ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ อุบัติการณ์การบาดเจ็บทางการกีฬาในการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 22 ปีการศึกษา 2543

ชื่อผู้เขียน นายสุวิรัฐ สุวรรณเมธากร

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

อาจารย์ นพ. ชวินทร์ เลิศศรีมงคล ประธานกรรมการ

ผศ. นพ. สุรศักดิ์ บุญยฤทธิชัยกิจ กรรมการ

ผศ. ดร. ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์ กรรมการ

บทคัดย่อ

การค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอุบัติการณ์การบาดเจ็บทางกีฬาที่เกิดขึ้นในการแข่งขันกีฬา นักเรียน นักศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 22 ปีการศึกษา 2543 ระหว่างวันที่ 15-22 มกราคม 2544 ณ จังหวัดเพชรบูรณ์ มีนักกีฬาชายหญิง เข้าร่วมแข่งขันจำนวน 3,306 คน โดยทำการศึกษาจากนักกีฬาที่ได้รับการบาดเจ็บ ระหว่างการฝึกซ้อมและการแข่งขันที่มารับการรักษาที่ฝ่ายแพทย์และพยาบาล จำนวนทั้งสิ้น 309 คน เป็นนักกีฬาชาย 213 คน นักกีฬาหญิง 96 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยแบบบันทึกข้อมูลที่จัดทำขึ้นโดยเฉพาะซึ่งบันทึกข้อมูลการบาดเจ็บ โดยฝ่ายแพทย์และพยาบาล และแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนำข้อมูลที่ได้มาสรุปหาค่าร้อยละ

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่ามีนักกีฬาได้รับการบาดเจ็บทั้งสิ้น 309 คน นักกีฬาชาย 213 คน นักกีฬาหญิง 96 คน คิดเป็นอัตราส่วนจำนวนของผู้บาดเจ็บ ชาย : หญิง เท่ากับ 2.2 : 1 ระหว่างอายุ 16-18 ปี จำนวน 177 คน (ร้อยละ 57.28) กีฬาที่เกิดการบาดเจ็บมาก 5 อันดับแรก คือ รักบี้ฟุตบอล 73 คน (ร้อยละ 57.28) ยกน้ำหนัก 45 คน (ร้อยละ 14.56) บาสเกตบอล 34 คน (ร้อยละ11.00) มวยไทยสมัครเล่น 20 คน (ร้อยละ 6.48) และยูโด 24 คน (ร้อยละ 7.77)

ลักษณะของการบาดเจ็บที่พบ 340 ราย พบมาก 5 อันดับแรก คือ ปวดข้อและกล้ามเนื้อ 128 ราย (ร้อยละ 37.65) บาดแผลผิวหนัง 87 ราย (ร้อยละ 25.95) ข้อเคล็ด พลิกและแพลง 42 ราย (ร้อยละ 12.35) ฟกช้ำ 26 ราย (ร้อยละ 7.65) และกล้ามเนื้ออักเสบ/ฉีกขาด 14 ราย (ร้อยละ 4.12)

ส่วนต่างๆของร่างกายที่พบว่าได้รับการบาดเจ็บจำนวน 347 ราย พบมากอันดับแรก คือ บริเวณขาและสะโพก 150 ราย (ร้อยละ 43.23) และตำแหน่งที่ได้รับการบาดเจ็บมากที่สุดคือ ข้อเข่า

58 ราย (ร้อยละ 16.72) และรองลงมาคือ บริเวณไหล่และแขน 137 ราย (ร้อยละ 39.48) ตำแหน่งที่ได้รับบาดเจ็บมากที่สุดคือ มือ, นิ้วมือ 44 ราย (ร้อยละ 12.68)

สาเหตุของการบาดเจ็บที่พบ 803 ราย การบาดเจ็บส่วนใหญ่ร้อยละ 68.99 % เกิดจากสาเหตุ 5 อันดับแรก คือ การปะทะกับคู่แข่งขัน 150 ราย (ร้อยละ 18.68) การใช้กำลังหรือฝึกซ้อมมากเกินไป 131 ราย (ร้อยละ 16.31) ขาดทักษะและประสบการณ์ 104 ราย (ร้อยละ 12.95) ร่างกายไม่สมบูรณ์เพียงพอ 90 ราย (ร้อยละ11.21) และการอบอุ่นร่างกายไม่เพียงพอ 79 ราย (ร้อยละ 9.84)

นักกีฬาที่ต้องปะทะหรือต้องออกแรงกระทำต่อแรงต้านภายนอก โดยมีการเคลื่อนไหวของแขนส่วนบน ที่ข้อหัวไหล่ มือ และนิ้วมือ และการเคลื่อนไหวของส่วนล่างที่ข้อเข่า จำเป็นต้องได้รับการฝึกซ้อม และวิธีการรักษาเมื่อเกิดบาดเจ็บ อย่างถูกวิธีเพื่อลดอุบัติการณ์การบาดเจ็บ และเพิ่มประสิทธิภาพในการแข่งขัน

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ Chiang Mai University

Independent Study Title Incidence of Sports Injuries in the 22 nd Students Games of Thailand 2000

Author Mr. Suvirath Suwanmaythakorn

M.S. Sports Science

Examining Committee

Lect. Chawin	Lerssrimongkol	Chairman
Asst. Prof. Surasak	Boonyaritichaigij	Member
Asst. Dr. Prapas	Pothongsunun	Member

ABSTRACT

The purpose of this study was to survey sports injury incidence in the 22 nd Student Games of Thailand 2000 during 15-22 January 2001 with a total of 3,306 male and female athletes. Data were collected with 309 injured athletes, 213 males and 96 females, during practice and competition by questionnaires and special prescription from doctors and nurses at the medical core center and were presented by percentages.

The results showed that the ratio of injured males and females was 2.2:1. The highest amount was 177 injuries (57.28%) in the age group of 16-18 years. Top five ranks were rugby football predominant injury 73 cases (57.28%), weightlifting 45 cases (14.56%), basketball 34 cases (11.00%), judo 24 cases (7.77%). and Thai-boxing 20 cases (6.48%)

Five characteristics of injury were muscle and pain 128 cases (37.65%), skin wound 87 cases (25.95%), sprains 42 cases (12.35%), contusion 26 cases (7.65%), and muscle strain 14 cases (4.12%) with a total of 340 cases.

The most common site of injury was leg and hip 150 cases (43.23%) where as the most injured area was knee joint (16.72%) The next site of injury was shoulder and arm 137 cases (39.48%). where as the most injured areas was hand and finger 44 cases (16.68%).

The top five ranks of causes of injury were player contact 150 cases (18.68%), over used or over Training 131 cases (16.31%), lacking skill and experience of playing 104 cases (12.95%), unfit 90 cases (11.21%) and insufficient warm-up 79 cases (9.84%).

Athletes with contact games or projected external forces by moving their shoulders, wrists and hands in the upper limb and knees in the lower limb were subjected to a specific practical training and appropriate post-injured treatment in order to reduce the recurrent injury and to gain high performance in competition.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University