



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

สำหรับผู้วิจัย

1. น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง..... เซนติเมตร (สำหรับผู้วิจัย) WE[][] HE[][]

2. การประเมินภาวะโภชนาการ (สำหรับผู้วิจัย) Body []

- 1) ผอม 2) ค่อนข้างผอม
 3) สมส่วน 4) ท้วม
 5) เริ่มอ้วน 6) อ้วน

3. เพศ 1) ชาย 2) หญิง Sex []

4. อายุ.....ปี Age[]

5. นักเรียนได้รับเงินมาโรงเรียนวันละ.....บาท Mon [][]

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภค

คำชี้แจง 1. โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

2. ในช่วงสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคบ่อยแค่ไหนในข้อต่อไปนี้

ไม่เคย	หมายถึง	ไม่มีพฤติกรรมการบริโภคนั้นเลย
นานๆครั้ง	หมายถึง	มีพฤติกรรมการบริโภคนั้นอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง
ค่อนข้างบ่อย	หมายถึง	มีพฤติกรรมการบริโภคนั้นอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง
เป็นประจำ	หมายถึง	มีพฤติกรรมการบริโภคนั้นอย่างน้อยสัปดาห์ละ 5-7 ครั้ง

ข้อความ	พฤติกรรมการบริโภค				สำหรับผู้วิจัย
	ไม่เคย	นานๆครั้ง	ค่อนข้างบ่อย	เป็นประจำ	
1. รับประทานผักวันละ 4 - 6 ท็อปพี					P1 []
2. รับประทานขนมกรุบกรอบ เช่น มันฝรั่งทอด กรอบ ขนมขบเคี้ยว อย่างน้อยวันละ 1 ถุง (ถุงละ 5 บาท)					P2 []
3. รับประทานผลไม้วันละ 6-8 คำ					P3 []
4. ดื่มน้ำอัดลม/น้ำหวาน อย่างน้อยวันละ 1 แก้ว					P4 []
5. รับประทานอาหารบุฟเฟต์ เช่น หมูกระทะ					P5 []
6. รับประทานไอศกรีม อย่างน้อยวันละ 1 ก้อน หรือ 1 แท่ง					P6 []
7. รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น พิซซ่า ไก่ทอด ต้นตำรับต่างประเทศ หรือ แฮมเบอร์เกอร์					P7 []
8. รับประทานอาหารทอด เช่น ลูกชิ้นทอด เกี๊ยวทอด					P8 []
9. รับประทานอาหารก่อนนอน 1 ชั่วโมง					P9 []
10. ใน 1 วันนักเรียนรับประทานอาหารว่าง 2 มื้อ					P10 []
11. ดื่มนมวันละ 2 แก้ว					P11 []
12. นักเรียนรับประทานข้าวเหนียวหมูปิ้ง หรือข้าวเหนียว ไก่ทอด					P12 []
13. ดื่มน้ำวันละ 6 แก้ว					P13 []
14. นักเรียนรับประทานอาหารเช้า					P14 []
15. ถึงแม้รู้สึกอิ่มแล้ว นักเรียนมักจะทานอาหารที่ เหลือจนหมด					P15 []

ส่วนที่ 3 ความรู้เรื่องการบริหารโภชนาการ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

