

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ การศึกษาการบาดเจ็บของนักกีฬาแฮนด์บอลระดับเยาวชนในระหว่างการแข่งขัน

ผู้เขียน นายนรินทร์ อนันตกลีน

ปริญญา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

ผศ. ดร.ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

ผศ. นพ.จักรกริช กล้าผจญ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

บทคัดย่อ

การศึกษาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาถึงปัจจัยเสี่ยงที่จะเกิดระหว่างการแข่งขันลักษณะการบาดเจ็บ ตำแหน่งที่ได้รับบาดเจ็บ ระหว่างการแข่งขัน และปัจจัยภายนอกและภายในของการแข่งขันที่เป็นสาเหตุ โดยทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนักกีฬาแฮนด์บอลเยาวชน ที่เป็นตัวแทนของแต่ละจังหวัดที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาโรงเรียนกีฬาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 14 ณ จังหวัดสุพรรณบุรี ระหว่างวันที่ 20-30 กรกฎาคม 2554 โดยใช้แบบสอบถามซึ่งแบ่งเป็น 5 ตอน คือ ข้อมูลทั่วไปของนักกีฬา การเล่นแฮนด์บอล การบาดเจ็บ ปัจจัยที่ส่งผลต่อการบาดเจ็บ และข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการบาดเจ็บ

ผลการศึกษาพบว่า นักกีฬาที่เข้าร่วมในการแข่งขันเกิดการบาดเจ็บจำนวน 112 คน เมื่อเริ่มเล่นกีฬาแฮนด์บอลเป็นครั้งแรก มีการบาดเจ็บที่ข้อเท้ามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 54.5 ในการแข่งขันกีฬาโรงเรียนกีฬาแห่งประเทศไทยครั้งนี้ บริเวณบาดเจ็บที่พบบ่อย คือ ข้อเท้า ร้อยละ 25 และเข่า ร้อยละ 23.2 ตำแหน่งบาดเจ็บระหว่างการแข่งขันอันดับแรกพบว่า ข้อเท้า จำนวน 52 คน โดยเจ็บที่บริเวณข้อต่อ 23 คน และตำแหน่งบาดเจ็บอันดับที่สองพบที่ ข้อเข่า จำนวน 40 คน โดยเจ็บที่บริเวณข้อต่อ 19 คน และทุกตำแหน่งที่เกิดการบาดเจ็บมีอาการปวดและบวม สำหรับปัจจัยที่ส่งผลต่อการบาดเจ็บ เกิดจากผู้เล่นฝ่ายตรงข้ามทำให้เกิดการบาดเจ็บ ร้อยละ 68.8 อุณหภูมิของสภาพแวดล้อม ร้อยละ 66.1 ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อไม่เพียงพอ ร้อยละ 42.9 และความกดดันของโค้ช ร้อยละ 50.0 วิธีการเบื้องต้นที่นักกีฬาการดูแลรักษาตนเองและปรึกษาผู้อื่น คือการใช้ความเย็น ร้อยละ 82.1

การศึกษานี้บ่งชี้ให้เห็นว่านักกีฬา ยังขาดความรู้ในการดูแลป้องกันการบาดเจ็บต่อตนเองจากการเล่นในขณะที่ฝึกซ้อมและ แข่งขัน ซึ่งจำเป็นต้องจัดการพัฒนาอย่างจริงจัง

Independent Study Title	A Study of Injuries in Youth Handball Athletes During the Competition		
Author	Mr. Narin Anantaklin		
Degree	Master of Science (Sports Science)		
Independent Study Advisory Committee	Asst. Prof. Dr. Prapas Pothongsunun	Advisor	
	Asst. Prof. Jakkit Klaphajone, M.D.	Co-advisor	

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate risk factors and type of injury, the injured areas occurred during the competition including internal and external factors. Subjects were youth handball athletes who got injuries during the 14th Thailand Sports School Games at Supunburi during July 20-30, 2011. All data were collected by questionnaires which consisted of 5 sections; general information, handball playing, injury, affected factors and suggestions.

The results showed 112 participated athletes got injuries. Most injured area at the first start playing were the ankles (54.5%). During this competition game, the most of injured area were ankles (25%) and knee (23.2%). The priority of injured area was the ankle with 52 players and 23 player suffered at the joint. Secondly, 40 athletes had knee problems with 19 players suffered at the joint. All affected areas presented pain and swelling. The induced factors were the opponents (68.8%), environmental temperature (66.1%) and inadequate muscle strength (42.9%), and coach pressure (50.0%). The primary self care and consultation was cold therapy (82.1%).

This study showed that the athletes lacked of self care management knowledge during practice drill and competition game that had to be definitely developed.