

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพประกอบ	ฌ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
ความรู้เรื่องการจัดตั้งองค์กร	6
ความรู้เรื่องทารกน้ำหนักแรกคลอดต่ำกว่าเกณฑ์	15
ความรู้เรื่องโภชนาการสำหรับหญิงมีครรภ์	18
ความรู้เรื่องการใช้กราฟโภชนาการหญิงมีครรภ์	29
การเรียนรู้	31
การรับรู้ความสามารถของตนเอง	35
แนวคิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม	37
ปัจจัยส่วนบุคคลด้านอายุ	39
ภาวะทางเศรษฐกิจ	40
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	41

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	44
ประชากร	44
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	45
วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล	49
การวิเคราะห์ข้อมูล	50
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	51
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	57
สรุปผลการวิจัย	57
อภิปรายผล	58
ข้อเสนอแนะ	62
บรรณานุกรม	64
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	70
ภาคผนวก ข กระบวนการปรับภาวะโภชนาการ	71
ภาคผนวก ค แบบสัมภาษณ์หญิงมีครรภ์	79
ภาคผนวก ง แบบบันทึกอาหารใน 1 วัน	84
ภาคผนวก จ แบบบันทึกภาวะโภชนาการในระหว่างการตั้งครรภ์ โดยเทียบกราฟโภชนาการของหญิงมีครรภ์	85
ภาคผนวก ฉ กราฟโภชนาการหญิงมีครรภ์	86
ภาคผนวก ช ภาพอาหารแลกเปลี่ยนสำหรับหญิงตั้งครรภ์	87
ประวัติผู้เขียน	88

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	ความต้องการสารอาหารของหญิงปกติและหญิงมีครรภ์	28
2	จำนวนและร้อยละของหญิงมีครรภ์จำแนกตามอายุและการศึกษา	51
3	จำนวนและร้อยละของหญิงมีครรภ์จำแนกตามอาชีพและรายได้	52
4	จำนวนและร้อยละของหญิงมีครรภ์จำแนกตามสมาชิกในครัวเรือน และลูกที่มีอายุต่ำกว่า 5 ปี	53
5	จำนวนและร้อยละของหญิงมีครรภ์จำแนกตามค่าใช้จ่ายด้านอาหาร เฉลี่ยต่อวัน	54
6	เปรียบเทียบภาวะโภชนาการเสี่ยงของหญิงมีครรภ์ ก่อนและหลังการทดลอง	54
7	เปรียบเทียบภาวะโภชนาการเสี่ยงของหญิงมีครรภ์จำแนกตามอายุ	55
8	เปรียบเทียบภาวะโภชนาการเสี่ยงของหญิงมีครรภ์จำแนกตาม ภาวะทางเศรษฐกิจ	55
9	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ด้านโภชนาการของหญิงมีครรภ์ ก่อนและหลังการทดลอง	56
10	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมบริโภคอาหารของหญิงมีครรภ์ ก่อนและหลังการทดลอง	56

ณ

สารบัญแผนภาพ

	หน้า
แบบแผนการวิจัย	45
กราฟโฆษณาการหญิงมีครรภ์	86
ภาพอาหารแลกเปลี่ยนสำหรับหญิงตั้งครรภ์	87