

ผลการฝึกการผ่อนคลายต่อความวิตกกังวล
ในผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูกที่ได้รับรังสีรักษา



นางสาว จัตรีแก้ว สุทธิพิทักษ์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2535

ISBN-974-579-859-2

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

018402

117175305

EFFECTS OF RELAXATION TRAINING ON ANXIETY
IN PATIENT WITH CANCER OF CERVIX RECEIVING RADIOTHERAPY



Miss Chatkaew Sudhipitak

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of Master of Science

Department of Psychiatry

Graduate School

Chulalongkorn University

1992

ISBN 974-579-859-2

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลการฝึกการผ่อนคลายต่อความวิตกกังวล ในผู้ป่วยมะเร็งเรื้อรังปาก
มดลูกที่ได้รับรังสีรักษา

โดย นางสาวฉัตรแก้ว สุทธิพิทักษ์

ภาควิชา จิตเวชศาสตร์

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์พวงสร้อย วรรณกุล

อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แพทย์หญิงนันทิกา ทวีชาชาติ



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยเป็นส่วน
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

ดร.ถาวร วัชรากัญญา

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรากัญญา)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ดร.สุคนธ์ อภิรมย์
.....ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงภิรมย์ สุคนธ์อภิรมย์)

พวงสร้อย วรรณกุล
.....กรรมการ
(อาจารย์ พวงสร้อย วรรณกุล)

นันทิกา ทวีชาติ
.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แพทย์หญิงนันทิกา ทวีชาติ)

นิวัตพันธุ์ นิลวัฒน์
.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แพทย์หญิงนิวัตพันธุ์ นิลวัฒน์)

พิมพ์ต้นฉบับบทความวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว

ผู้ตรวจแก้ สุทธิพิทักษ์ : ผลการฝึกการผ่อนคลายต่อความวิตกกังวล ในผู้ป่วยมะเร็งเรื้องปากรมดลูก
ที่ไคร์บรังส์รักษา (EFFECTS OF RELAXATION TRAINING ON ANXIETY IN PATIENT
WITH CANCER OF CERVIX RECEIVING RADIOTHERAPY) อ.ที่ปรึกษา : อ.พวงสร้อย
วรกุล, อ.ที่ปรึกษาร่วม : ผศ.พญ.นันทิกา ทวีชาติ, 149 หน้า. ISBN 974-579-859-2

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการฝึกการผ่อนคลายต่อความวิตกกังวลในผู้ป่วยมะเร็งเรื้องปากรมดลูกที่ไคร์บรังส์รักษา การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 52 ราย โดยกลุ่มทดลองได้รับการฝึกการผ่อนคลายจากผู้วิจัย ในวันจันทร์-พุธ-ศุกร์ เป็นเวลานาน 4 สัปดาห์ กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกการผ่อนคลาย แต่ได้รับการดูแลตามปกติจากเจ้าหน้าที่ประจำการ วัดความวิตกกังวลของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการทดลองด้วยแบบวัดความวิตกกังวลของวิลเลียม คัมบลิว เค ซุง การวิเคราะห์หขอมูล ผู้วิจัยได้เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความวิตกกังวลก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test เปรียบเทียบความแตกต่าง, F-test วิเคราะห์ความแปรปรวน และ Scheffe's test เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่

ผลการวิจัยพบว่า

1. หลังการฝึกการผ่อนคลาย กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการฝึกการผ่อนคลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. กลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกการผ่อนคลาย มีความวิตกกังวลน้อยกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกการผ่อนคลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์.....

สาขาวิชาสุขภาพจิต.....

ปีการศึกษา 2534

ลายมือชื่อนิสิต *ศุภรภัฏ ฐิติพิทักษ์*

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา *Ussara* ๐๕๐๐

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม *Sin*

พิมพ์ต้นฉบับบทความวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว

C345366 : MAJOR MENTAL HEALTH

KEY WORD : RELAXATION TRAINING/ANXIETY/CANCER OF CERVIX

CHATKAEW SUDHIPITAK : EFFECTS OF RELAXATION TRAINING ON ANXIETY IN PATIENT WITH CANCER OF CERVIX RECEIVING RADIOTHERAPY. THESIS ADVISOR : PUANGSOI WORAKUL. CO-ADVISOR : ASST. PROF. NUNTIKA TAVICHACHART, M.D. 149 pp. ISBN 974-579-859-2

The purpose of this research was to study the effects of relaxation training on anxiety in patient with cancer of cervix receiving radiotherapy. An experimental design was used for this study. There were two groups of patients -- an experimental group and a control group -- with 52 patients in each group. The researcher administered relaxation-training technique to the experimental group. This training was for 15-minute sessions, three times weekly for four weeks. Relaxation training was not administered to the control group, who received only routine nursing care from personnel in the unit. The researcher used William W.K. Zung's Anxiety Rating Scale (ARS) as the instrument to measure any change in anxiety. The ARS was administered to both groups prior to the start of the four-week period and at the end of that period. The statistical methods for data analysis were derived from t-test, F-test and Scheffe's test.

The results indicated that :

1. After relaxation training the anxiety score of the experimental group was significantly lower than that of the experimental group prior to relaxation training at the .001 level.
2. After relaxation training the anxiety score of the experimental group was significantly lower than that of the control group at the .001 level.



ภาควิชา จิตเวชศาสตร์
สาขาวิชา สุขภาพจิต
ปีการศึกษา 2534

ลายมือชื่อนิสิต พิชญ์ พิชญ์
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา นพ. สุวิทย์
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม นพ. สุวิทย์

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยความกรุณาของ อ.พวงสร้อย วรกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผศ.พญ.นันทิกา ทวิชาชาติ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม รศ.พญ. กิริมย์ สุคนธาภิรมย์ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และ ผศ.พญ. รวีวรรณ นิเวตพันธุ์ ที่ได้ให้คำแนะนำ ข้อคิดเห็น ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ ศ.ดร.ดวงเดือน พันธุมนาวิน และรศ.นพ.กิริมย์ กมลรัตกุล ที่ได้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับระเบียบวิธีวิจัย คุณวินัส อุดมประเสริฐกุล นักสถิติสถาบันวิจัยทางการแพทย์ ที่ได้ให้ความรู้เรื่องสถิติที่ใช้ในการวิจัย อาจารย์ สมบัติ ตาปัญญา และ ผศ.เพ็ญศรี เปี่ยมมงคล ที่ได้กรุณาดูแลและให้คำแนะนำเกี่ยวกับ การปรับปรุงแก้ไขเนื้อหา ของการฝึกการผ่อนคลาย ตลอดจนการฝึกการออกเสียง เพื่อสร้างเทปสำหรับให้ผู้ป่วยฝึก การผ่อนคลาย

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ เรืออากาศโท นพ. สิริศักดิ์ ภูริพัฒน์ ผู้อำนวยการสถาบัน มะเร็งแห่งชาติ และพญ.สายพิน ตั้งศรีขันธ์ ที่ได้กรุณาอนุญาตให้ผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูล ในครั้งนี้ ขอขอบพระคุณหัวหน้างานเฉพาะทางรังสีรักษา, ผู้รักษาการณืหัวหน้างาน เวชศาสตร์รังสีรักษา, หัวหน้าหอผู้ป่วยหญิงชั้น 6 ที่ได้ให้ความช่วยเหลือในการคัดเลือก ผู้ป่วย และอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับสถานที่ที่ใช้ในการฝึกการผ่อนคลาย และขอขอบ พระคุณผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูก 104 ราย ที่ได้อุทิศเวลาให้ผู้วิจัยทำการศึกษานี้

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบรำลึกพระคุณของ บิดา มารดา ที่ได้ให้การสนับสนุนใน การศึกษา ให้ความรักความอบอุ่น และเป็นกำลังใจให้ตลอดมา จนกระทั่งวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เสร็จสมบูรณ์ ขอขอบคุณน้องชาย ที่คอยให้กำลังใจ ขอขอบคุณ พี่ ๆ เพื่อน ๆ ทุก ๆ คนที่เป็น กำลังใจและห่วงใยตลอดเวลา

ฉัตรแก้ว สุทธิพิทักษ์



บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ฉ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฅ
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญภาพ.....	ณ

บทที่

1	บทนำ.....	1
	ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
	วัตถุประสงค์ในการวิจัย.....	6
	สมมติฐานในการวิจัย.....	6
	ขอบเขตของการวิจัย.....	7
	ข้อจำกัดของการวิจัย.....	7
	นิยามของศัพท์เฉพาะในการวิจัย.....	7
	คำจำกัดความในการวิจัย.....	8
	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย.....	8
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
	มโนทัศน์ของความวิตกกังวล.....	9
	โรคมะเร็งปากมดลูก.....	23
	สภาวะทางอารมณ์ของผู้ป่วยมะเร็ง.....	30
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	40
	การผ่อนคลาย.....	43
3	วิธีดำเนินการวิจัย.....	51
	ประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	51

	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	53
	วิธีการเก็บและรวบรวมข้อมูล.....	57
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	58
4	ผลการวิจัย.....	61
5	สรุปผลการวิจัยอภิปรายผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	112
	สรุปผลการวิจัย.....	112
	อภิปรายผลการวิจัย.....	115
	ข้อเสนอแนะ.....	121
	ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป.....	122
	รายการอ้างอิง.....	124
	ภาคผนวก.....	133
	ประวัติผู้เขียน.....	149

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1. ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง.....	62
1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามช่วงอายุ.....	62
2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา.....	64
3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ.....	66
4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้ต่อเดือน.....	68
5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพสมรส.....	70
6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุสมรส.....	72
7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนบุตร.....	74
8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุเมื่อตั้งครรภ์บุตร คนแรก.....	76
9 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกอายุบุตรคนสุดท้าย.....	78
10 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามภูมิลำเนา.....	80
2. ข้อมูลเกี่ยวกับความวิตกกังวล	
11 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองด้านความวิตก กังวลของกลุ่มควบคุม.....	82
12 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการฝึกการผ่อนคลายด้านความ วิตกกังวลของกลุ่มทดลอง.....	84
13 เปรียบเทียบความวิตกกังวลก่อนการฝึกการผ่อนคลายระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม.....	86
14 เปรียบเทียบความวิตกกังวลหลังการฝึกการผ่อนคลายระหว่างกลุ่มควบคุม... ..	88
15 เปรียบเทียบความเปลี่ยนแปลงของคะแนนความวิตกกังวล หลังการฝึกการ ผ่อนคลายระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	90
16 เปรียบเทียบความวิตกกังวลก่อนการทดลอง ภายในกลุ่มควบคุมที่มีความ รุนแรงของโรคระยะที่ 2 และระยะที่ 3.....	91

17	เปรียบเทียบความวิตกกังวลหลังการทดลอง ภายในกลุ่มควบคุม ที่มีความรุนแรงของโรคระยะที่ 2 และระยะที่ 3.....	93
18	เปรียบเทียบความเปลี่ยนแปลงของคะแนนความวิตกกังวลหลังการทดลอง ภายในกลุ่มควบคุมที่มีความรุนแรงของโรค ระยะที่ 2 และระยะที่ 3	95
19	เปรียบเทียบความวิตกกังวลก่อนการฝึกการผ่อนคลาย ภายในกลุ่มทดลอง ที่มีความรุนแรงของโรคระยะที่ 2 และระยะที่ 3.....	96
20	เปรียบเทียบความวิตกกังวลหลังการฝึกการผ่อนคลาย ภายในกลุ่มทดลอง ที่มีความรุนแรงของโรคระยะที่ 2 และระยะที่ 3.....	98
21	เปรียบเทียบความเปลี่ยนแปลงของความวิตกกังวล หลังการฝึกการผ่อนคลาย ภายในกลุ่มทดลองที่มีความรุนแรงของโรคระยะที่ 2 และระยะที่ 3.....	100
22	แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวล ก่อนการทดลองจำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง 4 กลุ่ม.....	101
23	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความวิตกกังวล ก่อนการฝึกการผ่อนคลายของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวน.....	103
24	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนความวิตกกังวล ระหว่างคู่ก่อนได้รับการฝึกการผ่อนคลาย โดยวิธีการทดสอบของเซฟเฟ... ..	104
25	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความวิตกกังวลหลังการทดลอง จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง 4 กลุ่ม.....	105
26	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความวิตกกังวล หลังการฝึกการผ่อนคลายของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวน.....	107
27	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลเป็นรายคู่ หลังการฝึกการผ่อนคลาย โดยวิธีการทดสอบของเซฟเฟ.....	108
28	แสดงความเปลี่ยนแปลง หลังการฝึกการผ่อนคลายของคะแนนความวิตกกังวลและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง 4 กลุ่ม...	109

29	เปรียบเทียบความแตกต่างของการเปลี่ยนแปลงของคะแนนความวิตกกังวล หลังการฝึกการผ่อนคลาย จำนวนตามกลุ่มตัวอย่าง 4 กลุ่ม ด้วยการ วิเคราะห์ความแปรปรวน.....	110
30	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยของคะแนนความเปลี่ยนแปลง ด้วยความวิตกกังวลเป็นรายคู่หลังการฝึกการผ่อนคลาย โดยวิธีการทดสอบ ของเซฟเฟ.....	111

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 แสดงรูปแบบของความวิตกกังวลในภาวะปกติ.....	17
2 แสดงภาวะตื่นเครียดของจิตใจที่มีผลต่อการเติบโตของเซลล์มะเร็ง.....	36
3 แสดงกระบวนการทางจิตวิทยาที่มีผลต่อการยับยั้งการเติบโตของเซลล์มะเร็ง.....	39
4 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามช่วงอายุ.....	63
5 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา.....	65
6 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ.....	67
7 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้ต่อเดือน.....	69
8 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพสมรส.....	71
9 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุสมรส.....	73
10 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนบุตร.....	75
1 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุเมื่อตั้งครรภ์บุตรคนแรก.....	77
12 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุบุตรคนสุดท้าย.....	79
13 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามภูมิลำเนา.....	81
14 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม	83
15 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลก่อนและหลังการฝึกการผ่อนคลายของ กลุ่มทดลอง.....	85
16 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลก่อนการฝึกการผ่อนคลายระหว่าง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	87
17 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลหลังการฝึกการผ่อนคลายระหว่าง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	89
18 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลก่อนการทดลองภายในกลุ่มควบคุมที่มี ความรุนแรงของโรกระยะที่ 2 และ ระยะที่ 3.....	92
19 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลหลังการทดลองภายในกลุ่มควบคุมที่มี ความรุนแรงของโรกระยะที่ 2 และ ระยะที่ 3.....	94

- 20 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลก่อนการฝึกการผ่อนคลายภายในกลุ่ม
ทดลอง ที่มีความรุนแรงของโรคระยะที่ 2 และ ระยะที่ 3.....97
- 21 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลหลังการฝึกการผ่อนคลายภายในกลุ่ม
ทดลอง ที่มีความรุนแรงของโรคระยะที่ 2 และระยะที่ 3.....99
- 22 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลก่อนการทดลองของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด....102
- 23 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด....106