



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

- | | |
|-------------------------------------|---|
| 1. รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร | ประธานสาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา
บัณฑิตวิทยาลัย (โครงการพิเศษ)
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |
| 2. รองศาสตราจารย์อุเทน ปิณฺโณ | ประธานสาขาวิชาการบริหารและ
ประเมินโครงการ บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยนอร์ท-เชียงใหม่ |
| 3. อาจารย์ ดร.ศักดา พริ้งถำญ | สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างแบบสอบถาม
เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดและภาวะโภชนาการของ
นักเรียนระดับมัธยมศึกษา

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของการค้นคว้าแบบอิสระ หลักสูตรปริญญาโทสาขาวิชา
โภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย (โครงการพิเศษ) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีวัตถุประสงค์เพื่อ
ศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดและภาวะโภชนาการของนักเรียนระดับ
มัธยมศึกษา ลักษณะของแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ส่วนที่ 2 ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

คำชี้แจง ให้เติมข้อความลงในช่องว่างและทำเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่เป็นคำตอบของท่าน

1. เพศ

1. ชาย

2. หญิง

2. อายุ.....ปี

3. .

.

.

.

7. เพราะเหตุใด ท่านจึงรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

1. รสชาติอาหารแปลกใหม่ 2. สถานที่ร้านสะดวก

3. การบริการรวดเร็ว 4. มีบริการส่งถึงบ้าน

5. คู่มีราคา 6. อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

ส่วนที่ 2 ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเห็นของนักเรียน

ปัจจัย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วย
	อย่างยิ่ง				อย่างยิ่ง
	1	2	3	4	5
ด้านวัฒนธรรม					
1. การได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมตะวันตก เป็นที่มาของการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด					
2. .					
.					

ปัจจัย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง 1	ไม่เห็นด้วย 2	ไม่แน่ใจ 3	เห็นด้วย 4	เห็นด้วย อย่างยิ่ง 5
ด้านสังคม 1. นักเรียนไปรับประทานอาหาร ฟาสต์ฟู้ดเพราะเพื่อนแนะนำ 2. . .					
ด้านเศรษฐกิจ 1. อาหารฟาสต์ฟู้ดแพงกว่าอาหาร ทั่วไป 2. . .					
ด้านการสื่อสาร 1. ช่วงแนะนำอาหารใหม่ มีการแจ้ง ข่าวสารให้ทราบ 2. . .					
ด้านการรับรู้ 1. อาหารฟาสต์ฟู้ดมีรสชาติเต็ม มากกว่าอาหารทั่วไป 2. . .					
ด้านทัศนคติ 1. การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ทำให้ดูเป็นคนมีฐานะทางการเงิน 2. . .					

แบบบันทึกการประเมินภาวะโภชนาการ
เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดและภาวะโภชนาการ
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา

1. เพศ

() 1. ชาย

() 2. หญิง

2. อายุ _____ ปี _____ เดือน

3. น้ำหนัก _____ กิโลกรัม

4. ส่วนสูง _____ เซนติเมตร

สรุปภาวะโภชนาการ

สำหรับผู้วิจัย

1. ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ

() 1.) สูง

() 2.) ค่อนข้างสูง

() 3.) ส่วนสูงตามเกณฑ์

() 4.) ค่อนข้างเตี้ย

() 5.) เตี้ย

2. น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ

() 1.) น้ำหนักมากเกินเกณฑ์

() 2.) น้ำหนักค่อนข้างมาก

() 3.) น้ำหนักตามเกณฑ์

() 4.) ค่อนข้างน้อย

() 5.) น้อยกว่าเกณฑ์

3. น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง

() 1.) อ้วน

() 2.) เริ่มอ้วน

() 3.) ท้วม

() 4.) สมส่วน

() 5.) ค่อนข้างผอม

() 6.) ผอม

ภาคผนวก ก

เอกสารพิทักษ์สิทธิ์

เรื่อง ขอความร่วมมือ

เรียน นักเรียนโรงเรียนสาธิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ข้าพเจ้า นางสาวพิมพ์พร รุจิรกุล เป็นนักศึกษาระดับปริญญาโทสาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังศึกษาค้นคว้าแบบอิสระ (Independent Study) เรื่อง **ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดและภาวะโภชนาการของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา**

นักเรียนเป็นผู้มีคุณสมบัติในการตอบแบบสอบถามชุดนี้ ดังนั้นจึงใคร่ขอความร่วมมือจากนักเรียนในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้ โดยกรุณาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริงที่สุด ซึ่งข้อมูลทั้งหมดที่ได้รับ ผู้ศึกษาจะเก็บเป็นความลับและใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น คำตอบของนักเรียนจะมีค่าอย่างยิ่งต่อการนำไปใช้เป็นแนวทางในการแก้ไขและส่งเสริมพฤติกรรมบริโภคให้ดีขึ้น และนักเรียนสามารถถอนตัวออกจากโครงการเมื่อใดก็ได้โดยไม่มีผลเสียใดๆ เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน

เมื่อนักเรียนทราบและยินดีให้ความร่วมมือ กรุณาลงนามการร่วมมือในการศึกษาครั้งนี้ไว้ด้วย ขอขอบใจสำหรับความร่วมมือมา ณ โอกาสนี้

ลายมือชื่อ.....ผู้เข้าร่วมการศึกษา

()

ลายมือชื่อ.....พยาน

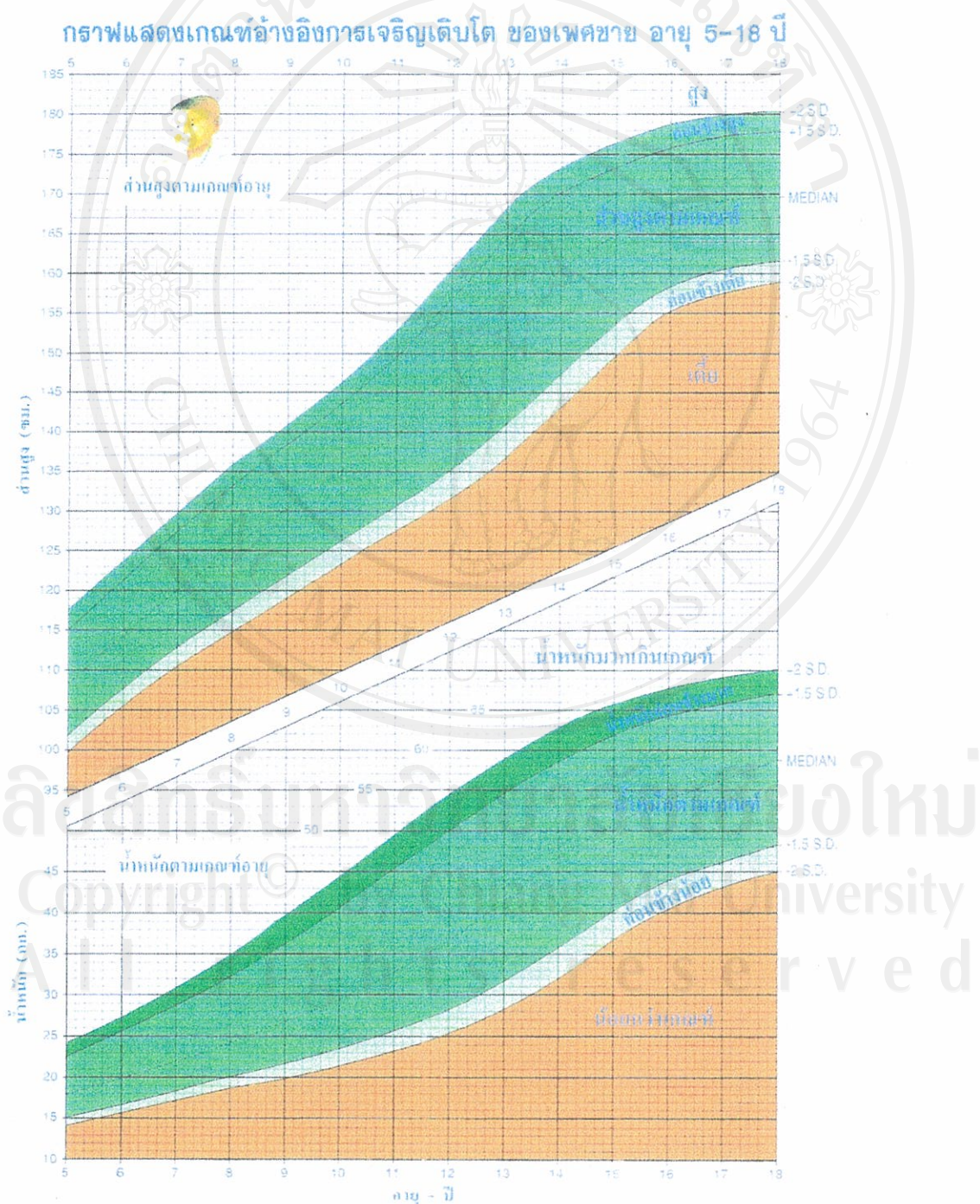
()

ลายมือชื่อ.....ผู้ศึกษา

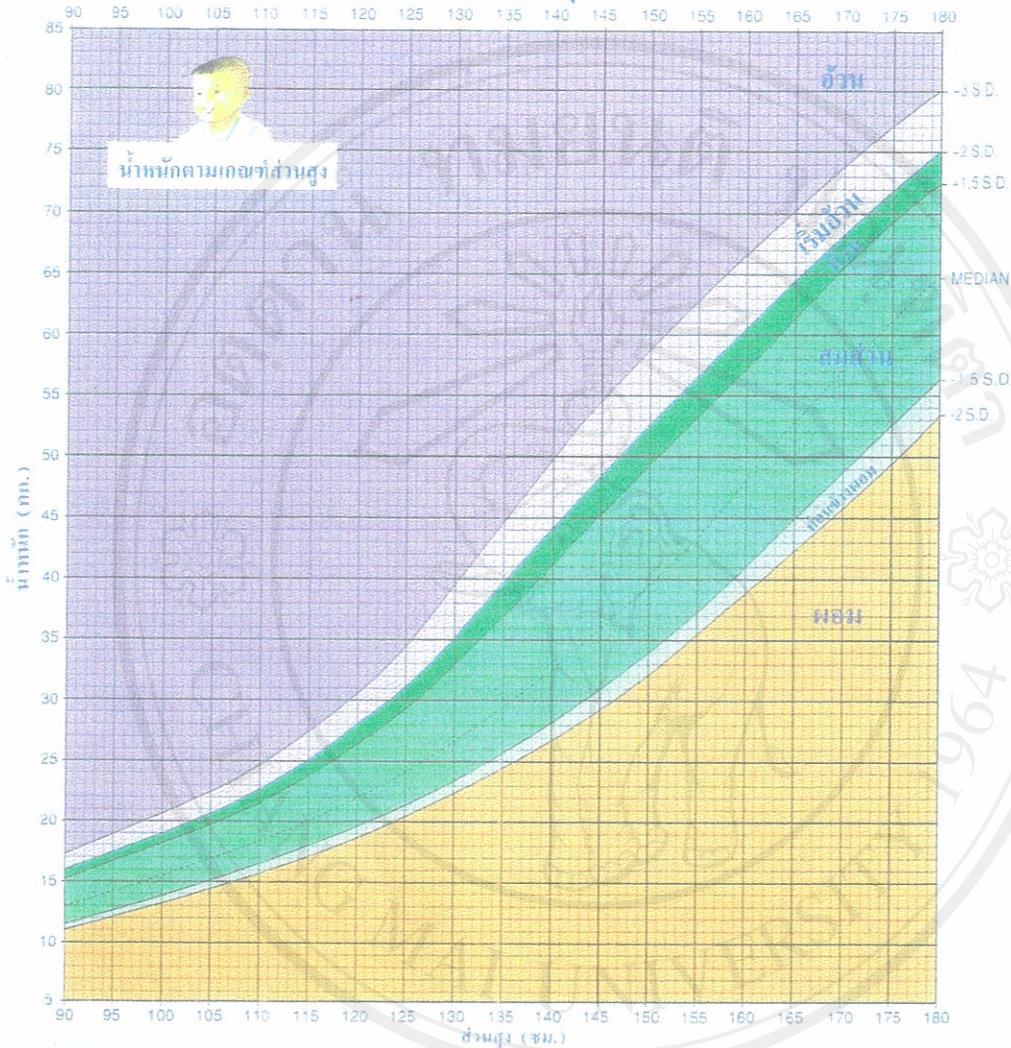
(นางสาวพิมพ์พร รุจิรกุล)

ภาคผนวก ง

กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต



กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศชาย อายุ 5-18 ปี



วิธีการอ่านกราฟ

น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง
แสดงความอ้วน-ผอม

ดูส่วนสูงตามแนวแนวนอนอยู่ที่จุดใด
แล้วใช้เส้นแนวนอนที่ตรงกับน้ำหนัก
ที่จุดใด ส่วนผลคูณเกณฑ์ส่วนสูงนั้น :

อ้วน คุ้มอ้วน ทั่วไป สมส่วน
ผอม ไขมันผอม ผอม

ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ
แสดงการเจริญเติบโตด้านความสูง

ดูอายุตามแนวแนวนอนที่อยู่จุดใด
แล้วใช้เส้นแนวตั้งที่ตรงกับส่วนสูง
ที่จุดใด ส่วนผลคูณเกณฑ์ส่วนสูงนั้น :

สูง ต่ำกว่าสูง ส่วนสูงตามเกณฑ์
ค่อนข้างดี มีดี

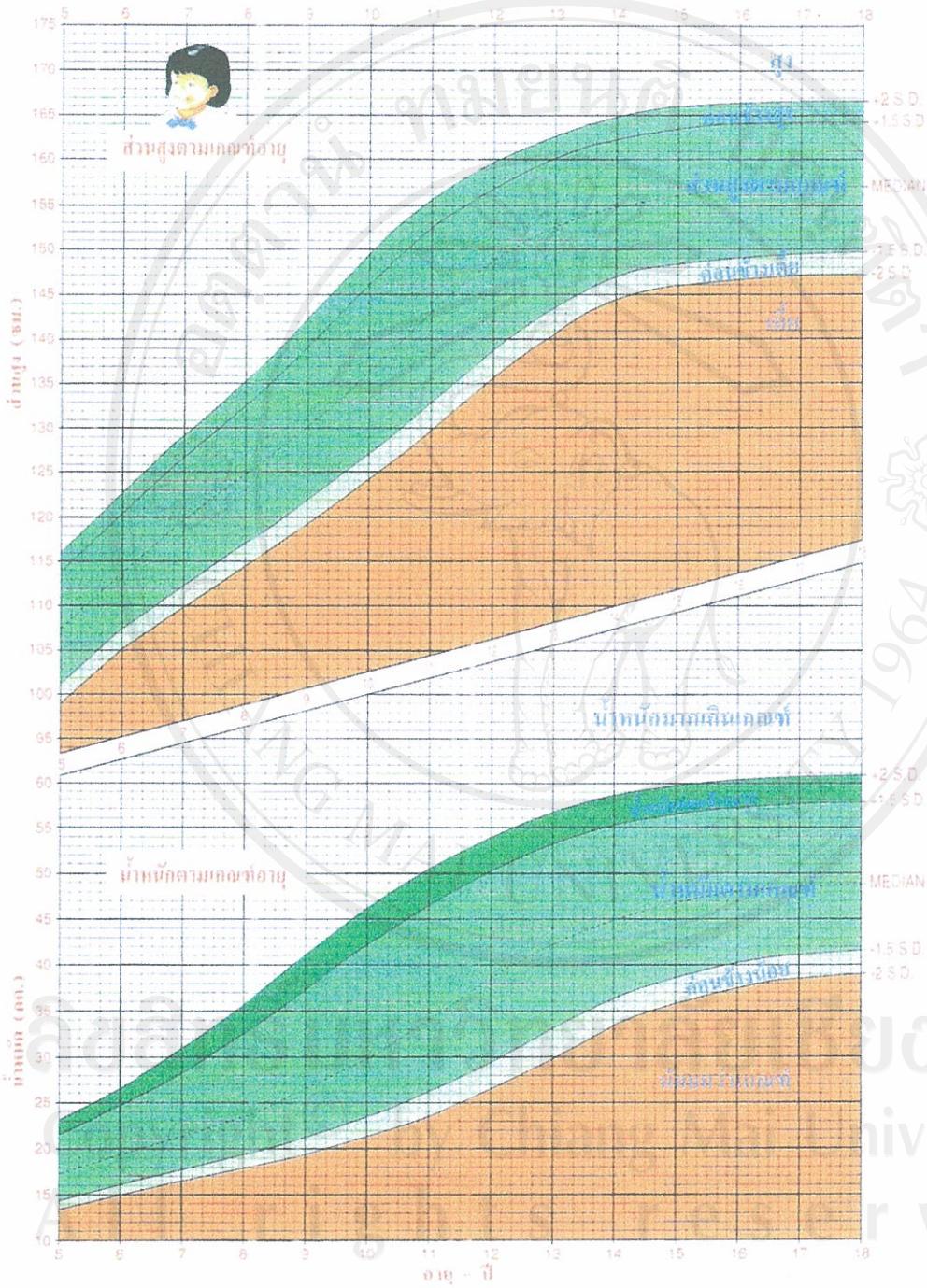
น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ
แสดงการเจริญเติบโตด้านน้ำหนัก

