

บรรณานุกรม

- กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (2547). การดูแลรักษาโรคความดันโลหิตสูง. กรุงเทพฯ : พัฒนา
ศึกษา.
- กิ่งดาว ชูยอภักย์. (2548). ผลของการออกกำลังกายแบบไท้ จี่ ชี่กงต่อความดันโลหิตและการใช้ยา
ในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จารุภา เลหาพจนารถ. (2544). การประยุกต์ทฤษฎีแรงจูงใจในการป้องกันโรคร่วมกับกลุ่มช่วยเหลือ
ตนเองเพื่อควบคุมความดันโลหิตสูงของผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลพิจิตร จังหวัดพิจิตร.
วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เฉลิมพล ต้นสกุล. (2543). พฤติกรรมศาสตร์สาธารณสุข. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นงลักษณ์ ขอดมงคล. (2549). ผลของการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติและการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ
อย่างต่อเนื่องที่มีต่อเวลาปฏิกริยา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขา
วิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นงลักษณ์ ขอดมงคล. (2549). ผลการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติและการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้ออย่าง
ต่อเนื่องที่มีเวลาปฏิกริยา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประยุทธ์ ปยุตโต (พระธรรมปิฎก). (2542). สัมมาสมาธิ สมาธิแบบพุทธ. กรุงเทพฯ : ธรรมสภา.
- ปาริชาติ แสงแก้ว. (2549). ผลของการฝึกโปรแกรมสมาธิแบบพุทธต่อชาวปัญญาและชาวอารมณ์
ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พระพรหมคุณาภรณ์. (2552). สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ. กรุงเทพฯ : สำนักการแพทย์ทางเลือก
กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข.
- พระมหาอุเทน ปัญญาปริทัศน์. (2546). พระไตรปิฎกร่วมสมัย 3 ธรรมะกับชีวิตประจำวัน. กรุงเทพฯ :
ธรรมดา.
- พุทธทาสภิกขุ. (2535). อานาปานสติสมาธิแบบ. กรุงเทพฯ : คณะธรรมทานไชยา ธรรมสภา.

- พิจิตร ฐิตวณฺโณ (พระเทพวิสุทธิกวี). (2538). **การพัฒนาจิต ภาคหนึ่ง**. กรุงเทพฯ : สภาการศึกษา
มหาเมฆกุฎราชวิทยาลัย มหาลัษพระพุทธานุศาสนานา.
- พินิจ รัตนกุล. (2550). **หนังสือธรรมลีลา**. กรุงเทพฯ : วิทยาลัยศาสนศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2543). **วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์ : ฉบับปรับปรุงใหม่
ล่าสุด**. กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบทางการศึกษา และจิตวิทยา มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- เพ็ญ สุธาโชติ. (2550). **การปฏิบัติสมาธิในผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่มีความเครียด** โรงพยาบาลโนนคูณ
จังหวัดศรีสะเกษ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ยุพาพัทธ์ รักรณวิวงศ์. (2547). **การพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษารายบุคคลตามแนวคิดการปรับ
พฤติกรรมทางปัญหาโดยใช้การฝึกสมาธิแบบลมหายใจเป็น ต่อการลดภาวะซึมเศร้า
ในผู้ป่วยอัมพาต**. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ยุทธ ไกยวรรณ. (2550). **สถิติเพื่อการวิจัย**. กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์ดี จำกัด.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**. กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คส์
พับลิเคชั่นส์.
- โรงพยาบาลหลังสวน. (2552). **ทะเบียนรายงานโรคเรื้อรังงานผู้ป่วยนอก**. ชุมพร : โรงพยาบาล.
- _____. (2553). **ทะเบียนรายงานโรคเรื้อรังงานผู้ป่วยนอก**. ชุมพร : โรงพยาบาล.
- วทีนันท์ เพชรฤทธิ์. (2550). **การนำโปรแกรมการฝึกอานาปานสติสมาธิไปใช้ในการลดระดับ
ความเครียดของผู้ป่วยมะเร็ง**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วีณา โคมพานนคร. (2546). **ผลึกแสงแห่งใจ**. กรุงเทพฯ : มติชน.
- วินัสริน ก้อนศิลา. (2550). **ผลการใช้แนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมร่วมกับการฝึก
สมาธิในการบำบัดผู้ป่วยโรคซึมเศร้า**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต
มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วีระศักดิ์ พงศ์พิริยะไมตรี. (2553). **ผลของการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติและการดูแลตนเองที่บ้านที่มี
ต่อความเครียดในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ**. วิทยานิพนธ์
สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ศิยะ ฉัญฐูสามิ. (2538). **การสร้างพลังแห่งชีวิต**. กรุงเทพฯ : เคล็ดไทย.
- ศิริวัฒน์ วงศ์พุทธคำ. (2551). **ผลของการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพและความดันโลหิตของ
ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง**. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาล
ผู้ใหญ่ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

- ศรชัย วีรมโนมัย. (2546). การสวดมนต์และการฟังบรรยายธรรมกับการควบคุมความดันโลหิตกลุ่มงาน
อายุรกรรม โรงพยาบาลเลิดสิน. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพยาบาลศึกษา
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุนทร สุขะ. (2552). ผลของการฝึกสมาธิต่อความแม่นยำของนักกีฬาวิ่งป็นยาวอดลม. วิทยานิพนธ์
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สมจิต หนูเจริญกุล. (2544). การพยาบาลทางอายุรศาสตร์. กรุงเทพฯ : บริษัทเอเชียเพรสจำกัด.
- สมจิตร สุทชนะ. (2543). ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพ ความเครียดกับระดับความรุนแรง
ของภาวะความดันโลหิตสูง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2549). การปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- สมพร กันทรคุญ์ตรียมชัยศรี. (2551). การปฏิบัติสมาธิเพื่อเยี่ยมเยียนสุขภาพ. ภาควิชาการพยาบาล
สาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สมเกียรติ แสงวัฒนาโรจน์. (2551). ปฏิบัติสมาธิลดความดันโลหิต. กรุงเทพฯ : หมอชาวบ้าน.
- สำนักกระบวนวิชา กระทรวงสาธารณสุข. (2551). สถิติโรคเรื้อรัง. กรุงเทพฯ : สำนักกระบวนวิชา.
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดชุมพร. (2551). สรุปผลการปฏิบัติงานสาธารณสุข. ชุมพร : สำนักงาน.
_____. (2552). สรุปรายงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง. ชุมพร : สำนักงาน.
_____. (2553). สรุปรายงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง. ชุมพร : สำนักงาน.
- สำนักงานสาธารณสุขอำเภอหลังสวน. (2551). ข้อมูลด้านสาธารณสุข. ชุมพร : สำนักงานสาธารณสุข
อำเภอหลังสวน
- สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. (2551). สะครออยปัจจัยเสี่ยงโรคหัวใจและ
หลอดเลือด. กรุงเทพฯ : มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ.
- Bensson, H. & Wallace, R. (1977). **The Physiology of Meditation.** In *Holistic Health the Art and
Science of Care.*
- Dickinson, H. O. & Others. (2006). **Lifestyle Interventions to Reduce Raised Blood Reassure : A
Systematic Review of Randomized Controlled Trials.** *Journal of Hypertension.*
- Lusardi, M. (2000). **Hypertension what Patient Need to Know.** *American Jour of Nursing.*
- Myra, W. (2005). **Mindfulness-base stress reeducation as an adjunct to outpatient
psychotherapy.** *Psychotherapy and Psychosomatic.*
- Olive, B. & Isabel, G. (2001). **A qualitative study of mindfulness-based cognitive therapy for
depression.** *Journal of Medical Psychology.*

- Pamela, K. & Sara, R. (2004). **Using Mindfulness-Based Therapeutic Intervention in psychiatric nursing practice : Mindfulness-based approaches for all phases of psychotherapy-clinical case study.** Archives of Psychiatric Nursing.
- Peter, C. (2003). **The therapeutic effected of meditation. The condition treated are stress related and the evidence is weak research fellow in complementary medicine.** Peninsula medical School. University of Exeter.
- World Health Organization. (1983). **Cervical cancer screening in developing countries.** Report of a WHO consultation.