

บรรณานุกรม

- กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2542). การดูแลตนเองในผู้สูงอายุ. *วารสารพยาบาลสาธารณสุข, 10(1)*, 13-14.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2546). *แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายอย่างง่ายของการกีฬาแห่งประเทศไทย*. กรุงเทพมหานคร: นิเวศมิตรการพิมพ์.
- กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการวิชาการ. (2547). *แผนรณรงค์สร้างสุขภาพ 2547 สร้างสุขภาพโดยสุขบัญญัติแห่งชาติ*. ม.ป.ท.
- ชนิษฐา นาคะ. (2542). วิถีชีวิตและการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในหมู่บ้านชนบทแห่งหนึ่งในภาคใต้. *วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรดุษฎีบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล*, กรุงเทพมหานคร.
- ชนิษฐา นาคะ, สุนุตตรา ตะบูนพงศ์ และเนตรนภา คู่พันธ์วี. (2545). *รายงานการวิจัย: สถานการณ์การออกกำลังกายของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลา*. ม.ป.ท.
- คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ. (2545). *แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2545 - 2564*. กรุงเทพมหานคร: สำนักนายกรัฐมนตรี.
- จันทนา รณฤทธิวิชัย. (2543). *พยาธิสรีรภาพการไหลเวียนเลือด*. ใน *ลิวรรณ อุนนารักษ์, จันทนา รณฤทธิวิชัย, วิไลวรรณ ทองเจริญ, วินัส ลิ้มกุล และพัสมณต์ คุ่มทวีพร (บรรณาธิการ), พยาธิสรีรวิทยาทางการพยาบาล (พิมพ์ครั้งที่ 4, หน้า 187 - 265)*. กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์.
- จันทนา รณฤทธิวิชัย. (2545). *การศึกษาทางชีวภาพในผู้สูงอายุและทฤษฎีความสูงอายุ*. ใน *จันทนา รณฤทธิวิชัย และวิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ), หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ (หน้า 28 - 50)*. กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์.
- จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ. (2543). *สถานะสุขภาพของคนไทย*. กรุงเทพมหานคร: โครงการสำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบ.
- จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ, มงคล ณ สงขลา, อรุณ จิรวัดน์กุล, ยงยุทธ ขจรธรรม และนภาพร ชโยวรรณ. (2547). *การสำรวจสุขภาพประชากรอายุตั้งแต่ 50 ขึ้นไปในประเทศไทย ปี พ.ศ. 2538*. ค้นเมื่อ 9 กันยายน 2547, จาก <http://www.anamai.moph.go.th/advisor/202/20201.html>

- จันเพ็ญ แสงเทียนฉาย, จีราพร เกศพิชญวัฒนา, ยุกิน อังสุโรจน์ และ Ingersoll - Dayton, B. (2544). ความสัมพันธ์ระหว่างการช่วยเหลือเกื้อหนุนในครอบครัวกับความสุขทางใจของผู้สูงอายุไทย. *วารสารประชากรศาสตร์*, 17(2), 1 - 18.
- จิริยา อินทนา และนุจรีร์ย สะครม. (2546). ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดราชบุรี. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีราชบุรี*, 15(1), 28 - 36.
- จินดา บุญช่วยเกื้อกุล. (2543). การดูแลรักษาและการส่งเสริมสุขภาพ. ใน สุพัฒน์ วีระเวชเจริญชัย (บรรณาธิการ), *สุขภาพเพื่อชีวิต* (พิมพ์ครั้งที่ 3, หน้า 63 - 94). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- จ่านง อติวัฒน์สิทธิ์, เสาวคนธ์ สุดสวาสดิ์, เฉลียว ฤกษ์จิพมิล, ประพีร์ วิริยะสมบุญ, สุดา ภิรมย์แก้ว และสุรพันธ์ เพชรราภา. (2543). *สังคมวิทยา* (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพมหานคร: เทกแอนด์เจอร์นัลพับลิเคชั่น.
- ฉัตรสุนัน พงศ์ภิญาญ. (2547). บทบาทและสถานะทางเพศของผู้สูงอายุไทย. *วารสารสาธารณสุขศาสตร์*, 34(2), 99 - 109.
- ชลิตภากร วีรพลิน. (2542). การฝังเข็มและฝังชนบท: วิสัยทัศน์ของกระบวนการฝัง. *วารสารประชากรศาสตร์*, 15(2), 1 - 29.
- ชลธิชา สงวนวงษ์. (2539). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลความรู้ด้านโภชนาการ ความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน การรับรู้ภาวะสุขภาพทางกายกับพฤติกรรม การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุแขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- ชุตีวรรณ ปุรินทราภิบาล. (2541). การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในการส่งเสริม พฤติกรรมสุขภาพด้านการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุในจังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- ชูศักดิ์ เวชแพทย์. (2541). สรีระวิทยาของการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ. ใน บรรลุ ศิริพานิช (บรรณาธิการ), *การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ* (พิมพ์ครั้งที่ 2, หน้า 1 - 10). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

- ณัฐวรรณ ญาณลักษณ์. (2544). ผลของการยืดกล้ามเนื้อโดยใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ที่มี
ความอ่อนตัวในผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์
การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- ณิชกานต์ ชันขาว. (2543). การเข้าร่วมกิจกรรมและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสมาชิกชมรม
ผู้สูงอายุโรงพยาบาลมหาราชนครศรีธรรมราช. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- เดชา เส็งเมือง. (2538). พฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในชนบท. วิทยานิพนธ์
การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ถาวรินทร์ รัชษ์บำรุง. (2544). ผลการฝึกออกกำลังกายด้วยความเข้มข้นระยะเวลาและความบ่อย
ที่แตกต่างกันต่อสมรรถภาพทางกาย. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขา
วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- ทิพย์สุนันท์ ผลประสาท. (2543). การดูแลสุขภาพของตนเองของผู้สูงอายุอำเภอบ้านกรวด
จังหวัดบุรีรัมย์. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัย
ขอนแก่น, ขอนแก่น.
- ธิดารัตน์ ทรายทอง. (2547). ความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลสถานการณ์อิทธิพลระหว่างบุคคล
ความมุ่งมั่นต่อการออกกำลังกายและพฤติกรรมการออกกำลังกายของสมาชิก
กลุ่มออกกำลังกายในจังหวัดพังงา. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- ธีรพร โสดาบรรลุ. (2546). พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพตามวิถีไทยของผู้สูงอายุจังหวัดภูเก็ต.
วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาระบบสาธารณสุข
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- นภาลัย เพ็ชรดำ. (2547). ปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดการเข้าเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุและ
ความต้องการกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์, สงขลา.
- น้ำทิพย์ มะลิ. (2544). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตอำเภอ
เมืองจังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.

- นิตยา ไกรวงศ์. (2536). *บริโภคนิสัยและภาวะโภชนาการของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลา*.
 วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่
 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- นิตยา ภาสุนันท์. (2545). *มโนทัศน์ในการพยาบาลผู้สูงอายุ*. ใน *จันทนา รัตนฤทธิชัย
 และวิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ), หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ (หน้า 1 - 27)*.
 กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์.
- นิติกุล ชัยรัตน์. (2541). *ผลของกายบริหารแบบไทยท่าฤๅษีดัดตนต่อสมรรถภาพทางกายและ
 ความพอใจในการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค 2*.
 วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลสาธารณสุขศาสตร์
 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- นิยม จันท์แนม. (2547). *แนวโน้มยุทธศาสตร์การสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในทศวรรษหน้า
 พ.ศ.2555 โดยใช้เทคนิคเดลฟาย*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาระบบสาธารณสุข คณะพยาบาลศาสตร์
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- นงลักษณ์ บุญไทย. (2539). *ความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุและความสัมพันธ์
 กับปัจจัยอื่น*. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาอนามัยครอบครัว
 คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- บรรเทิง เกิดปรางค์. (2541). *การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย*. กรุงเทพมหานคร:
 สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- บรรลุ ศิริพานิช. (บรรณาธิการ). (2541). *หลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ
 ทั่วไป*. ใน *การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ (พิมพ์ครั้งที่ 2, หน้า 11 - 30)*.
 กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2542). *ผู้สูงอายุไทย*. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดีการพิมพ์.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2545). *คู่มือผู้สูงอายุฉบับสมบูรณ์*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- บรรลุ ศิริพานิช, ฉลาด ธิรพัฒน์, มรกต สิงห์หะคะเซนทร์, พนิษฐา พานิชานีวะกุล และ
 เพ็ญจันทร์ ประดับมุข. (2547). *ชมรมผู้สูงอายุการศึกษารูปแบบการดำเนินงานที่
 เหมาะสม 2539. วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม, 20(2). ค้นเมื่อ
 26 มิถุนายน 2547, จาก <http://www.anamai.moph.go.th/advisor/202/20206.html>*

- บุญชูบ ประเสริฐผล. (2545). *ความรู้ทางโภชนาการและการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ บ้านช่างคำหลวง ตำบลบ้านแหวน อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- บุญศรี นุกะตุ. (2545). *บทบาทและสัมพันธภาพระหว่างผู้สูงอายุกับครอบครัวและชุมชน*. ใน บุญศรี นุกะตุ, ปาลีรัตน์ พรทวีกันทา และคณะ (บรรณาธิการ), *การพยาบาลผู้สูงอายุ* (หน้า 167 - 188). นนทบุรี: บริษัท ยุทธินทรการพิมพ์.
- เบญจพร สุขประเสริฐ, ประไพศรี ศิริจักรวาล และประภาศรี ภูเสถียร. (2541). *ทัศนคติ ความรู้ ด้านอาหารและโภชนาการ และพฤติกรรมบริโภคอาหารของคนกรุงเทพมหานคร*. *วารสารพยาบาลศาสตร์*, 16(3), 71 - 83.
- ปารีชาติ เมืองขวา. (2544). *ความเครียดและวิธีการเผชิญความเครียดของครูเกษียณอายุราชการ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- ปาลีรัตน์ พรทวีกันทา. (2541). *แบบแผนชีวิตที่สร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ปาลีรัตน์ พรทวีกันทา. (2545). *ภาวะโภชนาการในผู้สูงอายุ*. ใน บุญศรี นุกะตุ, ปาลีรัตน์ พรทวีกันทา และคณะ (บรรณาธิการ), *การพยาบาลผู้สูงอายุ* (หน้า 39 - 69). นนทบุรี: ยุทธินทรการพิมพ์.
- ปิยทัศน์ ทศนาวิวัฒน์. (2537). *ผู้สูงอายุกับการออกกำลังกาย*. ใน วิรุฬห์ เหล่าภัทรเกษม (บรรณาธิการ), *กีฬาเวชศาสตร์* (หน้า 260 - 267). กรุงเทพมหานคร: พีพีเอเรนบุคส์เซนเตอร์.
- ปิยะนุช รักพาณิชย์. (2546). *กระบวนการทัศนียภาพใหม่ของการออกกำลังกายและสุขภาพ*. *เอกสารประกอบการบรรยายเชิงปฏิบัติการเพื่อจัดทำข้อเสนอแนะนำการออกกำลังกายสำหรับประชาชน วันที่ 28 - 30 ตุลาคม 2546*. ปทุมธานี: โรงแรมบางกอกกอล์ฟสปาร์รีสอร์ท.
- ปิยะพันธุ์ นันตา. (2541). *การรับรู้ด้านสุขภาพ ความสามารถของตนเองกับการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.

- ปิยะพันธุ์ นันตา. (2545ก). กิจกรรมและการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ. ใน บุญศรี นุเกตุ, ปาลีรัตน์ พรทวีภัณฑา และคณะ (บรรณาธิการ), *การพยาบาลผู้สูงอายุ* (หน้า 90 - 98). นนทบุรี: ยุทธินทร์การพิมพ์.
- ประภาส จิตตาศิริวัตร. (2544). ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุตำบลสวนแตง อำเภอละแม จังหวัดชุมพร เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมและกลุ่มที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ. *วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม*, 24(1). ค้นเมื่อ 5 กันยายน 2547, จาก <http://www.anamai.moph.go.th/advisor/24108.html>
- ประภา ลิ้มประสูตร, แอนน์ สารจินดาพงศ์ และวงเดือน สุวรรณศิริ. (2545). ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในจังหวัดพิษณุโลก. *วารสารพยาบาลสาธารณสุข*, 16(3), 35 - 41.
- ปราโมทย์ ประสาทกุล และปัทมา ว่าพัฒน์วงศ์. (2547). ประชากรผู้สูงอายุของประเทศไทย พ. ศ. 2503 - 2563. *วารสารประชากรและสังคม*, 12(2), 33 - 60.
- พจนา ปิยะปกรณ์ชัย. (2541). การพยาบาลผู้ป่วยที่มีปัญหาโรคหัวใจและหลอดเลือด. ใน คณาจารย์สถาบันพระบรมราชชนก (บรรณาธิการ), *การพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ เล่ม 2* (พิมพ์ครั้งที่ 2, หน้า 1 - 131). กรุงเทพมหานคร: ประชุมช่างการพิมพ์.
- พรนิตย์ วรรณพิสิษฐกุล. (2547). การยึดกล้ามเนื้อ ใน วิภาวรรณ ลีลาสำราญ และวุฒิชัย เหมศิริวานิชย์ (บรรณาธิการ), *ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและในโรคต่าง ๆ* (หน้า 47 - 74). สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.
- พรธนาวี พุฒธนะ. (2539). ภาวะสุขภาพและแบบแผนชีวิตผู้สูงอายุ. *รามาทิบัติพยาบาลสาร*, 2(3), 33 - 43.
- พัชรารวรรณ ศรีศิลป์นันท์. (2544). ความสัมพันธ์ของสุขภาพช่องปากต่อภาวะโภชนาการในผู้สูงอายุ. *วารสารพดมาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 2(3), 47 - 52.
- พัฒน์มณฑ์ คุ่มทวีพร. (2545). นันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ. ใน จันทนา รณฤทธิวิชัย และ วิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ), *หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ* (หน้า 99 - 108). กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์.
- พิชิต ภูติจันทร์. (2547). *การฝึกน้ำหนักเบื้องต้น*. กรุงเทพมหานคร: โอเอสพริ้นติ้งเฮาส์.
- พิรุณ รัตนวิษ. (2546). ปัจจัยที่มีอิทธิพลพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีตรัง. *วารสารการศึกษาพยาบาล*, 14(3), 69 - 77.

- เพียงใจ ระซังทอง. (2542). *ความสัมพันธ์ของปัจจัยคัดสรรกับวิถีชีวิตผู้สูงอายุในเขตมีนบุรี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.*
- เพลินพิศ ฐานิวัฒนานนท์, วิภาวี คงอินทร์, พัชรียา ไชยลังกา, นवलจันทร์ รมณาร์ักษ์, สาวิตรี ลิ้มชัยอรุณเรือง, อุษณีย์ ตันตรีบุรณ และคณะ. (2544). *รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพ และการให้การดูแลผู้สูงอายุภายใต้เงื่อนไขการมีส่วนร่วมของชุมชนและตรงกับความต้องการผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาในจังหวัดสงขลา. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.*
- มงคล แฝงสาเคน. (2541). *วิทยาศาสตร์การกีฬา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ศิลปาบรรณาการ.*
- มุกิตา พันภัยพาล, สมพร เตรียมชัยศรี และไพลิน นุกุลกิจ. (2545). *ปัจจัยที่สัมพันธ์กับประสบความสำเร็จด้านสุขภาพของครอบครัวในผู้สูงอายุไทย. วารสารพหุศึกษาและเวชศาสตร์ ผู้สูงอายุ, 3(4), 3 - 18.*
- เยาวรัตน์ ปรปักษ์ขาม. (2542). *สภาวะสุขภาพและแนวโน้มประชากรสูงอายุไทย. ค้นเมื่อ 6 กันยายน 2547, จาก <http://www.hsri.or.th/database/query.asp?year=42&time=130>*
- รัตนวดี ณ นคร. (2537). *โรคทั่วไปที่เป็นปัญหาในการออกกำลังกาย. ใน วิรุฬห์ เหล่าภัทรเกษม (บรรณาธิการ), กีฬาเวชศาสตร์ (หน้า 177 - 198). กรุงเทพมหานคร: พีพีฟอเรนบุคส์เซนเตอร์.*
- ระพี สาคริก. (2546). *ความสุขที่พบได้จากการเรียนรู้ภายในวิถีชีวิตตนเองอย่างอิสระ. วารสารสาธารณสุขมูลฐานภาคกลาง, 18(4), 33 - 39.*
- รสสุคนธ์ แสงมณี. (2537). *การเข้าร่วมชมรมผู้สูงอายุและแบบแผนชีวิตของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.*
- ราตรี ฤทธิรัตน์. (2547). *การดูแลที่บ้านเพื่อการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.*
- รุ่งทิพย์ แปงใจ. (2542). *การสนับสนุนจากคู่สมรสกับความผาสุกของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.*

- ลิขิต อมาตยคง. (2537). การวัดและประเมินสมรรถภาพทางกาย. ใน วิรุฬห์ เหล่าภัทรเกษม (บรรณาธิการ), *กีฬาเวชศาสตร์* (หน้า 99 - 125). กรุงเทพมหานคร: พีบีฟอเรนบुकส์เซนเตอร์.
- วรรณภา กุมารจันทร์. (2543). *คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในภาคใต้ตอนบน*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- วรรณีย์ ดำรงรัตน์, เบญจพร สุขประเสริฐ, กาญจน์ สิทธิวงศ์, ชุตินา อัครการโกวิท และพัฒน์วดี เสรินทวัฒน์. (2545). สัมพันธภาพในครอบครัวการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชุมชนแออัดเขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร. *วารสารพยาบาล*, 51(4), 207 - 216.
- วรรณภา ศรีธีร์รัตน์, ผ่องพรรณ อรุณแสง, อัมพร เจริญชัย, สุชุมาล ธนาเศรษฐ์อังกูล และพรรณงาน พวรรณเชษฐ์. (2545). *ระบบบริการสุขภาพและหลักประกันสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุประเทศไทย*. ขอนแก่น: โรงพิมพ์คัลลังนานาวิทยา.
- วรุฒิ เจริญศิริ. (2547ก). *ทดสอบสมรรถภาพทางกาย(ตอนที่1)*. ค้นเมื่อ 19 พฤษภาคม 2547, จาก http://www.bangkokhealth.com/exercise_htdoc/exercise_health_detail.asp?Number=9392
- วรุฒิ เจริญศิริ. (2547ข). *ทดสอบสมรรถภาพทางกาย(ตอนที่3)*. ค้นเมื่อ 19 พฤษภาคม 2547, จาก http://www.bangkokhealth.com/exercise_htdoc/exercise_health_detail.asp?Number=9396
- วสันต์ ศิลปสุวรรณ และพิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ. (2542). *การวางแผนและประเมินผลโครงการส่งเสริมสุขภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. กรุงเทพมหานคร: เจริญดีการพิมพ์.
- วสุธร ตันวัฒน์กุล. (2543). *สุขภาพกับคุณภาพชีวิต*. ชลบุรี: เอบีพรีน.
- วิจักร อากัปกรณ์. (2546). *สร้างสุขภาพด้วยการออกกำลังกายจากนโยบายสู่การปฏิบัติ*. *วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม*, 26(3), 47 - 58.
- วิชัย อึ้งพินิจพงศ์. (2537). หลักการฝึกสมรรถภาพทางกาย. ใน วิรุฬห์ เหล่าภัทรเกษม (บรรณาธิการ), *กีฬาเวชศาสตร์* (หน้า 86 - 98). กรุงเทพมหานคร: พีบีฟอเรนบुकส์เซนเตอร์.

- วินัย ดะห์ลัน. (2545). โภชนาการในผู้สูงอายุ. ใน วินัย ดะห์ลัน, สุจิตรา บุญหยง, ทิพยเนตร อริยปิติพันธ์, ไพลิน สิทิวีเชียยวงศ์ และวนิดา นพพรพันธ์ (บรรณาธิการ), *อาหารโภชนาการและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร* (พิมพ์ครั้งที่ 3, หน้า 145 - 154). กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วินัย ดะห์ลัน และศัลยา คงสมบูรณ์เวช. (2545). หลักของโภชนาการ. ใน วินัย ดะห์ลัน, สุจิตรา บุญหยง, ทิพยเนตร อริยปิติพันธ์, ไพลิน สิทิวีเชียยวงศ์ และวนิดา นพพรพันธ์ (บรรณาธิการ), *อาหารโภชนาการและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร* (พิมพ์ครั้งที่ 3, หน้า 1 - 93). กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิพุธ พูลเจริญ (บรรณาธิการ). (2544). *สุขภาพ: อุดมการณ์และยุทธศาสตร์ทางสังคม* (พิมพ์ครั้งที่ 1, หน้า 33 - 38). กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยระบบ.
- วิภาวรรณ ชะอุ่ม เพ็ญสุขสันต์. (2543). การจัดการกับความเครียด ใน สมจิต หนูเจริญกุล, วัลภา ตันตโยทัย และรวมพร คงกำเนิด (บรรณาธิการ), *การส่งเสริมสุขภาพแนวคิด ทฤษฎีและการปฏิบัติการพยาบาล* (หน้า 165 - 181). นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- วิภาวรรณ ลีลาสำราญ. (2547ก). สุขภาพสมรรถภาพทางกายและการออกกำลังกาย ใน วิภาวรรณ ลีลาสำราญ และวุฒิชัย เพ็ญศิริวานิชย์ (บรรณาธิการ), *ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและในโรคต่าง ๆ* (หน้า 1 - 20). สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.
- วิภาวรรณ ลีลาสำราญ. (2547ข). การออกกำลังกายในผู้สูงอายุ ใน วิภาวรรณ ลีลาสำราญ. และ วุฒิชัย เพ็ญศิริวานิชย์ (บรรณาธิการ), *ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและในโรคต่าง ๆ* (หน้า 219 - 237). สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.
- วิภาวี คงอินทร์. (2537). *การพยาบาลผู้สูงอายุ*. สงขลา: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- วิภาวี คงอินทร์. (2547). สุขภาวะ ปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพและแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพแก่ บุคคลวัยผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ ใน วรรณิ์ จันทร์สว่าง และปิยะนุช จิตตุนนท์ (บรรณาธิการ), *เอกสารคำสอนรายวิชาการพยาบาลเพื่อสุขภาพ* (หน้า 214 - 233). คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์: ม.ป.ท.
- วิรุฬห์ เหล่าภัทรเกษม (บรรณาธิการ). (2537). การตรวจประเมินสุขภาพก่อนเล่นกีฬา. ใน *กีฬาเวชศาสตร์* (หน้า 1 - 13). กรุงเทพมหานคร: พีบีฟอเรนบุคส์เซนเตอร์.

- วิไลวรรณ ทองเจริญ. (2545). การเปลี่ยนแปลงทางกายภาพสรีรวิทยาจิตสังคมและจิตวิญญาณ
ในผู้สูงอายุ. ใน จันทนา รัตนทิวิชัย และวิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ),
หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ (หน้า 51 - 75). กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์.
- วุฒิชัย เพิ่มศิริวานิชย์. (2547). การออกกำลังแบบแอโรบิก ใน วิชาการวรรณ ลีลาสำราญ
และวุฒิชัย เพิ่มศิริวานิชย์ (บรรณาธิการ), การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและในโรค
ต่างๆ (หน้า 81 - 124). สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.
- ศิริณี ปันคำ. (2542). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชนบทจังหวัดเชียงราย. วิทยานิพนธ์
พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2540). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย(เล่ม 2)วัยรุ่น - วัยสูงอายุ.
กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สมจินต์ เพชรพันธ์ศรี, พัสมณห์ คุ่มทวีพร และวัฒนา พันธุ์ศักดิ์. (2545). การส่งเสริมสุขภาพ
การป้องกันอุบัติเหตุ และการฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุ. ใน จันทนา รัตนทิวิชัย
และวิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ), หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ (หน้า 83 - 116).
กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์.
- สมชาย ลีทองอิน. (2543). สุขภาพดีได้ทุกวันออกกำลังกายไร้รูปแบบไม่เสียเงินไม่เสียเวลา
ไม่เสียงาน. วารสารหมอชาวบ้าน, 22(259), 9 - 22.
- สมชาย ลีทองอิน. (2546). ทางเลือกใหม่ของการออกกำลังกาย. วารสารอนามัยสิ่งแวดล้อม,
7(2), 33 - 37.
- สมบัติ ไชยวัฒน์, ยูพิน กลิ่นขจร, ดวงฤดี ลาคุชชะ, และทิพากร วงศ์หงส์กุล, (2543).
การสนับสนุนทางสังคมโดยเครือข่ายความสามารถในการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิต
ของผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง. พยาบาลสาร, 27(2), 29 - 41.
- สมพร ชัยอยุธยา. (2542). คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนแออัดเขตเทศบาลนครขอนแก่นจังหวัด
ขอนแก่น. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลชุมชน
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- สมภาพ เรืองตระกูล และอรพรพรรณ ทองแดง. (2542). โรคทางจิตเวชในผู้สูงอายุ. ใน
เกียรติชัย งามทิพย์ และสุธีรา ภักธายุตวรรัตน์ (บรรณาธิการ), ตำราจิตเวชศาสตร์
(พิมพ์ครั้งที่ 6, หน้า 374 - 379). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เรือนแก้ว.

- สาวิตรี ลิ้มชัยอรุณเรือง. (2536). *ปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้กระบวนการสูงอายุและคุณภาพชีวิต*.
 วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาพัฒนศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย
 ศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, กรุงเทพมหานคร.
- สุชาติ โสมประยูร. (2542). *วิงสมาธิเส้นทางสู่สุขภาพและสมรรถภาพที่สมบูรณ์*.
 กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ.
- สุดา วิไลเลิศ. (2536). *ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพและภาวะสุขภาพในผู้สูงอายุ*.
 วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลอายุรศาสตร์
 และศัลยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล, ชัยยศ คุณานุสนธิ, ไพบุลย์ สุริยวงศ์ไพศาล และวิพุธ พูลเจริญ. (2542).
ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุไทย 1. กรุงเทพมหานคร: โฮลิสติกพับลิชชิง.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2543). *สถานะของประชากรผู้สูงอายุไทยในปัจจุบันและการดำเนินการ
 ต่างๆ ของประเทศ*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2544). *หลักสำคัญของเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*. กรุงเทพมหานคร:
 โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาพรรณ ตันตราชีวะธ. (2546). *โคเลสเตอรอลกับโรคหัวใจขาดเลือด*. *วารสารโภชนาบำบัด*,
 14(3), 157 - 166.
- สุภาพ พงษ์สุวรรณ. (2545). *การศึกษาเปรียบเทียบผลของการเดินแอโรบิคแบบผสมผสาน
 เป็นช่วงและการเดินแอโรบิคแบบผสมผสานต่อเนื่องที่มีต่อสมรรถภาพทางกาย*.
 วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
 กรุงเทพมหานคร.
- สุภาพ อารีเอื้อ. (2540). *ความเครียดการเผชิญปัญหาและคุณภาพชีวิตของหญิงสูงอายุ
 โรคข้อเข่าเสื่อม*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่
 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- สุรศักดิ์ เกิดจันทิก, นิตยา เกิดจันทิก, เส็งียม รวบรวม, พรชลิต จารุรักษ์พงศ์, ตระกูล กาชัย,
 ศักดิ์สยาม แสงวงไวศยสุข และคณะ. (2546). *การศึกษาสมรรถภาพทางกายของ
 ประชาชนไทยโดยการทดสอบอย่างง่าย*. กรุงเทพมหานคร: นิเวศมิตรการพิมพ์.
- สุวัฒน์ ศรีสรณ์ตร, อรณัฐ ภาชีน, วันทนีย์ ขำเพ็ญ และลักขณา เต็มศิริกุลชัย. (2543).
ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุชนบทในจังหวัดนครราชสีมา.
วารสารสุขศึกษา, 23(84), 76 - 90.

- สุวลักษณ์ รัตตธา. (2545). *ความรู้เกี่ยวกับคำว่าท้องถิ่น*. ค้นเมื่อ 19 พฤษภาคม 2547, จาก <http://www.school.net.th/create-web/10000/generality/10000-5958.htm>
- สุวิณี วิวัฒน์วานิช. (2545). *ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมสุขภาพที่ต่อเนื่องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไทย*. วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต สาขาประชากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- สุวิณี วิวัฒน์วานิช, กฤตยา อาชวนิจกุล และจิราพร เกศพิชญวัฒนา. (2546). การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในจังหวัดกาญจนบุรี: แนวทางการศึกษาร่วมกับชมรมผู้สูงอายุ. *วารสารพฒนาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 4(2), 19 - 26.
- สุวิทย์ วิบุลผลประเสริฐ, พิณฑุสร เหมพิสุทธิ์ และทิพวรรณ อิศรพัฒนาสกุล. (2538). *การศึกษาวิเคราะห์ความต้องการผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ช่วยตนเองไม่ได้อีก 2 ทศวรรษหน้า*. ค้นเมื่อ 4 กันยายน 2547, จาก <http://www.anamai.moph.go.th/advisor/202/20202.htm>
- เสก อักษรานุเคราะห์. (ม.ป.ป.). *การออกกำลังกายเพื่อชะลอความแก่*. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท.
- โสภา หอยสังข์. (2541). *ความต้องการการดูแลและการรับรู้การดูแลที่ได้รับจากครอบครัวของผู้สูงอายุในชนบท*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2546). *จำนวนประชากรผู้สูงอายุทั่วประเทศ(อายุ 60 ปีขึ้นไป)*. ค้นเมื่อ 4 กันยายน 2547, จาก <http://oppo.go.th/info/data process.htm>
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2541). *สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย*. ค้นเมื่อ 4 กันยายน 2547, จาก <http://www.lib.ru.ac.th/journal/op stat economy.html>
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุราษฎร์ธานี. (2547). *สถิติข้อมูลด้านสาธารณสุขจังหวัดสุราษฎร์ธานี*. อดุลำเนา.
- สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. (2546). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย*. ค้นเมื่อ 4 กันยายน 2547, จาก <http://oppo.opp.go.th/info/data process.htm>
- สำนักส่งเสริมสุขภาพกรมอนามัย. (2546). *การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุไทย. สถานการณ์สุขภาพและสิ่งแวดล้อม*, 8(3), 1 - 4.
- เสาวภา เทียมศรี. (2539). *ผลของการเดินแอโรบิคแบบแรงกระแทกต่ำเสริมด้วยน้ำหนักที่มีผลต่อสมรรถภาพทางกายของผู้สูงอายุ*. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.

- อภิญา ธรรมแสง. (2544). *สัดส่วนและปัจจัยที่สัมพันธ์กับการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครขอนแก่นจังหวัดขอนแก่น*. วิทยานิพนธ์สาธาณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น คณะสาธาณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- อารยา พัฒนพิพิธไพศาล. (2542). *การศึกษาการจัดการกับภาวะเครียดของสมาชิกในครอบครัวเขตเมืองและเขตชนบท จังหวัดอุบลราชธานี*. ค้นเมื่อ 4 กันยายน 2547, จาก <http://web.ubu.ac.th/home/prasri/library/research/1537.htm>
- อรุณช ธรรมสอน. (2544). *แบบแผนชีวิต ปัญหาสุขภาพ และความต้องการพึ่งพาของผู้สูงอายุตอนปลาย*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลผู้ใหญ่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- เอกรัตน์ ธี้อินธา. (2540). *พฤติกรรมการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในภาคเหนือตอนบน*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- Allison, M. J., Keller, C., & Hutchinson, P. L. (1998). Selection of an instrument to measure the physical activity of elderly people in rural areas. *Rehabilitation Nursing, 23*(6), 309 - 314.
- Althoff, S. A., & Svoboda, M., & Girdano, D. (1996). *Choices in wellness for life* (3rd ed.). Arizona: Gorsuch Scanisbrick Publishers.
- American College of Sports Medicine, (1998). Exercise physical activity for older adults. *Medical Science Sports Exercise, 30*, 992 - 1008.
- Anderson, A. M. (2003). *Caring for older adults holistically* (3rd ed.). Philadelphia: F. A. Davis.
- Armer, J. M., & Radina, M. E. (2002). Definition of health and health promotion behaviors among midwestern old Older Amis families [Electronic version]. *Journal of Multicultural Nursing and Health, 8* (3), 43 - 52.
- Badger, T. A. (1993). Physical health impairment and depression among older adults. *Journal of Nursing Scholarship, 25*, 325 - 330.
- Barnett - Damewood, M., & Carlson - Catalano, J. (2000). Physical activity deficit: A proposed nursing diagnosis. *Nursing Diagnosis, 11*(1), 24 - 31.
- Bell, J., & Whiting, S. J. (2002). Elderly women need dietary protein to maintain bone mass. *Nutrition Reviews, 60*(11), 337 - 341.

- Belmont, M. F., & Harris, A. (2002). Health promotion for elderly clients. In C. B. Lewis (Ed.), *Aging: The health - care challenge* (4th ed., pp. 193 - 203). Philadelphia: F. A. Davis Company.
- Berger, A. M., & Walker, S. N. (1997). Measuring health lifestyle. In M. Frank - Stormborg, S. J. Olsen & N. J. Pender (Eds.), *Instruments for clinical health - care research* (2nd ed., pp. 363 - 377). Boston: Jones and Bartlett Publishers.
- Binhosen, V., Panuthai, S., Srisuphun, W., Chang, E., Sucamvang, K., Cioffi, J. (2003). Physical activity and health related quality of life among the urban Thai elderly [Electronic version]. *Thai Journal Nursing Research*, 7(4), 231 - 243.
- Boyle, M. A. (Ed.). (2003). *Personal nutrition* (4th ed., pp. 359 - 364). Australia: Wadsworth.
- Bozzetti, F. (2003). Nutritional issue in the care of the elderly patient. *Oncology Hematology*, 48, 113 - 121.
- Brady, B., & Nies, M. A. (1999). Health – promotion lifestyles and exercise a comparison of older African American women above and below poverty level. *Journal of Holistic Nursing*, 17(2), 197 - 207.
- Bucwalter, J. A., Woo, S. L., & Goldberg, V. M. (1993). Soft tissue aging and musculoskeletal function. *Journal of Bone and Joint Surgery*, 75, 1533 - 1548.
- Byczek, L., Kalina, C. M., & Lavin, P. F. (2003). Development focused wellness programs using concept analysis to increase business value. *The American Association of Occupation Health Nurses*, 51, 384 - 389.
- Casper, R. C. (1995). Nutrition and its relationship to aging. *Experimental Gerontology*, 30, 299 - 314.
- Cegles, K. A. (2002). Psychosocial aspects of aging. In C. B. Lewis (Ed.), *Aging: The health - care challenge* (4th ed., pp. 11 - 22). 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.

- Cherney, L. R. (2002). The effects of aging on communication. In C. B. Lewis (Ed.), *Aging: The health - care challenge* (4th ed., pp. 48 - 65). Philadelphia: F .A. Davis.
- Cooper, M. K., Dupper, M. P., Bilbrew, D., & Kerr, K. (2001). Health barriers to walking for exercise in elderly primary care. *Geriatric Nursing*, 22, 258 - 262.
- Dowdall, S. M., & Taplay, K. (2002). Promotting health in the older adult. In J. A. Maville & C. G. Huerta (Eds.), *Health promotion in nursing* (pp. 232 - 248). Australia: Thompson Learning.
- Dunn, A. L., Marcus, B. H., Kampert, J. B., Garcia, M. E., Kohl, H. W., & Blair, S. N. (1999). Comparision of lifestyle and structured interventions to increase physical activity and cardiorespiratory fitness. *JAMA*, 27, 327 - 334.
- Ebersole, P., & Hess, P. (1998). *Toward healthy ageing: Human needs and nursing Response* (5th ed.). St Louis: Mosby.
- Edlin, G. , Golanty, E., & Brown, K. M. (2002). *Health and wellness* (7th ed.). Massachusetts: Jones and Bartlett Publishers.
- Eliopoulos, C. (2001). *Gerontological nursing* (5th ed.). Philadelphia: Lippincott.
- Ellerhorse-Ryan, J. M. (1997). Instruments to measure aspects of spirituality. In M. Frank - Stormborg & S. J. Olsen (Eds.), *Instruments for clinical health - care research* (2nd ed., pp. 202 - 212). Boston: Jones and Bartlett Publishers.
- Feland, J. B., Myrer, J. W., & Merrill, R. M. (2001). Acute change in hamstring flexibility: PNF versus static stretch in senior athletes. *Physical Therapy in Sport*, 2, 186 - 193.
- Francis, K. T. (1999). Status of the year 2000 health goals for physical activity and fitness. *Physical Therapy*, 79, 405 - 414.
- Francis, K. (1996). Physical activity in the prevention of cardiovascular disease. [CD -ROM]. *Physical therapy*, 76, 456 - 468. Retrieved October 8, 2004 from: Silver Platter File: CHNAHL.
- Green, L. W., & Ottonson, J. N. (1999). *Community and population health* (8 th ed.). Boston: McGraw - Hall.

- Greenberg, J., Dintiman, G., & Oakes, b. (1998). *Physical fitness and wellness* (2 nd ed.). Massachusetts: Viacom.
- Gutt, C. A. (1996). Health and wellness in the community. In J. M. Cookpair (Ed.), *Nursing care in the community* (5th ed., pp. 43 - 174). St. Louis: Mosby.
- Handerson, L. M., & McConnell, S. E. (1988). Gerontological care in community care setting. In A. M. Matterson & S. E. McConnell (Eds.), *Gerontological nursing* (pp. 763 - 791). Philadelphia: W. B. Saunder .
- Henry, C. J., Varakamin, C., Webster - Gandy, J., & Ulijaszek, S. (2001). Anthropometry of two contrasting populations of thai elderly living in a rural setting [Electronic version]. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 33, 255 - 263.
- Hill, S. S., & Howlett, S. H. (2002). Promoting health and wellness. In P.A. O'neill (Ed.), *Caring for the older adult* (pp. 221 - 245). Philadelphia: W.B. Saunder.
- Hoeger, W. W. K., & Hoeger, S. A. (1997). *Principles & labs for fitness and wellness* (4 th ed.). Colorado: Morton Publishing Company.
- Huerta, C. G., & Mottinger, S. G. (2002). Promotion through physical fitness. In J. A. Maville, & C. G. Huerta (Eds.), *Health promotion in nursing* (pp. 275 - 293). Australia: Thompson Learning.
- Hulme, P. A., Walker, S. N., Effle, K. J., Jorgensen, L., McGowan, M. G., Nelson, J. D., et al. (2003). Health - promotion lifestyle behaviors of Spanish - Speakink Hispanic adults [Electronic version]. *Journal of Transcultural - Nursing*, 14, 244 - 254.
- Insell, P. M., & Roth, W. T. (1996). *Core concepts in health* (7th ed.). California: Mayfield Publishing Company.
- King, A. (1994). Community and public health approach to the health promotion of physical activity. *Medical Science Sports Exercise*, 26, 1405 - 1412.
- Kinnie, D. C., Dinan, S., & Yong, A. (1998). Health promotion and physical activity. In R. Tillis, H. Fillit, & J. C. Brocklehurst (Eds.), *Geriatric medicine and gerontology* (5 th ed., pp.1460 - 1472). Edinburgh: Churchill Livingstone.

- Kritz - Silverstein, D., Barrett - Conner, E., & Corbeau, C. (2001). Cross - sectional and prospective study of exercise and depressed mood in elderly. *American Journal of Epidemiology*, 153, 596 - 603.
- Kulbok, P. A., Laffrey, S. C., & Goepfinger, J. (1996). Community health promotion a multilevel framework for practice. In M. Stanhope, & J. Lancaster (Eds.), *Community health nursing promoting health of aggregates, families, and individuals* (4th ed., pp. 265 - 276). St. Louis: Mosby.
- Lachman, V. D. (1983). *Stress management*. Orlando: Grune & Stratton.
- Larzarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stres appraisal and coping*. New York: Springer.
- Letvak, S. (2002). The importance of social support for rural mental health [Electronic version]. *Issue in Mental Health Nursing*, 23(3), 249 - 261.
- Lewis, C. B., & Kellems, S (2002). Musculoskeletal changes age: Clinical implications. In C. B. Lewis (Ed.), *Aging: The health - care challenge* (4 th ed., pp. 104 - 126). Philadelphia: F. A. Davis.
- Lee, M. S., & Tanaka, K. (1997). Significance of health fitness appraisal in an aging society. *Applied Human Science Journal of Physiological Anthropology*, 16, 123 - 131.
- Linda, J. (2000). Behavioural and environmental influence on health. In J. Kate, A. Peberdy, J. Douglas (Eds.). *Promoting health* (2nd ed., pp. 37 - 57). Palgrave: The Open University.
- Lindau, S. T., Laumann, E. O., Levinson, W., & Waite, L. J. (2003). Synthesis of scientific disciplines in pursuit of health the interactive biopsychosocial model [Electronic version]. *Perspectives in Biology and Medicine*, 46(3), 74 - 86
- Long, M. L. (2003). Promoting wellness. In M.A. Anderson (Ed.), *Caring for older adults holistically* (3 rd ed., pp. 6 - 31). Philadelphia: F. A. Davis.
- Lutgendorf, S. K., & Costanzo, E. S. (2003). Psychoneuroimmunology and health psychology: An integrative model . *Brain, Behavior, and Immunity*, 17, 255 - 232.

- Maddox, G. L., & Glass, T. A. (1999). Sociology of aging. In W. R. Hazzard, J. P. Blass, W. H. Ettinger, J. B. Halter, & J. G. Ouslander (Eds.), *Principles of geriatric medicine and gerontology* (pp. 191 - 201). New York: McGraw – Hill.
- Malmberg, J. J., Milunpalo, S. I., Vuori, I. M., Pasanen, M. E., Oja, P., & Hapanen - Niemi, N. A. (2002). A health - related fitness and functional performance test battery for middle - aged and older adult: Feasibility and health - related content validity [Electronic version]. *Archived Physical Medical Rehabilitation*, 83, 666 - 677.
- McGinnis, J. (1992). The public health burden of sedentary lifestyle. *Medical Science Sports Exercise*, 24, 196 - 200.
- Melillo, K. D., Futrell, M. F., Williamson, E., Chamberlain, C. C., Bourque, A. M., MacDonnell, M., & et al. (1996). Perceptions of physical fitness and exercise activity among older adults. *Journal of Advanced Nursing*, 23, 542 - 547.
- Miller, D. K., & Allen, T. E. (1995). *Fitness a lifetime commitment* (5 th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Miller, C. A., (Ed.). (2004). *Nursing for wellness in older adults: Theory and practice* (4th ed., pp.139 - 164). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Mitchell, B. L., Ulrich, C. M., & McTiernan, A. (2003). Supplementation with vitamins or minerals and immune function: Can the elderly benefit ?. *Nutrition Research*. 23, 1117 - 1139.
- Morrow, J. R., Jackson, A. W., Disch, J. G., & Mood, D. P. (2000). *Measurement and evaluation in human performance*. United States of America: Human Kinetics Publishers.
- Pelletier, K. R. (1983). Stress: Etiology, assessment, and management in holistic medicine. In H. Selye (Ed.), *Selye's guild to stress research*. New York: Division of Van Nostrand Reinhold.
- Pender, N. J., & Pender, A. R. (1987). *Health promotion in nursing practice*. Norwalk: Appleton & Lange.
- Pender, N. J. (1996). *Health promotion in nursing practice* (3rd ed.). Connecticut: Appleton & Lange.

- Pender, N. J., Murdaugh, C. L., & Parsons, M. A. (2002). *Health promotion in nursing practice*. New Jersey: Prentice - Hall.
- Polit, D. F., & Hungler, B. P. (1999). *Nursing research: Principles and method* (6th ed.). Philadelphia: Lippincott.
- Powers, S. K., & Dodd, S. L. (1996). *Total fitness exercise, nutrition and wellness*. Boston: Allyn and Bacon.
- Powers, S. K., & Dodd, S. L. (1997). *The essentials of total fitness exercise, nutrition and wellness*. Boston: Allyn and Bacon.
- Rapp, S. R., & Reynolds, D. L. (1999). Families, social support, and caregiving. In W. R. Hazzard, J. P. Blass, W. H. Ettinger, J. B. Halter, & J. G. Ouslander (Eds.), *Principles of geriatric medicine and gerontology* (4th ed., pp. 333 - 343). New York: McGraw - Hill.
- Resnick, B., Palmer, M. H., Jenkins, L. S., & Spellbring, A. M. (2000). Path analysis of efficacy expectations and exercise behavior in older adults. *Journal of Advanced Nursing*, 31, 1309 - 1315.
- Rhodes, E. C., Martin, A. D., Taunton, J. E., Donnelly, M., Warren, J., & Elliot, J. (2000). Effects of one year of resistance training on relation between muscular strength and bone density in elderly women [Electronic version]. *British Journal of Sports Medicine*, 34(1), 18 - 22.
- Rosenberg, H., & Sastre, A. (2003). Nutrition and aging. *Nutrition Research*, 23, 269 - 270.
- Ryff, C. D. (1999). Psychology and aging. In W. R. Hazzard, J. P. Blass, W. H. Ettinger, J. B. Halter, & J. G. Ouslander (Eds.), *Principles of geriatric medicine and gerontology* (pp. 159 - 169). New York: McGraw - Hill.
- Schlerker, E. D. (2001). Nutrition and the aging adult. In B. Worthington - Roberts, & S. R. Williams (Eds.), *Nutrition throughout the life cycle* (4th ed., pp. 350 - 383). Boston: McGraw - Hill.
- Schroeder, J. M., NAu, K. L., Osness, W. H., & Potteiger, J. A. (1998). A comparison of life satisfaction, function ability, physical characteristics, and activity level among older adult in various living setting [Electronic version]. *Journal of Aging and Physical Activity*, 6(4), 340 - 349.

- Scott, L. D., & Jack, L. L. (2000). Promoting healthy lifestyles in urban and rural elders. *Online Journal of Rural Nursing and Health Care*, 1(2). Retrieved September 5, 2004 from: <http://www.rno.org/journal/issues/Vol-1/issue-2/Scott.htm>
- Selye, H. (1983). The stress concept: Past present and future. In C. Cooper (Ed.), *Stress research* (pp. 1 - 20). New York: John Wiley & Sons.
- Sharts - Hopko, N. C. (2003). Spirituality and health care. In J. T. Catalano (Ed.), *Nursing now* (3th ed., pp. 373 - 391). Philadelphia: F. A. Davia.
- Speake, D. L., Cowart, M. E., & Pellet, K. (1989). Health perceptions and lifestyles of the elderly. *Research in Nursing*, 12, 93 - 100.
- Speake, D. L., Cowart, M. E., & Stephens, R. (1991). Health lifestyle practices of rural and urban elderly. *Health Values*, 15(1), 45 - 51.
- Squire, A. (2002). *Health and well - being for older people: Foundations for practice*. Edinburge: Bailliere Tindall.
- Tagliareni, E., Waters, V., & Anderson, E. (2003). The aging experience. In M.A. Anderson (Ed.), *Caring for older adults holistically* (3rd ed., pp.1 - 13). Philadelphia: F.A. Davis.
- Tritschler, K. (2000a). Assessing body composition. In K. Tritschler (Ed.), *Barrow & McGEE'S practical measurement and assessment* (5th ed., pp. 203 - 237). Philadelphia: Lippincott.
- Tritschler, K. (2000b). Assessing cardiorespiratory fitness. In K. Tritschler (Ed.), *Barrow & McGEE'S practical measurement and assessment* (5th ed., pp. 243 - 272). Philadelphia: Lippincott .
- Tritschler, K. (2000c). Assessing musculoskeletal and motor fitness. In K. Tritschler (Ed.), *Barrow & McGEE'S practical measurement and assessment* (5th ed., pp. 177 - 311). Philadelphia: Lippincott.
- Tritschler, K. (2000d). Assessing sport skills. In K. Tritschler (Ed.), *Barrow & McGEE'S practical measurement and assessment* (5th ed., pp. 317 - 400). Philadelphia: Lippincott.

- Walker, S. N., Sechrist, K. R., & Pender, N. J. (1987). The health promoting lifestyle Profile: Development and psychometric characteristics. *Nursing Research*, 36, 76 - 81.
- Walker, S. N., Volkan, L., Sechrist, K. R., & Pender, N. J. (1988). Health lifestyle of older adults: Comparison with young and middle - aged adults, correlates and pattern. *Advances in Nursing Science*, 11, 76 - 90.
- Wierenga, M. E., & Oldham, K. K. (2002). Weight control: A lifestyle - modification model for improving health. *The Nursing Clinics of North America*, 37(2), 303 - 313.
- Wouters - Wesseling, W., Hooijdonk, C. V., Wagenaar, L., Bindels, J., Groot, L. D., & Staveren, W. V. (2003). The effect of a liquid nutrition supplement on body composition and physical functioning in elderly people [Electronic version]. *Clinical Nutrition*, 22(4), 371 - 377.
- Zhan, L. (1992). Quality of life: Conceptual and measurement issues. *Journal of Advanced Nursing*, 17, 795 - 800.