ดูอายุตามแนวแนวนอนอยู่ที่จุดใด
แล้วใช้เส้นแนวตั้งที่ตรงกับน้ำหนัก
ที่จุดใด ส่วนผลคูณเกณฑ์น้ำหนักนั้น :

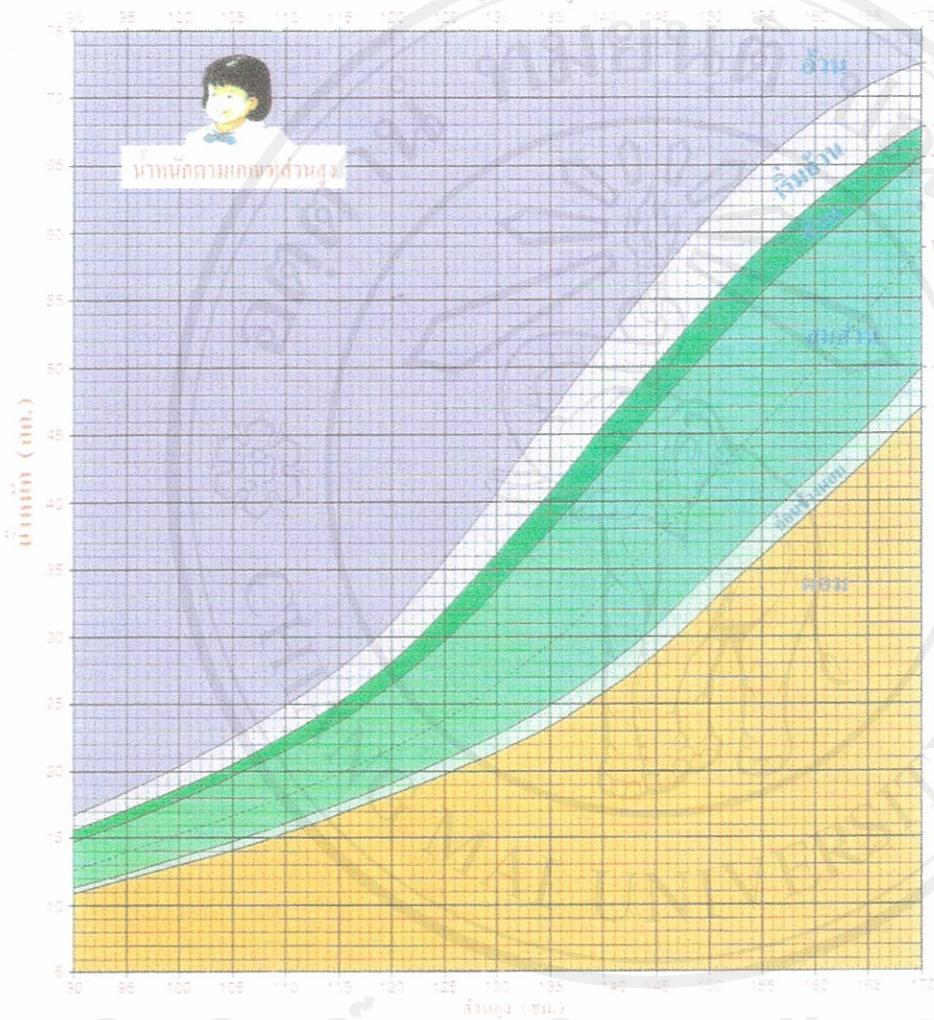
น้ำหนักมากกว่าเกณฑ์ น้ำหนักค่อนข้างมาก
น้ำหนักตามเกณฑ์ ค่อนข้างน้อย น้อยกว่าเกณฑ์

ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. ๒๕๔๒ เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง และเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประเทศไทย อายุ 1 ถึง 18 ปี

กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี



กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี



น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง	การแปลผลจากกราฟ	น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ
<p>เมื่อเด็กมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ส่วนสูงที่โตตามเกณฑ์แสดงภาวะโภชนาการที่ไม่ดีหรือขาดสารอาหาร (กรณีขาดสารอาหารระยะสั้น) เป็นเพียงระยะสั้นๆ ไม่ควรวิตกกังวลจนเกินไป อย่างไรก็ตาม ผู้ปกครองควรสังเกตอาการของเด็กอย่างใกล้ชิด และนำไปปรึกษาแพทย์หากมีอาการขาดสารอาหาร น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงของเด็กมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ หรือส่วนไม่เพิ่มขึ้น</p>	<p>เมื่อเด็กมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ส่วนสูงที่โตตามเกณฑ์แสดงภาวะโภชนาการที่ไม่ดีหรือขาดสารอาหาร (กรณีขาดสารอาหารระยะสั้น) เป็นเพียงระยะสั้นๆ ไม่ควรวิตกกังวลจนเกินไป อย่างไรก็ตาม ผู้ปกครองควรสังเกตอาการของเด็กอย่างใกล้ชิด และนำไปปรึกษาแพทย์หากมีอาการขาดสารอาหาร น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงของเด็กมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ หรือส่วนไม่เพิ่มขึ้น</p>	<p>ในกรณีที่เด็กมีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุต่ำกว่าเกณฑ์แสดงภาวะโภชนาการที่ไม่ดีหรือขาดสารอาหาร (กรณีขาดสารอาหารระยะสั้น) เป็นเพียงระยะสั้นๆ ไม่ควรวิตกกังวลจนเกินไป อย่างไรก็ตาม ผู้ปกครองควรสังเกตอาการของเด็กอย่างใกล้ชิด และนำไปปรึกษาแพทย์หากมีอาการขาดสารอาหาร น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงของเด็กมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ หรือส่วนไม่เพิ่มขึ้น</p>
<p>หมายเหตุ : มาตรฐานการประเมินการเจริญเติบโตของสตรีไว้เพื่อเด็กเท่านั้น ควรใช้ดัชนีส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ร่วมกับน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ</p>		

ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 กรมเจ้าอาวาส นักโภชนาการ ส่วนสูง และเครื่องวัดกระดูกจากกรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข วันที่ 1 - 18 ปี

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ - สกุล

นางสาวพิมพ์พร รุจิรกุล

วัน เดือน ปีเกิด

12 เมษายน 2526

ประวัติการศึกษา

2546

ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง

วิทยาลัยอาชีวศึกษาขอนแก่น อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

2548

ศึกษาศาสตรบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์)

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved