

BMI

Tracker

คำนวณค่า BMI อัตโนมัติจากส่วนสูงและน้ำหนัก
แจ้งผลสถานะ (ผอม / ปกติ / น้ำหนักเกิน / อ้วน)
แสดงคำแนะนำด้านสุขภาพตามช่วง BMI
UI ใช้งานง่าย เมามากับนักศึกษาและบุคคลทั่วไป



HOW TO USE!

เข้า Website : <https://bmi-tracker-seven.vercel.app/>

กรอกข้อมูลส่วนสูงและน้ำหนัก

Health.

ติดตามสุขภาพและดูแลรักษาของคุณ

ข้อมูลร่างกาย

ส่วนสูง (cm) น้ำหนัก (kg)

170 65

คำนวณ BMI

ผลลัพธ์ของคุณ

BMI

กด “คำนวณ BMI”

รวมผลการคำนวณ

คำแนะนำสุขภาพ

การออกกำลังกาย ครุยด้านบนเพื่อดูคำแนะนำ

โภชนาการ ครุยด้านบนเพื่อดูคำแนะนำ

แนวโน้มสุขภาพ

1.0 0.9

HOW TO USE!

ระบบจะคำนวณ BMI และให้คำแนะนำสุขภาพ

ข้อมูลร่างกาย

ส่วนสูง (cm)

170

น้ำหนัก (kg)

65

คำนวณ BMI

ผลลัพธ์ของคุณ

22.5

BMI

ปกติ

คำแนะนำสุขภาพ

การออกกำลังกาย

รักษาะดับกิจกรรม เวลาเท่านี้งสลับการดื่มน้ำ

โภชนาการ

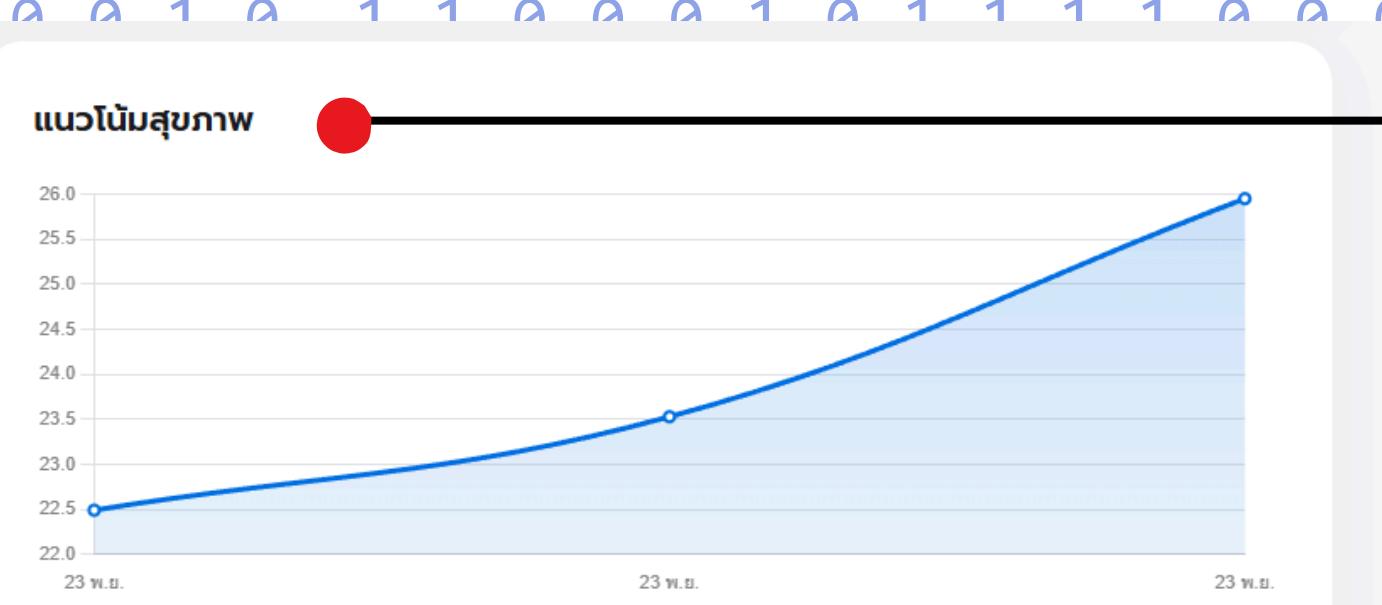
กินอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณที่เหมาะสม

BMI ที่ได้จากการคำนวณ

คำแนะนำสุขภาพ

HOW TO USE!

บันทึกย้อนหลังสำหรับดูแนวโน้มสุขภาพและ BMI



ประวัติล่าสุด

ล้างประวัติ

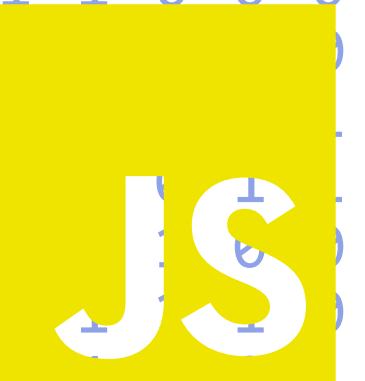
วันที่	น้ำหนัก	ส่วนสูง	BMI	สถานะ	ลบ
23 พ.ย.	75	170	26.0	น้ำหนักเกิน	×
23 พ.ย.	68	170	23.5	ปกติ	×
23 พ.ย.	65	170	22.5	ปกติ	×

แนวโน้มสุขภาพ

ประวัติ

Development

โปรแกรมพัฒนาด้วย



โดยออกแบบ UX/UI ใน Figma และใช้ ChatGPT ช่วย Code และ Deploy บน Vercel



vercel

Thank

YOU!

1670702941 ธนาวรรณ คงมาก เลขที่ 12

1670707320 เพ็ญศิณี เกี้ยนภัคดีประสาท เลขที่ 38