

บรรณานุกรม

- กระทรวงสาธารณสุข. (2541). คู่มือประชาชน: การเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพที่จำเป็นสำหรับชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2552). ออกกำลังกายป้องกัน โรคอ้วนลงพุง. วันที่ค้นข้อมูล 19 สิงหาคม 2552. เข้าถึงได้จาก <http://old.kmddc.go.th/kmcms/View/contentview.jsp?contentID=CNT 0000158>
- กัญญา ชื่นอารมณ์. (2543). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ จังหวัดลำปาง. วิทยาลัยพยาบาลนครลำปาง.
- กาญจนา นพรัตน์. (2544). ปัจจัยด้านจิตลักษณะที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดปัตตานี. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาศึกษาศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2541). แผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 3 (2545-2549). กรุงเทพฯ: ไทยมิตรการพิมพ์
- กิตติพร เนาว์สุวรรณ และพรทิพา คงคุณ. (2546). “พฤติกรรมการออกกำลังกายและปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาจารย์พยาบาลในภาคใต้” รายงานการวิจัยวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนราธิวาส: สถาบันพระบรมราชชนก.
- เกสร ขอรรัตน์. (2547). การศึกษาเปรียบเทียบความรู้เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายของกลุ่มผู้มีบัตรสุขภาพกิตติมศักดิ์และกลุ่มผู้ไม่มีบัตรสุขภาพกิตติมศักดิ์จังหวัดเพชรบูรณ์. วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม, 27 (1), 100-109.
- คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับที่ 10 พ.ศ.2550-2554. (2550). แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ. สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข.
- คณะกรรมการอำนวยการลดปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อโรคติดต่อไม่เรื้อรัง พ.ศ.2550-2554. (2550). แผนยุทธศาสตร์สุขภาพวิถีไทย. กระทรวงสาธารณสุข.
- จรรยาลักษณ์ สุขแจ่ม. (2544). การสร้างแรงจูงใจเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายในพยาบาลโรงพยาบาลวชิรพยาบาล กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม (สาธารณสุขศาสตร): บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

- จักรพันธ์ ชมสวนและสมภพ พรหมไย.(2550). การประเมินภาวะสุขภาพของนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. วันที่ค้นข้อมูล 22 กรกฎาคม 2552. เข้าถึงได้จาก [http://www.Pharmacy.mahidol.ac.th/research_special_abstract.phd?.num=42 & year=25](http://www.Pharmacy.mahidol.ac.th/research_special_abstract.phd?.num=42&year=25)
- จุฑาภรณ์ คณานุรักษ์. (2548). รูปแบบการออกกำลังกายของประชาชนในเขต 12. ยะลา. ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา.
- นายศรี สุนทรศิลป์ชัย. (2539). สมคิด หนูเจริญกุล และอรสา พันธุ์ภักดี. (2542). ปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคความดันโลหิตสูง วันที่ค้นข้อมูล 19 สิงหาคม 2552. เข้าถึงได้จาก <http://www.budutani.com/plaktan/paper.html>
- เฉลิมพล ต้นสกุล. (2541). พฤติกรรมศาสตร์สาธารณสุข กรุงเทพฯ.: ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชลลดา คล้ายคลึง. (2545). พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของประชาชนวัยทำงานในตำบลลาดบัวขาว อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดชลบุรี. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครบุรี.
- ชุติกานุญณ์ ฉัตรรุ่ง. (2551). ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดพื้นที่ บริการสาธารณสุขเขต 2.วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา.
- ไชยา อังสุสุนกนกุล. (2543). พฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาเขตภาคเหนือ.ปริญญาานิพนธ์. บค.ม (พลศึกษา). กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เทคโนโลยีสารสนเทศกับการเผยแพร่งานด้านวรรณกรรม. (2552). วันที่ค้นข้อมูล 10 สิงหาคม 2552 เข้าถึงได้จาก <http://www.Srbr.in.th/Health/hypertention.htm>.
- ไทยโพสต์. (2552). ออกกำลังกายถูกวิธีช่วยบำบัดโรคภัยไข้เจ็บ. วันที่ค้นข้อมูล 26 สิงหาคม 2552 เข้าถึงได้จาก <http://www.thaipost.net/x-cite/240609/6689>.
- นุรมา แวบือซา. (2550). ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวานในอำเภอปะนาเระ จังหวัดปัตตานี. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหา บัณฑิต, ภาควิชาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.
- เนตรพัฒนา ขาววิราช. (2547). การจัดการสมัยใหม่. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: เซ็นทรัลเอ็กซ์เพรส จำกัด.
- บงอร ประภาสสุตร์ จันทรเพ็ญ ปริยัติ และอรนถ วัฒนวงษ์. (2542). แนวคิด ทฤษฎี และการนำไปใช้ในการดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. นนทบุรี: กองสุขศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข.

- บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2551). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์*. ครั้งที่ 10. (560 หน้า).
กรุงเทพฯ: จามจุรีโปรดักท์
- ประกอบ แสงโสม. (2548). *ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อในอำนาจตน การควบคุมตน และทัศนคติต่อการออกกำลังกายกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของบุคลากรองค์กรธุรกิจเอกชน ในเขตเทศบาลนครขอนแก่น*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ประดิษฐ์ นาวิชัย. (2540). *ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมการออกกำลังกายของครูในจังหวัดชัยนาท*. วิทยานิพนธ์ปริญญา, ศึกษาสาตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ประไพพิศ สิงหเสม และวารรัตน์ แก้วเกื้อ. (2546). *ผลการออกกำลังกายต่อสมรรถภาพทางกายและการรับรู้สุขภาพของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครัง, รายงานการวิจัยวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครัง*.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. (2538). *การส่งเสริมสุขภาพ: การปรับบทบาทใหม่ของสุขศึกษา*. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการศึกษาแห่งชาติ ณ โรงแรมเจริญโฮเต็ลขอนแก่น.
- ประเวศ วะสี. (2541). *บนเส้นทางใหม่การส่งเสริมสุขภาพ อภิวัฒน์ชีวิตแลสังคม*. หมอชาวบ้าน. กรุงเทพฯ.
- ประเวศ วะสี. (2543). *สุขภาพในฐานะอุดมการณ์ของมนุษย์*. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี: สำนักงานปฏิรูปสุขภาพ สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- ประเวศ วะสี. (2551). *สุขภาพที่สมบูรณ์*. หมอชาวบ้าน. หน้า 352, 2551, สิงหาคม. กรุงเทพฯ.
- ปราณี พงศ์ไพบุลย์, กอบกาญจน์ ศรีประสิทธิ์, จิตโส ลาวัลย์ตระกูลและสุนันทา ชัยวนิชเศรษฐ์. (2549). ผลของการออกกำลังกายแบบรำกระบองต่อสมรรถภาพทางกายและภาวะสุขภาพของสตรีวัยรุ่น. นิพนธ์ต้นฉบับ. *สงขลานครินทร์เวชสาร* 25 (6), 521-529.
- ปริญญา ดาสา. (2544). *พฤติกรรมการออกกำลังกายและการรับรู้อุปสรรคต่อการออกกำลังกายของอาจารย์สตรี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์, พย.ม (วิชาการพยาบาลสตรี) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ภาณุมาศ สุริยะกาญจน์. (2549). *พฤติกรรมการออกกำลังกายของประชาชนที่มาออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิกส์ในบริเวณสวนหลวง ร.9*. วิทยานิพนธ์ รัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา.

- พรพิมล เวชกุลธำรง. (2547). ผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายและ
ภาวะสุขภาพของสตรีวัยกลางคนที่มีน้ำหนักเกิน จังหวัดฉะเชิงเทรา. วิทยานิพนธ์
ปริญญา, พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา.
- พวงทอง ป้องภัย. (2540). พฤติกรรมศาสตร์เบื้องต้น. ปัตตานี : แผนกวิชาสุศึกษา ภาควิชาพล
ศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.
- พีระ บุรณะกิจเจริญ. (2552). โรคความดันโลหิตสูง. วันที่ค้นข้อมูล 1 พฤศจิกายน 2552. เข้าถึง ได้
จาก <http://www.bloggang.com/mainblog.php?id=vinitisiri&month>.
- พึงใจ งามอุโฆษ. (2544). ปัจจัยเสี่ยงของเกิดโรคความดันโลหิตสูง วันที่ค้นข้อมูล 19 สิงหาคม
2552. เข้าถึงได้จาก <http://www.budutani.com/plaktan/paper.html>.
- มูเนาะ เจะเลาะ. (2552). ส่งเสริมสุขภาพเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงจากโรคความดันโลหิตสูงของชุมชนบ้าน
ปลักเตน ตำบลทรายทอง อำเภอไม้แก่น จังหวัดปัตตานี. วันที่ค้นข้อมูล 19 สิงหาคม
2552. เข้าถึงได้จาก <http://www.budutani.com/plaktan/paper.html>.
- ยุวดี รอดจากภัย. (2550). แนวคิด ทฤษฎี การสร้างเสริมสุขภาพ. ชลบุรี: คณะสาธารณสุขศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา.
- รัชณี สรรเสริญ. (2544). การศึกษาการรับรู้ภาวะสุขภาพ ความเครียดและการออกกำลังกายของสตรี
ไทยวัยหมดประจำเดือน. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. 9(3), 1-19
- ลดาวัลย์ ประทีปชัยกุล. (2543). บทนำการพยาบาลผู้รับบริการภาวะสุขภาพดีและเบี่ยงเบน
เล็กน้อย. ภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขล
านครินทร์. เอกสารประกอบการสอน.
- ลดาวัลย์ ประทีปชัยกุล, พัชรียา ไชยลังกา, ปิยะนุช จิตตบุญ. (2551). ภาวะสุขภาพและพฤติกรรม
สร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
สงขลา: ภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- วงสาวท โกศลวัฒน์. (2552). BMIกับการชี้วัดโรคอ้วน วันที่ค้นข้อมูล 19 สิงหาคม 2552. เข้าถึง ได้
จาก <http://sichon.wu.ac.th/source/detail.phd?Newss-id=361&patho=Smd>.
- วนิชา กิจวรพัฒน์. (2550). โรคอ้วนลงพุง : กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- วนลดา ทองใบ. (2540). พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริม
สุขภาพพนักงานสตรีในโรงงานอุตสาหกรรมสิ่งทอ จังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญา
มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล.

- วสันต์ ศิลปสุวรรณ และพิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ. (2542). การวางแผนและประเมินผล โครงการส่งเสริมสุขภาพ: ทฤษฎีและการปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร: คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วิภา ไชยณรงค์ และคณะ. (2541). แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพในการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อของเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร จังหวัดสุพรรณบุรี.
- วิศาล กันธารัตนกุล. (2548). ตัวชี้วัดการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- ศรารินทร์ นิทยะพงษ์. (2551). การรับรู้ภาวะสุขภาพและการดูแลตนเองด้านการบริโภคอาหารและสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง วิทยานิพนธ์ปริญญา, วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศิริพร เกตุดาวและคณะ. (2540). ผลของกลุ่มสนับสนุนทางสังคมและโปรแกรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคหัวใจโรงพยาบาลขอนแก่น. ขอนแก่นเวชสาร, 21(3), 29-35.
- ศิริรัตน์ โกศลวัฒน์. (2548). มโนทัศน์พื้นฐานทางการพยาบาล. สงขลา: ก่อปป์คอร์เนอร์ดิจิตอลปริ้นซ์เซ็นเตอร์.
- สถาพร แฉวจันทิก. (2548). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ที่มาออกกำลังกาย ณ ศูนย์สุขภาพ จังหวัดเพชรบุรี. วิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี.
- สร้อยรัตน์ พลอินทร์. (2543). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลการรับรู้ความสามารถของตนเองในการออกกำลังกาย การรับรู้ประโยชน์ของการออกกำลังกายและสภาพแวดล้อมของวิทยาลัยกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย. วารสารเพื่อนสุขภาพ. 12(2), 44-45.
- สาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา. (2550). รายงานผลการปฏิบัติงานประจำปี 2550.
- สิทธิโชค วรรณสันติกุล. (2546). จิตวิทยาสังคม: ทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดยูเคชั่น.
- สุธิศา ล่ามช้าง รัตนาวดี ขอนตระวัน จิตติมา สุขเลิศระกูลและวิภาดา คุณาวิฑิตกุล. (2547). ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุภัทรา พสุมาตร. (2543). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลอำนาจเจริญ. ภาคนิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สถาบันพัฒนบริหารศาสตร์.

สุรเกียรติ์ อาชานุภาพ. (2541). *วิวัฒนาการส่งเสริมสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยระบบ
สาธารณสุข.

อมรรัตน์ คงฤทธิ์ และคณะ. (2546). *ความสมบูรณ์ทางสุขภาพของนักศึกษาหลักสูตร
ประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตเทียบเท่าปริญญาตรี(ต่อเนื่อง2ปี) ชั้นปีที่1ปีการศึกษา
2546*. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนราธิวาส.

อรุณี สังขพานิช. (2547). *ผลของการออกกำลังกายแบบเดินแอโรบิกของประชาชนในตำบลพิหาร
แดงและตำบลสนามชัย อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี.เข้าถึงได้จาก
<http://www.jvkk.go.th/research/qrrsearch.asp?code=1845>.*

Asian food information center (2004X FFA Issue 21-July 2004- healthy weight Advice-
OneSizeDoes'n't Fit A LL/(That) ,August 19,2009 from [http://www.afic.org/FFA%20
Issue%2021% 20 Healthy % 20 weight 20 Advice](http://www.afic.org/FFA%20Issue%2021%20Healthy%20weight%20Advice)

Donatelle, R.J. and Davis L.G. (1996). *Health the: Basics*. 2nd ed. London: Allyn and Bacon.

Green, L.W,et al. (1980). *Health Education Planning A Diagnostic Approach*. California:
Mayfield Publishing Company.

Marteau,T.M. (1995). "Health beliefs and attributions" *Health Psychology: Process and
application*. 2nd ed. London: Chapman and hall.

Muasner, J.S. and Bahn, A.K. (1974). *Epidemiology*. Philadelphia: W.B. Saunders Company.

Orem, D.E. (1995). *Nursing concept and practice*. 5th ed. St.Louis: RR Donnelley & Son Co.

ภาคผนวก