คำถาม	คำตอบ		สำหรับ ผู้วิจัย
	ถูก (✓)	ผิด (X)	
1. เด็กวัยเรียนสามารถดื่มนมจืดได้ไม่จำกัดเพราะนมจืดไม่มีไขมันทำให้ไม่อ้วน			K1 []
2. น้ำตาลเป็นสารให้ความหวานที่มีประโยชน์ต่อร่างกายให้พลังงาน แต่ไม่ให้คุณค่าทางโภชนาการ			K2 []
3. ข้าว ขนมอบ้าง มีสารอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต			K3 []
4. เด็กในวัยเรียนควรกินอาหารประเภทข้าว แป้งมีอยู่ 2 งาน			K4 []
5. อาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น แฮมเบอร์เกอร์ มีสารอาหารครบ 5 หมู่			K5 []
6. ขนมอบรรทุกมีประโยชน์คือให้พลังงานแก่ร่างกาย			K6 []
7. เครื่องในสัตว์ ไข่แดง และผักใบเขียวเข้มมีสารอาหารพวกแคลเซียม			K7 []
8. อาหารเข้าไม่จำเป็นต่อร่างกาย หากไม่รับประทานอาหารเช้าจะทำให้หิวไม่อ้วน			K8 []
9. การอ่านฉลากก่อนรับประทานอาหาร หรือขนม จะทำให้ทราบถึงข้อมูลที่ผู้ผลิตแนะนำให้ผู้บริโภค			K9 []
10. สารอาหารประเภทโปรตีนช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย			K10 []
11. การกินผักและผลไม้มากกว่า 2 ครั้งใน 1 วันจะทำให้ไม่อ้วนมากกว่าการกินขนมเค้ก 1 ชิ้น			K11 []
12. การรับประทานอาหารก่อนนอน 1 ชั่วโมงทำให้อ่อนหลับสบาย ร่างกายแข็งแรง			K12 []
13. ควรดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 6 - 8 แก้วทำให้มีสุขภาพดี			K13 []
14. การกินอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตมากๆ จะทำให้ร่างกายแข็งแรง ไม่อ้วน			K14 []
15. หากบริโภคน้ำตาลมากเกินไป จะถูกนำไปเก็บสะสมกลายเป็นไขมันสะสมอยู่ตามร่างกาย			K15 []
16. ในเด็กอายุ 6-13 ปี ควรบริโภคน้ำตาลไม่เกินวันละ 6 ช้อนชา			K16 []
17. เด็กในวัยเรียนสามารถกินหมูกระทะได้บ่อยๆ ไม่ทำให้ไม่อ้วนเพราะอยู่ในช่วงเจริญเติบโต			K17 []
18. ผัก ผลไม้ ให้สารอาหารประเภท วิตามิน แร่ธาตุ และคาร์โบไฮเดรต			K18 []
19. เนื้อปลา และนมรสหวานเป็นอาหารที่มีโปรตีนสูง แต่ไขมันต่ำ			K19 []
20. อาหารว่างประเภท ไอศกรีม เป็นอาหารว่างที่มีไขมันแฝงอยู่			K20 []

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมการออกกำลังกายและการใช้เวลาว่าง

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

สำหรับผู้วิจัย

1. นักเรียนออกกำลังกายต่อครั้ง นานครั้งละกี่นาที V1 []
 1) น้อยกว่า 15 นาที 2) 15 - 30 นาที 3) มากกว่า 30 นาที
2. นักเรียนออกกำลังกายกี่วันต่อสัปดาห์ V2 []
 1) น้อยกว่า 3 วัน 2) 3 - 5 วัน 3) มากกว่า 5 วัน
3. นักเรียนออกกำลังกายนานแค่ไหนถึงรู้สึกเหนื่อย หายใจเร็วขึ้น มีเหงื่อซึม V3 []
 1) น้อยกว่า 15 นาที 2) 15 - 30 นาที
 3) 31 - 59 นาที 4) 1 ชั่วโมง
4. ก่อนออกกำลังกายนักเรียนใช้เวลาอบอุ่นร่างกายกี่นาที V4 []
 1) ไม่มีการอบอุ่นร่างกาย (ข้ามไปตอบข้อ 7) 2) 5-10 นาที
 3) มากกว่า 10 นาที
5. ในการอบอุ่นร่างกายนักเรียนจะปฏิบัติอย่างไรเป็นอันดับแรก V5 []
 1) ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ 2) วิ่งเหยาะ
 3) นวดกระตุ้นกล้ามเนื้อ 4) อื่นๆ (ระบุ)....
6. ระหว่างที่เล่นกีฬา หรือออกกำลังกาย หากได้รับบาดเจ็บนักเรียนจะปฏิบัติอย่างไร V6 []
 1) หยุดเล่นทันที 2) เล่นต่อ
 3) หยุดเล่นและเล่นต่อ 4) ไปพบแพทย์/จนท.ห้องพยาบาล/ครูทันที
7. นักเรียนออกกำลังกายทั้งวันรวมกันเป็นเวลากี่ชั่วโมง V7 []
 1) ไม่เคยออกกำลังกายเลย 2) น้อยกว่า 1 - 2 ชั่วโมง
 3) มากกว่า 1 - 2 ชั่วโมง
8. ในแต่ละวันนักเรียนดูโทรทัศน์วันละกี่ชั่วโมง V8 []
 1) 1-2 ชั่วโมง 2) มากกว่า 2 ชั่วโมง

9. ขณะที่นักเรียนดูโทรทัศน์และกินขนมไปด้วยวันละกี่ชั่วโมง V9 []
 1) ไม่เคยปฏิบัติ 2) 1-2 ชั่วโมง 3) มากกว่า 2 ชั่วโมง
10. นักเรียนนอนหลับวันละกี่ชั่วโมง V10 []
 1) น้อยกว่า 8 ชั่วโมง 2) 8 - 10 ชั่วโมง 3) มากกว่า 10 ชั่วโมง
11. ในแต่ละวันนักเรียนนอนอ่านหนังสือวันละกี่ชั่วโมง V11 []
 1) น้อยกว่า 1 ชั่วโมง 2) 1-2 ชั่วโมง 3) มากกว่า 2 ชั่วโมง
12. นักเรียนเล่นกีฬาวันละกี่ชั่วโมง V12 []
 1) ไม่เคยเล่นกีฬาเลย 2) น้อยกว่า 1 - 2 ชั่วโมง 3) มากกว่า 2 ชั่วโมง
13. เวลาพักหรือคาบว่างนักเรียนวิ่งเล่นกับเพื่อนรวมกันวันละกี่ชั่วโมง V13 []
 1) ไม่เคยวิ่งเล่นเลย 2) น้อยกว่า 1 - 2 ชั่วโมง 3) มากกว่า 2 ชั่วโมง
14. นักเรียนใช้คอมพิวเตอร์วันละกี่ชั่วโมง V14 []
 1) ไม่เคยใช้คอมพิวเตอร์เลย 2) น้อยกว่า 1 - 2 ชั่วโมง 3) มากกว่า 2 ชั่วโมง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ปกครอง

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง

สำหรับผู้วิจัย

1. ผู้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวข้องกับ

Asso []

1) บิดา

2) มารดา

3) ญาติ โปรดระบุ.....

4) ผู้เลี้ยงดู โปรดระบุ.....

2. อายุของผู้ตอบแบบสอบถาม

Age []

1) อายุ 20-30 ปี

2) อายุ 31- 40 ปี

3) อายุ 41-50 ปี

4) อายุ 51-60 ปี

5) อายุ มากกว่า 60 ปีขึ้นไป

3. ระดับการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถาม

Edu []

1) ไม่ได้ศึกษา

2) ประถมศึกษา

3) มัธยมศึกษา

4) ปริญญาตรี

5) สูงกว่าปริญญาตรี

4. อาชีพของบิดา

Ocu1 []

1) รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ

2) ค้าขาย หรือ ประกอบธุรกิจ

3) เกษตรกรรม

4) รับจ้าง

5) พนักงานบริษัทเอกชน

6) อื่น ๆ โปรดระบุ.....

5. อาชีพของมารดา

Ocum []

1) รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ

2) ค้าขาย หรือ ประกอบธุรกิจ

3) เกษตรกรรม

4) รับจ้าง

5) พนักงานบริษัทเอกชน

6) ไม่มีงานทำ

7) อื่น ๆ โปรดระบุ.....

6. อาชีพของผู้ตอบแบบสอบถามที่ไม่ใช่บิดามารดา

Ocu2 []

1) รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ

2) ค้าขาย หรือ ประกอบธุรกิจ





3) เกษตรกรรม

4) รับจ้าง

5) พนักงานบริษัทเอกชน

6) แม่บ้าน

7) อื่น ๆ โปรดระบุ.....

