

ปิยภรณ์ รุ่งโสภาสกุล 2557: การเปรียบเทียบผลการฝึกด้วยยางยืดเพื่อเพิ่มความแข็งแรงและความอดทนที่มีต่อช่วงการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ในผู้ป่วยหญิงที่มีภาวะข้อไหล่ติดแข็ง ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา) สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์เจริญ กระบวนรัตน์, ค.ม. 135 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและหาค่าความแตกต่างผลของการฝึกด้วยยางยืดเพื่อเพิ่มความแข็งแรงและความอดทนที่มีต่อช่วงการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ในผู้ป่วยหญิงที่มีภาวะข้อไหล่ติดแข็ง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยเพศหญิงที่มีภาวะข้อไหล่ติดแข็ง มารับการรักษาทางกายภาพบำบัด ที่งานกายภาพบำบัด กองเวชศาสตร์ฟื้นฟู โรงพยาบาลทหารผ่านศึก จังหวัดกรุงเทพมหานคร อายุระหว่าง 40-60 ปี จำนวน 30 คน แบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คนคือ กลุ่มควบคุม ให้วางความร้อนขึ้นเป็นเวลา 20 นาที และให้การตัดดึงข้อต่อ 20 นาที กลุ่มทดลองที่ 1 ให้วางความร้อนขึ้นเป็นเวลา 20 นาที และให้การตัดดึงข้อต่อ 20 นาที จากนั้นให้โปรแกรมการฝึกด้วยยางยืดเพื่อเพิ่มความแข็งแรง และกลุ่มทดลองที่ 2 ให้วางความร้อนขึ้นเป็นเวลา 20 นาที และให้การตัดดึงข้อต่อ 20 นาที จากนั้นให้โปรแกรมการฝึกด้วยยางยืดเพื่อเพิ่มความอดทน แต่ละกลุ่มใช้ระยะเวลาในการทดลอง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน ในวันจันทร์ พุธ และศุกร์ โดยทำการวัดมุมการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ของกลุ่มทดลองทั้ง 3 กลุ่ม ก่อนการทดลองและภายหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 6 นำผลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยวิธีของ Tukey ซึ่งกำหนดความนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า ผลการฝึกด้วยยางยืดเพื่อเพิ่มความแข็งแรงและความอดทนที่มีต่อช่วงการเคลื่อนไหวข้อไหล่ของกลุ่มทั้ง 3 กลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้นเราสามารถนำโปรแกรมการฝึกด้วยยางยืดเพื่อเพิ่มความแข็งแรง และความอดทนไปใช้เพิ่มช่วงการเคลื่อนไหวข้อไหล่ ในผู้ป่วยที่มีภาวะข้อไหล่ติดแข็งภายหลังจากทำกายภาพบำบัดได้