

บรรณานุกรม

- กุลยา นาคสวัสดิ์ และ อังสนา บุญธรรม. (2546). สภาวะสุขภาพในช่องปาก และผลกระทบต่อชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุของประเทศไทย. *วารสารสาธารณสุขศาสตร์*, 33, 58-64.
- เกษม ดันติผลาชีวะ และ กุลยา ดันติผลาชีวะ. (2528). *การรักษาสุขภาพในวัยสูงอายุ*. กรุงเทพมหานคร: อรุณการพิมพ์.
- จันทนา รณฤทธิวิชัย. (2545). ปัญหาการไหลเวียนเลือดและการระบายอากาศ. ใน *จันทนา รณฤทธิวิชัย และ วิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ), หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ (หน้า 117-135)*. กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์.
- จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ. (2543). *สุขภาพคนไทย ปี พ.ศ. 2543: สถานะสุขภาพคนไทย*. กรุงเทพมหานคร: อุษากการพิมพ์.
- จิริยา อินทนา และ นุจรี สะค่อม. *ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดราชบุรี. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีราชบุรี*, 15, 28-36.
- ชูศักดิ์ เวชแพศย์ และ กัญญา ปาละวิวัฒน์. (2536). *สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย (พิมพ์ครั้งที่ 4)*. กรุงเทพมหานคร: ธรรมมลการพิมพ์.
- แจก ธนะสิริ. (2542). *สุดยอดพลังชีวิต*. กรุงเทพมหานคร: คราฟแมนเพรส.
- ทัศนยา บุญทอง. (บรรณาธิการ). (2543). *ปฏิรูประบบบริการพยาบาลที่สอดคล้องกับระบบบริการสุขภาพไทยที่พึงประสงค์ในอนาคต (พิมพ์ครั้งที่ 3)*. กรุงเทพมหานคร: ศิริยอดการพิมพ์.
- ทัศนีย์ ทองประทีป. (2543). กิจกรรมการพยาบาลด้านจิตวิญญาณ. *วารสารสภาการพยาบาล*, 15, 55-63.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2545). *ซีกง วิถีแห่งพลังเพื่อการบำบัดโรค (พิมพ์ครั้งที่ 3)*. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดี.
- เทียม เอื้อนฤมิต. (2546). *การออกกำลังกายซีกง*. ค้นเมื่อ 2 มิถุนายน, 2546, จาก <http://www.healthnet.in.th/text/forum2/exercise/chikong.html>
- น้อมจิตต์ นवलเนตร์. (2543). การทรงตัวในผู้สูงอายุ. *วารสารพดมาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 1, 46-50.
- นันทวัน สุวรรณรูป. (2544). อุปสรรคและปัญหา การบริการพยาบาลผู้สูงอายุในชุมชน. *วารสารพดมาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 2, 36-41.

- นิตยา ภาสุนันท์. (2545). ปัญหาการขับถ่าย. ใน จันทนา รณฤทธิวิชัย และ วิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ), *หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ* (หน้า 164-179). กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์.
- นิตยา ศรีสังวาล. (2541). *เพื่อสุขภาพของผู้สูงอายุ*. กรุงเทพมหานคร: เอมี เทรดิ่ง.
- บรรลु ศิริพานิช. (2541ก). *20 ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: โครงการจัดพิมพ์คอบไฟ.
- บรรลु ศิริพานิช. (2541ข). *หลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุทั่วไป*.
 ใน บรรลุ ศิริพานิช (บรรณาธิการ), *การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ* (พิมพ์ครั้งที่ 2, หน้า 11-30). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- บรรลु ศิริพานิช. (2542). *ผู้สูงอายุไทย*. กรุงเทพมหานคร: สมาคมผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย.
- ประคอง อินทรสมบัติ. (2543). การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ. ใน สมจิต หนูเจริญกุล, วัลลา ตันตโยทัย และ รามพร คงกำเนิด (บรรณาธิการ), *การส่งเสริมสุขภาพ: แนวคิด ทฤษฎี และการปฏิบัติการพยาบาล* (หน้า 223-250). นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- ประนอม โอทกานนท์ ชวนพิศ สิ้นธุรการ และ ผ่องใส เจนศุภการ. (2543). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ. *วารสารพหุฒาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 1, 25-30.
- ประเวศ วะสี. (2543). *สุขภาพในฐานะอุดมการณ์ของมนุษย์* (พิมพ์ครั้งที่ 3). นนทบุรี: สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพ.
- ปิยะพันธุ์ นันตา. (2541). *การรับรู้ด้านสุขภาพ ความสามารถของตนเองกับการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- พวงเพ็ญ เมื่อกสวัสดี. (2538). *ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้สุขภาพและปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมสุขภาพ ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย. (2539). ประชากรและตัวอย่าง. ใน เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย, ศิริพร ชัมภลิจิต และ ทศนีย์ นะแล (บรรณาธิการ), *วิจัยทางการพยาบาล: หลักการและกระบวนการ* (พิมพ์ครั้งที่ 2, หน้า 133-161). สงขลา: เทมการพิมพ์.

- เพ็ญพิมล ธัมมรัคคิต. (2537). สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย. ใน วิรุฬห์ เหล่าภัทรเกษม (บรรณาธิการ), *กีฬาเวชศาสตร์* (หน้า 44-85). กรุงเทพมหานคร: พี.บี. ฟอเรน บุคส์ เซนเตอร์.
- เพ็ญศิริ สันตโยภาส วิจิตร ศรีสุพรรณ จริยาวัตร คมพยัคฆ์ และสุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2544). อัตราชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะกล้ามเนื้อปัสสาวะไม่อยู่ของผู้สูงอายุสตรีไทยในชุมชน. *วารสารพุดชาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 2, 26-37.
- เพลินพิศ ฐานิวัฒน์านนท์. (2542). การศึกษาภาวะสุขภาพและพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีและที่มีปัญหาสุขภาพ. *วารสารการพยาบาล*, 14, 30-43.
- มณฑนา เจริญกุล. (2535). แรงสนับสนุนทางสังคม ความสามารถในการดูแลตนเอง ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ. ใน พริยา ศุภศรี (ผู้รวบรวม), *บทคัดย่องานวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุที่น่าสนใจ*. *วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์*, 12, 10-11.
- ยุพิน อังสุโรจน์ จันทรเพ็ญ แสงเทียนฉาย และ จิราพร เกศพิชญวัฒนา. (2544). การศึกษาความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุไทย. *วารสารพยาบาล*, 50, 132-145.
- ฤดีดาว ช่างसान. (2542). *ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่ย้ายถิ่นและไม่ย้ายถิ่น: กรณีศึกษาเทศบาลนครหาดใหญ่*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- ลินจง ไปธิบาล วิจิตร ศรีสุพรรณ สมบัติ ไชยวัฒน์ ยุพิน กลิ่นขจร นิตยา เดชะพรหมพิกุล บุญช่วง และคณะ. (2543). ความชุกของปัจจัยเสี่ยง ภาวะเสี่ยง และการรับรู้ภาวะเสี่ยงต่อการเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจในผู้สูงอายุไทย. *พยาบาลสาร*, 27, 16-28.
- วงรัตน์ ไสสุข. (2544). *ความต้องการทางด้านจิตวิญญาณและการปฏิบัติเพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านจิตวิญญาณของญาติผู้ป่วยวิกฤต*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- วรรณเพ็ญ อินทร์แก้ว. (2541). การส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ: บทควมวิชาการ. *วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย*, 23, 117-212.
- วรรณิ์ ชัชวาลทิพากร มาลินี ชลนันทน์ อรพิน ฐานกุลศักดิ์ และ ดารุณี ภูษณสุวรรณศรี. (2543). พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครและจังหวัดชัยนาท. *วารสารพุดชาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 1, 4-13.
- วันดี แยมจันทร์ฉาย. (2538). *ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้สมรรถนะของตนเอง การรับรู้ภาวะสุขภาพกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ*.

วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ มหาวิทยาลัยมหิดล,
กรุงเทพมหานคร.

วันดี โภคะกุล. (2542). การบริหารลมปราณเพื่อสุขภาพ "ไทเก๊ก" (พิมพ์ครั้งที่ 2).

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

วันเพ็ญ บุญเจริญ. (2541). สุขภาพจิตผู้สูงอายุและการช่วยเหลือ. ใน จวีวรรณ สัตยธรรม
(บรรณาธิการ), การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต (พิมพ์ครั้งที่ 3, หน้า 315-328).

นนทบุรี: ยุทธรินทร์การพิมพ์.

วารี กังใจ. (2541). ความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง ความสามารถในการดูแลตนเอง และคุณภาพชีวิต
ของผู้สูงอายุ. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา, 6, 13-20.

วิฑูรย์ พิทักษ์ผล และ เทียม เอื้อนฤมิต. (2541). กายบริหารแบบไทเก๊ก. ใน บรรลุ ศิริพานิช
(บรรณาธิการ), การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ (หน้า 112-146).
กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

วิภาวี คงอินทร์. (2546). การอบรมผู้นำการออกกำลังกายแบบไทเก๊ก. เอกสารประกอบการ
บรรยายเรื่อง ไทเก๊กลมปราณ 18 ท่า วันที่ 10-12 พฤษภาคม 2546. สงขลา:
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

วิไล ศุภรัตน์รัตติยกุล. (2543). บทความพิเศษ: การออกกำลังกายในผู้สูงอายุ. เวชศาสตร์พื้นฟูสาร,
10, 44-49.

วิไลวรรณ ทองเจริญ. (2545). การเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ สรีรวิทยา จิตสังคม และจิตวิญญาณ
ในผู้สูงอายุ. ใน จันทนา รณฤทธิวิชัย และ วิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ),
หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ (หน้า 51-82). กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์.

ศรีจิตรา บุญนาค และ สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2542). สถานการณ์ของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน
ปัญหาทางสุขภาพ ภาวะพึ่งพาและแนวนโยบายทางการแพทย์และการสาธารณสุข.
การประชุมวิชาการแห่งชาติว่าด้วยผู้สูงอายุ สู้วัยผู้สูงอายุด้วยคุณภาพ, วันที่ 22-24
พฤศจิกายน 2542, 28-29.

ศิริพร ชัมภลิจิต. (2533). การจัดประสบการณ์การเรียนการสอนในคลินิก เพื่อการเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรมอนามัย. เอกสารรายงานการประชุมพยาบาลแห่งชาติ ครั้งที่ 8 วันที่ 27-30
พฤศจิกายน 2530. กรุงเทพมหานคร: มปท.

ศิริพร ชัมภลิจิต. (2539ก). กรอบแนวคิดของแบบแผนสุขภาพ. ใน ศิริพร ชัมภลิจิต, แบบแผนสุขภาพ:
การเก็บรวบรวมข้อมูล (พิมพ์ครั้งที่ 4, หน้า 43-62). สงขลา: เทมการพิมพ์.

- ศิริพร ชัมภลลิขิต. (2539ข). มโนมติพื้นฐานทางการพยาบาล. ใน ศิริพร ชัมภลลิขิต, แบบแผนสุขภาพ: การเก็บรวบรวมข้อมูล (พิมพ์ครั้งที่ 4, หน้า 1-21). สงขลา: เทมการพิมพ์.
- ศิริพร พรพุทธธา ดินจง ไปธิบาล และ ศิริพร สิงหนตร. (2543). ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรม ในการป้องกันการหกล้มของผู้สูงอายุ. *พยาบาลสาร*, 27, 42-53.
- ศิริมา วงศ์แหลมทอง. (2542). ปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- สมจิต หนูเจริญกุล. (2543). การส่งเสริมสุขภาพ. ใน สมจิต หนูเจริญกุล, วัลลา ตันตโยทัย, และ รามพร คงกำเนิด (บรรณาธิการ), *การส่งเสริมสุขภาพ: แนวคิด ทฤษฎี และการปฏิบัติการพยาบาล* (หน้า 19-26). นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- สมบัติ ไชยวัฒน์ ยุพิน กลิ่นขจร ดวงฤดี ลาสุชะ และ ทิพาพร วงศ์หงษ์กุล. (2543). การสนับสนุนทางสังคมโดยเครือข่าย ความสามารถในการดูแลตนเอง และคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง. *พยาบาลสาร*, 27, 29-41.
- สมประสงค์ โอวาทกา และ จวีวรรณ สัตยธรรม. (2541). แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพจิต. ใน จวีวรรณ สัตยธรรม (บรรณาธิการ), *การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต* (พิมพ์ครั้งที่ 3, หน้า 47-64). นนทบุรี: ยุทธรินทร์การพิมพ์.
- สมพร เตรียมชัยศรี. (2542). 108 วิธีคลายเครียด: การฝึกกำกับลมหายใจแบบซึ๊ง. *วารสารพยาบาล สาธารณสุข*, 13, 13-16.
- สมพร เตรียมชัยศรี และ อมรรัตน์ ภิราษว. (2541). ผลของการใช้วิธีการดูแลสุขภาพทางเลือกแบบจีน ต่อความเครียดและความดันโลหิต ในผู้ป่วยความดันโลหิตโลหิตสูงไม่ทราบสาเหตุ: ซึ๊ง. *วารสารพยาบาลสาธารณสุข*, 12, 64-71.
- สมพร รัตนพันธ์ สุนตรา ตะบูนพงศ์ และ พัชรียา ไชยลังกา. (2542). ปัจจัยที่ทำนายภาวะ จิตวิญญาณของผู้ป่วยสูงอายุในโรงพยาบาล. *วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์*, 19, 11-21.
- สมพร อ่อนละออ ปฐมรัตน์ ศักดิ์ศรี และ อโณทัย วงศ์ใหญ่. (2546). ผลของไทจีซึ๊งต่อความ คล่องแคล่วในการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ. *วารสารพดุมหาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 4, 12-17.
- สันทัต เสริมศรี. (2541). *ประชากรศาสตร์ทางสังคม* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: สามเจริญพานิช.

- สำนักส่งเสริมสุขภาพ. (2542). บทบาทผู้สูงอายุต่อสังคม ครอบครัว ชุมชน. ใน ชื่น เตชามหาชัย (บรรณาธิการ), *คู่มือการส่งเสริมสุขภาพที่พึงประสงค์ในผู้สูงอายุ สำหรับบุคลากรสาธารณสุข* (หน้า 139-146). นนทบุรี: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2543ก). การขยายตัวของโรคเรื้อรังและภาวะทุพพลภาพในประชากรไทย: สมมติฐานที่เริ่มจากข้อมูลงานวิจัยในประชากรสูงอายุ. *วารสารพญาภิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 1, 42-49.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2543ข). สถานะของประชากรสูงอายุไทยในปัจจุบันและการดำเนินการต่างๆของประเทศ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2544). *หลักสำคัญของเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุพล โล่หิณีกุล. (2544). *ไทเก๊ก โยคะ สมาธิ: ุบายวิธีสู่ความสงบเย็น*. กรุงเทพมหานคร: เอมี เทรดตั้ง.
- สุรินทร์ จิตดำรงพันธ์. (2543). การส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุ. ใน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, *จิตเวชศาสตร์ผู้สูงอายุสู่สหัสวรรษใหม่ (เล่มที่ 1)*. สงขลา: คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- สุวิมล สันติเวส ศิริรัตน์ ปานอุทัย และ อัครอนงค์ ปราโมช. (2545). ผลของการเพิ่มสมรรถนะแห่งตนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง. *พยาบาลสาร*, 29, 53-67.
- เสก อักษรานุเคราะห์. (2525). *การออกกำลังกายสำหรับคนวัยเสื่อม*. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาออร์โทปีดิกส์และเวชศาสตร์ฟื้นฟู คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เสริมพันธุ์ นิตย่นรา. (2539). บทบาทของผู้สูงอายุต่อสุขภาพของสมาชิกในครอบครัว ในชุมชนชนบทภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. *วารสารสาธารณสุขศาสตร์*, 26, 105-116.
- หยาง เมย เซิน. (2545). ความเป็นมาของวิชา "ซี้กง" รูปแบบง่าย. ใน จูไรรัตน์ แสนใจรักษ์ (บรรณาธิการ), *วิถีสุขภาพแบบบูรณาการ* (หน้า 103-122). กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์ พรินติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน).
- หลินไฮ่เลิ่น. (มปป.). คำนำ. ใน ศิริ ทรวงแสง, *ไท้จี้ซี้กง 18 ท่า* (หน้า ค-จ). มปท.
- หลินไฮ่เลิ่น. (2542). *การบริหารไท้เก๊กลมปราณ 18 ท่า ชุดที่ 1, 2, 3 (สันติ ศิริประชัย และ พัชรายุ ศิริประชัย, ผู้แปล)* กรุงเทพมหานคร: วุฒิปันธิการพิมพ์.

- อภิชัย มงคล วาณี หัตถพนม ภัสรา เศรษฐิโชติศักดิ์ วรรณประภา ชลอรกุล ละเอียด ปัญญาใหญ่ และ สุจิต สุวรรณชีพ. (2546). การศึกษาดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทย. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 46, 209-218.
- อมรรัตน์ ภิราษร. (2540). 108 วิธีคลายเครียด: การฝึกกำกับลมหายใจแบบซึ้ง. *วารสารพยาบาลสาธารณสุข*, 11, 21-24.
- อรนิช แสงจันทร์. (2540). *การพยาบาลผู้รับบริการที่มีปัญหาการขับถ่าย*. สงขลา: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- อรวรรณ บุราณรักษ์. (2541). การศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุ. *วารสารกายภาพบำบัด*, 20, 157-165.
- อรวรรณ บุราณรักษ์. (2543). การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยการออกกำลังกายแบบซึ้ง. *วารสารกายภาพบำบัด*, 22, 46-55.
- อุไรวรรณ โพร้งพนม. (2545). *ผลของการร่ำมวยจีนซึ้งต่อระดับน้ำตาลเกาะเม็ดเลือดแดงในผู้ป่วยเบาหวาน*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลอายุรศาสตร์ และศัลยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- Adler, P. (2001). *Tai Chi for the Elderly*. Retrieved June 10, 2003, from <http://www.acupuncturetoday.com/archives2001/aug/08/taichi.html>
- American Holistic Health Association. (2003). *Holistic Health*. Retrieved June 24, 2003, from <http://ahha.org>
- Baker, B. A., & Jones, D. A. (1984). Holistic health and nursing practice. In D. A. Jones, M. K. Lepley & B. A. Baker (Eds.), *Health assessment across the life span* (pp. 1-30). New York: McGraw-Hill Book.
- Beck, C. K. (1988). The aged adult. In C. K. Beck, R. P. Rawlins, & S. C. Williams (Eds.), *Mental health psychiatric nursing: A holistic life-cycle approach* (pp. 840-864). St. Louis, MO: The C.V. Mosby.
- Berman, B. M., & Singh, B. B. (1997). Chronic low back pain: An outcome analysis of a mind-body intervention. *Complementary Therapies in Medicine*, 5, 29-35.
- Blinde, E. M., & McClung, L. R. (1997). Enhancing the physical and social self through recreational activity: Accounts of individuals with physical disabilities. *Physical Activity Quarterly*, 14, 327-344.

- Brown, D. D., Mucci, W. G., Hetzler, R. K., & Knowlton, R. G. (1989). Cardiovascular and ventilatory responses during formalized Tai Chi Chuan exercise. *Research Quarterly for Exercise & Sport*, 60, 246-250. Abstract retrieved June 24, 2003, from PMID [PubMed-indexed for MEDLINE]
- Brown, D. R., Wang, Y., Ward, A., Ebbeling, C. B., Fortlage, L., Puleo, E., et al. (1995). Chronic effects of exercise and exercise plus cognitive strategies. *Medical Science Sports Exercise*, 27, 765-775. Abstract retrieved June 24, 2003, from PMID [PubMed-indexed for MEDLINE]
- Buckwalter, K. C., & Piven, M. L. S. (1999). Depression. In J. T. Stone, J. F. Wyman & S. A. Salisbury (Eds.), *Clinical gerontological nursing: A guide to advanced practice* (2nd ed., pp. 387-412). Philadelphia: W.B. Saunders.
- Burke, M. M. (1992). Sensation. In M. M. Burke & M. B. Walsh (Eds.), *Gerontologic nursing: Care of the frail elderly* (pp. 86-113). St. Louis, MO: Mosby.
- Burke, M. M., & Walsh, M. B. (1992). Regulation: Endocrine, temperature, and infection. In M. M. Burke & M. B. Walsh (Eds.), *Gerontologic nursing: Care of the frail elderly* (pp. 167-196). St. Louis, MO: Mosby.
- Burrage, R. L. (1991). Physical assessment: Musculoskeletal and nervous systems. In W. C. Chenitz, J. T. Stone & S. A. Salisbury (Eds.), *Clinical gerontological nursing: a guide to advanced practice* (pp. 71-89). Philadelphia: W.B. Saunders.
- Cegles, K. A. (2002). Psychosocial aspects of aging. In C. B. Lewis (Ed.), *Aging: The health – care challenge* (4th ed., pp. 11-23). Philadelphia: F.A. Davis.
- Certo, C. (2002). Cardiopulmonary rehabilitation of the geriatric patient and client. In C. B. Lewis (Ed.), *Aging: The health – care challenge* (4th ed., pp. 143-167). Philadelphia: F.A. Davis.
- Chan, W. W., & Bartlett, D. J. (2000). Effectiveness of Tai Chi as therapeutic exercise in improving balance and postural control. *Physical and Occupational Therapy in Geriatrics*, 17, 1-22. Abstract retrieved December 5, 2002, from CINAHL (R) Database 2001-2002/04 SI: P13886000

- Channer., K. S., Barrow, D., Barrow, R., Osborne, M., & Ives, G. (1996). Change in Hemodynamic parameters following Tai Chi Chuan and aerobic exercise in patients recovering from acute myocardial infarction. *Postgraduate Medical Journal*, 72, 349-351. Abstract retrieved May 25, 2003, from <http://winstonstableford.com/science2.html> #KUTN
- Chen, K. M., & Snyder, M. (1999). A research -based use of Tai Chi/movement therapy as a nursing intervention. *Journal of Holistic Nursing*, 17, 267-279.
- Chen, K. M., Snyder, M., & Krichbaum, K. (2001). Facilitators and barriers to elders' practice of Tai Chi: a mind-body, low-intensity exercise. *Journal of Holistic Nursing*, 19, 238-255.
- Chen, W., & Sun, W. (1997). Tai Chi Chuan an alternative form of exercise for health promotion and disease prevention for older adults in the community. *International Quarterly of Community Health Education*, 16, 333-339.
- Degler, M. A. (2000). Health care of the older adult. In S. C. Smeltzer & B. G. Bare (Eds.), *Textbook of medical-surgical nursing*. Philadelphia: Lippincott.
- Ebersole, P., & Hess, P. (1998). *Toward healthy aging: Human needs and nursing response*(5th ed.). St. Louis, MO: Mosby.
- Eliopoulos, C. (1993). *Gerontological nursing* (3rd ed.). Philadelphia: Lippincott.
- Eliopoulos, C. (2001). *Gerontological nursing* (5th ed.). Philadelphia: Lippincott.
- Farrell, S. J., Ross, A. D., & Sehgal, K. V. (1999). Eastern movement therapies. *Physical Medicine and Rehabilitation*, 10, 617-629. Retrieved June 2, 2003, from <http://www.lianyee.com/english/tai%20chi%20benefits.html>
- Fitness fundamentals. (2003). *Physical fitness*. retrieved June 04, 2003, from <http://www.google.co.th/search?q=cache:HnOnwWEndcsJ:www.hoptechno.com/book11.htm+physical+fitness&hl=th>
- Fletcher, K. R. (1999). Physical and laboratory assessment. In J. T. Stone, J. F. Wyman & S. A. Salisbury (Eds.), *Clinical gerontological nursing: A guide to advanced practice* (2nd ed., pp. 85-111). Philadelphia: W.B. Saunders.

