

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การพัฒนาประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าได้นั้นรากฐานที่สำคัญก็คือ การพัฒนาคนในชาติ คนต้องได้รับการพัฒนาอย่างเต็มที่ตามศักยภาพทั้งกาย ใจ สติปัญญาและความสามารถ โดยส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ทั้งเด็ก คนชราและคนพิการ ซึ่งมนุษย์ทุกคนที่เกิดมาย่อมต้องการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีอวัยวะครบถ้วนเพื่อใช้ในการดำเนินชีวิต ความพิการที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นลักษณะใดหรือสาเหตุใดก็ตาม ย่อมมีผลกระทบต่อคนพิการทั้งทางตรงและทางอ้อม

ปัจจุบันแนวความคิดในการส่งเสริมสุขภาพคนพิการทั้งในประเทศและนานาชาติ ได้พัฒนาไปอย่างมาก โดยให้ความสำคัญเน้นที่การพัฒนาคนพิการ เพราะเป็นทรัพยากรทางสังคมที่ต้องได้รับการเสริมสร้างศักยภาพอย่างสูงสุดตามสภาพ ให้มีความเสมอภาคที่จะได้รับผลจากการพัฒนาเท่าเทียมกับบุคคลทั่วไป จนสามารถดำรงชีวิตได้อย่างอิสระ ในครอบครัว ชุมชน และสังคม มีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม และมีความสามารถในการพัฒนาตนเองอยู่เสมอ แผนพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ พ.ศ. 2545-2549 จึงได้วางแนวทางให้มีการส่งเสริมสุขภาพของคนพิการ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ โดยบริการรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพ พัฒนาศักยภาพ ส่งเสริมสุขภาพ จัดบริการป้องกันการเจ็บป่วยของคนพิการ จัดกิจกรรมนันทนาการ การท่องเที่ยว และกีฬาสำหรับคนพิการ พร้อมทั้งสนับสนุนให้คนพิการได้รับปัจจัย 4 มีความสุข และดำรงชีวิตอย่างสมศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์

ความพิการไม่ว่าจะเป็นลักษณะใดหรือสาเหตุใดก็ตาม ย่อมส่งผลกระทบต่อบุคคลนั้นทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งความพิการซึ่งเกิดจากการได้รับอุบัติเหตุที่เป็นสาเหตุให้สูญเสียอวัยวะส่วนหนึ่งส่วนใดอย่างกะทันหัน ความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้น แม้จะชัดเจนหรือไม่ก็ตามย่อมมีผลทำให้บุคคลมีสมรรถภาพทางร่างกายลดน้อยลง และเป็นอุปสรรคในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การเคลื่อนไหว การทำกิจวัตรประจำวัน การทำงาน นอกจากความพิการที่เกิดขึ้นแล้วคนทั่วไปมักมองคนพิการเป็นคนที่ขาดความสามารถไร้ประโยชน์ จึงทำให้คนพิการรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองมีปมด้อย ไม่มีความนับถือตนเอง มีความพึงพอใจในชีวิตลดลง และต้องการแยกตัวออกจาก

สังคม (Social Isolation) หากสังคมละเลยไม่เอาใจใส่ต่อคนพิการแล้วก็จะทำให้การพัฒนาคนของชาติไม่ได้ผลอย่างเต็มที่ นับเป็นการทอดทิ้งทรัพยากรที่มีค่าของประเทศไปอย่างน่าเสียดาย ดังนั้นคนพิการหรือทุพพลภาพที่เป็นคนด้อยโอกาสในสังคมประเภทหนึ่ง ผู้พิการนอกจากจะมีอุปสรรคทางด้านร่างกายแล้ว ผู้พิการยังต้องเจอสิ่งแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวยต่อสุขภาพทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และอาคารสถานที่ ทำให้ผู้พิการไม่สามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้จึงทำให้ผู้พิการรู้สึกว่าตนเองเป็นภาระของผู้อื่น ตลอดจนถึงคิดว่าตนเองเป็นคนไร้สมรรถภาพ ไม่มีประโยชน์ มีความรู้สึกที่ตนเองไร้คุณค่า (สุชาติ ศาครเสถียร, 2533)

ในเรื่องของการส่งเสริมสุขภาพของผู้พิการนั้นเป็นสิ่งที่ต้องควรคำนึงถึง และให้ความสำคัญอย่างยิ่ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งสมรรถภาพทางกายซึ่งเป็นดัชนีที่จะบ่งบอกถึงการมีสุขภาพที่ดีของแต่ละคน สมรรถภาพทางกายของบุคคลเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อความเจริญเติบโต การที่บุคคลมีสมรรถภาพทางกายสูง จะทำให้สุขภาพสมบูรณ์ และจิตใจเบิกบาน ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บสามารถประกอบกิจการงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขสมรรถภาพทางกายที่ดีจึงเป็นสิ่งที่ปรารถนาของมนุษย์ทุกเพศ ทุกวัย สมรรถภาพทางกายเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งในการดำรงชีวิตของบุคคล สังคมและประเทศจะเจริญก้าวหน้าได้ก็ต่อเมื่อสมาชิกของสังคมหรือประชาชนของประเทศมีสมรรถภาพทางกายที่ดีเมื่อพิจารณาสมรรถภาพทางกายตลอดชั่วชีวิตของบุคคลพบว่าจะมีสมรรถภาพทางกายดีขึ้นจากวัยเด็กถึงช่วงอายุ 25-30 ปี ต่อจากนั้นสมรรถภาพทางกายจะเริ่มลดลงตามลำดับ (วุฒิพงษ์ ปรมัตถากร, 2537) การที่จะเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายของผู้พิการนั้น สิ่งสำคัญก็คือเราควรที่จะทราบระดับของสมรรถภาพทางกายและวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของผู้พิการ เพื่อที่จะสามารถวางแผนการส่งเสริมสมรรถภาพทางกายได้อย่างถูกต้อง

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะการสำรวจสมรรถภาพทางกายของผู้พิการว่ามีระดับของสมรรถภาพทางกายเป็นอย่างไร เพื่อที่จะได้นำผลการศึกษาไปเป็นข้อมูลในการส่งเสริมและสร้างสมรรถภาพทางกายแก่ผู้พิการทางกายต่อไป

#### วัตถุประสงค์การศึกษา

1. เพื่อสำรวจสมรรถภาพทางกายของผู้พิการทางกาย
2. เพื่อเปรียบเทียบข้อมูลกับการศึกษาที่เกี่ยวข้อง

## ขอบเขตการศึกษา

### ขอบเขตของประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นผู้พิการที่มีความพิการทางกายสูญเสียความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกาย เช่น มือ แขน ขา หรือลำตัว ความผิดปกติหรือความบกพร่องของร่างกายที่ปรากฏให้เห็นได้อย่างชัดเจน

### ขอบเขตเนื้อหา

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ( Descriptive Research Design)

โดยมีดัชนีบ่งชี้สมรรถภาพทางกายของผู้พิการในด้านต่างๆดังต่อไปนี้

- 1.1 อัตราการเต้นของหัวใจขณะพัก (Resting Heart Rate) และความดันโลหิต ( Blood Pressure )
- 1.2 ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหายใจเข้า โดย Portable Mouth Pressure
- 1.3 ประเมินแรงบีบมือ วัดโดย Hand Grip Dynamometer
- 1.4 ประเมินความหนาของชั้นไขมัน (Body Fat) วัดโดย skin fold caliper
- 1.5 ประเมินความอ่อนตัว (Flexibility) วัดโดย sit and reach
- 1.6 ระยะทางในการเดินภายใน 6 นาที (6 Minute Walk Test)

## ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา

1. ได้ฐานข้อมูลระดับสมรรถภาพทางกายของผู้พิการทางกายในจังหวัดเชียงใหม่และนำไปสู่การเก็บข้อมูลในระดับประเทศ
2. เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาเป็นแนวทางในการส่งเสริมสมรรถภาพทางกายสำหรับผู้พิการ

## นิยามศัพท์เฉพาะ

สมรรถภาพทางกาย คือ การประเมินสมรรถภาพทางด้านความสามารถในการทำงานของระบบไหลเวียนและระบบหายใจ อัตราการเต้นของหัวใจขณะพัก (Resting Heart Rate) ความดันโลหิต ( Blood Pressure ), ระยะทางในการเดินภายใน 6 นาที (6 Minute Walk Test), ประเมินด้านความแข็งแรงประกอบด้วย แรงบีบมือ (Hand Grip), ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหายใจเข้า, ประเมินสัดส่วนของร่างกาย โดยวัดความหนาของชั้นไขมัน, ประเมินความอ่อนตัว (Flexibility) โดย sit and reach test

ผู้พิการ หมายถึง ผู้ที่มีความบกพร่องทางร่างกาย สูญเสียความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกาย เช่น มือ แขน ขา หรือลำตัว ความผิดปกติหรือความบกพร่องของร่างกายที่ปรากฏให้เห็นได้อย่างชัดเจน



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved