



Good healthy Well being Project

BMI and TDEE Calculator

โปรแกรมช่วยคำนวณ ค่า
Body Mass Index (BMI) และ
Total Daily Energy Expenditure
(TDEE) จาก เพศ อายุ น้ำหนัก
ส่วนสูง และ แสดงผลความถี่
ในการออกกำลังกาย/สัปดาห์
พร้อมให้คำแนะนำในการดูแลสุขภาพ
แก่ผู้ใช้งานเพื่อให้ค่า BMI
ของผู้ใช้งานอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม

