

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ	การรับประทานอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4	
ผู้เขียน	นางสาวศลิษา มงคลวรวรรณ	
ปริญญา	วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (โภชนศาสตร์ศึกษา)	
คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ	รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร	ประธานกรรมการ
	รองศาสตราจารย์เทียมศร ทองสวัสดิ์	กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับประทานอาหาร ภาวะโภชนาการและเปรียบเทียบการรับประทานอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่มีภาวะโภชนาการต่างกัน ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 128 คน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนสารภีพิทยาคม อำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม ซึ่งมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.84 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ภาวะโภชนาการประเมินผลโดยใช้โปรแกรมระบบประเมินภาวะโภชนาการ (รปภ.) และระบบสารสนเทศทางภูมิศาสตร์ ใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุและน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง

ผลการศึกษาพบว่า ประชากรส่วนใหญ่รับประทานอาหารหลักครบ 3 มื้อ ซึ่งอาหารมื้อหลักคือ ข้าวและกับข้าว มารดาเป็นผู้จัดหาอาหารให้ อาหารมีทั้งที่ครอบครัวปรุงเองและซื้อ ส่วนอาหารกลางวันซื้อที่โรงเรียน ประชากรชอบอาหารที่ปรุงด้วยการทอดและอาหารรสเปรี้ยว ดื่มน้ำเปล่าวันละ 3 – 4 แก้ว รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ๆ ให้ความสำคัญในการรับประทานอาหารเรื่องของความสะอาด รสชาติและราคา การรับประทานอาหารหมู่ที่ 2, 3, 4, 5 และการดื่มน้ำผลไม้ อยู่ในระดับ ดี ส่วนการรับประทานอาหารหมู่ที่ 1 และอาหารว่าง อยู่ในระดับ พอใช้ ประชากรส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์

เมื่อเปรียบเทียบการรับประทานอาหารของประชากรที่มีภาวะโภชนาการต่างกัน พบว่า ภาวะโภชนาการโดยใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ประชากรมีการรับประทานอาหารโดยรวมอยู่ในระดับ ดี โดยมีเพียงเพศชายที่มีภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์เท่านั้นที่มีการรับประทานอาหารโดยรวมอยู่ในระดับ พอใช้ ส่วนภาวะโภชนาการโดยใช้ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ ประชากรมีการรับประทานอาหารโดยรวมอยู่ในระดับ ดี มีเพียงเพศหญิงที่มีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ที่มีการรับประทานอาหารโดยรวมอยู่ในระดับ พอใช้ ภาวะโภชนาการโดยใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ประชากรมีการรับประทานอาหาร

โดยรวมอยู่ในระดับ ดี มีเพียงเพศชายที่มีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์และเกินเกณฑ์เท่านั้นที่มี
การรับประทานอาหารโดยรวมอยู่ในระดับ พอใช้



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Independent Study Title	Food Consumption and Nutritional Status of Matthayomsuksa 4 Students	
Author	Miss Salisa Mongkonworawan	
Degree	Master of Science (Nutrition Education)	
Independent Study Advisory Committee		
	Assoc. Prof. Prayad Saiwichian	Chairperson
	Assoc. Prof. Tiamsorn Tongswas	Member

ABSTRACT

The objectives of this study were to study food consumption, nutritional status and comparison between food consumption and nutritional status of Matthayomsuksa 4 students. The population consisted of 128 students from Matthayomsuksa 4 (grade 10), Saraphee Pitayakom School, Saraphee District, Chiang Mai Province, second semester of academic year 2006. The data were collected by questionnaires with reliability 0.84. The statistics used for data analyzed were percentage, mean and standard deviation. The nutritional status were evaluated by using Nutritional Assessment System (NAS) and Geographic Information System Program, cutoff points based on weight for age, height for age and weight for height.

The study revealed that most of the population had 3 main meals a day. Main meals were plain rice with food which mothers provided. Most of food were cooked by family and bought the ready - to - eat food. For lunch, they bought at school. The population preferred deep - fry foods and had sour taste, drank 3 – 4 glasses of water a day and ate newly cooked foods. They played more attention whenever they want to eat food from cleanness, taste and price respectively. From five food groups, they consumed second, third, fourth and fifth food groups and beverages were at good level, while they consumed of first group and snack were at moderate level. Most of them had normal nutritional status.

When compare between overall food consumption and nutritional status based on weight for age, showed that the population consumed at good level, except male with over nutritional status were at moderate level. For nutritional status based on height for age, the population consumed at good level, except female with under nutritional status were at moderate level. For nutritional status based

on weight for height, the population consumed at good level, except male with under and over nutritional status were at moderate level.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved