ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ผลของการดื่มสุราที่มีต่อสมรรถภาพการจับออกซิเจนของร่างกาย
ชื่อผู้เขียน นายพงษ์วินิจ บุญชู
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพ.สุรศักดิ์ บุณยฤทธิชัยกิจ	ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์	กรรมการ
รองศาสตราจารย์มนัส ยอดคำ	กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลที่ได้จากการทดสอบสมรรถภาพ การจับออกซิเจนของร่างกาย ในช่วงที่กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการดื่มสุราแตกต่างกัน โดยแบ่งออกเป็น 3 ช่วง คือ ช่วงที่ไม่ดื่มสุรา ช่วงดื่มสุราน้อย และช่วงดื่มสุรามาก แล้วจึงนำผลที่ได้มาเปรียบเทียบกันว่าช่วงใดที่ร่างกายมีสมรรถภาพการจับออกซิเจนดีที่สุด กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ประชาชนที่นิยมมาออกกำลังกายโดยการเล่นฟุตบอลในช่วงเย็น ที่สนามฟุตบอลเทศบาลสันป่าตอง ตำบลยุหว่า อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นเพศชาย มีอายุเฉลี่ย 23 ปี จำนวน 10 คน วัดสมรรถภาพการจับออกซิเจนของร่างกายโดยการปั่นจักรยานวัดงาน Cateye Ergociser นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows เพื่อหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า t - test เสนอข้อมูลโดยใช้ตารางและการบรรยาย

ผลการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยจากการทดสอบสมรรถภาพการจับออกซิเจน ของร่างกายในช่วงไม่ดื่มสุรา ก่อนการทดสอบคือ 94.04 มิลลิลิตร/กิโลกรัม/นาที หลังการทดสอบคือ 94.81 มิลลิลิตร/กิโลกรัม/นาที มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าเฉลี่ยจากการทดสอบสมรรถภาพการจับออกซิเจนของร่างกายในช่วงดื่มสุราน้อย ก่อนการทดสอบคือ 94.63 มิลลิลิตร/กิโลกรัม/นาที หลังการทดสอบคือ 95.12 มิลลิลิตร/กิโลกรัม/นาที มีความแตกต่างกันกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และค่าเฉลี่ยจากการทดสอบสมรรถภาพการจับออกซิเจนของร่างกายในช่วงดื่มสุรามาก ก่อนการทดสอบคือ 95.31 มิลลิลิตร/กิโลกรัม/นาที หลังการทดสอบคือ 85.03 มิลลิลิตร/กิโลกรัม/นาที มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Independent Study Title	Effect of Alcohol Drinking on Maximum Oxygen Uptake	
Author	Mr.Pongwinit Boonchoo	
M.S.	Sports Science	
Examining Committee	Asst. Prof. Dr.Surasak Boonyaritichaikij	Chairman
	Asst. Prof. Dr. Prapas Pothongsunun	Member
	Assoc. Prof. Manus Yodcome	Member

Abstract

The study aimed at investigating the maximum oxygen uptake of those samples with different alcoholic drinking behaviors found in three stages – abstaining, consuming some and consuming a lot. The results were compared to find out which stage urged maximum oxygen uptake most. The samples numbering 10 males with age average of 23 years were those who came to the football field, belonging to Sanpatong Municipality Located in Uwah Sub-District of Sanpatong District, to do the exercises in the evening. They were asked to do the bike spinning before conducting the Cateye Ergociser for the data derivation. The data was then analyzed with SPSS for Windows and presented in tables consisting of means, standard deviations and t-test results attached with descriptions.

The results showed that: The maximum oxygen uptake, while abstaining, prior to and after the test were 94.04 milliliters/ kilogram/ minute and 94.81 milliliters/ kilogram/ minute; the difference was significant. The maximum oxygen uptake, while consuming some, prior to and after the test were 94.63 milliliters/ kilogram/ minute and 95.12 milliliters/kilogram/minute; the difference was not significant. The maximum oxygen uptake, while consuming a lot, prior to and after the test were 95.31 milliliters/ kilogram/ minute and 85.03 milliliters/ kilogram/minute; the difference was significant.