

ปาริฉัตร ริเริ่มกุล : การศึกษาความชุกและปัจจัยที่มีผลต่ออาการปวดหลังในนักกอล์ฟสมัครเล่นชาวไทย. (THE STUDY OF PREVALENCE AND FACTORS OF BACK PAIN IN THAI AMATEUR GOLFERS) อ. ที่ปรึกษา : รศ.นพ. พงศ์ศักดิ์ ยุกตะนันท์, อ.ที่ปรึกษาร่วม : อ.นพ. อรรถฤทธิ์ ศฤงคไพบูลย์, 78 หน้า. ISBN 974-17-7049-9.

169064

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบ ณ เวลาใดเวลาหนึ่ง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความชุกและปัจจัยที่มีผลต่ออาการปวดหลังในนักกอล์ฟสมัครเล่นชาวไทย จำนวน 904 คน ที่ทำการตอบแบบสอบถามครบสมบูรณ์ เป็นเพศชายร้อยละ 88.8 เพศหญิงร้อยละ 11.2 อายุเฉลี่ย 41.81 ± 11.93 ปี ค่าดัชนีมวลกาย 23.36 ± 2.99 กิโลกรัมต่อเมตร² ระยะเวลาที่เล่น 6.97 ± 7.40 ปี ส่วนใหญ่มีแต้มต่อ 24 เคยมีอาการปวดหลังเมื่อเริ่มหัดเล่นกอล์ฟร้อยละ 44.9 และมีจำนวน 628 คน ที่ทำการวัดค่าความแข็งแรงและความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลังร่วมด้วย มีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหลัง 77.77 ± 30.38 กิโลกรัม ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลัง 1.94 ± 9.99 เซนติเมตร

จากการศึกษาพบว่าเกิดอาการปวดหลังในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมาร้อยละ 40.0 ผู้ตอบคิดว่ามีสาเหตุมาจากการเล่นกอล์ฟร้อยละ 86.19 และมีอาการปวดหลังในขณะที่ทำแบบสอบถามร้อยละ 11.2 ผู้ตอบคิดว่ามีสาเหตุมาจากการเล่นกอล์ฟร้อยละ 86.14 โดยช่วงของวงสวิงที่ทำให้เกิดอาการปวดหลังมากที่สุดคือช่วง Follow-through ร้อยละ 52.6 จากการตอบแบบสอบถามพบว่าสาเหตุส่วนใหญ่ที่ทำให้เกิดอาการปวดหลังจากการเล่นกอล์ฟคือ ท่าทางการตีที่ไม่ถูกต้อง ไม่มีการอบอุ่นร่างกายก่อนการเล่นหรือมีแต่ไม่เพียงพอ การตีรุนแรงเกินไป และการเล่นหรือการฝึกที่มากเกินไป จากการศึกษพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเกิดอาการปวดหลังแบ่งเป็นปัจจัยส่วนบุคคล เช่น ส่วนสูง เพศ การออกกำลังกาย เคยได้รับการบาดเจ็บบริเวณลำตัวหรือขา และปัจจัยเกี่ยวกับการเล่นกอล์ฟ เช่น ระยะเวลาในการอบอุ่นร่างกายก่อนการเล่น และการอบอุ่นร่างกายหลังการเล่น นอกจากนี้พบว่าถ้าในอดีตเคยมีอาการปวดหลังมาก่อนจะมีความสัมพันธ์อย่างมากกับการเกิดอาการปวดหลัง (OR = 20.292, 95%CI = 14.095-29.215) แต่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างความแข็งแรงและความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลังกับการเกิดอาการปวดหลัง

4475239630 : MAJOR SPORTS MEDICINE

KEY WORD: PREVALENCE OF BACK PAIN / FACTORS OF BACK PAIN / THAI GOLFERS

PARICHAT RIRERMKUL : THE STUDY OF PREVALENCE AND FACTORS OF BACK PAIN IN THAI AMATEUR GOLFERS. THESIS ADVISOR : ASSOC.PROF.PONGSAK YUKTANANDANA,M.D. , THESIS COADVISOR : ATTARIT SRINKAPAIBULAYA,M.D.
78 pp. ISBN 974-17-7049-9.

169064

This cross-sectional descriptive study aims to study the prevalence and factors of back pain in Thai amateur golfers. There are 904 participants completed the questionnaires; 88.8% are male and 11.2% are female with average age of 41.81 ± 11.93 years. Average BMI is 23.66 ± 2.99 kg/m^2 ; years of golf playing are 6.97 ± 7.40 years. Most of them have handicap of 24; 44.9% have experienced back pain in their early learning period. 628 of the participants have been measured their back muscle strength and flexibility; the result of back muscle strength is 77.77 ± 30.38 kg and back muscle flexibility is 1.94 ± 9.99 cm.

From this study found that the six months prevalence of back pain was 40%, 86.19% of them assumed that their back pain were from playing golf. Percentage of participants who suffered from back pain when answering the questionnaires were 11.2%, 86.14% of them assumed that the back pain was from playing golf. The phase of swing which mostly caused back pain was follow- through gesture (52.6%). The reasons which caused back pain after playing golf were poor swing mechanics, lack or inadequate warm-up, swing too hard and excessive playing or practicing. Concerning factors for back pain, in this study found that personal factors may also contribute to the cause of back pain such as height, gender, exercise routines, having history of trunk or leg injury. Golf-related factors such as the duration of warm-up and cool-down time also contributed to the cause of back pain. Furthermore, person with previous history of back pain showed strong relationship towards recurring back pain (OR = 20.292, 95%CI = 14.095–29.215). Nonetheless, there is no correlation between back muscle strength, back muscle flexibility, and back pain.