

Self Test Week 7

4.1 ดัชนีมวลกาย

ข้อ 1) ข้อใดคือความหมายของ ดัชนีมวลกาย (Body Mass Index)

1. ค่าดัชนีที่ใช้แสดงความสมดุลระหว่างน้ำหนักตัวและส่วนสูง ของร่างกาย
2. ค่าดัชนีที่ใช้แสดงความสมดุลของน้ำหนักตัวและอายุ ของร่างกาย
3. ค่าดัชนีที่ใช้แสดงความสมดุลของส่วนสูงและอายุ ของร่างกาย
4. ค่าดัชนีที่ใช้แสดงความสมดุลของน้ำหนักตัว ส่วนสูง และอายุ ของร่างกาย

ข้อ 2) นักศึกษาหญิงคนหนึ่ง มีน้ำหนักตัว 50 กิโลกรัม และ ส่วนสูง 160 เซนติเมตร

ข้อใดคือ ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ของนักศึกษาหญิงคนนี้

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| 1. 18.53 Kg/m ² | 2. 18.56 Kg/m ² |
| 3. 19.53 Kg/m ² | 4. 19.56 Kg/m ² |

ข้อ 3) จากข้อ 2) แปลผลค่าดัชนีมวลกาย ของนักศึกษาหญิงคนนี้ว่ามีรูปร่าง ดังข้อใด

- | | |
|---------|---------|
| 1. ปกติ | 2. ผอม |
| 3. ท้วม | 4. อ้วน |

ข้อ 4) ชายคนหนึ่งมีน้ำหนักตัว 89 กิโลกรัม และ ส่วนสูง 170 เซนติเมตร

ข้อใดคือ ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ของชายคนนี้

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| 1. 18.03 Kg/m ² | 2. 23.08 Kg/m ² |
| 3. 30.80 Kg/m ² | 4. 38.30 Kg/m ² |

ข้อ 5) จากข้อ 4) ค่าดัชนีมวลกายของชายคนนี้ บ่งชี้ว่าเขามีรูปร่างดังข้อใด

- | | |
|---------|---------|
| 1. ปกติ | 2. ผอม |
| 3. ท้วม | 4. อ้วน |