



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

แบบสัมภาษณ์

- โครงการวิจัย เรื่องความรู้ และการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในหญิง
วัยเจริญพันธุ์ บ้านสันโป่ง ตำบลบ้านกรด กิ่งอำเภอแม่วาง จังหวัด เชียงใหม่
- วัตถุประสงค์ โครงการวิจัยนี้ประสงค์จะวัดความรู้ การปฏิบัติตนเกี่ยวกับการป้องกัน
โรคขาดสารไอโอดีนของหญิงวัยเจริญพันธุ์
- คำแนะนำ
1. แบบสัมภาษณ์นี้ ใช้สัมภาษณ์เฉพาะหญิงวัยเจริญพันธุ์
 2. แบบสัมภาษณ์นี้ ใช้ 1 ชุด ต่อ 1 คน
 3. แบบสัมภาษณ์นี้แบ่งเป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1	ข้อมูลทั่วไปด้านประชากร เศรษฐกิจและสังคม	จำนวน 8 ข้อ
ส่วนที่ 2	การได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องสารไอโอดีน	จำนวน 5 ข้อ
ส่วนที่ 3	ความรู้เกี่ยวกับโรคขาดสารไอโอดีน	จำนวน 13 ข้อ
ส่วนที่ 4	การปฏิบัติในการป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน	จำนวน 12 ข้อ
ส่วนที่ 5	การบริโภคอาหารที่มีสารไอโอดีน 1-7 วัน	จำนวน 12 ข้อ
 4. การบันทึกผลการสัมภาษณ์ ให้ทำการสัมภาษณ์ทุกข้ออย่างถี่ถ้วนโดยไม่มีเหตุผล
ให้กาเครื่องหมาย / หรือ วงกลมล้อมรอบหัวข้อที่ให้ผู้สัมภาษณ์ตอบ และ
เติมข้อความในช่องให้ครบถ้วน

ชื่อ-สกุล ผู้ให้สัมภาษณ์.....อายุ.....ปี
 อยู่บ้านเลขที่.....หมู่ที่ 3 บ้านสันโป่ง ตำบลบ้านภาค กิ่งอำเภอแม่วาง จังหวัดเชียงใหม่
 วันที่ทำการสัมภาษณ์.....เดือน.....พ.ศ.2534
 ชื่อผู้สอบถาม.....

เลขที่แบบสัมภาษณ์ / / / /

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปด้านประชากร เศรษฐกิจ และสังคม

1. สมาชิกในครอบครัว (เป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในครอบครัวนี้อย่างถาวรหรือประจำ ไม่นับแขกหรือผู้ที่อาศัยอยู่ชั่วคราว)

ลำดับ ที่	ชื่อ-สกุล	เพศ	ว.ด.ป เกิด	อายุ	เชื้อ ชาติ	ศาสนา	สถาน- ภาพ สมรส	ความ สัมพันธ์ กับหัวหน้า ครอบครัว	การ ศึกษา	อาชีพ		หมาย เหตุ
										หลัก	รอง	
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
9												

อายุ / / / สถานภาพสมรส / / การศึกษา / /

อาชีพ / / จำนวนสมาชิกในครอบครัว / /

2. รายได้ของครอบครัวต่อปี (ยังไม่หักค่าใช้จ่าย)

ในครอบครัวมีสมาชิกที่ประกอบอาชีพมีรายได้.....คน

	ชื่อ	อาชีพ	รายได้/ปี
--	------	-------	-----------

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

รวมรายได้ของครอบครัว.....บาท/ปี

3. ในรอบปีที่ผ่านมา ครอบครัวของท่านมีเงินเหลือเก็บหรือไม่?

- | | |
|---------------------|----------------------|
| (1) มีเหลือ | (2) ไม่มีเหลือ |
| (3) มีหนี้สิน | (4) ไม่ทราบ |

