

บรรจจลัษณ์ สวัสดิ์พุทธา 2551: ผลของการรักษาด้วยอัลตราซาวด์และรักษาด้วยการนวดแบบสวีดิช ในผู้ที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อภายหลังการออกกำลังกาย
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา) สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา
โครงการสหวิทยาการระดับบัณฑิตศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก:
รองศาสตราจารย์สุพิตร สมหาโต, Ph.D. 114 หน้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการรักษาด้วยวิธีอัลตราซาวด์และการนวดแบบสวีดิช ในชายไทยซึ่งเป็นนักศึกษาวิศวกรรมชลประทานอายุ 18-21 ปี จำนวน 30 คนที่ทำให้เกิดอาการปวดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหน้าภายหลังออกกำลังกายแบบยกน้ำหนักโดยใช้น้ำหนัก 80 เปอร์เซ็นต์ของความสามารถสูงสุดจำนวน 10 ครั้งต่อเซต ทำทั้งหมด 3 เซต เพื่อให้เกิดอาการปวดระบบกล้ามเนื้อภายหลังออกกำลังกาย ทำการรักษากลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม ด้วยวิธีการรักษาที่กำหนดไว้ หลังการออกกำลังกาย 1 ชั่วโมง 24 ชั่วโมง 48 ชั่วโมง และ 72 ชั่วโมง วัดช่วงการเคลื่อนไหวของการงอข้อศอก เจาะเลือดหาค่าครีเอทีน ไคเนส ประเมินความเจ็บปวดและวัดเส้นรอบวงต้นแขน ก่อนการออกกำลังกายและหลังการให้โปรแกรมการรักษาทุกครั้งเข้าโปรแกรมการทดลองทั้งหมด 4 วันติดต่อกัน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว วิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม และเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของTukey กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า มีช่วงการเคลื่อนไหวการงอข้อศอก การประเมินความเจ็บปวด เส้นรอบวงต้นแขน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ของวิธีการรักษาด้วยวิธีอัลตราซาวด์ การนวดแบบสวีดิช และกลุ่มควบคุม ส่วนค่าครีเอทีน ไคเนส ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ เมื่อนำค่าเฉลี่ยมาเปรียบเทียบพบว่าค่าครีเอทีน ไคเนส ซึ่งรักษาด้วยการนวดแบบสวีดิช เพิ่มน้อยกว่าการรักษาด้วยวิธีอัลตราซาวด์ และกลุ่มควบคุม ช่วงการเคลื่อนไหวของข้อศอกเพิ่มขึ้น ระดับความเจ็บปวดน้อยลงและเส้นรอบวงต้นแขนลดลง ในการรักษาด้วยวิธีอัลตราซาวด์และการนวดแบบสวีดิชมากกว่ากลุ่มควบคุม