

นันทกา อยู่คง 2557: การเปรียบเทียบผลการรักษาในผู้ที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อ และ
พังผืดบริเวณกล้ามเนื้ออัปเปอร์ทราพีเซียส ด้วยการนวดไทยแบบราชสำนัก และเทคนิค
อิชคีมิกคอมเพรสชัน ปรินญาวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา) สาขา
วิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก:
อาจารย์อรอุมา บุญยารมย์, Ph.D. 79 หน้า

ศึกษาผลของการนวดไทยแบบราชสำนัก และเทคนิคอิชคีมิกคอมเพรสชันที่มีต่อระดับ
ความเจ็บปวด ระดับความรู้สึกกดเจ็บ พิสัยการเคลื่อนไหวของคอ และดัชนีวัดความบกพร่อง
ความสามารถของคอ ในผู้ที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อ และพังผืดบริเวณกล้ามเนื้ออัปเปอร์ทราพีเซียส

อาสาสมัครจำนวน 20 คน จับฉลากเพื่อแบ่งเข้ากลุ่มนวดไทยแบบราชสำนัก และกลุ่ม
เทคนิคอิชคีมิกคอมเพรสชัน จากผลการวิจัยพบว่าภายหลังจากการรักษาครบ 2 สัปดาห์ ระดับ
ความเจ็บปวดของกลุ่มนวดไทยแบบราชสำนัก และกลุ่มเทคนิคอิชคีมิกคอมเพรสชัน ลดลงอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติ (2.50 ± 1.65 , 2.70 ± 1.89 คะแนน; $p < 0.05$) สำหรับความรู้สึกกดเจ็บกลุ่มนวด
ไทยแบบราชสำนักมีการเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (58.93 ± 16.89 คะแนน; $p < 0.05$) และเมื่อ
เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มนวดไทยแบบราชสำนัก และกลุ่มเทคนิคอิชคีมิกคอมเพรสชัน พบว่า
กลุ่มนวดไทยแบบราชสำนักมีระดับความรู้สึกกดเจ็บเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเทคนิคอิชคีมิกคอม
เพรสชัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (0.848 คะแนน, 95% CI อยู่ระหว่าง 0.177 ถึง 1.519; $p = 0.016$)
สำหรับพิสัยการเคลื่อนไหวของคอ กลุ่มนวดไทยแบบราชสำนักสามารถเพิ่มพิสัยการเคลื่อนไหว
ของคอได้มากกว่ากลุ่มเทคนิคอิชคีมิกคอมเพรสชัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ในท่าเงย
คอ หมุนคอไปทางซ้าย และหมุนคอไปทางขวา และดัชนีวัดความบกพร่องความสามารถของคอ
หลังจากการรักษา พบว่ากลุ่มนวดไทยแบบราชสำนัก และกลุ่มเทคนิคอิชคีมิกคอมเพรสชัน
อาสาสมัครมีคะแนนดัชนีวัดความบกพร่องความสามารถของคอลดลงอยู่ในระดับ none และ mild
เท่ากับ 90% และ 10% ตามลำดับ

จากผลการศึกษาจึงสรุปได้ว่าการนวดไทยแบบราชสำนักสามารถลดอาการปวด เพิ่ม
ระดับความรู้สึกกดเจ็บ เพิ่มพิสัยการเคลื่อนไหวของคอ และคะแนนดัชนีวัดความบกพร่อง
ความสามารถของคอลดลง ได้ดีกว่ากลุ่มเทคนิคอิชคีมิกคอมเพรสชัน ในผู้ที่มีอาการปวด
กล้ามเนื้อ และพังผืดบริเวณกล้ามเนื้ออัปเปอร์ทราพีเซียส

ลายมือชื่อนิสิต

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก