

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการศึกษาถึงภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของพระสงฆ์ที่ศึกษาอยู่ที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นนักศึกษาภาคพิเศษเฉพาะพระสงฆ์ สาขาวิชาเอกพระพุทธศาสนา (กศ.พส.) ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 3 ซึ่งมาเรียนเดือนละสองสัปดาห์ โดยเรียนสัปดาห์เว้นสัปดาห์สลับกันไป ในปีการศึกษา 2544 จำนวน 71 รูป อายุระหว่าง 21 – 66 ปี ลักษณะการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากรส่วนใหญ่ฉันทัดในวัดที่ประจำอยู่ สำหรับในวันมาเรียนที่มหาวิทยาลัยบางส่วนซื้ออาหารฉันทัดเอง ผลการศึกษาในครั้งนี้ได้นำเสนอข้อมูลในรูปแบบของตารางประกอบคำบรรยาย โดยแบ่งเป็น 4 ส่วนดังนี้

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มประชากร
- ส่วนที่ 2 ภาวะโภชนาการของกลุ่มประชากร
- ส่วนที่ 3 ข้อมูลด้านพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร
 - 3.1 แบบแผนการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร
 - 3.2 ความถี่ในการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร
- ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร
 - 4.1 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับแบบแผนการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร
 - 4.2 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับความถี่ในการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร

4.1 ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มประชากร

ข้อมูลทั่วไปประกอบด้วย อายุ จำนวนพรรษา ระดับการศึกษา การรับกิจนิมนต์ รายได้ต่อเดือน การปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน และข้อมูลด้านสุขภาพ ดังแสดงในตารางต่อไปนี้

ตาราง 4.1 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามอายุ จำนวนพรรษา และระดับการศึกษา

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
อายุ ($\bar{X} = 36.34$ ปี, $SD = 8.30$ ปี)		
20 – 29 ปี	17	23.94
30 – 39 ปี	32	45.07
40 – 49 ปี	19	26.76
50 – 59 ปี	2	2.82
60 ปีขึ้นไป	1	1.41
รวม	71	100
จำนวนพรรษา ($\bar{X} = 15.96$ พรรษา, $SD = 8.36$ พรรษา)		
1 – 9 พรรษา	17	23.94
10 – 19 พรรษา	32	45.07
20 – 29 พรรษา	18	25.35
30 พรรษาขึ้นไป	4	5.63
รวม	71	100
สถานะภาพในวัดปัจจุบัน		
เจ้าอาวาส	48	67.61
รองเจ้าอาวาส	14	19.72
พระลูกวัด	7	9.86
รักษากรเจ้าอาวาส	2	2.82
รวม	71	100

ตาราง 4.1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
การศึกษาสูงสุดทางธรรม		
นักธรรมชั้นตรี ชั้นโท หรือชั้นเอก	54	76.06
เปรียญธรรม 1-2 หรือ 3 ประโยค	13	18.31
เปรียญธรรม 4,5 หรือ 6 ประโยค	4	5.63
รวม	71	100
การศึกษาสูงสุดทางโลก		
มัธยมศึกษาตอนปลาย	71	100
รวม	71	100

จากตาราง 4.1 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรทั้งหมด 71 รูป มีอายุเฉลี่ย 36.34 ปี ส่วนใหญ่เป็นพระสังฆาธิการที่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ ที่มีอายุระหว่าง 30 – 39 ปี จำนวน 32 รูป คิดเป็นร้อยละ 45.07 รองลงมามีอายุระหว่าง 40 – 49 ปี จำนวน 19 รูป คิดเป็นร้อยละ 26.76 จำนวนพรรษาที่บวชมีค่าเฉลี่ย 15.96 พรรษา ส่วนใหญ่บวชมานานระหว่าง 10 – 19 พรรษา คิดเป็นร้อยละ 45.07 สถานภาพในวัดที่อยู่ในปัจจุบันส่วนใหญ่เป็นเจ้าอาวาส จำนวน 48 รูป คิดเป็นร้อยละ 67.61 ด้านการศึกษาพบว่าการศึกษาสูงสุดทางธรรม ส่วนใหญ่เรียนจบนักธรรมชั้นตรี ชั้นโท หรือชั้นเอก จำนวน 54 รูป คิดเป็นร้อยละ 76.06 และการศึกษาสูงสุดทางโลก กลุ่มประชากรทั้งหมดจำนวน 71 รูป จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย(ม.6) คิดเป็นร้อยละ 100

ตาราง 4.2 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามการรับกิจนิมนต์และรายได้ต่อเดือน

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
การรับกิจนิมนต์		
5-6 ครั้งต่อสัปดาห์	7	9.86
3-4 ครั้งต่อสัปดาห์	13	18.31
1-2 ครั้งต่อสัปดาห์	24	33.80
เดือนละ 1-2 ครั้ง	24	33.80
เฉพาะช่วงเทศกาลต่างๆ	3	4.23
รวม	71	100
รายได้ต่อเดือน		
ไม่มีรายได้	2	2.82
น้อยกว่า 1,000 บาทต่อเดือน	18	25.35
1,001 – 2,000 บาทต่อเดือน	17	23.94
2,001 – 3,000 บาทต่อเดือน	17	23.94
3,001 – 4,000 บาทต่อเดือน	5	7.04
4,001 – 5,000 บาทต่อเดือน	4	5.63
มากกว่า 5,000 บาทต่อเดือน	8	11.27
รวม	71	100

จากตาราง 4.2 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่ จำนวน 24 รูป รับกิจนิมนต์ สัปดาห์ละ 1 – 2 ครั้ง และเดือนละ 1 – 2 ครั้ง จำนวน 24 รูป คิดเป็นร้อยละ 33.80 ในด้านรายได้ จำนวน 18 รูป มีรายได้น้อยกว่า 1,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 25.35 รองลงมามีรายได้เดือนละ 1,001- 2,000 บาท และเดือนละ 2,001 – 3,000 บาท จำนวน 17 รูป คิดเป็นร้อยละ 23.94

ตาราง 4.3 แสดงจำนวนและร้อยละของกิจกรรมที่กลุ่มประชากรปฏิบัติประจำวัน และเวลาโดยเฉลี่ยในการปฏิบัติ จำแนกตามประเภทของกิจกรรมตามการใช้พลังงาน

ประเภทกิจกรรม ตามการใช้พลังงาน	ปฏิบัติ		เวลาที่ปฏิบัติ โดยเฉลี่ย (นาที)	ไม่ได้ปฏิบัติ		ไม่แน่นอน	
	จำนวน	ร้อยละ		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ใช้พลังงานปานกลาง							
บิณฑบาต	41	57.75	44.63	29	40.85	1	1.41
ทำความสะอาดเสนาสนะ	65	91.55	31.70	6	8.45	-	-
ทำความสะอาดโรงฉัน	43	60.56	22.33	28	39.44	-	-
ทำความสะอาดบาตร	46	64.79	13.39	25	35.21	-	-
ทำความสะอาดบริเวณ ภายในวัด	66	92.96	41.67	5	7.04	-	-
เดินทางไปรับกัจฉิมณฑ	67	94.37	49.25	4	5.63	-	-
นอกวัด โดยรถยนต์							
เดินทางเพื่อไปเรียน	64	90.14	70.86	6	8.45	1	1.41
หนังสือโดยรถโดยสาร							
ใช้พลังงานน้อย							
ทำวัตรเช้า	64	90.14	60.11	6	8.45	1	1.41
ฉันภัตตาหารเช้า	64	90.14	24.53	7	9.86	-	-
เดินจงกรม	47	66.20	20.85	21	29.58	3	4.23
นั่งสมาธิ	59	83.10	20.69	9	12.68	3	4.23
ฟังพระวินัย	42	59.15	32.26	25	35.21	4	5.63
ฉันภัตตาหารเพล	69	97.18	30.07	2	2.82	-	-
ท่องบทสวดมนต์	57	80.28	42.28	12	16.90	2	2.82
ฟังธรรม	49	69.01	32.65	19	26.76	3	4.23
อ่านหนังสือเรียน	66	92.96	60.23	3	4.23	2	2.82
อ่านหนังสือพิมพ์	62	87.32	27.02	7	9.86	2	2.82
อ่านหนังสือธรรมะ	61	85.92	30.90	7	9.86	3	4.23

ตาราง 4.3 (ต่อ)

ประเภทกิจกรรม ตามการใช้พลังงาน	ปฏิบัติ		เวลาที่ปฏิบัติ โดยเฉลี่ย (นาที)	ไม่ได้ปฏิบัติ		ไม่แน่นอน	
	จำนวน	ร้อยละ		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
คุยกับพระภิกษุในวัด	71	100	29.58	-	-	-	-
สรองน้ำตนเอง	71	100	23.24	-	-	-	-
ทำวัตรเย็น	67	94.37	40.01	4	5063	-	-
ไหว้พระก่อนนอน	65	91.55	13.62	6	8.45	-	-
จำวัดกลางวัน	45	63.38	65.56	23	32.39	3	4.23
เรียนหนังสือ	71	100	362.51	-	-	-	-
สอนหนังสือ	43	60.56	123.95	26	36.62	2	2.82

จากตาราง 4.3 แสดงให้เห็นว่า เมื่อแบ่งกิจกรรมตามการใช้พลังงานแล้ว พบว่ากิจกรรมที่ใช้พลังงานปานกลาง ส่วนใหญ่พระสงฆ์มีการปฏิบัติกิจกรรมประเภท การเดินทางไปรับกิจนิมนต์นอกวัดโดยรถยนต์ จำนวน 67 รูป คิดเป็นร้อยละ 94.37 และกิจกรรมที่ใช้เวลาในการปฏิบัติมากที่สุด คือ การเดินทางเพื่อไปเรียนหนังสือโดยรถโดยสาร ใช้เวลาเฉลี่ย 70.86 นาที สำหรับในกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานน้อย พบว่ากิจกรรมที่ทุกรูปปฏิบัติ คือ การพูดคุยกับพระภิกษุในวัดและสรองน้ำ กิจกรรมที่ใช้เวลาในการปฏิบัติมากที่สุดคือ การเรียนหนังสือ ใช้เวลาเฉลี่ย 362.51 นาที กิจกรรมที่พระภิกษุควรปฏิบัติเป็นประจำได้แก่ การทำวัตรเช้า การเดินจงกรม การนั่งสมาธิ การฟังพระวินัย การท่องบทสวดมนต์ การฟังธรรม และการอ่านหนังสือธรรม พบว่ามีพระสงฆ์การบางรูปไม่ได้ปฏิบัติ อาจเป็นเพราะมีความเชี่ยวชาญในการปฏิบัติเป็นอย่างดีแล้วจึงไม่ได้ปฏิบัติ

ตาราง 4.4 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามการสูบบุหรี่

การสูบบุหรี่	จำนวน	ร้อยละ
การสูบบุหรี่		
ไม่สูบ	56	78.87
สูบ	6	8.45
เคยสูบแต่เลิกแล้ว	9	12.68
รวม	71	100
ผู้ที่สูบบุหรี่		
สูบนาน 20 ปี วันละ 5 มวน	1	1.41
สูบนาน 18 ปี วันละ 5 มวน	1	1.41
สูบนาน 15 ปี วันละ 20 มวน	1	1.41
สูบนาน 10 ปี วันละ 2-3 มวน	1	1.41
สูบนาน 2 ปี วันละ 10 มวน	2	2.82
รวม	6	8.45
ผู้ที่เคยสูบแต่เลิกสูบบุหรี่แล้ว		
หยุดสูบนาน 26 ปี เคยสูบบุหรี่วันละ 18 มวน นาน 13 ปี	1	1.41
หยุดสูบนาน 21 ปี เคยสูบบุหรี่วันละ 16-17 มวน นาน 10 ปี	1	1.41
หยุดสูบนาน 18 ปี เคยสูบบุหรี่วันละ 10 มวน นาน 5 ปี	1	1.41
หยุดสูบนาน 15 ปี เคยสูบบุหรี่วันละ 20 มวน นาน 7 ปี	1	1.41
หยุดสูบนาน 10 ปี เคยสูบบุหรี่วันละ 5 มวน นาน 20 ปี	1	1.41
หยุดสูบนาน 7 ปี เคยสูบบุหรี่วันละ 5 มวน นาน 5 ปี	1	1.41
หยุดสูบนาน 3 ปี เคยสูบบุหรี่วันละ 5 มวน นาน 2 ปี	1	1.41
หยุดสูบนาน 2 ปี เคยสูบบุหรี่วันละ 15 มวน นาน 5 ปี	1	1.41
รวม	9	12.68

จากตาราง 4.4 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่จำนวน 56 รูป คิดเป็นร้อยละ 78.87 เคยสูบแต่เลิกแล้ว จำนวน 9 รูป คิดเป็นร้อยละ 12.68 ระยะเวลาที่หยุดสูบนานที่สุดคือ 26 ปี เคยสูบบุหรี่วันละ 18 มวน สูบนาน 13 ปี ผู้ที่ยังสูบบุหรี่ จำนวน 6 รูป คิดเป็นร้อยละ 8.45 ระยะเวลาที่สูบบุหรี่นานที่สุด คือ 20 ปี สูบบุหรี่วันละ 5 มวน

ตาราง 4.5 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรตามภาวะสุขภาพ ในรอบหนึ่งเดือน

ภาวะสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
ปัญหาสุขภาพในรอบหนึ่งเดือน		
ไม่มีปัญหา	42	59.15
มีปัญหา	29	40.85
รวม	71	100
ผู้ที่มีปัญหาอาการที่พบคือ		
โรคหวัด	6	8.45
ปวดหัวเป็นไข้	4	5.63
ปวดตามข้อ ปวดหัวเข่า	3	4.23
โรคไต	2	2.82
ภูมิแพ้	2	2.82
โรคนิ้ว	2	2.82
ไอ หลอดลมอักเสบ	2	2.82
ปวดท้อง	1	1.41
ปวดเอว	1	1.41
โรคกระเพาะอาหาร	1	1.41
ไข้มาลาเลีย	1	1.41
เวียนศีรษะ	1	1.41
ปอดอักเสบ	1	1.41
เบาหวาน	1	1.41
เป็นลมชัก	1	1.41
รวม	29	40.85

จากตาราง 4.5 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพในรอบหนึ่งเดือน จำนวน 42 รูป คิดเป็นร้อยละ 59.15 มีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพในรอบหนึ่งเดือน จำนวน 29 รูป คิดเป็นร้อยละ 40.85 อาการที่พบเรียงตามลำดับคือ อาการ โรคหวัด ปวดหัวเป็นไข้ ปวดตามปวดหัวเข่า คิดเป็นร้อยละ 8.45, 5.63 และ 4.23 ตามลำดับ และ อาการโรคไต ภูมิแพ้ โรคนิ้ว ไอ หลอดลมอักเสบ คิดเป็นร้อยละ 2.82 และอาการปวดท้อง ปวดเอว โรคกระเพาะ ไข้มาลาเลีย เวียนศีรษะ ปอดอักเสบ เบาหวาน และเป็นลมชัก คิดเป็นร้อยละ 1.41

ตาราง 4.6 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามโรคประจำตัว

ภาวะสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
โรคประจำตัว		
ไม่มีโรคประจำตัว	47	66.20
มีโรคประจำตัว	24	33.80
รวม	71	100
โรคประจำตัวได้แก่		
โรคกระเพาะอาหาร	5	7.04
โรคภูมิแพ้	5	7.05
โรคปวดตามข้อ ปวดหัวเข่า	3	4.23
โรคปวดศีรษะ	2	2.82
โรคเบาหวาน	2	2.82
โรคลมชัก	2	2.82
โรคนิ่ว	1	1.41
โรคหัวใจ	1	1.41
โรคกรดไหลย้อน	1	1.41
โรคตับอักเสบ	1	1.41
โรคความดันโลหิตสูง	1	1.41
รวม	24	33.80

จากตาราง 4.6 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 47 รูป คิดเป็นร้อยละ 66.20 มีโรคประจำตัว จำนวน 24 รูป คิดเป็นร้อยละ 33.80 โรคประจำตัวที่มีเรียงตามลำดับ คือ โรคกระเพาะอาหาร และโรคภูมิแพ้ คิดเป็นร้อยละ 7.04 โรคปวดตามข้อ คิดเป็นร้อยละ 4.23 โรคปวดศีรษะ โรคเบาหวาน และโรคลมชัก คิดเป็นร้อยละ 2.82 โรคนิ่ว โรคหัวใจ โรคกรดไหลย้อน โรคตับอักเสบ และโรคความดันโลหิตสูง คิดเป็นร้อยละ 1.41

ตาราง 4.7 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามยาที่ฉันทันเป็นประจำ

ภาวะสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
ยาที่ฉันทันเป็นประจำ		
ไม่มี	53	74.65
มี	18	25.35
รวม	71	100
ยาที่ฉันทันเป็นประจำ		
ขาดกรด	5	7.04
ยาแก้แพ้	5	7.04
ยาปฏิชีวนะ	2	2.82
ยากลายเครียด	2	2.82
ยารักษาเบาหวาน	2	2.82
ยาบำรุง	1	1.41
ขาดความดัน	1	1.41
รวม	18	25.35

จากตาราง 4.7 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่ไม่มียาที่ต้องฉันทันเป็นประจำ จำนวน 53 รูป คิดเป็นร้อยละ 74.65 มียาที่ต้องฉันทันเป็นประจำ จำนวน 18 รูป คิดเป็นร้อยละ 25.35 ยาที่ต้องฉันทันเป็นประจำคือ ขาดกรด ยาแก้แพ้ คิดเป็นร้อยละ 7.04 ยาปฏิชีวนะ ยากลายเครียด ยารักษาเบาหวาน คิดเป็นร้อยละ 2.82 ยาบำรุงและขาดความดันคิดเป็นร้อยละ 1.41

ตาราง 4.8 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามการจับถ่ายอุจจาระและปัญหาในการจับถ่ายปัสสาวะ

ภาวะสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
การจับถ่ายอุจจาระ		
ทุกวัน	65	91.55
ไม่ทุกวัน (2 วันครั้ง)	6	8.45
รวม	71	100
ปัญหาในการจับถ่ายปัสสาวะ		
ไม่มี	60	84.51
มี	11	15.49
รวม	71	100
ปัญหาในการจับถ่ายปัสสาวะ		
ปัสสาวะบ่อย	2	2.82
ปัสสาวะมีสีเข้ม	2	2.82
ปัสสาวะขจัด	2	2.82
ปัสสาวะกระปริบกระปรอย	2	2.82
ไม่ค่อยถ่ายปัสสาวะ	2	2.82
กลั้นปัสสาวะไม่อยู่	1	1.41
รวม	11	15.49

จากตาราง 4.8 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่มีการจับถ่ายอุจจาระทุกวัน จำนวน 65 รูป คิดเป็นร้อยละ 91.55 สำหรับปัญหาในการจับถ่ายปัสสาวะส่วนใหญ่ไม่มีปัญหา จำนวน 60 รูป คิดเป็นร้อยละ 84.51 ปัญหาที่พบในการจับถ่ายปัสสาวะ คือ ปัสสาวะบ่อย ปัสสาวะมีสีเข้ม ปัสสาวะขจัด ปัสสาวะกระปริบกระปรอยและไม่ค่อยถ่ายปัสสาวะ คิดเป็นร้อยละ 2.82 และกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ คิดเป็นร้อยละ 1.41

ตาราง 4.9 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามความแข็งแรงของร่างกาย การตรวจสุขภาพประจำปี และสถานพยาบาลที่เข้ารับการรักษาตัว

ภาวะสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
ความแข็งแรงของร่างกายเมื่อเทียบกับคนอื่น		
แข็งแรง	37	52.11
ไม่แข็งแรง	7	9.86
ไม่แน่ใจ	27	38.03
รวม	71	100
การตรวจสุขภาพประจำปี		
ไม่เคยตรวจ	27	38.03
เคยตรวจ	44	61.97
รวม	71	100
ความถี่ในการตรวจสุขภาพ		
หนึ่งปีตรวจ 2 ครั้ง	8	11.27
หนึ่งปีตรวจ 1 ครั้ง	20	28.17
สองปีตรวจ 1 ครั้ง	7	9.86
ตรวจเมื่อมีอาการเจ็บป่วย	9	12.68
รวม	44	61.97
สถานพยาบาลที่เข้ารับการรักษาตัวมากที่สุด		
สถานีอนามัย	15	21.13
โรงพยาบาลสงฆ์	13	18.31
โรงพยาบาลของรัฐ	16	22.54
โรงพยาบาลของเอกชน	19	26.76
รักษาวินิแพทย์แผนโบราณ	4	5.63
คลินิก	4	5.63
รวม	71	100

จากตาราง 4.9 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่มีร่างกายแข็งแรงเมื่อเทียบกับคนอื่น จำนวน 37 รูป คิดเป็นร้อยละ 52.11 ในด้านการตรวจสุขภาพประจำปีส่วนใหญ่เคยตรวจสุขภาพ จำนวน 44 รูป คิดเป็นร้อยละ 61.97 โดยส่วนใหญ่หนึ่งปีตรวจร่างกายหนึ่งครั้ง จำนวน 20 รูป คิดเป็นร้อยละ 28.17 สำหรับสถานพยาบาลที่เข้ารับการรักษาตัวมากที่สุดคือโรงพยาบาลเอกชน จำนวน 19 รูป คิดเป็นร้อยละ 26.76

ตาราง 4.10 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามการดูแลรักษาสุขภาพในด้านการสร้างน้ำ การกำจัด และการออกกำลังกาย

การดูแลรักษาสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
การสร้างน้ำ		
วันละ 1 ครั้ง	23	32.39
วันละ 2 ครั้ง	46	64.79
อากาศร้อนๆ มากกว่าวันละ 2 ครั้ง	2	2.82
รวม	71	100
การกำจัด (กลางคืน)		
วันละ 6 – 8 ชั่วโมง	40	56.34
น้อยกว่าวันละ 6 ชั่วโมง	30	42.25
มากกว่าวันละ 8 ชั่วโมง	1	1.41
รวม	71	100
การออกกำลังกาย		
ไม่เคย	26	36.62
เคย	45	63.38
รวม	71	100
ความถี่ของการออกกำลังกาย		
ทุกวัน	9	12.68
สัปดาห์ละ 5-6 วัน	4	5.63
สัปดาห์ละ 3-4 วัน	14	19.72
น้อยกว่าสัปดาห์ละ 2 วัน	18	25.35
รวม	45	63.38
ระยะเวลาในการออกกำลังกาย		
น้อยกว่า 20 นาที	16	22.54
ประมาณ 20-30 นาที	26	36.62
มากกว่า 30 นาที	3	4.23
รวม	45	63.38

จากตาราง 4.10 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่ตรงน้ำวันละ 2 ครั้ง จำนวน 46 รูป คิดเป็นร้อยละ 64.79 ส่วนใหญ่ใช้เวลาในการจำวัดกลางคืนวันละ 6–8 ชั่วโมง จำนวน 40 รูป คิดเป็นร้อยละ 56.34 รองลงมาคือน้อยกว่าวันละ 6 ชั่วโมง จำนวน 30 รูป คิดเป็นร้อยละ 42.25 ในด้านการออกกำลังกาย พบว่าส่วนใหญ่เคยออกกำลังกาย จำนวน 45 รูป คิดเป็นร้อยละ 63.38 โดยออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 2 วัน จำนวน 18 รูป คิดเป็นร้อยละ 25.38 ระยะเวลาในการออกกำลังกายใช้เวลาประมาณ 20–30 นาที จำนวน 26 รูป คิดเป็นร้อยละ 36.62

