

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ช
สารบัญ	ซ
สารบัญตาราง	ฅ
สารบัญภาพ	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 คำถามการวิจัย	4
1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
1.4 สมมติฐานในการวิจัย	5
1.5 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย	5
1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	8
1.7 ขอบเขตของการวิจัย	8
1.8 ข้อตกลงเบื้องต้น	9
1.9 คำนิยามที่ใช้ในการวิจัย	9
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	11
2.1 ความเจ็บปวด	11
2.1.1 กลไกการเกิดความเจ็บปวด	12
2.1.2 ความเจ็บปวดในผู้ป่วยผ่าตัดช่องท้อง	16
2.1.3 การประเมินความเจ็บปวด	16
2.1.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	18
2.2 ภาวะท้องอืด	20
2.2.1 กลไกการเกิดภาวะท้องอืดหลังผ่าตัด	20
2.2.2 การประเมินภาวะท้องอืด	21
2.2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	22

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2.3 การพักฟื้นหลังการผ่าตัด	23
2.3.1 การลุกเดินได้เร็วหลังผ่าตัด	23
2.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	24
2.4 มโนทัศน์การผ่อนคลาย	26
2.4.1 ความหมาย	26
2.4.2 ประโยชน์ของการฝึกการผ่อนคลาย	28
2.4.3 วิธีการฝึกการผ่อนคลาย	29
2.4.4 การประเมินการผ่อนคลาย	30
2.4.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	31
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	36
3.1 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย	36
3.2 ประชากร	36
3.3 กลุ่มตัวอย่าง	37
3.4 รูปแบบการวิจัย	37
3.5 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การสร้างเครื่องมือ และการตรวจสอบเครื่องมือ	38
3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล	43
3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล	45
บทที่ 4 ผลการวิจัยและการอภิปรายผล	46
4.1 ผลการวิจัย	46
4.2 การอภิปรายผล	53
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	57
5.1 สรุปผลการวิจัย	57
5.2 ข้อเสนอแนะ	58
เอกสารอ้างอิง	59

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก	67
ภาคผนวก ก. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	68
ภาคผนวก ข. เนื้อหาในแบบการฝึกการพ้อง	76
ภาคผนวก ค. รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	79
ประวัติผู้เขียน	81

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จำแนกตามลักษณะตามลักษณะของ กลุ่มตัวอย่าง	47
ตารางที่ 4.2 ค่าพิสัย ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุ จำนวนปีที่ใช้ในการศึกษา รายได้ของครอบครัวต่อเดือน จำนวนสมาชิกในครอบครัว ระยะเวลาทำผ่าตัด ระยะ เวลาอยู่ในห้องพักฟื้น	49
ตารางที่ 4.3 เปรียบเทียบคะแนนความเจ็บปวดหลังการผ่าตัดระหว่าง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	50
ตารางที่ 4.4 เปรียบเทียบคะแนนภาวะท้องอืดระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม	51
ตารางที่ 4.5 เปรียบเทียบการพักฟื้นหลังการผ่าตัดระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม	52

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1	แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย	7
ภาพที่ 2	แสดงส่วนประกอบของทฤษฎีความคุมประตุ	13