

## บรรณานุกรม

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2547). **สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย.**

[ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา [http://www.m-society.go.th/document/edoc/edoc\\_892.pdf](http://www.m-society.go.th/document/edoc/edoc_892.pdf) (20 มีนาคม 2555).

กรมกัญจน์ ภมรประวดี. (2553). **กินตามสี : อาหารเพื่อสุขภาพ.** กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

กรอนงค์ ยืนยงชัยวัฒน์ และวนิดา สุนันทารอด. (2551). **การป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ.**

[ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.vajira.ac.th/php/dl/journal/JournalSmall/SM-extra.pdf> (29 มีนาคม 2555).

กรองทอง อੰนุ จ่าลอง ทองทุ่ง และชัยณรงค์ ทักสนา. (2552). **พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ.** การค้นคว้าแบบอิสระ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร.

กลุ่มงานเวชศาสตร์ครอบครัวและบริการด้านปฐมภูมิ โรงพยาบาลเถิน. (2554). **สรุปผลการดำเนินงานกลุ่มงานเวชศาสตร์ครอบครัวและบริการด้านปฐมภูมิ โรงพยาบาลเถิน.** หน่วยเวชระเบียน โรงพยาบาลเถิน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง.

กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2548). **อาหารและการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ.** นนทบุรี : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

คณะกรรมการกิจการเด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุและผู้พิการสภาผู้แทนราษฎร. (2553). **การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบบูรณาการ.** นนทบุรี : คณะกรรมการกิจการเด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุและผู้พิการสภาผู้แทนราษฎรร่วมกับสำนักการแพทย์ทางเลือก.

จักรกริช ภู่งษ์ ประยูทธ คำผาสุวรรณ และป้อมเพชร พนาดิกุล. (2550). **พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาเปรียบเทียบผู้ที่ยังทำงานเพื่อหารายได้กับผู้ที่ไม่ได้ทำงาน.** การค้นคว้าแบบอิสระ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยนเรศวร.

จารุณี วาระหัส และอริสา จิตต์วิบูลย์. (2553). **พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ชุมรมผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา.** รายงานการวิจัย วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา.

จิรภา เต็งไตรรัตน์. (2554). **จิตวิทยาทั่วไป.** (พิมพ์ครั้งที่ 7). ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- เจริญ ธานีรัตน์. (2551). “การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ.” วารสารรามคำแหง, (25)148- 159.
- ชญาพร นุชจันทรี. (2555). **อันตรายจากอาหารปิ้งย่างและทอด.** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา [http://www.uniserv.buu.ac.th/forum2/topic.asp?TOPIC\\_ID=2185](http://www.uniserv.buu.ac.th/forum2/topic.asp?TOPIC_ID=2185) (22 มีนาคม 2555).
- ชญญา แสงสีแก้ว รัชฎาภรณ์ ม่วงทอง และวีรชาติ แก้วอนันต์. (2552). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ.** การค้นคว้าแบบอิสระ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- ชลธิชา จันทศิริ. (2549). **พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่ร่วมกิจกรรม ณ สวนลุมพินี กรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชุดิกาญจน์ ฉัตรรุ่ง และนพนันท์ สิงห์ลาว. (2547). “ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน จังหวัดสุพรรณบุรี.” วารสารการพยาบาลและการสาธารณสุข วิทยาลัยเครือข่ายภาคกลาง 2, (1) 1 – 12.
- ชูไอละ สตาปอ. (2552). **การศึกษาภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ อำเภอเมือง จังหวัดนราธิวาส.** วิทยานิพนธ์ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
- ทรรคณีย์ โกศัยทิพย์. (2553). **ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพกับภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในอำเภอบ้านด่านลานหอย จังหวัดสุโขทัย.** การค้นคว้าแบบอิสระ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- เทศบาลตำบลล้อมแรด อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง. (2550). **ประวัติเมืองเถิน.** [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา <http://www.thoenpost.com/ab.thoen/history%20vcd.html> (8 ตุลาคม 2555).
- ณรงค์ศักดิ์ หนูสอน. (2553). **การส่งเสริมสุขภาพในชุมชน แนวคิดและการปฏิบัติ.** กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นัฐกร ธนารัตน์. (2554). **พฤติกรรมสุขภาพ.** [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา <http://nathakorn20.blogspot.com/2011/09/blog-post.html> (2 สิงหาคม 2554).
- นนทลี วีรัชย์. (2554). **การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ.** [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา <http://www.gotoknow.org/blogs/posts/432861>(12 กรกฎาคม 2554).
- นิภาภัทร อยู่พุ่ม. (2554). **การนอนหลับอย่างมีคุณภาพของผู้สูงอายุ.** [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา [http://www.stou.ac.th/stoukc/elder/main1\\_2.html](http://www.stou.ac.th/stoukc/elder/main1_2.html) (26 มิถุนายน 2554).
- บรรลุ ศิริพานิช. (2549). **คู่มือผู้สูงอายุฉบับสมบูรณ์.** (พิมพ์ครั้งที่ 21). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

\_\_\_\_\_ . (2550). **คู่มือผู้สูงอายุ : ฉบับเตรียมตัวก่อนสูงอายุ (เตรียมตัวก่อนเกษียณ  
การทำงาน)**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

บุญญาภา กั้นยะ. (2552). **ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของผู้ประกอบอาชีพ  
ค้าขายในตลาดสด จังหวัดน่าน**. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

ประเสริฐ อัสสันตชัย. (2552). **แนวทางการประเมินสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวม**.  
[ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา [http://203.157.184.5/researchcenter/download/  
06012010/11.pdf](http://203.157.184.5/researchcenter/download/06012010/11.pdf) (30 มิถุนายน 2554).

\_\_\_\_\_ . (2554). **14 เคล็ดลับทำให้อายุยืน**. คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล  
มหาวิทยาลัยมหิดล.

ปาณิสดา ตีใหม่. (2551). **ปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสมาชิกชมรม  
ผู้สูงอายุ บ้านไร่ป่าคา ตำบลท่าคู่ม อำเภอลำปาง จังหวัดลำปาง**. การค้นคว้าแบบอิสระ  
พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ปิ่นนเรศ กาศอุดม คณิศร แก้วแดง และรัชสมัน นามวงษ์. (2549). “พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุใน  
เขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ.” วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี, 18 (1) 25-38.

พิศุทธิ์ พุทธา. (2551). **มหัศจรรย์ผัก 5 สี**. กรุงเทพฯ : พีพี บุ๊คส์.

พรพิศ เรืองขจร. (2554). **ปริมาณน้ำตาลในผลไม้ที่คุณควรทราบ**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา  
<http://healthy.in.th/categories/healthful/news/3945/> (14 มิถุนายน 2554).

ไพจิตร ลาสุกุลทอง และวรรณภา ศรีชัยรัตน์. (2555). **การพัฒนาระบบบริการการดูแลระยะยาว  
สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน ภายใต้บริบทของโรงพยาบาลระดับตติยภูมิแห่งหนึ่ง**.  
[ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://gsbooks.gs.kku.ac.th/55/cdgrc13/files/hdp1.pdf>  
(3 มิถุนายน 2555).

มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2553). **สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2552**. กรุงเทพฯ :  
มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.).

เรมวดี นันท์ศุภวัฒน์ และคณะ. (2551). **แนวปฏิบัติในการสร้างเสริมสุขภาพ**.  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ละเอียด แจ่มจันทร์ และสุรี ชันธรัชวงษ์. (2549). **สาระทบทวนการพยาบาลผู้สูงอายุ**. วิทยาลัย  
พยาบาลบรมราชชนนี.

ลิขิต กาญจนารณ์. (2550). **จิตวิทยาเบื้องต้น**. คณะศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยาและ  
การแนะแนวมหาวิทยาลัยศิลปากร.

- วนิดา ดวงสงค์. (2550). **การสร้างเสริมสุขภาพ : แนวคิด หลักการและการประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการพยาบาล**. พิมพ์ครั้งที่ 2. สมุทรปราการ : สำนักพิมพ์แห่งมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ.
- วิศา จันทรังสีวรกุล. (2553). “พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่สถานสงเคราะห์คนชราจังหวัดนครสวรรค์.” **วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ**, (4) 12-20.
- วาโร เพิ่งสวัสดิ์. (2551). **วิธีวิทยาการวิจัย**. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- วีรศักดิ์ เมืองไพศาล. (2553). **สุขภาพดีสมใจในวัยสูงอายุ**. กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด.
- ศิริพันธุ์ สาสัตย์. (2549). **การพยาบาลผู้สูงอายุ : ปัญหาที่พบบ่อยและแนวทางในการดูแล**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริวรรณ ชอบธรรมสกุล. (2553). “การดูแลและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ.” **วารสารรามคำแหง**, (27) 145- 153.
- ศรินทร์ สติติวิทยานันท์. (2554). **อาหารเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://blog.stouhealth.org/?p=319> (5 พฤษภาคม 2555).
- ศูนย์วิชาการสารเสพติดภาคเหนือ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (2555). **โรคจากการดื่มสุรา**. [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา <http://www.med.cmu.ac.th/dept/vascular/Alcho/health3.html> (23 มิถุนายน 2554).
- สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (2549). **การสำรวจและศึกษาภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ 4 ภาค ของไทย**. กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2555). **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 และฉบับที่ 11**. [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา <http://www.nesdb.go.th/Default.aspx?tabid=139> (13 สิงหาคม 2555).
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2551). **ผู้สูงอายุไทย 2550 มุมมอง/เสียงสะท้อนจากข้อมูลสถิติ**. กลุ่มงานวิเคราะห์และพยากรณ์สถิติเชิงสังคม สำนักสถิติพยากรณ์ สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- สำนักงานสาธารณสุข อำเภอดงเจริญ. (2554). **ประเมินผลการพัฒนาสาธารณสุข อำเภอดงเจริญ ประจำปีงบประมาณ 2554**. เอกสารสรุปผลการดำเนินงานประจำปีงบประมาณ 2554.
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2553). **การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว**. กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สิทธิ ชีรสรณ์. (2550). **แนวคิดพื้นฐานทางการวิจัย**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สิริอร วิชาวุธ. (2554). **จิตวิทยาการเรียนรู้**. ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สุทัศน์ รุ่งเรืองหิรัญญา. (2553). **สารพิษในควันบุหรี่ และผลกระทบต่อสุขภาพ**. [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา <http://smartquitclinic.org/pdf/material7.pdf> (8 ธันวาคม 2554).

หัสชัย สิทธิรักษ์. (2550). **ข้าวกล้องและข้าวซ้อมมือ**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา [http://race.nstru.ac.th/home/e-weblog/member/hussachai/index.php?entry\\_id=32](http://race.nstru.ac.th/home/e-weblog/member/hussachai/index.php?entry_id=32) (27 มิถุนายน 2555).

อริสา จิตต์วิบูลย์. (2547). **ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุบ้านท่านางหอม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา**. รายงานการวิจัย วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา.

อรชร โททวิ. (2548). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในอำเภอบางแพ จังหวัดราชบุรี**. วิทยานิพนธ์ ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.

อดิพร อิงค์สาธิต และกชรัตน์ วิชาสรวัช. (2555). **ลดเค็มครึ่งหนึ่ง คนไทยได้ไม่ যায়**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา [www.nephrothai.org/boffice/nephro\\_journal\\_2011120901.pdf](http://www.nephrothai.org/boffice/nephro_journal_2011120901.pdf) (2 กุมภาพันธ์ 2555).

อุเทน ปัญโญ. (2553). **เอกสารประกอบการเรียนการสอนรายวิชาสถิติและการวิจัยทางโภชนศาสตร์ศึกษา**. สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

J. N. Pender (1996). **Health Promotion in Nursing Practice**. (3<sup>rd</sup> ed.). New York : Appleton & Lange.

Kim Oksoo and others. (2009). "Loneliness, Depression and Health Status of the Institutionalized Elderly in Korea and Japan." **Asian Nursing Research**, 3 (2), 63-70.

Ladha Abdullah and others. (2009). "The Health seeking behavior of Elderly Population in a poor-urban community of Karachi, Pakistan." **Journal of Pakistan Medical Association**, 59 (2), 89-92.

Lee Suk Myung and Lim Hyun-Ja. (2010). "Factors Related to Health Promoting Behaviors of Young-Old and Old-Old Elderly in Rural Areas." **Journal of Agricultural Medicine and Community Health**, 35 (4) 370-382.



M. Muszalik. and K. Kedziora-Kornatowska. (2007). “The analysis healthy behavior among elderly people in Juczynski’s Inventory of Healthy Behavior.”

**Advances in Medical Sciences**, 52(1) 105-107.

N.S. Walker and others. (1988). “Health-promoting life styles of older adults : comparisons with young and middle-aged adults, correlates and patterns”. **Advance in Nursing Science**, 11(1) 76-90.

Nikpour Soghra and others. (2006). “Health Promoting Behaviors among elderly in west area in Tahrans-Iran”. **Middle East Journal of Age and Ageing**, 3 (3)148-154.