

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ผลของการปฏิบัติสมาธิเคลื่อนไหวไทยซึ่งงตอระดบฮโโมโกลบอินเอวันซี
ในผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2

ผู้เขียน นางสาวอัจฉรา แสนไชย

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์ ดร. ลินจง	โปธิบาล	อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
รองศาสตราจารย์ ดร. ภารดี	นานาศิลป์	อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

บทคัดย่อ

เบาหวานเป็นปัญหาสุขภาพสำคัญที่หากมีการควบคุมโรคไม่ดีจะนำไปสู่ภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง ดังนั้นการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้เหมาะสมจึงเป็นเป้าหมายสำคัญของการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2 การวิจัยแบบ 2 กลุ่มวัดก่อนหลังในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการปฏิบัติสมาธิเคลื่อนไหวไทยซึ่งงตอระดบฮโโมโกลบอินเอวันซี ซึ่งเป็นตัวชี้วัดสำคัญของการควบคุมโรคเบาหวาน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่คลินิกเบาหวาน แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลนครพิงค์ จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 60 ราย ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์กำหนด สุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ปฏิบัติสมาธิเคลื่อนไหวไทยซึ่งงเป็นเวลา 8 สัปดาห์ กลุ่มควบคุมไม่ได้ปฏิบัติสมาธิโดยวิธีใดๆ วัดระดับฮโโมโกลบอินเอวันซีก่อนและหลังการปฏิบัติสมาธิโดยเครื่องตรวจวิเคราะห์อัตโนมัติโคบาส ซี501 (COBAS C501) ที่ห้องปฏิบัติการของโรงพยาบาลนครพิงค์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและสถิติทดสอบที

ผลการศึกษาพบว่า ฮโโมโกลบอินเอวันซีของผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2 กลุ่มที่ปฏิบัติสมาธิเคลื่อนไหวไทยซึ่งง ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้ปฏิบัติสมาธิเคลื่อนไหวไทยซึ่งงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) และระดับฮโโมโกลบอินเอวันซีของผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2

ภายหลังปฏิบัติสมาธิเคลื่อนไหวไทยซิ้งง มีค่าต่ำกว่าก่อนการปฏิบัติสมาธิเคลื่อนไหวไทยซิ้งงอย่าง
มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)

ผลการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า พยาบาลที่ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2
สามารถนำวิธีการปฏิบัติสมาธิเคลื่อนไหวไทยซิ้งง ไปใช้เป็นวิธีการร่วมในการดูแลผู้สูงอายุกลุ่มนี้
ให้สามารถควบคุมโรคได้ต่อไป

Thesis Title Effect of Thai Qigong Meditation Exercise on Hemoglobin A_{1c} Level of the Elderly with Type 2 Diabetes Mellitus

Author Miss Achara Sanchai

Degree Master of Nursing Science (Gerontological Nursing)

Thesis Advisory Committee

Associate Professor Dr. Linchong Pothiban Advisor

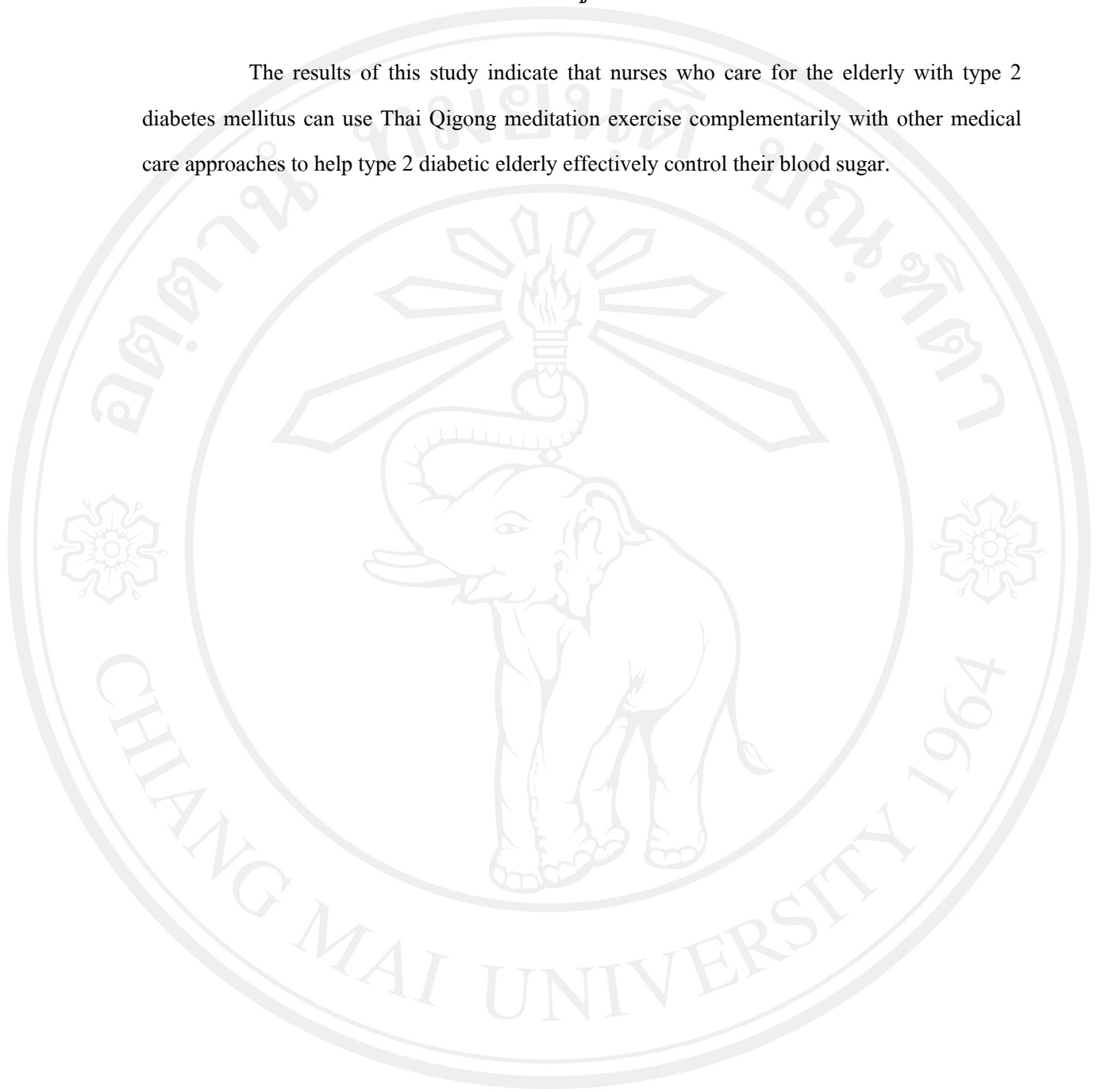
Associate Professor Dr. Paradee Nanasilp Co-advisor

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a major health problem which leads to a number of serious complications if lacking of suitable control. Proper control of blood sugar, therefore, is the major goal in care of the elderly with type 2 diabetes mellitus. This two group pretest- posttest experimental research aimed to examine the effect of Thai Qigong meditation exercise on hemoglobin A_{1c} that is the vital indicator for diabetic control. The sample comprised sixty qualified elderly with type 2 diabetes mellitus attending the diabetes mellitus clinic, outpatient department, Nakornping hospital, Chiang Mai province. The subjects were randomly assigned into the control group and the experimental group. The experimental group performed Thai Qigong meditation exercise for eight weeks, while the control group did not engage in any meditation program. The levels of hemoglobin A_{1c} were measured before and after conducting Thai Qigong meditation exercise. Data were analyzed using descriptive statistics and t-test statistics.

The study results revealed that level of hemoglobin A_{1c} of the experimental group was significantly lower than that of the control group ($p < .05$) and after conducting Thai Qigong meditation exercise the levels of hemoglobin A_{1c} had significantly decreased ($p < .05$).

The results of this study indicate that nurses who care for the elderly with type 2 diabetes mellitus can use Thai Qigong meditation exercise complementarily with other medical care approaches to help type 2 diabetic elderly effectively control their blood sugar.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved