

การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด
และภาวะสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

มิถุนายน 2555

การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด

และภาวะสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ

ศรียพรธรรม ตันเจริญ

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง

ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

บัณฑิตวิทยาลัย

All rights reserved

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

มิถุนายน 2555

การบริหารโภชนาการ การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด
และภาวะสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ


ศรีพรรณ ตันเจริญ

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา


คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

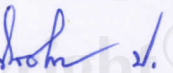
คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ


.....ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์กรรณิการ์ พงษ์สนธิ


.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
อาจารย์ ดร.ศักดา พริงถำกู


.....กรรมการ
อาจารย์ ดร.ศักดา พริงถำกู


.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
อาจารย์ ดร.จินตวีร์พร เป้นแก้ว


.....กรรมการ
อาจารย์ ดร.จินตวีร์พร เป้นแก้ว

3 มิถุนายน 2555

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระนี้สำเร็จได้ด้วยดีเป็นผลจากความกรุณาและความช่วยเหลือจากคณาจารย์หลายท่าน ผู้ศึกษาขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ดร.ศักดา พริงลำภู อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก การค้นคว้าแบบอิสระและกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ ข้อคิดเห็น ตลอดจนตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ซึ่งส่งผลให้การค้นคว้าแบบอิสระนี้สำเร็จสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ดร.จันทวีร์พร แป้นแก้ว อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบความตรงเนื้อหาของเครื่องมือและกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ รองศาสตราจารย์ วรรณิการ์ พงษ์สนิท ประธานกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระและผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบความตรงเนื้อหาของเครื่องมือ ที่กรุณาตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆรวมทั้งให้ความรู้ คำปรึกษา และแนะนำ ช่วยให้การค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้สำเร็จด้วยความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์อุเทน บุญโญ ผู้ทรงคุณวุฒิที่กรุณาสละเวลา ในการตรวจสอบความตรงเนื้อหาของเครื่องมือ รวมทั้งให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงเครื่องมือให้มีประสิทธิภาพ

ขอขอบพระคุณพยาบาลวิชาชีพแผนกฉุกเฉินและแผนกผู้ป่วยนอก ตลอดจนเจ้าหน้าที่ฝ่ายประสานงานในการเก็บข้อมูล โรงพยาบาลนครพิงค์ ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือในการศึกษาครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิประสาทวิชาความรู้ในระหว่างการเรียนและให้คำแนะนำในด้านต่างๆเสมอมา ขอขอบคุณพี่ๆเพื่อนๆน้องๆในสาขาโภชนศาสตร์ศึกษา ที่ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจในการศึกษาครั้งนี้

ท้ายที่สุดขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา ทุกท่านในครอบครัว ที่ให้ความรักความห่วงใย เป็นกำลังใจและให้ความช่วยเหลือในทุกๆด้านมาโดยตลอด ทำให้การศึกษานี้สำเร็จลุล่วงไป

ด้วยดี