

เอกสารอ้างอิง

กมลพรรณณ์ เมฆวรวิทย์ และอัมพร ชัยศิริรัตน์. (2544). *คลินิกคนอ้วน*. กรุงเทพฯ:

อัลฟ่าพับลิชชิง.

กานต์ธิดา ตันวัฒนาถาวร และคณะ. (2550). *ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาที่มีน้ำหนักเกิน*.

วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยมหิดล,

คณะสาธารณสุขศาสตร์, สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์.

กันต์ เชิญรุ่งโรจน์. (2548). *รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อและการบาดเจ็บ*

พ.ศ. 2547. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

กุสุมา เกาะสุวรรณ และคณะ. (2550). *ผลของโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถของตนเองต่อการ*

รับรู้การปฏิบัติตนและน้ำหนักตัว ของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน

อำเภอหล่มสัก จังหวัดเพชรบูรณ์.วารสารพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์.

1(1), 32-46

กิตติยา รัตนมณี และคณะ. (2546). *ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองใน*

การควบคุมน้ำหนัก ร่วมกับการมีส่วนร่วมของบิดามารดาต่อพฤติกรรมบริโภคและ

พฤติกรรมการใช้พลังงานในชีวิตประจำวันของเด็กอ้วนวัยเรียนตามทฤษฎีการเรียนรู้

ความสามารถของตนเองของ Bandura. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ,

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะพยาบาลศาสตร์.

กำพล ศรีวัฒนกุล. (2544). *อ้วนไขมัน*. กรุงเทพฯ: สยามสปอร์ตซินดิเคต.

กฤษดา ศิรามพุช. (2548). *ทำอย่างไรให้ห่างไกลโรคอ้วน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ใกล้เคียง.

จักรพันธ์ ชัยพรหมประสิทธิ์. (2550). *ตำราอายุรศาสตร์4:โรคความดันโลหิตสูง(พิมพ์ครั้งที่ 3,*

น.175-178).กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จิตติมา กัตติญ และคณะ. (2547). *การประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้สมรรถนะแห่งตนร่วมกับ*

แบบจำลองการเปลี่ยนพฤติกรรมในการออกกำลังกายของสตรีวัยหมดประจำเดือนใน

จังหวัดเชียงใหม่.วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยมหิดล.

คณะสาธารณสุขศาสตร์.

- จิราภา พึ่งบางกรวย. (2550). กลยุทธ์การตลาดของฟิตเนสเซ็นเตอร์ในประเทศไทย. *วารสาร ศรีปทุมปริทัศน์*, 7(2): 26.
- จุฬารัตน์ รุ่งพิสุทธิกุลพงษ์. (2550). เวชปฏิบัติก้าวหน้าในการดูแลรักษาโรคอ้วน:การประชุมวิชาการโภชนาการแห่งชาติครั้งที่ 2 (3-5 ตุลาคม 2550), มหาวิทยาลัยมหิดล, คณะแพทยศาสตร์,ภาควิชาอายุรศาสตร์, โรงพยาบาลรามาธิบดี. กรุงเทพฯ: ผู้แต่ง.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ, (2552). เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. (พิมพ์ครั้งที่ 11).นนทบุรี: ไทเนรมิตกิจ อินเทอร์เน็ตโปรเกรสซิฟ จำกัด.
- ณัฐริกา ทองบัวศิริวิไล. (2549).รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่ 5. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข, กรมอนามัย, กองโภชนาการ.
- ณัฐวรรณ เขาวนลิติดกุล. (2549).รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่ 5. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข, กรมอนามัย, กองโภชนาการ.
- ดารุณี ดลรัตนภัทร และคณะ. (2546). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของผู้ใหญ่วัยกลางคน. *พยาบาลสาร*, 30(2), 29-40.
- ดุชนี สุทธิปริยาศรี. (2531). ความก้าวหน้าของการพัฒนาการสาธารณสุขในประเทศไทย. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: เจ้าพระยาการพิมพ์.
- ดวงปรีดา เรืองทิพย์ และคณะ. (2552). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการดูแลต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการดูแลเท้าและพฤติกรรมดูแลเท้าในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลชุมชน. *วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต*. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน.
- ทาริกา คำสม และคณะ (2548). ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ ประโยชน์การรับรู้อุปสรรคการรับรู้สมรรถนะแห่งตนอิทธิพลระหว่างบุคคลและอิทธิพลด้านสถานการณ์กับ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในการควบคุมน้ำหนักตัวของผู้ใหญ่ที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐานในเขตกรุงเทพมหานคร.วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะพยาบาลศาสตร์.
- ทัศน์ี ประสพกิตติคุณ. (2544).การรับรู้สมรรถนะแห่งตนเองในงานวิจัยทางการพยาบาล. *วารสารสภาการพยาบาล*, 16(4), 1-11.
- ธนารัตน์ เลปน่านนท์ และคณะ. (2548). การลดน้ำหนักโดยการให้คำแนะนำการควบคุมอาหารโดยวิธีต่างๆ ร่วมกับการให้อาหารทดแทนในหญิงที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐานและหญิงอ้วน. *วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต*, มหาวิทยาลัยมหิดล, สาขาโภชนาการศาสตร์.

- นพวรรณ เปียชื่อ. (2550). การประเมินภาวะโภชนาการ,เอกสารการสอนงานการพยาบาล
เวชศาสตร์ทั่วไปและฉุกเฉิน. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.คณะพยาบาลศาสตร์,
ภาควิชาการพยาบาล, โรงพยาบาลรามาธิบดี.
- บุญใจ ศรีสถิตนรากุล. (2550). ระเบียบวิธีวิจัยทางการพยาบาลศาสตร์ (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ:
ยูแอนด์ไอ อินเตอร์ มีเดีย จำกัด.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2551).การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ(พิมพ์ครั้งที่8).กรุงเทพฯ:
สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- ผกาพรรณ บุญเต็ม และคณะ. (2550). ผลของโปรแกรมควบคุมน้ำหนักต่อการลดน้ำหนักของ
พนักงาน โรงงานอุตสาหกรรมที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต,
มหาวิทยาลัยมหิดล, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาการพยาบาลชุมชน.
- พิกุล ดินามาศ. (2551). ผลของโปรแกรมส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคม
ต่อพฤติกรรมการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจ.
วารสารพยาบาลสาร, 35(3).72-83.
- พรณา ไชยอาสา. (2551). ผลของโปรแกรมส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทาง
สังคมต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารในผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน.
วารสารพยาบาลสาร. 35(3). 59-71.
- พระวี เต็งอำนวยการ. (2551). การออกกำลังกายเพื่อการรักษา.สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2551, จาก
<http://med.tu.ac.th/rm/download/chapter2.pdf>
- ไพโรจน์ บัวพันธุ์ และเพลินจิต คันถรจนาจารย์. (2551).ความสัมพันธ์ของการรับรู้สมรรถนะ
แห่งตนกับการปฏิบัติ เพื่อควบคุมภาวะน้ำหนักตัวเกินในหญิงวัยกลางคน.วารสาร
วิจัยระบบสาธารณสุข, 2(2),1171-1183.
- พงศธร สังข์เผือก และประไพศรี ศิริจักรวาล. (2549). การบริโภคไขมัน น้ำตาล และเกลือ.
กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล, สถาบันวิจัยโภชนาการ.
- ภักดิ์ดี เลสเรืองปัญญา. (2551). รูปแบบการลดและควบคุมน้ำหนักตัวเพื่อสุขภาพที่ดีของ
บุคลากรศูนย์อนามัยที่ 10 เชียงใหม่.วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข, 2(2),
1191-1197.
- มณีรัตน์ ภาคฐป. (2545). ความอ้วนกับปัญหาที่ตามมา. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์.
มหาวิทยาลัยบูรพา, 10 (1), 39-43.
- เมตตา โพธิ์กลิ่น. (2547). โรคอ้วน.วารสารวิชาการสาธารณสุข, 13(2), 362-373.

- วิชา หงส์โรจนภาคย์. (2546). การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและการปฏิบัติเพื่อการลดน้ำหนักในสตรีวัยกลางคน. *พยาบาลสาร*. 30(2).41-42.
- รังสรรค์ ตั้งตรงจิต และเบญจลักษณ์ ผลรัตน์. (2550). *โรคอ้วนการเปลี่ยนแปลงทางด้านโภชนาการและชีวเคมี*. กรุงเทพฯ: เจริญดีมั่นคงการพิมพ์, 1-36.
- รุจา มาตุกุล. (2548) การประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับกระบวนการกลุ่มในการดูแลน้ำหนักของวัยรุ่นที่มีภาวะโภชนาการเกิน. *วารสารสาธารณสุขศาสตร์*, 35(3): 163-174.
- ลักขณา ไทยเครือ และคณะ. (2549). เกณฑ์เหมาะสมของค่าดัชนีมวลกายสำหรับประชากรวัยผู้ใหญ่. *วารสารจดหมายเหตุทางการแพทย์*. 89(12), 2123-2128.
- วณิชา กิจวรพัฒน์ และคณะ. (2547). *การพัฒนาโปรแกรมควบคุมน้ำหนักสำหรับหญิงวัยทำงานที่มีภาวะโภชนาการเกิน*. วิทยานิพนธ์ดุสิตบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล, คณะสาธารณสุขศาสตร์.
- วณิชา กิจวรพัฒน์. (2549). *โปรแกรมควบคุมน้ำหนักสำหรับหญิงวัยทำงาน (พิมพ์ครั้งที่ 4)*. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข, กรมอนามัย.
- วิชัย ต้นไพจิตร และคณะ. (2544). *การวิจัยสุขภาพจากโรคเรื้อรัง: ความผิดปกติของโปรตีนและพลังงาน*. กรุงเทพฯ: หน่วยโภชนวิทยาและชีวเคมีทางการแพทย์. คณะแพทยศาสตร์ภาควิชาอายุศาสตร์และสำนักงานวิจัย, โรงพยาบาลรามาธิบดี.
- วิทยา ศรีดามา . (2544). *โรคต่อมไร้ท่อและเมตะบอลิซึม*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วราภรณ์ ภูมิสวัสดิ์ และคณะ. (2548). คู่มือแนวทางการดูแลรักษาโรคอ้วน. กรุงเทพฯ: ชุมชนสมรรถนะการเกษตรแห่งประเทศไทย.
- วรรัตน์ สุขคุ้ม และจิราพร เกศพิชญวัฒนา. (2552). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมน้ำหนักต่อพฤติกรรมการลดน้ำหนัก การบริโภคขนาดของรอบเอว และค่าดัชนีมวลกายของผู้สูงอายุที่มีภาวะอ้วน. *วารสารวิชาการสาธารณสุข*. 18(2)212-220.
- วิลาวณีย์ ธีรภัทรพงศ์. (2551). หลักในการออกกำลังกาย. ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2551, จาก <http://www.tuasso.com/scripts/viewjournal.asp?nJID=42>

- วิศาล ชันธรัตน์กุล. (2546). *การออกกำลังกายในวัยทำงาน*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข, กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย.
- ศุภรา กันตะพัฒนะ. (2549). ชวนกันมาออกกำลังกายสลายโรค. *ชีวจิต*, 8(1), 39-40.
- ศรีสมบัติ นวนพรัตน์สกุล, (2545). โรคอ้วนและแนวโน้มการรักษาโรคอ้วนในอนาคต. *วารสารไทเกสส์สาร*, 26 (1), 1-10.
- สถานีนอนามัยหนองสรวง และสถานีนอนามัยหนองตะครอง , (2550). *รายงานการคัดกรองกลุ่มเสี่ยง. นครราชสีมา: กระทรวงสาธารณสุข.*
- สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. (2549). *การสำรวจสภาวะสุขภาพอนามัยของประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 3 ปี พ.ศ. 2546-2547*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์.
- สายพิน ไซติวิเชียร. (2551). *มารู้จักไขมันกันเถอะ. กองโภชนาการ, กระทรวงสาธารณสุข. สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2551, จาก <http://www.nutrition.anamai.moph.go.th/fat-acid.doc>.*
- สารัช สุนทรโยธิน. (2549). *การดูแลรักษาผู้ป่วยเบาหวานแบบองค์รวม: กลไกการเกิดเบาหวาน ชนิดที่ 2 (พิมพ์ครั้งที่ 1, น. 51-52)*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรัตน์ โคมินทร์. (2549). *อาหารควบคุมน้ำหนัก. การประชุมวิชาการโภชนาการแห่งชาติ ครั้งที่ 1, เอกสารการประชุม (น.57-59)*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- สุวรรณโณ มโนสุนทร. (2548). ผลกระทบของภาวะอ้วนต่อภาระโรคในประเทศไทย. *วารสารวิชาการสาธารณสุข*, 14(2), 337-344.
- สุวิมล ตันท์สุภาศิริ. (2551). *สารอาหารหลักและการกำหนดรายการอาหาร (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. (2546). *รายงานสำรวจพฤติกรรม การเล่นเกมกีฬาและการดูกีฬาของประชากร พ.ศ. 2545*. กรุงเทพฯ: สำนักสถิติพยากรณ์.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. (2546). *การสำรวจสภาวะทางสังคมและวัฒนธรรม พ.ศ. 2551*. กรุงเทพฯ: สำนักสถิติพยากรณ์.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. (2546). *รายงานเครื่องชี้ภาวะเศรษฐกิจไทยที่สำคัญ พ.ศ. 2551*. กรุงเทพฯ: สำนักสถิติพยากรณ์.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. (2547). สำมะโน
การเกษตร ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. กรุงเทพฯ:สำนักงานสถิติพยากรณ์.

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอขามทะเลสอ จังหวัดนครราชสีมา. (2550).รายงานการคัดกรอง
กลุ่มเสี่ยง ปี พ.ศ. 2550. นครราชสีมา: กระทรวงสาธารณสุข.

ลำอาน สืบสมาน. (2551).โครงการวิจัยสุขภาพ มสธ:Thai Health-Risk Transition : a
National Cohort Study(2548-2552).มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

แสงโสม สีนะวัฒน์ และคณะ. (2541). ใบแสดงความคิดเห็นด้านโภชนาการ, 3 (5), 1 - 7.

สมเกียรติ แสงวัฒนาโรจน์. (2548).การเดินทางเพื่อสุขภาพ: โรคหัวใจและหลอดเลือด
สาขาวิชาโรคหัวใจและหลอดเลือด. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะแพทยศาสตร์,
ภาควิชาอายุรศาสตร์

สมบัติ ครูพันธ์, (2551) คู่มือวิทยาการแอโรบิกมวยไทย.กรุงเทพฯ: กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา,
สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬาและนันทนาการ.

สมทรง สมควรเหตุ. (2541). การศึกษาการลดน้ำหนักด้วยตนเองของผู้ที่รับรู้ว่ามีภาวะ
น้ำหนักเกินในกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.

เสถียร เตชะไพฑูริย์ . (2542). ลดความอ้วนวิธีง่าย.กรุงเทพฯ : หจก.เอมี เทรดดิ้ง.

อมรรัตน์ โพธิวิชัยยนต์. (2549). ผลการศึกษาพฤติกรรมในการดูแลตนเองหลังเข้าร่วม
โปรแกรมโภชนาการ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.

อุทุมพร พรนฤสุวรรณ และคณะ. (2546). พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรสาธารณสุข
ชายก่อนวัยทอง.วารสารพยาบาลศาสตร์, 23(2),67-75.

อนวัช เสริมสุวรรณค์. (2551).การใช้คาร์ดิโอเคมเคเกอร์เพื่อช่วยในการวินิจฉัยภาวะกล้ามเนื้อ
หัวใจตาย. กรุงเทพฯ: โคบาสทูเดย์ โรชไดเอสโนติคประเทศไทย จำกัด.

อภิชาติ วิชญาณรัตน์. (2547). อ้วนอย่างไรไม่เป็นเบาหวาน.วารสารชมรมโรคอ้วน.4(1),12.

อภิชัย มงคล และคณะ.(2545).การพัฒนารูปแบบการดูแลผู้ป่วยโรคจิตแบบครบวงจร : การ
ประเมินผลตามกรอบLogical Framework.กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต.

อภิญา อิศระ. (2551).การเยี่ยมบ้านผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มารับบริการจาก
หน่วยปฐมภูมิ วัดสามัคคี จังหวัด มหาสารคาม. มหาสารคาม.มหาวิทยาลัย
มหาสารคาม, คณะเภสัชศาสตร์.

อาณัติ นิติธรรมยง, (2549). อาหารลดน้ำหนัก.กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล, สถาบันวิจัย
โภชนาการ.

อุฬารณ์ ฟ่งไธ. (2550).โรคอ้วน: แนวทางการวินิจฉัยและการรักษา.วารสารโรงพยาบาล
ชลบุรี; 32 (1) : 56-60.

อำนาจ ภูภัทรพงศ์. (2548). การเดินนี้ใช้ไม่ใช่ธรรมดา.กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและ
พัสดุภัณฑ์.

Anderson et al. (2008). *A-two year clinical lifestyle intervention program for
weight loss in obesity*. Retrieved Jan 20,2009, From
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2596731>

Balado, D., editor, (1996). Exercise physiology.Baltimore (MD): Williams & Wilkins.

Bandura, A. (1986). *Social foundation of Thought and Action: A social Cognitive
Theory*. Englewood Cliffs, N.J.prentice-Hall.

Bandura, A. (1997).*Self-efficacy:The exercise of control*.New York:Freeman. W.H.
Freeman and company.

Bandura, A. (1997). Self- efficacy: Toward a unifying theory of behavior change .
Psychological Review, 84, 191-215.

Berrios et al. (1997). *Distribution and prevalence of major risk factors of
noncommunicable disease in selected countries:the WHO inter-health
programme* .On be-half of the inter-health sites.

Blumenkrantz, M. (1999). *Obesity: The world 's Oldest Metabolic Disorder*.
Quantum Home. page ; (cited 2007 Oct 20). Available From [http://www.
Quantumhcop.com/obesity.htm](http://www.Quantumhcop.com/obesity.htm).

Bjorntorp et al. (1972) . Effects of physical training on glucose tolerance, plasma insulin
and lipid on body composition in men after myocardial infarction.
Retrieved Oct 10, 2007, From <http://www3.interscience.wiley.com/journal>

Bumgardner, W. (2008). *How to Walk - Walking Posture*. Retrieved Dec 20,
2007, From <http://About.com> Guide.

Ceschi et al. (2007). Epidemiology and pathophysiology of obesity as a cause of
cancer.*Swiss Med Wkly*, 137(3-4), 50-56.

Cimen et al. (2004). Obesity related measurements and joint space width in
patients with knee osteoarthritis. *journal of medical sciences*.109(2):159-164.

- Crixell et al. (2007). Effects of Counseling on Weight Loss and Exercise Self-Efficacy in Mexican American Women. *Journal of Multicultural , Gender and Minority Study*, 1(1), 1-11.
- Datillo, AM., & Kris-Etherton, PM. (1992). Effects of weight reduction on blood lipids and lipoproteins: a meta-analysis. *Am J Clin Nutr*; 56:320–328.
- DeCoster, J. (2004). Data Analysis in SPSS. Retrieved <month, day, and year you Retrieved Oct 10, 2008, from <http://www.stat-help.com/notes.html>
- District Health officer Khamtalesor. (2006). *Health Care Information System: HCIS Program*.report by Narongsanoy, E, Mernrat,R & Semaratanaporn,S.
- Domingo et al. (2007). Adolescent Overweight and Future Adult Coronary Heart Disease. *New England Journal of Medicine* , 357(23),2371-2379
- Eufic. (2010). *Types of exercise*. Retrieved Oct 10, 2009, From [http://www Eufic.org/article/en/page/BARCHIVE/expid/Types-of-exercise](http://www.Eufic.org/article/en/page/BARCHIVE/expid/Types-of-exercise).
- Felson et al. (1992). Weight loss reduce the risk for symptomatic knee osteoarthritis in women. *Ann Intern Med*. 116(7), 535-539.
- Fletcher et al. (2001). Exercise standards for testing and training.*The American Heart Association. Circulation*, 104, 1694-1740
- Fowler et al. (2007). The Spread of Obesity in a Large Social Network over 32 Years. *New England Journal of Medicine*, 357(4), 370-379.
- Freedman et al. (2006). Body mass index and all-cause mortality in a nationwide US cohort. *Int J Obes* . 30(5),822-829.
- Frances, B M. (1995). Health of Weight Loss. *Health Weight Journal:USA*,4-92.
- Golan, & Weizman. (2001). Familial Approach To The Treatment Of Childhood Obesity: Conceptual Model . *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 33(2), 102-107.
- Gwet, K. (2002). Inter-rater reliability: Dependency on trait prevalence and marginal homogeneity. *Statistical Methods for Inter-Rater Reliability Assessment Series*, 2, 1-9.

