REFERENCES

Asavatanabodee, P. (2000). Rheumatic Hand Syndrome in Diabetic Patients. CME Plus 1, 6 (June 2000): 51 - 62.

Chanchi, J. (2000). Development Screening New Case DM: Trang Province. Journal of health Secience. 9, 7 (October-December): 583.

Chuprapavan, J. et al. (2000). Dead Cause Rep2rt:Thailand. First Period. In 5 Province: 24-27.

Coakes. S. J., and Steed, L. G. (2001). SPSS Analysis Without Angqis . Singapore: John Wiley & Sons Australia.

Daniel. M. , and Messer. L. C. (2003). Perceptions of disease severity and barriers to self-care predict glycemic control in aboriginal person with type 2 diabetes. Population and Public Health Branch (PPHB). 29, 3 (March): 1.

Glanz, K., et al. (1996). Health Behavior and Education. San Francisco. Jossey-Bass Publishers. 41-57.

Graziani, C. and other. (1999). Diabetes Education Program Use and Patient perceived Barrers to Attendance. Journal of Family Medicine. 31, 5 (May): 358 - 362.

Health development planning committee. Health development planning. (1995). The 8th National Economical and Social Development Plan (year 1997-2001). Bangkok: A member of one of the armed forces Assistance Organization.

Himotongom, T. (2002). Diabetes Mellitus. Bangkok: Junpubliching. 20 - 60.

Jansawank, V., et al. (2000). Factor Effected to Health Action of Diabetic: At Namomg District, Songkra Province. Journal of Health Science. 11, 4 (July-August): 510-515.

Kanjanavasee, S., Petyanon, T., and Sesuko, D. (1997). To Select statistic for Research. Bangkok: Pacharakonpublikachion.

Kaplan, R. M., Sallis, J. F., and Patterson, T. L. (1993). Health and Human Behavior. Singapore: McGraw-Hill.

Kiyawan, Y. (2003). Statistic for Research. Bangkok: Pimde.

Limj arern, V. (1999). The Effect of Participatory Guidance on Health Belief care Behavior for Prevention in Diabetes Mellitus Rick People in Thambon Sanalpy, Bangbuathong District Nonthabury Province. Master's Thesis, Department of Public Health, Graduate School, Mahidol University.

Losunton, P. (2001). Epidemiology. Bangkok: Chulalongkon University.

Mann, J. and other. (1983) Diabetes in Epidemiological Perspective. New York: Churchill Livingstone: 44-54.

Muangkae, W. (2002). The Effectiveness of an Educative-Supportive Program on Improving Perceived Self- Care Efficacy and Diabetic control in Uncontrolled type 2 Diabetic Patients: A Case study of a Rural Hospital in the North. Master's Thesis, Department of Nursing Science, Graduate School, Mahidol University.

Nell, J. (2000). Statistics for People Who (Think They) Hate Statistics. London: Sage Publication, Inc.

Pachrod, L. (2003). Education of Evaluation. Student of Regulation. Nontabury, Sukothaitammatirat University: 4.

Pattanaj arem, J. (1998). Concept Theory and using Education and Development Health Behavior. Nuntabury: Miistry of Public Health.

Pongvichi, S. (2003). Care Giver Diabetic. Bangkok: Chulalongkon University.

Rosenstock, I.M., Strecher, V.J. and Backer, M.H. Social Learning Theory and the Health Belief Model. Health Education Quarterly 15 (1998): 175-183.

Sarevivattana, P., et al. (1998). Study Health Promotion Behavior of older about DM. Journal of Nursing 16,4 (October-December): 35.

Sedama,V. (2003). Care Giver Diabetes. Bangkok: Chulalongkon University: 120

Sejarani, S., et al. (2000). Care Giver Behavior and Control DM. In NIDM older Kovong District, Kanlasin Province. Journal of Health Science. 11, 3 (May-June): 328-337.

Sesand, B. (1995). Statistic for Research Methodology. Bangkok: Severeyasan.

Sirinranksee, B. (1996). Holistic Health Care DM. Nakonpatom: Mahidon University: 50.

Suttijumrun, A. (2001). Screening Diabetes Mellitus. Journal of Practice and Medicine. 17, 5 (May): 406.

Tanaman, B., and Nudprayun, T. (1998). Medical Communily Diagnosis.

Teresa, L. (200 1). Predictor of Self-care Behavior in Adults With Type 2 Diabetes: An RRNest Study. Journal of Family Medicine. 33, 5 (May): 354-357.

Thailand. (2002). Health Development Plan Section, Bureau of Health Policy and Planning, Ministry of Public Health. Summary Booklet Plan 9 of Ministry of Public Health. Bangkok: Veteran Welfare Organization.

Tony, T. (2000). Complication of Retina in Diabetes Mellitus Type 2. Journal of Health science. 9, 2 (April - June 2000): 215-2J8.

Tunsakun, J. (1998). Public Health Behavior Sciences. Bangkok: Samannitibokkon Saraprachapanid.

Vattanayinkcharertchi, S. Diabetes Mellitus. Journal of Monghanami. 9, 4 (Jan-Feb):17.

Vibuyanon, S. (1995). Diabetes Diet and Diabetic Complications. Bangkok: Mahidol University.

Vanichbuncha, K. (2003). SPSS for Window in Data Analysis. Bangkok: Chulalongkon University.

Vesatsin, K. (2001). The 8th National Economical and Social Development Plan (year 1997-2001). Public Health of Calendar 2003. Bangkok: Sahaprachapanit: 23-20.

APPENDICES

APPENDIX A

Inform Consent Form

Sample number.....

KAP and Prevalence of Diabetes Mellitus among people at Wangkeeree Sub-District, Huai yot District, Trang Province

My name is Ratree Wannabovon. I am a master degree student At The College of Public Health, Chulalongkorn University. I am study about knowledge, attitude, preventive health action and Prevalence of Diabetes Mellitus among people at Wangkeeree Sub-District, Huai yot District, Trang Province.

You are invited to participate in the study.

If you agree to participate, I would interview you regarding your personal information, health behaviors such as nutrition, exercise, stress management and test your blood sugar. The interview will last for approximately 20 minutes. The information from the study will help the health professionals to plan activities to promote health behavior which should be beneficial to the general public and lead to a better quality of life for all.

Any information that is obtained with this study will keep confidential. Your name will not be identified in any report. You are free to have another person present with you during the interview. You are also free to withdraw at anytime. Your care at this hospital or health center will not be affected by your decision to either participate or not to participate in this study. There is no cost, nor is there any payment to you for your participation in this study. If you have any questions now or at any time during the study, please ask or discuss them with me.

....

Place/ Date Name Researcher

....

Place/ Date Name Sample

APPENDIX B

Number.....

Instruments: English

Section 1 Questionnaire For researcher

Part 1 Demographic data

Explanation: Put / check in the ☐ box, or fill in the blank for the following question as the apply to you.

1. **Age .....Years** D1☐☐☐
2. **Gender** D2☐
   - ☐ (1) Male ☐ (2) Female
3. **Marital status** D3☐
   - ☐ (1) Single ☐ (2) Married
   - ☐ (3) Widowed ☐ (4) Divorced/Separated
4. **Occupation** D4☐
   - ☐ (1) Agriculture ☐ (2) Commercial
   - ☐ (3) Government officer ☐ (4) Employee
   - ☐ (5) Housekeeper ☐ (6) Other.....
5. **Education** D5☐
   - ☐ (1) No formal education ☐ (2) Primary school
   - ☐ (3) Secondary school ☐ (4) Certificate/Diploma
   - ☐ (5) Bachelor degree and over
6. **Family history for DM** D6☐
   - ☐ (1) Sibling ☐ (2) Parents
   - ☐ (3) Grandfathers/Grandmother ☐ (4) No history of DM
7. **Ailment** D7☐
   - ☐ (1) Heart Disease ☐ (2) Diabetes Mellitus
   - ☐ (3) Hypertension ☐ (4) No
8. **Body Mass Index** BMI...kg/m^2

   Weight.....kilograms. Height.....centimates.
9. **Physical examination** D9☐
   - ☐ (1) After 6 month ☐ (2) 6 month - 1 year
   - ☐ (3) Before 1 year ☐ (4) Never physical examination

Number.....

For researcher

Part 2 Questionnaire of Knowledge about Preventive Health Action

Explanation: Put check / the box ☐ that correctly describes your knowledge of DM

Person was Susceptibility of DM

1. ☐ Family history of DM	☐ No family history of DM	☐ No knowledge	KA1☐
2. ☐ Over than 30 years old	☐ Younger than 30 years old	☐ No knowledge	KA2☐
3. ☐ Tension	☐ Clear mind	☐ No knowledge	KA3☐
4. ☐ Loss weight	☐ Over weight	☐ No knowledge	KA4☐
5. ☐ Do not exercise	☐ Exercise regularly	☐ No knowledge	KA5☐

Severity and Complication from DM

(Multiple dichotomy method, Check / all that apply)

1. ☐ Blindness	KS1☐
2. ☐ Renal's disease	KS2☐
3. ☐ Chronic wound	KS3☐
4. ☐ Heart disease	KS4☐
5. ☐ Dizzying ness	KS5☐

Preventive health action about DM

(Multiple dichotomy method, Check / all that apply)

1. ☐ Exercise regularly	KP1☐
2. ☐ Clear mind	KP2☐
3. ☐ Control weight regularly	KP3☐
4. ☐ No eat food, which a lot of sweet	KP4☐
5. ☐ Eating vegetables and fruits regularly	KP5☐

Number.....

For researcher

Part 3 Questionnaire of Attitude about Preventive Health Action

Explanation Mark / on the one blank that correctly

4 = absolutely agree

3 = agree

2 = disagree

1 = absolutely disagree

Item	Paragraph	4	3	2	1	
1*	Diet control is difficult.					A1☐
2*	After have food just eat sweet food every meal.					A2☐
3	Vegetables can control blood sugar.					A3☐
4*	Controlling how much high fat food you eat is difficult.					A4☐
5*	Exercise is disgraceful behavior.					A5☐
6*	Working is the same Exercise					A6☐
7*	You feel uncomfortable to control yourself for Exercise.					A7☐
8*	Exercise is athletes for sportsman.					A8☐
9	Exercise is affect for a clear mind.					A9☐
10	Good health is the result a clear mind.					A10☐

Remark * reverse question

Number.....

For researcher

Part 4 Questionnaire for Modifying Factors to Preventive Health Action

Explanation: Mark / on the one blank that correctly on your action

4 = Regularly

3 = Often

2 = Sometime

1 = Never

Item	Paragraphs	4	3	2	1	
	For the last 3 month, how often have you accepted cues to action from the following about DM?					
1	Television					F1☐
2	Newspaper					F2☐
3	Magazine					F3☐
4	Manual					F4☐
5	Family					F5☐
6	Neighbors					F6☐
7	Health personnel					F7☐
8	**For the last 3 month, how often to social stimulate you in the following ours.** Eating					F8☐
9	Exercising					F9☐
10	Relaxing					F10☐

Number.....

For researcher

Part 5 Questionnaire for Preventive Health Action

Explanation: Mark / on the one blank that correctly on your action

4 = Regularly

3 = Often

2 = Sometime

1 = Never

Item	Paragraphs	4	3	2	1	
	Nutrition					
1	You eat meat every meal at time everyday.					E1☐
2*	Normally you have a snack between meals.					E2☐
3*	You have drinking sweet.					E3☐
4	You eat vegetable at meal.					E4☐
5*	You eat food contain coconut.					E5☐
6*	You eat food deep fried in oil.					E6☐
7	You eat fruit.					E7☐
	Exercise					
8	You do exercise					X1☐
9	You have 10 minutes worm up before exercise.					X2☐
10	You exercise 3 times or over per week.					X3☐
11	You exercise 30 minutes or more per section.					X4☐
	Stress managements					
12	When you have a problem, you can solve every time.					S1☐
13*	When you have a problem, you just think about it every time.					S2☐
14	You use many skills for management your stress.					S3☐
15	When you have problem, you keep it to your self alone.					S4☐

Remark * reverse question

Section 2 Blood Sugar Level.....mg/dl

ต้นฉบับ หน้าขาดหาย

เลขที่แบบสอบถาม.....

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจงโปรดเติมข้อความและทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง

1. ท่านอายุ.....ปี (บริบูรณ์)			D1☐☐☐
2. เพศ	☐ (1) ชาย	☐ (2) หญิง	D2☐
3. สถานภาพสมรส	☐ (1) โสด	☐ (2) คู่	D3☐
	☐ (3) หม้าย	☐ (4) หย่า,แยก	
4. อาชีพ	☐ (1) เกษตรกร	☐ (2) ค้าขาย	D4☐
	☐ (3) รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	☐ (4) รับจ้าง	
	☐ (5) แม่บ้าน/พ่อบ้าน	☐ (6) อื่นๆ ระบุ.....	
5. ท่านมีวุฒิการศึกษา	☐ (1) ไม่ได้เรียน	☐ (2) ประถมศึกษา	D5☐
	☐ (3) มัธยมศึกษา, ปวช.	☐ (4) อนุปริญญา, ปวส.	
	☐ (5) ปริญญาตรี	☐ (6) สูงกว่าปริญญาตรี	
6. ท่านมีญาติพี่น้องเป็นโรคเบาหวานหรือไม่			D6☐
	☐ (1) พี่-น้อง	☐ (2) พ่อ-แม่	
	☐ (3) ปู่-ย่า, ตา-ยาย	☐ (4) ไม่มี	
7. ท่านเป็นโรคประจำตัวเหล่านี้			D7☐
	☐ (1) โรคหัวใจ	☐ (2) โรคเบาหวาน	
	☐ (3) โรคความดันโลหิตสูง	☐ (4) ไม่มีโรคประจำตัว	
8. ท่านมีน้ำหนักตัว.....กิโลกรัม สวนสูง.....เซนติเมตร			*BMI..kg/m*^{2}
9. ท่านรับการตรวจสุขภาพครั้งสุดท้ายเมื่อ			D9☐
	☐ (1) ไม่เกิน 6 เดือนก่อน	☐ (2) ระหว่าง 6เดือน-1 ปี	
	☐ (3) นานกว่า 1 ปีมาแล้ว	☐ (4) ไม่เคยตรวจสุขภาพ	

เลขที่แบบสอบถาม.....

<u>ตอนที่ 2</u> ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้ด้านพฤติกรรมการป้องกันโรคโรคเบาหวาน

<u>คำชี้แจง</u> โปรดทำเครื่องหมาย / ในช่องที่มีข้อความที่ท่านคิดว่าถูกต้อง

1. บุคคลต่อไปนี้<u>บุคคลใดที่มีโอกาสเป็นเบาหวานมากกว่า</u>

1. ☐ คนที่มีญาติพี่น้องเป็นเบาหวาน	☐ คนที่ไม่มีมีญาติพี่น้องเป็นเบาหวาน	☐ ไม่ทราบ	KA1☐
2. ☐ คนที่อายุมากกว่า 30 ปี	☐ คนที่ อายุน้อยกว่า 30 ปี	☐ ไม่ทราบ	KA2☐
3. ☐ คนที่ มีอารมณ์เคร่งเครียดบ่อย	☐ คนที่อารมณ์แจ่มใส	☐ ไม่ทราบ	KA3☐
4. ☐ คนที่รูปร่างไม่อ้วน	☐ คนที่รูปร่างอ้วน	☐ ไม่ทราบ	KA4☐
5. ☐ คนที่ไม่เคยออกกำลังกาย	☐ คนที่ออกกำลังกายเป็นประจำ	☐ ไม่ทราบ	KA5☐

2. โรคเบาหวานถ้าเป็นนานๆและไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด อาจทำให้เกิด<u>โรคแทรก</u>คือ (ตอบได้หลายข้อ)

1. ☐ ตาบอด	KS1☐
2. ☐ ไตวาย	KS2☐
3. ☐ เกิดแผลเรื้อรัง	KS3☐
4. ☐ เกิดโรคหัวใจ	KS4☐
5. ☐ เป็นลมหน้ามืด	KS5☐

3. การป้องกันโรคเบาหวานทำได้โดย (ตอบได้หลายข้อ)

1. ☐ ออกกำลังกายเป็นประจำ	KP1☐
2. ☐ ทำจิตใจให้ สดชื่นแจ่มใส	KP2☐
3. ☐ ควบคุมน้ำหนัก	KP3☐
4. ☐ เลือกรับประทานอาหารที่ไม่หวานมาก	KP4☐
5. ☐ รับประทานผัก/ผลไม้เป็นประจำ	KP5☐

เลขที่แบบสอบถาม.....

ตอนที่ 3 ข้อคำถามความคิดเห็นด้านสุขภาพ

<u>คำแนะนำ</u> โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับตำตอบของผู้ตอบเพียงคำตอบเดียว

ตอบ 4 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ตอบ 3 = เห็นด้วย

ตอบ 2 = ไม่เห็นด้วย

ตอบ 1 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข้อ	ข้อความ	4	3	2	1	
1*	การควบคุมอาหารเป็นเรื่องที่ยุ่งยาก น่ารำคาญ					A1☐
2*	หลังจากกินอาหารตามมื้อควรจะกินขนมหวานตามทุกมื้อ					A2☐
3	การรับประทานผักช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในร่างกาย					A3☐
4*	ท่านรู้สึกเป็นเรื่องยากที่ต้องงดรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง					A4☐
5*	การออกกำลังกายเป็นเรื่องน่าอาย					A5☐
6*	การทำงานประจำถือเป็นการออกกำลังกายอยู่แล้ว					A6☐
7*	ท่านอึดอัดใจที่ต้องคอยควบคุมตัวเองให้ออกกำลังกาย					A7☐
8*	การออกกำลังกายเป็นเรื่องของนักกีฬา					A8☐
9	การออกกำลังกายเป็นประจำทำให้สุขภาพร่างกาย-จิตใจดี					A9☐
10	การมีสุขภาพจิตดีจะส่งผลให้สุขภาพกายดีตามไปด้วย					A10☐

หมายเหตุ * reverse question

เลขที่แบบสอบถาม.....

ตอนที่ 4 เกี่ยวกับปัจจัยร่วมสู่การปฏิบัติ

<u>คำแนะนำ</u> โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับคำตอบของผู้ตอบเพียงคำตอบเดียว

ข้อ	ข้อความ	ได้รับประจำ (4)	ได้รับบางครั้ง (3)	ได้รับนานๆ ครั้ง (2)	ไม่เคยได้รับ (1)	
	ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคเบาหวานในรอบ 3 เดือนที่ผ่านมา มาจาก					
1	โทรทัศน์					F1☐
2	หนังสือพิมพ์					F2☐
3	นิตยสารหรือวารสาร					F3☐
4	แผ่นพับ แผ่นปลิวหรือคู่มือ					F4☐
5	คนในครอบครัว					F5☐
6	เพื่อนบ้าน					F6☐
7	เจ้าหน้าที่หรือบุคลากรสาธารณสุข					F7☐
	การรับการสนับสนุนจากคู่สมรส บุคคลในครอบครัว เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข โดยการเอาใจใส่ สนับสนุน กระตุ้นเตือน					
8	กระตุ้นให้ท่านเห็นความสำคัญของการควบคุมการรับประทานอาหาร					F8☐
9	กระตุ้นให้ท่านเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย					F9☐
10	กระตุ้นให้ท่านเห็นความสำคัญของการพักผ่อนหย่อนใจ ผ่อนคลายความเครียด					F10☐

เลขที่แบบสอบถาม.....

ตอนที่ 5 เกี่ยวกับการปฏิบัติตน

<u>คำแนะนำ</u> โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับคำตอบของผู้ตอบเพียงคำตอบเดียว

ข้อ	ข้อความ	ปฏิบัติเป็นประจำ (4)	ปฏิบัติบ่อย (3)	ปฏิบัติน้อย (2)	ไม่เคยปฏิบัติ (1)	
	1.การรับประทานอาหาร					
1	ตามปกติท่านรับประทานอาหารตรงเวลาทุกมื้อ					E1☐
2*	ตามปกติท่านกินอาหารจุบจิบ					E2☐
3*	ตามปกติท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน					E3☐
4	ตามปกติท่านรับประทานผัก					E4☐
5*	ตามปกติท่านรับประทานอาหารที่มีกะทิเป็นส่วนผสม					E5☐
6*	ตามปกติท่านรับประทานของทอด					E6☐
7	ตามปกติท่านรับประทานผลไม้					E7☐
	2.การออกกำลังกา ย					
8	ตามปกติท่านออกกำลังกาย					X1☐
9	ท่านออกกำลังกายแบบค่อยเป็นค่อยไปโดยเริ่มจากครั้งละ 5-10 นาที ก่อนออกกำลังกายจริง					X2☐
10	ท่านออกกำลังกายประจำอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง					X3☐
11	ท่านออกกำลังกายแต่ละครั้งอย่างน้อย 20-30 นาที					X4☐
	3.การจัดการกับความเครียด					
12	เมื่อท่านไม่สบายใจ ท่านมีทางออกของปัญหาเสมอ					S1☐
13*	เมื่อท่านมีปัญหาท่านมักจะเก็บมาคิดตลอดเวลา					S2☐
14	ท่านมีทักษะการผ่อนคลายความเครียดหลายๆวิธี					S3☐
15	ตามปกติเมื่อท่านไม่สบายใจมักจะเก็บไว้ในใจคนเดียว					S4☐

(เฉพาะเจ้าหน้าที่) ระดับน้ำตาลในเลือด.....

APPENDIX D

Result Data

1. Percentages of Knowledge Data about Preventive Health Action

Item	Subject	Incorrect (%)	Correct (%)
	Person was Susceptibility of DM		
1	Family history of DM	39.4	60.4
2	Over than 30 years old	15.7	84.3
3	Tension	17.1	82.9
4	Over weight	13.1	86.9
5	Do not exercise	11.4	88.6
	Severity and Complication from DM		
6	Blindness	37.4	62.6
7	Renal's disease	42.9	57.1
8	Chronic wound	18.9	81.1
9	Heart disease	35.1	64.9
10	Dizzying ness	20.0	80.0
	Preventive health action about DM		
11	Exercise regularly	17.4	82.6
12	Clear mind	19.1	80.9
13	Control weight regularly	17.4	82.6
14	No eat food, which a lot of sweet	16.0	84.0
15	Eating vegetables and fruits regularly	18.6	81.4

2. Percentages of Attitude Data about Preventive Health Action

Score 4 = absolutely agree

3 = agree

2 = disagree

1 = absolutely disagree

Item	Paragraph	4 (%)	3 (%)	2 (%)	1 (%)
1*	Diet control is difficult.	16.3	44.0	30.9	8.9
2*	After have food just eat sweet food every meal.	23.1	46.0	26.6	4.3
3	Vegetables can control blood sugar.	39.7	49.7	9.4	1.1
4*	Controlling how much high fat food you eat is difficult.	25.1	46.0	22.0	6.9
5*	Exercise is disgraceful behavior.	38.3	45.7	13.1	2.9
6*	Working is the same Exercise	12.0	20.3	49.4	18.3
7*	You feel uncomfortable to control yourself for Exercise.	18.3	50.3	24.9	6.6
8*	Exercise is athletes for sportsman.	31.7	40.9	22.9	4.6
9	Exercise is affect for a clear mind.	66.0	26.6	6.3	1.1
10	Good health is the result a clear mind.	59.4	32.9	6.6	1.1

Remark * reverse question

3. Percentage of Modifying Factors Data to Preventive Health Action

Score 4 = Regularly

3 = Often

2 = Sometime

1 = Never

Item	Paragraphs	4 (%)	3 (%)	2 (%)	1 (%)
	For the last 3 month, how often have you accepted cues to action from the following about DM?				
1	Television	4.6	17.4	37.7	40.3
2	Newspaper	3.7	13.3	16.0	70.0
3	Magazine	3.1	10.6	14.0	72.3
4	Manual	5.4	14.9	21.4	58.3
5	Family	10.6	17.1	19.7	52.6
6	Neighbors	14.9	25.4	31.7	28.0
7	Health personnel	12.3	22.3	30.3	35.1
	For the last 3 month, how often to social stimulate you in the following ours.				
8	Eating	42.3	22.9	12.3	22.6
9	Exercising	37.4	25.7	11.4	25.4
10	Relaxing	44.9	23.7	10.0	21.4

4. Percentage of Preventive Health Action_Data

Score 4 = Regularly

3 = Often

2 = Sometime

1 = Never

Item	Paragraphs	4 (%)	3 (%)	2 (%)	1 (%)
	Nutrition				
1	You eat meat every meal at time everyday.	41.7	26.0	23.4	8.9
2*	Normally you have a snack between meals.	22.0	44.6	18.9	14.6
3*	You have drinking sweet.	18.6	48.3	23.1	10.0
4	You eat vegetable at meal.	76.6	14.3	8.3	0.9
5*	You eat food contain coconut.	16.0	47.7	21.7	14.6
6*	You eat food deep fried in oil.	9.7	35.7	32.6	22.3
7	You eat fruit.	30.0	43.7	22.6	3.7
	Exercise				
8	You do exercise	27.1	23.1	19.1	30.6
9	You have 10 minutes worm up before exercise.	20.3	22.0	17.4	40.3
10	You exercise 3 times or over per week.	29.1	20.0	19.7	31.1
11	You exercise 30 minutes or more per section.	23.4	19.4	20.9	36.3
	Stress managements				
12	When you have a problem, you can solve every time.	49.1	31.4	12.6	6.9
13*	When you have a problem, you just think about it every time.	22.9	40.3	20.0	16.9
14	You use many skills for management your stress.	54.9	27.7	14.0	3.4
15	When you have problem, you keep it to your self alone.	44.9	20.6	3.7	20.9

Remark * reverse question

Biography

Mrs. Ratree Wannabovon was born on August 27, 1965 in Trang Province, Thailand. She received her Diploma in Nursing Science from Yala College of Nursing in 1987 and received a Bachelor of Public Health from Sukhothai Thammathirat Open University in 1995. She received the highest degree in Master degree of Health (MPH) from Chulalongkorn University in 2003. For her experience, she worked for public health, health academic position at Wangkeeree Health Center, Huai yot District, Trang Province, Thailand.