

ผลการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการสำหรับคนไทย  
ต่อนักหัวและเส้นรอบเอว



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved  
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
กุมภาพันธ์ 2555

ผลการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการ สำหรับคนไทย  
ต่อน้าหนักตัวและเส้นรอบเอว



การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา  
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กุมภาพันธ์ 2555

ผลการปฏิบัติตามโกชนบัญญัติ 9 ประการ สำหรับคนไทย  
ต่อนักนักตัวและเส้นรอบเอว

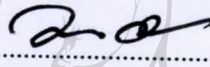
ลัทธิ พหุศาสตร์

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

  
.....  
รองศาสตราจารย์ อุเทน ปัญโญ

  
.....  
อาจารย์ ดร. นทัต อัสภากรณ์

  
.....  
กรรมการ  
อาจารย์ ดร. นทัต อัสภากรณ์

  
.....  
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม  
รองศาสตราจารย์ ประหยัด สายวิเชียร

  
.....  
กรรมการ  
รองศาสตราจารย์ ประหยัด สายวิเชียร

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

17 กุมภาพันธ์ 2555

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้ ประสบความสำเร็จได้ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลือของอาจารย์ ดร.นพิต อัสภาภรณ์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลักการค้นคว้าแบบอิสระซึ่งให้ความรู้ คำแนะนำ และคำปรึกษา รวมทั้งรองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร อาจารย์ที่ปรึกษาร่วมที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ และตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ตั้งแต่เริ่มต้นจนกระทั่งงานสำเร็จ ผู้เขียนขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์อุเทน ปัญโญ ประธานกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระที่ได้ให้คำแนะนำในการวิเคราะห์ข้อมูล แก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ตลอดจนแนะนำแนวทางอันเป็นคุณประโยชน์ต่อการศึกษาครั้งนี้ ผู้เขียนขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ของสาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษาทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้

ขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา รวมทั้ง พี่ๆ น้องๆ สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษาทุกคน ที่ได้ให้กำลังใจให้คำปรึกษา ให้ความช่วยเหลือทุกๆ ด้านตลอดระยะเวลาการศึกษา รวมทั้งอีกหลายท่านที่ไม่ได้เอ่ยนามมาด้วย ที่คอยให้กำลังใจด้วยดีตลอดมา จนทำให้การค้นคว้าแบบอิสระนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ลักขณา พรหมสร

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved