกิดขึ้นกับตัวท่าน

เมื่อท่านทราบและยินดีให้ความร่วมมือ กรุณาลงนามการร่วมมือในการศึกษาครั้งนี้ไว้ด้วยขอพระคุณสำหรับความร่วมมือของท่านมา ณ โอกาสนี้

ลายมือชื่อ.....ผู้เข้าร่วมโครงการศึกษา
(.....)

ลายมือชื่อ.....พยาน
(.....)

ลายมือชื่อ.....ผู้ศึกษา
(.....)

ภาคผนวก ง

ความถี่การบริโภคด้านชนิดและประเภทของอาหาร

ตาราง ง.1 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต

ประเภท/ชนิดของอาหาร	ความถี่การบริโภค				
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่ทำเลย
ข้าวเหนียว	60.00	12.14	18.57	7.86	1.43
กล้วยเดี่ยว/ขนมจีน/บะหมี่/ วุ้นเส้น	15.71	47.86	25.00	10.72	0.71
ธัญพืช	2.86	12.86	37.14	30.00	17.14
ข้าวกล้อง/ข้าวซ้อมมือ	0.00	4.29	20.00	39.29	36.42
ข้าวเจ้าขัดสี	13.57	18.57	27.86	22.86	17.14

จากตาราง ง.1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่บริโภคข้าวเหนียวเป็นประจำ (บริโภค ทุกวัน หรือ 6-7 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 60.00 บริโภคกล้วยเดี่ยว/ขนมจีน/บะหมี่/วุ้นเส้น บ่อยครั้ง (บริโภค 3-5 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 47.86 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวซ้อมมือ นานๆ ครั้ง (บริโภค 1-3 วันใน 1 เดือน) ร้อยละ 39.29 และไม่บริโภคเลย ร้อยละ 36.42

ตาราง ง.2 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทโปรตีน

ประเภท/ชนิดของอาหาร	ความถี่การบริโภค				
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่ทำเลย
เนื้อหมู/เนื้อไก่	40.72	47.10	7.86	2.14	2.14
เนื้อปลา	36.43	48.57	13.57	0.71	0.71
ไข่ไก่/ไข่เป็ด	35.71	47.10	14.29	2.90	0.00
เนื้อวัว/เนื้อควาย	20.71	32.86	26.43	12.14	7.86
อาหารทะเล	2.14	27.86	44.30	18.56	7.14
นมวัวไขมันต่ำ	5.00	15.70	42.20	30.00	7.10
นมถั่วเหลือง/น้ำเต้าหู้	10.00	21.41	51.44	12.86	4.29
ถั่วชนิดต่างๆ	2.86	12.86	37.14	30.00	17.14

จากตาราง ง.2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างบริโภค เนื้อหมู/เนื้อไก่ เนื้อปลา และไข่ไก่/ไข่เป็ดเป็นประจำ (บริโภคทุกวัน หรือ 6-7 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 40.72, 36.43 และ 35.71 และบริโภคบ่อยครั้ง (บริโภค 3-5 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 47.10, 48.57 และ 47.14 ตามลำดับ

ตาราง ง.3 ร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทไขมัน

ประเภท/ชนิดของอาหาร	ความถี่การบริโภค				
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่ทำเลย
น้ำมันถั่วเหลือง/ น้ำมันเมล็ดทานตะวัน/ น้ำมันรำข้าว น้ำมันหมู/ น้ำมันปาล์ม/ เนยเทียม	22.14	36.43	21.43	12.86	7.14
	10.00	22.86	25.71	38.57	2.86

จากตาราง ง.3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างบริโภค น้ำมันถั่วเหลือง/น้ำมันเมล็ดทานตะวัน/น้ำมันรำข้าว เป็นประจำ (บริโภคทุกวัน หรือ 6-7 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 22.14 และบริโภคบ่อยครั้ง (บริโภค 3-5 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 36.43

ตาราง ง.4 ร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความถี่ในการบริโภคอาหารประเภท วิตามินเกลือแร่และใยอาหาร

ประเภท/ชนิดของอาหาร	ความถี่การบริโภค				
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่ทำเลย
ผักชนิดต่างๆ	27.14	48.57	20.72	2.86	0.71
ผลไม้ชนิดต่างๆ	23.56	30.00	36.44	10.00	0.00
วิตามินและอาหารเสริม	8.56	5.00	21.44	17.86	47.14

จากตาราง ง.4 พบว่า กลุ่มตัวอย่างบริโภคผักชนิดต่างๆ และผลไม้ชนิดต่างๆเป็นประจำ (บริโภคทุกวัน หรือ 6-7 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 27.14 และ 23.56 และบริโภคบ่อยครั้ง (บริโภค 3-5 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 48.57 และ 30.00 ตามลำดับ ไม่รับประทานวิตามินและอาหารเสริมเลย ร้อยละ 47.14

ตาราง ๖.5 ร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความถี่ในการบริโภคน้ำ

ประเภท/ชนิดของอาหาร	ความถี่การบริโภค				
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่ทำเลย
ดื่มน้ำเปล่าอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว	64.30	25.70	10.00	0.00	0.00
น้ำผัก/น้ำผลไม้	14.29	17.86	39.29	25.00	3.56
น้ำอัดลม	2.86	17.86	27.14	43.57	8.57
เครื่องดื่มชูกำลัง	3.57	12.14	21.43	24.29	38.57
ชา/กาแฟ	25.71	14.29	10.00	32.86	17.14
เครื่องดื่มแอลกอฮอล์	7.86	10.71	22.86	31.43	27.14

จากตาราง ๖.5 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ดื่มน้ำเปล่าอย่างน้อยวันละ 8 แก้วเป็นประจำ (บริโภคทุกวัน หรือ 6-7 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 64.30

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นางสาวนันทวรรณ วังแสง
วัน เดือน ปี เกิด	28 มิถุนายน 2525
ประวัติการศึกษา	2543 มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน 2547 วิทยาศาสตร์บัณฑิต คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่
ประวัติการทำงาน	2548-2549 นักเทคนิคการแพทย์ โครงการวิจัยมาลาเรีย (Shoklo Malaria Research Unit) 2550- ปัจจุบัน นักเทคนิคการแพทย์ โครงการป้องกันและรักษา เอช ไอ วี IRD U174 PHPT/Laboratory Chiangmai, Thailand

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved