

สารบัญ

| | หน้า |
|--|------|
| กิตติกรรมประกาศ | ค |
| บทคัดย่อภาษาไทย | ง |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ | จ |
| สารบัญตาราง | ช |
| บทที่ 1 บทนำ | 1 |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา | 1 |
| วัตถุประสงค์ของการศึกษา | 2 |
| ขอบเขตของการศึกษา | 3 |
| นิยามศัพท์เฉพาะ | 3 |
| ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ | 3 |
| บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง | 4 |
| โภชนาการกับสุขภาพ | 4 |
| ปัญหาสุขภาพที่เกิดจากอาหาร | 7 |
| อาหารไทย อาหารเพื่อสุขภาพ | 9 |
| การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพที่ดี | 13 |
| อาหารและโภชนาการในอนาคต | 16 |
| งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง | 19 |
| บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา | 21 |
| บทที่ 4 ผลการศึกษา | 24 |
| บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ | 40 |
| สรุปผลการศึกษา | 40 |
| อภิปรายผล | 41 |
| ข้อเสนอแนะ | 41 |
| บรรณานุกรม | 43 |
| ภาคผนวก | 47 |
| ภาคผนวก ก แบบสอบถาม | 48 |
| ภาคผนวก ข รายนามผู้เชี่ยวชาญ | 55 |
| ประวัติผู้เขียน | 56 |

สารบัญตาราง

| ตาราง | หน้า |
|--|------|
| 2.1 สารเคมีเจือปน / ปนเปื้อนในอาหารและการป้องกัน | 7 |
| 2.2 ข้อปฏิบัติในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย (ปรับปรุง 2539) : รายละเอียดและเครื่องชี้วัดในแต่ละข้อ | 14 |
| 2.3 แสดงปริมาณของอาหารกลุ่มต่าง ๆ ตามพลังงานที่กำหนดในแต่ละวัน | 15 |
| 2.4 สถานการณ์การผลิต กระจาย และบริโภคอาหาร ปัจจุบันและแนวโน้ม ในอนาคต | 18 |
| 3.1 แสดงรายชื่อโรงเรียนและจำนวนครู | 21 |
| 4.1 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ | 24 |
| 4.2 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มอายุ | 25 |
| 4.3 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา | 25 |
| 4.4 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มรายได้ | 26 |
| 4.5 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนสมาชิกในครอบครัว | 26 |
| 4.6 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มอายุของสมาชิกในบ้าน | 27 |
| 4.7 แสดงคะแนนความรู้พื้นฐานทางโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง | 28 |
| 4.8 แสดงความถี่ของกลุ่มตัวอย่างในการซื้ออาหารพร้อมบริโภค | 29 |
| 4.9 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนเงินที่ใช้ซื้อต่อครั้ง | 29 |
| 4.10 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแหล่งที่ซื้อเป็นประจำ | 30 |
| 4.11 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเหตุผลที่ซื้อสถานที่ดังกล่าวเป็นประจำ | 30 |
| 4.12 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตัวเลือกที่ตัดสินใจเลือกซื้อ | 31 |
| 4.13 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเลือกซื้ออาหารสำหรับเด็กวัยก่อนเรียน | 31 |
| 4.14 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเลือกซื้ออาหารสำหรับเด็กวัยรุ่น | 32 |
| 4.15 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเลือกซื้ออาหารสำหรับวัยทำงาน | 32 |
| 4.16 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเลือกซื้ออาหารสำหรับผู้สูงอายุ | 33 |
| 4.17 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมของผู้ปรุงอาหารที่คิดว่าทำให้อาหารสกปรก | 33 |
| 4.18 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสำคัญในการเลือกซื้ออาหาร | 34 |
| 4.19 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระหว่างความรู้พื้นฐานด้านโภชนาการกับการเลือกซื้ออาหารพร้อมบริโภค | 34 |

สารบัญตาราง (ต่อ)

| ตาราง | | หน้า |
|-------|---|------|
| 4.18 | กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศกับความสำคัญในการเลือกซื้ออาหาร | 35 |
| 4.19 | กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มอายุกับความสำคัญในการเลือกซื้ออาหาร | 36 |
| 4.20 | กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มรายได้กับความสำคัญในการเลือกซื้ออาหาร | 38 |
| 4.21 | กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษากับความสำคัญในการเลือกซื้ออาหาร | 39 |