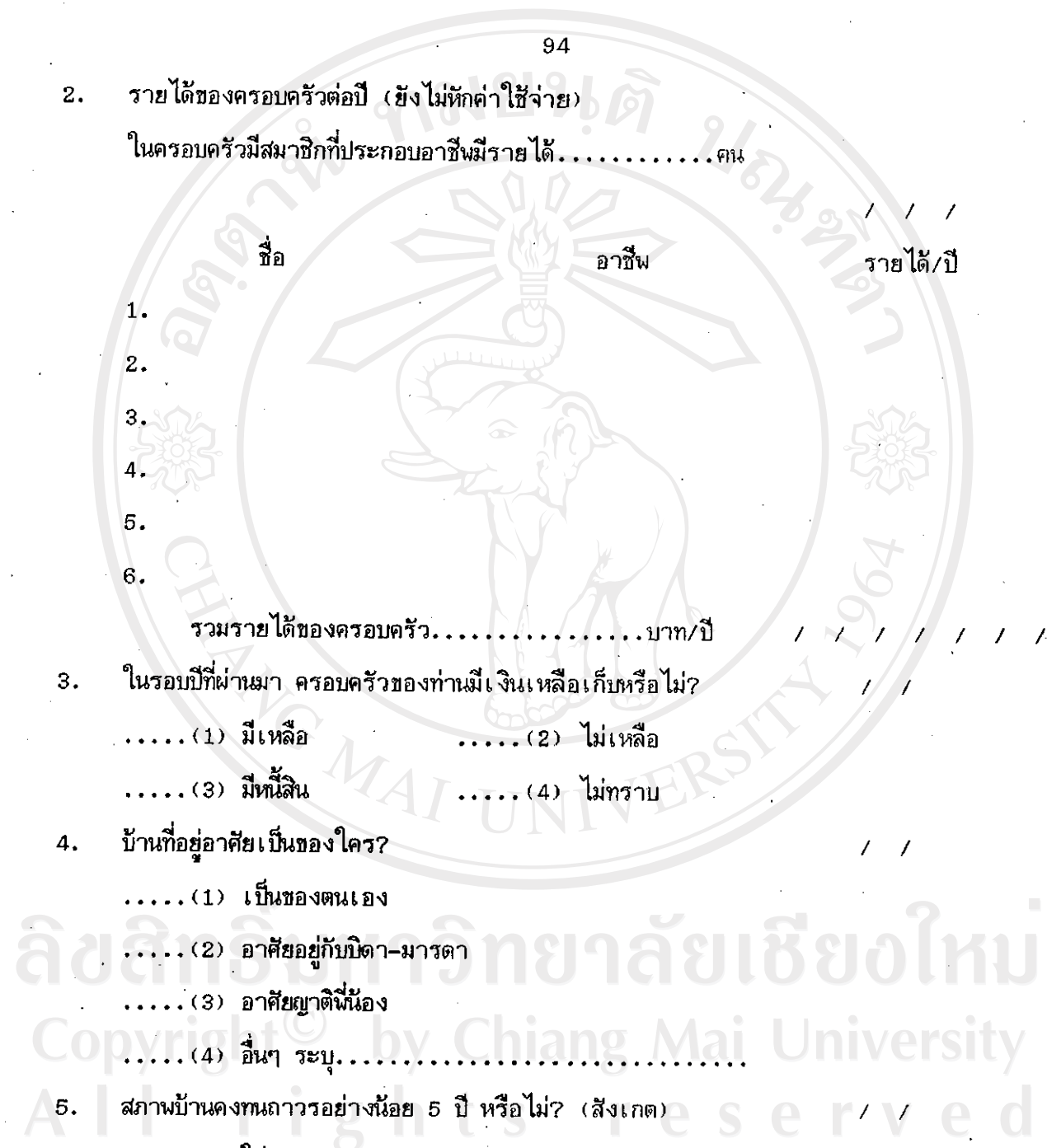
4. บ้านที่อยู่อาศัยเป็นของใคร?

- | |
|----------------------------------|
| (1) เป็นของตนเอง |
| (2) อาศัยอยู่กับบิดา-มารดา |
| (3) อาศัยญาติพี่น้อง |
| (4) อื่นๆ ระบุ..... |

5. สภาพบ้านคงทนถาวรอย่างน้อย 5 ปี หรือไม่? (สังเกต)

- | |
|------------------|
| (1) ใช่ |
| (2) ไม่ใช่ |

(คงทนถาวร หมายถึง บ้านที่มีหลังคามุงด้วยสังกะสี กระเบื้องหรือวัสดุถาวร มีผนังครบ 4 ด้าน)



6. ครอบครัวของท่านมีบัตรส่งเคราะห์ผู้มีรายได้น้อยด้านการรักษาพยาบาล (สภ.ร.) / /
หรือไม่?
.....(1) มี
.....(2) ไม่มี
7. ท่านฟังข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยบ่อยมากน้อยเพียงใดใน 1 เดือน / /
.....(1) บ่อย (3-4 ครั้ง)
.....(2) บางครั้ง (อย่างน้อย 1 ครั้ง)
.....(3) ไม่ฟังเลย (ข้าม ไปตอบส่วนที่ 2)
8. ถ้าเคยฟังข่าวสารสุขภาพอนามัย ท่านฟังจากแหล่งใดบ้าง? (ตอบได้หลายข้อ)
.....(1) เจ้าหน้าที่สาธารณสุข / /
.....(2) พระภิกษุ / /
.....(3) ครู / /
.....(4) อสม./ผสส. / /
.....(5) วิทยุ / /
.....(6) โทรทัศน์ / /
.....(7) หนังสือพิมพ์ / /
.....(8) เอกสาร/โปสเตอร์ / /
.....(9) หอกระจายข่าว / /
.....(10) อื่นๆ ระบุ..... / /

