

## บรรณานุกรม

- กรมอนามัย. (2532). ข้อกำหนดอาหารที่ควรได้รับประจำวันและแนวทางการบริโภคอาหาร  
สำหรับคนไทย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- กอบจิตต์ ลิ้มปพยอม, และอรรรณพ ใจสำราญ. (ม.ป.พ.) เอกสารโรเนียว. ภาควิชาสถิติศาสตร์  
-นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ค้วน ขาวหนู. (2534). โภชนศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 5 กรุงเทพฯ : อักษรพิพัฒน์.
- โครงการเครือข่ายเพื่อสุขภาพผู้หญิง. (2539). ร่างกายของเราตัวตนของเรา. คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยพายัพ.
- จตุพล ศรีสมบูรณ์, อภิชาติ โอพารัตน์ชัย, และชเนนทร์ วนาภิรักษ์. (2538). คู่มือสถิติศาสตร์  
และนรีเวชวิทยาเบสตันและเพอร์บอลด์. กรุงเทพฯ : บริษัทแมคกรอฮิล  
อินเตอร์ไพเรตส์อิงค์.
- จิราพร กันทะธง. (2544). พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนวัยรุ่นหญิง ในเขตอำเภอ  
เมืองจังหวัดลำพูน. วิทยาสตรมหาบัณฑิต สาขาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จำเรียง กุระสุวรรณ. (2533). ประชากรสูงอายุกับการจัดสวัสดิการ ใน จรัสวรรณ  
เทียนปรภาส, และ พัชรี ต้นศิริ (บรรณาธิการ), การพยาบาลผู้สูงอายุ.  
(หน้า 1-34), กรุงเทพมหานคร : รุ่งเรืองธรรม.
- ชวนชม สกนรวัฒน์, บรรจง อุดมถาวรสุข, พิชัย ลือประสิทธิ์, ภิเศก ลุมพิกานนท์, วิทยา  
ดิฐาพันธ์, และสุกรี สุนทรภา. (2535). นรีเวชวิทยา. ขอนแก่น  
: คอมเพรส แอนด์ ดีไซน์.
- ชลอศรี แดงเปี่ยม, และชเนนทร์ วนาภิรักษ์. (2542). ทศนคติต่อการหมดประจำเดือนของ  
บุคลากรหญิง มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. รายงานวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ชลอศรี แดงเปี่ยม, ชเนนทร์ วนาภิรักษ์, และวารุณี แก่นสุข. (2541). อาการที่เปลี่ยนแปลง  
ในวัยหมดประจำเดือน และ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องของบุคลากรหญิง มหาวิทยาลัย  
เชียงใหม่. รายงานวิจัยคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- เทพินทร์ คุณโลก. (2539). บริโคนิสัยกับการเป็นโรคพยาธิใบไม้ตับของประชาชน บ้านแม่  
ขานหลังถ้ำ ตำบลสองแคว อำเภอดงมทอง จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์  
ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

## ห้องสมุดคณะศึกษาศาสตร์

49

- นิกร     ดุสิตสิน. (2537). การดูแลสุขภาพวัยทองมองอย่างไร. สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิตยา     ศรีสังวาลย์. (2543). 70 คำถามสำหรับคนวัยทอง. กรุงเทพมหานคร : เอ็ม เทรคดิง.
- นิภาพร     อยู่เจริญกิจ. (2542). การปรับตัวของสตรีวัยหมดประจำเดือน อำเภอพิชัย จังหวัดอุตรดิตถ์. วิทยานิพนธ์สาธาณสุขศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- “แบบประเมินผล การประเมินอาหารบริโภคด้วยตนเองของ หญิงวัยหมดประจำเดือน”. (ระบบออนไลน์). แหล่งที่มา [http:// www.waithong.com](http://www.waithong.com). (7 มิถุนายน 2544).
- พิชัย     เจริญพานิช. (2531). ปัญหาและแนวทางแก้ไขโรคทางนรีเวช. กรุงเทพมหานคร : ตีรณสาร.
- พัชรี     บุศิริธรรม. (2539). พฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารของชาวชนบทภาคเหนือ. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- มันทนา     ประทีปะเสน. (2539). โภชนาการในสตรีวัยก่อนและหลังหมดระดู. สตรีวัยหมดระดู. กองอนามัยครอบครัว กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- ลำภา     อุปการกุล. (2538). ความรู้เรื่องการหมดประจำเดือนและประสบการณ์การดูแลตนเองของหญิงวัยหมดประจำเดือนในชุมชนแออัดอำเภอเมืองจังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์สาธาณสุขศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วรารักษ์     จันทรวงศ์. (2541). คู่มือการให้คำแนะนำการดูแลตนเองของสตรีวัยหมดประจำเดือน. ภาควิชาสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่.
- วรัญญา     มุนินทร์. (2541). ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เกี่ยวกับคุณค่าในตนเองแรงสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมการดูแลตนเองของ ครูวัยหมดประจำเดือนใน โรงเรียนมัธยมศึกษาเขต อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วิมล     สุขศรี,และ อรพรรณ มาตั้งคสมบัติ. (2537). ความก้าวหน้าทางเภสัชวิทยาและอาหารเสริมสำหรับผู้สูงอายุ. ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วีระ     นิยมวัน. (2538). แนวทางและกลวิธีการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพสตรีหลังวัยเจริญพันธุ์. การส่งเสริมสุขภาพของ สตรีหลังวัยเจริญพันธุ์. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการระหว่างวันที่ 27 กุมภาพันธ์ – 3 มีนาคม 2538 ณ โรงแรมริมกก เชียงราย.
- วรลักษณ์     กงหนู,และ ประเวศ บุญเลี้ยง. (2543). สังคมจิตวิทยาในการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ที่มี ความสัมพันธ์กับ อาการหมดประจำเดือนของ สตรี จังหวัดสระบุรี. ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพเขต 2 สระบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.

- ศิริพร สุวรรณกิติ, อรุณรัตน์ ตั้งมั่นคงวรกุล, ฉันทนา พรหมพุกชา, ปรียาภรณ์ ปริญญารักษ์, ราพีง ไชยคำห้ำ, ปัทมา จักมรัตน์, บัณฑิต ใสด้วง, ประทุมวัน เทพมณี, และ โสภณ ใบโพธิ์. (2541). รายงานการวิจัย ภาวะกระดูกโปร่งบาง ในสตรีวัยหมดประจำเดือน. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศรีสมร คงพันธุ์. (2542). อาหารวัยทองสูตรอาหารสุขภาพสำหรับผู้หญิง. กรุงเทพมหานคร : แสงแดด จำกัด.
- สมลักษณ์ นิ่มสกุล, นิภาภรณ์ ปิ่นมาศ, อ่อนศรี ชื้อท, วิมลพรรณ ลิขิตเอกราช, กนิษฐา ไทยกล้า, สรรพพร สารถวัลย์แพศย์, และ มนต์จันทร์ วิชาจารย์. (2543). ผลกระทบของการบริโภคอาหารต่อภาวะโภชนาการของ หญิงวัยเจริญพันธุ์ ในชนบท จังหวัดเชียงใหม่. สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สง่า ดามาพงษ์. (2542). กินแบบไทยในศตวรรษที่ 21. กรุงเทพมหานคร : ประbourวงศ์ พรินต์ จำกัด.
- สาส์นสุขภาพ. (2541). คำแนะนำสำหรับสตรีเกี่ยวกับโรคกระดูกบาง. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ออร์กานอน(ประเทศไทย).
- สิริพันธุ์ จุลกรังคะ. (2542). โภชนศาสตร์เบื้องต้น. ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุภาพ สวนปาน. (2537). อาหารเสริมเพื่อสุขภาพ. มิติใหม่ทางโภชนาการเพื่อสุขภาพ. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการเรื่องมิติใหม่ทางโภชนาการเพื่อสุขภาพ ระหว่างวันที่ 26-28 เมษายน 2537 ณ โรงแรมฮอติเคย์อินน์ แม่โจ้รอยัล จังหวัดหนองคาย.
- สุรศักดิ์ อังสุวรรณ. (2537). "วัยหมดประจำเดือน". (ระบบออนไลน์). แหล่งที่มา <http://161.200.96.2/public/medinfo/health/menopause/wmen1.html>. (7มิถุนายน 2544).
- สุวิภา บุญยโหดระ. (2540). การดำเนินการจัดตั้งคลินิกวัยงาม โรงพยาบาลชลประทาน. การส่งเสริมสุขภาพ สตรีวัยก่อนและ หลังหมดระดูและ แนวทางจัดคลินิกส่งเสริมสุขภาพ. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการสำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ระหว่างวันที่ 17-18 กรกฎาคม 2540 ณ โรงแรมเพชรงาม จังหวัดเชียงใหม่.
- สำนักนโยบายและแผนงานสาธารณสุข. (2540). ข้อมูลข่าวสารสาธารณสุข. กระทรวงสาธารณสุข.
- สัมภรณ์ ทองพูน ท้าวเป็ง. (2544). ข้อมูลเบื้องต้น. ประธานชุมชนพัฒนาสู่ตำบล ตำบลศรีภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ พฤศจิกายน 2544.

- หะทัย เทพพิสัย, และ อุรุษยา เทพพิสัย. (2539). สตรีวัยหมดประจำเดือน. กรุงเทพมหานคร : บริษัทไวเอท - เอเอิร์ส(ประเทศไทย) จำกัด.
- Krause, M.V. (1969). **Food nutrition and Diet therapy.** (Fourth Edition). Philadelphia : W.B. Saunders.
- Lyndsay, R. (1985). **Post menopause osteoporosis : Prevention and treatment.** (FIGO) Congress, XI World Congress of gynecology and obstetrics Wwst Berlin, December 19, 1985.
- Messer, E. (1983). The household focus in nutrition antropology : An overview. **Food and nutrition.** 5(4), 2-11.
- Murkies, A.L., Lombard, C Strauss, B.J., Wilcox, C., Burger, G.H., Morton, M.S. (1995). **Dietary flour supplementation decreases post-menopausal hot flushes : effect of soy and wheat.** Meturitas, 21(3) 189-195.
- Sanjur, D. (1982). **Social and culture perspective in nutrition.** United State : Prentice-Hall.
- Suitor, C.J.W. & Crowley, M.F. (1984). **Nutrition.** Philadelphia : J.B. Lippincott.
- Valdecanas, O.C. (1978). Food Behavior: An analysis of Phillipine studies. In A.A. Bayan , O.C. Valdecanas. (Eds). **Food habits and in - field implementation of nutrition programs.** (p.145-152). First seminar - workshop on 8<sup>th</sup> meeting of the Asean subcommittee on protein. 5 - 11 November 1987 Midtown Ramada Hotel Manilar. Phillipines ; Food and nutrition research institute.
- World Health Organization, (WHO). (1996). **Research on the menopause in the 1990s.** Switzerland : Benteli.