172343

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมมัลติมีเดียเรื่อง "การปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการปวดหลัง" และศึกษาถึงผลของการใช้โปรแกรมมัลติมีเดียนี้ ซึ่งโปรแกรมมัลติมีเดียนี้แบ่งเนื้อหาออกเป็น 5 หัวข้อ ได้แก่ ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์และกลศาสตร์ชีวภาพของหลัง สาเหตุของการปวดหลัง วิธีการรักษาการปวดหลัง อิริยาบถต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันที่ถูกต้อง และการออกกำลังเพื่อป้องกันการปวดหลัง กลุ่มตัวอย่างของการวิจัยครั้งนี้เป็น ข้าราชการตำรวจภูธรภาค 7 ที่เข้าร่วมโครงการสร้างเสริมสุขภาพข้าราชการตำรวจและครอบครัว จำนวน 170 คน ในวันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2548 หลังจากกลุ่มตัวอย่างได้ดูโปรแกรมมัลติมีเดียนี้ครบทั้ง 5 หัวข้อแล้วจึงตอบแบบสอบถามความคิดเห็นสำหรับผู้ใช้โปรแกรม ผลการวิจัยปรากฏว่า ผู้เข้ารับการอบรมในโครงการสร้างเสริมสุขภาพข้าราชการตำรวจและครอบครัว มีความคิดเห็นต่อโปรแกรมมัลติมีเดียนี้ในระดับ "ดี" โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นสามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติตัวป้องกันการปวดหลังได้

(วิทยานิพนธ์มีจำนวนทั้งสิ้น 118 หน้า)

Abstract 172343

The purposes of this study were to develop a multimedia program concerning for practical ways to prevent back pain and to investigate the opinions in the use of the developed program. The multimedia program consisted of 5 parts in which they were basic anatomical and biomechanical of human back, causes of back pain, treatment, good posture in activities daily living, and preventive exercises. The 170 samples were selected from provincial police officers region 7 attaining Health Promotion Project on April 22, 2005. After presenting the program, the police officers were requested to respond their opinions to a questionnaire. The results indicated that the police officers rated the developed program at a "good" level. The program could be used for back pain prevention.

(Total 118 pages)