

บรรณานุกรม

- กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข. (2544). **อ้วน...ไม่อ้วน**. [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา <http://anamai.moph.go.th/newletter/tex/fat.html> (18/09/2549).
- กฤษดา ศิรามพุช. (2548). **Obesity** ทำอย่างไรให้ห่างไกลโรคอ้วน. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไกล่หมอ.
- ขวัญจิต อินเหี้ยว. (2542). **การรับรู้ความสามารถของตนเองและพฤติกรรม การควบคุมน้ำหนัก** ของนักศึกษาอาชีวศึกษา จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- คณะจัดทำข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย. (2542). **การกินเพื่อสุขภาพดีของคนไทย**. กรุงเทพฯ : กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- คณะกรรมการจัดทำข้อกำหนดสารอาหารประจำวันที่ร่างกายควรได้รับของประชาชนชาวไทย กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2532). **ข้อกำหนดสารอาหารประจำวันและ** **แนวทางการบริโภคอาหารสำหรับคนไทย**. กรุงเทพฯ : องค์การทหารผ่านศึก.
- งานพื้นฐานกองนโยบายและแผนการกีฬาแห่งประเทศไทย. (2538). **รายงานผลการสำรวจการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬา และการดูกีฬาของประชากรในประเทศไทย**. กรุงเทพฯ : งานข้อมูลพื้นฐานกองนโยบายและแผนสำนักนายกรัฐมนตรี.
- จงจิตร อังคตวานิช. (2544). **สัมชกกับการลดน้ำหนัก**. [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา http://fda.fraud_watch.html (18/09/2549).
- จุฑามณี สุทธิสีสังข์. (2544). **ความก้าวหน้าทางเภสัชวิทยา**. กรุงเทพฯ : นิเวศมิตร์.
- ชุติมา ประมูลทรัพย์สิน. (2538). **คู่มือการใช้ยา**. กรุงเทพฯ : สยามสปอร์ตซินดิเคต.
- ทิพย์รัตน์ มณีเลิศ. (2542). **โภชนาการสำหรับทุกวัย**. ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- เบญญา มุกตพันธ์. (2542). **โภชนาการสำหรับคนวัยต่างๆ**. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ดรุณี คลรตันภัทร. 2545. **ปัจจัยทำนายพฤติกรรมควบคุมน้ำหนักของผู้ใหญ่วัยกลางคน**. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- คุษฎี สุทธปรียาศรี. (2531). **วิธีลดและเพิ่มน้ำหนัก**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาติ และคณะ. (2549) “ภัยหวานอันตรายในน้ำอัดลมร้อน” **ฉลาดซื้อ**, ฉบับที่ 71 : 26 -30.

น้ำฝน ทองตันไทรย์. (2541). **การรับรู้ความสามารถของตนเองและการปฏิบัติเพื่อป้องกันภาวะอ้วนในวัยรุ่นหญิง**. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

บุญชัย อิศราพิสิษฐ์. (2542). **จัดความอ้วนด้วยอาหาร วิธีการรักษาโรคอ้วนแบบถาวร**. กรุงเทพฯ : อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

บุญชัย อิศราพิสิษฐ์. (2542). **เป็นหนุ่มสาว 2000 ปีในยุค 2000 ต้องไม่อ้วน แก่ยากตายช้า**. กรุงเทพฯ : อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

ประณีต ผ่องแผ้ว. (2539). **โภชนศาสตร์ชุมชน**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.

พ. ณัฐพร. (2546). **ทางเลือกของการลดน้ำหนัก**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สกลไกร.

เพ็ญพิชชา สรโยธิน รัตนภวนนท์. (2541). **ประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมโภชนาการเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านโภชนาการเพื่อสุขภาพ**. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์ มหาบัณฑิต สาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2543). **ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.

พีระพงษ์ บุญศิริ และภมร เสนาฤทธิ. (2538). **โภชนาการและการออกกำลังกาย**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด.

พรทิศา ชัยอำนาจ. (2545). **แนวทางการป้องกันและรักษาโรคอ้วนในประเทศไทย**. กรุงเทพฯ : คอมพิวเตอร์.

พิสมัย นนประสาท. (2547). **ผลการให้คำปรึกษาตามหลักโภชนบัญญัติ 9 ประการต่อการลดน้ำหนักของนักเรียนที่เป็นโรคอ้วน**. การค้นคว้าแบบอิสระ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

มนชยา พลอยล้อมแสง. (2547). **การให้คำปรึกษาตามหลักโภชนบัญญัติ 9 ประการเพื่อการลดน้ำหนักของผู้ที่มีน้ำหนักเกิน**. การค้นคว้าแบบอิสระ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ศิวพร คชารักษ์ และคณะ. (2547). **คู่มือโภชนาการ**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไกล้มหอม.

ศักดิ์ดา พริ้งดำฏ และคณะ. (2545). **“ดัชนีผลต่างความสูงและน้ำหนัก” วารสารโภชนาการ**. กรุงเทพฯ.

- วัชรวิทย์ ทรัพย์มี. (2533). **ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา**. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์.
- วินัย ตะหัดัน. (2544). **โภชนาการทันสมัย**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : วิทยพัฒน์.
- วารภรณ์ ปั่นฉวี. (2541). **หลักการให้คำปรึกษา คู่มือสำหรับเภสัชกรในการให้คำปรึกษาด้านยา**.
เชียงใหม่ : คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สง่า ดามาพงษ์ และคณะ. (2543). **โภชนาการดีชีวิมีสุข**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ :
กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- สิทธิพร อ่อนคลัง. (2546). **ผลของการออกกำลังกายที่มีต่อสมรรถภาพทางกายของนักเรียนที่มี
น้ำหนักเกินมาตรฐาน**. วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการส่งเสริม
สุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สิริพันธุ์ จุลกรังคะ. (2545). **โภชนศาสตร์เบื้องต้น**. กรุงเทพฯ : ภาควิชาคหกรรมศาสตร์
คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุมิตรา จันทร์เงา. (2546). **สวยด้วยผัก**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ดอกหญ้า.
- สวัสดิ์ บรรเทิงสุข. (2542). **การให้คำปรึกษา**. สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว.
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อบเชย วงศ์ทอง. (2546). **โภชนศาสตร์ครอบครัว**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม. (2543). **วังสู่วิถีชีวิตใหม่**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- A. Bocquier (2001). **Overweight and obesity**. (online) <http://www.sciencedirect.com>
[2004, June 10].
- Joanne Larsen . (1998). **Counseling with obesity**. (online) <http://dietian.com/weig.html>
[2004 , may 21].
- Ivey , A.E. (1980). **Counseling and psychotherapy : skills, theories, and practice**.
Newjersey: Prentice-Hall.
- W. Kerry Mummery and other (2005). **Occupational Sitting Time and Overweight and
Obesity in Australian Workers**. (online)
<http://www.sciencedirect.com/ob=ArticleURL> [2005,10,11].