7. รายได้ของครอบครัวรวมกันเฉลี่ยต่อเดือน Mon []
- 1) ต่ำกว่า 20,000 บาท 2) รายได้ 20,001-40,000 บาท
- 3) รายได้ 40,001 บาทขึ้นไป
8. นักเรียนในความปกครองของท่านมีพี่น้อง..... คน (รวมตัวนักเรียน) Ac [] []
 นักเรียนเป็นคนที่.....
9. สมาชิกในครอบครัวมีรูปร่างอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อตามความเป็นจริง)
- | | | | | |
|--|------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|------------|
| 1) พ่อ | <input type="checkbox"/> ผอม | <input type="checkbox"/> สมส่วน | <input type="checkbox"/> อ้วน | Bodyf [] |
| 2) แม่ | <input type="checkbox"/> ผอม | <input type="checkbox"/> สมส่วน | <input type="checkbox"/> อ้วน | Bodym [] |
| 3) พี่ คนที่ 1 | <input type="checkbox"/> ผอม | <input type="checkbox"/> สมส่วน | <input type="checkbox"/> อ้วน | Bodyb1 [] |
|  พี่ คนที่ 2 | <input type="checkbox"/> ผอม | <input type="checkbox"/> สมส่วน | <input type="checkbox"/> อ้วน | Bodyb2 [] |
|  พี่ คนที่ 3 | <input type="checkbox"/> ผอม | <input type="checkbox"/> สมส่วน | <input type="checkbox"/> อ้วน | Bodyb3 [] |
| 4) น้อง คนที่ 1 | <input type="checkbox"/> ผอม | <input type="checkbox"/> สมส่วน | <input type="checkbox"/> อ้วน | Bodys1 [] |
|  น้อง คนที่ 2 | <input type="checkbox"/> ผอม | <input type="checkbox"/> สมส่วน | <input type="checkbox"/> อ้วน | Bodys2 [] |
|  น้อง คนที่ 3 | <input type="checkbox"/> ผอม | <input type="checkbox"/> สมส่วน | <input type="checkbox"/> อ้วน | Bodys3 [] |

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภค การจัดเตรียมอาหารและการเลี้ยงดูบุตร

ตอนที่ 1 พฤติกรรมการบริโภคและการจัดเตรียมอาหาร

สำหรับผู้วิจัย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง

1. ส่วนใหญ่ในวันที่นักเรียนต้องไปโรงเรียนอาหารมื้อเช้าที่ท่านให้นักเรียนรับประทานเป็นอาหารประเภทใด A1 []
 - 1) อาหารที่ปรุงอาหารรับประทานเอง 2) ซื้ออาหารปรุงสำเร็จ
 - 3) นม อาหารเสริม 4) ไม่ได้รับประทาน
 - 5) อื่นๆ โปรดระบุ.....
2. ส่วนใหญ่ในวันที่นักเรียนต้องไปโรงเรียนอาหารมื้อเย็นที่ท่านให้นักเรียนรับประทานเป็นอาหารประเภทใด A2 []
 - 1) อาหารที่ปรุงอาหารรับประทานเอง 2) ซื้ออาหารปรุงสำเร็จ
 - 3) รับประทานอาหารนอกบ้าน 4) ไม่ได้รับประทาน
 - 5) อื่นๆ โปรดระบุ.....
3. ส่วนใหญ่ในวันหยุดอาหารที่ท่านและสมาชิกในครอบครัวรับประทาน A3 []
 - 1) ปรุงอาหารรับประทานเอง 2) ซื้ออาหารปรุงสำเร็จ
 - 3) รับประทานอาหารนอกบ้าน 4) นม อาหารเสริม
 - 5) อื่นๆ โปรดระบุ.....
4. ปกตินักเรียนรับประทานข้าวกี่จานต่อมื้อ A4 []
 - 1) 1 จาน 2) 2 จาน
 - 3) 3 จานขึ้นไป 4) รับประทานไม่หมด 1 จาน
5. เมื่อรับประทานอาหารไม่หมดจาน ส่วนใหญ่ท่านจะปฏิบัติอย่างไร A5 []
 - 1) พยายามรับประทานให้หมด 2) แบ่งให้คนอื่นรับประทานต่อ
 - 3) เก็บไว้รับประทานมื้อต่อไป 4) เททิ้ง
6. ส่วนใหญ่บุคคลใดในบ้านที่จัดเตรียมและประกอบอาหาร A6 []
 - 1) บิดา 2) มารดา
 - 3) แม่บ้าน 4) ซื้ออาหารมารับประทาน
 - 5) บุคคลอื่น โปรดระบุ.....
7. อาหารที่ปรุงในครอบครัวส่วนใหญ่เป็นรสชาติใด A7 []
 - 1) รสเปรี้ยว 2) รสหวาน 3) รสเผ็ด
 - 4) รสเค็ม 5) รสกลางๆ 6) รสจืด
 - 7) อื่นๆ โปรดระบุ.....

