

เอกสารอ้างอิง

- กนกวรรณ ชิมพัฒนานนท์. (2538). ผลของการเสริมวิตามินบีหนึ่ง บีสอง บีหกต่อสมรรถภาพทางกายในนักวิ่ง. วิทยานิพนธ์. วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาเอกโภชนาวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กนกทิพย์ พัฒนาพัวพันธ์. (2539). เทคนิคการได้กลุ่มตัวอย่าง. ภาควิชาประเมินผลและวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- กรมพลศึกษา. (2535). ความรู้ ทักษะคติ และการปฏิบัติในเรื่องโภชนาการนักกีฬา. รายงานการวิจัย. งานสุขศึกษา ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2545). โภชนาการกับการกีฬา. ระบบออนไลน์. (<http://www.thai.net/pe13member/study0007.html>, 2545)
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2539). โภชนาการกับการกีฬา. (ม.ป.ป). โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- กัลยา กิจบุญชู. (2544). โภชนาการสำหรับนักกีฬา : ปัจจัยพื้นฐานสู่ชัยชนะ. สารวิทยาศาสตร์ การกีฬา. ปีที่ 2 ฉบับที่ 15 เดือนกรกฎาคม 2544. หน้า 5.
- กัลยา กิจบุญชู. (ม.ป.ป). ฟุตบอลกีฬายอดฮิตติดอันดับของคนไทย. นครปฐม : สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จงจิตร อังคทะวานิช. (2538). การใช้วิตามินและแร่ธาตุเพื่อเสริมสุขภาพและบำบัดโรค. ภาควิชาอาหารเคมี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จตุรงค์ เหมรา. (2538). วิทยาศาสตร์การกีฬา. เอกสารประกอบการสอน วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดลำปาง กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ.

- จักรกริช กล้าพจน. (2543). โภชนาการสำหรับนักกีฬา. เอกสารประกอบการอบรมเชิงปฏิบัติการ
วิทยาศาสตร์การกีฬา 15-16 กรกฎาคม 2543. ณ หอประชุม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
เชียงใหม่.
- จิตติกร ศิริสุขเจริญพร. (2540). วิทยาศาสตร์การกีฬา. ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์
สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.
- ฉัฐพร สุริยากานนท์. (2542). พฤติกรรมการบริโภคอาหารมังสวิรัตของผู้บริโภคในเขตอำเภอเมือง
จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์. บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
เชียงใหม่.
- ธวัช วีระศิริวัฒน์. (2537). กีฬาวชศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- นางเยาว์ แยมเวช. (2536). พฤติกรรมบริโภคอาหารประเภทฟาส์ฟู้ดของนักศึกษาในอำเภอเมือง
จังหวัดเชียงใหม่. การค้นคว้าแบบอิสระ. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นัยนา เมธา. (2544). ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
ของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง. การค้นคว้าแบบอิสระ. วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พิชิต ภูติจันทร์. (2535). สรีรวิทยาการออกกำลังกาย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์
โอเดียนสโตร์.
- พิศาล มั่นตะสูตร. (2538). วิทยาศาสตร์การกีฬา. เอกสารประกอบการสอน
สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม.
- พีระพงศ์ บุญศิริ. (2532). สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย (วิทยาศาสตร์การกีฬา). พิมพ์ครั้งที่ 1.
กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.

- มณฑาทิพย์ ชู่นฉลาด. (2536). เครื่องดื่มนักกีฬา. วารสารสถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ปีที่23 ฉบับที่ 1 มกราคม-มีนาคม. หน้า1-6.
- รัตนวดี ณ นคร. (2537). กีฬาเวชศาสตร์. (หน้า139-160). พิมพ์ครั้งที่ 1 . กรุงเทพฯ : พี พี บุคส์เซนเตอร์.
- วินยา สุนทรเสณี. (2542). การทดสอบสมรรถภาพทางกาย. โปรแกรมวิทยาศาสตร์การกีฬา สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.
- ไวพจน์ จันทร์โสม. (2540). วิทยาศาสตร์การกีฬาในการสอนพลศึกษาและการฝึกกีฬาสำหรับเด็ก. ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดมหาสารคาม.
- ศรีบังอร สุวรรณพานิช. (ม.ป.ป.). โภชนาการ. กระบี่: วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดกระบี่.
- ศูนย์รวมกีฬาข่าวสารทางอินเทอร์เน็ต. (2545). นักกีฬามีความต้องการอาหารต่างจากคนปกติหรือไม่. ระบบออนไลน์. <http://www.siamswim.com/knowledge/food.html>.
- ศูนย์รวมกีฬาข่าวสารทางอินเทอร์เน็ต. (2545). สารอาหารแต่ละชนิดทำหน้าที่และมีประโยชน์ต่อนักกีฬา. ระบบออนไลน์. <http://www.siamswim.com/knowledge/food2.html>.
- สมใจ วิชัยดิษฐ. (2540). กินเพื่อชีวิต. กรุงเทพฯ : ประยูรวงศ์พรินติ้ง .
- สิริพันธุ์ จุลกรังคะ. (2542). โภชนศาสตร์เบื้องต้น . พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ ฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เสาวนิตย์ แดงทองดี. (2542). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. ภาควิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สถาบันราชภัฏเพชรบูรณ์.
- เสาวนีย์ จักรพิทักษ์. (2537). หลักโภชนาการปัจจุบัน. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

อนงค์ บุญอุดมรัตน์. (2542). กีฬาเพื่อสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : ศูนย์เอกสารและตำรา สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.

อมรา จินดาพล. (2542). วิทยาศาสตร์การกีฬา. ภาควิชาพลศึกษาและนันทนาการ คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา.

อนันต์ อัดชู. (2538). หลักการฝึกกีฬา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

อุรุวรรณ แยมบริสุทธิ์ และกัลยา กิจบุญชู. (2543). ความสำคัญของวิตามินและเกลือแร่กับ นักกีฬา. วารสารโภชนาการ. ปีที่ 35 ฉบับที่ 2 เมษายน-มิถุนายน 2543.

Bazzarre T.L. and others. (1993). **Vitamin - Mineral Supplement Use and nutritional status of athletes.** (Online). A vailable : http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed &list_uids=8463514&dopt=Abstract/ (2001, November 22)

Belko A.Z. (1987). **Vitamin and Exercise.** (Online). A vailable: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=3683160&dopt=Abstract/ (2001, November 24)

Boeckner, L. (1998). **Nutrition and The Athlete Vitamin and mineral Supplements.** (Online). A vailable: <http://www.ianr.unl.edu/pubs/foods/nf71.htm/> (2001, November 22)

Bowles D.K. and others. (1991). **Effects of acute, submaximal exercise on skeletal muscle Vitamin E.** (Online). Available:http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=2060859&dopt=Abstract/ (2001, November 24)

Brass,E.P. (2000). Supplemental carnitine and exercise. **American Journal Clinical Nutrition.** 72 (suppl): 618s – 23s.

Branca, F. and Vatuen, S. (2001). **Calcium, physical activity and bone health-building bones for a stronger future**. Public Health-Nutrition. 4(1A). 117-123.

Clarkson P.M. and Haymes E.m. (1995). **Exercise and mineral status of athletes: calcium, magnesium, phosphorus, and iron**. (Online). A available:
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=7658944&dopt=Abstract/ (2001, November 24)

Guilland J.C. and others. (1989). **Vitamin status of young athletes including the effects of supplementation**. (Online). A available: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=2674597&dopt=Abstract/
 [2001, November 24]

Krainuwat, K. (1994). **Nutritional status , Opinions, Practices, and Energy balance in Thai National Athletes** . A Thesis. The Requirements for The degree of Master of Science(Nutrition). Faculty of Graduate studies Mahidol University.

Kim, S.H. (2000). Vitamin/Mineral Supplement Use by Athletic Teenagers in Korea: Related Factors and Motivational Beliefs. **Journal of ARAHE**. Vol.1,2000.

Kim, S.H. (2001). **Vitamin / Mineral Supplement Use by healthy teenagers in Korea : motivating factors and dietary consequences**. (Online). A available:
http://www.sciencedirect.com/science?_ob=ArticleURL&_udi=B6WVB-45GNB8W3SX&_user=131617&_coverDate=04%2F04%2F2002&_alid=41565114&_rdoc=1&_fmt=summary&_orig=search&_cdi=7098&_sort=d&_st=5&_docanchor=&_acct=C000010978&_version=1&_urlVersion=0&_userid=131617&md5=fca57fc915b58085cc54a4991612360c/ (2001, November 23)

Lukaski H.C. (1995). **Micronutrients [magnesium, zinc, and copper] : are mineral supplements needed for athletes.** (Online). Available:

[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=7550259&dopt=Abstract./](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=7550259&dopt=Abstract/) (2001, November 24)

Tummaapakorn, N. (1989). **Effects of vitamin B₁ supplementation to The cardiac efficiency on exercise.** A Thesis. The requirements for The degree of Master of Science(physiology). Faculty of Graduate Studies Mahidol University.

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University