

## เอกสารอ้างอิง

- ชัยวัฒน์ ต่อสกุลแก้ว. (2541). *สรีรวิทยาทางเดินอาหาร*. กรุงเทพฯ: เท็กซ์ แอนด์ เจอร์นัล พับลิเคชั่น.  
นภาพร เถลิงพรพงศ์, ผ่องศรี ศรีมรกต, และวรรณิ สัตยาวิวัฒน์. (2545). ผลของการดื่มน้ำตอนเช้าเพื่อ  
กระตุ้นการขับถ่ายอุจจาระในผู้ป่วยออร์โธปิดิกส์ที่มีภาวะท้องผูก. *วารสารวิทยาลัยพยาบาล  
พระปกเกล้า จันทบุรี*, 13(2), 17-24.
- นเรศ มีโส และศิริธร ศิริอมรพรรณ. (2552). *การวิเคราะห์สารออกฤทธิ์ทางชีวภาพในมะม่วง กล้วยและ  
มะละกอ*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- นันทยา จงใจเทศ, วาริทพิศ พึ่งพันธุ์, ปิยนันท์ อึ้งทรงธรรม, และวรรณชนก บุญชู. (2552). ปริมาณใย  
อาหาร น้ำตาล และแร่ธาตุในผลไม้. *กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข*, 1-17.
- โบตัน แสนสุขสวัสดิ์, พรรณวดี พุทธวัฒนะ, และสุภาพ อารีเอื้อ. (2550). การป้องกันและการจัดการ  
อาการท้องผูกในผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ. *รามธิบดีพยาบาลสาร*, 13(2), 106-123.
- ประสงค์ เทียนบุญ. (2558). *ใยอาหาร*. สืบค้นจาก: [www.med.cmu.ac.th/.../ped601-fiber](http://www.med.cmu.ac.th/.../ped601-fiber).
- ปิยะนันท์ ลิ้มเรืองรอง, นิตยา ลินสุกใส, เอมพร รตินธร, และคิฎกานต์ บริบูรณ์หิรัญสาร. (2011).  
ประสิทธิผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อพฤติกรรมรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย  
และระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชั่วโมงในสตรีไทยที่เป็นเบาหวานขณะ  
ตั้งครรภ์. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 15(3), 173-187.
- ไพบรมา นาคนิยม. (2554). *ผลของโปรแกรมการกำกับตนเองในการบริโภคอาหารของหญิงตั้งครรภ์ที่มี  
ปัจจัยเสี่ยงเบาหวาน*. (วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาอนามัยครอบครัว).  
บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พวงผลา มั่นหมาย. (2552). *ประสิทธิผลของโปรแกรมการป้องกันอาการท้องผูกในผู้สูงอายุที่เข้ารับการ  
ผ่าตัดสะโพก*. (วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่). บัณฑิต  
วิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วาสนา บุตรปัญญา, พรรณวดี พุทธวัฒนะ, ศุภกร วงศ์ทัตญญู, และภาณุมาศ ขวัญเรือน. (2555). ผลของ  
โปรแกรมป้องกันอาการท้องผูกสำหรับผู้ป่วยระบบประสาท. *รามธิบดีพยาบาลสาร*, 18(2),  
237-248.
- สิน อนุราษฎร์ และคณะ. (2552). *แนวทางการดูแลรักษาผู้ป่วยท้องผูกเรื้อรัง. สมาคมประสาททางเดิน  
อาหารและการเคลื่อนไหว (ไทย)*, 1-17.

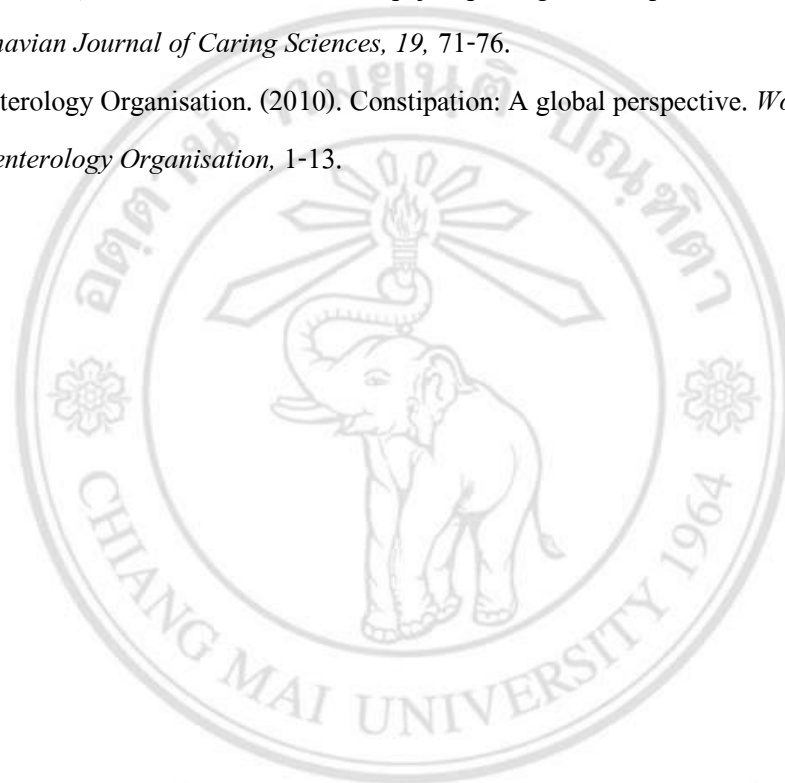
- สุกาญจน์ อยู่คง, มลีนี สมภพเจริญ, ธราดล เก่งการพานิช, และทัศนีย์ รวีวรกุล. (2558). ผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการควบคุมอาหารในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2. *การประชุมวิชาการสุโขศึกษาแห่งชาติ ครั้งที่ 17*. 272-285.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล, วงศ์วัฒน์ ถีวถักณ์, รานี ทวีกิติกุล และจักษณา ปัญญาชีวิน. (2544). ภาวะท้องผูกในผู้สูงอายุไทยที่อาศัยในชุมชน: ความหมายและอัตราความชุก. *วารสารพฤษาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 2(1), 8-17.
- สุพจน์ อัสวพันธุ์ธกุล. (2537). *กล้วย ผลไม้ไทยๆ สมุนไพรสารพัดประโยชน์*. กรุงเทพฯ: โครงการสมุนไพรเพื่อการพึ่งตนเอง. ปาริรุส พับลิเคชั่น.
- สุพจน์ อัสวพันธุ์ธกุล. (2537). *สมุนไพรบำบัด: เคล็ดลับไทย*. กรุงเทพฯ: อักษรสัมพันธ์.
- สุรวัดน์ จริยาวัฒน์. (2552). *สรีรวิทยา 2*. กรุงเทพฯ: เท็กซ์ แอนด์ เจอร์นัล พับลิเคชั่น.
- สุวรรณา กิตติเนาวรัตน์ (2552). ภาวะท้องผูก. *วารสารพยาบาลสภาภาษาชาติไทย*. 3(2), 12-22.
- อชิรญา เอกจิตต์. (2555). *การเปรียบเทียบผลของการกำกับตนเองร่วมกับการให้ความรู้กับการปฏิบัติในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อของผู้ป่วยวัณโรคปอด*. (วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลด้านการควบคุมการติดเชื้อ). บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อาณัติ นิตธิธรรมง. (2553). *ใยอาหารกับสุขภาพ*. สืบค้นจาก: <http://www.inmu.mahidol.ac.th/th/knowledge/view.php?id=67>
- Anderson, A. S., Whichelow, M. J. (1986). Constipation during pregnancy: Dietary fibre intake and the effect of fibre supplementation. *Human Nutrition: Applied Nutrition*, 39, 202-207.
- Anti, M., Pignataro, G., Armuzzi, A., Valenti, A., Iascone, E., Marmo, R., . . . Gasbarrini, G. (1998). Water supplementation enhance the effect of high-fiber diet on stool frequency and laxative consumption in adult patients with functional constipation. *Hepato-gastroenterology*, 45, 727-732.
- Arnaud, M. J. (2003). Mild dehydration: A risk factor of constipation. *European Journal of Clinical Nutrition*, 57, 88-95.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Process*, 50, 248-287.

- Bharucha, E. A., Pemberton, H. J., & Locke, R. G. (2013). American gastroenterological association technical review on constipation. *Elsevier Journal*, 144(1), 218–238.  
doi:10.1053/j.gastro.2012.10.028.
- Blake, M. R., Raker, J. M., & Whelan, K. (2016). Validity and reliability of the Bristol Stool Form Scale in healthy adults and patients with diarrhoea-predominant irritable bowel syndrome. *The National Center for Biotechnology Information*, 44(7), 693-703. doi: 10.1111/apt.13746
- Burns, N., & Grove, S. K. (2010). *The practice of nursing research: Conduct, critique, and utilization* (7<sup>th</sup> ed.). St. Louis: Elsevier Saunders.
- Christofides, D. N., Ghatei, A. M., Bloom, R. S., Borberg, C., & Gillmer, D. M. (1982). Decreased plasma motilin concentration in pregnancy. *British Medical Journal*, 285, 1453–1454.
- Cullen, G., & Donoghue, O. D. (2007). Constipation and pregnancy. *Best Practice & Research Clinical Gastroenterology*, 21(5), 807-818. doi: 10.1016/j.bpg.2007.05.005
- Derbyshire, E., Davies, J., Costarelli, V., & Dettmar, P. (2006). Diet, physical inactivity and the prevalence of constipation throughout and after pregnancy. *Maternal and Child Nutrition*, 2, 127-134. doi: 10.1111/j.1740-8709.2006.00061.x
- Eberhardie, C. (2003). Constipation: Identifying the problem. *Royal College of Nursing*, 15(9), 22-26.
- European Food Safety Authority. (2010). Scientific opinion on dietary reference values for water. *European Food Safety Authority Journal*, 8(3), 1-48. doi: 10.2903/j.efsa.2010.1459.
- Folden, L. S., Backer, H. J., Gilbride, A. J., Maynard, F., Pires, M., Stevens, K., & Jones, K. (2002). Practice guidelines for the management of constipation in adults. *Rehabilitation Nursing Foundation*, 1-51.
- Grundy, J., & Husbands, E. (2010). Clinical care guidelines: Constipation guidelines. *Richard's Hospice*, 1-17.
- Gojnic, M., Dugalic, V., & Papic, M., (2005). The significance of detailed examination of hemorrhoids during pregnancy. *Clinical & Experimental Obstetrics & Gynecology*, 32, 183–184.
- Heaton, K. W., & Lewis, S. J. (1997). Stool form scale as a useful guide to intestinal transit time. *Journal of Gastroenterology*, 32(9), 920-924.

- Hinrichs, M., & Huseboe, J. (2001). Research-based protocol: Management of constipation. *Journal of Gerontological Nursing*, 27(2), 17-28.
- Hsieh, C. (2005). Treatment of constipation in older adults. *American Family Physician*, 72(11), 2277-2284.
- Ireland, B. (2006). Pregnancy-induced constipation. *Professional Nursing Today*, 10(3), 58-60.
- Jefferson, A. (2013). Using wheat bran fibre to improve bowel habits during pregnancy – a call to action. *British Journal of Midwifery*, 21(5), 204-212. doi: 10.12968/bjom.2013.21.5.331.
- Jewell, D., & Young, G. (2001). Interventions for treating constipation in pregnancy. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (2), 1-12. doi: 10.1002/14651858.CD001142.
- Joanna Briggs Institute. (2008). Best practice: Management of constipation in older adults. *Blackwell Publishing*, 12(7), 1-4.
- Johnson, P., Mount, K., & Graziano, S. (2014). Functional bowel disorders in pregnancy: Effect on quality of life, evaluation and management. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 93(9), 874–879. doi: 10.1111/aogs.12434
- Kanazawa, M., Nakajima, S., Oshima, T., Whitehead, E. W., Sperber, D. A., Palsson, S. O., . . . Fukudo, S. (2015). Validity and reliability of the Japanese version of the Rome III diagnostic questionnaire for irritable bowel syndrome and functional dyspepsia. *Journal of Neurogastroenterology and Motility*, 21(4), 537-544.
- Kellogg, J. H., & Formulas, M. D. (2006). *Constipation-2*. Retrieve from [http://www.pathlights.com/nr\\_encyclopedia/05gast09.htm](http://www.pathlights.com/nr_encyclopedia/05gast09.htm)
- Kyle, G. (2007). Constipation and palliative care. *International Journal of Palliative Nursing*, 13(1), doi: 10.12968/ijpn.2007.13.1.22776
- Maloni, A. J. (2011). Lack of evidence for prescription of antepartum bed rest. *Reviews in Obstetrics and Gynecology*, 6(4): 385-393. doi:10.1586/eog.11.28.
- Matos, R. S. A. (2014). Constipation in pregnancy: A systematic review. *Universidade Da Beira Interior*. 1-30.
- Milliano, I., Tabbers, M., Post, J., & Benninga, M. (2012). Is a multispecies probiotic mixture effective in constipation during pregnancy: A pilot study. *Nutrition Journal*, 11(80), 1-6.

- Montague, E. S., Watson, R., & Herbert, A. R. (2005). *Physiology for nursing practice*. (3<sup>th</sup> ed.). Elsevier Limited.
- National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. (2013). Constipation. *National Institutes of Health Publication*, (13), 1-11.
- Ponce, J., Martinez, B., Fernandez, A., Ponce, M., Bastida, G., Pla, E., Garrigues, V., & Ortiz, V. (2008). Constipation during pregnancy: A longitudinal survey based on self-reported symptoms and the Rome II criteria. *European Journal of Gastroenterology & Hepatology*, 20, 56-61.
- Porterfield, S. P. (2001). Endocrinology in pregnancy: Porterfield SP (ed.). *Endocrine physiology*, 197-214.
- Rungsiprakarn, P., Laopaiboon, M., Sangkomkarnhang, U. S., Lumbiganon, P., & Pratt, J. J. (2015). Interventions for treating constipation in pregnancy (Review). *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (9), 1-42. doi: 10.1002/14651858.CD011448.pub2.
- Shafik, A., & El-Sibai, O. (2002). Study of the levator ani muscle in the multipara: Role of levator dysfunction in defaecation disorders. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 22, 187-192. doi: 10.1080/01443610120113391.
- Stumm, R. E., Thomas, M. S., Coomers, J., Greenhill, J., & Hay, J. (2001). Managing constipation in elderly orthopaedic patients using either pear juice or a high fibre supplement. *Australian Journal of Nutrition and Dietetics*, 58(3), 181-185
- Tincello, D. G., Teare, J., & Fraser, W. D. (2003). Second trimester concentration of relaxin and pregnancy related in continence. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 106, 237-238.
- Thompson, G. W., Drossman, A. D., Talley, J. N., Walker, L., & Whitehead, E. W. (2006) Rome III diagnostic questionnaire for the adult functional GI disorders. *Gastroenterology*, 130, 1480-1491. doi: 10.1053/j.gastro.2005.11.061.
- Trottier, M., Erebara, A., & Bozzo, P. (2012). Treating constipation during pregnancy. *Canadian Family Physician*, 58, 836-838.
- Vazquez, C. J. (2010). Constipation, haemorrhoids, and heartburn in pregnancy. *British Medical Journal*, 8(1411), 1-17.

- Verghese, S. T., Futaba, K., & Latthe, P. (2015). Constipation in pregnancy. *The Obstetrician & Gynaecologist*, 17, 111-115. doi: 10.1111/tog.12179
- Voderholzer, W. A., Schatke, W., & Muhldorfer, B. E. (1997) Clinical response to dietary fiber treatment of chronic constipation. *The American Journal of Gastroenterology*, 92, 95-98.
- Wald, A. (2000). Constipation. *Medical Clinics of North America*, 84(5), 1231-1246.
- Wisten, A., & Messner, T. (2005). Fruit and fibre (pajala porridge) in the prevention of constipation. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 19, 71-76.
- World Gastroenterology Organisation. (2010). Constipation: A global perspective. *World Gastroenterology Organisation*, 1-13.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved