

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถาม

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

1. ผู้ตอบแบบสอบถาม
เพศ () ชาย () หญิง อายุ.....ปี
2. ท่านนับถือศาสนา
() พุทธ () คริสต์ () อิสลาม
3. สถานภาพสมรส
() คู่ () หม้าย () หย่า , แยก
4. ระดับการศึกษา
() ไม่ได้เรียน () ประถมศึกษาตอนต้น
() ประถมศึกษาตอนปลาย () มัธยมศึกษาตอนปลาย
() อนุปริญญา () ปริญญาตรี () ปริญญาโทหรือปริญญาเอก
5. ท่านประกอบอาชีพ
() รับราชการ () รัฐวิสาหกิจ () ค้าขาย () รับจ้าง
() เกษตรกรรม
6. ท่านมีรายได้ต่อเดือน
() ไม่มีรายได้ () น้อยกว่า 1000บาท/เดือน () 1000-3000บาท/เดือน
7. ท่านสูบบุหรี่หรือไม่
() สูบ () ไม่สูบ () อื่นๆระบุ
8. ท่านดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์
() ดื่มเป็นประจำ () บ่อยครั้ง () นานๆครั้ง () ไม่ดื่มเลย
9. ท่านออกกำลังกาย
() เป็นประจำ () บ่อยครั้ง () นานๆครั้ง () ไม่เคยเลย
9. ท่านเคยได้รับความรู้เกี่ยวกับมะเร็งหรือไม่
() เคย () ไม่เคย
10. ถ้าท่านเคย ท่านได้รับความรู้จากแหล่งใด
() แพทย์ พยาบาล () นิตยสาร วารสาร () วิทยุ โทรทัศน์

ตอนที่ 2. ความรู้เรื่องอาหารกับมะเร็ง

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความด้านซ้ายมือและกาเครื่องหมาย(/) ลงในช่องที่ท่านเห็นว่าถูกต้อง

ถ้าท่านตอบ ใช่ หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นว่าข้อความนั้นถูกต้อง
 ถ้าท่านตอบว่า ไม่ใช่ หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นว่าข้อความนั้นไม่ถูกต้อง
 ถ้าท่านตอบว่า ไม่แน่ใจ หมายถึง ท่านไม่แน่ใจว่าข้อความนั้นใช่หรือไม่ใช่

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	ไม่แน่ใจ	สำหรับผู้วิจัย
1 อาหารประเภท ผัก ผลไม้เป็นอาหารที่เพิ่มกากอาหารทำให้ถ่ายอุจจาระได้สะดวกลดอาการท้องผูกและลดอัตราการเกิดมะเร็ง				<input type="checkbox"/>
2. การรับประทานอาหารที่อุดมไปด้วยไขมัน แป้งและน้ำตาล ในระยะเวลาอันนานมีโอกาทำให้เกิดมะเร็ง				<input type="checkbox"/>
3. ผู้ป่วยมะเร็งควรหลีกเลี่ยงการรับประทานแฮม หมูยอ ไส้กรอก เพราะในอาหารเหล่านี้มีส่วนผสมของดินประสิวที่เป็นสารก่อมะเร็ง				<input type="checkbox"/>
4 อาหารเนื้อสัตว์ที่ปรุงด้วยวิธีการเผา ปิ้ง อย่างจะมีสารก่อมะเร็งเมื่อรับประทานเป็นประจำในระยะเวลาอันนานจะทำให้ป่วยเป็นมะเร็งได้				<input type="checkbox"/>
5. ผู้ป่วยมะเร็งควรหลีกเลี่ยงการดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์เพราะจะทำให้มะเร็งลุกลามมากขึ้น				<input type="checkbox"/>
6 ผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวเช่นมะนาว มะขามป้อมจะอุดมไปด้วยวิตามินซีซึ่งเป็นสารต้านมะเร็ง				<input type="checkbox"/>
7. ผักที่มีสีเขียวจัดจะมีสารที่มีคุณสมบัติในการต้านมะเร็ง				<input type="checkbox"/>
8 อาหารที่ผ่านกรรมวิธีหมักดองเช่นไส้กรอก แฮมจะมีส่วนผสมของดินประสิวซึ่งเป็นการถนอมอาหารที่ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ				<input type="checkbox"/>
9. ผัก ผลไม้ ที่มีสีเหลืองจัด แดงจัดจะอุดมไปด้วยสารที่มีคุณสมบัติในการต้านมะเร็ง				<input type="checkbox"/>
10 การใส่สีสังเคราะห์ผสมในอาหารทำให้อาหารดูน่ารับประทานและไม่เกิดโทษต่อร่างกาย				<input type="checkbox"/>

ตอนที่ 3 บริโภคนิสัย

คำชี้แจง แบบสอบถามเกี่ยวกับบริโภคนิสัยจะแบ่งออกเป็น 2 ตอน

ตอนที่ 3.1 .จะเป็นแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการบริโภคอาหาร

ตอนที่ 3.2 จะเป็นแบบสอบถามที่เกี่ยวกับความรู้ที่ถูกต้องหรือไม่ชอบและความดี
ในการบริโภคอาหาร

