

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กุลยา ตันติผลลาชีวะ. การพยาบาลผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญกิจ, 2524.
- เกริกศักดิ์ บุญญานพวงษ์, สุรีย์ บุญญานพวงษ์ และ สมศักดิ์ ฉันทะ. ชีวิตคนชราในจังหวัด เชียงใหม่. ใน รายงานการประชุมวิชาการประชากรศาสตร์แห่งชาติ 2534, หน้า 450- 477. 21 - 22 พฤศจิกายน 2534.
- เกษม ตันติผลลาชีวะ และกุลยา ตันติผลลาชีวะ. การรักษาสุขภาพในวัยสูงอายุ. กรุงเทพฯ : อรุณการพิมพ์, 2528.
- ขวัญใจ ตันติวัฒน์เสถียร. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตาม การรายงานของผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล ภาควิชาคณะกรรมาธิการบริหาร หลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.
- คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, สำนักงาน. การคาดประมาณประชากร ของประเทศไทย 2533 - 2563. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการ เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2538.
- จรัสวรรณ เทียนประภาส และพัชรี ตันศิริ บรรณาธิการ. การพยาบาลผู้สูงอายุ. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, 2536.
- จันทนา เชื้อนาค. อาหารเพื่อการมีสุขภาพที่ดี ชะลอความแก่ และเพื่อการมีชีวิตรยืนนาน. วชิรสาร. 39 (พฤษภาคม 2538) : 97 - 100.
- จันทนา รณฤทธิวิชัย. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสูงอายุ. ใน จรัสวรรณ เทียนประภาส และ พชรี ตันศิริ (บรรณาธิการ), การพยาบาลผู้สูงอายุ, หน้า 35-62. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, 2536.
- จิราพร จักรไพวงศ์. ปัจจัยที่มีผลต่อความตระหนักเกี่ยวกับปัญหาในการบริโภคอาหารที่มีวัตถุ เจือปน และเครื่องปรุงรสของแม่บ้านในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.
- จรี เลาะห์วีระพานิช. โภชนาการในผู้สูงอายุ. รามอินทรีพยาบาลสาร. 2 (กันยายน - ธันวาคม 2539) : 90 - 95.

- เจก ธนะศิริ. ทำอย่างไรจึงจะปราศจากโรคและลดความชรา. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : แปลนพับลิชชิง จำกัด, 2536.
- ชูศักดิ์ เวชแพศย์. การปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุเพื่อให้อายุยืน. กรุงเทพฯ : ศุภนิชการพิมพ์, 2532.
- ชูศักดิ์ เวชแพศย์. สรีระวิทยาของผู้สูงอายุ. พิมพ์ครั้งที่ 2 . กรุงเทพฯ : ศุภนิชการพิมพ์. 2538.
- ดวงฉัตร มีพงษ์. ปัจจัยที่มีผลต่อการยอมรับอาหารของคนชราในสถานสงเคราะห์คนชรา ภาคกลาง. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2536.
- ดวงพร รัตนอมรชัย. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยลักษณะส่วนบุคคล การรับรู้ภาวะสุขภาพและการรับรู้การควบคุมสุขภาพกับวิถีชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดอ่างทอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2535.
- ดุษฎี สุทธปรียาศรี. โภชนศาสตร์คลินิก. กรุงเทพฯ : โครงการตำราวิทยาศาสตร์อุตสาหกรรม, 2532.
- ดุษฎี สุทธปรียาศรี และ ญัตติ สีมะสิงห์. พิษภัยในอาหารและสุขภาพของผู้บริโภค. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ศรีอนันต์, 2523.
- ดุษฎี สุทธปรียาศรี. ชนิดของสื่อการศึกษาที่มีผลต่อการเปลี่ยนพฤติกรรมทางโภชนาการของสตรีกลุ่มเป้าหมายในชุมชนแออัดของกรุงเทพมหานคร, รายงานการวิจัย. 2527.
- ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาติ. การปนเปื้อนของอาหาร: การประเมินความเสี่ยง อันตราย และการป้องกัน. ใน อารี วัลยะเสวี, ประภาศรี ภูเสถียร และ ไพศรี ศิริจักรวาล (บรรณาธิการ), อาหารและโภชนาการเพื่อสุขภาพ, หน้า 31-48. กรุงเทพมหานคร: ที. พี. พรินท์ จำกัด, 2536.
- ทวีทอง หงษ์วิวัฒน์. บริโภคนิสัย: แนวคิดและแนวการวิจัยทางสังคมศาสตร์เพื่อควบคุมโรคพยาธิใบไม้ในตับ. ในโรคพยาธิใบไม้ในตับ: บริโภคนิสัยกับแนวคิดและการแก้ไขทางสังคมศาสตร์และสุขภาพ, มหาวิทยาลัยมหิดล, 2528.
- ทัศนีย์ นะแสง. การตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล. ใน วิจัยทางการพยาบาล: หลักการและกระบวนการ, หน้า 212-241. พิมพ์ครั้งที่ 2. สงขลา: โรงพิมพ์อัลลายเพชร, 2535.

- นภัส ศิริสัมพันธ์. พฤติกรรมการบริโภคของประชากรในเขตเทศบาลเมืองชลบุรี. ใน รายงานการประชุมเชิงปฏิบัติการเรื่องพฤติกรรมการกินของคนไทย. 17 - 19 ธันวาคม 2527. สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นภาพร ขยอวรรณ, และมาลินี วงษ์สิทธิ์. ประชากรผู้สูงอายุและปัญหาสุขภาพ. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการทางด้านประสาทวิทยาศาสตร์ครั้งที่ 1 เรื่องสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ : ทิศทางใหม่ของการวิจัยและการจัดการเพื่อการส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุ. 12-14 มกราคม 2532. จัดโดยศูนย์ชีววิทยาาระบบประสาทและพฤติกรรม สถาบันวิจัยและพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยมหิดล ณ โรงแรมรอยัลริเวอร์.
- นริศรา ลีลามานิตย์. ความรู้และการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยของชาวบ้านสันป่าตอง ตำบลบ้านกาด กิ่งอำเภอแม่อาง จังหวัดเชียงใหม่: ความรู้และการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพอนามัยตนเองของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต คณะสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2534.
- นิตยา ตั้งชูรัตน์. การกิน การย่อย การดูดซึมและการขับถ่าย. ใน เอกสารการสอนชุดวิชาโภชนาการกับชีวิตมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ 10. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2536.
- บรรลุ ศิริพานิช. บริการสุขภาพจิตผู้สูงอายุ. รายงานการประชุมวิชาการทางสุขภาพจิต ครั้งที่ 26. (ม.ป.ท.) 2526.
- บรรลุ ศิริพานิช. และคณะ. พฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุไทยที่อายุยืนยาวและแข็งแรง, รายงานการวิจัย. 2531.
- ประคอง กรรณสุด. สถิติเพื่อการวิจัยในพฤติกรรมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538.
- ประนอม โอทกานนท์ และจิราพร เกศพิชญวัฒนา. ความต้องการพยาบาลของผู้สูงอายุในชมรมและสถานสงเคราะห์ผู้สูงอายุ, รายงานการวิจัย. 2537.
- ประไพศรี ศิริจักรวาล และประภาศรี ภูวเสถียร. โภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ. วารสารพยาบาล. 39 (ตุลาคม - ธันวาคม 2533) : 296 - 306.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. การวัดสถานะทางสุขภาพ: การสร้างมาตราส่วนประมาณค่าและแบบสอบถาม. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ภาพพิมพ์, 2537.
- ประสพ รัตนากร. สุขภาพจิตผู้สูงอายุ : การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ, กรมการแพทย์กระทรวงสาธารณสุข, 2526.

- พรธิดา สุวรรณรัตน์. ความรู้และการปฏิบัติในการบริโภคผักและผลไม้ของแม่บ้านในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาสิ่งแวดล้อมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2539.
- พิชญากรณ์ มุลศิลป์ และคณะ. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ. รายงานการวิจัย. สมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทย, 2536.
- เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย, ศิริพร ชัมภลชิต และ ทศนีย์ นะแส. วิจัยทางการพยาบาล : หลักการและกระบวนการ. พิมพ์ครั้งที่ 2. สงขลา : โรงพิมพ์อัลลายดีเพรส, 2535.
- มณี อากานันท์กุล. โยอาหารและสุขภาพ. งามาธิบดีพยาบาลสาร 1 (กันยายน - ธันวาคม 2538) :76 - 81.
- มนต์ภรณ์ วงษ์หนองหว้า. ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพกับภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2537.
- มลลีย์ ชูเนตร. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับแบบแผนการดำเนินชีวิต และภาวะโภชนาการในผู้สูงอายุ อำเภอตระการพืชผล จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิทยาการระบาด บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2538.
- มาลี ภัทรสุพรรณาคาร. การบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมืองนครสวรรค์ จังหวัดนครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2536.
- ยุวดี ฤาชา และคณะ. วิจัยทางการพยาบาล. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : สยามศิลป์การพิมพ์, 2537.
- วรรณารุ้งวงษ์ชา. การศึกษาบริโภคนิสัยและภาวะโภชนาการในผู้สูงอายุที่มีและไม่มีภาวะซึมเศร้า. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาเอกโภชนาการ ภาควิชาการพยาบาล คณะสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2539.
- วรรณวิมล เบญจกุล. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การสนับสนุนทางสังคมกับแบบแผนชีวิตของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2535.
- วลัย อินทร์มพรรย์. โภชนาการสำหรับคนวัยต่าง ๆ. พิมพ์ครั้งที่ 2 . กรุงเทพฯ : แสงทวีการพิมพ์, 2530.

- วลัย อินทร์มพรรย์. อาหารของบุคคลในภาวะเปลี่ยนแปลง. ใน เอกสารการสอนชุดวิชา โภชนาการกับชีวิตมนุษย์. พิมพ์ครั้งที่ 10. นนทบุรี : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2536.
- วลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์. บริโภคนิสัยกับโรคพยาธิใบไม้ในตับ. ใน โรคพยาธิใบไม้ในตับ : บริโภคนิสัยกับแนวคิดและการแก้ไขทางสังคมศาสตร์และสุขภาพ. มหาวิทยาลัยมหิดล, 2528.
- วลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์. การประเมินภาวะโภชนาการทางมานุษยวิทยาและสังคมวิทยา. ใน เอกสารการสอนชุดวิชาโภชนศาสตร์สาธารณสุข, หน้า 201-276. พิมพ์ครั้งที่ 10. นนทบุรี : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2532.
- วดีนา จันทรศิริ. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการกินอาหาร. ใน เอกสารการสอนชุดวิชาโภชนาการ ศึกษาเพื่อชุมชน, พิมพ์ครั้งที่ 5. นนทบุรี : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2532.
- วันดี แยมจันทร์ฉาย. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้สมรรถนะของตนเอง การรับรู้ภาวะสุขภาพ กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2538.
- วิชัย ต้นไพจิตร. โภชนาการผู้สูงอายุ. โภชนศาสตร์คลินิก. (2531 : 2) : 1 - 5.
- วิชัย ต้นไพจิตร. รัตนา พากเพียรกิจวัฒนา และปรีชา ลีพหกุล. ความผิดปกติของระดับไขมัน ในเลือดของคนไทยในเขตเมือง โภชนศาสตร์คลินิก (2538 : 4) : 105 - 111.
- วิมล คำสวัสดิ์. และ งามทรัพย์ เทศะบำรุง. พฤติกรรมการบริโภคอาหารและยาของประชาชน ในเขตกรุงเทพมหานคร : ศึกษาเฉพาะกรณีประชาชนในชุมชนที่มีการดำเนินงาน สาธารณสุขมูลฐาน, รายงานการวิจัย. กองส่งเสริมสาธารณสุข สำนักอนามัย, 2537.
- วิไลวรรณ ทองเจริญ. การเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและสรีรวิทยาในผู้สูงอายุ. ใน จรัสวรรณ เทียนประภาส และ พัชรี ดันศิริ (บรรณาธิการ), การพยาบาลผู้สูงอายุ, หน้า 62- 84. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, 2536.
- วินัส ดันติบูล. โภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ. ใน จรัสวรรณ เทียนประภาส และ พัชรี ดันศิริ (บรรณาธิการ), การพยาบาลผู้สูงอายุ, หน้า 417 - 452. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ รุ่งเรืองธรรม, 2536.

- ศุภวรินทร์ หันกิตติกุล. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ จังหวัดลำปาง.  
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย  
มหิดล, 2539.
- สถิติแห่งชาติ, สำนักงาน. แผนที่แสดง เขต แขวง และข้อมูลพื้นฐานของกรุงเทพมหานคร.  
กรุงเทพฯ : ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, 2533.
- สถิติแห่งชาติ, สำนักงาน. รายงานการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2537.  
กรุงเทพมหานคร: 2537.
- สนอง อุณากุล. อาหารและโภชนาการ. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : ศูนย์นิสิตนักศึกษาแพทย์  
แห่งประเทศไทย, 2537.
- สรรเสริญ ทรัพย์โตศก. โภชนาการเชิงชีวเคมี. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,  
2531.
- สาคร ธนมิตร, ประไพศรี ศิริจักรวาล และ ประภาศรี ภูวเสถียร. ก้าวไปกับโภชนาการเพื่อ  
สุขภาพ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สื่ออักษร, 2534.
- สาธารณสุข, กระทรวง. การดูแลตนเองด้านโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ. พิมพ์ครั้งที่ 1.  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2538.
- สาธารณสุข, กระทรวง. ตารางแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทย. พิมพ์ครั้งที่ 1.  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2535.
- สาธารณสุข, กระทรวง. ตารางแสดงคุณค่าอาหารไทยต่อส่วนที่กินได้ 100 กรัม.  
กรุงเทพมหานคร: กองโภชนาการ กรมอนามัย, 2530.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. ภาวะทุพพลภาพ: ปัญหาของผู้สูงอายุ. วารสารจุฬาลงกรณ์เวชสาร.  
38 (กุมภาพันธ์ 2537). 67-75.
- สุทธิลักษณ์ สมิตะศิริ และคณะ. การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกินของผู้หญิงทำงาน  
ในมหานครกรุงเทพ: กรณีศึกษาย่านถนนสีลมและรัฐวิสาหกิจ. รายงานการวิจัย.  
2537.
- สุนตรา นิมานันท์. ภาวะโภชนาการและปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ  
นักเรียนในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ คณะศึกษาศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย  
เชียงใหม่, 2537.

- สมนา ชมพู่ทวีป, ปิยะลัมพร พุ่มสุวรรณ และ ศรีจิตรา นูนาค ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ จากคลินิกผู้สูงอายุ. ใน รายงานการประชุมวิชาการประชากรศาสตร์แห่งชาติ 2534. หน้า 450- 477. 21-22 พฤศจิกายน 2534.
- สุวัฒนา สุวรรณเขตนิยม. สัมพันธ์สหสัมพันธ์แบบของเพียร์สัน. เอกสารประกอบการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ เรื่องการออกแบบการวิจัยและเทคนิคทางสถิติที่เกี่ยวข้อง. ครั้งที่ 3. 27 มีนาคม - 2 เมษายน 2536. (อัดสำเนา)
- สุวิมล ตันตศุภศิริ. โภชนาการของคนวัยชรา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาโภชนวิทยา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.
- อนามัย, กรม. ข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันและแนวทางการบริโภคอาหาร สำหรับคนไทย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2532.
- อมรรัตน์ เจริญชัย และคณะ . ความต้องการของผู้สูงอายุ, รายงานการวิจัย. วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2529.

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### ภาษาอังกฤษ

- Anderson, S. F., and Williams, B. Practical management of the elderly. 4 th ed. Oxford: Blackwell Scientific, 1983.
- Abdussalam, M.; Foster, C.; and Kaferstein, F. Food-related behavior. In D. Hamberg, and N. Sartorius(eds.), Health behavior : Selected perspectives, pp. 45-64. Cambridge: Cambridge University Press, 1989.
- Balsam, A., Roe, D.M., and Botterm, C. Food habits and nutritional knowledge of Protuguese participants in an elderly nutrition program. Journal of Nutrition for the Elderly. 12(1: 1992) : 33-42.
- Barthel. Standardised assessment scales for elderly people. The royal collage of physicians of London and British Geriatrics Society, (June 1992): 8
- Booth, D. A., and Weststrate, J. A. Eating behavior : theoritical concepts. In M. S. Westerterp Plantenga, E. W. S. M. Elisabeth.; and A.B. Stephens(eds.), Food intake and energy expenditure, pp. 32-34. Florida : CRC Press, 1994.
- Burnside, I. M. Nursing and the Aged. New York: McGraw - Hill, 1988.
- Carnevali, D. L., and Patric, M. Nursing Management for the elderly. 3 rd ed. Philadelphia: J. B. Lippincott company, 1993.
- Cockerham, W. C., Sharp, K., and Wilcox, J. A. Aging and perceived health status. Journal of Gerontology. 38 (1983): 349-355.
- Duffy, M. E. Determinants of health promotion lifestyles in older person. Image: Journal of Nursing Scholarship. 25 (Spring 1993): 23-28.
- Ebert, N. J. Nutrition in the Aged and the Nursing Process. In A. G. Yurick.; B. E. Spier.; S. S. Robb.; and M. J. Ebert. The aged person and the nursing process. 3 rd ed. California : Appleton & Lange, 1989.
- Ebersole, P., and Hess, P. Toward healthy aging. St. Louis : The C. V. Mosby Company, 1990.
- Eliopoulos, C. Gerontological Nursing. 3 rd ed. Philadelphia : J. B. Lippincott, 1993.
- Ferraro, K. F. Self-rating of health among the old and the old-old. Journal of health and Social Behavior. 21(December 1980): 377-383.



- Green, L. W., Kreuter, M. W., Deeds, S. G., and Partridge, K. B. Health education planning : a diagnostic approach. California: Mayfield, 1980.
- Gwendolyn, W. P. Oral Health and Nutrition. Primary Care. 21( March 1994 ): 121-133.
- Ham, R. J., and Sloane, P. D. Primary care geriatrics : A case-based approach. St. Louis : Mosby Year Book, 1992.
- Harman, D. Geriatric nutrition. In Quick reference to clinical nutrition, edited by L. H. Seymour. Philadelphia : J. B. Lippincott, 1979.
- Heckheimer, E. F. Health promotion of the community. Philadelphia : W. D. Saunders Company, 1987.
- Hogstel, M. O. Clinical manual of gerontological nursing. St. Louis : Mosby Year Book, 1992.
- Hogstel, M. O. Nursing care of the older adult. 3 rd ed. New York : Delmar, 1994.
- Jackle, M. J. Life satisfaction and kidney dialysis." Nursing Forum. 13(April 1974): 360-370.
- Kupka, S. L., and Mitchell, M. E. Positive effect of a nutrition instruction model on the dietary behavior of a selected group of elderly. Journal of Nutrition for the Elderly. 12(February 1992) : 29-53.
- Linn, B. S., and Linn, M. W. Objective and self - assessed health in the old and very old. Social Science and Medicine. 14A(1980): 311-315.
- Maddox, G. I., and Douglass, E. B. Self-assessment of health: A longitudinal study of elderly subject. Journal of Health and Social Behavior. 14(March 1973): 87-93.
- McDowell, I., and Newell, C. Measuring health: A guide to rating scales and questionnaires. New York: Oxford University Press, 1987.
- Miller, C. A. Nursing care of older adults : Theory and Practice. 2 nd ed. Philadelphia: J. B. Lippincott, 1995.
- Murray, R. B., and Zentner, J. P. Nursing concept for health promotion. New York: Practice Hall, 1989.
- Needham, J. F. Gerontological nursing: A restorative approach. New York: Delmar Publishers, 1993.

