

บรรณานุกรม

- กระทรวงสาธารณสุข. (2544). **การเสริมสร้างคุณภาพชีวิต**. กรุงเทพฯ : ไทยมิตรการพิมพ์.
- กองสุศึกษา กระทรวงสาธารณสุข. (2547). **10 แนวทางสร้างสุขภาพ**. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กัลยารัตน์ เมธีวีรวงศ์และสุวิมล เตชะวีรพงศ์. (7 มกราคม 2557). **สุขภาพคืออะไร**. [online]
Available form : <http://www.thaigoodview.com/node/43633>.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2544). **แผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 3 (2545 – 2549)**. กรุงเทพฯ : ไทยมิตรการพิมพ์.
- กำธร พรหมณ์โสภี. (7 ธันวาคม 2557). **ความหมายของโรคติดต่อ**. [Online] Available from :
<http://www.snr.ac.th/elearning/kamtorn/section3.1.1.htm>.
- กิตติศักดิ์ นามวิชา. (2553). รายงานวิจัย เรื่อง **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องตามสถานเริงรมย์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์**. บุรีรัมย์ : สาขาวิชาสุศึกษา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์.
- เกษม นครเขตต์. (2543). **กระบวนการดำเนินงานสู่การเป็นสถานที่ส่งเสริมสุขภาพ**. เชียงใหม่ : ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ขนิษฐา นาคะ. (2542). **ชีวิตและการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในหมู่บ้านชนบทแห่งหนึ่งในภาคใต้**. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรดุษฎีบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. คณะกรรมการจัดทำข้อกำหนดสารอาหารประจำวันที่ร่างกายควรได้รับของประชาชนชาวไทย. (2542). **ข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันและแนวทางการบริโภคอาหารสำหรับคนไทย**. กรุงเทพฯ. โรงพยาบาลองค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- งานวิทย์พัฒนาศูนย์การเรียนรู้สุขภาพ กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. (7 มกราคม 2557). **ข้อมูลทั่วไป**. [online] Available form : http://203.157.7.150/frontend/theme/view_general_data.php?ID_Menu=3820&Init=Set&Init_Chk=0.
- จารุณี นันทวโนทยาน. (2552). **การทรงตัวที่ถูกสุขภาพลักษณะในชีวิตประจำวัน**. กรุงเทพฯ : คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จิราภรณ์ จำปาจันทร์. (2555). **วิทยาศาสตร์สุขภาพ**. สกลนคร : สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.

- จุฑา ลิ้มสุวรรณ. (7 ธันวาคม 2556). **ประวัติของปัสสาวะบำบัด**. [Online] Available from : http://www.thaicam.go.th/index.php?option=com_content&view=article&id=183:-urine-therapy&catid=49:2009-09-09-44-27&Itemid=136.
- จุฑารัตน์ สติปัญญา. (2554). **สุขภาพจิต**. พิมพ์ครั้งที่ 3. สงขลา : นาคีปปโมชนา.
- ใจเพชร กล้าจน. (7 ธันวาคม 2556). **แพทย์วิถีธรรม มหัศจรรย์น้ำปัสสาวะ**. [Online] Available from : <http://www.youtube.com/watch?v=FEHXmRVe-xs>.
- เฉลิมพล ต้นสกุล. (2541). **พฤติกรรมศาสตร์สาธารณสุข**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ดุสิต สุนทรานู. (2543). **เอกสารการสอนชุดวิชา สุขภาพส่วนบุคคลและชุมชน หน่วยที่ 7 สุขภาพจิตและการติดสารเสพติด**. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.
- ทองใหญ่ วัฒนศาสตร์. (2553). “การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ”. **วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี**. 21(2) : 73.
- ทิพย์ภา เชษฐเชาวลิต. (2541). **จิตวิทยาพัฒนาการสำหรับพยาบาล**. สงขลา : ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ชนวรรณ อัมสมบุญ. (2546). “พฤติกรรมสุขภาพและการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ”. **เอกสารการสอนชุดวิชา สุขศึกษาและการประชาสัมพันธ์งานสาธารณสุข หน่วยที่ 3**. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ธิดา มีต้องป็น. (2540). **พฤติกรรมศาสตร์**. กรุงเทพฯ : สถาบันราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา.
- เชิธรนนท์ วาณิชย์ศุภวงศ์. (2544). “การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในประเทศที่กำลังพัฒนา”. **วารสารสงขลานครินทร์ ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์**. 7 (1) : 92 – 95.
- นฤภัค ฤทธิพิชัย. (1 มกราคม 2557). **แนวทางการส่งเสริมพัฒนาการเด็กแรกเกิด – 1 ปี**. [Online] available from : http://www.klb.dmh.go.th/download_file.php?str_folder_name=ResearchFolderPath&str_file_name=AF-t1301300800.doc&field_id=895.
- นันทนา คงนันทะ. (ม.ป.ป.). **เอกสารประกอบการสอนวิชาการส่งเสริมสุขภาพ**. บุรีรัมย์ : ภาควิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์.
- นิติ หิมกุล. (7 ธันวาคม 2557). **กิจกรรมนันทนาการ**. [online] Available form : <https://www.gotoknow.org/posts/281190>.
- ประคอง อินทรสมบัติ. (2542). **การพยาบาลผู้สูงอายุ**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประเวศ วะสี. (2547). **หมอประจำบ้าน**. กรุงเทพฯ : มูลนิธิโกมลคีมทอง.

ปรีชา ชันวารชร. (7 ธันวาคม 2557). **ท่าทางที่ดีไม่มีปวดกาย ท่าทางไม่ดีจะมีโรคภัย**. [Online]

Available from : http://services.dpt.go.th/dpt_etc/index.php?option=com_content&task=view&id=38&Itemid=37.

ป๋นรสี สะคินิล. (7 ธันวาคม 2557). **การพักผ่อน**. [online] Available form :

<http://www.thaigoodview.com/node/1876>.

ปาริศา จันทรพัฒน์. (7 ธันวาคม 2557). **เทคนิคการวิ่ง**. [Online] Available from :

<https://sites.google.com/site/exerciseforhealth199/run/run-tachnic>.

พรสุข หุ่นนิรันดร์. (2545). **เอกสารประกอบคำสอนวิชา พฤติกรรมศาสตร์ทางสุขศึกษา**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

พิชิต ภูติจันทร์. (2547). **วิทยาศาสตร์การกีฬา**. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

ภมรพรรณ บุระยาตร์. (7 ธันวาคม 2557). **สุขภาพจิตและการปรับตัวสู่สังคมสมัยใหม่**. [online]

Available form : <https://edu.msu.ac.th/rungson/teach/document/0023016/pdf/03.pdf>.

มนัส ยอดคำ. (2548). **สุขภาพกับการออกกำลังกาย**. กรุงเทพฯ : โอ.เอส.พรีนติ้ง เฮาส์.

มานพ ประภาษานนท์. (2549). **นวดไทยสัมผัสบำบัดเพื่อสุขภาพ**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ :

สำนักพิมพ์มติชน.

ขงเจือ เหล่าศิริถาวร. (2546). **สถานการณ์และการรายงานการเสียชีวิตจากการตั้งครรภ์และการคลอดประเทศไทย พ.ศ. 2538 – 2539**. (เอกสารอัดสำเนา).

ราชบัณฑิตยสถาน. (2539). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2539**. พิมพ์ครั้งที่ 6.

กรุงเทพฯ : บ.อักษรเจริญทัศน์ อจท.จำกัด.

รุ่งนภา แสงใส. (7 ธันวาคม 2557). **ระบบขับถ่าย**. [Online] Available from :

<https://sites.google.com/site/rungnaphasaengsai/bth-thi-1/1-4-rabb-khab-thay>.

โรงพยาบาลนครพิงค์. (1 มกราคม 2557). **การส่งเสริมสุขภาพจิต**. [online] Available form : <http://www.nkp-hospital.go.th/institute/pj/articleDetail.php?aID=2>.

โรงพยาบาลบางมูลนาก. (2 มกราคม 2557). **การดูแลสุขภาพย่อมดีกว่าการมาหาหมอเพื่อรับการ**

รักษา. [Online] available from : <http://bmnhos.com/index.php/12-2013-02-25-16-25-14/45-2013-03-10-10-51-16>.

โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์. (7 ธันวาคม 2557). **สุขภาพกับการขับถ่าย**. [Online] Available from :

<https://www.bumrungrad.com/th/betterhealth/2555/digestive-health/healthy-bowels>.

ลือฤทธิ์ เขี่ยมภักดี. (7 ธันวาคม 2557). **ประโยชน์จากการดื่มน้ำเปล่า**. [Online] Available from :

<http://www.pr.chula.ac.th/index.php/15-article/100-2014-06-19-04-36-27>.

วงพัคตร์ ภูพันธ์ศรีและศิรินันท์ คำรงผล. (2543). **จิตวิทยาพัฒนาการประยุกต์ทางการศึกษา**.

พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

วัฒนา ตรงเที่ยง. (7 ธันวาคม 2557). **การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค**.

[Online] Available from : <http://www.sahavicha.com/?name=knowledge&file=readknowledge&id=240>.

วัลลภ พรเรืองวงศ์. (2557). **ประโยชน์ของวิตามินดี**. ลำปาง : โรงพยาบาลห้างฉัตร จังหวัดลำปาง.

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2547). **สุขภาพคืออะไร ทำไมต้องสุขภาพศึกษา**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วิชาการดอทคอม จำกัด เว็บไซต์. (10 มกราคม 2557). **หูกกับการได้ยิน**. [online] available form :

<http://www.vcharkarn.com/lesson/view.php?id=1284>.

วินัย คะห์ตัน. (2543). **โภชนาการทันสมัยฉบับผู้บริโภค**. กรุงเทพฯ : บริษัท จูนพับลิชชิง จำกัด.

วุฒิชัย รามัน. (7 ธันวาคม 2557). **อาหารหลัก 5 หมู่**. [Online] Available from :

<http://rukku.blogspot.com/2015/02/5.html>.

ศรีเรือน แก้วกังวล. (2540). **จิตวิทยาพัฒนาการ**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

ศุภลักษณ์ วัฒนาวีวัศ. (2542). **สุขภาพส่วนบุคคล**. กรุงเทพฯ : คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.

สถาบันมะเร็งแห่งชาติ. (2552). **Cancer in Thailand, 2001 – 2003**. นนทบุรี : กรมการแพทย์

กระทรวงสาธารณสุข.

สถาบันวิจัยการแพทย์แผนไทย. (7 ธันวาคม 2557). **การนวดไทยเพื่อสุขภาพ**. [Online] Available

from : <http://tmri.dtam.moph.go.th/Knowless/massage%20Thai.php>.

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริม

สุขภาพ และสำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข. (2556).

สุขภาพคนไทย 2556 : ปฏิรูปประเทศไทย ปฏิรูปโครงสร้างอำนาจเพิ่มพลังพลเมือง.

นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล สำนักงานกองทุน

สนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพและสำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ

กระทรวงสาธารณสุข.

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย. (7 ธันวาคม 2557). **รังสีอัลตราไวโอเลต**.

[Online] Available from : <http://www.tistr.or.th/ed/?p=537>.

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข. (2552). รายงานการตรวจพบ

Enterovirus 71 พ.ศ. 2552. นนทบุรี : สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข.

สนิท มาประจวบ. (2544). การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพสำหรับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น.

กรุงเทพฯ : องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.

สมจิตต์ สุพรรณทัศน์. (2526). “พฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลง”. เอกสารการสอนชุดวิชาสุขภาพศึกษา

หน่วยที่ 3. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

สมทรง อินสว้าง. (2543). เอกสารการสอนชุดวิชา สุขภาพส่วนบุคคลและชุมชน หน่วยที่ 3

การดูแลสุขภาพส่วนบุคคล. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.

สายพิน ม่วงนา คุสิต พรหมอ่อน และยุทธนา เรียนสร้อย. (2549). เอกสารประกอบการสอนวิชา

วิทยาศาสตร์เพื่อชีวิต บทที่ 5 การส่งเสริมสุขภาพ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2550). รายงานผลการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2550.

กรุงเทพมหานคร : สำนักสถิติพยากรณ์ สำนักงานสถิติแห่งชาติ.

สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข. (2554). การสาธารณสุขไทย 2551 – 2553.

นนทบุรี : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

สำนักกระบวนวิชา กรมควบคุมโรค. (2552). รายงานโรคที่ต้องเฝ้าระวังทางระบาดวิทยา พ.ศ.

2552. นนทบุรี : สำนักกระบวนวิชา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข.

สิริพิมล อัญชลีสักการ. (7 ธันวาคม 2557). โยคะ. [online] Available form :

<http://www.novabizz.com/Health/Yoga/Yoga-101.htm>.

สุชา จันทน์อม. (2540). จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.

สุชาติ โสมประยูรและคณะ. (2542). สุขศึกษาภาคปฏิบัติ. กรุงเทพฯ : สุขภาพใจ.

สุชาติ โสมประยูร. (2546). สุขภาพเพื่อชีวิต. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุธีร์ พันทอง. (7 ธันวาคม 2557). การฝึกโยคะ. [Online] Available from :

http://www.voucherthai.com/forum_posts.asp?TID=17621.

สุพัฒน์ ชีรเวชเจริญชัย. (2543). สุขภาพเพื่อชีวิต. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

เสมา ศิริอำพันธ์. (7 ธันวาคม 2557). การทดสอบสมรรถภาพ. [Online] Available from :

http://www.sopon.ac.th/sopon/sema_web/fitness/physical_fitness.html.

โสพิศ กองปราบ. (7 ธันวาคม 2557). หลากหลายวิธีรักษาท้องผูกอย่างได้ผล. [Online] Available

from : http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/dic/knowledge_full.php?id=29.

อุบลรัตน์ เฟื่องสถิตย์. (2542). **จิตวิทยาพัฒนาการ**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย
รามคำแหง.

Eastwood, M. (1997). **Principle of Human Nutrition**. 1st ed. Chapman & Hall. London.

Gochman, David S. (1998). **Heath Behavior Emerging Research Perspectives**. New York :
Plenum Press.

Green, W.L., & Kreuter, W.M. (1991). **Health promotion planning**. Toronto : Mayfield.

Hurlock EB. (1982). **Development psychology : a life span approach**. New York : McGraw-
Hill.

Kasl, S. and Cobb S. “Heath Behavior, Illness Behavior and Sick Role Behavior”. **Archives of
Environmental Health**. 12, (1966) : 246-266.

Lidell, Lucinda. and other. (1995). **The book of massage**. London : Gaia books Limited.