

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ การบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของผู้สูงอายุ

ผู้เขียน

นางสาวอุบลวรรณ ปันทะ

ปริญญา

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (โภชนาการศาสตร์ศึกษา)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

อาจารย์ ดร. ศักดา พริงลำภู

ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ ภู่วิภาดาบรรณ กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของผู้สูงอายุ ชุมชนสันนาลุง ตำบลวัดเกต อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ประชากรที่ศึกษาเป็นผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิงทุกคนที่ไม่มีโรคประจำตัวจำนวน 52 คน (เพศชาย 18 คน และเพศหญิง 34) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ เครื่องชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พาย

ผลการศึกษาด้านการบริโภคอาหารพบว่า ประชากรส่วนใหญ่มีผู้รับผิดชอบในการซื้ออาหารและปรุงอาหารคือ บุตรหลาน และญาติ ร้อยละ 73.07 เท่ากัน การจัดเตรียมอาหารเหมือนกับคนอื่นร้อยละ 98.07 ล้างมือก่อนบริโภคอาหารร้อยละ 94.23 บริโภคอาหารทั่วไป ร้อยละ 80.76 บริโภคอาหารหลัก 3 มื้อร้อยละ 51.92 บริโภคอาหารว่างร้อยละ 86.53 บริโภคมื้อเช้าร้อยละ 63.46 บริโภคอาหารรสชาติดกกล่อมและไม่มีความเผ็ดหรือรสเค็ม ร้อยละ 57.69 เท่ากัน มีความพึงพอใจในอาหารที่บริโภค ร้อยละ 98.07 และส่วนใหญ่มีการบริโภคอาหารประเภทข้าว และผลิตภัณฑ์ที่ทำจากแป้ง เนื้อสัตว์ ไข่ และถั่วต่างๆ นม และผลิตภัณฑ์ที่ทำจากนม อยู่ในระดับเหมาะสม ในส่วนของ ผัก ผลไม้ ไขมัน น้ำตาล และเกลือ อยู่ในระดับที่ไม่เหมาะสม ส่วนการประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้ ค่าดัชนีมวลกายพบว่า ประชากรมีภาวะโภชนาการมาตรฐาน เกินมาตรฐาน ต่ำกว่ามาตรฐาน คิดเป็นร้อยละ 55.80, 42.30 และ 1.90 ตามลำดับ และพบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างการบริโภคในบางประเด็นของประชากรกับภาวะโภชนาการ

Independent Study Title Food Consumption and Nutritional Status of the Elderly

Author Miss Aubonwan Phantha

Degree Master of Science (Nutrition Education)

Independent Study Advisory Committee

Lect. Dr. Sakda Pruenglampoo

Chairperson

Assoc. Prof. Dr. Somsak Phuvipadawat

Member

ABSTRACT

The purposes of this study were to evaluate the food consumption and nutritional status of the elderly. The population at Sannaloeng Community, Wat Gate Sub-district, Mueng District, Chiang Mai Province. The study population was 52 elderly persons both males and females without underlying disease (18 males and 34 females). The data were recorded by using interview forms, weight and height instruments. All of data were analyzed using frequency, percentages, mean, standard deviation and Phi coefficient.

The results, regarding food consumption, showed that most population (73.07%) had their sons, grandsons and relatives who were responsible for buying and cooking foods. They had the process for preparing foods the same as the other members (98.07%). They washed their hands before eating (94.23%). They had normal food consumption (80.76%). They had three meals a day (51.92%). Most of them had snack (86.53%) and they had breakfast (63.46%). They preferred moderate taste foods and did not have foods for abstaining or avoiding (57.69%). They satisfied in foods which they ate (98.07%). Most population consumed food items such as rice and products from starch, meat, egg and various bean, milk and milk products at the optimal level whereas they consumed vegetables, fruits, fat, sugar, and salt at the unsuitable level. Their nutritional status were assessed by Body Mass index. The percentages of normal nutritional status, over nutritional status and under nutritional status were 55.80%, 42.30% and 1.90% respectively. There were significant relationship between food consumption in some issues of population and their nutritional status.