- Fontana, J. A. (2000). The energy costs of a modified form of Tai Chi exercise. *Nursing Research, 49*, 91-96.
- Fontana, J. A., Colella, C., Baas, L. S., & Ghazi, F. (2000). *Tai Chi Chih as an intervention for heart failure. Nursing Clinics of North America, 35*, 1031-1046.
- Fontaine, K. L. (2000). *Healing practices: Alternative therapies for nursing*. Rio de Janeiro: Prentice Hall.
- Fontaine, K. L. (2003). *Mental health nursing (5th ed.)*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Fuller, J., & Ayers, J. S. (2000). *Health assessment: a nursing approach (3rd ed.)*. Philadelphia: Lippincott.
- Gillespie, L. D., Gillespie, W.J., Robertson, M. C., Lamb, S. C., Cumming, R. G., & Rowe, B. H. (2001). *Intervention for preventing falls in the elderly*. Abstract retrieved December 5, 2002, from CINAHL (R) Database 2001-2002/04 AN: 2001120544
- Gooch, J. (1991). Care of the urinary incontinent patient. In G. Garrett (Ed.), *Healthy ageing: some nursing perspectives*. London: BPC Hazell Books.
- Grimes, J., & Burns, E. (1992). *Health assessment in nursing practice (3rd ed.)*. Boston: Jones and Bartlett.
- Hills, G. A. (2002). Activities of daily living. In C. B. Lewis (Ed.), *Ageing; The health-care Challenge* (pp. 27-47). Philadelphia: F.A. Davis.
- Hong, Y., Li, J. X., & Robinson, P. D. (2000). Balance control, flexibility, and cardiorespiratory fitness among older Tai Chi practitioners. *British Journal of Sports Medicine, 34*, 29-34. Abstract retrieved June 2, 2003, from <http://www.lianyee.com/english/tai%20chi%20benefits.html>
- Hugel, K., & Sciadra, T. (2000). The effects of a 12-week Tai Chi program on thoracolumbar, hip, and knee flexion in adults 50 years and older. *Issues on Aging, 23*. Abstract retrieved December 5, 2002, from CINAHL (R) Database 2001-2002/04 AN: 2001053979

- Jancewicz, A. (2001). Tai Chi Chuan's role in maintaining independence in ageing people with chronic disease. *Journal of bodywork and movement therapies*, 5, 70-77. Abstract retrieved December 5, 2002, from CINAHL (R) Database 2001-2002/04 SI: SR0088526
- Jeffery, K. (2003). *Tai Chi benefit*. Retrieved June 18, 2003, from www.Easytaichi.com
- Jin, P. (1989). Changes in heart rate, noradrenaline, cortisol and mood during Tai Chi. *Journal of Psychosomatic Research*, 33, 197-206. Retrieved December 9, 2002, from <http://members.aol.com/sltcca/research/taieabs.html>
- Jin, P. (1992). Efficacy of Tai Chi, brisk walking, and reading in reducing mental and emotional stress. *Journal of Psychosomatic Research*, 36, 361-370. Abstract retrieved June 2, 2003, from <http://www.lianyee.com/english/tai%20chi%20benefits.html>
- Jones, D. A., Lepley, M. K., & Baker, B. A. (1984). *Health assessment across the life span*. New York: McGraw-Hill Book.
- Johnson, J., Adams, K., & Bigely, M. (1992). Cardiovascular function. In M.M. Burke & M.B. Walsh (Eds.), *Gerontologic nursing care of the frail elderly* (pp. 197-222). St.Louis: Mosby.
- Johnson, M. A. (2003). Common medical diagnoses. In M. A. Anderson (Ed.), *Caring for older adult holistically* (3rd ed., pp.139-157). Philadelphia: F.A. Davis.
- Kehrl, N. J., & Spencer, M. G. (1984). Aging. In D. A. Jones, M. K. Lepley & B. A. Baker, *Health assessment across the life span* (pp. 757-779). New York: McGraw-Hill Book.
- Keighley, M. R. B., & Williams, N. (1999). *Surgery of the anus rectum and colon* (2nd ed.). London: WB. Saunders.
- Kennedy, G. J. (2000). *Geriatric memtal health care: A treatment guide for health professionals*. New York: The guilford press.
- King, I. M.(1981). *A theory for nursing: systems, concepts, process*. New York: John Wiley & Sons.

