



รายงานผลการวิจัย

เรื่อง

แนวทางการมีส่วนร่วมของชุมชนในการนำภูมิปัญญาไทยด้านการนวดไทยมา
สร้างสุขภาวะ: กรณีศึกษาตำบลบางชะแยง อำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี
Process of Community Participation in Thai Wisdom Sort Thai Massage for
Well-being Case Study at Bangayang Subdistrict Muang District Pathumthani
Province

โดย

นิตยา พุทธธรรมรักษาปวิชญาสุบิน
Nittaya Puthumrugsa Prawitchaya Subin

โครงการวิจัยได้รับสนับสนุนจาก
งบประมาณเงินรายได้/งบประมาณแผ่นดิน
วิทยาลัยการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล
ประจำปี ..2553...

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการนำภูมิปัญญาไทยด้านการนวด เพื่อสร้างสุขภาพไว้ให้แก่คนในชุมชนเป็นการวิจัยแบบ The One Group Pretest Posttest Design คือการวิจัยกลุ่มเดียวประเมินก่อนและหลังการทดลองโดยรับสมัครกลุ่มตัวอย่างจากกลุ่มประชากรในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลบางชะแยงที่มีอายุไม่เกิน 50 ปี มีเด็กอายุระหว่าง 10 - 15 ปี อยู่ในครอบครัว ยินดีเข้าร่วมโครงการ ตลอด 30 วัน จำนวน 50 คน

ผลการศึกษาพบว่าข้อมูลสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ร้อยละ 56 รองลงมา เจ็บป่วยไม่ร้ายแรงนาน ๆ ครั้ง ร้อยละ 22 ทำให้กลุ่มตัวอย่างไม่เห็นความสำคัญของการตรวจสุขภาพประจำปีมากที่สุด ร้อยละ 50 ตรวจสุขภาพทุกปี ร้อยละ 44 แต่จากข้อมูลพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างในปัจจุบันมีพฤติกรรมบางอย่างที่สามารถทำให้เกิดอาการเจ็บป่วย เช่น การดื่มเครื่องดื่มที่ทำลายสุขภาพ การสูบบุหรี่และขาดการออกกำลังกายสม่ำเสมอ ถึงร้อยละ 88 จากการประเมินตนเองของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นว่าตนเองมีสุขภาพทางกาย ทางจิต จิตวิญญาณและสังคมอยู่ในระดับดีมากที่สุด ร้อยละ 82.75 ทำให้กลุ่มตัวอย่างไม่เห็นประโยชน์ชัดเจนในการนำภูมิปัญญาด้านการนวดมาใช้ในการดูแลสุขภาพ

This research aims to encourage the society to participate in convey the Thai Wisdom Massage for improving health status in the community. The study model was The One Group Pretest Posttest Design which is the same group evaluated before and after the experiment by recruiting a representative subjects of the population in the area of BangayangSubdistrict. The subjects were no more than 50 years and have the teenager of age between 10 – 15 in the family. The family was willing to participate in the project for 30-days in total of 50 subjects.

The health information of this study were the most physically strong, 56 % whereas the less illness is not serious from time to time were 22 %, making the half of subjects do not pay attention for annual health evaluation while 44 % are check-ups every year. However, most of subjects (88%) have a certain behavior that can cause symptoms such as drinking at the lyrics, smoking, and lack of exercise regularly. According to the self evaluation, the subjects did agree that they have a physical, mental, spiritual, and social communication at an excellent level in most of 82.75%, making the subjects did not perceive the benefits of Thai Wisdom Massage for health care supervision.

หัวข้อ	หน้า
บทนำ	
ความสำคัญของการศึกษา	1
นิยามศัพท์เฉพาะ	3
วัตถุประสงค์โครงการวิจัย	3
ขอบเขตของโครงการวิจัย	3
กรอบแนวความคิดโครงการวิจัย	4
วรรณกรรม/สารสนเทศที่เกี่ยวข้อง	
แนวคิดเบื้องต้นเกี่ยวกับสุขภาพ	4
แนวคิดเบื้องต้นเกี่ยวกับการนวด	5
วิธีดำเนินการวิจัย	
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	5
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	6
การสร้างแบบสอบถามและคู่มือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	7
การเก็บรวบรวมข้อมูล	7
การวิเคราะห์ข้อมูล	7
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	8
ผลการวิจัย	
ส่วนที่ 1 ตารางข้อมูลลักษณะทางชีวสังคมของกลุ่มตัวอย่างที่ถูกลบ	10
ส่วนที่ 2 ตารางข้อมูลจากแบบบันทึกการนวด	24
ส่วนที่ 3 ตารางเปรียบเทียบภาวะสุขภาพทางร่างกาย ทางจิต จิตวิญญาณ และสังคม 31	

สารบัญ (ต่อ)

หัวข้อ	หน้า
--------	------

สรุปผล

วิจารณ์/อภิปรายผล	32
สรุปผลการวิจัย	32
กิตติกรรมประกาศ	34
บรรณานุกรม	35
ภาคผนวก	
แบบสอบถามกลุ่มตัวอย่าง	38
แบบบันทึกการนัด	51
การประเมินทักษะการนัดโดยสังเกต	54

สารบัญญัตินำ

1	ข้อมูลลักษณะทางชีวสังคมของกลุ่มตัวอย่าง	10
2	ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	11
3	ข้อมูลลักษณะทางชีวสังคมด้านอาชีพของกลุ่มตัวอย่าง	11
4	ลักษณะอิริยาบถส่วนใหญ่ในปัจจุบันของกลุ่มตัวอย่าง	12
5	ระยะเวลาที่ทำอาชีพปัจจุบันของกลุ่มตัวอย่าง	12
6	อาชีพเดิมของกลุ่มตัวอย่าง	13
7	ลักษณะอิริยาบถส่วนใหญ่อาชีพเดิมของกลุ่มตัวอย่าง	13
8	ระยะเวลาที่ทำอาชีพเดิมของกลุ่มตัวอย่าง	14
9	รายได้ครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน	14
10	รายได้ต่อค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน	15
11	กรรมสิทธิ์ของที่อยู่อาศัยปัจจุบัน	15
12	ภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง	16
13	การตรวจสุขภาพประจำปี	16
14	การรับประทานอาหาร	17
15	รสอาหารที่ชอบรับประทาน	17
16	การพักผ่อน	17
17	ลักษณะการนอน	18
18	ปริมาณน้ำที่ดื่มในแต่ละวัน	18
19	การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	19
20	การดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง – กาแฟ	19
21	การดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง	19
22	แสดงการสูบบุหรี่	20
23	การขับถ่าย	20
24	การออกกำลังกาย	20
25	สภาพแวดล้อมบริเวณที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่าง	21
26	การประเมินสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง	22
27	ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง สัปดาห์ที่ 1	24

สารบัญตาราง(ต่อ)

28	ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง สัปดาห์ที่ 2	26
29	ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง สัปดาห์ที่ 3	28
30	ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างสัปดาห์สุดท้าย	30
31	เปรียบเทียบความรู้ของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้รอด	31