แบบสอบถามหญิงวัยเจริญพันธุ์ เกี่ยวกับโรคขาดสารไอโอดีน

ส่วนที่ 2 ข้อมูลทั่วไป

การได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องสารไอโอดีน

1. ท่านเคยเห็นคนเป็นคอพอก (คอเอิม คอเหนียง คออวม) หรือไม่? / /

1. เคย

2. ไม่เคย (ข้ามไปตอบข้อ 2)

ถ้าเคยเห็นจากใครบ้าง?

ใช่

ไม่ใช่

1. ญาติ / /

2. เพื่อนบ้าน / /

3. ตัวเองเป็น / /

4. อื่นๆ ระบุ..... / /

2. ท่านเคยรู้เรื่อง "คอพอก" จากใครบ้าง หรือแหล่งใด? / /

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

ใช่

ไม่ใช่

1. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข / /

2. พระภิกษุ / /

3. ครู / /

4. อสม./ผสส. / /

5. โกรทนต์ / /

6. ที่อ่านหนังสือพิมพ์ / /

ประจำหมู่บ้าน

7. วิทยุ / /

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

8. เอกสาร/โปสเตอร์ / /
9. หอกระจายข่าว / /
10. อื่นๆ ระบุ..... / /
3. ท่านสนใจฟังข่าวสารเกี่ยวกับโรคคอกบอดเพียงใดใน 1 เดือน / /
1. บ่อย (3-4 ครั้ง)
 2. บางครั้ง (1 ครั้ง)
 3. ไม่เคยเลย
4. ท่านเคยได้รับคำแนะนำในการป้องกันโรคคอกบอดหรือไม่? / /
1. เคย (ให้ถามแหล่งข้อมูล)
 2. ไม่เคย (ข้ามไปตอบข้อ 5)

ถ้าเคย จากใคร หรือแหล่งใด ในเรื่องอะไร?

ใช่

ไม่ใช่

1. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข / / /
ใน เรื่อง.....
2. พระภิกษุ / / /
ใน เรื่อง.....
3. ครู / / /
ใน เรื่อง.....
4. อสม./ผสส. / / /
ใน เรื่อง.....
5. โกรทศน์ / / /
ใน เรื่อง.....

- | | ใช่ | ไม่ใช่ | |
|--|-------|--------|-------|
| 6. หนังสือพิมพ์ | | | / / / |
| ในเรื่อง..... | | | |
| 7. วิทยุ | | | / / / |
| ในเรื่อง..... | | | |
| 8. เอกสาร/โปสเตอร์ | | | / / / |
| ในเรื่อง..... | | | |
| 9. หอกระจายเสียง | | | / / / |
| ในเรื่อง..... | | | |
| 10. อสม. / พสส. | | | / / / |
| ในเรื่อง..... | | | |
| 5. การสำรวจโดยการดูกับคล้ำของต่อมขั้วรอยด์ | | | / / |
| 1. โต หรือคล้ำได้ | | | |
| 2. คล้ำไม่ได้ | | | |

ส่วนที่ 3 หมวดความรู้

- ท่านทราบหรือไม่ว่า "คอปอก" เกิดจากอะไร?
 - น้ำดื่มไม่สะอาด
 - รับประทานอาหารของผู้อื่นโดยไม่บอกให้เจ้าของทราบ
 - กรรมพันธุ์
 - ฝีปัสสาว
 - เชื้อโรค
 - กรรมเก่า
 - ขาดสารไอโอดีน หรือขาดอาหารทะเล/เกลืออนามัย
 - กินอาหารไม่ถูกต้อง

9. คอโตเมื่อตั้งครรภ์
10. อื่นๆ
11. ไม่ทราบ
2. ท่านทราบหรือไม่ว่าคอกอกเป็นพิษมีอาการอย่างไร? (อาการที่พบบ่อย) / /
1. ใจสั่น เหนื่อยง่าย ซี้ไม่โท ทานอาหารมาก ตาโหน
 2. ลมชัก เป็นลม
 3. ปวดศีรษะ ตามัว
 4. อื่นๆ ระบุ.....
 5. ไม่ทราบ
3. ท่านทราบหรือไม่ว่าคอกอกธรรมดามีอาการอย่างไร? / /
1. คอโต
 2. ท้องร่วง
 3. ปวดศีรษะ ตามัว
 4. ไม่ทราบ
4. ท่านทราบหรือไม่ว่าโรคคอกอก หรือโรคขาดสารไอโอดีนรักษาได้หรือไม่? / /
1. ได้ ถ้าได้โดยวิธีใด.....
 2. ไม่ได้
 3. อื่นๆ ระบุ.....
 4. ไม่ทราบ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

