

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ จ	
สารบัญตาราง ฉ	
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	7
สมมติฐาน การวิจัย	7
นิยามศัพท์	7
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
ภาวะหัวใจล้มเหลว 9	
การออกกำลังกาย ในผู้ที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว 24	
การออกกำลังกายแบบแอโรบิกกับเก้าอี้ 35	
ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว	36
ผลของการออกกำลังกายต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย	
ในผู้ที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว 41	
กรอบแนวคิดในการวิจัย 42	
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	43
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	43
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	45
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	46
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	47
การรวบรวมข้อมูล	47
การวิเคราะห์ข้อมูล	50

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล	52
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	52
การอภิปรายผล	58
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	62
สรุปผลการวิจัย 62	
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ 64	
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป 64	
เอกสารอ้างอิง 65	
ภาคผนวก	74
ภาคผนวก ก เอกสารพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	75
ภาคผนวก ข เอกสารราชการที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินการวิจัย 82	
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล และดำเนินการวิจัย 86	
ภาคผนวก ง ตารางแสดงรายละเอียดเพิ่มเติม	94
ภาคผนวก จ ราชนามผู้ทรงคุณวุฒิ 95	
ประวัติผู้เขียน	96

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
2-1 ตารางแสดงค่าเปรียบเทียบระดับคะแนนความรู้สึกเหนื่อยกับความหนักในการออกกำลังกาย	27
2-2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความหนักในการออกกำลังกายกับร้อยละของอัตราการเต้นของหัวใจสูงสุด ร้อยละของความสามารถในการใช้ออกซิเจนสูงสุด และระดับการรับรู้ความเหนื่อยขณะออกกำลังกาย	28
4-1 จำนวน และร้อยละของผู้ที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ ระยะเวลาของการได้รับการวินิจฉัยว่ามีภาวะหัวใจล้มเหลว และการออกกำลังกาย 54	
4-2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระยะทาง เป็นเมตรที่สามารถเดินบนพื้นราบในเวลา 6 นาที ก่อนและหลังการออกกำลังกายของกลุ่มทดลอง (n=14) และกลุ่มควบคุม (n=14)	56
4-3 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระยะทาง เป็นเมตรที่สามารถเดินบนพื้นราบในเวลา 6 นาที ก่อนและหลังการออกกำลังกายแบบแอโรบิกกับเก้าอี้ของกลุ่มทดลอง (n=14) 57	