- Kozier, B., Erb, G., Berman, A. J., & Burke, K. (2000). *Fundamentals of nursing Concepts process, and practice* (6th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall Health.
- Lai, J. S., Lan, C., Wong, M. K., & Teng, S. H. (1995). Two-years trends in cardiorespiratory function among older Tai Chi chuan practitioners and sedentary subjects. *Journal of the American Geriatric Society, 43*, 1222-1227. Retrieved December 5, 2002, from <http://members.ao.com/sltcca/research/taieabs.html>
- Lai, J. S., Wong, N. K., Lan, C., Chong, C. K., & Lien, I. N. (1993). Cardiorespiratory responses of Tai Chi Chuan practitioners and sedentary subjects during cycle ergometry. *Journal of Formosan Medicine Association, 92*, 894-899. Retrieved December 5, 2002, from <http://members.ao.com/sltcca/research/taieabs.html>
- Lakatta, E. G., Zhou, Y. Y., Xiao, R. P., & Boluyt, M. (2001). Aging of the cardiovascular system. In N. Sperelakis, Y. Kurachi, A. Terzic & M. V. Cohen (Eds.), *Heart physiology and pathophysiology* (4th ed., pp. 737-758). New York: Academic press.
- Lam, P. (2003). *Summary of the Tai Chi for arthritis study*. Retrieved September 26, 2003, from <http://www.taichiproductions.com/articles/print.php?articleid.html>
- Lan, C., Lai, J. S., Chen, S., & Wong, M. K. (1998). 12-month Tai Chi training in the elderly: its effect on health fitness. *Medicine and Science in Sport and Exercise, 30*(3), 345-351. Abstract retrieved December 5, 2002, from CINAHL (R) Database 1999-2000 SI: M22290000
- Lewis, C. B., & Kellems, S. (2002). Musculoskeletal changes with age: clinical implications. In C. B. Lewis (Ed.), *Aging: The health-care challenge* (pp. 104-126). Philadelphia: F.A. Davis.
- Li, F., Harmer, P., McAuley, E., Duncan, T. E., Duncan, S. C., Chaumeton, N., et al. (2001). An evaluation of the effects of Tai Chi exercise on physical function among older persons: a randomized controlled trail. *Annual Behavior Medicine, spring 23*,

- 139-146. Abstract retrieved June 24, 2003, from PMID: 11394556 [PubMed-indexed for MEDLINE]
- Li, J. X., Hong, Y., & Chan, K. M. (2001). Tai chi: Physiological characteristics and beneficial effects on health. *British Journal of Sports Medicine*, 35, 148-156.
- Lo, B. (2003). *Five principles of good Tai Chi Chuan skills*. Retrieved February 10, 2003, from <http://www.taichi.com.hk/english/index.html>
- Londorf, D., & Winn, M. (2003). *Chi Kung therapy*. Retrieved June 24, 2003, from http://www.healingtaousa.com/chi_kung_therapy.html
- Monicken, D. (1991). Immobility and functional mobility in the elderly. In W.C. Chenitz, J. T. Stone & S. A. Salisbury (Eds.), *Clinical gerontological nursing*. Philadelphia: W.B. Saunders.
- Munden, J. (Ed.). (2003). *Eldercare strategies: expert care plans for older adults*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Ogrydziak, D., & Levine, R. (2002). Tai Chi. In M. A. Bright (Ed.), *Holistic health and healing* (pp. 305-311). Philadelphia: F.A. Davis.
- Orem, D. E., Taylor, S. G., & Renpenning, K. M. (1995). *Nursing concepts of practice* (5th ed.). St. Louis: Mosby.
- Pener, N. J., & Pender, A. R. (1987). *Health promotion in nursing practice* (2nd ed.). California: Appleton & Lange.
- Pender, N. J., Merdaugh, C. L., & Parsons, M. A. (2002). *Health promotion in nursing practice* (4th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Peyoynd, P. 2003. *Taichi*. Retrieved October 03, 2003, from <http://www.conscious evolution.com/ TaiChi/ch09.htm>
- Polit, D. F., & Hungler, B. P. (1999). *Nursing research: principles and methods* (6nd ed.). Philadelphia: Lippincott.
- Roach, S. S. (2001). *Introductory gerontological nursing*. Philadelphia: Lippincott.

- Ross, M. C., Bohannon, A. S., Davis, D. C., & Gurchiek, L. (1999). The effects of a short-term exercise program on movement, pain and mood in the elderly. *Journal of Holistic Nursing, 17*, 139-147.
- Santrock, J. W. (1999). *Life-span development* (7th ed.). Boston: McGraw-Hill.
- Sherbourne, C. D., & Kamberg, C. J. (1992). Social functioning: Family and marital functioning measures. In A. L. Stewart & J. E. Ware (Eds.), *Measuring functioning and well-being* (pp. 182-193). London: Duke University Press.
- Smeltzer, S. C., & Bare B. G. (2004). *Brunner & Suddarth's textbook of medical-surgical nursing* (10th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Song, R., Lee, E. O., Lam, P., & Bae, S. C. (2003). *Effects of Tai Chi exercise on pain, balance, muscle strength, and perceived difficulties in physical functioning in older women with osteoarthritis: A randomized clinical trial*. (Soonchunhyang University). Abstract retrieved September 26, 2003, from <http://www.taichiproductions.com/abstract.html>
- Squire, A., & Simnett, I. (2002). *Health and well-being for older people: Foundations for practice*. Edinburgh: Bailliere Tindall.
- Stewart, A.L. (1992). The medical outcomes study framework of health indicators. In A. L. Stewart & J. E. Ware (Eds.), *Measuring functioning and well-being*(pp.12-24). London: Duke University Press.
- Stone, J. T., Wyman, J. F., & Salisbury, S. A. (1999). *Clinical gerontological nursing: A guide to advanced practice* (2nd ed.). Philadelphia: W.B. Saunders.
- Suwonnaroop, N., & Zauszniewski, J. (2002). The effects of social support, perceived health status, and personal factors on health-promoting behaviors among american older adults. *Thai Journal of Nursing Research, 6*, 41-54.
- Taggart, H. M. (2001). Self-reported benefits of tai chi practice by older women. *Journal of Holistic Nursing, 19*, 223-237.
- Thinhuatoey, B. (2003). *Effects of Tai Chi Qigong on sleep among the elderly in residential care*. Master of nursing science thesis in adult nursing prince of songkla university, Songkla.

- The National Center on Physical Activity and Disability. (2003). *Tai Chi*. Retrieved September 26, 2003, from <http://www.ncpad.org>
- Tse, S. K., & Bailey, D. M. (1991). Tai chi and postural control in the well elderly. *American Journal of Occupational Therapy, 15*, 295-300.
- Valfre, M. M. (2001). *Foundation of mental health care* (2nd ed.). St. Louis, MO: Mosby.
- Wallace, M., Fulmer, T. T., & Edelman, C. L. (1998). Older Adult. In C. L. Edelman & C. L. Mandel (Eds.), *Health promotion throughout the lifespan* (pp.633-663). St.Louis: Mosby.
- Waltz, C. F., Strickland, O. L., & Lenz, E. R. (1991). *Measurement in nursing research*. (2nd ed.). Philadelphia: F.A.Davis.
- Webb, K. A. (1991). Fall in the elderly. In G. Garrett (Ed.), *Healthy ageing: some nursing perspectives* (pp.76-81). London: BPC Hazell Books.
- White, L., & Duncan, G. (2002). *Medical-surgical nursing: An integrated approach* (2nd ed.). Australia: Delma.
- Wold, G. (1993). *Basic geriatric nursing*. St. Louis, MO: Mosby.
- Wolf, S. L., Barnhart, H. X., Kutner, N. G., McNeely, E., Coogler, C., & Xu, T. (1996). Reducing frailty and falls in older persons: an investigation of Tai Chi and computerized balance training. *American Journal of Geriatric Society, 44*, 599-600. Abstract retrieved May 25, 2003, from <http://winstonstableford.com/science2.html#KUTN>
- Wyman, J. F. (1999). Urinary incontinence. In J. T. Stone, J. F. Wyman & S. A. Salisbury (Eds.), *Clinical gerontological nursing: A guide to advanced practice* (2nd ed., pp. 203-233). Philadelphia: W.B. Saunders.
- Yalden, J., & Chung, L. (2001). Tai Chi: towards an exercise program for the older person. *Australian Journal of Holistic Nursing, 8*, 4-13. Abstract retrieved December 5, 2002, from CINAHL (R) Database 2001-2002/04 AN: 2001072400
- Yan, J.H. (1998). Tai Chi practice improves senior citizens' balance and arm movement control. *Journal of aging and physical activity, 6*, 271-284. Abstract retrieved December 5, 2002, from CINAHL (R) Database 1999-2000 SI: 0074882