

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญแผนภูมิ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	4
ขอบเขตการศึกษา	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
โรคความดันโลหิตสูงและการควบคุมภาวะโรค	6
ความรู้ทางโภชนาการ และการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง	13
อาหารสำหรับผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง	17
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	25
กรอบแนวคิดในการศึกษา	31
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	32
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	33
การตรวจสอบของคุณภาพเครื่องมือ	36
การพิทักษ์สิทธิ์	36
การเก็บรวบรวมข้อมูล	37
การวิเคราะห์ข้อมูล	37

	หน้า
บทที่ 4 ผลการศึกษา	38
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการศึกษา	59
อภิปรายผล	62
ข้อเสนอแนะ	66
บรรณานุกรม	68
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	74
ภาคผนวก ข แบบสอบถาม	75
ภาคผนวก ค การคำนวณหาดัชนีความสอดคล้องของเครื่องมือ	82
ภาคผนวก ง หนังสือยินยอมเข้าร่วมการศึกษา	83
ภาคผนวก จ หนังสือรับรองการพิจารณาจริยธรรมในการศึกษา	84
ประวัติผู้เขียน	86

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
2.1 ระดับความดันโลหิตสูง (มิลลิเมตรปรอท) จำแนกตามความรุนแรงในผู้ใหญ่อายุ 18 ปีขึ้นไป	7
2.2 ปริมาณเกลือแร่อ้างอิงที่ควรได้รับประจำวันสำหรับแต่ละบุคคล	15
2.3 ปริมาณอ้างอิงวิตามินที่ควรได้รับประจำวันสำหรับแต่ละบุคคล	16
2.4 ปริมาณเส้นใยอาหาร ในส่วนอาหารที่กินได้ 100 กรัม	17
2.5 ปริมาณโซเดียมในเครื่องปรุงรส และ อาหารสำเร็จรูป	19
2.6 ปริมาณโซเดียมในอาหารภาคเหนือ ในส่วนอาหารที่กินได้ 100 กรัม	20
2.7 พลังงาน ไขมัน และคอเลสเตอรอล ในส่วนอาหารที่กินได้ 100 กรัม	21
2.8 ปริมาณคาร์โบไฮเดรต ในส่วนอาหารที่กินได้ 100 กรัม	22
2.9 ปริมาณน้ำตาลในผลไม้ไทย ในส่วนอาหารที่กินได้ 100 กรัม	23
2.10 ปริมาณน้ำตาลในผลไม้แปรรูป ในส่วนอาหารที่กินได้ 100 กรัม	24
4.1 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลทั่วไป	38
4.2 จำนวน ร้อยละ ของระดับความรู้ทางโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง	42
4.3 จำนวน ร้อยละ ผู้ตอบผิดจำแนกตามระดับความรู้ทางโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง	42
4.4 จำนวน ร้อยละ ของระดับการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง	47
4.5 จำนวน ร้อยละ ของระดับการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง	48
4.6 เปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคลกับความรู้ทางโภชนาการของ กลุ่มตัวอย่าง	52
4.7 เปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการปฏิบัติตนในการบริโภค อาหารของกลุ่มตัวอย่าง	54
4.8 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษากับความรู้ทางโภชนาการของ กลุ่มตัวอย่าง	56
4.9 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษากับการปฏิบัติตนในการบริโภค อาหารของกลุ่มตัวอย่าง	57

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิ

หน้า

2.1 กรอบแนวคิดในการศึกษา

31



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved