

บรรณานุกรม

- กมลพรรณ เมฆวรรุณี. (2538). *คลินิกคนอ้วน*. กรุงเทพฯ: ศิลปะวรรณกรรม.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2548). *เมนูหุ่นสวย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การรับส่งสินค้า และพัสดุภัณฑ์.
- _____. (2551). *นโยบายงานควบคุมโรคไม่ติดต่อกระทรวงสาธารณสุข*. กรุงเทพฯ: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- กองโภชนาการ. (2543). *คู่มือโภชนาการกินพอดี สุขีทั่วไทย*. นนทบุรี: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- _____. (2550). *โรคอ้วนลงพุง*. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กาญจนา ไชยพันธ์. (2549). *กระบวนการกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- จันทร์เพ็ญ ชูประประภาวรรณ. (2543). *สถานะสุขภาพคนไทย*. กรุงเทพฯ: อุทยานพิมพ์.
- จุฬารัตน์ รุ่งพิสุทธิพงษ์. (2534). *ก้าวไปกับโภชนาการเพื่อสุขภาพ: ผลกระทบของโรคอ้วนต่อสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: สื่ออักษร.
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2550). *ยางยืดชีวิต พิชิตโรค*. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี.
- เจก ชนะศิริ. (2533). *ทำอะไรชีวิตจะยืนยาวและมีความสุข* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: แปลนพับลิชชิง.
- ชมรมเวชศาสตร์ฟื้นฟูแห่งประเทศไทย. (2531). *เวชศาสตร์ฟื้นฟู*. กรุงเทพฯ: เจริญผล.
- ชาคริต เทพรัดน์. (2540). *ปัจจัยที่ทำนายพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ชูศักดิ์ เวชแพทย และกันยา ปาลิวัฒน์. (2536). *สรีรวิทยาการออกกำลังกาย*. กรุงเทพฯ: ธรรมกลการพิมพ์.
- คุณิ์ สุทธปรียาศรี, เพ็ญวิทย์ ดันติแพทยางกูร และบุญช่วย ดุลยศักดิ์. (2536) ใน *เอกสารการสอนชุดวิชาโภชนศาสตร์สาธารณสุข*. หน่วยที่ 1-7. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- นพวรรณ กิติวัฒน์. (2543). *ไม่อ้วนช่วยชาติได้อย่างไร*. วารสารชมรมโรคอ้วนแห่งประเทศไทย. 1(3), 1.
- นิตยา ตั้งชูรัตน์. (2535). *อาหารควบคุมน้ำหนัก*. ใน *เอกสารการสอนชุดวิชาอาหารบำบัดโรค* หน่วยที่ 1-8. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

- บุญใจ ศรีสถิตนรากร. (2544). *ระเบียบวิธีวิจัยทางพยาบาลศาสตร์*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บุญร่วม แก้วบุญเรือง. (2548). การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถแห่งตนร่วมกับกระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วมในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธรในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสุศึกษาและส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- บุญเลี้ยง อุกฤษณ์. (2537). โรคอ้วนกับการปวดเข่า. *เวชเวชสาร* 38(3), 107-112.
- ปริญญา ดาสา. (2544). พฤติกรรมการออกกำลังกายและการรับรู้อุปสรรคต่อการออกกำลังกายของอาจารย์สตรี. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสุศึกษาและส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พรจิตา ชัยอำนวย. (2538). *แนวทางการป้องกันและรักษาโรคอ้วนในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร.
- พีระพงศ์ บุญศิริ. (2538). โภชนาการและการออกกำลังกาย (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- ภาสินี เข้มทอง. (2546). พฤติกรรมการดูแลตนเองของประชาชนวัยทำงานในจังหวัดนครนายก. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสุศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- มวกร ธรรมวริทธิ. (2549). ศึกษาผลการกำกับตนเองเพื่อการเดินเร็วต่อระดับคอเลสเตอรอลรวม ระดับแอลดีแอล-โคเลสเตอรอลและเอชดีแอลโคเลสเตอรอลของผู้ที่มีภาวะโคเลสเตอรอลในเลือดสูง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช. (2535). *ภาวะน้ำหนักเกินมากกว่าปกติ*. กรุงเทพฯ: กิ่งจันทร์การพิมพ์.
- ไมตรีจิต ดาหวัน. (2550). พฤติกรรมสุขภาพของประชาชนวัยแรงงานเขตเทศบาลเมืองจังหวัดเลย. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย.
- รัชนิกร ราชวัฒน์. (2550). ผลของการใช้โปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพด้วยโยคะต่อความเครียดและระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.

วิจิตร บุญยะโทตระ. (2535). วิทยองเล่ม 2. กรุงเทพฯ: สยามบรรณการพิมพ์.

วิภาวี คงอินทร์. (2533). การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ. วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์, 10(10), 27-28.

ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์. (2543). การสร้างสมรรถภาพของร่างกายและทางกีฬา. กรุงเทพฯ:

โรงเรียนกีฬาเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล. มหาวิทยาลัยมหิดล
สงกรานต์ กลั่นด้วง. (2548). การประยุกต์ใช้ The Take PRIDE Program ในการส่งเสริมพฤติกรรม
การกำกับตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลขอนแก่น. วิทยานิพนธ์
สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย,
มหาวิทยาลัย ขอนแก่น.

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2543). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ:

โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สร้อยรัตน์ พลอินทร์. (2542). ปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ
ของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ,
บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตราด. (2550). สรุปผลการดำเนินงานคปสจ. ตราด. ตราด:

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตราด.

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเกาะช้าง. (2550). สรุปผลการดำเนินงานคปอ. เกาะช้าง. ชลบุรี:

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเกาะช้าง.

สิริพันธุ์ จุลกรังคะ. (2541). โภชนศาสตร์เบื้องต้น. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุธารดี รักวงษ์. (2549). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน
เขตชนบท อำเภอเมือง จังหวัดนครนายก. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต,
สาขาสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สุภาพ สวนปาน. (2538). นักบริหารกับโภชนาการเกิน. นนทบุรี: กรมอนามัย กระทรวง
สาธารณสุข.

สุรัตน์ โคมินทร์. (2540). เอกสารประกอบการอบรมนักกำหนดอาหารประจำปี 2540 โรคอ้วน.

กรุงเทพฯ: โรงพยาบาลรามาริบัติ.

เสก อักษรนุเคราะห์. (2525). การออกกำลังกายเพื่อลดความแก่. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.

เสาวนีย์ จักรพิทักษ์. (2538). โภชนาการสำหรับครอบครัวและผู้ป่วย (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ:

โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

- อนัน โกนตันเทียะ. (2548). พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของประชาชนวัยทำงาน อำเภอด่านขุนทด จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาบริหารสาธารณสุข, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- อภิชาติ วิษณุรัตน์. (2543). สารจากประชาชนชมรมโรคอ้วน. *วารสารชมรมโรคอ้วนแห่งประเทศไทย*, 1(1), 1.
- อัจฉริยา พวงแก้ว. (2543). พฤติกรรมสุขภาพที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพ. *วารสารพยาบาลโรคหัวใจและทรวงอก*, 14(1), 17-24.
- อารีย์รัตน์ สุโข. (2547). ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกายและ โภชนาการของสตรีวัยกลางคน ที่มีน้ำหนักเกิน จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ACSM. (1995). *ACSM's Resource Manual for Exercise Testing and Prescription* (3rd ed.). Battimore: Williams & Wilkins.
- Blumental, S. J. (1998). National leadership conference on physical activity and women's health. *Women's Health Issues*, 8(2), 69-97.
- Bouchard, C., Shephard, R. J., & Stephen, T. (1990). *Exercise Fitness and Health: A Consensus of Current Knowledge*. Champaign: Humankinetics.
- Carperson, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise and physical fitness: Definitions and distinction for health-related research. *Public Health Report*, 100(2), 126-131.
- Gibson, T. L. (1985). The effects of). Exercise intensity on plasma lipoproteins during stationary bicycle training program, *Dissertation Abstracts International*, 47, 828-A
- Friedman, J. (1992). *Empowerment: The Politics of Alternative Development*. New York: McGrall-Hill.
- Jahnson, J. (1996). Exercise, aging and health. *Occupational Health Nursing* 137-139.
- Jakicic, J. M. (2003). Exercise in the treatment of obesity. *Endocrinol Metabcln North Am*, 32(4), 967-980.
- Kelly, G. A. (1998). Exercise and regional bone mineral density in postmenopausal women. *American Journal of Physical medicine & Rehabilitation*, 77(1), 76-87.

- Kerschman, J. (1998). Functional impact of unvarying exercise program in women after menopause. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*, 77(4), 326-332.
- Kanfer, R., Ackerman, P. L., & Cudeck, R. (1989). *Abilities, Motivation and Methodology: The Minnesota Symposium on Learning and Individual Differences Hillsdale*. New York: Lawrence Erlbaum Associates.
- Pender, N. J. (1996). *Health Promotion in Nursing Practice* (3rd ed.). California: Applcton & Lange.
- Skinner, B.F. (1953). *Science and Human Behavior*. New York: Macmillan.
- Volpicelli, N. A., & Spector, M. H. (1988). Sport and gastrointestinal tract and liver. In Appenzeier, O. (Ed.), *Sport medicine: Fitness, Training and Injuries* (pp43-78). Baltimore: Urban & Schwarzenberg.