- Peggy, K. Y. When food doesn't taste good anymore. Geriatric Nursing. 17(January 1996): 44-45.
- Pender, N. J. Health promotion in nursing practice. 2 nd ed. Norwalk, Connecticut: Appleton and Lange, 1987.
- Posner, B. M., Jette, A., Smigelski, C., Miller, D., and Mitchell, P. Nutritional risk in New England elders. Journal of Gerontology. 49(May 1994): 123-132.
- Robinson, N. B. Dietary Management. In M. O. Hogstel (ed.) 3 rd ed. Nursing care of the older adult. New York: Delmar, 1994.
- Roe, D. A. Geriatric nutrition. 2 nd ed. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1987.
- Ryan, A. S., Craig, L. D., and Finn, S. C. Nutrient intake and dietary pattern of older American: A national study. Journal Gerontology. 47(September 1992): 145-150.
- Sjogren, A., Osterberg, T., and Steen, B. Intake of energy, nutrients and food items in a ten-year cohort comparison and in a six-year longitudinal perspective : a population study of 70 and 76 year-old Swedish people. Age-Ageing. 23(March 1994): 108-112.
- Speak, D. L., Cowart, M. E., and Pellet, K. Health perception and lifestyles of the elderly. Research in Nursing and Health. 12(1989): 93-100.
- Vetter, N. J., Lewis, P. A., Charny, M., and Farrow, S. The relationship between dietary habits and beliefs in elderly people compared with younger people. Journal of Nutrition for the Elderly. 9(April 1990): 3-21.
- Volkert, D. Nutritional needs of the aged. Zentralbl-Hyg-Umweltmed. 194(February 1993): 80-88. (abstact).
- Walker, S. N., Sechrist, K. R., and Pender, N. J. The health promotion life-style profile: Development and psychometric characteristics. Nursing Research. 36( March-April 1987 ): 76-81.
- Wardlaw, G. M., and Insel, P. M. Perspective In nutrition. 3 rd ed. St. Louis : Mosby year book, 1996.
- Yurick, A. G., Spier, B. E., Robb, S. S., and Ebert, N. J. The aged person and the nursing process. California: Appleton & Lange, 1980.



ภาคผนวก ก  
ข้อมูลแขวงรองเมือง

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โครงการสำรวจข้อมูลแขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร  
(สำรวจระหว่าง 20 มีนาคม 2539 ถึง 15 เมษายน 2539)

โครงการสำรวจข้อมูลแขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อรวบรวมข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนให้บริการทางการแพทย์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเขตเมือง โดยมีคณะกรรมการที่ปฏิบัติงานในครั้งนี้คือ

1. รองศาสตราจารย์ ดร. ประนอม โททกานนท์
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พิชญากรณ์ มูลศิลป์
3. อาจารย์สุวิณี วิวัฒน์วานิช

และมีนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิตที่ลงทะเบียนเรียนวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ รหัส 3641603 เข้าร่วมในโครงการคือ

1. นางสาวเกษก่อง สีหะวงษ์
2. นายคมสัน แก้วระยะ
3. ร้อยเอกหญิงชลธิชา สงวนวงษ์
4. นางสาวประไพ น้อยจ้อย
5. นางมธุรส จันทรแสงศรี
6. นางสาววราภรณ์ นารินทร์
7. นางสาวธรรม วงศ์สถิตวิไลรุ่ง
8. นางอัปสร รังสิปการ

จากการสำรวจพื้นที่แขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร ได้ข้อมูลดังนี้

1. ลักษณะทางภูมิศาสตร์แขวงรองเมือง

- 1.1 พื้นที่ มีพื้นที่ประมาณ 1.3 ตารางกิโลเมตร
- 1.2 อาณาเขต

ทิศเหนือ จรดถนนพระราม 1

ทิศใต้ ติดถนนพระราม 4

ทิศตะวันออก จรดคลองตามแนวถนนบรรทัดทอง

ทิศตะวันตก ติดต่อกับสถานีรถไฟหัวลำโพง

ดังปรากฏตามแผนที่แสดงอาณาเขตแขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร

(ดังภาพที่ 1)

เนื่องจากการเวนคืนที่ดินเพื่อก่อสร้างทางด่วนชั้นที่ 2 ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงไปของพื้นที่แขวงรองเมือง ผู้วิจัยและคณะจึงได้ทำการสำรวจข้อมูลเบื้องต้น เพื่อให้เกิดความชัดเจนของขอบเขตในการเก็บข้อมูล จึงได้แบ่งพื้นที่แขวงรองเมืองออกเป็น 6 ส่วน โดยใช้ถนนเป็นแนวแบ่ง (ดังภาพที่ 2)

### 1.3 สถานที่สำคัญมีดังนี้

1) วัด	5 แห่ง
2) ธนาคาร	8 แห่ง
3) สถานที่ประกอบอุตสาหกรรม	433 แห่ง
4) สถานที่ประกอบการธุรกิจ	2,095 แห่ง
อาคารร้านค้าสำนักงาน	1,408 แห่ง
แผงตั้ง	271 แห่ง
แผงลอยในตลาด	98 แห่ง
แผงลอยและขายเร่	318 แห่ง

### 1.4 สภาพบ้านเรือน

สภาพบ้านเรือนทั่วไปส่วนใหญ่เป็นตึกแถว ปลูกชิดติดกันโดยไม่มีรั้วกัน หรือเป็นห้องเช่าเล็กๆ ได้แก่ ชุมชนสลักหิน ชุมชนวัดดวงแข ที่ดินมีทั้งที่อยู่ในเขตราชพัสดุ ที่ดินเขตรถไฟ และที่ธรณีสงฆ์ นอกนั้นจะเป็นที่ส่วนบุคคล ปลูกบ้านพักอาศัยส่วนตัว มีแนวรั้วกันเป็นสัดส่วน

ที่ตั้งของชุมชนส่วนใหญ่จะอยู่ในชอย โดยด้านหน้าเป็นอาคารพาณิชย์ อยู่ติดกับถนนสายหลัก และมีช่องว่างระหว่างอาคารหรือชอยแคบเป็นทางเข้าชุมชน การเดินทางเข้าชุมชนส่วนใหญ่ใช้การเดินเท้าหรือรถจักรยานยนต์ เนื่องจากเป็นทางแคบรถยนต์ไม่สามารถผ่านเข้าได้ มีเพียงบางส่วนที่รถยนต์สามารถผ่านเข้าถึงได้ และบางส่วนมีทางด่วนตัดผ่าน

## 2. ลักษณะประชากร

2.1 ความหนาแน่นของประชากร จากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ( 2533 ) พบว่ามีความหนาแน่นของประชากร 39,245 คน ต่อตารางกิโลเมตร ซึ่งมากที่สุดเขตปทุมวัน และมีจำนวนครัวเรือน 9,453 ครัวเรือน

2.2 จำนวนผู้สูงอายุ จากการสำรวจระหว่าง 20 มีนาคม ถึง 15 เมษายน 2539 พบว่า มีจำนวนครัวเรือนที่มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่ 424 ครัวเรือน รวมมีผู้สูงอายุ 570 คน โดยมีจำนวนผู้สูงอายุต่อครัวเรือนตั้งแต่ 1 - 3 คน ซึ่งแบ่งตามช่วงอายุได้เป็น

อายุ 60 - 64 ปี จำนวน 160 คน

อายุ 65 - 69 ปี จำนวน 132 คน

อายุ 70 - 74 ปี จำนวน 103 คน

อายุ 75 ปี ขึ้นไป จำนวน 164 คน

ในแต่ละส่วนมีจำนวนผู้สูงอายุดังนี้

ส่วนที่ 1 ผู้สูงอายุจำนวน 186 คน เพศชาย 72 คน เพศหญิง 114 คน

ส่วนที่ 2 ผู้สูงอายุจำนวน 133 คน เพศชาย 50 คน เพศหญิง 83 คน

ส่วนที่ 3 ผู้สูงอายุจำนวน 84 คน เพศชาย 35 คน เพศหญิง 49 คน

ส่วนที่ 4 ผู้สูงอายุจำนวน 37 คน เพศชาย 14 คน เพศหญิง 23 คน

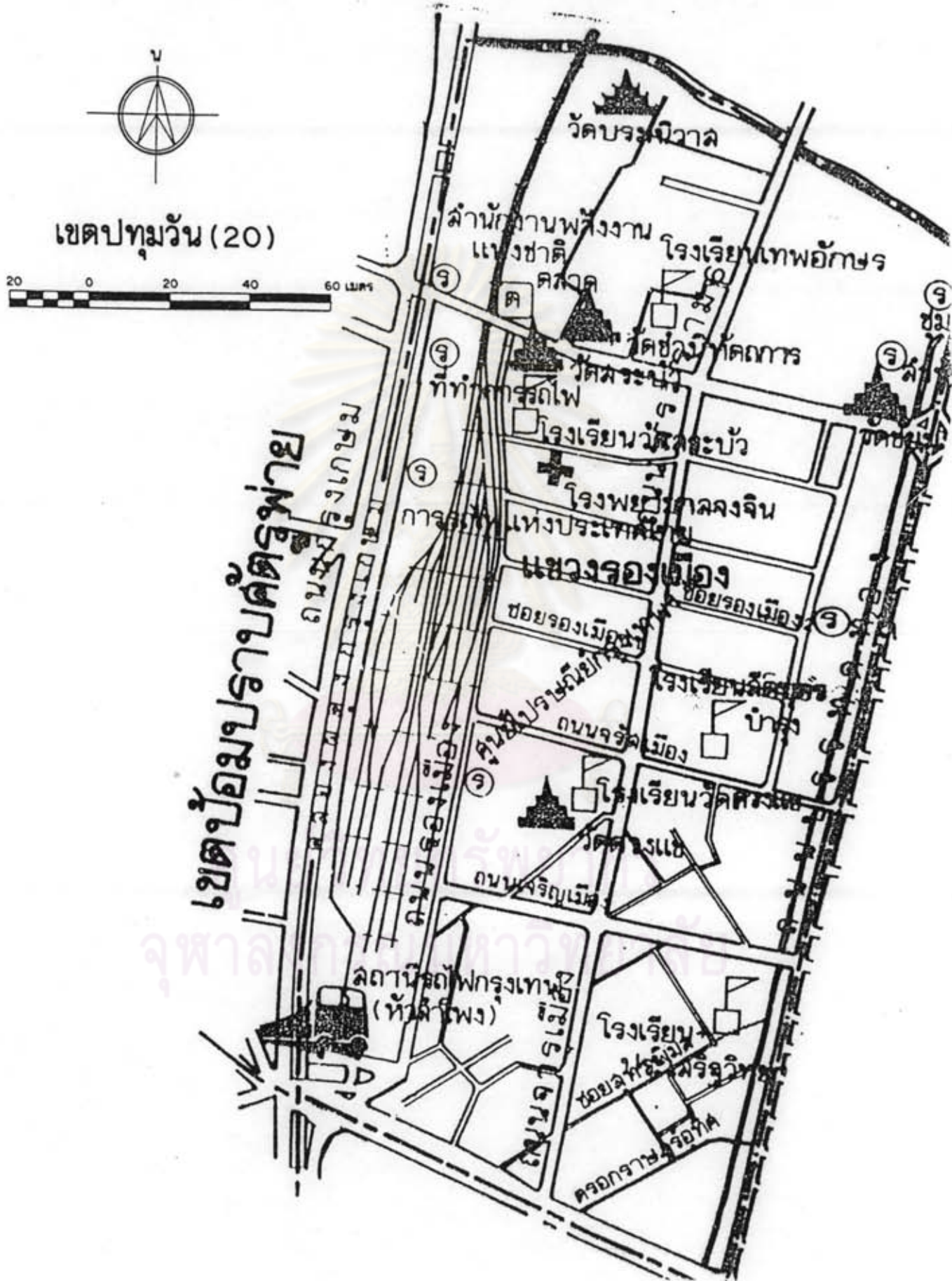
ส่วนที่ 5 ผู้สูงอายุจำนวน 64 คน เพศชาย 24 คน เพศหญิง 40 คน

