



**ผลการฝึกสมาธิตามแบบพุทธวิธีต่อการลดความวิตกกังวลและ
ความเจ็บปวดของผู้ป่วยโรคข้ออักเสบรูมาตอยด์**



ขุัญญา เพชรณิโชติ

อธิการบดี

จาก

บัณฑิตวิทยาลัย ม.มหิดล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกพยาบาลสาธารณสุข

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2543

ISBN 974-664-225-1

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

3837008 PHPH/M : สาขาวิชาเอก : พยาบาลสาธารณสุข ; วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์)

คำสำคัญ : สมานิตตามแบบพุทธวิธี / ความวิตกกังวล / ความเจ็บปวด / ผู้ป่วยโรคข้ออักเสบรูมาตอยด์
 ขวัญตา เพชรณิโชติ : ผลการฝึกสมานิตตามแบบพุทธวิธีต่อการลดความวิตกกังวล และความเจ็บปวด
 ของผู้ป่วยโรคข้ออักเสบรูมาตอยด์ (EFFECTIVENESS OF BUDDHIST MEDITATION ON ANXIETY
 AND PAIN AMONG RHEUMATOID ARTHRITIS PATIENTS) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์
 : สมพร เตรีียมชัยศรี, ปร.ศ., ทศนีย์ นภะธร, ค.ศ., กิตติ โสรัตน์โชคชัยการ, F.A.C.R. 208 หน้า.
 ISBN 974-664-225-1

โรคข้ออักเสบรูมาตอยด์เป็นโรคที่มีการอักเสบอย่างเรื้อรังของเนื้อเยื่อเกี่ยวพัน ผู้ป่วยจะมีอาการปวด
 มากและยาวนานก่อให้เกิดความวิตกกังวลตามมาดังนั้นพยาบาลจึงควรช่วยเหลือให้ผู้ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้
 ในระดับที่เพียงพอและต่อเนื่อง

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาผลการฝึกสมานิตตามแบบพุทธวิธีต่อการลดความ
 วิตกกังวลและความเจ็บปวดของผู้ป่วยโรคข้ออักเสบรูมาตอยด์ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนดจำนวน 30 ราย ระยะเวลาการทดลอง 6 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ คู่มือบำบัดโรคข้อ
 ด้วยสมาธิ ปรอทวัดอุณหภูมิที่ปลายนิ้ว แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป แบบประเมินความรุนแรงของอาการเจ็บปวด
 แบบสัมภาษณ์วัดความวิตกกังวล และ แบบบันทึกข้อมูลการฝึกสมาธิ

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ SPSS FOR WINDOWS โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา
 และเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยตัวแปรต่างๆ ก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มเดียวกันด้วยสถิติ The Wilcoxon
 Matched Pairs Singed – Ranks Test เปรียบเทียบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง 2 กลุ่มด้วยสถิติ The
 Mann – Whitney U Test

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มทดลอง หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวล และความเจ็บปวด
 น้อยกว่าก่อนการทดลอง และมีอุณหภูมิผิวหนังสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)
 กลุ่มเปรียบเทียบ หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)
 และคะแนนเฉลี่ยความเจ็บปวดในช่วงเช้าสูงกว่าช่วงก่อนนอน เมื่อเปรียบเทียบระหว่าง 2 กลุ่ม หลัง
 การทดลองคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวล ของกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ส่วนคะแนนเฉลี่ยความเจ็บปวดทั้ง 2 กลุ่มไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > 0.05$)

ดังนั้นพยาบาลสาธารณสุข จึงควรให้การพยาบาลแก่ผู้ป่วยโรคข้ออักเสบรูมาตอยด์ทั้งด้านร่างกาย
 จิตใจ อารมณ์และสังคม ด้วยการแนะนำการฝึกสมานิตตามแบบพุทธวิธีอย่างต่อเนื่องและควรนำไปเป็นกิจกรรม
 การพยาบาลให้แก่ผู้ป่วยรายอื่น ๆ ต่อไป

3837008 PPH/M : MAJOR : PUBLIC HEALTH NURSING; M.Sc. (PUBLIC HEALTH)

KEY WORDS : BUDDHIST MEDITATION /ANXIETY/ PAIN/ RHEUMATOID ARTHRITIS PATIENTS

KWANTA PETMANEECHOTE : EFFECTIVENESS OF BUDDHIST MEDITATION ON ANXIETY AND PAIN AMONG RHEUMATOID ARTHRITIS PATIENTS. THESIS ADVISORS: SOMPORN TRIAMCHAI SRI, Ph.D. TASSANEE NONTASORN, Ph.D. KITTI TOTEM-CHOKECHAIKARN, F.A.C.R. 208p. ISBN 974-664-225-1

Rheumatoid Arthritis is a disease with the major symptom being chronic inflammation of connective tissues. Many rheumatoid arthritis patients suffer from pain for a long period of time causing anxiety. As a result, nurses should make a strong effort to provide special support to the patients in order that they will be able to practise a proper and continuous self-care.

This is a quasi-experimental research aimed to study the effectiveness of Buddhist meditation on anxiety and pain among rheumatoid arthritis patients. A purposive sampling technique with a set of required qualifications was employed for a selection of the sample population to consist of 30 cases. The experimental period lasted for 6 weeks through the use of several research instruments which included a manual for rheumatoid arthritis treatment by using Buddhist meditation, a finger-thermometer, interview forms for gathering demographic data and for measuring anxiety, inquiry forms for pain assessment and a meditation practice recording form.

The analysis of data was carried out under the application of SPSS for windows program by using descriptive statistics. In addition, average scores of different variables at the pre-experimental period were compared with the post-experimental scores in the same sample group by using the Wilcoxon Matched Pairs Singed-Ranks Test, while a comparison between the two groups was conducted by using the Mann-Whitney U Test.

The major findings indicated that the average score of anxiety and pain found in the experimental group was statistically lower and a higher degree of skin-temperature was found when compared between before and after intervention (P value < 0.05). As for the control group, it showed that the average score of anxiety found after the experiment was statistically different from the score derived before experimented (P value < 0.05). When comparing the two groups of population after experiment, it was discovered that the average score of anxiety in the experimental group was statistically lower than the control group at a level of significance P value < 0.05 , while the average score of pain was not statistically different (P value > 0.05).

It can be recommended that public health nurses need to provide comprehensive nursing care to rheumatoid arthritis patients by making a strong effort to encourage and giving a special advice on practicing Buddhist meditation continuously.