

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ณ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา	4
1.3 คำถามการวิจัย	4
1.4 ขอบเขตของการศึกษา	5
1.5 คำจำกัดความที่ใช้ในการศึกษา	5
1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
2.1 พฤติกรรมสุขภาพ	8
2.2 ภาวะโภชนาการ	30
2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	39
2.4 กรอบแนวคิดในการศึกษา	41
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	42
3.1 รูปแบบการศึกษา	42
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	42
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	43
3.4 การหาคุนภาพเครื่องมือ	46
3.5 การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	47

ลิขสิทธิ์ในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

3.6 การรวบรวมข้อมูล	47
3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล	48
บทที่ 4 ผลการศึกษา	49
4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	49
4.2 พฤติกรรมสุขภาพ	53
4.3 ภาวะโภชนาการ	63
4.4 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพและภาวะโภชนาการ	66
บทที่ 5 สรุปอภิปรายผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ	69
5.1 สรุปผลการศึกษา	69
5.2 อภิปรายผลการศึกษา	72
5.3 ข้อเสนอแนะ	83
เอกสารอ้างอิง	84
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก ชง โภชนาการ	91
ภาคผนวก ข น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงในเพศหญิงและเพศชาย ของกลุ่มอายุ 15-18 ปี	92
ภาคผนวก ค การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง	93
ภาคผนวก ง เอกสารพิทักษ์สิทธิ์และแบบสอบถาม	96
ภาคผนวก จ พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ของกลุ่มตัวอย่าง ตามแบบประเมิน AUDIT	107
ภาคผนวก ฉ ระดับความเครียดในเหตุการณ์ต่างๆ ของกลุ่มตัวอย่าง	110
ภาคผนวก ช ราชานามผู้ทรงคุณวุฒิ	112
ประวัติผู้เขียน	113

ลิขสิทธิ์ในหนังสือสงวนลิขสิทธิ์ของใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงปริมาณพลังงาน (กิโลแคลอรี) ในแอลกอฮอล์แต่ละชนิด	19
2	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลทั่วไป	50
3	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามโรคประจำตัว ญาติสายตรงที่อ้วนและการบริโภคยา	51
4	แสดงจำนวนและร้อยละลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการรับรู้ข่าวสารและแหล่งข้อมูล	52
5	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมสุขภาพ	53
6	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมการรับประทานอาหาร	54
7	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามพฤติกรรมการรับประทานอาหาร	55
8	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมการออกกำลังกายและกำลังกาย	57
9	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามพฤติกรรมการออกกำลังกายและกำลังกาย	58
10	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	60
11	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามพฤติกรรมการดื่ม	61
12	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความเครียด	62
13	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามภาวะโภชนาการของกลุ่มอายุ 15-18 ปี	63
14	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามภาวะโภชนาการของกลุ่มอายุ 19-59 ปี	65

ตาราง		หน้า
15	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพและภาวะโภชนาการในกลุ่มอายุ 15-18 ปี	66
16	แสดงสมการทำนายภาวะโภชนาการ จำแนกตามเกณฑ์ภาวะโภชนาการ	67
17	แสดงสมการทำนายภาวะโภชนาการ จำแนกตามเกณฑ์ภาวะโภชนาการ ในเพศชาย	67
18	แสดงสมการทำนายภาวะโภชนาการ จำแนกตามเกณฑ์ภาวะโภชนาการ ในเพศหญิง	68
19	แสดงประชากรเรียงลำดับจากน้อยไปมากของทั้ง 13 หมู่บ้านในตำบลเชิงกัตต์	93
20	แสดงประชากรที่ใช้ในการศึกษาแบ่งตามหมู่บ้านและกลุ่มอายุ	94
21	แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาแบ่งตามหมู่บ้านและกลุ่มอายุ	95
22	แสดงร้อยละและช่วงความเชื่อมั่นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามพฤติกรรมการ ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	107
23	แสดงจำนวนและร้อยละของความเครียดในเหตุการณ์ต่างๆ ของกลุ่มตัวอย่าง	110