ส่วนที่ 6 ผู้สูงอายุจำนวน 66 คน เพศชาย 25 คน เพศหญิง 41 คน

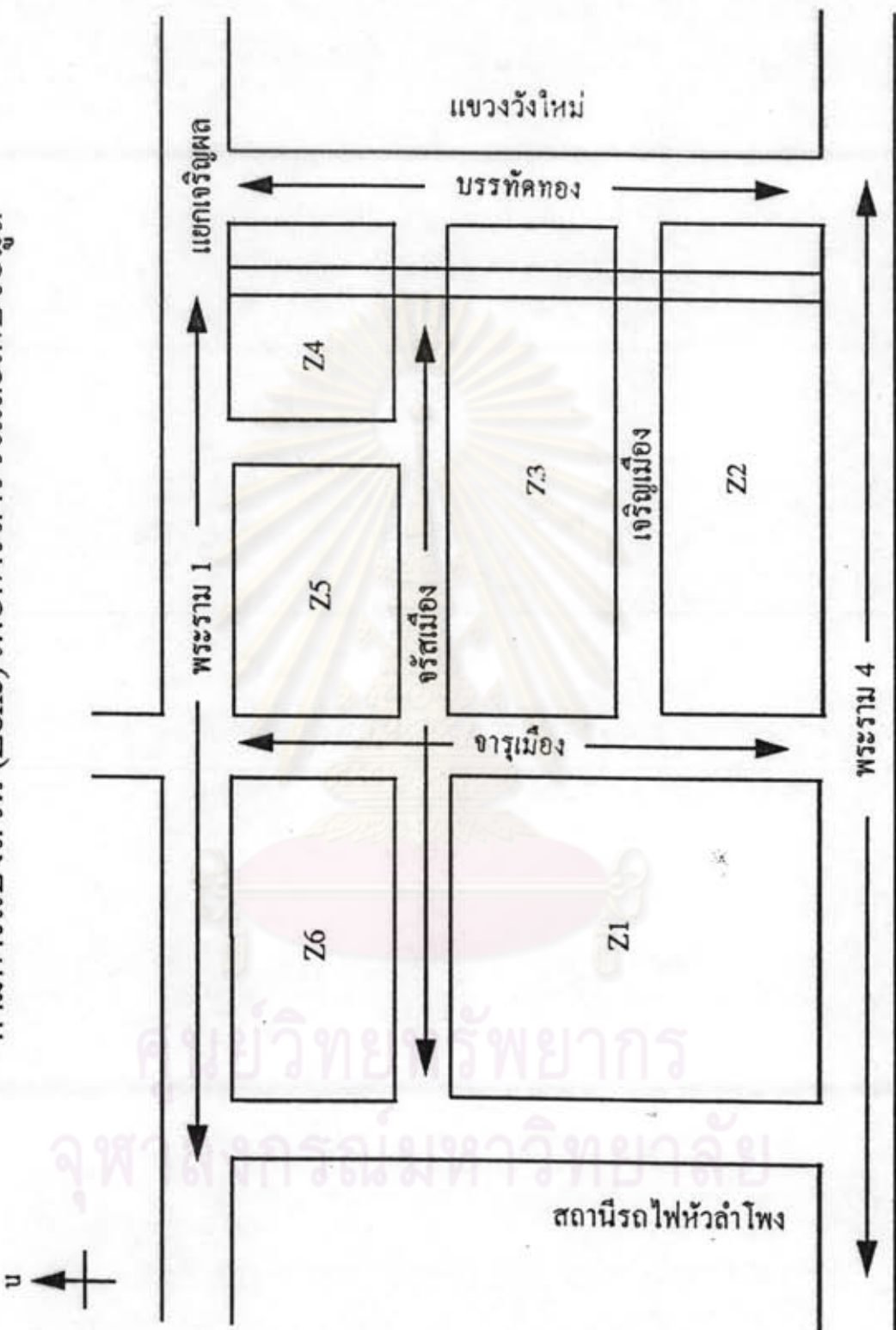


ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาพที่ 1 แผนที่แสดงอาณาเขตแขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร



ภาพที่ 2 แผนที่ผังแขวงรองเมือง เขตปทุมวัน  
ตามการแบ่งส่วน (Zone) เพื่อการสำรวจและเก็บข้อมูล







ภาคผนวก ข  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ชุดที่ 1 แบบสัมภาษณ์ปัจจัยส่วนบุคคล

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) ที่ตรงกับคำตอบของผู้สูงอายุ และเติมคำลงในช่องว่างให้สมบูรณ์

## 1. เพศ

1 ( ) ชาย

2 ( ) หญิง

## 2. อายุ.....ปี

1 ( ) 60 - 69 ปี

2 ( ) 70 - 79 ปี

3 ( ) 80 ปี ขึ้นไป

## 3. ระดับการศึกษาสูงสุด .....

1 ( ) ไม่ได้เรียนหนังสือ

2 ( ) ระดับประถมศึกษา

3 ( ) ระดับมัธยมศึกษา

4 ( ) การศึกษาสูงกว่ามัธยมศึกษา

5 ( ) อื่นๆ

## 4. รายได้ของครอบครัว.....

1 ( ) ไม่พอใช้

2 ( ) พอใช้

3 ( ) เหลือเก็บ

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### ชุดที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ

คำชี้แจง ให้ผู้สัมภาษณ์ถามผู้สูงอายุว่าสิ่งที่อ่านให้ฟังต่อไปนี้ ท่านทราบหรือไม่ว่า ใช่ ไม่ใช่ หรือ ไม่ทราบ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับคำตอบของผู้สูงอายุ

ลำดับที่	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ
1.	โปรตีนเป็นสารอาหารที่ช่วยซ่อมแซมเนื้อเยื่อส่วนที่สึกหรอ			
2.	อาหารที่มีโปรตีนสูงคือเนื้อสัตว์ เช่น หมู ไก่ ปลา และถั่ว เมล็ดแห้ง			
3.	เนื้อปลาเป็นโปรตีนที่ย่อยง่าย			
4.	ไข่แดงมีโคเลสเตอรอลสูง			
5.	ข้าว ผัก ผลไม้ เป็นอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย			
6.	นมมีแคลเซียมช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของกระดูก			
7.	ปลาเล็กปลาน้อยมีแคลเซียมมาก			
8.	อาหารที่มีแร่ธาตุเหล็กมาก ได้แก่ ตับ ไข่แดง เนื้อสัตว์และเลือดสัตว์			
9.	อาหารทะเลมีแร่ธาตุไอโอดีนมาก			
10.	ผักทุกชนิดมีวิตามินและเกลือแร่ต่ำ			
11.	กากใยอาหารช่วยในการขับถ่ายและลดไขมันในเส้นเลือด			
12.	น้ำมันพืช เช่น น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันรำ มีกรดไขมันไม่อิ่มตัวสูง			
13.	ไขมันจากสัตว์ เช่น น้ำมันหมู หนังไก่ มีกรดไขมันอิ่มตัวสูง			
14.	น้ำมันมะพร้าว น้ำมันปาล์ม เป็นน้ำมันพืชที่มีกรดไขมันอิ่มตัวสูง			
15.	น้ำดื่มช่วยให้ไตขับถ่ายของเสียได้ดี			
16.	วันหนึ่งควรดื่มน้ำ 6-8 แก้ว			
17.	อาหารรสจัดช่วยให้เจริญอาหาร			
18.	ผลไม้ เช่น ทูเรียน องุ่น ลำไยทำให้น้ำตาลในเลือดสูง			
19.	ร่างกายจะสะสมอาหารส่วนเกินไว้ในรูปไขมัน			
20.	การรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ในหนึ่งวันจะทำให้อ้วน			

### ชุดที่ 3 แบบประเมินความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ

1. การรับประทานอาหารเมื่อเตรียมสำหรับไว้ให้เรียบร้อยแล้ว
  - ( ) 1 ไม่สามารถดักอาหารเข้าปากได้ ต้องมีคนป้อนให้
  - ( ) 2 ดักอาหารได้เอง แต่ต้องมีคนช่วย เช่น ช่วยใช้ช้อนดักเตรียมไว้ให้ หรือ ตัดให้เป็นชิ้นเล็กๆไว้ล่วงหน้า
  - ( ) 3 ดักอาหารและช่วยตัวเองได้เป็นปกติ
2. การลุกจากที่นอน หรือจากเตียงไปยังเก้าอี้
  - ( ) 1 ไม่สามารถนั่งได้ (นั่งแล้วจะล้มเสมอ)หรือต้องใช้คนสองคนช่วยกันยก
  - ( ) 2 ต้องการความช่วยเหลือจึงจะนั่งได้ เช่น ช่วยพยุง
  - ( ) 3 ทำได้เอง
3. การเข้าห้องน้ำ
  - ( ) 1 ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้
  - ( ) 2 ทำเองได้บ้าง (อย่างน้อยทำความสะอาดตัวเองได้หลังจากเสร็จธุระ) แต่ต้องมีคนช่วยเหลือบ้าง เช่น พาไปนั่งส้วม เป็นต้น
  - ( ) 3 สามารถเข้าห้องน้ำได้เองตามลำพัง ช่วยเหลือตัวเองได้ดี ขึ้นนั่งและลงจากโถส้วมได้เอง ทำความสะอาดได้เรียบร้อยแล้วหลังจากเสร็จธุระ ถอดและใส่เสื้อผ้าได้เรียบร้อย
4. การเคลื่อนที่ภายในห้องหรือบ้าน
  - ( ) 1 เคลื่อนที่ไปไหนไม่ได้
  - ( ) 2 เดินหรือเคลื่อนที่โดยใช้เครื่องมือ เช่น ไม้เท้า หรือมีคนช่วย เช่น พยุง หรือใช้รถเข็นช่วยตนเองให้เคลื่อนที่ได้เอง(ไม่ต้องมีคนเข็นให้)
  - ( ) 3 เดินได้เอง
5. การแต่งตัว,สวมใส่เสื้อผ้า
  - ( ) 1 แต่งตัวเองไม่ได้เลย ต้องมีคนช่วยทั้งหมด
  - ( ) 2 แต่งตัวเองได้บ้าง แต่ต้องมีคนช่วย เช่น รูดซิป ติดกระดุม
  - ( ) 3 แต่งตัวเองได้ รวมทั้งการติดกระดุม รูดซิป
6. การอาบน้ำ
  - ( ) 1 อาบน้ำเองไม่ได้ ต้องมีคนช่วย
  - ( ) 2 ต้องมีคนช่วยอาบน้ำ
  - ( ) 3 สามารถอาบน้ำได้เอง

#### ชุดที่ 4 แบบสัมภาษณ์การรับรู้ภาวะสุขภาพทางกายของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง ให้ผู้สัมภาษณ์ถามผู้สูงอายุว่า ใน 6 เดือนที่ผ่านมา จนถึงปัจจุบัน ท่านมีอาการดังต่อไปนี้เกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริงของท่านมากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับคำตอบของผู้สูงอายุมากที่สุด

- มาก หมายถึง ผู้สูงอายุมีอาการนั้นเกิดขึ้นและรู้สึกเป็นปัญหามาก  
 ปานกลาง หมายถึง ผู้สูงอายุมีอาการนั้นเกิดขึ้นและรู้สึกเป็นปัญหาปานกลาง  
 น้อย หมายถึง ผู้สูงอายุมีอาการนั้นเกิดขึ้นและรู้สึกเป็นปัญหาน้อย  
 ไม่มี หมายถึง ผู้สูงอายุไม่เคยมีอาการนั้นเกิดขึ้นเลย

ลำดับ	ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่มี
1.	ท่านมีปัญหาเกี่ยวกับสายตา เช่น มองเห็นไม่ชัด				
2.	ท่านรู้สึกว่าหูของท่านได้ยินชัดเจนน้อยลง				
3.	ท่านรู้สึกว่ากระดูกสันหลังต่างๆลดลง				
4.	ท่านมีปัญหาเกี่ยวกับฟัน เช่น ฟันโยก ไม่มีฟัน หรือใช้ฟันปลอมไม่พอดี ทำให้เคี้ยวอาหารไม่สะดวก				
5.	ท่านรู้สึกว่าลิ้นรับรสอาหารได้น้อยลง				
6.	ท่านรู้สึกเบื่ออาหาร				
7.	ท่านมีอาการท้องอืด จุกเสียด แน่นท้อง				
8.	ท่านมีปัญหาในการขับถ่ายอุจจาระ เช่น ท้องผูก ท้องเสีย				
9.	ท่านมีปัญหาในการขับถ่ายปัสสาวะ เช่น กลั้นปัสสาวะไม่อยู่ ปัสสาวะลำบาก ปัสสาวะกระปริดกระปรอย				
10.	ท่านรู้สึกเหนื่อยหรืออ่อนเพลียง่าย				
11.	ท่านเคยมีอาการหน้ามืด เป็นลม				
12.	ท่านมีอาการนอนไม่หลับ				
13.	ท่านมีอาการปวดข้อ หรือปวดกล้ามเนื้อ จนรู้สึกเคลื่อนไหวลำบาก				
14.	ท่านรู้สึกว่าความจำลดลง				
15.	เมื่อเทียบกับคนอื่นๆในวัยเดียวกันท่านรู้สึกว่าสุขภาพโดยรวมของท่านไม่แข็งแรง				

### ชุดที่ 5 แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

คำชี้แจง ให้ผู้สัมภาษณ์ถามผู้สูงอายุว่า ใน 1 สัปดาห์ ท่านกระทำพฤติกรรมเกี่ยวกับการรับประทานอาหารเช้าไปนี้บ่อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับคำตอบของผู้สูงอายุมากที่สุด

ปฏิบัติสม่ำเสมอ หมายถึง ผู้สูงอายุกระทำพฤติกรรมนั้น 4 วันขึ้นไปต่อสัปดาห์

ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หมายถึง ผู้สูงอายุกระทำพฤติกรรมนั้น 1-3 วันต่อสัปดาห์

ปฏิบัตินานๆครั้ง หมายถึง ผู้สูงอายุกระทำพฤติกรรมนั้น น้อยกว่า 1 วันต่อสัปดาห์

ไม่เคยปฏิบัติเลย หมายถึง ผู้สูงอายุไม่เคยกระทำพฤติกรรมนั้น เลย

ลำดับ	ข้อความ	สม่ำเสมอ	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยเลย
1.	ท่านรับประทานเนื้อสัตว์ เช่น หมู ไก่ เนื้อ ปลา หรือกุ้งมีเนื้อละประมาณ 2 ช้อนโต๊ะ				
2.	ท่านรับประทานเนื้อปลา				
3.	ท่านรับประทานไข่วันละ 1 ฟอง				
4.	ท่านรับประทานอาหารทะเล				
5.	ท่านดื่มนมอย่างน้อยวันละ 1 แก้ว (หรือปลาเล็กปลาน้อย)				
6.	ท่านรับประทานข้าวมีเนื้อ 2 ทัพพี (ถ้วยเดียว บะหมี่ ขนมจีน =1ถ้วย ขนมปัง=2แผ่น)				
7.	ท่านรับประทานขนมหวาน เช่น ทองหยิบ ทองหยอด ฝอยทอง ขนมที่ทำด้วยแป้ง ผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น ทูเรียน ขนุน ลำไย องุ่น หรือผลไม้เชื่อม				
8.	ท่านเติมน้ำตาล น้ำปลาลงในอาหาร				
9.	ท่านรับประทานผักใบเขียวและผักที่มีสีเหลือง				
10.	ท่านรับประทานผลไม้				
11.	ท่านใช้น้ำมันพืช เช่น น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันรำ ในการปรุงอาหาร				

ลำดับ	ข้อความ	สม่ำเสมอ	บางครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคยเลย
12.	ท่านรับประทานอาหารที่ทอดด้วยน้ำมัน				
13.	ท่านรับประทานหมูสามชั้น ขาหมู หนังไก่				
14.	ท่านรับประทานอาหารที่มีกะทิ				
15.	ท่านดื่มน้ำวันละ 6 - 8 แก้ว				
16.	ท่านรับประทานอาหารมือหลักวันละ 3 มื้อ				
17.	ท่านรับประทานอาหารตรงเวลา				
18.	ท่านรับประทานอาหารที่เคี้ยวง่าย				
19.	ท่านดื่มน้ำชา กาแฟ				
20.	ท่านรับประทานอาหารครบ 5 หมู่				

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ค  
สถิติที่ใช้ในการวิจัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## สถิติที่ใช้ในการวิจัย

### 1. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของเครื่องมือ

1.1 การวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงของการรับรู้ภาวะสุขภาพทางกายของผู้สูงอายุ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left\{ 1 - \frac{\sum Si^2}{Sx^2} \right\}$$

