

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
1.3 สมมติฐานการวิจัย	3
1.4 ขอบเขตการวิจัย	4
1.5 คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
2.1 ภาวะข้อเข่าเสื่อม	5
2.2 พยาธิสภาพของการเกิดข้อเข่าเสื่อม	6
2.3 ปัจจัยของการเกิดข้อเข่าเสื่อม	8
2.4 อาการข้อเข่าเสื่อม	14
2.5 ความรุนแรงของอาการข้อเข่าเสื่อม	17
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการศึกษา	20
3.1 รูปแบบการศึกษา	20
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	20
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	21
3.4 การหาคุณภาพเครื่องมือ	22
3.5 การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง	22
3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล	22
3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล	27

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการศึกษา	28
4.1 ข้อมูลเกี่ยวกับความชุกของผู้ที่มีอาการข้อเข่าเสื่อม	28
4.2 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	29
4.3 ข้อมูลเกี่ยวกับความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าขา ช่วงการเคลื่อนไหวของข้อเข่า ความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อกระดูกสันหลัง และระดับความรุนแรงของอาการข้อเข่าเสื่อม	31
4.4 ข้อมูลความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยกับความรุนแรงของอาการข้อเข่าเสื่อมของกลุ่มตัวอย่าง	32
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ	35
5.1 การอภิปรายผลการศึกษา	35
5.2 สรุปผลการศึกษา	40
5.3 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	41
5.4 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	41
5.5 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	42
เอกสารอ้างอิง	44
ภาคผนวก	49
ภาคผนวก ก แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและแบบสอบถามเกี่ยวกับการเกิดภาวะข้อเข่าเสื่อม	50
ภาคผนวก ข แบบสอบถามความรุนแรงของอาการข้อเข่าเสื่อม	54
ภาคผนวก ค รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	61
ประวัติผู้เขียน	62

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1.1 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ, ดัชนีมวลกาย, อาชีพ, ระยะเวลาที่มีอาการปวดเข่า และระยะเวลาที่ประจำเดือนหมด	30
1.2 ข้อมูลเกี่ยวกับความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าขา, ช่วงการเคลื่อนไหวของข้อเข่า และความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อระยางค์ขา	31
1.3 ระดับความรุนแรงของอาการข้อเข่าเสื่อม	31
1.4 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรุนแรงของอาการข้อเข่าเสื่อม	32
1.5 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับอาการปวดข้อเข่า	33
1.6 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับอาการข้อเข่าฝืดแข็ง	33
1.7 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถเคลื่อนไหวข้อเข่าขณะทำกิจกรรม	34

สารบัญแผนภาพ

รูป

หน้า

- | | |
|---|----|
| 1.1 การวัดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าขา | 24 |
| 1.2 การวัดช่วงการเคลื่อนไหวของการเหยียดเข่า | 25 |
| 1.3 การวัดช่วงการเคลื่อนไหวของการงอเข่า | 25 |
| 1.4 การวัดความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อเอย่างค์ขา | 26 |

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved