

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ.....	(3)
Abstract.....	(5)
กิตติกรรมประกาศ.....	(7)
สารบัญ.....	(8)
รายการตาราง	(11)
รายการรูป.....	(12)
บทที่	
1.บทนำ.....	1
บทนำต้นเรื่อง.....	1
วัตถุประสงค์.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
ขอบเขตการศึกษา.....	4
นิยามศัพท์.....	5
2.เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
2.1 ความรู้เกี่ยวกับอาหารเสริมทารก	7
2.1.1 ปัจจัยที่มีผลต่อความพร้อมของทารกในการรับประทานอาหารเสริม	7
2.1.2 คุณลักษณะที่ดีของอาหารเสริมทารก.....	8
2.2 รูปแบบการให้อาหารเสริมทารก	11
2.2.1 อายุของทารกที่เริ่มให้อาหารเสริม	11
2.2.2 ชนิด ปริมาณ และลักษณะของอาหารเสริม.....	13
2.2.3 จำนวนมือ/ความถี่ ของการให้อาหารเสริมทารก	15
2.2.4 สุขลักษณะในการให้อาหารเสริมทารก.....	16
2.2.5 พฤติกรรมการป้อนอาหารที่ตอบสนองความต้องการของทารก	16
2.3 รูปแบบการให้อาหารเสริมกับภาวะโภชนาการของทารก	17
2.4 รูปแบบการให้อาหารเสริมทารกในจังหวัดชายแดนภาคใต้.....	18

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.วิธีการวิจัย.....	21
3.1 วิธีดำเนินการ.....	21
3.2 การเก็บรวบรวมข้อมูล	21
3.2.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	21
3.2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	22
3.2.3 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	24
3.2.4 ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล	24
3.2.5 การควบคุมคุณภาพของข้อมูล	24
3.3 ข้อพิจารณาทางด้านจริยธรรม	24
3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล	24
3.4.1 วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน	24
3.4.2 วิเคราะห์ข้อมูลของค่าเฉลี่ยคะแนนรูปแบบการให้อาหารเสริมของเด็ก ทารกที่มีภาวะโภชนาการปกติ ขาด เกิน.....	24
3.4.3 วิเคราะห์ข้อมูลของสารอาหาร.....	24
4.ผลและการวิจารณ์ผลการทดลอง.	26
4.1 คุณลักษณะของทารกที่เข้าร่วมในการศึกษา	26
4.2 คุณลักษณะของผู้ที่เลี้ยงดูทารก	28
4.3 รูปแบบการให้อาหารทารก	31
4.3.1 การให้นมมารดาและนมผสม	31
4.3.2 อายุที่เริ่มให้อาหารเสริม	32
4.3.3 ชนิดและปริมาณของอาหารเสริมที่ทารกได้รับ.....	34
4.3.4 ลักษณะเนื้อสัมผัสของอาหารเสริมที่ทารกได้รับ	35
4.3.5 วิธีการประกอบอาหารเสริมให้ทารก.....	36
4.3.6 จำนวนมื้ออาหารเสริมที่ทารกได้รับ	37
4.3.7 ความหลากหลายของชนิดอาหารเสริมที่ทารกบริโภคใน 1 วัน.....	38
4.3.8 สุขลักษณะในการให้อาหารเสริม.....	39
4.3.9 พฤติกรรมการบ้วนอาหารที่ตอบสนองความต้องการของทารก	43
4.4 รูปแบบการให้อาหารเสริมทารกที่มีภาวะโภชนาการแตกต่างกัน.....	46

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
4.5 คุณค่าทางโภชนาการของอาหารเสริมที่ทารกบริโภค	48
4.5.1 ปริมาณสารอาหารที่ทารกได้รับจากการบริโภค	48
4.5.2 คุณภาพของอาหารที่ทารกบริโภค	50
4.5.3 ความชุกของทารกที่เสี่ยงต่อการได้รับสารอาหารไม่เพียงพอกับความต้องการ ของร่างกาย	51
4.5.4 ชนิดอาหารที่เป็นแหล่งของสารอาหารต่างๆสำหรับทารกในจังหวัด ปัตตานี	54
4.6 ปริมาณสารอาหารที่ทารกได้รับจากอาหารเสริมในทารกที่มีภาวะโภชนาการ แตกต่างกัน	59
5.สรุปผลและข้อเสนอแนะ	61
เอกสารอ้างอิง	63
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจแก้ไขเครื่องมือ	66
ภาคผนวก ข ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของแบบสัมภาษณ์	67
ภาคผนวก ค แบบสัมภาษณ์รูปแบบการให้อาหารเสริมทารก อายุ6-12 เดือน ในจังหวัดปัตตานี....	69
ภาคผนวก ง แบบฟอร์มบันทึกการประเมินภาวะโภชนาการ.....	89
ภาคผนวก จ แบบฟอร์มบันทึกการบริโภคอาหาร 24 ชั่วโมง.....	90
ประวัติผู้เขียน.....	91

รายการตาราง

ตารางที่	หน้า
1. ความเข้มข้นของพลังงาน (กิโลแคลอรี/กรัม)ที่เหมาะสมของอาหารเสริมสำหรับทารก	9
2. ปริมาณโปรตีน คาร์โบไฮเดรตและไขมันที่ทารกควรได้รับจากอาหารเสริม	9
3. ปริมาณวิตามินและแร่ธาตุที่ควรจะได้รับจากอาหารเสริมสำหรับทารกที่ได้รับนมมารดาปานกลาง.....	10
4. อาหารเสริมสำหรับทารกในช่วงอายุ 6 เดือนถึง 12 เดือน	13
5. จำนวนมื้ออาหารเสริมตามระดับความหนาแน่นของพลังงานในอาหารเสริมของทารกแต่ละช่วงอายุ.....	15
6. ผลการศึกษาแบบการให้อาหารเสริมทารกของจังหวัดในภาคใต้	19
7. ระดับโอกาสเสี่ยงในการได้รับสารอาหารไม่เพียงพอกับความต้องการสำหรับปริมาณสารอาหารที่ได้รับจากการบริโภคในระดับต่างๆ	25
8. ข้อมูลทั่วไปของทารก	26
9. ข้อมูลทั่วไปของผู้ที่ให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงดูทารก.....	29
10. เกณฑ์การให้คะแนนพฤติกรรมการป้อนอาหารที่ตอบสนองความต้องการของทารก (Responsive feeding score; RFS)	44
11. พฤติกรรมของผู้เลี้ยงดู ในการป้อนอาหารเสริมทารก	45
12. เกณฑ์การให้คะแนนรูปแบบการให้อาหารทารก.....	47
13. คะแนนรูปแบบการให้อาหารทารกของผู้เลี้ยงดูตามภาวะโภชนาการทารก.....	48
14. ปริมาณพลังงานและสารอาหารที่ร่างกายต้องการปริมาณมากที่ทารกได้รับต่อวัน	49
15. ปริมาณวิตามินและแร่ธาตุที่ทารกได้รับต่อวัน	49
16. ปริมาณของสารอาหารที่ทารกได้รับจากอาหารเสริมตามภาวะโภชนาการของทารก	60

