

## บรรณานุกรม

- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2542). *คู่มือกินพอดีสุขีทั่วไทย*.  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (2544). *แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9*. นนทบุรี : กระทรวงสาธารณสุข.
- คณะกรรมการวิสามัญพิจารณาร่าง พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ...สภานิติบัญญัติแห่งชาติ. (2549). *ร่างพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ....สภานิติบัญญัติแห่งชาติ*. ค้นเมื่อ วันที่ 8 มีนาคม 2550, จาก <http://www.senate.go.th/agenda15-49/agenda15-2.pdf>
- จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ. (2543). *สุขภาพคนไทยปี 2543: สถานะสุขภาพคนไทย*. นนทบุรี: โครงการสำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- ฉลวย เหลาะหามาณ. (2548). *พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและการรับรู้อุปสรรคของสตรีมุสลิมวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง ตำบลปากพะยูน จังหวัดพัทลุง*. สารนิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- ชื่นฤทัย กาญจนะจิตรา, ชาย โพธิสิตา, กฤตยา อาชวนิจกุล และ วาสนา อิ่มเอม. (2549). *สุขภาพคนไทย 2549*. กรุงเทพมหานคร: บริษัทอัมรินทร์พรินติ้งเอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน). ค้นเมื่อ 7 มีนาคม 2550 จาก <http://www.thaihealth.or.th/document/thaihealth2549.pdf>
- ชุดิกาญจน์ ฉัตรรุ่ง, และนพนันท์ สิงห์ลาว. (2547). *ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน จังหวัดสุพรรณบุรี*. *วารสารการพยาบาลและการสาธารณสุข*, 1(2), 1-12.
- นัยนา หนูนิล. (2543). *การออกกำลังกายกับสุขภาพ. ในสมจิต หนูเจริญกุล, วัลลา ตันโยทัย และรวมพร คงกำเนิด (บรรณาธิการ). การส่งเสริมสุขภาพ: แนวคิด ทฤษฎี และการปฏิบัติพยาบาล*. นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- ปิยะนุช จิตตอนุนท์ และ วรณี จันทร์สว่าง. (2548). *ระยะพฤติกรรม การออกกำลังกายและการรับรู้อุปสรรคต่อการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลและบุคลากร คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*. *วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์*, 25 (3), 59-79.
- ปราณี ทองพิลา. (2542). *พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.

ประเวศ วะสี. (2541). *บนเส้นทางใหม่ การส่งเสริมสุขภาพ อภิวัฒน์ชีวิตและสังคม*. กรุงเทพฯ :  
หมอชาวบ้าน

ประเวศ วะสี. (2543ก). *ความรู้เรื่องสุขภาพ*. ค้นเมื่อ 8 มีนาคม 2550, จาก  
<http://www.tkc.go.th/index.aspx?pageid=164&parent=111>

ประเวศ วะสี. (2543ข). *สุขภาพในฐานะอุดมการณ์ของมนุษย์* (พิมพ์ครั้งที่ 3). นนทบุรี: สำนักงาน  
ปฏิรูประบบสุขภาพ.

พิงใจ งามอุโฆษ. (2538). ความดันโลหิตสูง. ใน *วิทยา ศรีคามา (บรรณาธิการ), ตำราอายุรศาสตร์ 2: มะเร็งวิทยา โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคไต* (หน้า 674-689). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์  
ยูนิคส์ พับลิเคชัน.

พนารัตน์ วิสวเทพนิมิตรและคณะ. (2546). ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ การรับรู้  
อุปสรรคต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ อิทธิพลด้านสัมพันธภาพ อิทธิพลด้าน  
สถานการณ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในอำเภอโพธิ์ทอง จังหวัดอ่างทอง.  
*วารสารการศึกษาพยาบาล, 14* (2), 39-48.

ไพบุลย์ สุริยะวงศ์ไพศาลย์. (2538). *ธรรมชาติวิทยาของภาวะความดันโลหิตสูง: สถานการณ์และ  
การกระจายของภาวะความดันโลหิตสูงในกลุ่มประชาชนทั่วไปของประเทศไทย*. ใน *ฉายศรี  
สุพรศิลป์ชัย และ สุภวรรณ มโนสุนทร (บรรณาธิการ), รายงานการสัมมนาแนวทางในการ  
ดูแลรักษาภาวะความดันโลหิตสูงในประเทศไทย* (หน้า 16-28). วันที่ 18-20 มกราคม 2538.  
กาญจนบุรี: โรงแรมเฟลิกซ์ ริเวอร์แคว รีสอร์ท.

ภัทรจิต นิลราช. (2546). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพใน  
จังหวัดสงขลา*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.

มูลนิธิสารานุกรมวัฒนธรรมไทยธนาคารไทยพาณิชย์. (2542). *สารานุกรมวัฒนธรรมไทยภาคใต้  
เล่ม 1: การกินของชาวดั้*. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสารานุกรมวัฒนธรรมไทยธนาคารไทย  
พาณิชย์.

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร พระนครเหนือ. (ม.ป.ป.). *สมรรถภาพทางกาย*. ค้นเมื่อ  
8 มีนาคม 2550, จาก <http://netapp.nbk.rmutp.ac.th/elearning/virat/w8.htm>

ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542*. กรุงเทพมหานคร: นาน  
มีบุคส์พับลิเคชันส์.

รัตนาวดี ขอบตะวัน, ทริยาพรรณ สุภามณี, ฉัฐกาญจน์ สุรภักดิ์, และวิภาดา คุณาวิกติกุล. (2548).

รายงานวิจัยเรื่องภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรสายสนับสนุน  
กลุ่มคณะวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. เชียงใหม่: คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลักขมณ ลักขณะวิมล, ปิยะนุช จิตคนุนท์, และสุนุดตรา ตะบุนพงศ์. (2548). พฤติกรรมสร้างเสริม

สุขภาพของประชากรวัยทองหญิงและชาย ตำบลท่าศาลา จังหวัดนครศรีธรรมราช. วารสาร  
พยาบาลสงขลานครินทร์, 25 (3), 21-44.

วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี. (2550). *ดัชนีมวลกาย*. ค้นเมื่อ 8 มีนาคม 2550, จาก

<http://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%94%E0%B8%B1%E0%B8%8A%E0....>

วิจารณ์ พานิช. (2545). *สุขภาพบนพื้นฐานของปัญญา*. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสาธารณสุข  
แห่งชาติ.

วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยมหิดล. (ม.ป.ป.). *ความสมบูรณ์ทาง*

*กายและสมรรถภาพทางกาย*. ค้นเมื่อ 8 มีนาคม 2550, จาก

<http://www.ss.mahidol.ac.th/fitness%20testing%20unit.htm#definition>

วิพุธ พูลเจริญ. (2544). *สุขภาพ : อุดมการณ์และยุทธศาสตร์ทางสังคม*. นนทบุรี : สถาบันวิจัยระบบ  
สาธารณสุข

วันดี เข้มจันทร์ฉาย. (2538). *ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้สมรรถนะของตนเอง การรับรู้ภาวะ  
สุขภาพกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.

วันเพ็ญ จาริยาศิลป์. (2543). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มอายุที่มีความ  
เสี่ยงต่อภาวะความดันโลหิตสูง จังหวัดชลบุรี*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะ  
พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.

วาริณี เอี่ยมสวัสดิกุล. (2541). *อาการของภาวะหมดประจำเดือนและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ  
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพวัยหมดประจำเดือน*. วิทยานิพนธ์พยาบาล  
ศาสตรศุภบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.

วสุธร ดันวันนกุล. (2548). *สุขภาพอนามัยชุมชนและกระบวนการพัฒนา*. ชลบุรี: คณะ  
สาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.

ศรีจิตรา บุนนาค, พึ่งใจ งามอุโฆษ, ฉายศรี สุพรศิลป์ชัย, ถนอม สุภาพร, นิจศรี ชาญณรงค์,  
นิพนธ์ พวงวรินทร์ และคณะ. (ม.ป.ป.). *แนวทางในการดูแลรักษาความดันโลหิตสูงใน*

- เวชปฏิบัติทั่วไป. นครศรีธรรมราช: กลุ่มโรคไม่ติดต่อ สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11. ศรีมา วงศ์แหลมทอง. (2540). *ปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ประ โยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2545). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย(เล่ม 2): วัยรุ่น-วัยสูงอายุ (พิมพ์ครั้งที่ 8 แก้ไขเพิ่มเติม)*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สกลรัตน์ ศิริกุล. (2544). *การรับรู้ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมด ประจำเดือนในจังหวัดนครสวรรค์*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาล ศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- สำนักงานนโยบายและแผนสาธารณสุข. (2541). *แผนแม่บทโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ*. นนทบุรี : สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข.
- สำนักโรคไม่ติดต่อ. กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. ( 2547). *คู่มือการดูแลเบื้องต้นเรื่อง ความดันโลหิตสูง (พิมพ์ครั้งที่9)*. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอ เทรคดิง แอนด์ เซอร์วิส จำกัด.
- สุดารัตน์ ขวัญเงิน. (2537). *ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองกับวิธีการ ดำเนินชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาล ศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.
- สุธิตา ล่ามช้าง, รัตนาวดี ขอบตะวัน, รุติมา สุขเลิศตระกูล, และวิภาดา คุณาวิกติกุล. (2548). *รายงานวิจัยเรื่องภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาจารย์ กลุ่มคณะ วิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*. เชียงใหม่: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุพรชัย กองพัฒนากุล (2542). *เทคนิคการดูแลรักษา โรคความดัน โลหิตสูง: การทบทวนปัจจัย ด้านพฤติกรรมและวิถีชีวิตที่เป็นปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยเสริมต่อ โรค*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ชุมชุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สมาใจ จิระกมล และกุลวดี อภิชาติบุตร. (2547). *รายงานวิจัยพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของ อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*. เชียงใหม่: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อำนาจ ศรีรัตนบัลล์. (2545). *กระบวนการทัศนใหม่ของการสร้างเสริมสุขภาพ*. เอกสารประกอบการ

สัมมนาพยาบาลศาสตรศึกษาแห่งชาติ ครั้งที่ 3 เรื่อง การพัฒนาการจัดการศึกษาหลักสูตร  
พยาบาลศาสตรบัณฑิต เพื่อตอบสนองการปฏิรูประบบบริการสุขภาพไทย. โรงแรมคิเอมเมอร์ลด์  
กรุงเทพ ฯ.

อบเชย วงศ์ทอง. (2542). พฤติกรรมการบริโภคอาหารพื้นบ้านภาคใต้. ใน เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ,  
กัญญา ดิวิเศษ และกัมขีวีร์ (บรรณาธิการ.), *รวมบทความวิชาการอาหารพื้นบ้าน 4 ภาค* (หน้า  
182-192). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การทหารผ่านศึก.

อภิชัย มงคล ทวี ตั้งเสรี พิเชฐ อุคมรัตน์ วัชณี หัตถคพนม ภัสรา เขษมย์โชติศักดิ์ วรวรรม จุฑา และ  
ระพีพร แก้วคอนไทย. (2547). *การพัฒนาและทดสอบดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตของคนไทยฉบับ  
ใหม่*. ขอนแก่น: โรงพิมพ์พระธรรมจันทร์.

อภิรยา พานทอง. (2540). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมด  
ประจำเดือน*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.

Edelmar, C.L., & Mandel, C.L. (2002). *Health promotion throughout the lifespan* (6<sup>th</sup> ed.).  
St.Louis, MO: Mosby, Inc.

Gordon, T., & Kannel, W. B. (1976). Obesity and cardiovascular disease: The Framingham study.  
*Clinical Endocrinol Metab*, 5,367-375.

Marcus, B.H., Rossi, J.S., Sellby, V.C., Niaura, R.S., & Abrams, D.B. (1992). The stages and  
processes of exercise adoption and maintenance in a worksite sample. *Health Psychology*,  
11, 386-395.

Pender, N.J. (1996). *Health Promotion in nursing practice* (3<sup>rd</sup> ed.). Stamford, CT : Appleton &  
Lange.

Pender, N.J., Murdaught, C.L., & Parsons, M.A. (2002). *Health promotion in nursing practice*  
(4<sup>th</sup> ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.

Pender, N.J., Walker, SN; Sechrist, KR., et al. (1990). Predicting health-promoting lifestyles in the  
workplace. *Nurs Res*, 39 (6):326-332.

Suwanaroop, N. (1999). Health-promoting behaviors in older adults: The effects of social  
support, perceived health status, and personal factors. Unpublished dissertation,  
Case Western Reserve University, USA.

TR.SPORT AND HEALTH. (ม.ป.ป.). *การทดสอบสมรรถภาพทางกาย* (physical fitness test).

ค้นเมื่อ 8 มีนาคม 2550 , จาก<http://www.trsport8.com/Vo2max.html>

Walker, S.N. (1997). Wellness for older. In B.W. Spradly & J.A. Allender (Eds.), *Reading in community health nursing*. (5<sup>th</sup> ed.). Philadelphia: Lippincott.

Walker, S.N., Sechrist, K.R., & Pender, N.J. (1988). The health-promoting lifestyle profile II: Development and psychometric characteristics. *Nursing Research*. 36 (2), 76-81