

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของการฝึกโปรแกรมไบโอฟีดแบคร่วมกับการฝึก
สร้างจินตนาการต่อระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยที่
อยู่ในภาวะวิตกกังวล

(The Effect of Biofeedback Training and
Autogenic Training Programs towards Anxiety
Levels of Patients who are Facing with Anxiety)

ชื่อผู้เขียน

นางสาวสาธนี ธรรมรักษา

(Miss Sathanee Thammaraksa)

ระดับปริญญา

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชา/คณะ/มหาวิทยาลัย

สาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์ ดร. มรียาพร รุจิวิฑูรย์

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ ตะวันชัย จิระประมุขพิทักษ์

ปีการศึกษา

2551

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยมี
วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการฝึกโปรแกรมไบโอฟีดแบคและการฝึกสร้างจินตนาการต่อระดับ
ความวิตกกังวลของผู้ป่วยที่อยู่ในภาวะวิตกกังวล โรงพยาบาลศูนย์สระบุรี

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นผู้ป่วยที่นอนพักรักษาตัวอยู่ในหอผู้ป่วยอายุรกรรม
ชายและหอผู้ป่วยอายุรกรรมหญิง โรงพยาบาลศูนย์สระบุรี ทั้งเพศชายและหญิง ไม่จำกัดอาชีพ อายุ
20-60 ปี จำนวน 60 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบหลายชั้น (Multi-stage random sampling) โดยเริ่มจาก
การสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) ในหอผู้ป่วยอายุรกรรมชายและหอผู้ป่วยอายุรกรรม
หญิง และกำหนดสัดส่วน (Quota sampling) ในแต่ละหอผู้ป่วย หลังจากนั้นคัดกรองโดยใช้แบบประเมิน
Self-rating Anxiety Scale (SAS) และทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) แบ่ง
ออกเป็น 2 กลุ่ม โดยการสุ่มเข้ากลุ่มทดลองจำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 30 คน กลุ่มทดลอง
จะได้รับการฝึกโปรแกรมไบโอฟีดแบคและการฝึกสร้างจินตนาการ เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ในขณะที่กลุ่ม
ควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมการฝึกโปรแกรมไบโอฟีดแบคและการฝึกสร้างจินตนาการแต่ได้รับการ
รักษาตามปกติ ทั้งสองกลุ่มได้รับการประเมินระดับความวิตกกังวลก่อนและหลังการฝึกโปรแกรมด้วย

Electromyogram biofeedback โดยใช้เครื่อง Myotrac Infiniti และแบบสอบถามประเมินระดับความวิตกกังวล (Self-rating Anxiety Scale) ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลในเชิงปริมาณ ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างใช้สถิติพรรณนาจำนวน ร้อยละ โดยใช้สถิติ Chi-square test วิเคราะห์ระดับความวิตกกังวลก่อนและหลังโปรแกรมไบโอฟีดแบคและการฝึกสร้างจินตนาการโดยหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบความเปลี่ยนแปลงระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการฝึกโปรแกรมไบโอฟีดแบคและการสร้างจินตนาการโดยใช้ Independent t – test

ผลการศึกษาพบว่า 1) เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองในลักษณะข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับเพศ อาชีพ รายได้และการศึกษาพบว่าไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 2) เมื่อเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงของคะแนนเฉลี่ยทั้งสองกลุ่มพบว่า ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความวิตกกังวลโดยประเมินจากแบบประเมิน Self-rating Anxiety Scale ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 3) เมื่อเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงของคะแนนเฉลี่ยทั้งสองกลุ่มโดยประเมินจาก Electromyogram biofeedback training program พบว่า ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความวิตกกังวลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลของการศึกษานี้ แสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยที่มีภาวะความวิตกกังวลที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลถ้าได้รับการฝึกโปรแกรมไบโอฟีดแบคและเทคนิคการผ่อนคลายความเครียดแบบสร้างจินตนาการ สามารถลดความวิตกกังวลได้ และสามารถนำกลับไปใช้ได้ในชีวิตประจำวัน ถ้าเป็นไปได้ควรมีการศึกษาเพิ่มขึ้นในกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างออกไปเพื่อเพิ่มความเชื่อมั่นในการใช้โปรแกรมในการดูแลผู้ป่วย