

ผลของโปรแกรมจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่างต่อระดับความปวดและภาวะจำกัดความสามารถของหญิงตั้งครรภ์ (THE EFFECT OF LOW BACK PAIN MANAGEMENT PROGRAM ON PAIN LEVEL AND DISABILITY OF THE PREGNANT WOMEN)

นพวรรณ จันณรงค์ 4636938 RAMN/M

พย.ม. (การพยาบาลมารดาและทารกแรกเกิด)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : จันทิมา ขนบดี, D.S.N, พวงน้อย สาครรัตนกุล, ค.ม.

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่างต่อระดับความปวดและภาวะจำกัดความสามารถของหญิงตั้งครรภ์ การเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นแบบเฉพาะเจาะจงจากแผนกฝากครรภ์โรงพยาบาลมุกดาหาร จำนวน 60 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 30 ราย กลุ่มทดลองได้รับการพยาบาลตามปกติ ร่วมกับโปรแกรมจัดการอาการปวดหลังส่วนล่างจากผู้วิจัย ในขณะที่กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติจากพยาบาลประจำการ ในระหว่างเดือน สิงหาคม 2548 ถึงเดือนพฤษภาคม 2549 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินระดับความปวด และแบบประเมินภาวะจำกัดความสามารถ กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตอบแบบประเมินระดับความปวดและแบบประเมินภาวะจำกัดความสามารถ ก่อนและภายหลังการศึกษา 4 สัปดาห์ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยใช้สถิติเชิงบรรยายและสถิติอ้างอิง

ผลการวิจัยพบว่าหญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของระดับความปวดน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) และมีค่าเฉลี่ยของภาวะจำกัดความสามารถน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

จากการวิจัยนี้มีข้อเสนอแนะว่าควรนำโปรแกรมจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่างไปประยุกต์ใช้ในการดูแลหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะอาการปวดหลังส่วนล่าง เพื่อช่วยให้หญิงตั้งครรภ์มีความสุขสบายเพิ่มขึ้น และลดภาวะจำกัดความสามารถ เป็นการเพิ่มประสิทธิภาพของบริการทางการพยาบาล

คำสำคัญ: โปรแกรมจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่าง /ระดับความปวด/ ภาวะจำกัดความสามารถ

THE EFFECT OF LOW BACK PAIN MANAGEMENT PROGRAM ON PAIN LEVEL AND DISABILITY OF THE PREGNANT WOMEN**NOPPAWAN JANNARONG 4636938 RAMN/M****M.N S. (MATERNITY AND NEWBORN NURSING)****THESIS ADVISORS: CHANTIMA KHANOBDEE, D.S.N.,
PAUNGNOI SAKONRATTANAGUL, M.ED.****ABSTRACT**

The purpose of this study was to determine the effects of low back pain management program on pain level and disability of pregnant women. The sample consisted of 60 pregnant women who attended antenatal care at Mukdaharn Hospital. They were divided into an experimental group and a control group. The experimental group received the usual care from nursing staff plus the low back pain management program from the researcher, and the control group received only the usual care from nursing staff. This study was carried out from August 2005 to May 2006. The Demographic Data Questionnaire, the Disability Rating Index and the Numerical Rating Scale were used to collect data. Both groups of the sample were assessed for pain level and disability before the study and 4 weeks after the study. Data were analyzed by the SPSS/FW program version 11.5

The findings indicated that the pregnant women in the experimental group had a statistically significant lower mean score of pain level and disability ($p < .001$ and $p < .001$, respectively) than the control group.

The result of the study suggest that those health care professionals who are already using the program should continuous to use it and those who are not should begin to use it to make pregnant with low back pain more comfortable and reduce disability. These measures would improve quality of nursing care

**KEY WORDS: LOW BACK PAIN MANAGEMENT PROGRAM /
PAIN LEVEL / DISABILITY**

117 pp.