รายการรูป

รูปที่	หน้า
1. ปริมาณพลังงานที่ทารกต้องการและปริมาณพลังงานที่ได้รับจากนมมารดาในแต่ละช่วงอายุ.....	12
2. ปริมาณธาตุเหล็กที่ดูดซึมได้ (Absorbed iron) ที่ทารกต้องการในแต่ละช่วงอายุ.....	12
3. กรอบแนวคิดของการศึกษา.....	20
4. ร้อยละของทารกตามความถี่การเจ็บป่วยในรอบ 3 เดือนที่ผ่านมา.....	28
5. ร้อยละของทารกจำแนกตามชนิดของนมที่ได้รับ ในแต่ละช่วงอายุ.....	31
6. ร้อยละของทารกจำแนกตามลักษณะของนมผสมที่ได้รับ.....	32
7. ร้อยละของทารกจำแนกตามอายุที่เริ่มให้อาหารเสริม.....	33
8. อายุที่เริ่มให้อาหารชนิดต่างๆเป็นอาหารเสริม.....	33
9. ปริมาณอาหารที่ทารกได้รับใน 2 ช่วงอายุ (6-8, 9-12 เดือน).....	34
10. ร้อยละของทารกจำแนกตามลักษณะเนื้อสัมผัสของอาหารที่ได้รับในแต่ละกลุ่มอายุ.....	35
11. ร้อยละของทารกจำแนกตามวิธีการประกอบอาหารที่ทารกบริโภค ในแต่ละช่วงอายุ.....	36
12. ร้อยละของทารกตามจำนวนมื้ออาหารที่ได้รับต่อวันใน 2 ช่วงอายุ.....	37
13. ร้อยละของทารกตามจำนวนชนิดอาหารที่รับประทานต่อวันใน 2 ช่วงอายุ.....	38
14. ที่มาของอาหารเสริมสำหรับทารก.....	40
15. ร้อยละของข้อมูลตามวิธีล้างวัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหารเสริม.....	41
16. ร้อยละของข้อมูลการปรุงอาหารเสริมที่มีการแยกจากอาหารของสมาชิกในครอบครัว.....	42
17. ร้อยละของข้อมูลตามปริมาณอาหารที่มีการเตรียมสำหรับทารกอายุ 6-12 เดือน.....	42
18. ร้อยละของข้อมูลตามวิธีการเก็บอาหารเสริมสำหรับทารก ในจังหวัดปัตตานี.....	43
19. ข้อมูลการกระจายความถี่ของผู้เลี้ยงดูตามระดับคะแนนพฤติกรรมการป้อนอาหารที่ตอบสนองความต้องการของทารก.....	46
20. ร้อยละของผู้เลี้ยงดูตามคะแนนรูปแบบการให้อาหารทารก.....	47
21. ดัชนีคุณภาพทางโภชนาการของสารอาหารหลักในอาหารที่บริโภคของทารกอายุ 6-8 เดือน และ 9-12 เดือน.....	50
22. ดัชนีคุณภาพทางโภชนาการของสารอาหารที่ร่างกายต้องการปริมาณน้อยในอาหารที่บริโภคของทารกอายุ 6-12 เดือน.....	51
23. ความชุกของทารกในแต่ละช่วงอายุ ที่มีความเสี่ยงต่อการได้รับพลังงานและสารอาหารหลักจากการบริโภคไม่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย.....	52
24. ความชุกของทารกที่มีความเสี่ยงต่อการได้รับวิตามินและแร่ธาตุบางชนิดจากการบริโภคไม่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย.....	53
25. ร้อยละของทารกตามประเภทอาหารที่มีการบริโภค (อาหารที่เป็นแหล่งคาร์โบไฮเดรต).....	54
26. ปริมาณอาหารที่ทารกรับประทานได้ต่อ 1 ครั้งหรือ 1 มื้อ(อาหารที่เป็นแหล่งคาร์โบไฮเดรต).....	54
27. ร้อยละของทารกตามประเภทอาหารที่มีการบริโภค (อาหารที่เป็นแหล่งโปรตีน).....	55

รายการรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
28. ปริมาณอาหารที่ทารกรับประทานได้ต่อ 1 ครั้งหรือ 1 มื้อ (อาหารที่เป็นแหล่งโปรตีน).....	55
29. ร้อยละของทารกตามประเภทอาหารที่มีการบริโภค (อาหารที่เป็นแหล่งวิตามินเอ)	56
30. ปริมาณอาหารที่ทารกรับประทานได้ต่อ 1 ครั้งหรือ 1 มื้อ (อาหารที่เป็นแหล่งวิตามินเอ).....	56
31. ร้อยละของทารกตามประเภทอาหารที่มีการบริโภค (อาหารที่เป็นแหล่งธาตุเหล็ก).....	57
32. ปริมาณอาหารที่ทารกรับประทานได้ต่อ 1 ครั้งหรือ 1 มื้อ (อาหารที่เป็นแหล่งธาตุเหล็ก).....	58

Prince of Songkla University
Pattani Campus