

บทคัดย่อ

กลุ่มอาการปวดกล้ามเนื้อ พบในบ่อยในคนที่ต้องอยู่ในอิริยาบถเดิมนานๆ โดยการนวดเป็นหนึ่งในวิธีการรักษาที่ใช้บ่อยในการรักษากลุ่มอาการปวดกล้ามเนื้อ ดังนั้น การศึกษาในครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาผลของการนวดไทยแบบราชสำนักในผู้ป่วยที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อจำนวน 30 คน ที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อบ่าข้างขวา แบ่งเป็นเพศหญิง จำนวน 15 คน และเพศชายจำนวน 15 คน ก่อนการนวดผู้เข้าร่วมการศึกษาจะถูกวัดค่าความทนทานต่อความเจ็บปวด ค่า Visual analog scale ช่วงการเคลื่อนไหวของคอและข้อไหล่ และตัวแปรทางสรีรวิทยา (อัตราการเต้นของหัวใจ, อัตราการหายใจ, ความดันโลหิต) โดยผู้เข้าร่วมการศึกษา ได้รับการนวดไทยแบบราชสำนัก เป็นเวลา 20 นาที จำนวน 3 ครั้ง ผลการศึกษาพบว่า ค่าความทนทานต่อความเจ็บปวด และช่วงการเคลื่อนไหวของคอและศีรษะหลังการนวดไทยแบบราชสำนัก มีค่าเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) นอกจากนี้ ค่า Visual analog scale และตัวแปรทางสรีรวิทยาหลังจากการนวดไทยแบบราชสำนักมีค่าลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) อาจสรุปได้ว่า การนวดไทยแบบราชสำนักเป็นวิธีการรักษาที่มีผลทำให้อาการปวดกล้ามเนื้อลดลง

คำสำคัญ: กลุ่มอาการปวดกล้ามเนื้อ นวดไทยแบบราชสำนัก ระดับความเจ็บปวด