

บรรณานุกรม

- กองวางแผนทรัพยากรมนุษย์ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคม. (2538) ก้นขารัตน์ อุบลวรรณ และคณะ. (2542). ผลของรูปแบบส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี. รายงานการวิจัย.
- คงศักดิ์ จະวะนะ. (2546). แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พลศึกษา) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- จันทร์ทิรา เจียรนัย. (2543). ผลการฝึกแอโรบิกด้นแบบปลอดภัยกระแทกต่อสมรรถภาพทางกายและสารเคมีในเลือดของผู้สูงอายุ จังหวัดสุรินทร์. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุรินทร์. รายงานการวิจัย.
- จิราภา เต่งไตรรัตน์ และคณะ. (2544). จิตวิทยาทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ชลลดา คล้ายคลึง. (2545). พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพประชาชนวัยทำงานในตำบลบัวขาว อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี. รายงานการวิจัย.
- ชัยรัช เปี่ยมสุข. (2538). ผลของการฝึกกายบริหารลมปราณต่อคุณภาพชีวิตความทนทานต่อการออกกำลังกายและสมรรถภาพปอดในผู้ป่วยโรคอุดกันเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชูศักดิ์ เวชแพทย์. (2538). สรีรวิทยาของผู้สูงอายุ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ศุภนิชการพิมพ์.
- เชียรชัย เอี่ยมวรเมธ. (2544). พจนานุกรมไทย ฉบับใหม่. บริษัทรวมศาสตร์ (1977) จำกัด.
- นิตยา ศรีสังวาล. (2541). อนามัยสำหรับผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สุขภาพใจ.
- บุญศรี นุเกตุ. (2545). การพยาบาลผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ: ยุทธินทร์การพิมพ์
- บรรลु ศิริพานิช. (2541). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- บรรลु ศิริพานิช. (2542). ผู้สูงอายุไทย. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- บรรลु ศิริพานิช. (2543). ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: โครงการจัดพิมพ์คบไฟ.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2543). การวิจัยเบื้องต้น. กรุงเทพฯ: สุริยาสาน.
- บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2543). สถิติวิเคราะห์เพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์.

ปาลีรัตน์ พรทวีกัณฑา. (2541). **แบบแผนชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง.**

วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

เผด็จการ กันแจ่ม. (2546). **วิถีการดำเนินชีวิตและการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน .** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

พัฒน์ คัมภีร์พร และสุจิตรา สุทธิวงศ์. (2543). ผลการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่อคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุ. **วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต.** ปีที่ 14 (มกราคม – มิถุนายน): 19 – 23.

พิงพิศ สมนาวรรณ. (2542). พฤติกรรมการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ. **วารสารผู้สูงอายุ, 18 (2), 16 – 21**

เพ็ญศรี จิงธนาเจริญเลิศ และผุสดี ก่อเจดีย์. (2541). **ความรู้ เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี. สระบุรี : วิทยาลัยพยาบาล บรมราชชนนี สระบุรี.**

ไพจิตร ล้อสกุลทอง. (2545). **พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ ที่มารับบริการที่ศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวจังหวัดน่าน.** วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

เรณู พงเรืองพันธ์. ประสิทธิ์ พงษ์เรืองพันธ์. (2541). **การวิจัยทางการพยาบาล. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.**

วรรณต์ ตรีพรหม. (2534). **ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายในผู้สูงอายุ. พยาบาลสาร, 18(2),**

วันดี โภคะกุล และคณะ. (2539). **การศึกษาคุณลักษณะผู้สูงอายุไทย มีอายุยืนเกิน 100 ปี. สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุกรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. รายงานการวิจัย.**

วิชัย วงษ์ใหญ่. (2537). **กระบวนการพัฒนาหลักสูตรและการเรียนการสอนภาคปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุริยาสาน.**

วินัย สุนทรเสนี. (2542). **การทดสอบสมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness Testing). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สมารธรรม.**

วินยา สุนทรเสนี. (2542). **การทดสอบสมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness Testing). กรุงเทพฯ: สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.**

วิรุฬห์ เหล่าภัทรเกษม. (2537). **กีฬาเวชศาสตร์. กรุงเทพฯ: ทีพีโฟเรนบุคส์เซนเตอร์.**

ศรียรรณ สัทธพิงศ์. (2540). **ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการวิจัย**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). เชียงใหม่ : โรงพิมพ์ดาว.
สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. (2542). **การออกกำลังกายพื้นฐานสำหรับผู้สูงอายุ**. กรุงเทพฯ: มปส.
สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2543). **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม**. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ:
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข. (2542). **ผู้สูงอายุ**. (พิมพ์ครั้งที่3).

กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2541). **หลักสำคัญของเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์.
สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2544). **จิตวิทยาการศึกษา**. (พิมพ์ครั้งที่5). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.

เสก อภัยดานุเคราะห์. (2541). **ออกกำลังกายสายกลางเพื่อชะลอวัย**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

อภิสิทธิ์ วิริยานนท์. (2542). **หลัก 5 อ. ทฤษฎีพอเพียงแห่งสุขภาพ**. กรุงเทพฯ สำนักพิมพ์น้ำฝน.

อารีรัตน์ สรรวงทิพนา. (2539). **โรคกระดูกโปร่งบางกับวัยทอง**. กรุงเทพฯ: ด่านสุขาการพิมพ์.

อุบลพรรณ จุฑาสมิต และวันดี โกะกุล. (2542). **ประชากรผู้สูงอายุไทย**. สถาบันเวชศาสตร์
ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์.

Burke, M. M. & Walk, M.B. (19 92). **Gerontological nursing care of the frail elderly**.
Washington: Mosby.

Ebersole P. , Hess, P. & Luggen, A. S. (2004). **Toward healthy aging: human needs & nursing
response**. (6th ed). Washington: Mosby.

Evenson, K.R., Rosamond, W.D., Cai, J., Diez-Roux, A.V. & Brancati, F.L. (2002). Influence of
retirement on leisure-time physical activity: **the atherosclerosis risk in communities
study**. **American Journal of Epidemiology**. 155 (8): 692-699.

Fiatarone, M.A., O'Neill E.F., Ryan N.D. et al. Exercise training and nutritional supplementation
for physical frailty in very elderly people. (1994). **New England Journal of Medicine**.
330 (25): 1769-1775.

Hall, C. M. (1976). Aging and family processes. **Journal of Family Counseling**. 4 (1): 28-42.

Health Education Authority. (1999). **Active for life: promoting physical activity with older
people**. London: Health Education Authority.

Jossie, J.C. & Eikli, E. R. (1992). Measuring functional fitness of older adult. **Journal of Active
Aging**. (25): 25-30.

- Lorga, T. (2004). **Authoritativeness of service coverage: a grounded theory study of post-hospital care of older persons in Thailand**. PhD thesis, School of Nursing and Midwifery. La Trobe University, Melbourne.
- Mills, E.M. (1991). **The effect of low intensity aerobic exercise on muscle strength, flexibility, and balance among sedentary elderly persons**. PhD thesis. Case Western Reserve University.
- Pender, N.J., Walker, S.N., Stromborg, M.F., & Sechrist, K.R. (1990). Predicting health-promoting lifestyles in the workplace. **Nursing Research**. 39(6), 326-332.
- Probart, C.K. (1991). The effect of moderate aerobic exercise on physical fitness among woman 70 years and older, **Maturity**. 14 (1): 49-56.
- U.S. Department of Health and Human Services. (1996). **Physical activity and health: a report of the Surgeon General**. Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion.
- Walker, S.N., Sechrist, K.R., & Pender, N.J. (1987). **The health-promoting lifestyle profile: Development and psychometric characteristics**. *Nursing Research*, 36(2), 76-80.
- World Health Organization. (2002). **Active ageing: a policy framework**. World Health Organization: Geneva Switzerland.
- World Health Organization. (1998). **Growing older, staying well: ageing and physical activity in everyday life**. World Health Organization: Geneva Switzerland.
- World Health Organization. (1998). **The role of physical activity in healthy ageing**. World Health Organization: Geneva Switzerland.