

## บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมภูมิปัญญาไทยในการดูแลสุขภาพของมารดาหลังคลอด โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมภูมิปัญญาไทยและเปรียบเทียบภาวะสุขภาพระหว่างมารดาหลังคลอดที่ได้รับโปรแกรมภูมิปัญญาไทยกับมารดาหลังคลอดที่ไม่ได้รับโปรแกรมภูมิปัญญาไทย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ กลุ่มมารดาหลังคลอดปกติ ที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนใด ๆ และเข้ามาใช้บริการ ณ ห้องคลอดแผนกไทย ศูนย์อนุรักษ์ภูมิปัญญาไทย วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพมหานคร จำนวน 60 ราย แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม โดยวิธีการสุ่มอย่างมีระบบ จับฉลากมารดาหลังคลอดเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 30 ราย กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมภูมิปัญญาไทย ซึ่งประกอบไปด้วย การทำกายบริหารแบบไทยท่าฤๅษีดัดตน การนวดไทย การประคบสมุนไพร การอบสมุนไพร การดื่มน้ำสมุนไพร การอาบน้ำสมุนไพร และการใช้ผ้าพันรอบท้อง เป็นเวลา 3 สัปดาห์ ในขณะที่กลุ่มควบคุมได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลมารดาหลังคลอดจากแพทย์และพยาบาลจากสถานพยาบาลภาครัฐ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามภาวะสุขภาพด้านร่างกาย ซึ่งประกอบไปด้วย น้ำหนักตัว ปริมาณน้ำนม ขนาดรอบเอว และระดับยอดมดลูก และแบบสอบถามด้านจิตใจ ได้แก่ ภาวะซึมเศร้าในมารดาหลังคลอด ซึ่งผู้วิจัยนำมาจากแบบวัดภาวะซึมเศร้าของแพทย์หญิงอุทุมพร ตรังคสมบัติ โดยนำแบบวัดดังกล่าวไปทดลองใช้กับมารดาหลังคลอดที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 ราย ตรวจสอบความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดเท่ากับ .79 ในส่วนของการวิเคราะห์ข้อมูล คณะผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นจำนวน ร้อยละ และเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของตัวแปรทั้ง 2 กลุ่ม โดยการวิเคราะห์ค่าสถิติทีเทส(T-Test) และไคสแควร์(Chi-Squared Test)

### ผลการวิจัยสรุปได้ว่า

1. กลุ่มทดลองมีน้ำหนักตัว ขนาดรอบเอว ระดับยอดมดลูก และภาวะซึมเศร้าหลังการทดลองน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีปริมาณน้ำนมมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. กลุ่มควบคุมมีน้ำหนักตัว ขนาดรอบเอว ระดับยอดมดลูก และภาวะซึมเศร้าหลังการทดลองน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีปริมาณน้ำนมมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีน้ำหนักตัว ขนาดรอบเอว ระดับยอดมดลูก ภาวะซึมเศร้าหลังการคลอด และมีปริมาณน้ำนมไม่แตกต่างกัน
4. หลังการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีน้ำหนักตัว ขนาดรอบเอว ระดับยอดมดลูก ภาวะซึมเศร้าหลังการคลอด และมีปริมาณน้ำนมไม่แตกต่างกัน