4.2 ส่วนที่ 3 ภาวะโภชนาการของกลุ่มประชากร

ภาวะโภชนาการของกลุ่มประชากร ประเมิน โดยการใช้ดัชนีมวลกาย (body mass index [BMI]) จากการวัดสัดส่วนของร่างกาย ด้วยวิธีการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง การชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงของกลุ่มประชากร เปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานสากล แบ่งภาวะโภชนาการเป็น 3 ระดับ

ภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ มีค่า BMI ต่ำกว่า 18.5

ภาวะโภชนาการปกติ มีค่า BMI 18.5 – 24.99

ภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์ มีค่า BMI มากกว่าหรือเท่ากับ 25.0

ตาราง 4.11 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามภาวะโภชนาการซึ่งประเมินโดยใช้ดัชนีมวลกาย (body mass index [BMI]) โดยมีหน่วยเป็นกิโลกรัม/เมตร²

ภาวะโภชนาการ	จำนวน	ร้อยละ
$(\bar{X} = 26.16 \text{ กก/ม}^2, SD = 4.69 \text{ กก/ม}^2)$		
ผอม ระดับ 1 (BMI= 17.0 – 18.49)	1	1.41
ปกติ (BMI= 18.5 – 24.99)	32	45.07
น้ำหนักเกิน (BMI มากกว่าหรือเท่า 25.0)	38	53.52
รวม	71	100
น้ำหนักเกิน		
ระดับ 1 (BMI= 25.0 – 29.99)	27	38.03
ระดับ 2 (BMI= 30.0 – 39.99)	9	12.68
ระดับ 3 (BMI มากกว่าหรือเท่ากับ 40)	2	2.82
รวม	38	53.52

จากตาราง 4.11 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการเกินจำนวน 38 รูป คิดเป็นร้อยละ 53.52 โดยมีภาวะโภชนาการเกินระดับ 1 จำนวน 27 รูป คิดเป็นร้อยละ 38.03 ภาวะโภชนาการเกินระดับ 2 จำนวน 9 รูป คิดเป็นร้อยละ 12.68 ภาวะโภชนาการเกินระดับ 3 จำนวน 2 รูป คิดเป็นร้อยละ 2.82 รวมแล้วเป็นโรคอ้วน ร้อยละ 15.50 ภาวะโภชนาการปกติ จำนวน 32 รูป คิดเป็นร้อยละ 45.07 และภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์มีเพียงรูปเดียว คิดเป็นร้อยละ 1.41

4.3 ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร

4.3.1 แบบแผนการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร

แบบแผนการฉันทัดอาหารประกอบด้วยข้อมูลการบริโภคอาหารของพระสังฆาธิการ ได้แก่ แหล่งอาหาร ลักษณะการฉันทอาหาร การฉันทอาหารว่าง ปริมาณน้ำที่ดื่ม การได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับอาหารที่เหมาะสม ความพอใจในอาหารที่ฉันทเป็นประจำ ชนิดของอาหารที่หลีกเลี่ยงและสุขนิสัยในการฉันทัดอาหาร

ตาราง 4.12 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามแหล่งที่มาของอาหาร และลักษณะการฉันทัดอาหารและปริมาณน้ำที่ดื่ม

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
แหล่งที่มาของอาหาร		
การบิณฑบาต	22	30.99
ญาติโยม ศรัทธานำมาถวาย	39	54.93
ทำอาหารฉันทเอง	10	10.08
รวม	71	100
ลักษณะการฉันทัดอาหาร		
ฉันทเพียงลำพังรูปเดียว	14	19.72
ฉันทร่วมกับผู้อื่น	57	80.28
รวม	71	100
การฉันทัดอาหารเช้า		
ฉันททุกวัน	26	36.62
ฉันทเป็นบางวัน	36	50.70
ไม่ฉันท	9	12.68
รวม	71	100
การฉันทัดอาหารเพล		
ฉันททุกวัน	65	91.55
ฉันทเป็นบางวัน	6	8.45
รวม	71	100

จากตาราง 4.12 แสดงให้เห็นว่าอาหารของกลุ่มประชากรส่วนใหญ่ได้มาจากญาติโยม ศรัทธานำมาถวาย คิดเป็นร้อยละ 54.93 จากการบริจาค คิดเป็นร้อยละ 30.99 ลักษณะการฉันททานอาหารส่วนใหญ่ฉันททานรวมกับผู้อื่น คิดเป็นร้อยละ 80.28 การฉันททานมือเข้าส่วนใหญ่ฉันทเป็นบางวัน คิดเป็นร้อยละ 50.70 สำหรับภัตตาหารมือเพลส่วนใหญ่ฉันททุกวัน คิดเป็นร้อยละ 91.55

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ตาราง 4.13 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามการกินอาหารว่าง(น้ำปานะ) และปริมาณน้ำที่ดื่ม

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
การกินอาหารว่างมือเช้า		
กินทุกวัน	9	12.68
กินเป็นบางวัน	36	50.70
ไม่กิน	26	36.62
รวม	71	100
การกินอาหารว่างหลังมือเพล (น้ำปานะ)		
กินทุกวัน	16	22.54
กินเป็นบางวัน	43	60.56
ไม่กิน	12	16.90
รวม	71	100
การกินอาหารว่างมือเย็น (น้ำปานะ)		
กินทุกวัน	22	30.99
กินเป็นบางวัน	36	50.70
ไม่กิน	13	18.31
รวม	71	100
ปริมาณน้ำที่ดื่มต่อวัน		
ไม่ดื่ม	2	2.82
1 – 2 แก้ว	4	5.63
3 – 4 แก้ว	12	16.90
5 – 6 แก้ว	21	29.58
7 – 8 แก้ว	19	26.76
มากกว่า 8 แก้ว	13	18.31
รวม	71	100

จากตาราง 4.13 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่กินอาหารว่างมือเช้า อาหารว่างหลังมือเพลและมือเย็น (น้ำปานะ) เป็นบางวัน คิดเป็นร้อยละ 50.70, 60.56 และ 50.70 ตามลำดับ ปริมาณน้ำที่ดื่มต่อวัน ส่วนใหญ่ดื่มวันละ 5 – 6 แก้ว คิดเป็นร้อยละ 29.58 รองลงมาคือดื่มวันละ 7 – 8 แก้ว คิดเป็นร้อยละ 26.76

ตาราง 4.14 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามการรับข้อมูลเกี่ยวกับอาหาร และแหล่งข้อมูล

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
การได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับอาหารที่เหมาะสม		
ไม่เคย	21	29.58
เคย	50	70.42
รวม	71	100
แหล่งข้อมูล		
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข / แพทย์ / พยาบาล / เจ้าหน้าที่อนามัย	19	26.76
บุคคลในครอบครัว / เพื่อน / ผู้ร่วมงาน	4	5.63
สื่อต่างๆ / วิทยู / โทรทัศน์	26	36.62
ตัวแทนจำหน่ายอาหารเสริม	1	1.41
รวม	50	70.42

จากตาราง 4.14 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่เคยได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับอาหารที่เหมาะสม จำนวน 50 รูป คิดเป็นร้อยละ 70.42 โดยแหล่งข้อมูลที่ได้รับมาจาก สื่อต่าง ๆ / วิทยู / โทรทัศน์ จำนวน 26 รูป คิดเป็นร้อยละ 36.62 ได้รับข้อมูลจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข / แพทย์ / พยาบาล / เจ้าหน้าที่อนามัย จำนวน 19 รูป คิดเป็นร้อยละ 26.76

ตาราง 4.15 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามความพอใจของอาหารที่ฉันเป็นประจำ

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
ความพอใจในอาหารที่ฉันเป็นประจำ		
พอใจ	63	88.73
ไม่พอใจ(เพราะรสชาติ)	8	11.27
รวม	71	100
ไม่พอใจในรสชาติของอาหารเพราะ		
ไม่กลมกล่อม	4	5.63
ไม่หวาน	1	1.41
ไม่เค็ม	1	1.41
ไม่จืด	1	1.41
ไม่เผ็ด	1	1.41
รวม	8	11.27

จากตาราง 4.15 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่มีความพอใจในอาหารที่ฉันเป็นประจำ จำนวน 62 รูป คิดเป็นร้อยละ 87.32 และไม่พอใจเพราะรสชาติมีจำนวน 8 รูป คิดเป็นร้อยละ 11.27

ตาราง 4.16 แสดงจำนวนและร้อยละของอาหารหรือเครื่องดื่มที่กลุ่มประชากร ηλικี้งไม่ฉัน

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ	สาเหตุที่หลีกเลี่ยง
การหลีกเลี่ยงอาหารบางชนิด			
ไม่หลีกเลี่ยง	45	63.38	
หลีกเลี่ยง	26	36.62	
รวม	71	100	
อาหารและเครื่องดื่มที่หลีกเลี่ยง			
น้ำอัดลม	6	8.45	ทำให้น้ำตาลในเลือดสูง ไม่มีประโยชน์ กลัวอ้วน ปวดท้อง
กาแฟ	4	5.63	เกิดอาการทางประสาท คัดแล้วใจสั่น เกิดอาการปวดศีรษะ
อาหารรสหวาน	3	4.23	เป็นโรคเบาหวาน กลัวอ้วน
อาหารมัน ๆ	3	4.23	เป็นโรคเบาหวาน กลัวอ้วน
หน่อไม้	2	2.82	ทำให้เกิดอาการปวดตามข้อ
เครื่องดื่มบำรุงกำลัง	2	2.82	ไม่มีประโยชน์ ไม่ดีต่อสุขภาพ
อาหารหมักดอง	2	2.82	ไม่มีประโยชน์ ไม่ดีต่อสุขภาพ
อาหารเสริมต่าง ๆ	2	2.82	มีราคาแพง
ไข่มดแดง	1	1.41	เกิดอาการแพ้ คลื่นไส้ อาเจียน
รวม	26	36.62	

จากตาราง 4.16 แสดงให้เห็นว่าในภาวะสุขภาพปกติหรือเจ็บป่วยกลุ่มประชากรส่วนใหญ่ไม่ได้หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารหรือเครื่องดื่มใดๆ จำนวน 45 รูป คิดเป็นร้อยละ 63.38 สำหรับผู้ที่หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารหรือเครื่องดื่มในภาวะสุขภาพปกติหรือเจ็บป่วย จำนวน 26 รูป คิดเป็นร้อยละ 36.62 อาหารหรือเครื่องดื่มที่หลีกเลี่ยงมากที่สุด คือ น้ำอัดลม คิดเป็นร้อยละ 8.45 เหตุผลเนื่องจากทำให้น้ำตาลในเลือดสูง ไม่มีประโยชน์ กลัวอ้วน และคัดแล้วปวดท้อง รองลงมาคือ กาแฟ คิดเป็นร้อยละ 5.63 เหตุผลเนื่องจากทำให้เกิดอาการทางประสาท คัดแล้วใจสั่น เกิดอาการปวดศีรษะ

ตาราง 4.17 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามพฤติกรรมด้านสุขนิสัยในการฉีกนึ่งอาหาร

พฤติกรรม	ไม่เคยปฏิบัติเลย		ปฏิบัติเป็นบางครั้ง		ปฏิบัติเป็นประจำ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ฉีกนึ่งอาหารตรงเวลาทั้ง 2 มือ	2	2.82	37	52.11	32	45.07
2. ล้างมือก่อนฉีกนึ่งอาหาร	2	2.82	16	22.54	53	74.65
3. เลือกฉีกนึ่งอาหารตามความชอบ	6	8.45	46	64.79	19	26.76
4. เลือกฉีกนึ่งอาหารโดยพิจารณาถึงคุณค่าของอาหาร	16	22.54	33	46.48	22	30.99
5. ฉีกนึ่งอาหารอย่างเร่งรีบ	9	12.68	56	78.87	6	8.45
6. พุดคุยระหว่างการฉีกนึ่งอาหาร	10	14.08	54	76.06	7	9.86
7. ใช้ช้อนกลางตักอาหารเมื่อฉีกนึ่งร่วมกับผู้อื่น	4	5.63	21	29.58	46	64.79
8. ฉีกนึ่งอาหารในปริมาณที่พอเหมาะไม่มากหรือน้อยเกินไป	2	2.82	30	42.25	39	54.93
9. ฉีกอาหารรสจัด เช่น เผ็ดจัด เฝื่อนจัด	17	23.94	42	59.15	12	16.90
10. ฉีกอาหารประเภทสุก ๆ ดิบ ๆ เช่น แหนม ลาบ ลู	11	15.49	53	74.65	7	9.86
11. ระหว่างการฉีกนึ่งอาหาร มักจะดื่มน้ำ สลับกับการฉีกนึ่งอาหาร	30	42.25	29	40.85	12	16.90
12. เวลาฉีกนึ่งอาหารมักจะเกี่ยวอาหารเสียดัง	55	77.46	14	19.72	2	2.82
13. หลีกเลี่ยงการฉีกนึ่งอาหารจุกจิกไม่เป็นเวลา	18	25.35	34	47.89	19	26.76
14. บ้วนปาก หรือแปรงฟัน หลังจากฉีกนึ่งอาหารเสร็จ	2	2.82	28	39.43	41	57.75
15. นึ่งผักหลังจากฉีกนึ่งอาหารเสร็จใหม่ๆ	1	1.41	36	50.70	34	47.89

จากตาราง 4.17 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่มีพฤติกรรมด้านสุขนิสัยในการฉีกน้กัตอาหารตรงเวลาทั้งองมือ โดยปฏิบัติเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 52.11 ล้างมือก่อนฉีกน้กัตอาหาร โดยปฏิบัติเป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ 74.65 เลือกฉีกน้กัตอาหารตามความชอบ โดยปฏิบัติเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 64.79 เลือกฉีกน้กัตอาหารโดยพิจารณาถึงคุณค่าของอาหาร โดยปฏิบัติเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 46.48 ฉีกน้กัตอาหารอย่างเร่งรีบ โดยปฏิบัติเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 78.87 พุดคุยระหว่างการฉีกน้กัตอาหาร โดยปฏิบัติเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 76.06 ใช้ช้อนกลางตักอาหารเมื่อฉีกน้ร่วมกับผู้อื่น โดยปฏิบัติเป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ 64.79 ฉีกน้กัตอาหารในปริมาณที่พอเหมาะไม่มากหรือน้อยเกินไป โดยปฏิบัติเป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ 54.93 ฉีกน้อาหารสด เช่น ผัดจัด เค็มจัด โดยปฏิบัติเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 59.15 ฉีกน้อาหารประเภทสุก ๆ ดิบ ๆ เช่น แหนม ลาบ ลู่ โดยปฏิบัติเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 74.65 ไม่ดื่มน้ำสลับกับการฉีกน้กัตอาหาร คิดเป็นร้อยละ 42.25 ไม่เคี้ยวอาหารเสียงดัง คิดเป็นร้อยละ 77.46 หลีกเลียงการฉีกน้อาหารจุกจิกไม่เป็นเวลา โดยปฏิบัติเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 47.89 บ้วนปากหรือแปรงฟันหลังจากฉีกน้อาหารเสร็จ โดยปฏิบัติเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 39.43 และนั่งพักหลังจากฉีกน้อาหารเสร็จใหม่ ๆ โดยปฏิบัติเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 50.70

4.3.2 ความถี่ในการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร

ความถี่ในการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากรประกอบด้วย ชนิดของอาหาร 8 ประเภท ได้แก่ เนื้อสัตว์ ผัก ผลไม้ ธัญพืชและถั่วเมล็ดต่างๆ ของหวาน เครื่องดื่ม ไขมัน และสารปรุงรส จำนวน 135 รายการ

ตาราง 4.18 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามความถี่ของการฉันทัดอาหารประเภทเนื้อสัตว์

ชื่อเนื้อสัตว์	ความถี่ในการฉันทัด									
	5-7ครั้ง/สัปดาห์		3-4ครั้ง/สัปดาห์		1-2ครั้ง/สัปดาห์		นานๆครั้ง		ไม่ฉันทัด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เนื้อหมูติดมัน	4	5.63	19	26.76	34	47.89	7	9.86	7	9.86
หมูเนื้อแดง	4	5.63	27	38.03	28	39.44	9	12.68	3	4.23
กุนเชียง	1	1.41	1	1.41	16	22.54	34	47.89	19	26.76
เนื้อวัวติดมัน	-	-	7	9.86	9	12.68	27	38.03	28	39.44
เนื้อวัวไม่ติดมัน	-	-	7	9.86	13	18.31	23	32.39	28	39.44
ไก่	4	5.63	30	42.25	19	26.76	11	15.49	7	9.86
เป็ด	2	2.82	6	8.45	11	15.49	17	23.94	35	49.30
ปลาน้ำจืด	2	2.82	31	43.66	26	36.62	9	12.68	3	4.23
ปลาทะเล	-	-	12	16.90	23	32.39	32	45.07	4	5.63
ปลาทู	-	-	9	12.68	18	25.35	39	54.93	5	7.04
กุ้งน้ำจืด	-	-	6	8.45	15	21.31	45	63.38	5	7.04
หอยน้ำจืด	-	-	4	5.63	7	9.86	36	50.70	24	33.80
ปูน้ำจืด	-	-	4	5.63	8	11.27	46	64.79	13	18.31
กุ้งทะเล	-	-	2	2.82	12	16.90	47	66.20	10	14.08
หอยทะเล	-	-	3	4.23	8	11.27	38	53.52	22	30.99
ปูทะเล	-	-	3	4.23	10	14.80	42	59.15	16	22.54
กบ	1	1.41	5	7.04	7	9.86	32	45.07	26	36.62
แมลง	-	-	-	-	4	5.63	19	26.76	48	67.61
ไส้กรอก	-	-	12	16.90	19	26.76	30	42.25	10	14.08
แฮม	-	-	12	16.90	22	30.99	27	38.03	10	14.08

จากตาราง 4.18 แสดงให้เห็นว่าอาหารประเภทเนื้อสัตว์ที่กลุ่มประชากรฉันทันสัปดาห์
ละ 3-4 ครั้ง ได้แก่ ปลาน้ำจืด ไก่ หมูเนื้อแดง เนื้อหมูติดมัน และปลาทะเล คิดเป็นร้อยละ 43.66,
42.25, 38.03, 26.76 และ 16.90 ตามลำดับ นอกนั้นฉันทันสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง และนานๆ ครั้ง กลุ่ม
ประชากรส่วนใหญ่ไม่ฉันทันแมลง และเป็ดคิดเป็นร้อยละ 67.61 และ 49.30 ตามลำดับ

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ตาราง 4.19 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามความถี่ของการฉันทัดอาหารประเภทผัก

ชื่อผัก	ความถี่ในการฉันทัด									
	5-7ครั้ง/สัปดาห์		3-4ครั้ง/สัปดาห์		1-2ครั้ง/สัปดาห์		นานๆครั้ง		ไม่ฉันทัด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ถั่วงอก	-	-	16	22.54	20	28.17	27	38.03	8	11.27
ถั้วฝักยาว	1	1.41	19	26.76	26	36.62	22	30.99	3	4.23
หน่อไม้	1	1.41	11	15.49	21	29.58	25	35.21	13	18.31
ผักกาดขาว	1	1.41	25	35.21	28	39.44	16	22.54	1	1.41
ผักกาดดอง	-	-	7	9.86	18	25.35	34	47.89	12	16.90
กะหล่ำปลี	2	2.82	21	29.58	25	35.21	18	25	5	7.04
กะหล่ำดอก	-	-	15	21.31	31	43.66	20	35	5	7.04
ฟักทอง	1	1.41	8	11.27	29	40.87	30	42.25	3	4.23
ฟัก	-	-	10	14.08	23	32.39	30	42.25	8	11.27
แตงกวา	-	-	22	30.99	31	43.66	16	22.54	2	2.82
ผักบุ้ง	1	1.41	27	38.03	29	40.85	13	18.31	1	1.41
คะน้า	-	-	18	25.35	34	47.89	16	22.54	3	4.23
มะเขือยาว	-	-	17	23.94	31	43.66	20	28.17	3	4.23
มะเขือเทศ	1	1.41	25	35.21	29	40.85	12	16.90	4	5.63
มะเขือเปราะ	-	-	18	25.35	26	36.62	20	28.17	7	9.86
มะเขือพวง	-	-	12	16.90	26	36.62	28	39.44	5	7.04
ผักกะเจ็ด	-	-	7	9.86	19	26.76	36	50.70	9	12.68
กระเพรา	1	1.41	18	25.35	29	40.85	21	29.58	2	2.82
โหระพา	1	1.41	16	22.54	27	38.03	21	29.58	6	8.45

จากตาราง 4.19 แสดงให้เห็นว่า อาหารประเภทผักที่กลุ่มประชากรฉันทัดสัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง ได้แก่ ผักบุ้ง ผักกาดขาว มะเขือเทศ แตงกวา และกะหล่ำปลี คิดเป็นร้อยละ 38.03, 35.21, 35.21, 30.99 และ 29.58 ตามลำดับ นอกนั้นฉันทัดสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง และนานๆ ครั้ง

ตาราง 4.20 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามความถี่ของการฉันทัดอาหารประเภทผลไม้

ชื่อผลไม้	ความถี่ในการฉันทัด									
	5-7ครั้ง/สัปดาห์		3-4ครั้ง/สัปดาห์		1-2ครั้ง/สัปดาห์		นานๆครั้ง		ไม่ฉันทัด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
กล้วย	9	12.68	27	38.03	17	23.94	15	21.13	3	4.23
ส้มเขียวหวาน	12	16.90	28	39.44	25	35.21	6	8.45	-	-
ฝรั่ง	4	5.63	21	29.58	32	45.07	12	16.90	2	2.82
แดงโม	3	4.23	18	25.35	28	39.44	21	29.58	1	1.41
มะละกอ	1	1.41	27	38.03	19	26.76	23	32.39	1	1.41
สับประรด	1	1.41	21	29.85	29	40.85	18	25.35	2	2.82
ชมพู	1	1.41	16	22.54	23	32.39	29	40.85	2	2.82
ทุเรียน	-	-	3	4.23	13	18.31	39	54.93	16	22.54
องุ่น	1	1.41	3	4.23	22	30.99	40	56.33	5	7.04
มะม่วง	1	1.41	24	33.80	31	43.66	14	19.72	1	1.41
เงาะ	2	2.82	14	19.72	22	30.99	29	40.85	4	5.63
แอปเปิล	2	2.82	8	11.27	27	38.03	30	42.25	4	5.63
ลำไย	13	18.31	18	25.35	34	47.89	5	7.04	1	1.41
ลิ้นจี่	2	2.82	12	16.90	24	33.80	29	40.85	4	5.63
พุทรา	-	-	10	14.08	20	28.17	36	50.70	5	7.04
มังคุด	1	1.41	8	11.27	25	35.21	33	46.48	4	5.63
ส้มโอ	-	-	11	15.49	25	35.21	31	43.66	4	5.63
มะพร้าว	-	-	14	19.72	16	22.54	37	52.11	4	5.63
ละมุด	-	-	10	14.08	16	22.54	41	57.75	4	5.63

จากตาราง 4.20 แสดงให้เห็นว่าอาหารประเภทผลไม้ที่กลุ่มประชากรฉันทัดสัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง ได้แก่ ส้มเขียวหวาน กล้วย มะละกอ มะม่วง และฝรั่ง คิดเป็นร้อยละ 39.44, 38.03, 38.03, 33.80 และ 29.58 ตามลำดับ นอกนั้นฉันทัดสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง และนานๆครั้ง

ตาราง 4.21 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามความถี่ของการฉันทัดอาหารประเภทธัญพืชและถั่วเมล็ดแห้งต่าง ๆ

ชื่ออาหาร	ความถี่ในการฉันทัด									
	5-7ครั้ง/สัปดาห์		3-4ครั้ง/สัปดาห์		1-2ครั้ง/สัปดาห์		นานๆครั้ง		ไม่ฉันทัด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
กล้วยเตี้ย	2	2.82	25	35.21	20	28.17	19	26.76	5	7.04
ขนมจีน	-	-	15	21.13	21	29.58	29	40.85	6	8.45
ขนมปัง	2	2.82	20	28.17	21	29.58	26	36.62	2	2.82
ข้าว	54	76.06	7	9.86	7	9.86	1	1.41	2	2.82
บะหมี่	2	2.82	14	19.72	23	32.39	23	32.39	9	12.68
ถั่วลิสง	-	-	9	12.68	24	33.80	35	49.30	3	4.23
งา	-	-	2	2.82	19	26.76	40	56.33	10	14.08
ถั่วดำ	-	-	5	7.04	19	26.76	38	53.52	9	12.68
ถั่วแดง	-	-	2	2.82	22	30.99	38	53.52	9	12.68
เมล็ดแดงโม แห้ง	-	-	6	8.45	20	28.17	27	38.03	18	25.35
เมล็ดทานตะวัน แห้ง	-	-	4	5.63	20	28.17	35	49.30	12	16.90

จากตาราง 4.21 แสดงให้เห็นว่าอาหารประเภทธัญพืชและถั่วเมล็ดแห้งที่กลุ่มประชากรส่วนใหญ่ฉันทัดทุกวัน คือ ข้าว คิดเป็นร้อยละ 76.06 ฉันทัดสัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง ได้แก่ กล้วยเตี้ย ขนมปัง ขนมจีน บะหมี่ และถั่วลิสง คิดเป็นร้อยละ 35.21, 28.17, 19.72, 21.13 และ 12.68 ตามลำดับ นอกนั้นฉันทัดสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง และนานๆครั้ง

ตาราง 4.22 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามความถี่ของการฉันทัดอาหารประเภทของหวาน

ชื่ออาหาร	ความถี่ในการฉันทัด									
	5-7ครั้ง/สัปดาห์		3-4ครั้ง/สัปดาห์		1-2ครั้ง/สัปดาห์		นานๆครั้ง		ไม่ฉันทัด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ทองหยอด	-	-	3	4.23	8	11.27	35	49.30	25	35.21
ทองหยิบ	-	-	2	2.82	8	11.27	36	50.70	25	35.21
ฝอยทอง	-	-	2	2.82	8	11.27	36	50.70	25	35.21
ขนมเม็ดขนุน	-	-	1	1.41	7	9.86	46	64.79	16	22.54
ขนมหม้อแกง	-	-	-	-	10	14.08	39	54.93	22	30.99
วุ้นกะทิ	-	-	1	1.41	10	14.08	44	61.97	16	22.54
ข้าวเหนียว	-	-	3	4.23	14	19.72	42	59.15	12	16.90
สังขยา / มะม่วง										
ตะโก้	-	-	2	2.82	5	7.04	29	40.85	35	49.30
ลอดช่องน้ำ	-	-	3	4.23	11	15.49	39	54.93	18	25.35
กะทิ										
ขนมชั้น	-	-	2	2.82	15	21.13	41	57.75	13	18.31
ขนมกล้วย	-	-	6	8.45	8	11.27	43	60.56	14	19.72
ลูกชุบ	-	-	1	1.41	9	12.68	30	42.25	31	43.66
ขนมสอดไส้	-	-	3	4.23	13	18.31	43	60.56	12	16.90
บัวลอย	-	-	4	5.63	8	11.27	41	57.75	18	25.35
สังขยา	-	-	2	2.82	14	19.72	41	57.75	14	19.72
ข้าวโพดคั่ว	-	-	5	7.04	12	16.90	34	47.89	20	28.17
มะพร้าว										
ขนมปุยฝ้าย	-	-	1	1.41	13	18.31	27	38.03	30	42.25
สตื๋	-	-	2	2.82	12	16.90	39	54.93	18	25.35
มันเชื่อม	-	-	7	9.86	7	9.86	38	53.52	19	26.76
ฟักทองเชื่อม	-	-	3	4.23	9	12.68	39	54.93	20	28.17
เผือกเชื่อม	-	-	6	8.45	7	9.68	37	52.11	21	29.58
กล้วยเชื่อม	-	-	5	7.04	10	14.08	40	56.34	16	22.54

ตาราง 4.23 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ความถี่ในการฉันท									
	5-7ครั้ง/สัปดาห์		3-4ครั้ง/สัปดาห์		1-2ครั้ง/สัปดาห์		นานๆครั้ง		ไม่ฉันท	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ผลไม้กระป๋อง	-	-	3	4.23	11	15.49	43	60.56	14	19.72
ลูกกั	-	-	7	9.86	10	14.08	33	46.48	21	29.58
ขนมปังกรอบ	1	1.41	9	12.68	14	19.72	29	40.85	18	25.35
เค้ก	-	-	1	1.41	10	14.08	43	60.56	17	23.94
เค้กกล้วยหอม	-	-	4	5.63	5	7.04	35	49.30	27	38.03
ขนมปังเวเฟอร์	-	-	7	9.86	11	15.49	33	46.48	20	28.17
โดนัท	-	-	3	4.23	13	18.31	35	49.30	20	28.17

จากตาราง 4.32 แสดงให้เห็นว่าอาหารประเภทของหวานที่กลุ่มประชากรฉันทสัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง ได้แก่ ขนมชั้น คิดเป็นร้อยละ 21.13 สังกยา สังกยามะม่วง และขนมปังกรอบ คิดเป็นร้อยละ 19.72 ขนมสอดไส้ และขนมปุยฝ้าย คิดเป็นร้อยละ 18.31 นอกนั้นฉันทสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง และนานๆครั้ง

ตาราง 4.23 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามความถี่ของการฉันทัดอาหารประเภทเครื่องดื่ม

ชื่อเครื่องดื่ม	ความถี่ในการฉันทัด									
	5-7ครั้ง/สัปดาห์		3-4ครั้ง/สัปดาห์		1-2ครั้ง/สัปดาห์		นานๆครั้ง		ไม่ฉันทัด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
โอวัลติน	7	9.86	10	14.08	17	23.94	18	25.35	19	26.76
กาแฟ	19	26.76	7	9.86	14	19.72	14	19.72	17	23.94
น้ำชา	11	15.49	8	11.27	15	21.13	24	33.80	13	18.31
ชาเย็น	3	4.23	6	8.45	15	21.13	35	49.30	12	16.90
ชามะนาว	2	2.82	7	9.86	10	14.08	38	53.52	14	19.72
นมสดจืด	4	5.63	7	9.86	13	18.31	31	43.66	16	22.54
นมสดหวาน	8	11.27	11	15.49	17	23.94	26	36.62	9	12.68
นมเปรี้ยว	3	4.23	23	32.39	20	28.17	19	26.76	6	8.45
นมเย็น	2	2.82	7	9.86	17	23.94	28	39.44	17	23.94
โกโก้	1	1.41	2	2.82	7	9.86	27	38.03	34	47.89
น้ำอัดลม	2	2.82	8	11.27	10	14.08	37	52.11	14	19.72
น้ำหวานเฮลตี้	-	-	5	7.04	12	16.90	27	38.03	27	38.03
บลูบอย										
น้ำเต้าหู้/นมถั่ว	1	1.41	11	15.49	26	36.62	24	33.80	9	12.68
เกลือ										
น้ำผลไม้	3	4.23	14	19.72	26	36.62	23	32.39	5	7.04
น้ำผลไม้	1	1.41	7	9.86	17	23.94	38	53.52	8	11.27
กระป๋อง										

จากตาราง 4.23 แสดงให้เห็นว่าอาหารประเภทเครื่องดื่มที่กลุ่มประชากรฉันทัด 3-4 ครั้ง ได้แก่ นมเปรี้ยว น้ำผลไม้ นมสดหวาน น้ำเต้าหู้/นมถั่วเกลือ และโอวัลติน คิดเป็นร้อยละ 32.39, 19.72, 15.49, 15.49 และ 14.08 ตามลำดับ นอกนั้นฉันทัด 1-2 ครั้ง และนานๆครั้ง

ตาราง 4.24 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามความถี่ของการกินภัตตาหารประเภทไขมัน

ไขมัน	ความถี่ในการกิน									
	5-7ครั้ง/สัปดาห์		3-4ครั้ง/สัปดาห์		1-2ครั้ง/สัปดาห์		นานๆครั้ง		ไม่กิน	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้ำมันหมู	8	11.27	15	21.13	7	9.86	18	25.35	23	32.39
น้ำมัน	-	-	5	7.04	4	5.63	21	29.58	41	57.75
มะพร้าว										
น้ำมันปาล์ม	-	-	8	11.27	6	8.45	27	38.03	30	42.25
น้ำมันพืช	7	9.86	19	26.76	12	16.90	20	28.17	13	18.31
เนย,มาการีน	1	1.41	2	2.82	-	-	14	19.72	54	76.06

จากตาราง 4.24 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่จะไม่บริโภค เนยหรือมาการีน น้ำมันมะพร้าว น้ำมันปาล์ม และน้ำมันหมู คิดเป็นร้อยละ 76.06, 57.75, 42.25 และ 32.39 ตามลำดับ

ตาราง 4.25 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มประชากรจำแนกตามความถี่ของการรับประทานอาหารประเภทสารปรุงรส

เครื่องปรุงรส	ความถี่ในการกิน									
	5-7ครั้ง/สัปดาห์		3-4ครั้ง/สัปดาห์		1-2ครั้ง/สัปดาห์		นานๆครั้ง		ไม่กิน	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้ำส้มสายชู	-	-	8	11.27	13	18.31	26	36.62	24	33.80
น้ำปลา	40	56.34	13	18.31	8	11.27	7	9.86	3	4.23
พริกป่น	15	21.31	21	29.58	20	28.17	10	14.08	5	7.04
เกลือป่น	25	35.21	17	23.94	13	18.31	10	14.08	6	8.45
พริกไทยป่น	7	9.86	18	25.35	24	33.80	15	21.13	7	9.86
ผงชูรส	20	28.17	16	22.54	13	18.31	11	15.49	11	15.49
ซีอิ๊ว	14	19.72	7	9.86	24	33.80	16	22.54	10	14.08
ซอสปรุงรส	23	32.39	13	18.31	15	21.13	14	19.72	6	8.45

จากตาราง 4.35 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรใช้สารปรุงรสอาหารประเภทน้ำปลา เกลือป่น ซอสปรุงรส ผงชูรส และพริกป่น โดยกินสัปดาห์ละ 5-7 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 56.34, 35.21, 32.39, 28.17 และ 21.31 ตามลำดับ

4.4 ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร

ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร วิเคราะห์โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบคอนติจเจนซี (The Contingency Coefficient หรือ C) และแปลความหมายตามเกณฑ์ของโรเบิร์ต บี เบอร์น (1998 : P.198) จากการศึกษาพบว่า มีเพียง 3 รายการเท่านั้นที่มีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง คือ ภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารประเภทเนื้อหมูติดมัน หมูเนื้อแดง และส้มเขียวหวาน นอกนั้นมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำจนถึงต่ำมาก ดังแสดงในตารางต่อไปนี้

4.4.1 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหาร ด้านแบบแผนการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร

ตาราง 4.26 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N=71) จำแนกตามแหล่งที่มาของอาหาร และการฉันทัดอาหาร

ข้อมูล	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
แหล่งที่มาของอาหาร								
การบิณฑบาต	1	1.41	13	18.31	8	11.27	.267	ต่ำ
ญาติโยมศรัทธามาถวาย	-	-	15	21.13	24	33.80		
ทำอาหารฉันทัดเอง	-	-	4	5.64	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ลักษณะการฉันทัดอาหาร								
ฉันทัดเพียงลำพังรูปเดียว	1	1.41	7	9.86	6	8.45	.245	ต่ำ
ฉันทัดร่วมกับผู้อื่น	-	-	25	35.21	32	45.07		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.26 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับแหล่งที่มาของอาหาร ลักษณะการฉันทัดอาหาร มีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ

ตาราง 4.27 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N=71) จำแนกตามการฉันทัดอาหารเช้าและการฉันทัดอาหารเพล

ข้อมูล	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
การฉันทัดอาหารเช้า								
ฉันททุกวัน	-	-	15	21.13	11	15.49		
ฉันทเป็นบางวัน	1	1.41	14	19.72	21	29.58	.218	ต่ำ
ไม่ฉันท	-	-	3	4.23	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
การฉันทัดอาหารเพล								
ฉันททุกวัน	1	1.41	30	42.25	34	47.89	.084	ต่ำมาก
ฉันทเป็นบางวัน	-	-	2	2.82	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.27 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับการฉันทัดอาหารเช้ามีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ และภาวะโภชนาการกับการฉันทัดอาหารเพลมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำมาก

ตาราง 4.28 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N = 71) จำแนกตามการฉันทัดอาหารว่าง (น้ำปานะ) และปริมาณน้ำที่ดื่ม

การฉันทัดอาหารว่าง	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
มือเช้า								
ฉันททุกวัน	-	-	2	2.82	7	9.86		
ฉันทเป็นบางวัน	1	1.41	13	18.31	22	30.99	.321	ต่ำ
ไม่ฉันท	-	-	17	23.94	9	12.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
หลังมือเพล(น้ำปานะ)								
ฉันททุกวัน	-	-	7	9.86	9	12.68		
ฉันทเป็นบางวัน	1	1.41	18	25.35	24	33.80	.149	ต่ำมาก
ไม่ฉันท	-	-	7	9.86	5	7.04		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
มือเย็น(น้ำปานะ)								
ฉันททุกวัน	-	-	11	15.49	11	15.49		
ฉันทเป็นบางวัน	1	1.41	15	21.13	20	28.17	.132	ต่ำมาก
ไม่ฉันท	-	-	6	8.45	7	9.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ปริมาณน้ำที่ดื่มต่อวัน								
ไม่ดื่ม	-	-	1	1.41	1	1.41		
1-2 แก้ว	-	-	1	1.41	3	4.23		
3-4 แก้ว	-	-	7	9.86	5	7.04		
5-6 แก้ว	-	-	7	9.86	14	19.72	.261	ต่ำ
7-8 แก้ว	1	1.41	9	12.86	9	12.68		
มากกว่า 8 แก้ว	-	-	7	9.86	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.28 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับการฉันทัดอาหารว่างมือเช้าและปริมาณน้ำเปล่าที่ดื่มต่อวันมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ ส่วนภาวะโภชนาการกับอาหารว่างหลังมือเพล และอาหารว่างมือเย็นมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำมาก

ตาราง 4.29 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N = 71) จำแนกตามการได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับอาหารที่เหมาะสม แหล่งความรู้ และความพอใจในอาหารที่ฉันทัดเป็นประจำ

ข้อมูล	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย		
	ผอม		ปกติ		อ้วน					
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ				
การได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับ										
อาหารที่เหมาะสม										
ไม่เคย	-	-	8	11.27	13	18.31	.125	ต่ำมาก		
เคย	1	1.41	24	33.80	25	35.21				
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52				
แหล่งข้อมูล										
จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข/ แพทย์/พยาบาล/เจ้าหน้าที่										
อนามัย	-	-	10	14.08	9	12.76	.198	ต่ำมาก		
จากบุคคลในครอบครัว/ เพื่อน/ผู้ร่วมงาน										
จากสื่อต่างๆ / วิทยู / โทรทัศน์	1	1.41	12	16.90	13	18.31				
จากตัวแทนจำหน่ายอาหาร										
เสริม	-	-	-	-	1	1.41				
รวม	1	1.41	24	33.80	25	35.21				
ความพอใจในอาหาร										
พอใจ	-	-	28	39.44	34	47.89	.354	ต่ำ		
ไม่พอใจ	1	1.41	4	5.63	4	5.63				
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52				

จากตาราง 4.29 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับการได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับอาหารที่เหมาะสม และแหล่งข้อมูลมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำมาก ส่วนภาวะโภชนาการกับความพอใจในอาหารที่ฉันทัดมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ

ตาราง 4.30 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N=71) จำแนกตามพฤติกรรมด้านสุขนิสัยในการฉันทัดอาหาร

พฤติกรรม	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
1. ฉันทัดอาหารตรงเวลทั้งหมด								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	1	1.41	1	1.41		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	14	19.72	22	30.99	.178	ต่ำมาก
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	17	23.94	15	21.13		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
2. ฉันทัดอาหารก่อนฉันทัดอาหาร								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	-	-	2	2.82		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	9	12.68	6	8.45	.289	ต่ำ
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	23	32.39	30	42.25		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
3. เลือกฉันทัดอาหารตามความชอบ								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	4	5.63	2	2.82		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	20	28.17	25	35.21	.155	ต่ำมาก
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	8	11.27	11	15.49		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
4. เลือกฉันทัดอาหารโดยพิจารณาถึงคุณค่าของอาหาร								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	8	11.27	8	11.27		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	13	18.31	19	26.76	.156	ต่ำมาก
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	11	15.49	11	15.49		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตารางที่ 4.30 (ต่อ)

พฤติกรรม	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
5. ดัชนีภาวะโภชนาการอย่างเร่งรีบ								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	4	5.63	5	7.04		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	26	36.62	29	40.85	.099	ต่ำมาก
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	2	2.82	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
6. พุดกยูระหว่างการฉันทนาการ								
ภัตตาหาร								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	3	4.23	7	9.86		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	27	38.03	26	36.62	.193	ต่ำมาก
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	2	2.82	5	7.04		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
7. ใช้ช้อนกลางตักอาหาร								
เมื่อฉันทร่วมกับผู้อื่น								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	2	2.82	2	2.82		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	10	14.08	10	14.08	.191	ต่ำมาก
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	20	28.17	26	36.62		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
8. ดัชนีภาวะโภชนาการในปริมาณที่พอเหมาะไม่มากหรือน้อยเกินไป								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	-	-	2	2.82		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	11	15.49	18	25.35	.253	ต่ำ
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	21	29.58	18	25.35		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.30 (ต่อ)

พฤติกรรม	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
9. ฉันทอาหารรสจัด เช่น								
เผ็ดจัด เค็มจัด								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	9	12.68	8	11.27		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	18	25.35	23	32.39	.129	ต่ำมาก
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	5	7.04	7	9.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
10. ฉันทอาหารประเภทสุกๆ								
ดิบๆ เช่น แหนม ลาบตู้								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	6	8.45	5	7.04		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	24	33.80	28	39.44	.146	ต่ำมาก
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	2	2.82	5	7.04		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
11. ระหว่างการฉันท								
ภัตตาหารมักจะดื่มน้ำสลับ								
กับการฉันทภัตตาหาร								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	18	25.35	12	16.90		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	9	12.68	19	26.76	.281	ต่ำ
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	5	7.04	7	9.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
12. เวลาฉันทภัตตาหารมักจะ								
เคี้ยวเสียงดัง								
ไม่เคยปฏิบัติ	1	1.41	24	33.80	30	42.25		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	-	-	7	9.86	7	9.86	.079	ต่ำมาก
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	1	1.41	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.30 (ต่อ)

พฤติกรรม	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
13. หลีกเลี่ยงการฉันทัดอาหารจวบจนไม่เป็นเวลา								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	9	12.68	9	12.68		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	11	15.49	22	30.98	.271	ต่ำ
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	12	16.90	7	9.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
14. บ้วนปาก หรือแปรงฟันหลังจากฉันทัดอาหารเสร็จ								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	2	2.82	-	-		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	13	18.31	14	19.72	.240	ต่ำ
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	17	23.94	24	33.80		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
15. นั่งพักหลังจากฉันทัดอาหารเสร็จใหม่ๆ								
ไม่เคยปฏิบัติ	-	-	1	1.41	-	-		
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	1.41	15	21.13	20	28.17	.178	ต่ำมาก
ปฏิบัติเป็นประจำ	-	-	16	22.54	18	25.35		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.30 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมด้านสุขนิสัยในการฉันทัดอาหารมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำจนถึงต่ำมาก

4.4.2 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากรด้านความถี่ในการฉันทัดอาหาร

ตาราง 4.31 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N=71) จำแนกตามความถี่ในการฉันทัดอาหารประเภทเนื้อสัตว์

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
เนื้อหมูติดมัน								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	2	2.82	.455	ปานกลาง
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	15	21.13		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	21	29.58	13	18.31		
นานๆ ครั้ง	-	-	2	2.82	5	7.04		
ไม่ฉันทัด	1	01.41	3	4.22	3	4.22		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	58.52		
หมูเนื้อแดง								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	-	-	.428	ปานกลาง
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	8	11.27	9	12.68		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	15	21.13	12	16.90		
นานๆ ครั้ง	-	-	2	2.82	7	9.86		
ไม่ฉันทัด	-	-	3	4.22	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	58.52		
กุนเชียง								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41	.296	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	-	-		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	5	7.04	10	14.08		
นานๆ ครั้ง	-	-	16	22.54	18	25.35		
ไม่ฉันทัด	-	-	10	14.08	9	12.68		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	58.52		

ตาราง 4.31 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความ หมาย
	พอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
เนื้อวัวติดมัน								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	5	7.04	.320	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	4	5.63	4	5.63		
นานๆ ครั้ง	-	-	12	16.90	15	21.13		
ไม่กิน	-	-	14	19.72	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
เนื้อวัวไม่ติดมัน								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	5	7.04	.272	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	5	7.04	7	9.86		
นานๆ ครั้ง	-	-	11	15.49	12	16.90		
ไม่กิน	-	-	14	19.72	14	19.72		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ไก่								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	1	1.41	.341	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	11	15.49	19	26.76		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	8	11.27	10	14.08		
นานๆ ครั้ง	-	-	8	11.27	3	4.22		
ไม่กิน	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
เป็ด								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	-	-	.306	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	3	4.22		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	8	11.27		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	7	9.86	9	12.68		
ไม่กิน	-	-	17	23.94	18	25.35		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.31 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ปลาน้ำจืด								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	11	15.49	20	28.17		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	14	19.72	12	16.90	.345	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	4	5.63	4	5.63		
ไม่ฉัน	-	-	2	2.82	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ปลาทะเล								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	5	7.04		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	7	9.86	15	21.13	.342	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	14	19.72	18	25.35		
ไม่ฉัน	-	-	4	5.63	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ปลาหมึก								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	4	5.63		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	12	16.90	.250	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.94	21	29.58		
ไม่ฉัน	1	1.41	17	23.94	21	29.58		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
กุ้งน้ำจืด								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	8	11.27		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	20	28.17	24	33.80	.138	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	20	28.17	24	33.80		
ไม่ฉัน	-	-	3	4.22	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.31 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความ หมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
หอยน้ำจืด								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	4	5.63	.260	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	4	5.63		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	16	22.54	19	26.76		
ไม่ฉัน	-	-	13	18.31	11	15.49		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ปูน้ำจืด								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	4	5.63	.266	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	4	5.63		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	20	28.17	25	35.21		
ไม่ฉัน	-	-	8	11.27	5	7.04		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
กุ้งทะเล								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	2	2.82	.206	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	7	9.86		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	21	29.58	25	35.21		
ไม่ฉัน	-	-	6	8.45	4	5.60		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
หอยทะเล								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	3	4.22	.334	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	3	4.22		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	13	18.31	24	33.81		
ไม่ฉัน	-	-	14	19.72	8	11.27		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.31 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ปูทะเล								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	3	4.22	.310	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	5	7.04		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	16	22.54	25	35.21		
ไม่กิน	-	-	11	15.49	5	7.04		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
กบ								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41	.303	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	5	7.04		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	4	5.63		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	15	21.13	16	22.54		
ไม่กิน	-	-	14	19.72	12	16.90		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
แมลง								
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	2	2.82	.237	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	6	8.45	12	16.90		
ไม่กิน	-	-	24	33.80	24	33.80		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ไส้กรอก								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	8	11.27	.177	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	10	14.08		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	14	19.72	15	21.13		
ไม่กิน	-	-	5	7.04	5	7.04		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.31 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความ หมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
แหนม								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	10	14.08		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	12	16.90	10	14.08		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	10	14.08	16	22.54	.378	ต่ำ
ไม่กิน	-	-	8	11.27	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.31 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทเนื้อหมูติดมัน และหมูเนื้อแดง มีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง นอกนั้นมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำจนถึงต่ำมาก

ตาราง 4.32 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N=71) จำแนกตามความถี่ในการฉันทัดอาหารประเภทผัก

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ถั่วงอก								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	9	12.68	6	8.45	.269	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	11	15.49		
นานๆ ครั้ง	-	-	10	14.08	17	23.94		
ไม่ฉันทัด	-	-	4	5.63	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ถั้วฝักยาว								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41	.214	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	10	14.08		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	13	18.31	12	16.90		
นานๆ ครั้ง	-	-	9	12.68	13	18.31		
ไม่ฉันทัด	-	-	1	1.41	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
หน่อไม้								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41	.233	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	7	9.86		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	9	12.68	11	15.49		
นานๆ ครั้ง	-	-	12	16.90	13	18.31		
ไม่ฉันทัด	-	-	7	9.86	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ผักกาดขาว								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41	.232	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	13	18.31	12	18.90		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	11	15.49	16	22.54		
นานๆ ครั้ง	-	-	8	11.27	8	11.27		
ไม่ฉันทัด	-	-	-	-	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.32 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ผักกาดดอง								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	4	5.63	.298	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	5	7.04	12	16.90		
นานๆ ครั้ง	-	-	16	22.54	18	25.35		
ไม่ฉันท	-	-	8	11.27	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
กะหล่ำปลี								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41	.223	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	12	16.90		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	9	12.68	15	21.13		
นานๆ ครั้ง	-	-	10	14.08	8	11.27		
ไม่ฉันท	-	-	3	4.23	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
กะหล่ำดอก								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	8	11.27	.157	ต่ำมาก
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	13	18.31	17	23.94		
นานๆ ครั้ง	-	-	9	12.68	11	15.49		
ไม่ฉันท	-	-	3	4.23	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ฟักทอง								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41	.276	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	3	4.23		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	16	22.54	13	18.31		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	10	14.08	19	26.76		
ไม่ฉันท	-	-	1	1.41	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.32 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ผัก								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	4	5.63	.232	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	13	18.31	10	14.08		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	13	18.31	16	22.54		
ไม่กิน	-	-	2	2.82	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
แตงกวา								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	8	11.27	14	19.72	.250	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	15	21.13	15	21.13		
นานๆ ครั้ง	-	-	7	9.86	9	12.68		
ไม่กิน	-	-	2	2.82	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ผักบุง								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	-	-	.266	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	12	16.90	15	21.13		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	15	21.13	13	18.31		
นานๆ ครั้ง	-	-	4	5.63	9	12.68		
ไม่กิน	-	-	-	-	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
คะน้า								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	8	11.27	10	14.08	.261	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	15	21.13	18	25.35		
นานๆ ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	10	14.08		
ไม่กิน	-	-	3	4.22	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.32 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความ หมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
มะเขือยาว								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	10	14.08	7	9.86	.265	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	14	19.72	16	22.54		
นานๆ ครั้ง	-	-	8	11.27	12	16.90		
ไม่กิน	-	-	-	-	3	4.22		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
มะเขือเทศ								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41	.213	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	12	16.90	13	18.31		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	1.41	14	19.72	14	19.72		
นานๆ ครั้ง	-	-	5	7.04	7	9.86		
ไม่กิน	-	-	1	1.41	3	4.22		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
มะเขือเปาะ								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	9	12.68	.187	ต่ำมาก
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	11	15.49	14	19.72		
นานๆ ครั้ง	-	-	8	11.27	12	16.90		
ไม่กิน	-	-	4	5.63	3	4.23		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
มะเขือพวง								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	8	11.27	.204	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	14	19.72	12	16.90		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	12	16.90	15	21.13		
ไม่กิน	-	-	2	2.82	3	4.22		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.32 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความ หมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ผักกะเจด								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	4	5.63	.219	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	13	18.31		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	19	26.76	16	22.54		
ไม่กิน	-	-	4	5.63	5	7.04		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
กระเพรา								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41	.281	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	12	16.90		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	14	19.72	14	19.72		
นานๆ ครั้ง	-	-	10	14.08	11	15.49		
ไม่กิน	-	-	2	2.82	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
โหระพา								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41	.213	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	10	14.08		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	12	16.90	14	19.72		
นานๆ ครั้ง	-	-	11	15.49	10	14.08		
ไม่กิน	-	-	3	4.23	3	4.22		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.32 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการกิน
ภัตตาหารประเภทผักมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำจนถึงต่ำมาก

ตาราง 4.33 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N=71) จำแนกตามความถี่ในการฉันทัดอาหารประเภทผลไม้

ชื่อผลไม้	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
กล้วย								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	8	11.27		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	15	21.13	12	16.90		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	6	8.45	10	14.08	.390	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	7	9.86	8	11.27		
ไม่ฉันทัด	-	-	3	4.22	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ส้มเขียวหวาน								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	10	14.08		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	15	21.13	13	18.31		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	14	19.72	11	15.49	.450	ปานกลาง
นานๆ ครั้ง	1	1.41	1	1.41	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ฝรั่ง								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	3	4.23		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	11	15.49	10	14.08		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	12	16.90	20	28.17	.323	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	7	9.86	4	5.63		
ไม่ฉันทัด	-	-	1	1.41	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ทุเรียน								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	1	1.41		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	9	12.68		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	19	26.76	19	26.76	.197	ต่ำ
ไม่ฉันทัด	-	-	7	9.86	9	12.68		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.33 (ต่อ)

ชื่อผลไม้	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	พอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
แตงโม								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	2	2.82		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	12	16.90	6	8.45		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	10	14.08	18	25.35	.326	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	8	11.27	12	16.90		
ไม่กิน	-	-	1	1.41	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
มะละกอ								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	-	-		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	13	18.31	14	19.72		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	12	16.90	.261	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	10	14.08	12	16.90		
ไม่กิน	-	-	1	1.41	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
สับปะรด								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	11	15.49	10	14.08		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	13	18.31	16	22.54	.241	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	7	9.86	10	14.08		
ไม่กิน	-	-	1	1.41	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ชมพู่								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	7	9.86		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	16	22.54	.316	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	14	19.72	14	19.72		
ไม่กิน	-	-	2	2.82	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.33 (ต่อ)

ชื่อผลไม้	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
องุ่น								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	-	-		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	3	4.23		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	8	11.27	13	18.31	.304	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	20	28.17	20	28.17		
ไม่กิน	-	-	3	4.22	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
มะม่วง								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	-	-		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	8	11.27	16	22.54		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	16	22.54	14	19.72	.278	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	6	8.45	8	11.27		
ไม่กิน	-	-	1	1.41	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
เงาะ								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	9	12.68		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	11	15.49	11	15.49	.176	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	13	18.31	15	21.13		
ไม่กิน	-	-	2	2.82	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
แอปเปิ้ล								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	6	8.45		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	12	16.90	15	21.13	.239	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	14	19.72	15	21.13		

ตาราง 4.33 (ต่อ)

ชื่อผลไม้	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ลำไย								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	9	12.68	.286	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	11	15.49		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.94	16	22.54		
ไม่กิน	-	-	4	5.63	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ลิ้นจี่								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41	.231	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.23	9	12.68		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	12	16.90	12	16.90		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	14	19.72	14	19.72		
ไม่กิน	-	-	2	2.82	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
พุทรา								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.23	7	9.86	.321	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	11	15.49		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	15	21.13	20	28.17		
ไม่กิน	-	-	5	7.04	-	-		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
มังคุด								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	-	-	.236	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	4	5.63		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	11	15.49	14	19.72		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	13	18.31	19	26.76		
ไม่กิน	-	-	3	4.23	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.33 (ต่อ)

ชื่อผลไม้	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ส้มโอ								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	6	8.45	.228	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	16	22.54		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	15	21.13	15	21.13		
ไม่กิน	-	-	3	4.23	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
มะพร้าว								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	9	12.68	.200	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	7	9.86		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.94	19	26.76		
ไม่กิน	-	-	1	1.41	3	4.23		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ละมุด								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	8	11.27	.237	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	9	12.68		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	21	29.58	19	26.76		
ไม่กิน	-	-	2	2.82	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.33 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการกิน ส้มเขียวหวานมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง นอกนั้นมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ จนถึงต่ำมาก

ตาราง 4.34 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N=71) จำแนกตามความถี่ในการฉันทัดอาหารประเภทพืชและผลิตภัณฑ์

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
กล้วยเดี่ยว								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	11	15.49	14	19.72		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	10	14.08	9	12.68	.231	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	7	9.86	12	16.90		
ไม่ฉันทัด	-	-	3	4.23	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ขนมจีน								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	9	12.68		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	12	16.90	.195	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	15	21.13	13	18.31		
ไม่ฉันทัด	-	-	2	2.82	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ขนมปัง								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	11	15.49	9	12.68		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	8	11.27	12	16.90	.218	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	11	15.49	15	21.13		
ไม่ฉันทัด	-	-	1	1.41	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ข้าว								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	25	35.21	28	39.44		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	3	4.22		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	5	7.04	.185	ต่ำมาก
นานๆ ครั้ง	-	-	-	-	1	1.41		

ตาราง 4.34 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	พอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
บะหมี่								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	10	14.08	4	5.63		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	7	9.86	15	21.13	.324	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	9	12.68	14	19.92		
ไม่กิน	-	-	5	7.04	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ถั่วลิสง								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	5	7.04		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	11	15.49	12	16.90	.191	ต่ำมาก
นานๆ ครั้ง	-	-	15	21.13	20	28.17		
ไม่กิน	-	-	2	2.82	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
งา								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	10	14.08		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.94	22	30.99	.116	ต่ำมาก
ไม่กิน	-	-	5	7.04	5	7.04		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ถั่วดำ								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	4	5.63		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	8	11.27	11	15.49		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	18	25.35	19	26.76	.195	ต่ำมาก
ไม่กิน	-	-	5	7.04	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.34 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความ หมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ถั่วแดง								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41	.172	ต่ำมาก
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	8	11.27	14	19.72		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	18	25.35	19	26.76		
ไม่กิน	-	-	5	7.04	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
เมล็ดแตงโมแห้ง								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	4	5.63	.203	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	11	15.49		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	14	19.72	12	16.90		
ไม่กิน	-	-	7	9.86	11	15.49		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
เมล็ดทานตะวันแห้ง								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	2	2.82	.179	ต่ำมาก
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	13	18.31		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.94	17	23.94		
ไม่กิน	-	-	6	8.45	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.34 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทธัญพืชและถั่วเมล็ดแห้งต่างๆ มีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำจนถึงต่ำมาก

ตาราง 4.35 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N =71) จำแนกตามความถี่ในการฉันทัดอาหารประเภทอาหารหวาน

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ทองหยอด								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	1	1.41	.195	ต่ำมาก
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	3	4.22		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	14	19.70	20	28.17		
ไม่ฉันทัด	-	-	11	15.49	14	19.72		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ทองหยิบ								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41	.168	ต่ำมาก
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	3	4.22		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	15	21.13	20	28.17		
ไม่ฉันทัด	-	-	11	15.49	14	19.72		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ฝอยทอง								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	2	2.82	.271	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	2	2.82		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	15	21.13	20	28.17		
ไม่ฉันทัด	-	-	11	15.49	14	19.72		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ขนมเม็ดขนุน								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41	.202	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	5	7.04		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	21	29.58	25	35.21		
ไม่ฉันทัด	-	-	9	12.68	7	9.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.35 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ขนมหม้อแกง								
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	5	7.04		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.94	21	29.58	.113	ต่ำมาก
ไม่ฉัน	-	-	10	14.08	12	16.90		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
วุ้นกะทิ								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	6	8.45	.187	ต่ำมาก
นานๆ ครั้ง	1	1.41	22	30.99	21	29.58		
ไม่ฉัน	-	-	6	8.45	10	14.08		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ขนมเหี่ยวสังขยา/ขนมเหี่ยวมะม่วง								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	3	4.22		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	9	12.68	5	7.04	.265	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	18	25.35	23	32.39		
ไม่ฉัน	-	-	5	7.04	7	9.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ตะโก้								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	3	4.22	.146	ต่ำมาก
นานๆ ครั้ง	1	1.41	13	18.31	15	21.13		
ไม่ฉัน	-	-	16	22.54	19	26.76		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.35 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ลดช่องน้ำกะทิ								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	3	4.22		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	7	9.86		
นานๆ ครั้ง	-	1.41	21	29.58	17	23.94	.268	ต่ำ
ไม่ฉัน	-	-	7	9.86	11	15.49		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ขมขื่น								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	8	11.27		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	20	28.17	20	28.17	.175	ต่ำมาก
ไม่ฉัน	-	-	4	5.63	9	12.68		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ขมกลัวย								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	4	5.63		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	4	5.63		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	19	26.76	23	32.39	.189	ต่ำมาก
ไม่ฉัน	-	-	7	9.86	7	9.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ถูกขุบ								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	7	9.86		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	14	19.72	15	21.13	.251	ต่ำ
ไม่ฉัน	-	-	16	22	54	21.13		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.35 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ขนมสอได้								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	2	2.82	.242	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	10	14.08		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	22	30.99	20	28.17		
ไม่ฉัน	-	-	6	8.45	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
บัวลอย								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	3	4.23	.164	ต่ำมาก
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	5	7.04		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	20	28.17	20	28.17		
ไม่ฉัน	-	-	8	11.27	10	14.08		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
สังขยา								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	2	2.82	.214	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	7	9.86		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	20	28.17	20	28.17		
ไม่ฉัน	-	-	5	7.03	9	12.68		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ข้าวโพดคั่วกะพร้าว								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	3	4.22	.227	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	9	12.69		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.95	16	22.54		
ไม่ฉัน	-	-	10	14.08	10	14.08		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.35 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความ หมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ขนมปุยฝ้าย								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	-	-	.277	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	15	21.13	11	15.49		
นานๆ ครั้ง	-	-	12	16.90	18	25.35		
ไม่กิน	-	-	12	16.90	18	25.35		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
สตาลี								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41	.178	ต่ำมาก
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	17	23.95	21	29.57		
นานๆ ครั้ง	-	-	10	14.08	8	11.27		
ไม่กิน	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
มันเชื่อม								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	5	7.04	.170	ต่ำมาก
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	3	4.22		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.95	20	28.17		
ไม่กิน	-	-	9	12.67	10	14.08		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ฟักทองเชื่อม								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	1	1.41	.234	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	7	9.86		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.94	21	29.58		
ไม่กิน	-	-	11	15.49	9	12.68		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.35 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความ หมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
เผือกเชื่อม								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	2	2.82	.262	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	6	8.45		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	16	22.52	20	28.17		
ไม่กิน	-	-	11	15.49	10	14.08		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
กล้วยเชื่อม								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	2	2.82	.181	ต่ำมาก
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	6	8.54		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	16	22.54	23	32.39		
ไม่กิน	-	-	9	12.68	7	9.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ผลไม้กระป๋อง								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	1	1.41	.253	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	8	11.27		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	18	25.35	24	33.80		
ไม่กิน	-	-	9	12.68	5	7.04		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ลูกก๊าก								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	4	5.63	.251	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	7	9.86		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	13	18.31	19	26.76		
ไม่กิน	-	-	13	18.31	8	11.27		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.35 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ขนมปังกรอบ								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	5	7.04		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	8	11.27	.246	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	11	15.49	17	23.94		
ไม่กิน	-	-	11	15.49	7	9.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
เค้ก								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.23	7	9.86	.276	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.94	25	35.21		
ไม่กิน	-	-	11	15.49	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
เค้กกล้วยหอม								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	2	2.82		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	4	5.63	.214	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	17	23.94	17	23.94		
ไม่กิน	-	-	13	18.31	14	19.72		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ขนมปัง เวเฟอร์ต่างๆ								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	3	4.23		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	9	12.68	.264	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	16	22.54	16	22.54		
ไม่กิน	-	-	10	14.08	10	14.08		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.35 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
โดนัท								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	-	-	.320	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	10	14.08		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	15	21.13	19	26.76		
ไม่กิน	-	-	11	15.49	9	12.68		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.35 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทอาหารหวานมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำจนถึงต่ำมาก

ตาราง 4.36 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N=71) จำแนกตามความถี่ในการฉันทัดอาหารประเภทเครื่องดื่ม

ชื่อเครื่องดื่ม	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
โอวัลติน								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	3	4.23		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	7	9.86		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	10	14.08	.246	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	9	12.68	9	12.68		
ไม่ฉันทัด	1	1.41	9	12.68	9	12.68		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
กาแฟ								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	8	11.27	11	15.49		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	5	7.04		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	7	9.86	6	8.45	.285	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	8	11.27	6	8.45		
ไม่ฉันทัด	-	-	7	9.86	10	14.08		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
น้ำชา								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	3	4.22		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	6	8.45		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	7	9.86	7	9.86	.325	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	14	19.72	10	14.08		
ไม่ฉันทัด	-	-	6	8.45	7	9.86		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.36 (ต่อ)

ชื่อเครื่องต้ม	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ชายैन								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	2	2.82		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	5	7.04		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	5	7.04	9	12.68	.315	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	18	25.35	17	23.94		
ไม่กิน	-	-	7	9.86	5	7.04		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ชามะนาว								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	4	5.63		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	8	11.27	.244	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	18	25.35	19	26.76		
ไม่กิน	-	-	8	11.27	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
นมสดจืด								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.22	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	3	4.22		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	7	9.86	.217	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	12	16.90	18	25.35		
ไม่กิน	-	-	7	9.86	9	12.68		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
นมสดหวาน								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	4	5.63		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	4	5.63		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	7	9.86	9	12.68	.288	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	9	12.68	17	23.94		
ไม่กิน	-	-	5	7.04	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.36 (ต่อ)

ชื่อเครื่องดื่ม	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	พอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
นมเปรี้ยว								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	2	2.82		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	13	18.31	10	14.08		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	8	11.27	11	15.49	.247	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	7	9.86	12	16.90		
ไม่ดื่มน	-	-	3	4.23	3	4.23		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
นมเย็น								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	2	2.82		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	2	2.82		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	8	11.27	9	12.68	.286	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	10	14.08	17	23.94		
ไม่ดื่มน	-	-	9	12.68	8	11.27		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
น้ำหวานเฮลบลูบอยล์								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	4	5.63		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	7	9.86	.289	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	16	22.54	10	14.08		
ไม่ดื่มน	-	-	10	14.08	17	23.94		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
น้ำเต้าน้ำ/นมถั่วเหลือง								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	5	7.04		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	11	15.49	14	19.72	.217	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	10	14.08	14	19.72		
ไม่ดื่มน	-	-	5	7.04	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.36 (ต่อ)

ชื่อเครื่องดื่ม	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
น้ำผลไม้								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	7	9.86		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	10	14.08	15	21.13	.207	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	10	14.08	13	18.31		
ไม่ถื่น	-	-	3	4.23	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
น้ำผลไม้กระป๋อง								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	2	2.82		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	11	15.49	.326	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	14	19.72	23	32.39		
ไม่ถื่น	-	-	6	8.45	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.36 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทเครื่องดื่มมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำจนถึงต่ำมาก

ตาราง 4.37 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทาอาหารของกลุ่มประชากร (N=71) จำแนกตามความถี่ในการฉันทาอาหารประเภทไขมัน

ไขมัน	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
น้ำมันหมู								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	3	4.23	5	7.04		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	10	14.08		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	3	4.23	.270	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	11	15.49	7	9.86		
ไม่ฉันทา	1	1.41	9	12.68	13	18.31		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
น้ำมันมะพร้าว								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	3	4.23		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	3	4.23	.212	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	10	14.08	10	14.08		
ไม่ฉันทา	-	-	19	26.76	22	30.99		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
น้ำมันปาล์ม								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	-	-		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	3	4.23		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	2	2.82	.248	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	12	16.90	14	19.72		
ไม่ฉันทา	-	-	11	15.49	19	26.76		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.37 (ต่อ)

ไขมัน	ภาวะโภชนาการ						C	ความ หมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
น้ำมันพืช								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	5	7.04		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	12	16.90		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	6	8.45	.337	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	13	18.31	6	8.45		
ไม่กิน	-	-	4	5.63	9	12.68		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
เนย / มาการีน								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	-	-	1	1.41		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	1	1.41	1	1.41	.323	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	9	12.68	4	5.63		
ไม่กิน	-	-	22	30.99	32	45.07		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.37 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทไขมันมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ

ตาราง 4.38 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการฉันทัดอาหารของกลุ่มประชากร (N =7 1) จำแนกตามความถี่ในการฉันทัดอาหารประเภทเครื่องปรุงรส

เครื่องปรุงรส	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
น้ำส้มสายชู								
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	6	8.45	.246	ต่ำ
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	7	9.86		
นานๆ ครั้ง	-	-	11	15.49	15	21.13		
ไม่ฉันทัด	1	1.41	13	18.31	10	14.08		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
น้ำปลา								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	18	25.34	22	30.99	.362	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	8	11.27		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	5	7.04	3	4.23		
นานๆ ครั้ง	1	1.41	5	7.04	3	4.23		
ไม่ฉันทัด	-	-	1	1.41	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
พริกป่น								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	8	11.27	.296	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	14	19.72		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	10	14.08	9	12.68		
นานๆ ครั้ง	-	-	4	5.63	6	8.45		
ไม่ฉันทัด	-	-	4	5.63	1	1.41		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
เกลือป่น								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	10	14.08	15	21.13	.312	ต่ำ
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	8	11.27	9	12.68		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	7	9.86	5	7.04		
นานๆ ครั้ง	-	-	3	4.22	7	9.86		
ไม่ฉันทัด	-	-	4	5.63	2	2.82		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.38 (ต่อ)

เครื่องปรุงรส	ภาวะโภชนาการ						C	ความ หมาย
	ผอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
พริกไทยป่น								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	5	7.04		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	12	16.90		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	15	21.13	9	12.68	.328	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	6	8.45	8	11.27		
ไม่ถนัด	-	-	3	4.23	4	5.63		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ผงชูรส								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	13	18.31	7	9.86		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	7	9.86	9	12.68		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1	1.41	3	4.22	9	12.68	.350	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	-	-	4	5.63	7	9.86		
ไม่ถนัด	-	-	5	7.04	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		
ซีอิ๊ว								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	4	5.63	10	14.08		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	2	2.82	5	7.04		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	15	21.13	9	12.68	.334	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	7	9.86	8	11.27		
ไม่ถนัด	-	-	4	5.63	6	8.45		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

ตาราง 4.38 (ต่อ)

เครื่องปรุงรส	ภาวะโภชนาการ						C	ความหมาย
	คอม		ปกติ		อ้วน			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ซอสปรุงรส								
5-7 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	10	14.08	13	18.31		
3-4 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	6	8.45	7	9.86		
1-2 ครั้ง/สัปดาห์	-	-	8	11.27	7	9.86	.253	ต่ำ
นานๆ ครั้ง	1	1.41	5	7.04	8	11.27		
ไม่กิน	-	-	3	4.23	3	4.22		
รวม	1	1.41	32	45.07	38	53.52		

จากตาราง 4.38 พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการรับประทานอาหารประเภทเครื่องปรุงรรมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