

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์	ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการดูแลตนเองต่ออาการปวดและภาวะจำกัดความสามารถของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง	
ชื่อผู้เขียน	นางสาวครุณี เสมורתนะชาติ	
พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต	สาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์	
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์	อาจารย์ ดร. พิภพ นันทชัยพันธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.วีวรรณ ธงชัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วารุณี ฟองแก้ว อาจารย์ ดร. อวยพร ตันมุษยกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุจิตรา เทียนสวัสดิ์	ประธานกรรมการ กรรมการ กรรมการ กรรมการ กรรมการ

#### บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบผลของการใช้โปรแกรมการส่งเสริมการดูแลตนเองต่ออาการปวดหลังและภาวะจำกัดความสามารถของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างจำนวน 30 ราย ที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลนครพิงค์ จังหวัดเชียงใหม่ เลือกแบบเจาะจงและสุ่มเข้าเป็นกลุ่มทดลอง (15 ราย) และกลุ่มควบคุม (15 ราย) กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลอง และควบคุมได้รับการรักษาดูแลตามปกติจากเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาล พยาบาลผู้วิจัยติดตามเยี่ยมบ้านของตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม รวม 3 ครั้ง ตัวอย่างในกลุ่มทดลองได้รับการส่งเสริมการดูแลตนเองจากผู้วิจัย โดยการให้ข้อมูลความรู้ การสาธิตวิธีการดูแล และส่งเสริมการมีส่วนร่วมของครอบครัว กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดได้ตอบแบบวัดอาการปวดหลังเมานานาคลินิก และแบบวัดภาวะจำกัดความสามารถของโรแลนด์และมอริส-18

ทั้งก่อนเข้าร่วมการศึกษา และภายหลังเข้าร่วมการศึกษาในสัปดาห์ที่ 4 และสัปดาห์ที่ 8

ภายหลังเข้าร่วมในโปรแกรมการส่งเสริมการดูแลตนเองในสัปดาห์ที่ 4 และสัปดาห์ที่ 8 ตัวอย่างในกลุ่มทดลองมีอาการปวดหลังส่วนล่าง และภาวะจำกัดความสามารถลดลงอย่างมีนัยสำคัญว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ( $P < .05$ ) ตัวอย่างในกลุ่มทดลองยังมีคะแนนเฉลี่ยอาการปวดหลัง และภาวะจำกัดความสามารถต่ำกว่าตัวอย่างในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทั้งในสัปดาห์ที่ 4 และสัปดาห์ที่ 8 ภายหลังเข้าร่วมการศึกษา ( $P < .05$ )

ผู้วิจัยได้อภิปรายผลการศึกษานี้เกี่ยวกับความตรงของทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเร็มและสามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติการพยาบาลและการวิจัยในครั้งต่อไป

<b>Thesis Title</b>	Effects of Self-Care Promotion Program on Pain and Disability among Patients with Low Back Pain	
<b>Author</b>	Miss Darunee Samurrattanachat	
<b>M.N.S.</b>	Medical and Surgical Nursing	
<b>Examining Committee</b>	Lect.Dr. Pikul Nantachaipan	Chairman
	Assoc. Prof. Chaweewan Thongchai	Member
	Asst. Prof. Dr. Warunee Fongkaew	Member
	Lect. Dr. Ouyporn Tonmukayakul	Member
	Asst. Prof. Dr. Sujitra Tiansawad	Member

### Abstract

The purpose of this quasi-experimental study was to determine the effects of the Self-care Promotion Program on back pain and disability among patients with low back pain. A purposive sample of 30 adult patients with low back pain was obtained from the outpatient department of Nakorping Hospital in ChiangMai province. The subjects were randomly assigned to the experimental (n=15) and the control group (n=15). Both of the experimental and the control group received medical treatment and usual care provided by hospital personnel. The nurse investigator performed three home visits for both groups. To enhance self-care practice among the subjects in the experimental group, the nurse investigator encouraged them to practice in assessment and decision making as well as doing self-care activities by providing information, demonstrating care, and promoting family's participation. All subjects were asked to answer the Mensana Clinic Back Pain Test and the Roland and Morris-18 Disability Questionnaire before and after participation in the study on the fourth and the eighth week.

After their participation in the self-care promotion program on the fourth and the eighth week, the subjects in the experimental group had significantly lower back pain and disability score than before entering the study program ( $P < .05$ ). Subjects in the experimental group also had significantly lower mean score on pain and disability than those in the control group on the fourth and the eighth week after participation in the program ( $P < .05$ ).

Results of the study were discussed relative to validity of Orem's Self-Care Theory. Implications of nursing practice and further research were recommended.