5. ท่านทราบหรือไม่ว่าสารไอโอดีนคืออะไร? / /
1. สารฆ่าเชื้อในห้องน้ำ
 2. เครื่องดื่มชูกำลัง
 3. สารอาหารป้องกันโรคคอพอก
 4. อื่นๆ ระบุ.....
 5. ไม่ทราบ
6. ท่านทราบหรือไม่ว่าเกลืออนามัยคืออะไร? / /
1. เกลือผสมไอโอดีน
 2. เกลือสินเธาว์
 3. เกลือที่สะอาด
 4. อื่นๆ ระบุ.....
 5. ไม่ทราบ
7. ท่านทราบหรือไม่ว่าอาหารชนิดไหนรับประทานน้อยหรือปริมาณมากแล้ว
อาจจะทำให้เป็นโรคคอพอกหรือโรคขาดสารไอโอดีนได้? / /
1. อาหารที่มีมายาง เช่น มะละกอ
 2. อาหารจำพวกกะหล่ำปลี มันสำปะหลัง
 3. จำพวกหัว
 4. อื่นๆ ระบุ.....
 5. ไม่ทราบ
8. ท่านทราบหรือไม่ว่าโรคคอพอกหรือโรคขาดสารไอโอดีนป้องกันได้หรือไม่? / /
1. ได้ (ถามถึงวิธีปฏิบัติ)
 2. ไม่ได้ (ข้ามไปตอบข้อ 9)
 3. อื่นๆ ระบุ.....
 4. ไม่ทราบ

9. ท่านทราบหรือไม่ว่าหญิงมีครรภ์ขาดสารไอโอดีนมากๆ หรือเป็นโรคคอพอก / /
จะมีผลต่อเด็กอย่างไร?

1. ทารกที่เกิดมามีอาการ เป็นใบ้ หูหนวก ร่างกายสั้นเตี้ย แคระแกรน
2. ทารกที่อยู่ในท้องจะหายใจไม่สะดวก
3. ทารกที่เกิดมาจะไม่แข็งแรง
4. อื่นๆ ระบุ.....
5. ไม่ทราบ

10. ท่านทราบหรือไม่ว่าขวดเตี้ยคืออะไร?

1. น้ำปลาผสมไอโอดีน
2. ขวดน้ำยา ไอโอดีน เข้มข้น
3. ขวดน้ำตาลเกลือแร่
4. อื่นๆ ระบุ.....
5. ไม่ทราบ

11. ท่านทราบหรือไม่ว่าการผสมน้ำยา ไอโอดีน เข้มข้น ในน้ำดื่ม 2 หยด

ต่อน้ำกี่ลิตร?

1. 10 ลิตร
2. 5 ลิตร
3. 1 ลิตร
4. อื่นๆ ระบุ.....
5. ไม่ทราบ

12. ท่านทราบหรือไม่ว่าท่านจะรับประทานเกลืออนามัย น้ำปลาผสมไอโอดีน
เป็นระยะเวลาเท่าไรจึงไม่เกิดอาการคอปอก?
/ /
1. ทุกวัน
 2. สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
 3. อาการคอปอกหายแล้วถึงหยุด
 4. อื่นๆ ระบุ.....
 5. ไม่ทราบ
13. ท่านทราบหรือไม่ว่า ทำไมคนในภาคเหนือจึงป่วยเป็นโรคคอปอก
หรือโรคขาดสารไอโอดีนมากกว่าภาคอื่นๆ?
/ /
1. อากาศหนาว
 2. น้ำดื่มไม่สะอาด
 3. สืบทอดมาแต่ ปู่ ย่า ตา ยาย (กรรมพันธุ์)
 4. มีสารไอโอดีนในดิน น้ำ และผักน้อย เพราะอยู่ไกลทะเล
 5. อื่นๆ ระบุ.....
 6. ไม่ทราบ

ส่วนที่ 4 การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน

1. ท่านรับประทานอาหารทะเล (สัตว์ทะเลทุกชนิด เช่น กุ้ง ปลา หอย ปู)
มากน้อยเพียงใด? (โดยเฉลี่ย)
/ /
1. ทุกวัน
 2. สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
 3. เดือนละ 1 ครั้ง
 4. 3 เดือน/ครั้ง
 5. ไม่เคยรับประทาน
 6. อื่นๆ ระบุ.....

2. ท่านเลือกใช้เกลืออะไรปรุงอาหาร / /

(ถ้าตอบเกลืออนามัย ถามต่อข้อ 3-4 ถ้าไม่ใช่ข้ามไปตอบข้อ 5)

1. เกลืออนามัย (ใช้วิธีทดสอบว่าเป็นเกลืออนามัยจริงหรือไม่ โดยใช้ขวดแปดตรวงไอโอดีน)
เพราะ.....
2. เกลือสินเธาว์ เพราะ.....
3. เกลือปนธรรมดา เพราะ.....
4. เกลืออนามัย และเกลือสินเธาว์ เพราะ.....
5. ไม่เคยใช้ เพราะ.....
6. อื่นๆ ระบุ.....

3. ท่านใช้เกลืออนามัยปรุงอาหารบ่อยๆ ไหม? / /

1. ทุกวัน
2. สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
3. เดือนละ 1 ครั้ง
4. 3 เดือน/ครั้ง
5. อื่นๆ ระบุ.....

4. ท่านได้รับเกลืออนามัย (ไอโอดีน) จากที่ใด? / /

1. ซื้อจากสถานีอนามัย
2. ซื้อจากร้านค้าในหมู่บ้าน
3. อื่นๆ ระบุ.....

5. ท่านใช้น้ำผสมไอโอดีนหรือไม่? / /

1. ใช่ (ทดสอบด้วยขวดแปดตรวงไอโอดีน) ข้ามไปตอบข้อ 6
2. ไม่ใช่ (ข้ามไปตอบข้อ 7)

6. ท่านดื่มน้ำเสริม ไอ โอดีนเป็นประจำมากน้อยเพียงใด?

1. ทุกวัน
2. สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
3. เดือนละ 1 ครั้ง
4. 3 เดือน/ครั้ง
5. อื่นๆ ระบุ.....

7. ครอบครัวของท่านมีหญิงตั้งครรภ์ที่เคยได้รับยาเม็ด ไอ โอดีนในขณะตั้งครรภ์หรือไม่

1. เคย
2. ไม่เคย
3. ไม่มีหญิงตั้งครรภ์

ถ้าเคย เพราะเหตุใด?

1. เพื่อป้องกันการเป็นคอพอก
2. เป็นวิตามินบำรุง
3. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ให้รับประทาน
4. อื่นๆ ระบุ.....

ถ้าไม่เคย เพราะเหตุใด?

5. ไม่รู้จัก
6. ราคาแพง
7. เป็นอันตรายต่อการตั้งครรภ์
8. อื่นๆ ระบุ.....

8. ท่านรับประทานกะหล่ำปลี หรือมันสำปะหลังบ่อยหรือไม่? / /

1. ทุกวัน
2. สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
3. เดือนละ 1 ครั้ง
4. วันเว้นวัน
5. เดือนละ 2-3 ครั้ง
6. อื่นๆ ระบุ.....

9. กะหล่ำปลีก่อนรับประทาน ท่านปรุงอย่างไร? / /

1. รับประทานสุกทุกครั้ง
2. รับประทานสุกบ้างดิบบ้าง
3. รับประทานดิบทุกครั้ง
4. ล้างแช่น้ำเกลือ และทำให้สุก

10. ท่านเคยได้รับการตรวจร่างกายจากเจ้าหน้าที่สถานอนามัยเกี่ยวกับโรคคอตีบหรือไม่? / /

1. เคย ปีละ.....ครั้ง
2. ไม่เคย
3. อื่นๆ ระบุ.....

11. บุคคลในครอบครัวของท่านเคยได้รับการตรวจร่างกายจากเจ้าหน้าที่สถานอนามัยเกี่ยวกับโรคคอตีบหรือไม่? / /

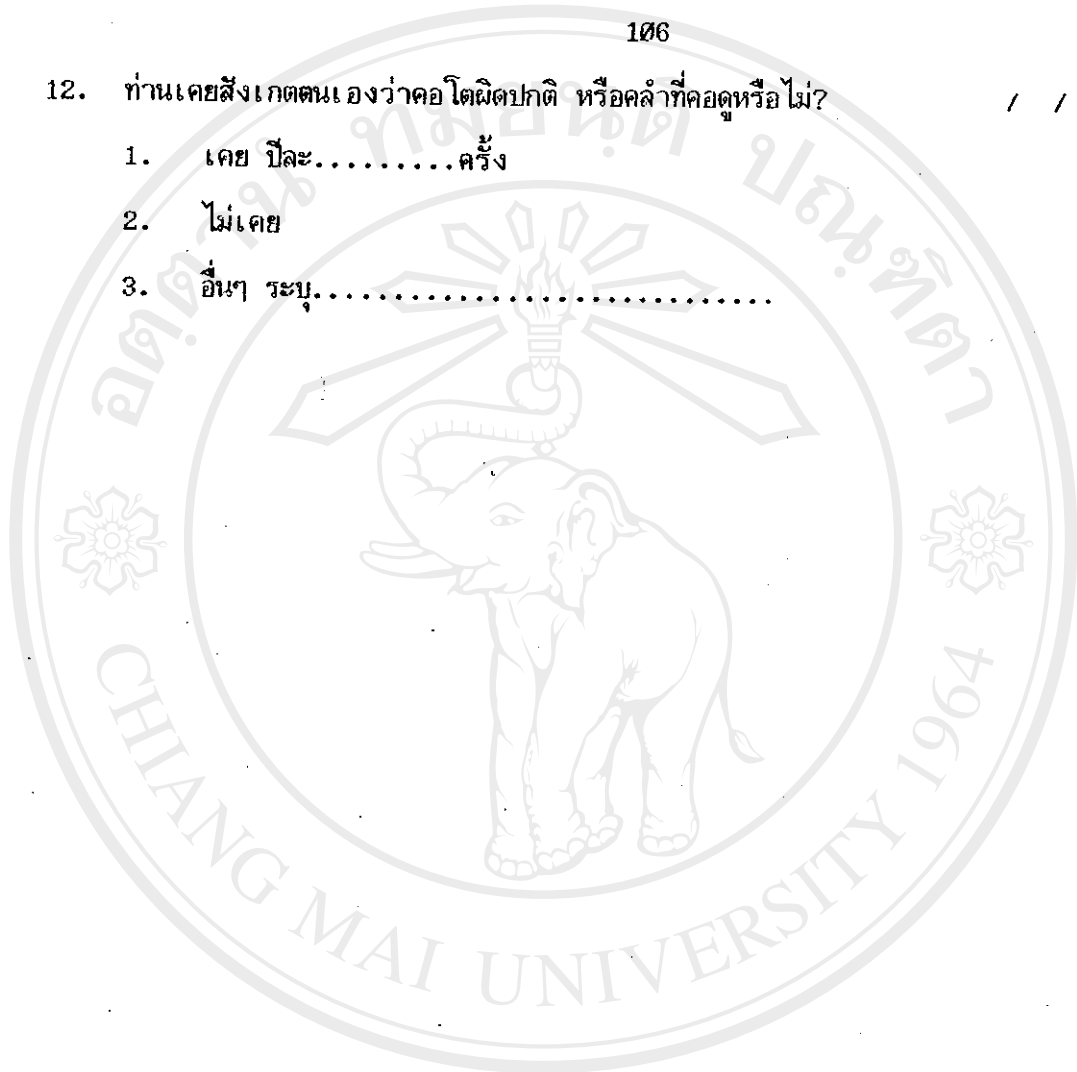
1. เคย ปีละ.....ครั้ง
2. ไม่เคย
3. อื่นๆ ระบุ.....

12. ท่านเคยสังเกตนเองว่าคอโตผิดปกติ หรือคล้ำที่คอดูหรือไม่? / /

1. เคย ปีละ.....ครั้ง

2. ไม่เคย

3. อื่นๆ ระบุ.....



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ส่วนที่ 5 การบริโภคอาหารที่มีสารไอโอดีน 1-7 วันก่อนเข้าเยี่ยม

ชื่ออาหาร	จำนวน		หมายเหตุ
	1 วัน	7 วัน	
<u>อาหารทะเล</u>			
1. หอยแครง			
2. หอยแมลงภู่			
3. ปลาทู (ทุกชนิด)			
4. ปลาหมึกสด			
5. ปลาหมึกแห้ง			
6. ปูทะเล			
<u>ผักต่างๆ</u>			
1. กะหล่ำปลี			
2. ยอดมันสำปะหลัง			
3. มันสำปะหลัง			
<u>เครื่องปรุง</u>			
1. น้ำปลาผสมไอโอดีน			
2. เกลือผสมไอโอดีน			
<u>น้ำ</u>			
1. น้ำดื่มผสมไอโอดีน			

หมายเหตุ 1. ให้ทำบันทึกจำนวน และขนาดของอาหาร เช่น หอยแครง 2 ตัว ปลาทูทอด ขนาดยาว 5 นิ้ว จำนวน 1 ตัว

2. ให้ทำบันทึกเครื่องปรุง โดยเป็นการประมาณจากช้อนแกง เช่น เกลือผสมไอโอดีน 1 ช้อนแกง

แนวคำถามในการสนทนากลุ่ม

โครงการวิจัย : เรื่องความรู้และการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน
ในหญิงวัยเจริญพันธุ์ บ้านสันโป่ง ตำบลบ้านภาค กิ่งอำเภอแม่วาง จังหวัดเชียงใหม่
: การศึกษาแบบ FOCUS GROUP

ก. เปิดฉากสนทนา

1. กล่าวต้อนรับ และขอบคุณทุกคนที่มา
2. อธิบายถึงจุดประสงค์ในการคุยกันครั้งนี้ว่าเป็นการศึกษาเรื่องอะไร ทำไมถึงสนใจศึกษา
3. อธิบายถึงวิธีการในการพูดคุย และซักถาม
 - จะมีการใช้เครื่องอัดเสียง
 - จะมีคนคอยจดคำพูดคุย
 - ขอให้ทุกคนแสดงความคิดเห็น ได้อย่างเต็มที่
4. ผู้ดำเนินการสนทนาแนะนำตัวเอง และกลุ่มผู้ศึกษา และขอให้ผู้ร่วมสนทนาบอกชื่อตนเอง
5. คำถามอุ่นเครื่อง (ถามเรื่องเคยเห็นคนเป็นคอพอก คอเต็ม การได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องคอพอกจากทางใด)

ข. ความรู้ถึงสาเหตุ อากาศ การป้องกัน แก้วไข และโทษของการขาดสารไอโอดีน

1. คอพอกมีลักษณะอย่างไร
เรียกว่าอะไร? (ภาษาพื้นบ้าน)
เกิดจากอะไร?
มีกี่ชนิด?
อะไรบ้าง?
แต่ละชนิดมีอาการอย่างไร?

2. ไนโตรเจนตั้งครรภ์ที่เป็นคอกอก คอเดิม แล้วจะมีผลต่อใคร?
อย่างไร?
และทำไม?
3. สารไอโอดีนคืออะไร?
ถ้าขาดสารไอโอดีนจะเป็นโรคอะไร?
มีอยู่ที่ไหนบ้าง?
ทำไมถึงมีการขาดสารไอโอดีน?
4. วิธีป้องกันการขาดสารไอโอดีน
ทำอย่างไร?
ทำได้หรือไม่?
ระยะเวลาเท่าไร?
5. มีอาหารชนิดใดไหนที่รับประทานแล้วทำให้เกิดเป็น "คอกอก คอเดิม"
6. ไข่ขาวตืดขาวคืออะไร?
วิธีใช้ทำอย่างไร?
7. ทำไมคนในภาคเหนือจึงป่วยเป็น "โรคคอกอก คอเดิม" กันมากกว่าภาคอื่นๆ

ค. การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน

1. ท่านเคยกินอาหารทะเลหรือไม่?
บ่อยไหม?
แต่ละครั้งก็กินห่างกันเท่าไร?
ทำไมกินบ่อย หรือไม่บ่อย?
ซื้อที่ไหน?



แนวคำถาม ในการสนทนากลุ่ม

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

2. เกล็ดที่ใช้ปรุงอาหารเป็นเกล็ดอะไร?
ได้มาอย่างไร?
3. ท่านเคยใช้เกล็ดที่ผสมไอโอดีนหรือไม่?
เขาเรียกว่าเกล็ดอะไร?
ได้มาอย่างไร?
ที่ไหน?
จากใคร?
ใช้ทำอะไร?
4. ท่านเคยผสมไอโอดีนลงในน้ำดื่มหรือไม่?
ถ้าเคยรสชาติอย่างไร?
ชอบหรือไม่ชอบ?
ได้มาอย่างไร?
ที่ไหน?
จากใคร?
ใครแนะนำวิธีใช้?
5. อาหารอะไรที่กินแล้วเป็นโรคคอพอก?
กินบ่อยไหม?
ก่อนรับประทานทำอะไร?
6. เคยสังเกตตัวเองว่าคอโตหรือไม่ สังเกตอย่างไร?
เมื่อไหร่?
ทำไม?
ผลเป็นอย่างไร?
ไปปรึกษาใคร?



- ความถี่และปริมาณของการบริโภคอาหารที่มีสารไอโอดีนก่อนเข้าสัมภาน์ 1 - 7 วัน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

จากการศึกษาของหน่วยงานโภชนาการ สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัย
เชียงใหม่ ในปี 2533 ในการสำรวจปริมาณการบริโภคอาหารของประชาชนในตำบลแม่เก่า อำเภอ
สันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า

1.	ปลาหมึกแห้ง 1 ช้อนโต๊ะ	=	11.47	กรัม
2.	เกลือผสม 1 ช้อนโต๊ะ	=	16	กรัม
3.	ปลาทุ ขนาด 5 นิ้ว	=	48	กรัม
	3 - 4 นิ้ว	=	39	กรัม
	3 x 1 1/2 นิ้ว	=	24	กรัม
	2 1/2 x 1 นิ้ว	=	18	กรัม
	2 x 1 นิ้ว	=	13	กรัม
	1 ช้อนโต๊ะ	=	13	กรัม
4.	หอยแครง 1 ตัว ลวก	=	2.06	กรัม
5.	ปลาหมึกสด 1 ตัว ขนาด 5 นิ้ว	=	48	กรัม
6.	ปลาทุเค็ม 1 ช้อนโต๊ะ	=	10	กรัม
7.	กุ้ง 3 ตัว	=	48	กรัม
8.	ปูทะเลหนึ่ง 3 ช้อนแกง	=	45	กรัม
9.	กุ้งแห้ง 15 ตัว 2 ช้อนแกง	=	11.47	กรัม
10.	น้ำปลา 1 ช้อนโต๊ะ	=	10	กรัม
11.	กะหล่ำปลีดิบ 1 ถ้วยตวง	=	57.23	กรัม
12.	มันสำปะหลังเชื่อม 4 ชิ้น 1 ถ้วย	=	180	กรัม
13.	ยอดมันสำปะหลัง 1/2	=	28.61	กรัม
14.	กะหล่ำปลีสุก 1 ถ้วยตวง	=	98.51	กรัม

ปริมาณของการบริโภคอาหารที่มีสารไอโอดีนก่อนเข้าสัมภาษณ์ 1 และ 7 วัน

ชนิดของอาหาร	ปริมาณ (กรัม)	
	1 วัน	7 วัน
ชนิดของอาหาร		
ปลาหมึกแห้ง	802.9	3274.21
ปลาทู	720	3526
หอยแครง	26	114.4
ปลาหมึกสด	192	816
ปลาทูเค็ม	-	10
กุ้ง	-	48
ปูทะเลแห้ง	-	315
กุ้งแห้ง	-	11.47
รวม	1740.9	8115.08
อาหารที่ทำให้เกิดคอพอก		
กะหล่ำปลีดิบ	507	1003.14
มันสำปะหลัง	22.5	90
ยอดมันสำปะหลัง	28.61	28.61
กะหล่ำปลีสุก	-	98.51
รวม	559.18	1220.26

ปริมาณของการบริโภคอาหารที่มีสารไอโอดีนก่อนเข้าสัมภาระ 1 และ 7 วัน (ต่อ)

ชนิดของอาหาร	ปริมาณ (กรัม)	
	1 วัน	7 วัน
เครื่องปรุงรส		
เกลืออนามัย/เกลือปรุงกินส์	148	1028
น้ำปลา	96	168
รวม	280	1196
น้ำดื่มผสมไอโอดีน	13800	37350

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved

การบริโภคอาหารที่มีสารไฮโดรคาร์บอนก่อนเข้าสู่สัปดาห์ที่ 1 และ 7 วัน

ชนิดของอาหาร	จำนวนคน	
	1 วัน (ร้อยละ)	7 วัน (ร้อยละ)
ชนิดอาหาร		
ปลาหมึกแห้ง	21 (24.1)	41 (47)
ปลาทู	21 (24.1)	39 (44.8)
หอยแครง	1 (1.15)	3 (3.45)
ปลาหมึกสด	2 (2.3)	6 (6.7)
ปลาทูเค็ม	-	2 (2.3)
กุ้ง	-	1 (1.15)
ปูทะเลแห้ง	2 (2.3)	2 (2.3)
กุ้งแห้ง	-	1 (1.15)
อาหารที่ทำให้เกิดคอปอก		
กะหล่ำปลีสด	7 (8.04)	14 (16.09)
มันสำปะหลัง	1 (1.15)	3 (3.4)
ยอดมันสำปะหลัง	1 (1.15)	1 (1.15)
กะหล่ำปลีสุก	-	1 (1.15)
เครื่องปรุงรส		
เกลืออนามัย/เกลือปรุงรังกิพย์	44 (50.00)	44 (50.00)
น้ำปลา	11 (12.6)	21 (24.1)
น้ำต้มผสม ไฮโดรคาร์บอน	10 (11.5)	12 (13.8)

ประวัติการศึกษา

ชื่อ	นางสาวทัศนีย์ วงศ์จักร	
วัน เดือน ปีเกิด	วันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2498	
ประวัติการศึกษา		
วุฒิ	ชื่อสถาบัน	จบในปีการศึกษา
ประกาศนียบัตรมัธยมศึกษาปีที่ 5	โรงเรียนเรยีนาเชลีวิทยาลัย	2518
อนุปริญญาพยาบาลและอนามัย	มหาวิทยาลัยพายัพ	2520
ประกาศนียบัตรวิชาชีพตุงครรภ์	มหาวิทยาลัยพายัพ	2521
วท.บ. (การพยาบาลสาธารณสุข)	มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	2525
ตำแหน่งและสถานที่ทำงาน		
พ.ศ. 2525 - ปัจจุบัน	พยาบาลประจำหน่วยงานเวชศาสตร์ สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved