

ปณิพันธุ์ วชิตรังสฤษฎี 2557: แนวทางการใช้องค์ประกอบในสวนสำหรับการออกกำลังกายทางกายภาพบำบัด ปริญญาภูมิสถาปัตย์กรรมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภูมิสถาปัตย์กรรมศาสตรโครงการสหวิทยาการระดับบัณฑิตศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์ ศศิยา ศิริพานิช, M.L.A. 82 หน้า

การหาแนวทางการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายภาพบำบัดในสวน เพื่อให้กิจกรรมการบำบัดกลมกลืนอยู่ในบริบทที่เป็นธรรมชาติ โดยใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์แนวทางการใช้วัสดุพืชพันธุ์ 12 ท่า จากนักกายภาพบำบัด 25 คน สรุปความคิดเห็นจากนักกายภาพบำบัด พบว่า วัสดุพืชพันธุ์ที่มีศักยภาพนำมาใช้งานได้ส่วนใหญ่เป็นไม้ยืนต้น (trees) ที่มีกิ่งลำขนาดใหญ่ เหนียวและแข็งแรงเพื่อรองรับแรงกด ดึง บิด หรือมีรากลอยขึ้นมาให้เหยียบได้ มีการแตกกิ่งก้านสูงจากระดับพื้นดินหลายระดับเพื่อให้บุคคลที่มีขนาดความสูงต่างๆ กัน สามารถเลือกใช้ระดับที่เหมาะสมกับตนเองได้ในการขยับข้อไหล่และบิดลำตัว ส่วนไม้พุ่มและไม้คลุมดินเหมาะเพื่อใช้จัดวางเป็นสิ่งกีดขวาง ในการฝึกเดิน ต้นไม้เหล่านี้ควรรองรับการตัดแต่งทรงพุ่มบังคับให้มีระดับต่ำได้เป็นอย่างดี เพื่อควบคุมไม่ให้มีกิ่งใบยื่นออกไปทำให้ผู้ป่วยสะดุดล้มได้

ทั้งนี้การเลือกใช้วัสดุพืชพันธุ์มีความยืดหยุ่นสูงเพราะไม้ยืนต้น ไม้พุ่ม ไม้คลุมดิน ไม้ผล ไม้ดอก พืชผัก ไม้กระถาง ไม้้ำ และไม้เลื้อยที่มีเถาเลื้อยและ/หรือรากที่อาจทำให้เกิดการยกแขนขึ้นแหวกทางและเกิดการเคลื่อนที่ของข้อต่อไหล่ ทั้งนี้ นักกายภาพได้ระบุว่า การฝึกบางท่ามีประสิทธิภาพบำบัดทั้งระบบประสาทอีกด้วย เรื่องความปลอดภัยมีความสำคัญสูงสุดต่อการพิจารณาเลือกชนิดวัสดุพืชพันธุ์ ต้นไม้บางชนิดอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อมนุษย์ ทั้งจากความไม่แข็งแรงหักโค่นง่ายของกิ่งลำต้นไม้ หนาม กลิ่น เกสร ดอกไม้ ผล และสารพิษ รวมทั้งผิวเปลือกลำต้นและกิ่งลำหากผู้ป่วยต้องใช้มือจับยึดควรมีผิวเรียบ ไม่มีเสี้ยนหนาม แต่ผิวสัมผัสของลำต้นที่หยาบขรุขระอาจช่วยกระตุ้นการรับรู้ของประสาทสัมผัส (touch) ได้ ดังนั้น การเลือกใช้วัสดุพืชพันธุ์จึงต้องคำนึงถึงทุกปัจจัย พืชพันธุ์หลากหลายชนิดที่มีศักยภาพในการนำมาใช้ทดแทนเครื่องมือทางกายภาพบำบัด อาจใช้งานโดยตรงและ/หรือโดยทางอ้อม เพราะพืชหลายชนิดมีดอกที่ส่งกลิ่นหอม มีสีสดใสดึงดูดตาดีใจ มีผลให้ชิมหลายรสชาติ มีผิวสัมผัสแตกต่างกัน มีเสียงในธรรมชาติจากสิ่งสารพัดที่ใช้ชีวิตในสวน มีแสงแดด ลม และน้ำ ที่ส่งเสริมคุณสมบัติของสถานที่ที่เหมาะสมแก่การบำบัดรักษาอีกด้วย