

บรรณานุกรม

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2548). การดำเนินงานโภชนาการในประเทศไทย.

[ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา nutrition.anamai.moph.go.th/process.doc (27 ตุลาคม 2552)

_____. (2550). ภารกิจหลัก กรมอนามัย. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา

www.anamai.moph.go.th/download/news/anamai1.doc (23 กันยายน 2552)

_____. (2550). การออกกำลังกายในวัยทำงาน. [ระบบออนไลน์].

แหล่งที่มา nutrition.anamai.moph.go.th/1675/old1675/html/menu05/m0508.html

(18 ตุลาคม 2552)

กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค. (2552). อย. เตือน บริโภคอาหารริมทางระวังเชื้อโรคอื้อ. [ระบบ

ออนไลน์]. แหล่งที่มา http://www.foodindustrythailand.com/v17/index.php

(4 พฤศจิกายน 2554)

กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2543). เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง และ

เครื่องชี้วัด ภาวะโภชนาการของประชาชนไทยอายุ 1 วัน ถึง 19 ปี. กรุงเทพฯ:

กระทรวงสาธารณสุข.

_____. (2543). พฤติกรรมการกินกับสุขภาพ.

[ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา

nutrition.anamai.moph.go.th/1675/old1675/html/menu05/m0506.html (18 ตุลาคม 2552)

_____. (2548). การศึกษาภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานใน

กลุ่มบุคคลวัยทำงานกระทรวงสาธารณสุข. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา

www.halalthailand.com/healthy/subindex.php?page=content&category (28 กันยายน 2552)

_____. (2550). เมตะบอลิก ซินโดรม ภัยเงียบที่คุณคาดไม่ถึง.

นนทบุรี : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

_____. (2552). คู่มือธงโภชนาการ กินพอดี สุขีทั่วไทย.

นนทบุรี : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

_____. (2552). อาหารและการออกกำลังกายสำหรับ

ผู้สูงอายุ. นนทบุรี : สำนักพิมพ์คณะรัฐมนตรีและราชกิจจานุเบกษา.

- เกียรติสุตา ศรีสุข. (2547). ระเบียบวิจัย. เชียงใหม่ : ภาควิชาประเมินผลและวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- คำารณ ไชยศิริ. (2548). กินอาหารถูกหลักตามธงโภชนาการ. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://student.mahidol.ac.th/~u4909209/payod.html> (2 พฤศจิกายน 54)
- จิระภา คล้ายเพชร. (2554). กินอาหารถูกหลักตามธงโภชนาการ. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา chiromedbngkok.com/th/article2/article_id.php?article_id=36-nutrition (20 ตุลาคม 2554)
- ชมรมนักกำหนดอาหาร. (2547). **นักกำหนดอาหารกับการเสริมสร้างสุขภาพและการป้องกันโรคในปี 2547.** กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด โนเบิ้ล จำกัด.
- ตำแหน่ง สินสวาท. (2554). **ดื่มกาแฟ...มีประโยชน์และโทษอย่างไร.** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://kcenter.anamai.moph.go.th:81/info.php> (10 พฤศจิกายน 2554)
- ธารดาว ทองแก้ว. (2546). **น้ำมันพืช : ใช้อย่างไรให้ถูกต้องและปลอดภัย.** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.doctor.or.th/node/1662> (2 พฤศจิกายน 2554)
- ธิดากานต์ รุจิพัฒนกุล. (2554). **ไขปริศนาประโยชน์ของนมถั่วเหลือง.** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://talk.mthai.com/topic/315221> (2 พฤศจิกายน 2554)
- นริสรา พึ่งโพธิ์สก. (2552). **ภาวะโภชนาการเกินหรือภาวะอ้วน.** วารสารจุฬาสัมพันธ์, ฉบับที่ 18, กรุงเทพฯ.
- ประสงค์ เทียนบุญ. (2551). **การประเมินภาวะโภชนาการ.** (ระบบออนไลน์). แหล่งที่มา <http://www.med.cmu.ac.th/dept/nutrition/DATA/COMMON/cmunut-deptped/ped301-prasong/ped301-assessment-of-nutritional-prasong.pdf>. (10 กันยายน 2554).
- พรรณนิภา จันทรทัต. (2553). **เคล็ดลับสวยใส พิศกาย-ใจวัยงาน.** ข่าวสด. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา http://www.khaosod.co.th/view_news.php?newsid= (2 เมษายน 2553)
- พวงเพชร เฟื่องฟูเกียรติคุณ.(2545). **การรับรู้ความสามารถแห่งคนและพฤติกรรมกรออกกำลังกายของประชาชนกลุ่มวัยทำงาน.** วิทยานิพนธ์ สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- พีรเดช ทองอำไพ. (2552). **ประโยชน์ของนมสด.** คม ชัด ลึก. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.komchadluek.net/detail/20090713/20242/.html> (2 พฤศจิกายน 2554)

- มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (2552). **Medical Disclaimer**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา www.healthy.in.th/disclaimer/ (7 ตุลาคม 2552)
- ยุวภรณ์ จิตรเกื้อกุล. (2549). **ภาวะโภชนาการและการบริโภคอาหารของพยาบาลวิชาชีพ**. การค้นคว้าแบบอิสระ วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- โยธิน คันสนุทธ และคณะ. (2533). **จิตวิทยา**. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 10 เชียงใหม่ กรมอนามัย. (2553). **สรุปผลการดำเนินงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 10 เชียงใหม่ ปี 2551**. เชียงใหม่ : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 10 เชียงใหม่ กรมอนามัย
- ลัดดาวัลย์ วรรณนุช. (2553). **การเลือกบริโภคน้ำมันพืช จากสัดส่วนของกรดไขมัน**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://ku30.songchai.net/?tag> (5 พฤศจิกายน 2554)
- วารภรณ์ เสถียรนพแก้ว. (2540). **โภชนาการกับสุขภาพ**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา 61.19.145.7/student/web42106/502/502-1225/use_vesgetable1/m02.htm (15 กันยายน 2552)
- วสุ ทุ่งส่องแสง. (2552). **ความรู้ด้านโภชนาการ การบริโภคอาหาร และภาวะโภชนาการของบุคลากรทางสุขภาพ**. การค้นคว้าแบบอิสระ วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- สถาบันการศึกษาทางไกล สำนักงาน กศน. สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. (2553). **ดูแลตนเอง**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา dei.ac.th/weboldage/lesson3_002.html (20 ตุลาคม 2553)
- สมใจ วิชัยประดิษฐ์. (2533). **โภชนาการกับชีวิตมนุษย์**. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สมชาย ไต้กระโทก. (2551). **พฤติกรรมสุขภาพวิธีปฏิบัติตนเพื่อสุขภาพ**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา o2blog.com/myblog/blog.php?user=mpirial&id=2303&style=1 (11 พฤศจิกายน 2552)
- สันติ กระจะจันทร์. (2552). **คาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา masterlaser.blogspot.com/2009/07/blog-post_09.html (2 พฤศจิกายน 2554)
- สิริวัฒน์ อายุวัฒน์. (2539). **ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมกรรมการบริโภคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก**. วิทยานิพนธ์ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

- สุภัทร ชูประดิษฐ์. (2550). **พฤติกรรมสุขภาพ**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา
gotoknow.org/blog/wellness/22590 (28 ธันวาคม 2552)
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ. (2552). **ประโยชน์ของข้าว และข้าวกล้อง**.
[ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/article/10192>
(7 พฤศจิกายน 2554)
-
- _____ . (2553). **5 พฤติกรรมเติมเต็ม วัยทำงาน**.
[ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา [thaihealth.or.th/healthcontent/article/15670](http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/article/15670)
(7 พฤศจิกายน 2553)
-
- _____ . (2553). **แนวทางส่งเสริมสุขภาพ**
ตามแนวทาง 3 อ. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา
[thaihealth.or.th/forum/105/16594](http://www.thaihealth.or.th/forum/105/16594) (7 พฤศจิกายน 2553)
-
- _____ . (2553). **รู้จักเรื่องของแอลกอฮอล์**. [ระบบออนไลน์].
แหล่งที่มา http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/special_report/15053
(7 พฤศจิกายน 2554)
-
- _____ . (2554). **มันมากับอาหาร ไขมัน แคบหมู**. [ระบบ
ออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/article/11018>
(7 พฤศจิกายน 2554)
-
- _____ . (2554). **สุลาสุป มาเหวี่ยงเอวลดพุงกันเถอะ**. [ระบบ
ออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/article/20983>
(7 พฤศจิกายน 2554)
- สำนักตรวจราชการกระทรวงสาธารณสุข. (2550). **แผนเชิงรุกการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค**
กระทรวงสาธารณสุข-สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ปีงบประมาณ พ.ศ.2551.
เอกสารประกอบการประชุม P&P51 VDO Conference 4 ม.ค. 51, No.4.
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดฉะเชิงเทรา. (2551). **สรุปผลการดำเนินงานโภชนาการ ปี 2551**.
[ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา cco.moph.go.th/hp_group/healthpromot/nutri/nutri.doc
(4 มีนาคม 2553)

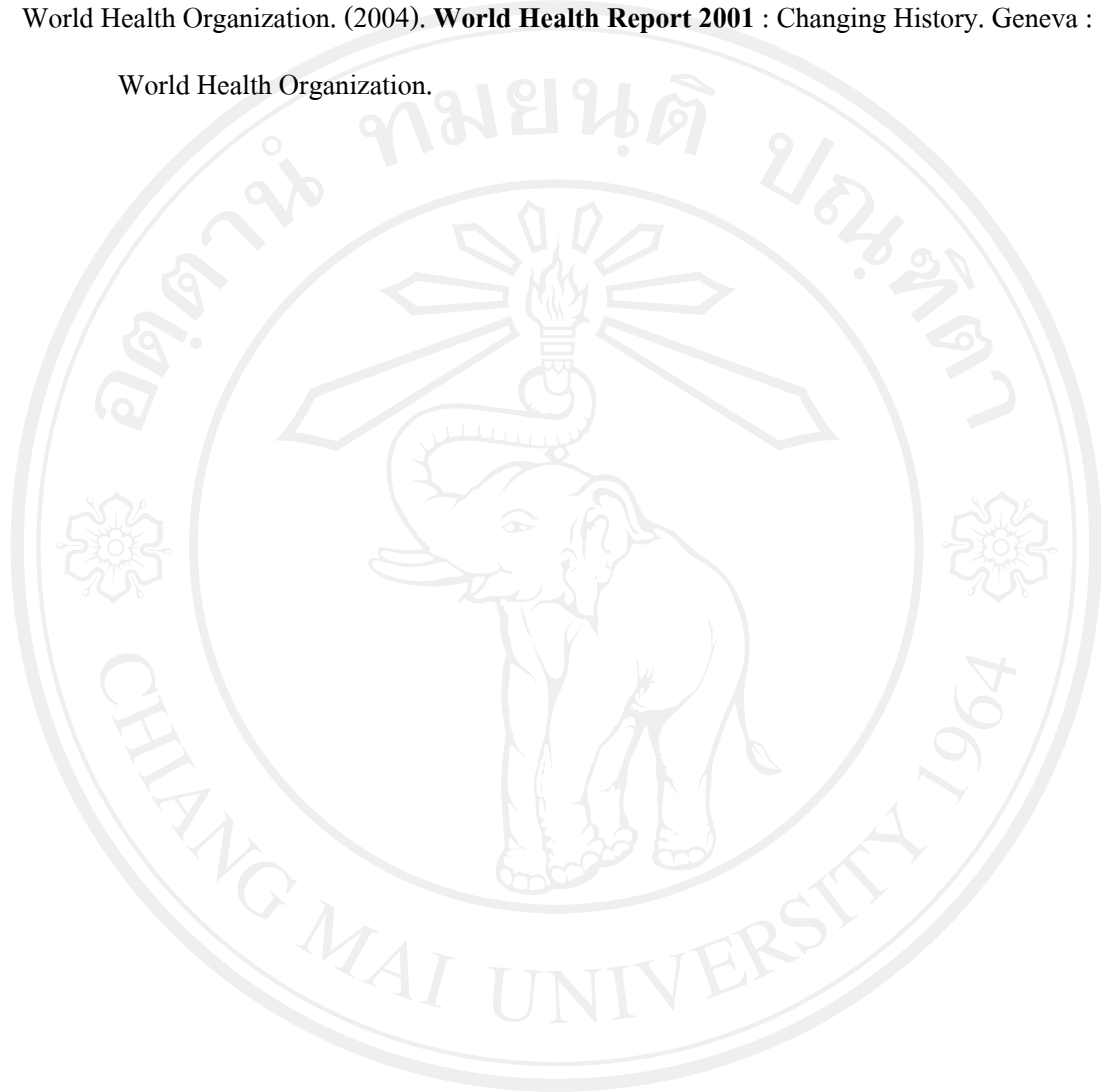
- สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2552). **วิธีปฏิบัติ เพื่อช่วยคลายเครียดในการทำงาน**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา advisor.anamai.moph.go.th/hph/stress.htm#rest
(20 ตุลาคม 2554)
- อรอนงค์ กุละพัฒน์ .(2546). **ข้อเสนอแนะการออกกำลังกายเพื่อปอดและหัวใจ**.หนังสือชุดข้อเสนอแนะการออกกำลังกายสำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย
สุพจน์ อนุตรพงศ์. (2553). **กลวิธีลดความเครียดและการสร้างเสริมสุขภาพของตนเอง ชุมชน และสังคม**
[ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา http://www.vimanloy.com/lesson/lesson8_3.php
(15 ตุลาคม 2554)
- อนุเทพ ภาสุระ. (2548). **บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป : อาหารจานด่วนที่ไม่ควรบริโภค**. [ระบบออนไลน์].
แหล่งที่มา http://www.uniserv.buu.ac.th/forum2/topic.asp?TOPIC_ID=1205
(15 ตุลาคม 2554)
- อนุสรณ์ บัวทอง.(2548). **สังคม วัฒนธรรมกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในหญิงวัยทำงาน**. การ
ค้นคว้าแบบอิสระ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- อาพร ว่องสุขสวัสดิ์. (2541). **วิถีชีวิตและภาวะสุขภาพบุคลากรโรงพยาบาลเจ้าพระยามรราช
สุพรรณบุรี**. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
- อุเทน ปัญญา. (2549). **เอกสารประกอบการสอนวิชาสถิติและการวิจัยทางโภชนศาสตร์ศึกษา**.
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- Adams O. Pete, Juanita T. and Carter Anne O. (2006). Obesity in Primary Care in Barbados:
Prevalence and Perceptions. **Ethnicity and Disease**. 16(2). 384–390.
- Green,L.W., Marilyn & Joann Harry (1987). **Nutrition in Contemporary Nursing Practice**.
United States of America : John Wily & Sons Inc.
- Pavlica M. Tatjana, Bojiã-Krstiã S. Verica, Rakiã RadaS., Simiã A. Siniša. (2008). **“Body Height
and Weight an Nutritional Status in Adult Population of Northwest Baãka and Central
Banat (Serbia, Vojvodina)”**. [Online]. Avialble : [doiserbia.nb.rs/img/doi/0352-
4906/20080352-49060814027P.pdf](http://doiserbia.nb.rs/img/doi/0352-4906/20080352-49060814027P.pdf) (2010, July 6)
- WHO expert consultation. **Appropriate body-mass index for Asian populations and its
implications for policy and intervention strategies**. The Lancet, 2004; 157-163.

WHO/IASO/IOTF. **The Asia-Pacific perspective: redefining obesity and its treatment.** Health

Communications Australia: Melbourne, 2000.

World Health Organization. (2004). **World Health Report 2001** : Changing History. Geneva :

World Health Organization.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved