

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ

บ้านช่างเคียน อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ชื่อผู้เขียน

นางสาวนงลักษณ์ สิงห์แก้ว

วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต

สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พัชรภรณ์ อารีย์

ประธานกรรมการ

อาจารย์ ดร.ศักดา พริ้งลำภู

กรรมการ

อาจารย์ ดร.ศิริรัตน์ ปานอุทัย

กรรมการ

บทคัดย่อ

การค้นคว้าแบบอิสระนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุบ้านช่างเคียน อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 53 คน เพศชาย 20 คน เพศหญิง 33 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสัมภาษณ์ ประกอบด้วยข้อมูลทั่วไปของกลุ่มผู้สูงอายุ ข้อมูลด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความถี่ในการบริโภคอาหารซึ่งผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหาโดยวิธีทำซ้ำ (test-retest) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.9 นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย หาค่าความสัมพันธ์ระดับภาวะโภชนาการ และระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ใช้ไคสแควร์ (Chi-Square)

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีภาวะโภชนาการปกติ ร้อยละ 52.8 ภาวะขาดสารอาหาร ร้อยละ 13.2 และภาวะโภชนาการเกิน ร้อยละ 34.0 ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมดังนี้คือ กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทผักและผลไม้ เครื่องดื่มและไขมัน เหมาะสม พฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์ ธัญพืชและผลิตภัณฑ์ ควรปรับปรุง และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทเครื่องปรุงรส นมและผลิตภัณฑ์ น้ำตาลและขนมหวาน ไม่เหมาะสม และเมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระดับภาวะโภชนาการ และระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากผลการศึกษาสามารถเป็นแนวทางในการให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ และนำไปพัฒนางานด้านโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อนำไปสู่การส่งเสริม ป้องกัน และแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการของผู้สูงอายุ

Independent Study Title	Nutritional Status and Food Consumption Behavior of the Elderly at Changkean Village Muang District Chiang Mai Province	
Author	Miss Nongluck Singkaew	
M.S.	Nutrition Education	
Examining Committee	Asst. Prof. Dr. Patcharaporn Aree	Chairman
	Lect. Dr. Sakda Pruenglumpoo	Member
	Lect. Dr. Sirirat Panuthai	Member

ABSTRACT

The objective of this independent study was study the nutritional status and food consumption behavior of the elderly at Chandkean Village, Muang District, Chiang Mai Province. The studied group was composed of 53 elderly people, 20 males and 33 females. The instruments used were interview questionnaires on general information, food consumption behavior and nutritional status assessment. Using the test-retest method the reliability of food consumption behavior was 0.9 and analyzed using frequency, percentage and mean. Chi-square was used to analyse the association between the levels of nutritional status and the levels of food consumption behavior.

The results of this study showed 52.8% of the studied group had a normal nutritional status; 13.2% a poor nutritional status and 34.0% over nutritional status. They generally consumed and appropriate amount of vegetables and fruit, beverage and fat properly but their meat and meat product consumption was inappropriate as was their consumption of carbohydrate type food, cereal and cereal – type products. Also their consumption of seasoning, milk & milk product, sugar & sweet desserts was not appropriate. There was no significance difference between their nutritional status and food consumption (0.05).

The findings from this study could be useful for providing information on nutrition for the elderly; improving nutrition for the elderly and preventing & solving nutritional problems in the elderly.