ตอนที่ 3.1 แบบสอบถามความเชื่อในการบริโภคอาหาร

ถ้าท่านตอบว่า เห็นด้วย หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้น

ถ้าท่านตอบว่า ไม่แน่ใจ หมายความว่า ท่านไม่แน่ใจกับข้อความที่กล่าวนั้น

ถ้าท่านตอบว่า ไม่เห็นด้วย หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้น

โปรดกาเครื่องหมาย (/) หน้าข้อความที่ท่านเห็นว่าตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ข้อความ	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	สำหรับผู้วิจัย
1 การรับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ที่ปรุงด้วยการบั้ง อย่างมีโอกาสเสี่ยงทำให้การลุกลามของมะเร็งเพิ่มสูงขึ้น				<input type="checkbox"/>
2.อาหารประเภทเนื้อสัตว์ ไขมันสัตว์เป็นอาหารที่มีราคา. แพงและครอบครัวที่รับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์มักถูกมองว่าเป็นผู้ที่มีฐานะดี				<input type="checkbox"/>
3. การรับประทานอาหารที่เป็นผลิตภัณฑ์จากถั่วเหลืองเช่นเต้าหู้หรือนมถั่วเหลืองทำให้มีความอยากอาหารลดลง				<input type="checkbox"/>
4.การรับประทานผัก ผลไม้เป็นประจำทำให้รู้สึกปลอดภัยจากมะเร็ง				<input type="checkbox"/>
5. ผัก ผลไม้เป็นอาหารที่มีราคาถูกลงเหมาะสำหรับครอบครัวที่ยากจนและมัธยัสถ์				<input type="checkbox"/>
6. ผู้ป่วยที่รับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ มีโอกาสเสี่ยงต่อการลุกลามของมะเร็งมากกว่าผู้				<input type="checkbox"/>

ตอนที่ 3.2 แบบสอบถามความชอบและความถี่ในการบริโภคอาหาร

คำชี้แจง กรุณาใส่เครื่องหมาย / ในช่องข้อความของแต่ละข้อที่ตรงกับความชอบในการบริโภคอาหารแต่ละชนิดของท่านเพียงคำตอบเดียว

ข้อความ	ความชอบในการบริโภค		ความถี่ในการบริโภค			
	ชอบ	ไม่ชอบ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคย
1.ท่านชอบรับประทานข้าวกล้อง						
2.ท่านชอบรับประทานถั่วเมล็ดแห้ง						
3.ท่านชอบรับประทานเนื้อสัตว์ที่ปรุงด้วยการปิ้งย่าง						
4.ท่านชอบรับประทานลาบดิบหรือหู้						
5.ท่านชอบรับประทานลาบคั่ว						
6.ท่านรับประทานอาหารที่ปรุงด้วยการทอด						
7.ท่านรับประทานขนมเค้กคุกกี้ โดนัท						
8.ท่านชอบเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์						
9.ท่านชอบรับประทานอาหารที่ผ่านการหมัก						

ข้อความ	ความชอบใน การบริโภค		ความถี่ในการบริโภค			
	ชอบ	ไม่ชอบ	ประจำ	บ่อยครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคย เลย
10 ท่านชอบรับประทาน กุนเชียง ลูกชิ้น หมูยอ เนื้อ สวรรค์						
11 ท่านชอบรับประทานปลา ซาร์ดีน ปลาหมึก ปลาหู ฯลฯ						
12. ท่านชอบรับประทาน อาหารที่ปรุงด้วยเครื่องปรุง เช่นกระชาย ขมิ้น จิง ข่า ตะไคร้ หอม กระเทียม พริก ขี้หนู						
13 ท่านชอบรับประทานผักที่ มีสีเขียวจัด เหลืองจัด แดงจัด เช่น ตำลึง ฟักทอง มะเขือเทศ						
14 . ท่านชอบรับประทานผล ไม้เช่น มะม่วงสุก มะละกอ สุก ฝรั่ง สับปะรด						

ภาคผนวก ข

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

สังกัด

อาจารย์ ดร. ศักดา พริ้งตำภู

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ

คุณเขวาลักษณ์ พลภักดิ์

งานโภชนาการ โรงพยาบาลมหาราชนคร
เชียงใหม่

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ - สกุล	นางสาวนันท์ลักษณ์ คັນสยะวิชัย
วัน เดือน ปี เกิด	15 สิงหาคม 2503
ประวัติการศึกษา	สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์และผดุงครรภ์ ชั้นสูง วิทยาลัยพยาบาลพุทธชินราชพิษณุโลกปีการศึกษา 2527 สำเร็จการศึกษาสาธารณสุขศาสตรบัณฑิตสาขาบริหารสาธารณสุข มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ปีการศึกษา 2533 สำเร็จการศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2540
ประวัติการทำงาน	ปีพุทธศักราช 2527-2531 ปฏิบัติงานตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ แผนก อายุรศาสตร์ ศัลยศาสตร์ โรงพยาบาลแม่สอดจังหวัดตาก ปีพุทธศักราช 2532-2534 ปฏิบัติงานตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ งานห้องผ่าตัด โรงพยาบาลแม่สอด จังหวัดตาก ปีพุทธศักราช 2534-2538 ปฏิบัติงานตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ แผนกสูติกรรม โรงพยาบาลลำพูน ปีพุทธศักราช 2538-ปัจจุบัน แผนกศัลยศาสตร์ โรงพยาบาล มหาราชนครเชียงใหม่