

อรรถย สิงห์คำ : ผลของโปรแกรมการจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่างของหญิง
ตั้งครรภ์ (THE EFFECT OF A SYMPTOM MANAGEMENT PROGRAM ON LOW BACK
PAIN IN PREGNANCY) อ.ที่ปรึกษา: ผู้ช่วยศาสตราจารย์. ดร. สัจจา ทาโต, 167 หน้า.

ISBN 974-14-2143-5

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่างของหญิงตั้งครรภ์ โดยใช้แนวคิดการจัดการกับอาการของ Dodd และคณะ (2001) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับอาการปวดหลังส่วนล่างในหญิงตั้งครรภ์ กลุ่มตัวอย่าง คือ หญิงตั้งครรภ์ที่มีอาการปวดหลังส่วนล่าง จำนวน 40 คน โดยจับคู่ให้มีความใกล้เคียงกันในเรื่อง อายุ ส่วนสูง จำนวนครั้งของการตั้งครรภ์ และน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นระหว่างตั้งครรภ์ จัดกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการจับคู่เข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยการจับสลาก จนครบจำนวนกลุ่มละ 20 คน กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ และกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการจัดการกับอาการเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมการจัดการกับอาการ ที่พัฒนามาจากแนวคิดการจัดการกับอาการของ Dodd และคณะ (2001) ซึ่งประกอบด้วย 5 ขั้นตอน คือ 1) การประเมินประสบการณ์เกี่ยวกับอาการปวดหลังส่วนล่างของหญิงตั้งครรภ์ 2) การให้ความรู้เกี่ยวกับการจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่าง 3) การพัฒนาทักษะการจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่าง 4) หญิงตั้งครรภ์ปฏิบัติการในการจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่างที่บ้าน และ 5) การประเมินผลในการจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่าง โดยมี แผนการสอน ภาพพลิก และคู่มือการจัดการกับอาการปวดหลังส่วนล่าง เป็นสื่อที่ใช้ในโปรแกรมการจัดการกับอาการ เครื่องมือกำกับการทดลอง ได้แก่ แบบสอบถามทำทางในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของหญิงตั้งครรภ์ ดัดแปลงจากแบบสัมภาษณ์ของ คาริน โค้ชกานี (2545) มีค่า CVI = 1.0 ค่าความเที่ยง เท่ากับ .87 และแบบบันทึกการออกกำลังกายด้วยการยกเชิงกราน ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น มีค่า CVI = 1.0 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบประเมินระดับความเจ็บปวดชนิดเส้นตรง (Visual Analogue Scale : VAS) มีค่าความเที่ยงแบบวัดซ้ำ เท่ากับ .99 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ สถิติเชิงบรรยาย และสถิติทดสอบค่าที

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

- 1 ค่าเฉลี่ยของคะแนนอาการปวดหลังส่วนล่างของหญิงตั้งครรภ์หลังได้รับโปรแกรมการจัดการกับอาการต่ำกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการจัดการกับอาการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
- 2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนอาการปวดหลังส่วนล่างของหญิงตั้งครรภ์กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการจัดการกับอาการต่ำกว่าหญิงตั้งครรภ์กลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

##477622936 : MAJOR NURSING SCIENCE

KEYWORDS: LOW BACK PAIN / PREGNANCY / SYMPTOM MANAGEMENT

ORATAI SINGKUM: THE EFFECT OF A SYMPTOM MANAGEMENT PROGRAM ON
LOW BACK PAIN IN PREGNANCY. THESIS ADVISOR: ASST. PROF. SATHJA
THATO, Ph.D, RN., 167 pp. ISBN 974-14-2143-5

The purpose of this experimental research was to examine the effect of a symptom management program on low back pain in pregnancy. The conceptual framework of this study was based on the Symptom Management Model (Dodd et al., 2001), and related literature on low back pain in pregnancy. Subjects consisted of 40 pregnant women with low back pain. Subjects were matched by age, height, parity and weight gain during pregnancy. Subjects were randomly assigned to control or experimental groups using a piece of paper marked "E" and "C", 20 for each group. The control group received routine nursing care while the experimental group received the eight-week symptom management program. The program comprised of five sessions: 1) assessment of symptom experience in pregnant women with low back pain, 2) providing knowledge on management of low back pain in pregnancy, 3) building skills on management of low back pain in pregnancy, 4) management of low back pain at home, and 5) evaluation of low back pain in pregnancy. Visual Analogue Scale (VAS) was used to measure low back pain. The VAS was tested for its internal consistency using a test-retest method. It demonstrated acceptable reliability at .99. A modified version of posture in daily living developed by Darin Tohkani (2002) and pelvic tilt exercise plan developed by the researcher were used to monitor the intervention. Both scales demonstrated valid contents with CVI of 1.0. Data were analyzed using descriptive statistics and t-test.

Major findings were as follows:

1. The mean score of low back pain of pregnant women after receiving the symptom management program was significantly lower than before receiving the program ($p < .01$).
2. The mean score of low back pain of pregnant women in the experimental group receiving the symptom management program was significantly lower than that of the control group ($p < .01$).