$\alpha$  = ค่าความเที่ยง

$k$  = จำนวนข้อสอบหรือข้อคำถาม

$Si^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ

$Sx^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนของผู้รับการทดสอบทั้งหมดหรือกำลังสองของส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนของผู้รับการทดสอบทั้งหมด

1.2 การวิเคราะห์ค่าความยาก-ง่าย ของแบบสัมภาษณ์ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารเป็นรายข้อ โดยใช้สูตรของจอห์นสัน (Johnson, 1967 : 379 อ้างถึงใน ประคองกรรณสูตร, 2538 : 30-31)

$$P = \frac{(R_U + R_L)}{2f}$$

เมื่อ  $P$  = ค่าความยากง่าย

$R_U, R_L$  = จำนวนคนในกลุ่มสูงหรือกลุ่มต่ำที่ตอบข้อสอบแต่ละข้อถูก

$f$  = จำนวนคนในแต่ละกลุ่ม ซึ่งต้องมีจำนวนเท่ากัน

1.3 การวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกของแบบสัมภาษณ์ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารเป็นรายข้อ โดยใช้สูตรของไฟน์เลย์ (Findley, 1976 : 383 อ้างถึงในประคอง วรรณสุด, 2538 : 32-33)

$$D = \frac{(R_U + R_L)}{f}$$

เมื่อ  $D$  = ค่าอำนาจจำแนก

$R_U, R_L$  = เป็นคนในกลุ่มสูงหรือกลุ่มต่ำที่ตอบแต่ละข้อถูก

$f$  = จำนวนคนในแต่ละกลุ่ม

1.4 การวิเคราะห์ค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบสัมภาษณ์ความรู้ด้านโภชนาการ โดยใช้สูตร Kuder Richardson สูตรที่ KR. 20 (ยุวดี ฤชา และคณะ, 2534 : 127-129)

$$\Gamma_{tt} = \frac{n}{n-1} \left\{ 1 - \frac{\sum pq}{S^2 t} \right\}$$

เมื่อ  $\Gamma_{tt}$  = ค่าความเที่ยง

$n$  = จำนวนข้อคำถามทั้งหมดของเครื่องมือชิ้นนั้น

$p$  = สัดส่วนระหว่างจำนวนคนตอบถูกกับจำนวนคนตอบ

ทั้งหมด

$q$  = สัดส่วนระหว่างจำนวนคนตอบผิดกับจำนวนคนตอบ

ทั้งหมด

$S^2 t$  = ความแปรปรวนของคะแนนการสอบของกลุ่ม

ซึ่งใช้สูตร 
$$\frac{N \sum x^2 - (\sum x)^2}{N(N-1)}$$

## 2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

2.1 หาค่าร้อยละ (Percentage) โดยใช้สูตร  $P = \frac{f}{n} \times 100$

เมื่อ  $P =$  ค่าร้อยละ

$f =$  แทนความถี่ที่ต้องการแปลงให้เป็นร้อยละ

$n =$  จำนวนรวมทั้งหมด

2.2 ค่าเฉลี่ย (Mean) โดยใช้สูตร (ประคอง กรรณสูตร, 2538 : 72)

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{N}$$

เมื่อ  $\bar{X} =$  มัชฌิมเลขคณิตหรือค่าเฉลี่ย

$\sum x =$  ผลรวมของคะแนนทั้ง  $N$  จำนวน

$N =$  จำนวนคะแนนทั้งหมด

2.3 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยใช้สูตร

$$S.D. = \frac{N\sum x^2 - (\sum x)^2}{N(N-1)}$$

เมื่อ  $S.D. =$  ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน

$\sum x^2 =$  ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง

$(\sum x)^2 =$  ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง

$N =$  จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

2.4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ โดยการทดสอบค่าไคสแควร์ ( $\chi^2$ ) ซึ่งมีสูตรดังนี้ (ประคอง กรรณสูตร, 2538 : 132-133)

$$\chi^2_{df} = \sum \left[ \frac{(O-E)^2}{E} \right]$$

เมื่อ	$\chi^2$	คือ	สัญลักษณ์ของไคสแควร์
	df	คือ	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (degree of freedom)
	$\sum$	คือ	ผลรวมตั้งแต่ช่วงแรกถึงช่วงสุดท้าย
	O	คือ	ความถี่ที่ได้จากการสังเกต (การปฏิบัติ)
	E	คือ	ความถี่ที่คาดหวังว่าจะเป็นจริง (ตามสมมติฐาน)

2.5 หาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพทางกาย      ความรู้ด้านโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ      โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (สุวัฒนา สุวรรณเขตนियม, 2536 : 36)

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{[n\sum x^2 - (\sum x)^2][n\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

$r_{xy}$                       = ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร x และตัวแปร y

$\sum x, \sum y$               = ผลรวมที่วัดได้จากตัวแปร x และ y ตามลำดับ

$\sum xy$                       = ผลรวมของผลคูณระหว่างค่าของตัวแปร x และ y

$\sum x^2, \sum y^2$             = ผลรวมกำลังสองของข้อมูลจากตัวแปร x และ y ตามลำดับ

n                              = จำนวนตัวอย่าง

การแปลความหมายของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

เมื่อค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เข้าใกล้ 1.00 (ประมาณ .70 ถึง .90) ถือว่า สหสัมพันธ์อยู่ในระดับสูง (ถ้าสูงกว่า .90 ถือว่าอยู่ในระดับสูงมาก)

เมื่อค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เข้าใกล้ .5 (ประมาณ .30 ถึง .70) ถือว่าสหสัมพันธ์อยู่ในระดับกลาง

เมื่อค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เข้าใกล้ .00 (ประมาณ 30 และ ต่ำกว่าถือว่าสหสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ง  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิ	ตำแหน่ง สังกัด
1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์	ภาควิชาโภชนวิทยา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประพิม ศุภคັນสนีย์	รองคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. พันเอกหญิง มลิวัดย์ เชื้ออริน	รองผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก
4. อาจารย์ สุลี ทองวิเชียร	รองหัวหน้าภาควิชาพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ จันทนา รณฤทธิวิชย	ภาควิชาการพยาบาลรากฐาน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
6. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วินัส ลีฬุกุล	ภาควิชาการพยาบาลรากฐาน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
7. อาจารย์ ราตรี ฉันทชล	หัวหน้าภาควิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และ ผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ
8. อาจารย์ สุวิณี วิวัฒน์วานิช	คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
9. นางอัญญาณี เลขะกุล	หัวหน้าฝ่ายโภชนวิทยาและโภชนบำบัด โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
10. นางกอบกุล วุฒิมวงศ์	พยาบาลโภชนาการ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

### ประวัติผู้วิจัย

ร้อยเอกหญิงชลธิชา สงวนวงษ์ เกิดวันที่ 10 กรกฎาคม พ.ศ. 2502 ที่จังหวัดพิษณุโลก สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรพยาบาลผดุงครรภ์ และอนามัยกองทัพบก จากวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ปีการศึกษา 2523 สำเร็จการศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิตจากมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ปีการศึกษา 2533 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2538 ปัจจุบันรับราชการที่โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า กรุงเทพมหานคร



ศูนย์วิทยพัทยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย