

### บรรณานุกรม

- กชกร สมมั่ง. (2542). การประยุกต์แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในผู้สูงอายุ อำเภอเมือง จังหวัดลพบุรี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- เกศินี วุฒินวงศ์. (2547). ประสบการณ์ผู้ดูแลที่บ้านในการป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุที่มีโรคความดันโลหิตสูง. รายงานวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอบิก มหาวิทยาลัยพายัพ, เชียงใหม่.
- ขนิษฐา นาคะ, สุนุดตรา ตะบูนพงศ์ และเนตรนภา คู่พันธ์วี. (2547). สถานการณ์และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลา. วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์, 24, 213- 227.
- จันทนา รณฤทธิวิชัย และนิตยา ภาสุนันท์. (2545). ปัญหาความไม่สมดุลของฮอร์โมน. ในจันทนา รณฤทธิวิชัย และวิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ), *หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ* (หน้า 136-142). กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์จำกัด.
- จารุณี สุภมาศมงคล. (2541 ). ผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยลีลาศต่อสมรรถภาพทางกาย. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- จิตรา หมั่นแสง. (2544). การเปรียบเทียบผลของการฝึกเดินรำแบบบอลรูมกับแบบละตินอเมริกันที่มีต่อสมรรถภาพทางกายของนักเรียนมัธยมศึกษา. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- จตุมา ชูเผือก. (2549). ผลของโปรแกรมการสนับสนุนและให้ความรู้เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการเดินแบบภูมิปัญญาไทยต่อสมรรถภาพทางกาย ความสามารถในการดูแลตนเอง และการรับรู้ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน: กรณีศึกษา ตำบลพนมวัง อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลครอบครัวและชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- ชวลี ภูทอง. (2545). ผลของโปรแกรมการลดความเสี่ยงต่อพฤติกรรมการป้องกันการหกล้มของผู้สูงอายุที่บ้าน. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ. (2544). เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพมหานคร: เทพเนรมิตการพิมพ์.

- ชูศักดิ์ เวชแพศย์และกันยา ปาละวิวิธน์. (2536). *สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพมหานคร: ชรรคมลการพิมพ์.
- ฐิติสุดา สุขุมากัย. (2545). *การศึกษาความสามารถการทรงตัวของผู้สูงอายุช่วง 60-74 ปี และ 75-90 ปี โดยวิธี Timed Up And Go Test*. ภาคนิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขากายภาพบำบัด บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ณภัทรรินทร์ พุฒศรี. (2548). *ผลของการออกกำลังกายด้วยการรำมวยจีนไทชีต่อคุณภาพการนอนหลับและความผาสุกของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- ณัฐชล อารยวิทยากุล. (2547). *การรับรู้ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายไทเก๊ก ลมปราณ 18 ท่า*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- ดวงดาว ดุลยธรรม. (2544). *ผลของดนตรีบำบัดต่อการลดปวดในผู้ป่วยหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- คุษฎี ปาลฤทธิ. (2544). *ผลของโปรแกรมการป้องกันอุบัติเหตุพลัดตกหกล้มในบริเวณบ้านสำหรับผู้สูงอายุ อำเภอศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกพยาบาลสาธารณสุข บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- คารณี ทองสัมฤทธิ์. (2542). *ผลการจัดโปรแกรมกายบริหารแบบไทยต่อการควบคุมภาวะข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ ชุมรมผู้สูงอายุ อำเภอวัดเพลง จังหวัดราชบุรี*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- แดนเนาวรัตน์ จามรจันทร์, จิตอนงค์ ก้าวกลีกรรม และสุจิตรา บุญหยง. (2548). *โครงการ “การศึกษา เรื่องการทรงตัวและหกล้มในผู้สูงอายุไทย”* รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ สำนักงานกองทุน สนับสนุนการวิจัย (สกว.) สำนักงานกองทุนสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), กรุงเทพมหานคร.
- ถนอมขวัญ ทวีบุรณ. (2541). *ผู้สูงอายุออกกำลังกายอย่างไรดี*. *วารสารพยาบาล*, 47 (4), 264-268.
- ธงชัย เจริญทรัพย์มณี. (2542). *ลีลาศ Ballroom Dancing*. กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์นการพิมพ์.

- ธีรนนท์ พุ่มหมอก. (2543). *การรับรู้เกี่ยวกับการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจของบุคลากรทีมสุขภาพของโรงพยาบาลศูนย์ภาคเหนือ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ธีรศักดิ์ อภาวัฒน์สกุล. (2525). *ลีลาสมาตรฐานสากล*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร.
- นเรศ ใจหาญ. (2544). *ผลการฝึกลีลาศที่มีต่อสมรรถภาพกลไก ความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและปริมาณไขมันร่างกาย*. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.
- นริศรา ชัยมงคล. (2546). *ผลของโปรแกรมการยืดกล้ามเนื้อและการออกกำลังกายกล้ามเนื้อรอบข้อเท้าที่บ้านต่อความสามารถในการทรงตัวของผู้สูงอายุ*. ภาคนิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขากายภาพบำบัด บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- น้อมจิตต์ นวลเนตร์. (2540). *การควบคุมการทรงท่าในผู้สูงอายุ*. *วารสารเทคนิคการแพทย์กายภาพบำบัด*, 9 (1), 1-10.
- น้อมจิตต์ นวลเนตร์. (2543). *การทรงตัวในผู้สูงอายุ*. *วารสารพัฒนาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 1(3), 46-50.
- นิตยา ภาสุนันท์, นารีรัตน์ จิตรมนตรี และจันทนา รณฤทธิ์วิชัย. (2541). *การศึกษาสภาพแวดล้อมในบ้านที่เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุหกล้มในผู้สูงอายุ*. *วารสารพยาบาล*, 16(3), 34-44.
- นิติกุล ชัยรัตน์. (2542). *ผลของกายบริหารแบบไทยท่าฤๅษีตัดต้นต่อสมรรถภาพทางกายและความพึงพอใจในการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค 2*. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาพยาบาลสาธารณสุข บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2537). *20 ปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุ*. กรุงเทพมหานคร: โครงการจัดพิมพ์คืบไฟ.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2541). *หลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุทั่วไป*.  
 ในบรรลุ ศิริพานิช (บรรณาธิการ), *การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ* (พิมพ์ครั้งที่ 2, หน้า 11-30). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2542). *ผู้สูงอายุไทย* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดี.
- บุญใจ ศรีสถิตนรากร. (2544). *ระเบียบวิธีวิจัยทางพยาบาลศาสตร์*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประเสริฐ อัสสันตชัย. (2537). *Principle and Practice of Drug Prescribing in the Elderly Patient*. เอกสารประกอบการอบรมระยะสั้น Update in Internal Medicine.  
 วันที่ 7-11 พฤศจิกายน 2537 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล, กรุงเทพมหานคร.

- ประเสริฐ อัสสันตชัย, รุ่งนิรันตร์ ประดิษฐ์สุวรรณและวิษณุ ธรรมลิขิตกุล. (2542). *โครงการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันภาวะหกล้มและผลแทรกซ้อนในผู้สูงอายุโดยแพทย์เวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*. รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, กรุงเทพมหานคร.
- ปรีดา ปูนพันธ์ฉาย. (2540). *ผลของการให้คำแนะนำแบบมีส่วนร่วมต่อความร่วมมือในการรักษาของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ชนิดไม่ทราบสาเหตุ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- ปิยะพร เตือนแจ่ม. (2541). *การสร้างเครื่องมือวัดความสามารถในการทรงตัว*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- ปิยะพันธ์ นันตา. (2545). *กิจกรรมและการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ*. ในบุญศรี นุเกตุ, ปาลีรัตน์ พรทวีภักธา, ลินจง โปภิบาล, ปิยะพันธ์ นันตา, สิริสุดา ชาวคำเขตและประราลี โอสถานันท์ (บรรณาธิการ), *การพยาบาลผู้สูงอายุ* (หน้า 89-98). นนทบุรี: บริษัทยุทธรินทร์การพิมพ์จำกัด.
