

สารบัญ

หน้า

ส่วนที่ 1 บทนำ	1
บทที่ 1 หลักการพื้นฐานของการส่งเสริมสุขภาพ	4
ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพ	4
ปัจจัยกำหนดสุขภาพ	6
แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	8
สุขภาพคนไทยกับเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน	11
บทที่ 2 สุขภาพคนเมือง	19
ประวัติความเป็นมาของสุขภาพคนเมือง	20
แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพคนเมือง	22
ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพคนเมือง	24
สุขภาพคนไทยภายใต้เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน	27
ส่วนที่ 2 ทฤษฎีการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในพื้นที่เขตเมือง.....	34
บทที่ 3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพระดับภายในบุคคล	37
แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ.....	37
การประยุกต์ใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	40
ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน	41
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	43
ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค	45

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

การประยุกต์ใช้ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	47
ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม	49
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	51
ความรอบรู้ด้านสุขภาพ.....	53
การประยุกต์ใช้แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	57
บทที่ 4 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพระดับระหว่างบุคคล	65
ทฤษฎีทางปัญญาสังคม.....	65
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีทางปัญญาสังคมในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	70
แนวคิดการสนับสนุนทางสังคม.....	72
การประยุกต์ใช้แนวคิดการสนับสนุนทางสังคม	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	74
บทที่ 5 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพระดับชุมชนและองค์การ	80
ทฤษฎีการแพร่กระจายนวัตกรรม.....	80
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีการแพร่กระจายนวัตกรรม	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	84
ทฤษฎีสะกิด	86
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีการสะกิดในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	89
แนวคิดความรอบรู้ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม	92
การประยุกต์ใช้แนวคิดความรอบรู้ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	96
แนวคิดองค์การรอบรู้ด้านสุขภาพ.....	98
การประยุกต์ใช้แนวคิดองค์การรอบรู้ด้านสุขภาพ	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	101
บทที่ 6 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพในระดับการปฏิบัติ	108
กรอบแนวคิดเชิงนิเวศวิทยาของพฤติกรรมสุขภาพ.....	108

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

การประยุกต์ใช้กรอบแนวคิดเชิงนิเวศวิทยาของพฤติกรรมสุขภาพ	111
รูปแบบ PRECEDE-PROCEDE	114
การประยุกต์ใช้รูปแบบ PRECEDE-PROCEED	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	117
ทฤษฎีวงล้อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกับโมเดล COM-B	119
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีวงล้อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกับโมเดล COM-B	
ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	123

ส่วนที่ 3 กลยุทธ์ในการส่งเสริมสุขภาพ

และการป้องกันโรคในพื้นที่เขตเมือง	130
บทที่ 7 กลยุทธ์ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	131
เมืองน่าอยู่	131
ความหมายของเมืองน่าอยู่	132
คุณลักษณะของเมืองน่าอยู่	133
วัตถุประสงค์เชิงกลยุทธ์ของเมืองน่าอยู่	134
สภาพแวดล้อมที่ช่วยให้เกิดเมืองน่าอยู่	137
การดำเนินการเพื่อสร้างเมืองที่มีสุขภาพดี (Health Cities Action)	138
กลยุทธ์ในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในพื้นที่เขตเมือง	141

ส่วนที่ 4 ประเด็นสุขภาพคนเมือง:

การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	148
บทที่ 8 ประเด็นสุขภาพคนเมือง: การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	149
การบริโภคอาหารที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพและภาวะทุพโภชนาการ	149
ความหมายของการบริโภคอาหารที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพและภาวะทุพโภชนาการ ...	150
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการบริโภคอาหาร	
ที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพและภาวะทุพโภชนาการ	151
กลยุทธ์และวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค	151

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
กิจกรรมทางกาย	153
ความหมายของกิจกรรมทางกาย	153
ประเภทของกิจกรรมทางกาย	154
ระดับความหนักของกิจกรรมทางกาย	155
กลยุทธ์และวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค	155
พฤติกรรมเนือยนิ่ง	157
ความหมายของพฤติกรรมเนือยนิ่ง	157
ปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมเนือยนิ่ง	158
กลยุทธ์และวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค	158
ความเสี่ยงทางการขับขี่และการจราจรบนท้องถนน.....	158
ความหมายของความเสี่ยงทางการขับขี่และการจราจรบนท้องถนน.....	159
ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเสี่ยงทางการขับขี่และการจราจรบนท้องถนน.....	159
กลยุทธ์และวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค	160
มลภาวะทางอากาศและฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM2.5.....	161
ความหมายของมลภาวะทางอากาศและฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM2.5	162
ผลกระทบของฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM2.5 และประชาชนกลุ่มเสี่ยง	162
กลยุทธ์และวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค	165
การรับมือกับโรคอุบัติใหม่.....	168
ปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดการรับมือกับโรคอุบัติใหม่.....	169
กลยุทธ์และวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค	170
ส่วนที่ 5 การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคพื้นที่เมืองในอนาคต	178
บทที่ 9 การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคพื้นที่เมืองในอนาคต.....	179
นโยบายสุขภาพคนเมืองในอนาคต	179
ประเด็นการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในพื้นที่เมืองในศตวรรษที่ 21	181