

รายการอ้างอิง

หนังสือ

- จิรศักดิ์ เจริญพันธ์ และ เฉลิมพล ตันสกุล. (2550). *พฤติกรรมสุขภาพ*. มหาสารคาม: โรงพิมพ์คลังน่านานาวิทยา.
- ดำรง กิจสกุล. (2528). *ปวดหลัง*. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.
- ธวัช ประสาทฤทธา. (2543). *ปวดหลัง (พิมพ์ครั้งที่ 3)*. กรุงเทพฯ: ริดเดอร์พับลิชชิง จำกัด.
- _____. (2548). *รอบรู้เรื่องปวดหลังและโรคหมอนรองกระดูกสันหลัง*. กรุงเทพฯ: เรือนปัญญา.
- นลินทิพย์ ตำนานทอง. (2539). *ปวดหลังและปวดคอ*. ตำราเวชศาสตร์ฟื้นฟู (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: เทคนิค.
- เพ็ญภา ทรรศย์เจริญ. (2549). *คู่มืออบรมการนวดไทยแบบราชสำนัก*. กรุงเทพฯ: สามเจริญพาณิชย์.
- พรภิรมย์ พรหมเทศ. (2541). *การพยาบาลผู้ป่วยปวดหลัง*. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ คณะแพทยศาสตร์.
- มานพ ประภาษานนท์ (2549). *คู่มือปวดหลัง (พิมพ์ครั้งที่ 3)*. กรุงเทพฯ: ไกล่หมอ.
- วิเชียร เลหาเจริญสมบัติ. (2541). Low back pain ใน สมชัย ปรีชาสุข และคณะ (บรรณาธิการ), *ออโรโธปิดิกส์ฉบับปรับปรุงใหม่*. กรุงเทพฯ: โฆษิตการพิมพ์.
- สุรศักดิ์ ศรีสุข. (2537). *ปวดหลัง (พิมพ์ครั้งที่ 3)*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- อำนาจ อุนนะนนท์. (2542). *เรื่องของกระดูกสันหลังที่ควรรู้ (พิมพ์ครั้งที่ 1)*. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.

บทความ

- จินตนา ฤทธารมย์ และคณะ (2545). ผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพต่อระดับความเจ็บปวดและการสูญเสียความสามารถในผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง. *วารสารพยาบาลศาสตร์*.
- ชิตชนก ไชยกุล และคณะ. (กรกฎาคม-กันยายน 2549). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุโรคข้อเสื่อม. *วารสารพยาบาลสาร*, 33(3).

รุ่งทิพย์ พันธเมธากุล. (มกราคม – มิถุนายน 2550). ทำอย่างไรจึงจะห่างไกลจากปวดหลัง.

วารสารศูนย์บริการวิชาการมหาวิทยาลัยขอนแก่น, 15(1-2).

วนิดา ดรปัญญา. (พฤษภาคม – สิงหาคม 2552). ความชุกและโรคทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูกของผู้ป่วยที่มารับการรักษาที่คลินิกกายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. วารสารเทคนิคการแพทย์และกายภาพบำบัด, 21(2).

ศศิพร เกรียงเขียวชาญ. (2544). ความสัมพันธ์ของอาการปวดหลังกับความมั่นคงของลำตัวและความทนทานของกล้ามเนื้อลำตัว. ตากสินเวชสาร

สสสัทร เทพตระการพร. (2542). โรคปวดหลังจากการทำงาน. วารสารสุขภาพและสิ่งแวดล้อม.

สำนักงานแพทย์ทหาร (สิงหาคม 2546). ฝึกกำลังร่วมรณรงค์ศวรรษโรคกระดูกและข้อเร่งปลูกจิตสำนึกให้คนไทย. หนังสือวงการแพทย์ ฉบับที่ 1-15.

สุเนตร วงศ์ธนกิจ และคณะ. (พฤษภาคม – สิงหาคม 2548). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่างของพยาบาลในโรงพยาบาลของรัฐ จังหวัดนนทบุรี. วารสารสาธารณสุขศาสตร์, 35(2).

วิทยานิพนธ์

การุณ การดำริ. (2543). การพัฒนาแผนจำหน่ายผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่าง หอผู้ป่วยออโรปิดิกส์ชาย 3 โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาการบริหารการพยาบาล.

เกียรติศักดิ์ เจริญสุข. (2550). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของครูในจังหวัดนครพนม ปี พ.ศ.2550. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, สาขาวิชาพลศึกษา.

จิตรอารี ศรีอาคะ. (2548). การรับรู้อุปสรรคต่อการออกกำลังกายและพฤติกรรมการออกกำลังกายของพยาบาล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาการพยาบาลศาสตร์.

จุฑารัตน์ คำแพง. (2550). ผลของโปรแกรมการบริหารร่างกายแบบโยคะโดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถของตนเองต่อระดับความปวดในผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง.

วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่.

- ฉวีวรรณ จิตต์สาคร. (2543). การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่.
- ชลธิชา ขระเชื่อน. (2546). ปัจจัยที่สนับสนุนพฤติกรรมการออกกำลังกายแบบไท้จี้กงในผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะสาธารณสุขศาสตร์.
- ซีน ศิริรักษ์ (2547). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลในภาคกลาง สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, สาขาวิชาสุขศึกษา.
- ณันท์ณี ลิปภานนท์. (2550). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะวิทยาศาสตร์, สาขาวิชาสุขศึกษา.
- ดรุณี เสมอรัตนชาติ. (2543). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการดูแลตนเองต่ออาการปวดและภาวะจำกัดความสามารถของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยกรรมศาสตร์.
- ดลีน ปิ่นน้อย. (2546). ผลของโปรแกรมการบริหารกล้ามเนื้อเนื้อร่วมกับการสนับสนุนจากครอบครัวต่อความปวดและการรับรู้ภาวะสุขภาพในผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล, คณะพยาบาลศาสตร์.
- นงลักษณ์ ศรีสุจริต. (2548). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้ความสามารถตนเองในการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, คณะวิทยาศาสตร์, สาขาวิชาสุขศึกษา.
- นันทนา ยากลิ่นหอม. (2547). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ของพนักงานบริษัทโตโยต้า เค. มอเตอร์จำกัด ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยรามคำแหง, คณะศึกษาศาสตร์ (สุขศึกษา).

- นันทริกา เลิศเชวงกุล. (2549). การรับรู้ประโยชน์ รับรู้อุปสรรค และพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ กระดูกของผู้สูงอายุชาย. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ.
- นิตาชาล ศรีหริ่ง. (2548). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของสมาชิกชมรม สร้างสุขภาพ จังหวัดราชบุรี. สารนิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศิลปากร, คณะวิทยาศาสตร์, สาขาวิชาวิทยาการสังคมและการจัดการระบบสุขภาพ.
- ปริญญา ดาสา. (2544). พฤติกรรมการออกกำลังกายและการรับรู้อุปสรรคต่อการออกกำลังกาย ของอาจารย์สตรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาการพยาบาลสตรี.
- ปานจิตร นามพลกรัง. (2547). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วย โรคหลอดเลือดหัวใจ. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์.
- ปิยะพันธ์ นันตา. (2541). การรับรู้ด้านสุขภาพ ความสามารถของตนเองกับการออกกำลังกาย ของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ.
- พรทิพย์ จันทรทิพย์. (2549). การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการออกกำลังกายและพฤติกรรม การออกกำลังกายของสตรีวัยทำงานในชนบท. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาการพยาบาลสตรี.
- เพ็ญประภา ถวิลลาภ. (2547). ความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการออกกำลังกายของ นักศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะพยาบาลศาสตร์.
- ภัทราพร ตั้งสุขฤทัย. (2542). พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการใช้สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน ของประชาชนในจังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, วิชาเอกสุขศึกษา.
- ภิรมย์ ทับทิมเทศ. (2546). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในชมรม ผู้สูงอายุโรงพยาบาลศรีธัญญา. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะวิทยาศาสตร์.

- มัทนา อินทร์แพง. (2543). พฤติกรรมการออกกำลังกายและอุปสรรคต่อการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในจังหวัดกำแพงเพชร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ.
- ยุวเรศ ใสสีอุบล. (2543). การศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนเองและอิทธิพลด้านสถานการณ์ต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล, สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่.
- รสรินทร์ แก้วตา. (2551). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการรับประทานอาหารและออกกำลังกายของบุคลากร คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามคำแหง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล, คณะวิทยาศาสตร์, สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์.
- สุภรณ์ สุขพรั่งพร้อม. (2551). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะวิทยาศาสตร์, สุขศึกษา.
- อนุสา ธาณีตระกูล. (2549). ผลการใช้โปรแกรมฟื้นฟูสภาพที่มีผลต่ออาการปวดหลังในผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง โรงพยาบาลอุทัยธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, สาขาการส่งเสริมสุขภาพ.
- อัจฉรี อ่อนแก้ว. (2550). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของบุคลากรทางการพยาบาลในกองอายุรกรรม โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะวิทยาศาสตร์, สาขาวิชาสุขศึกษา.

เอกสารอื่นๆ

- กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก, สถาบันการแพทย์แผนไทย. (2552). รายงานการดำเนินงานศูนย์ส่งเสริมสุขภาพแผนไทยประจำปี.
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2544). เอกสารอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่องการฝึกกล้ามเนื้อด้วยการยกน้ำหนัก. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะศึกษาศาสตร์.
- ปราณีต เพ็ญศรี. (2549). การออกกำลังกายเพื่อการรักษา 3. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา 3704315 ภาควิชากายภาพบำบัด คณะสหเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วรรณิกา อัครชัยสุวิกรม. (2547). *ปัจจัยที่มีผลต่อการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในเขตตำบลแสนสุข จังหวัดชลบุรี*. รายงานการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. สถาบันวิจัยการแพทย์แผนไทยและอาโรคยศาสตร์. (2551). *สถานการณ์การมารับบริการด้านการแพทย์แผนไทยในสถานบริการสาธารณสุขของรัฐ ปี 2546-2550*.

สื่ออิเล็กทรอนิกส์

จิรภัทร วงศ์ชินศรีและคณะ. (2552). *แนวทางเวชปฏิบัติโรคปวดหลังส่วนล่าง สมาคมรูมาติซึมแห่งประเทศไทย*. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม 2552, จาก <http://www.thairheumatology.org>.

พิศิษฐ์ เบญจมงคลวารีย์. (2552). *การแพทย์แผนไทย นวดไทยในผู้ป่วยปวดหลัง ปวดเอว*. สืบค้นเมื่อวันที่ 25 ตุลาคม 2552, จาก <http://www.dtam.moph.go.th/alternative/viewstory.php?id=419>

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา, กองควบคุมยา. (2550). *มูลค่าการผลิตยาแผนปัจจุบันสำหรับมนุษย์กลุ่ม Musculo skeletal system*. สืบค้นเมื่อวันที่ 19 ตุลาคม 2552, จาก <http://wwwapp1.fda.moph.go.th>.

_____. (2550). *มูลค่าการนำเข้ายาประจำปี 2550*. สืบค้นเมื่อวันที่ 19 ตุลาคม 2552, จาก <http://wwwapp1.fda.moph.go.th>.

สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม 2552, จาก <http://bps.ops.moph.go.th>

Books

Carragee & Hannibal. (2004). *Activity restrictions after posterior lumbar discectomy*. Spine. n.p.

Cole. A. J. (2003). *A Theoretical Overview of the Diagnosis and Management of low Back pain*. The Low Back pain Handbook.

Cupisti, A, C.D Alessandro; I. E vangelisti. M. Piazza; and FG elatta. (2004). *Low back pain in Competitive rhythmic gymnasts*. n.p.

- Glanz, K.; Rimer, B.K.; & Lewis. (2002). *Health Behavior and Education: Theory, Research, & Practice* (3rd Ed). San Francisco: Jossey-Bass.
- Malanga, G.A.; Nadler, S.F.; & Agesen, T. (2003). *Epidemiology*. In cole A.J.(Eds).
Low Back Pain Handbook : A Guide for the Practicing Clinical.
Washington Philadelphia.
- Pai, S., & Sundaram, S. J. (2004). *Low back pain : An economic assessment in the United State*. Orthopedic Clinics of North America.
- United Kingdom Back Pain Exercise and Manipulated Trial Team, UKBEAM.
(2004). *Cost Effectiveness of Physical Treatments for Back Pain in Primary Care*. np.
- Waddell, G. (1998). *Low back pain : A twentieth century health care enigma*.
Spine. n.p.

Articles

- Becker, M.H. (1974). The Health Belief Model and Personal Health Behavior. *Health Education Monograph*, 2, Entire issue.
- Kankanpa, M.; Taimela, S.; Airaksinen, O.; & Hanninen, O. (1999). The efficacy of active rehabilitation in chronic low back pain, Effect on pain intensity, self-experienced disability, and lumbar fatigability. *Spine*, 24(10),1034 - 1042 .
- Rosenstock, I.M. (1974). Historical Origins of the Health Belief Model. *Health Education Monograph*, 2, 328-335.