

# ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นุชราภรณ์ เลียงธีรณมย์

## งานวิจัยที่สนใจ:

- พฤติกรรมการเคลื่อนไหว (Movement Behaviours)
- กิจกรรมทางกาย (Physical Activity)
- พฤติกรรมเนือยนิ่ง (Sedentary Behaviour)
- การใช้เวลา (Time Use Epidemiology)
- การสร้างเสริมสุขภาพ (Health Promotion)
- การวิเคราะห์ Compositional Data Analysis
- การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ

## การศึกษา

**มหาวิทยาลัยวิกตอเรีย  
เมลเบิร์น ประเทศออสเตรเลีย**  
ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (สาธารณสุข)  
สิงหาคม 2559 ถึง มิถุนายน 2563

**มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนียสเตท  
เฟรสโน ประเทศสหรัฐอเมริกา**  
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ภาษาศาสตร์)  
มกราคม 2551 ถึง พฤษภาคม 2552

**มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์  
กรุงเทพ ประเทศไทย**  
ศิลปศาสตรบัณฑิต (ภาษาศาสตร์)  
มิถุนายน 2541 ถึง มีนาคม 2545

## ทุนการศึกษาและรางวัล

- รางวัลวิจัยระดับปริญญาเอกดีเด่นจากมหาวิทยาลัยวิกตอเรีย (the Victoria University Medal for Academic Excellence in Research)
- ทุนการศึกษาระดับปริญญาเอกจากมหาวิทยาลัยวิกตอเรีย (the Victoria University Active Living and Public Health Research Scholarship)

## การทำงาน

### อาจารย์

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม | มหาวิทยาลัยมหิดล  
ตุลาคม 2562 - ปัจจุบัน

### นักปฏิบัติการวิจัย

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม | มหาวิทยาลัยมหิดล  
ตุลาคม 2555 - กันยายน 2562

### นักวิจัย

สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ (IHPP) | กระทรวงสาธารณสุข  
พฤษภาคม 2558 - สิงหาคม 2559

### ผลงานทางวิชาการ (ภาษาไทย):

- มนสิการ กาญจนจิตรา และ **นุชราภรณ์ เลียงธีรณมย์**. 2557. นโยบายเมื่อหมดยุคใช้ทองคล้องใจ. ใน ยุพิน วรสิริอมร, จงจิตต์ ฤทธิรงค์, ศุภธิดา ชวนวัน, และ พงนา หันจางสิทธิ์ (บรรณาธิการ). ประชากรและสังคม 2557. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ภักธราภรณ์ จิงเลิศศิริ, ภัฏญญาพัชร สุทธิเกษม และ **นุชราภรณ์ เลียงธีรณมย์**. 2557. กำเนิดที่เลือกไม่ได้: ความรุนแรงระหว่างตั้งครรภ์กับผลกระทบต่อภาวะการเกิด. ใน ยุพิน วรสิริอมร, จงจิตต์ ฤทธิรงค์, ศุภธิดา ชวนวัน, และ พงนา หันจางสิทธิ์ (บรรณาธิการ). ประชากรและสังคม 2557. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- **นุชราภรณ์ เลียงธีรณมย์**, ฐิติกร โตโพธิ์ไทย, ชมพูนุก โตโพธิ์ไทย, วิษุคร สุริยะวงศ์ไพศาล, สุพล ลิ้มวัฒนานนท์, จุฬารักษ์ ลิ้มวัฒนานนท์, และคณะ. คนไทยมีกิจกรรมทางกายเพียงพอตามเกณฑ์หรือไม่: ข้อมูลจากการสำรวจอนามัยและสวัสดิการ พ.ศ. 2558. วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข 2560;2(11):205-20.
- ฐิติกร โตโพธิ์ไทย, **นุชราภรณ์ เลียงธีรณมย์**, ชมพูนุก โตโพธิ์ไทย, วิษุคร สุริยะวงศ์ไพศาล, สุพล ลิ้มวัฒนานนท์, จุฬารักษ์ ลิ้มวัฒนานนท์, และคณะ. คนไทยใช้พลังงานในกิจกรรมทางกายและพฤติกรรมเนือยนิ่งเท่าไร: ข้อมูลจากการสำรวจอนามัยและสวัสดิการ พ.ศ. 2558. วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข 2560;11(3):327-344.
- ฐิติกรณ ตวงรัตนานนท์, **นุชราภรณ์ เลียงธีรณมย์**, ฐิติกร โตโพธิ์ไทย, ชมพูนุก โตโพธิ์ไทย, สุพล ลิ้มวัฒนานนท์, จุฬารักษ์ ลิ้มวัฒนานนท์, และคณะ. ความแตกต่างของการใช้พลังงานจากกิจกรรมทางกายระหว่างคนเมือง/คนชนบทในประเทศไทย: ข้อมูลจากการสำรวจอนามัยและสวัสดิการ พ.ศ. 2558. วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข 2561;12(1):27-41.
- **นุชราภรณ์ เลียงธีรณมย์**. การสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. 2564.
- **นุชราภรณ์ เลียงธีรณมย์**. ระบบสารสนเทศเพื่อการบริหารจัดการข้อมูลในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. 2565.
- **นุชราภรณ์ เลียงธีรณมย์**. การตอบสนองต่อความต้องการของประชาชนและหน่วยบริการในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. 2566.

# ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นุชรากรณ์ เลียงรื่นรมย์

## ประสบการณ์การสอน:

พ.ศ. 2563 - ปัจจุบัน

### หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวิจัยประชากรและสังคม (หลักสูตรไทย)

- PRPR 702 สัมมนาการพัฒนางานวิจัยทางประชากรและสังคม
- PRPR 710 การวิจัยเชิงคุณภาพขั้นสูงทางประชากรและสังคม

### ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชา

#### ประชากรศาสตร์ประยุกต์และการวิจัยทางสังคม (หลักสูตรนานาชาติ)

- PRDS 669 Seminar in Applied Demography and Social Research

### หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิจัยประชากรและสังคม (หลักสูตรไทย)

- PRPR 629 สัมมนาการวิจัยทางประชากรและสังคม
- PRPR 648 การจัดการข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสำรวจเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์

### ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาประชากรและสุขภาพทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ (หลักสูตรนานาชาติ)

- PRPS 639 Global Health Policy
- PRPS 644 Migration and Health

## ติดต่อ:

มือถือ: 098 885 9581

อีเมล: nucharapon.lia@mahidol.ac.th

เว็บไซต์: www.ipsr.mahidol.ac.th

ที่อยู่: มหาวิทยาลัยมหิดล เลขที่ 999 ถนนพุทธมณฑล สาย 4 ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม 73170

## ผลงานทางวิชาการ (ภาษาไทย) (ต่อ):

- **นุชรากรณ์ เลียงรื่นรมย์**. การบริหารระบบหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. 2567.
- จุฬาลักษณ์ อัยแก้ว, สุทธิดา ชวนวัน, และ **นุชรากรณ์ เลียงรื่นรมย์**. ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังในประเทศไทย. สถาบันเสริมศึกษาและทรัพยากรมนุษยมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. 2567;19(1):61-78.

## ผลงานทางวิชาการ (ภาษาอังกฤษ):

- Topothai T, Chandrasiri O, **Liangruenrom N**, Tangcharoensathien V. Renewing commitments to physical activity targets in Thailand. The Lancet. 2016;388(10051):1258-1260.
- **Liangruenrom N**, Suttikasem K, Craike M, Bennie JA, Biddle SJH, Pedisic Z. Physical activity and sedentary behaviour research in Thailand: a systematic scoping review. BMC Public Health. 2018;18(1):733.
- **Liangruenrom N**, Craike M, Biddle SJH, Suttikasem K, Pedisic Z. Correlates of physical activity and sedentary behaviour in the Thai population: a systematic review. BMC Public Health. 2019;19(1):414.
- **Liangruenrom N**, Craike M, Dumuid D, Biddle SJH, Tudor-Locke C, Ainsworth B, Jalayondeja C, van Tienoven TP, Lachapelle U, Weenas D, Berrigan D, Olds T, Pedisic Z. Standardised criteria for classifying the International Classification of Activities for Time-Use Statistics (ICATUS) activity groups into sleep, sedentary behaviour, and physical activity. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2019; 16:106.
- Pedisic Z, Shrestha N, Kovalchik S, Stamatakis E, **Liangruenrom N**, Grgic J, et al. Is running associated with a lower risk of all-cause, cardiovascular and cancer mortality, and is the more the better? A systematic review and meta-analysis. Br J Sports Med. 2020;54(15):898-905.
- **Liangruenrom N**, Dumuid D, Craike M, Biddle SJH, Pedisic Z. Trends and correlates of meeting 24-hour movement guidelines: a 15-year study among 167,577 Thai adults. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2020; 17(1):106.
- Perrodin DD, **Liangruenrom N**, Chanchaoen S. Lasting effects of Foreign Language Anxiety with adults working in international organizations. PASAA. 2022; 63, 254-278.
- Satchanawakul N, Kanchanachitra M, **Liangruenrom N**, Satchanawakul N. The economic impacts of COVID-19 lockdown on low-income older people in Thailand. Australasian Journal on Ageing. 2022.
- **Liangruenrom N**, Dumuid D, Pedisic Z. Physical activity, sedentary behaviour, and sleep in the Thai population: A compositional data analysis including 135,824 participants from two national time-use surveys. PLoS ONE. 2023;18(1):e0280957.

# ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นุชราภรณ์ เลียงธีรณมย์

## ผลงานทางวิชาการ (ภาษาอังกฤษ) (ต่อ):

- Ramírez Varela A, Hallal PC, Mejía Grueso J, Pedišić Ž, Salvo D, Nguyen A, et al. Status and Trends of Physical Activity Surveillance, Policy, and Research in 164 Countries: Findings From the Global Observatory for Physical Activity-GoPA! 2015 and 2020 Surveys. *Journal of physical activity & health*. 2023;20(2):112-28.
- Satchanawakul N, **Liangruenrom N**, Thang LL, Satchanawakul N. Systematic scoping review of ageing in place strategies in Japan, Singapore and Thailand: A comparative analysis. *Australasian Journal on Ageing*. 2024.
- Perrodin DD, **Liangruenrom N**, Taworntawat C. Navigating intercultural communication challenges: Addressing language barriers and foreign language anxiety among Thai low-cost airline ground staff. *Trends in Psychology*, 2024;32(2).
- **Liangruenrom N**, Joshanloo M, Hutaphat W, Kittisuksathit S. Prevalence and correlates of depression among Thai university students: nationwide study. *BJPsych Open*. 2025;11(2):e59. doi:10.1192/bjo.2025.21.
- **Liangruenrom N**, Suttikasem K, Widyastari DA, Potharin D, Katewongsa P. Reliability and validity of time-use surveys in assessing 24-hour movement behaviors in adults. *Journal of Exercise Science & Fitness*. 2025; 23(2): 133-140. doi:10.1016/j.jesf.2025.03.003.

## ติดต่อ:

มือถือ: 098 885 9581

อีเมล: nucharapon.lia@mahidol.ac.th

เว็บไซต์: www.ipsr.mahidol.ac.th

ที่อยู่: มหาวิทยาลัยมหิดล เลขที่ 999 ถนนพุทธ  
มณฑล สาย 4 ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล  
จังหวัดนครปฐม 73170