- ผาสุก มหรรฆานุเคราะห์. (2543). *ประสาทกายวิภาคศาสตร์พื้นฐาน ฉบับแก้ไขและเพิ่มเติม*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: พี.บี. ฟอเรน บุ๊คส์ เซนเตอร์.
- พิทักษ์ ภริตานนท์. (2544). *ความสามารถในการทรงตัวของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินของโรงเรียนโสตศึกษา และนักเรียนในโรงเรียนปกติในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล*. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- พิมพ์ ม่วงศิริธรรม. (2538). *ผลของการฟังดนตรีที่มีต่อความเร็วในการออกวิ่งระยะสั้น*. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- เพ็ญพิมล ชัมมรัคคิต. (2537). *สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย*. ในวิรุฬห์ เหล่าภัทรเกษม (บรรณาธิการ), *กีฬาเวชศาสตร์* (หน้า 44-85). กรุงเทพมหานคร: พี.บี.ฟอเรน บุ๊คส์ เซนเตอร์.
- เพ็ญศรี เลาสวัสดิ์ชัยกุล, ยูพาพิน ศิริโพธิ์งาม และพรรณวดี พุชวิฒนะ. (2543). *ปัจจัยที่เกี่ยวข้องและผลจากการหกล้มในผู้สูงอายุ*. *วารสารพุดชาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 1(2), 16-21.
- รังสฤษฎ์ บุญชลอ. (2547). *ประวัติและการลีลาศ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: บริษัทสกายบุ๊คส์ จำกัด.

- ลัญชณา จำปาทอง. (2545). *ภาวะเสี่ยง การรับรู้ภาวะเสี่ยง การรับรู้ความรุนแรงและพฤติกรรม การป้องกันโรคกระดูกพรุนของผู้สูงอายุ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ลัดดา เดียมวงศ์, วันทนา มณีศรีวงศ์กุล และสุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2544). การพัฒนาเครื่องมือประเมินการหกล้มของผู้สูงอายุไทยที่อาศัยอยู่ในชุมชน. *วารสารพญาวิทยายุทธและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 2(3), 13-21.
- วัชรีย์ แสงมณี, พงษ์ลดา รัตนวงศ์และสมพร บุร โขควิวัฒน์. (2543). *การรับรู้ของพยาบาลเกี่ยวกับความเจ็บปวดและวิธีปฏิบัติเพื่อบรรเทาความเจ็บปวดในผู้ป่วยเด็กที่ได้รับหัตถการ*. ฝายบริการพยาบาล คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา
- วันดี โภคะกุล และสมจินต์ โฉมรัตนชัย. (2545). *การออกกำลังกายทั่วไปและเฉพาะโรคในผู้สูงอายุ*. กรุงเทพมหานคร: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- วันดี โภคะกุล, สมจินต์ โฉมรัตนชัย, พงงาม อุ่นมานิช, วิภาวรรณ สุวรรณชฎ, วัชรพร พรหมหาญ และลดาวัลย์ พรหมเสนา. (2547). *ผลการสำรวจภาวะสุขภาพและการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ*. กรุงเทพมหานคร: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย
- วิภาวรรณ จิวะสังข์, วิมลวรรณ เขียงแก้ว และรุ่งทิภา วัลลละฐิติ. (2547). การทรงตัวในผู้สูงอายุหญิงไทยที่มีอายุและระดับกิจกรรมการดำเนินชีวิตต่างกัน. *วารสารกายภาพบำบัด*, 26(1-2), 1-9.
- วิภาวรรณ ลีลาสำราญ. (2547). การออกกำลังกายในผู้สูงอายุ. ในวิภาวรรณ ลีลาสำราญและวุฒิชัย เพิ่มศิริวานิชย์(บรรณาธิการ), *การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและในโรคต่างๆ* (หน้า 219-237). สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.
- วิไลวรรณ ทองเจริญ. (2545). การเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ. สรีรวิทยา จิตสังคมและจิตวิญญาณในผู้สูงอายุ. ในจันทนา รัตนฤทธิชัย และวิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ), *หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ* (หน้า 52-58). กรุงเทพมหานคร: บริษัทบุญศิริการพิมพ์ จำกัด.
- วุฒิชัย เพิ่มศิริวานิชย์. (2547). การออกกำลังกายแบบแอโรบิค. ในวิภาวรรณ ลีลาสำราญและวุฒิชัย เพิ่มศิริวานิชย์(บรรณาธิการ), *การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและในโรคต่างๆ* (หน้า 81-124). สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.
- ศรัณยู สุวรรณอักษร. (2550). *ภาวะความดันโลหิตสูง:ความรู้ในปัจจุบัน*. โครงการประชุมวิชาการ การพยาบาลอายุรศาสตร์ ครั้งที่ 2. วันที่ 25-26 มกราคม 2550. สงขลา: คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

- ศรุต คนพยอม. (2543). การศึกษาความสามารถในการทรงตัวของผู้สูงอายุ ช่วงอายุ 60-69 ปี ในเขตเทศบาลตำบลเชียงดาว โดยใช้วิธี Berg balance test. ภาคนิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขากิจกรรมบำบัด บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ศศิธร พุ่มดวง. (2548). คนตรีบำบัด. วารสารสงขลานครินทร์เวชสาร, 23(3), 185-191.
- ศิริพร พรพุทธษา และลินจง โปธิบาล. (2543). ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการป้องกันการหกล้มของผู้สูงอายุ. วารสารพยาบาลสาร, 27(2), 42-55.
- สมพันธ์ หิญาชีรนนท์. (2539). ผลของดนตรีต่อการลดความเจ็บปวดและความวิตกกังวลในผู้ป่วยผ่าตัดหัวใจแบบเปิด. วารสารพยาบาล, 45(2), 24-32.
- สุจิตรา ประสานสุข, ชนะ สิริยานนท์, อภินันท์ ณ นคร, สุวีจนา อธิภาส และสมุทร จงวศาล. (2542). โรคเวียนศีรษะในผู้สูงอายุและการบำบัดฟื้นฟู. รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, กรุงเทพมหานคร.
- สุดใจ พลนารักษ์. (2542). การเปรียบเทียบผลของการฝึกลีลาศประเภทบอลรูมกับลาดินอเมริกันที่มีต่อสมรรถภาพทางกายและสารเคมีในเลือดของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2541). หลักสำคัญของเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2542). ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: บริษัทโฮลิสติกพับลิชชิงจำกัด.
- สุธิมา ไม้ตะเภา. (2547). ผลของการออกกำลังกายท่าร่ามโนห์ราต่อการทรงตัว ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเหยียดขาและความอ่อนตัวของสะโพกและลำตัวในผู้หญิงไทยอายุ 40-79 ปี. เอกสารไม่ตีพิมพ์.
- เสาวภา เทียมศรี. (2539). ผลของการเดินแอโรบิกแบบแรงกระแทกต่ำ เสริมด้วยน้ำหนักที่มีต่อสมรรถภาพทางกายของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์, กรุงเทพมหานคร.
- อรอนงค์ สัพพัญญู. (2539). การศึกษาปัจจัยพื้นฐาน การรับรู้ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- อัญชลี กลิ่นอวล. (2544). ผลของการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายต่อสมรรถภาพทางกายและความผาสุกของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- อุไรวรรณ โพร้งพนม. (2545). ผลของการร่ำมวยจีนซึ่งก่ต่อระดับน้ำตาลเกาะเม็ดเลือดแดงในผู้ป่วยเบาหวาน. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.

- Ali, N. S., & Twibell, K. R. (1994). Barriers to osteoporosis prevention in perimenoprosal and elderly woman. *Geriatric Nursing*, 15(4), 201-205.
- Allen, R. (1997). Dancing into a Ripe Old Age\_\_ Other Health Benefits. *Instep Dance Magazine Article*. Retrieved April 4, 2005. from.  
<http://www.cascadewellnessclinic.com/articles/97-99 art 07.shtml>
- Allexander, B. H., Rivara, F. P., & Wolf, M. E. (1992). The cost and frequency of hospitalization for fall- related injuries in older adult. *American Journal of Public Health*, 82, 1020-1023.
- American College of Sport Medicine [ACSM]. (1995). *ACSM's guildelines for exercise testing and prescription* (5th ed.). Baltimore: Williams and Wikins.
- American Geriatric Society, British Geriatric Society and American Acecemy of Orthopaedic Surgeons Panel on Fall Prevention. (2001). *Guideline for the prevention of falls in older persons*. Special series: *Clinic practice*, 49, 664-672.
- Assantachai, P., Wattanapa, W., Chiempittayanuwat, S., & Thipanunt, P. (1998). Hypertension in the elderly : A community study. *Journal of Medical Association of Thailand*, 81, 243-249.
- Asley, F. B., & Crenan, M. (1993). Dance: The movement activity for the elderly. *Nursing Home*, 42, 50-51.
- Baum, T., Capezuti, E., & Driscoll, G. (2002). Falls. In V.T. Cotter, & N. E. Strumpf (Eds.), *Advanced practice nursing with older adults clinical guidelines*. New York: Mcgrew Hill.
- Bailey, L. M. (1986). Music therapy in pain management. *Journa of Pain and Symptom Management*, 1, 25-8.
- Beachet, O., Dubost, V., Herrmann, F., Rabillond, M., Gonthier, R., & Kressing, R. W. (2005). Relationship between dual-task related gait changes and intrinsic risk factor for falls among transitional trail older adults [Electronic version]. *Aging Clinical and Experimental Reaeach*, 17(4), 270-275.
- Bellew, J. W., Fenter, P. C., Chelette, B., Moory, R., & Loreno, D. (2005). Effect of a short-term dynamic balance trianing program in healthy older women. *Journal of Geriatric Physical Therapy*, 28(1), 4-8, 27.
- Berg, K. (1989). Balance and its measure in the elderly: a review. *Physiotherapy Canada*, 41, 240-246.
- Berg, K. O., Wood-Dauphinee, S. L., Willium, J. I., Maki, B. (1992). Measuring balance in the elderly: valiation of an instrument. *Canadian Journal of Public Heath*, 83,S7-11.

- Berg, K., Wood-Dauphinee, S., & William, J. I. (1995). The balance scale: reliability assessment with elderly resident and patients with an acute stroke. *Scandinavia Journal Medicine*, 27, 27-36.
- Berrol, C. F. (1992). The neurophysiologic basis of the mind – body connection in dance/movement therapy. *American Journal of Dance Therapy*, 14(1), 19-29.
- Biley, F., (1992). Using music in hospital settings. *Nursing standard*, 6(35), 37-39.
- Bishop, J. G. (1992). *Fitness though aerobics* (3rd ed.). Arizona: Gersuch Scarrisbrick Publishers.
- Blanksby, B. A., & Reidy, P. W., (1988). Heart rate and estimated energy expenditure during ballroom dancing. *British Journal of Sports Medicine*, 22(2), 57-60.
- Brewer, J. E. (1998). Healing sounds. *Complementary Therapy in Nursing Midwifery*, 4, 7-12.
- Chamber, V. B. (1981). The effects of dance on selected physiological variable. *DAI-A*, 41(7), 2994: (University microfilm No. AAT 8102741).
- Chander, S., & Studenski, S. (1998). Exercise. In E. H. Duthie & P. R. Katz (Eds.), *Practice of Geriatrics* (3rd ed., pp. 131-144). Philadelphia: W.B. Saunders Company.
- Chao, M. L. (2005). The effect of an exercise program on bone mineral density in people aged over 50 years in Taiwan. *Thai Nurse Researchs*, 9(1), 38-48.
- Chlan, L. (2002). Music intervention. In M. Synder & R. Lindquist(Eds.), *Complementary / alternative therapies in nursing*(4th ed., pp.58-68). *New York: Springer..*
- Colucci, J., (2002). *Dance Therapy and Relaxation Therapy : Effects on Anxiety*. Retrieved November 27, 2005 from <http://www.anselm.edu/internet/psych/thesis/seniors2002/coluccil>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Culebras, A. (2002). Normal sleep. In T. L. Lee-Chiong, M. J. Sateia & M. A. Carskadon (Eds.), *Sleep medicine* (pp. 1-6). Philadelphia: Hanley & Belfus, Inc.
- Delaney, L., & Mc Veigh, G. (1992). Dance away arthritis pain!. *Prevention*, 44,49-52.
- Dolinis, J., Harrison, J., & Andraw, G. (1997). Factor associated with fallind in older adult residents. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 21, A62-8.
- Ervin-Grabner, T., Goodill, S. W., Hill, E. S., & Neida, K. V. (1999). Effectiveness of dance/movement therapy on reducing test anxiety. *American Journal of Dance Therapy*, 21(1)19-34.



- Fabbric, M., Martoni, M., Esposito, M. J., Brighetti, G., & Natale, V. (2006). Postural control after a night without sleep. *Neuropsychologia*, *44*, 2520-2525.
- Forth, K. E., & Dall. S. R. X. (2005). *Proprioceptive Balance Training for Elderly Community Dwellers*. Retrieved May 9, 2007 from.  
<http://www99.mh-hannover.de/aktuelles/projekte/mmm/globaldialogue/shaping.html>
- Frediko, B. (1985). Dance as a PT modality. *Clinical Management in Physical Therapy*, *5*,44-47.
- Giacca, A., Groenewoud, Y., Tsui, E., McClean, P., & Zinman, B. (1998). Glucose production, utilization and cycling in response to moderate exercise in obese subject with Type II diabetes and mild hyperglycemia. *Diabetes*, *47*, 1763-1770.
- Granek, E., Baker, S. P., Abbey, H., Robinson, E., Mayer, A. H., Samkoff, J. S., et al. (1987). Medication and diagnoses in relation to falls in a long-term care facility. *Journal of American Geriatrics Society*, *35*, 503-11.
- Greenberg, J. S. Dintiman, G. B., & Oakes, M. B. (1998). *Physical fitness and wellness* (2<sup>nd</sup> ed). Massachusetts: Viacom.
- Greenberger, E., & O'Neil, R. (1992). Maternal employment and Perceptions, et al revisited. *Child Development*, *63*, 431-448.
- Greenspan, S. L., Myers, E. R., Kiel, D. P., Parker, R. A., Hayes, W. C., Resnick, N. M. (1998). Fall direction, bone mineral density and function. Risk factors for hip fracture in frail nursing home elderly. *Amerian Journal Medicine*, *104*, 539-45.
- Harlowe, D., & Yu, P. B. (1984). *The ROM dance: A range of motion exercise and relaxation program*. Medison, WI: Litho Poductions.
- Hill-Westmoreland, E. E., Soeken, K., & Spellbring, A. M. (2002). A Meta-analysis of fall prevention programs for elderly. *Nursing Research*, *51*(1), 1-8.
- Jonas-Simson, C.M. (2003). The experience of being listening to: A human becoming study with music. *Nurse Science* , *16*, 232-238.
- Kearney, R. E., & Hunter, I. W., (1990). System identification of human joint dynamics. *Critical Review in Biomedical Engineering*, *18*, 55-78.
- Khamwong, P. (1993). *The analysis of correlation among physical characteristics, sport ability and balance*. Unpublished master' s thesis(Physiology of exercise) Mahidol university, Bangkok.

- Leste, A., Rust, J. (1999). Effect of dance on anxiety. *American Journal of Dance Therapy*, 12(1), 19-25
- Li, F., Harmer, P., Fisher, K. J., McAuley, E., Chaumeton, N., Eckstrom, E., et al. (2005). Tai chi and fall reductions in older adults: a randomized controlled trial. *The Journals of Gerontology: Series A Biological Medical Sciences*, 60(2), 187-94.
- Linda, D., Thorbahn, L. D., & Newton, R. A. (1996). Use of the berg balance test to predict falls in elderly patients. *Physical Therapy*, 76, 576-583.
- Lord, S. R., Ward, J. A., Williams, P., & Anotey, K. J. (1994). Physiological factors associated with falls in older community – dwelling women. *Journal of American Geriatrics Society*, 42, 1110-1117.
- Macias, J. D., Massingale, S., Gerkin, R. D. (2005). Efficacy of Vestibular rehabilitation therapy in reducing fall. *Journal of American Academy of Otolaryngology Head Neck Surgery*, 133 (3), 323-325.
- Mackey, D. C., & Robinovitch, S. N. (2004). Mechanisms underlying age-related differences in ability to recover balance with the ankle strategy. *Gait & Posture*, 23, 59-68.
- Maki, B. E., Holiday, P. J., & Fernie, G. R. (1989). A posture control model and balance test for the prediction of relative postural stability. *Medicine of Clinical North America*, 73, 1337-1349.
- Maki, B. E., Holiday, P. J., & Topper, A. K. (1991). Fear of falling and postural performance in the elderly. *Journal Gerontology*, 46, M123-M131.
- Manmai, P. (2005). *Effect of Thi – Chi exercise on Balance control and Neuropsychological performance in Elderly practitioners*. Unpublished master's thesis (Sport science) Mahidol university, Bangkok.
- Masseo, R. S., Evan, W.J., Hagberg, J., & Starzell, J. (1998). Exercise and physical activity for older adult. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 30, 992-1008.
- Matin, U. (1998). The role of the nurse specialist in osteoporosis. *Nursing Times*, 22(16), 50-51.
- Mayfield, D. M. (1982). An Investigation of the effect of a ten- week aerobic dance program on cardio- respiratory functioning, body composition and self- actualization of selected females. *DAI-A*, 42(10), 4352: (University microfilm No. AAT8205828).

- Menz, H. B., Lord, S. R., George, R. S., & Fitzpatrick, R. C. (2004). Walking stability and sensorimotor function in older people with diabetic peripheral neuropathy. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, 85*, 45-252.
- Palank, C. L. (1991). Determinants of health promotion behavior. *Nursing Clinics of North America, 26*, 815-831.
- Parody, K. (2006). *Dance to Your Health*. Retrieved April 11 from [http://www.usada.org/press\\_center/press\\_releases/latest\\_releases/2743/index.cfm](http://www.usada.org/press_center/press_releases/latest_releases/2743/index.cfm)
- Pender, N. S., Murdaugh, C. L., & Parsons, M. A. (2002). *Health promotion in nursing practice* (4th ed.). New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Pichaiyongvongdee, N. (2000). *Comparison of Standing Balance Performance, Proprioception and Muscle Strength between Woman with and without symptomatic knee osteoarthritis*. Unpublished master's thesis (Physiotherapy) Mahidol university, Bangkok.
- Podsiadlo, D., & Richardson, S. (1991). The Timed Up and Go Test. A test for basic functional mobility for frail elderly. *Journal American Geriatric Society, 39*, 142-148.
- Poole, J. L. (1991). Age related changes in sensory system dynamics related to balance. *Physical & Occupation Therapy in Geriatrics, 10*, 55-56.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2003). *Basic nursing* (5th ed.). St. Louis: Mosby, Inc.
- Powell, L. E., & Myers, A. M. (1995). The activity-specific balance confidence (ABC) scale. *Journal of Gerontology: Medical sciences, 50A*(1), M28-M34.
- Prachasilchai, S. (1999). *Use of Berg Balance Test to identify Fall in Thai Elderly*. Unpublished master's thesis (Physiotherapy) Faculty of graduate studies Mahidol university, Bangkok.
- Pradia, V. B. (1997). The effect of aerobic line dancing and traditional aerobic dancing on cardio-respiratory endurance among ninth-grade female students. *DAI-A, 58*(1), 10: (University microfilm No. AAT 9718191).
- Resnick, B. (2005). Elders Urged to "Dance to Your Heart's Content". Retrieved April 4, 2005, from <http://www.amdo.com/caring/April 2003/exercise.htm>
- Ritter, M. & Low, K. G. (1996). Effects of dance/movement therapy: a meta-analysis. *The Arts in Psychotherapy, 23*, 249-260.
- Rogers, M. E., Fernandez, J. E., Bohlken, R. M. (2001). Training to reduce postural sway and functional reach in the elderly. *Journal of Occupational Rehabilitation, 11*, 291-298.

- Sattin, R. W., Easley, K. A., Wolf, S. L., Chen, Y., & Kutner, M. H. (2005). Reduction in fear of falling through intense tai chi exercise training in older, transitionally frail adults. *Journal of American Geriatrics Society*, *53*, 1168-78.
- Schoenfelder, D. P. & Van Why, K. (1997). A fall prevention educational program for community dwelling seniors. *Public Health Nursing*, *16*, 383-390.
- Schuitz, A. B. (1995). Muscle function and mobility biomechanics in elderly: An overview of some recent research. *Journal of Gerontology*, *50*(1), 60-65.
- Shumway–Cook, A., & Woollacott, M. H. (1995). *Motor control theory and practical applications* Baltimore: Willams & Wilkins.
- Shumway–Cook, A., Gruber, W., Baldwin, M., & Lias, S. (1997). The effect of multidimensional exercises on balance, mobility, and fall risk in community – dwelling older adults. *Physical Therapy*, *77* (1), 46-57.
- Sinaki, M., & Lynn, S. G. (2002). Reducting the risk of fall through proprioceptive dynamic posture training in osteoporotic women with kyphotic posturing. *American Journal of Physical Rehabilitation*, *81*, 241-246.
- Squire, A. (2002). *Heath and well- being for older people: Foundation for practice*. Edinburge: Bailliere Tindall.
- Srisomphon, C. (2000). *Electronysagmographic finding in diabetes mellitus patients with and those without dizziness or vertigo*. Unpublished master’ s thesis (Communication disorders) Mahidol university, Bangkok.
- Stevens, J. A. (2005). Fall among older adults - risk factors and prevention strategies. *Journal of Safety Research*, *36*, 409-411.
- Stockslager, J. L. (2003). *Hanbook of geriatric nursing (3rd ed. )*. Philadelphia: Williams & Wilkins a Kluwer company.
- Sullivan, E. V., Rosenbloom, M. J., Pfefferbaum, A. (2004). Balance and gate deficits in schizophrenia compounded by the comorbidity of alcoholism. *American Journal of Psychiatry*, *161*, 751-755.
- Tayer-Piliae, R. E., Haskell, W.L., Scotts, N. A., & Froelicher, E. S. (2006). Improvement in balance, strength, and flexibility after 12 weeks of Tai chi exercise in ethnic Chinese adults with cardiovascular disease risk factors. *Alternative Therapy Health Medicine*, *12*(2),50-8.

- Thelan, L.A., Davie, J. K., Urdan, L. D., & Lough, M. E.(1992). *Critical care nursing: Diagnosis and management* (2nd ed.). St. Louis: Mosby.
- Tinetti, M. E., Richman, D., & Powell, L. (1990). Fall efficacy as a measure of fear of falling. *Journal of Gerontology: Psychological sciences*. 45, 239-243.
- Valentine-Garzon, M. A., Maynard, M., & Selznick, S. Z. (1992). ROM dance program effect on frail elderly women in an adult day center. *Physical and Occupational Therapy in Geriatrics*, 11, 63-83.
- Van Deusen, J., & Harlowe, D. (1987). A comparison of the ROM dance home exercise/rest program with traditional routines. *The Occupational Journal of Research*, 7, 349-361.
- Vergheze, J., Lipton, R. B., Kate, M. J., Hall, C. B., Derby, C. A., Kuslansky, G., et al, (2003). Leisure activities and the risk of dementia in the elderly. *The New England Journal Medicine*, 348, 2508-2516.
- Visser, J. E., Bloom, V. R. (2005). Role of the basal ganglia in balance control. *Neural Plast*, 12(2-3), 161-74.
- Wagner, E. H., Lacroix, A. Z., Grothaus, L., & Buchner, D. M., (1994). Preventing disability and falls in older adults: A population- based randomized trial. *American journal of Public Health*, 84, 1800-1808.
- Woollacott, M. H. (1993). Age-related changes in posture and movement. *Journal Gerontology*, 48 (special issue), 56-60.
- Yan, J. H. (1998). Thi Chi practice improves senior citizen' balance and arm movement control. *Journal of aging and physical activity*, 6, 271- 284. Retrieved from Silver Plotter File: [CD-ROM]. CINAHL 1999-2000 SI: 0074882.
- Zhang, J. G., Ishikava-Takata, K., Yamasaki, H., Morita, T., & Ohta, T. ( 2006). The effect of Tai Chi on physiological function and fear of falling in the less robust elderly: An intervention study for preventing falls. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 42(2006), 107-116.