

ผลของการนวดกดจุดฝ่าเท้าต่อการตอบสนองทางสรีระ การผ่อนคลาย และความพึงพอใจ
ในผู้เป็นความดันโลหิตสูง



ปราณี จงสมจิตร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ. 2551

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

ผลของการนวดกดจุดฝ่าเท้าต่อการตอบสนองทางสรีระ การผ่อนคลาย และความพึงพอใจในผู้เป็นความดันโลหิตสูง (EFFECTS OF FOOT REFLEXOLOGY ON PHYSIOLOGICAL RESPONSE, RELAXATION AND SATISFACTION IN PERSONS WITH HYPERTENSION)

ปราณี จงสมจิตร 4536586 RACN / M

พย.ม. (การพยาบาลอนามัยชุมชน)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : ลดาวัลย์ นิชิโรจน์ (อำนวยการบริหาร), พย.ด., วชิรา กสิโกศล, ศศ.ม. (พัฒนาสังคม), อรสา พันธุ์ภักดี, พย.ด.

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งการทดลอง (Quasi-experimental research) มีรูปแบบการวิจัยเป็นแบบ (Cross over design) ทดสอบ ก่อน-หลัง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการนวดกดจุดฝ่าเท้าต่อการตอบสนองทางสรีระ การผ่อนคลายและความพึงพอใจในผู้เป็นความดันโลหิตสูง โดยศึกษาในกลุ่มผู้ป่วยที่มีความดันโลหิตสูง มารับบริการตรวจรักษาแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลเจ้าพระยาบรมราช จังหวัดสุพรรณบุรี ระหว่างเดือน มิถุนายน ถึง สิงหาคม 2548 จำนวน 30 ราย คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ ผู้วิจัยซึ่งเป็นผู้ควบคุม ผู้ช่วยวิจัย คู่มือการนวดกดจุดฝ่าเท้า แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบบันทึกการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ (ความดันโลหิต ชีพจร อัตราการหายใจ) แบบประเมินการผ่อนคลายและแบบประเมินความพึงพอใจ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป นำเสนอข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย แจกแจงความถี่ ร้อยละ จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความแตกต่างกันของการตอบสนองทางสรีระ (ความดันโลหิต ชีพจร การหายใจ) การผ่อนคลาย และความพึงพอใจในผู้เป็นความดันโลหิตสูง ก่อนและหลังได้รับการนวดของกุ่มนวดจริงและกุ่มนวดเลียนแบบโดยใช้สถิติทดสอบ t-test

ผลการวิจัยพบว่า ผู้เป็นความดันโลหิตสูงภายหลังได้รับการนวดกดจุดฝ่าเท้าแบบนวดจริง สามารถลดความดันโลหิตซิสโตลิกที่สูง ไดแอสโตลิกที่สูง ชีพจรที่เต้นเร็ว ได้ดีกว่ากลุ่มนวดเลียนแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) สามารถลดการหายใจที่เร็ว ได้ดีกว่ากลุ่มนวดเลียนแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) สามารถเพิ่มการผ่อนคลาย และความพึงพอใจได้ดีกว่ากลุ่มนวดเลียนแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

ผลการศึกษานี้แสดงว่า การนวดกดจุดฝ่าเท้าที่ถูกหลักการสามารถลดความดันโลหิตในผู้ที่เป็นความดันโลหิตสูงได้ดีกว่ากลุ่มนวดเลียนแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ตลอดจนการนวดกดจุดฝ่าเท้าที่ถูกหลักการยังช่วยให้ผู้ป่วยผ่อนคลายและรู้สึกพึงพอใจมากกว่ากลุ่มนวดเลียนแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การวิจัยครั้งนี้ ช่วยให้มั่นใจว่า เราสามารถประยุกต์และผสมผสานการนวดกดจุดฝ่าเท้าร่วมกับการดูแลแบบใช้ยาในการลดความดันโลหิตสูง ได้โดยไม่เกิดอันตราย และยังเป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม

คำสำคัญ: การนวดกดจุดฝ่าเท้า / การผ่อนคลาย / ความพึงพอใจ / ความดันโลหิตสูง / การแพทย์ทางเลือก / การพยาบาลแบบผสมผสาน

141 หน้า

EFFECTS OF FOOT REFLEXOLOGY ON PHYSIOLOGICAL RESPONSE, RELAXATION AND SATISFACTION IN PERSONS WITH HYPERTENSION

PRANEE JONGSOMJIT 4536586 RACN/M

M.N.S. (COMMUNITY HEALTH NURSING)

THESIS ADVISORS: LADAVAL NICHAROJANA (OUNPRASERTPONG),
D.N.S., VAJIRA KASIKOSOL, M.A., ORASA PANPAKDEE, D.S.N.**ABSTRACT**

This research was quasi-experimental with a one group (cross over design) pretest-posttest. The study compared effects of foot reflexology on physiological responses (blood pressure, pulse rate, and respiratory rate), relaxation and satisfaction in persons with hypertension. Thirty subjects with hypertension were purposively selected from the outpatient department of Chopayayomrajh Hospital, Suphanburi Province, Thailand, during June and August 2005. The study instruments comprised of the researcher, the assistant researcher, the manual for foot reflexology, demographic data form, and a record form for vital signs, relaxation and satisfaction assessment. The demographic data was analyzed by descriptive statistics: frequency and percentile. A comparison of the mean difference in physiological responses, relaxation and satisfaction, before and after receiving foot reflexology was tested by t-test. Two groups, true foot reflexology and mimicked foot reflexology, were used.

The results showed that after receiving true foot reflexology the persons with hypertension had a more reduced high blood pressure pulse rate than the mimicked foot reflexology group (significance at 0.001 levels). The true foot reflexology group also had a more reduced respiratory rate (significance at 0.01 level), and enhanced relaxation and satisfaction (significance at 0.001).

These results show that effective foot reflexology can reduce blood pressure significantly in persons with hypertension. At the same time, effective foot reflexology can significantly enhance relaxation and satisfaction. This research confirms the benefit of foot reflexology as a complement to pharmacologic treatment. It is a way of fulfilling holistic nursing care.

KEY WORDS: FOOT REFLEXOLOGY / RELAXATION / SATISFACTION /
HYPERTENSION / ALTERNATIVE MEDICINE /
COMPLEMENTARY THERAPY

141 pp.