

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่ม วัดผลแบบอนุกรมเวลา (Time series design) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรม การจัดการกับอาการด้วยการปรับสมดุลโครงสร้างร่างกายต่ออาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ที่ ปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ที่ปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง เพศหญิง อายุ 35-50 ปี มารับการรักษาที่โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี จำนวน 40 ราย แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่ม ทดลองกลุ่มละ 20คน โดยกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ ในขณะที่กลุ่มทดลองได้รับ โปรแกรมการจัดการกับอาการด้วยการปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย โดยโปรแกรม ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน คือ 1) การประเมินประสบการณ์เกี่ยวกับอาการปวดหลังส่วนล่าง 2) การให้ความรู้ 3) การพัฒนาทักษะ 4) การปฏิบัติการนวดปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย 5) การประเมินผล เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบประเมินความเจ็บปวด โดยวัด ก่อนทดลอง หลังทดลอง วันที่ 4 วันที่ 8 และวันที่ 15 สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติทดสอบที และทดสอบเอฟ

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. อาการปวดหลังส่วนล่างของกลุ่มทดลอง ภายหลังได้รับโปรแกรมฯ ในวันที่ 4 วันที่ 8 และวันที่ 15 น้อยกว่าก่อนได้รับโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ )
2. อาการปวดหลังส่วนล่างของกลุ่มทดลองภายหลังเข้าร่วมการทดลองในวันที่ 4 วันที่ 8 และวันที่ 15 น้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 2.84, 4.06, 6.49$  ตามลำดับ,  $p < .05$ )

This Quasi-experimental research aim to test the effect of symptom management with rebalancing body structure program on pain in persons with chronic low back pain. Samples were 40 outpatients with chronic low back pain who were treated at Suratthani Hospital. The subjects were divided into control and experimental groups. The groups were female with age 35 to 50. The control group received conventional nursing care, while the experimental group received the symptom management with rebalancing body structure program. The program was comprised of five sessions: 1) symptom experience assessment 2) knowledge providing 3) improving skills 4) pain management by rebalancing body structure and 5) evaluation phase. The visual analogue scales were used to measure pain at pretest, posttest at the 4<sup>th</sup>, 8<sup>th</sup>, and 15<sup>th</sup> days after receiving the program from both groups. The data were analyzed by descriptive statistics, t-test and F-test.

Major finding of this study were as follows:

1. The posttest low back pain at the 4<sup>th</sup>, 8<sup>th</sup>, and 15<sup>th</sup> days after receiving the program of the experimental group were significantly lower than of the pretest phase ( $p < .05$ ).
2. The posttest low back pain at the 4<sup>th</sup>, 8<sup>th</sup>, and 15<sup>th</sup> days after receiving the program of the experimental group were significantly lower than those of the control group at the 4<sup>th</sup> ( $t = 2.84, 4.06, \text{ and } 6.49$ , respectively;  $p < .05$ ).