

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์

การรับรู้ความสามารถตนเองที่มีต่อพฤติกรรมการดูแลตนเอง  
ของผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่าง ในแผนกกายภาพบำบัด  
โรงพยาบาลเถิน จังหวัดลำปาง

ผู้เขียน

นางสาวสุรรัตน์ ไชยชนะ

ปริญญา

ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การส่งเสริมสุขภาพ)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุชาดา ไกรพิบูลย์

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการรับรู้ความสามารถตนเองที่มีต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่าง กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่างที่มารับบริการในแผนกกายภาพบำบัด โรงพยาบาลเถิน จังหวัดลำปาง ระหว่างเดือนเมษายน 2554 ถึงสิงหาคม 2554 โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 30 ราย เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์และการใช้แบบสอบถามความรู้เรื่องโรคปวดหลังส่วนล่างและพฤติกรรมการดูแลตนเองเมื่อปวดหลังร่วมกับการจัดกิจกรรมการรับรู้ความสามารถตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลโดย หาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบผลคะแนนเฉลี่ยความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้สถิติ Paired T-Test

ผลการศึกษาพบว่า

1. ผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมีอายุอยู่ในช่วง 53-60 ปี อายุเฉลี่ย 49.2 ปี มีสถานภาพสมรสคู่ ได้รับการศึกษาระดับประถมศึกษา ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรและรับจ้าง อาศัยอยู่กับคู่ครอง และไม่มีโรคประจำตัว ระยะเวลาที่เริ่มปวดหลังอยู่ในช่วง 1 เดือน-1 ปี สาเหตุส่วนใหญ่ที่ทำให้ปวดหลังเกิดจากการยกของหนัก ลักษณะของอาการจะปวดแบบเป็นๆ หายๆ การรักษาส่วนใหญ่คือการรับประทานยา และเมื่อมีอาการปวดหลังการทำกิจวัตรประจำวันเป็นในรูปแบบทำไปพักไป กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดไม่เคยได้รับอุบัติเหตุบริเวณหลังมาก่อน
2. ระดับความรู้เรื่องโรคปวดหลังส่วนล่างของผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่างภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการรับรู้ความสามารถตนเองโดยรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของ

คะแนนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมการรับรู้ความสามารถตนเอง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

3. ระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองเมื่อปวดหลังของผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่างภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการรับรู้ความสามารถตนเอง โดยรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมการรับรู้ความสามารถตนเอง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

4. การติดตามประเมินผลหลังดำเนินกิจกรรมแล้ว 2 สัปดาห์โดยการเยี่ยมบ้าน และการสัมภาษณ์ญาติ พบว่าผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่างมีพฤติกรรมดูแลตนเองดีขึ้นมากกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมการรับรู้ความสามารถตนเอง

|                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Thesis Title</b>   | Self-efficacy Affecting Self Care Behavior of Patients with Low Back Pain in Physical Therapy Unit, Thoen Hospital, Lampang Province |
| <b>Author</b>         | Miss Sureerat Chaichana  |
| <b>Degree</b>         | Master of Education (Health Promotion)   |
| <b>Thesis Advisor</b> | Asst. Prof. Dr. Suchada Kraiphibul   |

### ABSTRACT

The objectives of this research were to study the effects of self-efficacy on self care behavior of patients with low back pain in Physical Therapy Unit, Thoen Hospital, Lampang Province from April to August 2554. The samples in this research were 30 patients with low back pain to select the target individual (Purposive Sampling). The quantitative data were collected by interviewing and questionnaire about low back pain knowledge and self care behavior of patients with low back pain cooperate the self-efficacy activity. The data was analyzed as percentage, frequency, average and standard deviation. Compared mean of knowledge and self care behavior before and after participation on the self-efficacy activities by paired t-test.

The result showed that

1. The majority were female, age range is 53-60 years, average is 49.2 years, married, graduated in primary school. Most of them are agriculturists and employees. Living with their spouses. There are no congenital disease. The duration of illness was 1 month-1 year. Lifting the heavy objects as the main causes of their low back pain and symptom often on-off pain. They treated themselves by medicine. They can do the activities of daily living and they rest when they got back pain. They never had an accident before.

2. The level of knowledge of patients with low back pain, compared before and after participation found that the level of knowledge increased from moderate to high level. And participants agree that increasing the level of all items. Found that the difference is statistically significant at 0.001.

3. The level of self care behavior of patients with low back pain, compared before and after participation found that the level of self care behavior increased from low and moderate to high level. And participants agree that increasing the level of all items. Found that the difference is statistically significant at 0.001.

4. The evaluation after doing 2 weeks activities by home visiting and interviewing their relatives found that the samples take care themselves better than before doing the activities.