ชื่อเรื่อง	**ผลของโปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองและอาการปวดของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง**
ผู้วิจัย	**กาญจนา นิ่มตรง**
ประธานที่ปรึกษา	**ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นงนุช โอบะ**
กรรมการที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพ.อาทิตย์ เหล่าเรืองธนา
ประเภทสารนิพนธ์	วิทยานิพนธ์ พย.ม. สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน, มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2554
คำสำคัญ	ปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง พฤติกรรมการดูแลตนเอง โปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุน อาการปวด

บทคัดย่อ

การพยาบาลแบบสนับสนุนและให้ความรู้ มีความจำเป็นต่อการส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเอง เมื่อบุคคลอยู่ในภาวะเบี่ยงเบนทางสุขภาพ การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองและอาการปวดของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง คัดเลือกจากผู้ป่วยที่มารับการรักษาจากสถานีอนามัยเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา นวมินทราชินี บ้านไตรตรึงษ์ อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 26 ราย โดยให้ได้รับโปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนประกอบด้วย การสอน การสร้างสิ่งแวดล้อมทั้งในสถานบริการและที่บ้านของผู้ป่วย การสนับสนุนและการชี้แนะ เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย ประกอบด้วย แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรังและแบบประเมินอาการปวดหลังของออสเวสทรี มีค่าความเที่ยงคำนวณจากสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบราคเท่ากับ 0.89 และ 0.71 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมุติฐานโดยการทดสอบความแปรปรวนโดยสถิติเอฟใน ANOVA แบบการทดลองแบบวัดซ้ำ

ผลการวิจัย พบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรังที่ได้รับโปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และพบว่าอาการปวดของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง หลังการทดลองน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการวิจัยแสดงว่า โปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนมีประสิทธิภาพในการส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง และลดอาการปวดสามารถปฏิบัติกิจกรรมได้

Title	EFFECTIVENESS OF EDUCATIVE SUPPORTIVE PROGRAM ON SELF-CARE BEHAVIORS AND PAIN LEVEL AMONG PATIENTS WITH CHRONIC LOW BACK PAIN
Author	Kanchan Nimtrong
Advisor	Assistant Professor Nongnut Oba, Ph.D.
Co-Advisor	Assistant Professor Artit Laoruengthana, M.D.
Academic Paper	Thesis M.N.S. in Community Nurse Practitioner Naresuan University, 2011
Keyword	Chronic Low Back Pain, Self-care behavior, Educative and Supportive Program, Pain level.

ABSTRACT

Supportive and educative nursing care was essential for promoting self-care behaviors in people. The purposes of this quasi – experimental research were to determine the effects of educative and supportive program on self-care behaviors and pain level among patients with chronic low back pain. Twenty-six patients with chronic low back pain at Tritrung Queen Sirikit Health Center, Amphor Muang, Kamphangphet Province were purposively selected. This sample received the designed educative and supportive program consisted of teaching, guiding, supporting and providing a suitable environment at both of Health Center and the patient's home for 12 weeks. The data collected instruments consisted of self-care behaviors questionnaires and Oswestry Low Back Pain Disability Questionnaire which were approved by 5 experts and their reliability were 0.89 and 0.71, respectively. The data were analyzed using frequency, percentage, mean and standard deviation. The hypotheses were tested by repeated measure design of ANOVA.

The results of the study revealed that the mean score for self-care behaviors of the sample after intervention were significantly higher than pre-intervention scores ($p<.001$). Moreover, the mean score for pain level after interventions were significantly lower than pre-intervention score ($p<.001$). These results implied that educative supportive program could improve self-care behaviors and pain level in patients with chronic low back pain.