



การตำราคณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

การพยาบาลผู้สูงอายุ: การสร้างเสริมสุขภาพ และการฟื้นฟูสภาพ

(Gerontological Nursing: Health Promotion
and Rehabilitation)



การพยาบาลผู้สูงอายุ: การสร้าง..
WY152 ว157ก 2563 ล.1



B0012361
bib:13399117292

ISBN	978-616-398-481-4
หนังสือ	การพยาบาลผู้สูงอายุ: การสร้างเสริมสุขภาพ และการฟื้นฟูสภาพ
บรรณาธิการ	รองศาสตราจารย์ ดร. วณิชา พึ่งชมภู
เจ้าของลิขสิทธิ์	คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
พิมพ์ครั้งที่	1
จำนวนหน้า	154 หน้า
จำนวนพิมพ์	1,000 เล่ม
ปีที่พิมพ์	2563
จัดพิมพ์โดย	คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 110 ถ.อินทวโรรส ต.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50200 โทรศัพท์ 053-221293, 053-935024 โทรสาร 053-217145
ออกแบบและพิมพ์ที่	เอ็น.พี.ที. ปริ้นติ้ง (NPT Printing) 116 หมู่ 6 ต.ป่าแดด อ.เมือง จ. เชียงใหม่ 50100 116 M.6 Padad, Muang Chiang Mai, Chiang Mai 50100

ราคา 200 บาท
สงวนลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2563

เลขเรียกหนังสือ..... WY 152
 ก 157 ก 2563 ด.1
 เลขทะเบียนหนังสือ..... B0012361
 วันที่ลงทะเบียน..... 20 ต.ค. 2566
 ได้มาจาก..... งบประม.ศ. 2566

สารบัญ

	หน้า	
คำนิยม	ก	
คำนำ	ข	
สารบัญ	ค	
สารบัญภาพ	ง	
สารบัญตาราง	จ	
บทที่ 1	แนวคิดสำคัญการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรนโยบายและแผนยุทธศาสตร์ผู้สูงอายุ	1
บทที่ 2	แนวคิดและทฤษฎีในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วยในผู้สูงอายุ	9
บทที่ 3	ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ	15
บทที่ 4	กลยุทธ์ในการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในผู้สูงอายุ	25
บทที่ 5	การจัดการภาวะเสี่ยงและการประเมินผลลัพธ์ในผู้สูงอายุ: สุขบุหรื และการดื่มสุรา	39
บทที่ 6	การสร้างเสริมสุขภาพวัยทำงานเพื่อเตรียมเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพ	47
บทที่ 7	กิจกรรมและการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ	57
บทที่ 8	ภาวะโภชนาการในผู้สูงอายุ	65
บทที่ 9	การจัดการกับความเครียดและการเข้าร่วมสังคมในผู้สูงอายุ	75
บทที่ 10	แนวคิดการฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุ	85
บทที่ 11	การฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุโรคเบาหวาน	97
บทที่ 12	การฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	107
บทที่ 13	การฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง	117
บทที่ 14	การฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจ	127
บรรณานุกรม		136

สารบัญภาพ

		หน้า
ภาพที่ 1	ความสัมพันธ์ของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมและการรับรู้ สมรรถนะแห่งตน	12
ภาพที่ 2	Health Promotion Model (revised)	20
ภาพที่ 3	พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และภาวะเสี่ยงทางสุขภาพ	22
ภาพที่ 4	A Cascade Model for Workplace Alcohol Problem Prevention	44
ภาพที่ 5	Healthy University Model	52
ภาพที่ 6	Operation Process of Healthy University	53

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	มโนทัศน์ของแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ และการประยุกต์ใช้	30
ตารางที่ 2	ดัชนีมวลกายและเกณฑ์ในการประเมินภาวะทุพโภชนาการ	68
ตารางที่ 3	การจำแนกความรุนแรงของโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังพิจารณาจาก สมรรถภาพปอด	108
ตารางที่ 4	การจำแนกความรุนแรงของโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังตามความ สามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน	109
ตารางที่ 5	แสดงการจำแนกระดับของค่าความดันโลหิต	119
ตารางที่ 6	สรุปแนวปฏิบัติในการรักษาโรคความดันโลหิตสูง	123
ตารางที่ 7	การจำแนกชนิดของยารักษาโรคความดันโลหิตสูง	124