- Haffner, MS. (2006). Abdominal obesity, insulin resistance, and cardiovascular risk in pre-diabetes and type 2 diabetes. *European Heart Journal Supplements*.8(B), 20-25.
- Hart, DJ., & Spector, TD. (1993). The relationship of obesity, fat distribution and osteoarthritis in women in the general population: The Chingford Study. *J Rheumatol* ; 20:331–335
- Hughes, V A., Frontera, WR., Roubenoff, R., Evan., W. J. and Signh, F. A. (2002). Longitudinal changes in body composition in older men and women: role of body weight change and physical activity. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 76, 473-481.
- Ismail et al. (2002). Obesity in Malaysia. *Obesity Review* 3(3), 203-208.
- James, WPT., & Reeds, PJ. (1997). *Nutrient partitioning*. In: Bray GA, Bouchard C , James WPT. Eds. *Handbook on Obesity*. New york, Ny: Marcel Inc; 557-571.
- James et al. (2001). The worldwide obesity epidemic. *Obes Res* 1(9), 228-233.
- Janifer et al. (2006) .The Impact of Self-efficacy on Behavior Change and Weight Participants in a Weight Loss Trials. *Health psychology*, 25(3).282-291.
- Jeffreys et al. (2003) .Body mass index in early and mid adulthood, and subsequent mortality: a historical cohort study. *International Journal of Obesity*, 27(11).1391-1397.
- Jekel, J., Elmore, JG., & Katz, DL. (2001). *Epidemiology, Biostatistics and Preventive Medicine (STARS Series*. Elsevier Science.
- Kelly, A. M., O'Sullivan, C., & Saari, D. (2004). Comparison of a Low-Fat Diet to a Low-Carbohydrate Diet on Weight Loss, Body Composition, and Risk Factors for Diabetes and Cardiovascular Disease in Free-Living, Overweight Men and Women. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism* , 89,(6), 2717-2723
- Kelley, Kelley, & Tran. (2005) Aerobic exercise, lipids and lipoproteins in overweight and obese adults: a meta-analysis of randomized controlled trials Published in final edited form as: *Int J Obes (Lond)*, 29(8), 881–893.

- Kenchiah et al. (2002). Obesity and the risk of heart failure. *N Engl J Med*; 347(5):305–313.
- Kronenberg et al. (2000). Influence of leisure time physical activity and television watching on atherosclerosis risk factors in the NHLBI Family Heart Study. *Atherosclerosis*. 153(2):433-443.
- Kurth et al. (2002). Body mass index and the risk of stroke in men. *Arch Intern Med*, 162(22), 2557–62.
- Lafortune, G. (2003). *Weighty problem*. OECD (Organization for Economic Cooperation and Development) Observer.
- Lean et al. (1998). Impairment of health and quality of life in people with large waist circumference. *Lancet*, 351, 853-856.
- Lim et al. (2000). Distribution of body weight, height and body mass index in a nation sample of a Malaysia adults. *Med J Malaysia*. 55, 108-128.
- Mahanonda et al. (2000). Obesity and risk factor of coronary heart disease in healthy Thais: a cross-sectional study. *Journal of the Medical Association of Thailand*, 83(2), 35-45.
- Maslow, A.H. (1994). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row Publishers.
- Meckling, KA., Caitriona, & Dayna (2004). Comparison of a Low-Fat Diet to a Low – Carbohydrate Diet on weight loss, Body Composition, and Risk Factors for Diabetes and Cardiovascular Disease in Free-Living, Overweight Men and Women. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 89(6), 2717-2723.
- Mercus, B.H. (1995). Exercise behavior and strategies for intervention. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 66, 319-323.
- Miller, W. C., Kocaja, D. M., Hamilton, E. J. (1997). Ameta-analysis of past 25 years of weight loss research using diet, exercise or diet plus exercise intervention. *International Journal of Obesity*, 21(10), 941-947.

- Mogelvang, R., Schrling, H., & Jensen, JS. (2006). A simple linear model for the effect of changes in metabolic risk factors on coronary heart disease. *Journal of internal medicine*. 259(6),561-568.
- Moon et al. (2002), The relationship between body mass index and the prevalence of obesity-related diseases based on the 1995 National Health Interview Survey in Korea. *Obes Rev*. (3): 191–196
- Nakamura et al. (2007). Effects of exercise frequency on functional fitness in older adult women. *Archives of Gerontology and Geriatrics*,44(2),163-173.
- National Health and Nutrition Examination Survey(NHANES 2003–2004). (2005). *Public Data General Release File Documentation Years of Coverage: 2003–2004 First Published*, 1-7.
- Nicklas, BJ. (2008). Effect of exercise intensity on abdominal fat loss during calorie restriction in overweight and obese postmenopausal women: a randomized, controlled trial. *American Journal of Clinical Nutrition*, 89(4). 1043-1052.
- Otto, D., A. & Jakicic, M. J. (2004). *Establishing eating essentials for weight loss*. American college of sports medicine, Retrieved Jan 20,2010, From <http://www.acsm.org>
- Pasternak, RC. (2005). *Comprehensive rehabilitation of patients with cardiovascular disease*.7th ed. Pennsylvania: Elsevier Saunders.
- Pate et al. (1995). Physical Activity and Public Health: A Recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports medicine. *The Journal of the American Medical Association*, 273(5),1423-1434.
- Pattanaprichakul et al. (2007). RAMA-EGAT Risk Score for Predicting Coronary Artery Disease Evaluated 64- Slice CT Angiography. *Asia heart J*, 15(1).18-22.
- Pi-Sunyer FXI. (1991). Health implication of obesity .*The American Journal of clinical Nutrition*, 53(6), 1595-1603.

- Popkin, BM. (1994). The nutrition transition in low-income countries:an emerging crisis.*NutrRew*, 52(9), 285-298.
- Reicks, M., Mills, J., & Henry, H. (2004). Qualitative Study of Spirituality in a Weight Loss Program : Contribution to Self –Efficacy and Locus of Control. *Department of Food Science and Nutrition , University of Minnesota*, 36(1), 13-19.
- Reinhard et al. (2006). Association of the metabolic syndrome with early coronary disease in families with frequent myocardial infarction. *Am J cardiol*. 97(7), 964-967
- Richardson et al, (2008). .Ameta-Analysis of Pedometer-Based Walking Intervention and Weight loss.*Annals of family medicine*, 6(1), 69-77.
- Stamler et al. (1989).Blood pressure(systolic and diastolic) and risk of fatal coronary Heart disease hypertention. *American Heart Association*, 13(5),2-12.
- Talbot, C. (2004). *Self – Efficacy* .San Diego State University. Retrieved Oct 20, 2007, From [http://www. quantumhcp.com/obesity.htm](http://www.quantumhcp.com/obesity.htm).
- Thompson et al. (2003). American Heart Association Council on Clinical Cardiology Subcommittee on Exercise, Rehabilitation, and Prevention; American Heart Association Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism Subcommittee on Physical Activity. Exercise and physicalactivity in the prevention and treatment of atherosclerotic cardiovascular disease. *Circulation*,107, 3109–3116.
- Thompson et al. (2004). *Prevalence of overweight and obesity among persons 20 years of age and over: Health*, United States. Retrieved Oct 25, 2007, From <http://www.cdc.gov/nchs/data/hs04tred.pdf#069>.
- Treuth et al. (2000). Effects of familial predisposition to obesity on energy expenditure in multiethnic prepubertal girls. *American Journal Clinical Nutrition*, 71, 893-900.
- Truswell, S. (2000). *Family Physicians and patients : is effective nutrition interaction possible*. *American Journal Clinical Nutrition*, 71, 893-900.

- U.S Institution. (2009). *What kind of exercise is best for weight loss*. Retrieved Oct 10, 2007, From [http:// www.extension.org/faq/37300/print](http://www.extension.org/faq/37300/print).
- Wattana, C. (2007). Effects of a diabetes self-management program on glycemic control, coronary heart disease risk, and quality of life among Thai patients with type 2 diabetes. *Nursing & Health Sciences*. 9(2):135-141.
- World Health Organization. (1998). *Obesity:prevention and managing the global epidemic*, Report of WHO 1998 Consultation on Obesity Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2000). *Obesity:prevention and managing the global epidemic*, WHO Obesity Technical Report Series 894.Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- WHO Expert Consultation. (2004). Appropriate body-mass index for Asian populations and its implications for policy and intervention strategies. *Lancet. Jan Vol* 363(9403),157-163.
- World Health Organization Report (2005). *Obesity and overweight*.Retrieved Oct 21, 2007, From [http://www. who.int/hpr/NPH/docs/gs_obesity.pdf](http://www.who.int/hpr/NPH/docs/gs_obesity.pdf)
- Wu, YF. (2006). Overweight and obesity in China. *BMJ* 333(7564),362–363.