สำหรับผู้วิจัย

8. เมนูอาหารส่วนใหญ่มักจะทำตามความชอบของใคร A8[]
 1) บิดา มารดา 2) ลูก 3) อื่นๆ โปรดระบุ.....
9. ส่วนใหญ่การจัดเมนูอาหารสำหรับสมาชิกในครอบครัวในครอบครัวเป็นอย่างไร A9[]
 1) เน้นเนื้อสัตว์เป็นหลัก 2) มีผักทุกมื้อ
 3) มีผลไม้ทุกมื้อ 4) หลากหลายสารอาหารครบถ้วน
10. น้ำมันที่ครอบครัวของท่านปรุงอาหารเป็นน้ำมันชนิดใด A10[]
 1) น้ำมันพืช 2) น้ำมันหมู
 3) น้ำมันพืชและน้ำมันหมู 4) อื่นๆ โปรดระบุ.....
11. เมื่อพบว่าสมาชิกในบ้านมีน้ำหนักเพิ่มขึ้น ส่วนใหญ่ท่านมีวิธีการแก้ไขอย่างไร A11[]
 1) ควบคุมปริมาณอาหารในแต่ละมื้อ
 2) งดอาหารมื้อเย็นและอาหารว่าง
 3) เพิ่มระยะเวลาในการออกกำลังกายมากขึ้น
 4) ไปปรึกษาแพทย์และสถาบันลดน้ำหนัก
 5) อื่น ๆ โปรดระบุ.....
12. ในวาระพิเศษ การฉลองความสำเร็จสมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่ท่านจะปฏิบัติอย่างไร A12[]
 1) ออกไปรับประทานอาหารนอกบ้าน
 2) ตั้งอาหารจานด่วนมารับประทาน
 3) ชมเชยและให้เงินไปซื้ออาหารที่ชอบมาเลี้ยง
 4) จัดเลี้ยงโดยซื้อขนมขบเคี้ยว น้ำอัดลม
 5) อื่น ๆ โปรดระบุ.....
13. ท่านรับรู้ถึงผลเสียที่จะได้รับในกรณีที่มีน้ำหนักตัวเกินเกณฑ์มาตรฐาน A13[]
 1) รับรู้ ในเรื่องของโรคไม่ติดต่อ เช่น โรคอ้วน ความดันโลหิตสูง
 2) ไม่เคยได้รับข้อมูลถึงผลเสีย

ตอนที่ 2 การเลี้ยงดูบุตร

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริง

ไม่เคย	หมายถึง	ไม่มีพฤติกรรมการบริโภคนั้นเลย
นานๆครั้ง	หมายถึง	มีพฤติกรรมนั้นอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง
ค่อนข้างบ่อย	หมายถึง	มีพฤติกรรมนั้นอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง
เป็นประจำ	หมายถึง	มีพฤติกรรมนั้นอย่างน้อยสัปดาห์ละ 5-7 ครั้ง

ในช่วงสัปดาห์ที่ผ่านมาท่านปฏิบัติบ่อยแค่ไหนในข้อความต่อไปนี้

ข้อความ	พฤติกรรมในการบริโภค				สำหรับผู้วิจัย
	ไม่เคย	นานๆครั้ง	ค่อนข้างบ่อย	เป็นประจำ	
1. ท่านซื้อน้ำอัดลมให้นักเรียนดื่ม					P1 []
2. ท่านได้ให้นักเรียนช่วยทำงานบ้านเล็กๆน้อยๆเมื่อนักเรียนมีเวลาว่าง					P2 []
3. ท่านให้นักเรียนออกกำลังกายเมื่อนักเรียนมีเวลาว่าง					P3 []
4. สมาชิกในบ้านออกกำลังกายร่วมกัน					P4 []
5. ท่านคอยตักเตือนเมื่อนักเรียนรับประทานอาหารมากเกินไป					P5 []
6. ท่านได้พานักเรียนรับประทานอาหารเช้าที่ฟอสดีฟู้ด เช่น พิซซ่า					P6 []
7. กิจกรรมยามว่างของท่านหลังเลิกงานหรือวันหยุดส่วนใหญ่จะดูโทรทัศน์					P7 []
8. เวลารับประทานอาหารร่วมกันท่านเพิ่มข้าวและอาหารเรื่อยๆให้นักเรียนจนกว่านักเรียนจะอิ่ม					P8 []
9. ท่านพานักเรียนไปรับประทานอาหารบุฟเฟต์					P9 []
10. ในวันหยุดนักเรียนสามารถรับประทานอาหารที่ท่านทำไว้ให้ได้ตลอดทั้งวัน					P10 []
11. ท่านให้นักเรียนเป็นคนเลือกซื้อขนมหรืออาหารเอง					P11 []
12. ท่านเป็นคนเลือกซื้อขนมหรืออาหารให้นักเรียน					P12 []

All rights reserved

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

ภาคผนวก ข

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถามเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลอุดรดิตถ์ จังหวัดอุดรดิตถ์

ผู้ทรงคุณวุฒิ

สังกัด

1. ดร.ศักดา พริงคำภู

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

2. รองศาสตราจารย์จักรกฤษณ์ พิญญาพงษ์

อาจารย์ประจำสาขาสาธารณสุขศาสตร์
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์

3. ดร.จิตติมา กัตัญญ

อาจารย์ประจำสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ
และสิ่งแวดล้อม คณะวิทยาศาสตร์และ
เทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

ภาคผนวก ก

ข้อมูลสำหรับผู้ปกครอง

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง

“ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลอุตรดิตถ์
จังหวัดอุตรดิตถ์”

ประเทศไทยมีจำนวนเด็กอ้วนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในอนาคตเด็กเหล่านี้ส่วนใหญ่จะโตเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วน เด็กที่อ้วนเมื่ออายุ 6 ขวบขึ้นไปจะมีโอกาสเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วน เมื่อเติบโตขึ้นมักป่วยด้วยโรคหัวใจและหลอดเลือด โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง กลายเป็นอนาคตของชาติที่มีโรคเรื้อรังรุมเร้า นอกจากนี้เด็กอ้วนที่ขาดวิตามินและแร่ธาตุอาจตรวจพบได้ยาก การที่พบโรคอ้วนเพิ่มขึ้นเป็นภัยคุกคามต่อสุขภาพและเป็นภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพอย่างยิ่งของประเทศ อาจทำให้เศรษฐกิจของประเทศที่กำลังพัฒนาหยุดชะงักลงได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาว่าปัจจัยใดบ้างที่ส่งผลให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน หรือ โรคอ้วนของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้มาเป็นข้อมูลในการดูแลสุขภาพรวมทั้งหาแนวทางลดความเสี่ยงต่างๆด้านสุขภาพ และสนับสนุนให้มีพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักที่เหมาะสม ส่งผลให้เด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพสมบูรณ์ พัฒนาการตามวัย สามารถปฏิบัติหน้าที่รับผิดชอบได้อย่างเต็มประสิทธิภาพและมีคุณภาพ

ในการศึกษานี้ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากท่านในการ

1. ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับ ข้อมูลทั่วไป พฤติกรรมการบริโภค การจัดเตรียมอาหาร และการเลี้ยงดูบุตร

2. ขออนุญาตสอบถามข้อมูลจากนักเรียนในความปกครองของท่านเกี่ยวกับ ความรู้ด้านการบริโภค พฤติกรรมการบริโภค พฤติกรรมการออกกำลังกาย และใช้เวลาว่าง

ขบวนการเก็บข้อมูลดังกล่าวไม่เก็บค่าใช้จ่าย ไม่มีความเสี่ยงอันตรายใดๆ ไม่มีความเจ็บปวด และใช้เวลาไม่เกิน 30 นาทีต่อคน ท่านสามารถถอนตัวจากการวิจัยนี้ได้ทุกเวลา และข้อมูลดังกล่าวใช้ในการศึกษาเท่านั้น

หากท่านมีปัญหาหรือต้องการข้อมูลเพิ่มเติมใดๆสามารถติดต่อ นางสาวณัฐกา กุลรินทร์ งานเวชศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์ อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์ โทร 089-8351266 ด้วยความขอบคุณยิ่ง

นางสาวณัฐกา กุลรินทร์ (นักศึกษาศาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่)

ใบยินยอมการเข้าร่วมในการวิจัย (Informed consent)

เรื่อง “ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน

อนุบาลอุดรดิตถ์ จังหวัดอุดรดิตถ์”

(สำหรับนักเรียน)

ข้าพเจ้าได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการวิจัยเรื่องดังกล่าว ข้าพเจ้าเข้าใจดีว่าการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ เป็นไปด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้าสามารถให้บุตรหลานของข้าพเจ้าถอนตัวจากการวิจัยครั้งนี้ ได้ตลอดเวลา

ข้าพเจ้า ยินยอม ให้บุตรหลานของข้าพเจ้าเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ข้าพเจ้า ไม่ยินยอม ให้บุตรหลานของข้าพเจ้าเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ชื่อ-สกุล ค.ญ./ค.ช.....

ชื่อโรงเรียนอนุบาลอุดรดิตถ์.....

ลายเซ็นผู้ปกครอง.....

วัน/เดือน/ปี.....

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ใบยินยอมการเข้าร่วมในการวิจัย (Informed consent)
เรื่อง “ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนอนุบาลอุดรดิตถ์ จังหวัดอุดรดิตถ์”

(สำหรับผู้ปกครอง)

ข้าพเจ้าได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการวิจัยเรื่องดังกล่าว ข้าพเจ้าเข้าใจดีว่าการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้
เป็นไปด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้าสามารถถอนตัวจากการวิจัยครั้งนี้ได้ตลอดเวลา

ข้าพเจ้า ยินยอม เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ข้าพเจ้า ไม่ยินยอม เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ชื่อโรงเรียนอนุบาลอุดรดิตถ์

ชื่อ-สกุล ผู้ปกครอง.....

ลายเซ็นผู้ปกครอง.....

วัน/เดือน/ปี.....

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล

นางสาวณัฐกา กุศลรินทร์

วัน เดือน ปี เกิด

19 สิงหาคม พ.ศ. 2527

ประวัติการศึกษา พ.ศ. 2546

มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสตรีศรีน่าน จังหวัดน่าน

พ.ศ. 2550

สำเร็จการศึกษาปริญญาตรีวิทยาศาสตร์บัณฑิต

สาขาสาธารณสุขชุมชน มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์

ประวัติการทำงาน พ.ศ. 2550 – 2551

นักวิชาการสาธารณสุขโรงพยาบาลบ้านแพ้ว (องค์การมหาชน)

พ.ศ. 2551 – ปัจจุบัน

พนักงานมหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved