

|                     |  |                      |
|---------------------|--|----------------------|
| หัวข้อวิทยานิพนธ์   | ผลของการกำกับตนเองในการส่งเสริมการขับถ่ายต่อภาวะท้องผูกในสตรีตั้งครรภ์ |                      |
| ผู้เขียน            | นางสาวสัจจพร ศรีบุตร   |                      |
| ปริญญา              | พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การผดุงครรภ์)                                    |                      |
| คณะกรรมการที่ปรึกษา | รองศาสตราจารย์ ดร.ฉวี เบาทรวง  | อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก |
|                     | รองศาสตราจารย์ ดร.นันทพร แสนศิริพันธ์                                  | อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม |

### บทคัดย่อ

ท้องผูกเป็นอาการที่พบได้บ่อยโดยเฉพาะในระหว่างการตั้งครรภ์ ผลที่เกิดตามมาตั้งแต่การเกิดโรคเลือดวทวารเพิ่มขึ้นจนถึงมีคุณภาพชีวิตลดลง ดังนั้นการบรรเทาอาการท้องผูกจึงมีความสำคัญ การวิจัยถึงทดลองชนิดหนึ่งกลุ่มแบบอนุกรมเวลาครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการกำกับตนเองในการส่งเสริมการขับถ่ายต่อภาวะท้องผูกในสตรีตั้งครรภ์ กลุ่มตัวอย่างคือ สตรีตั้งครรภ์จำนวน 28 รายที่มีภาวะท้องผูกและมารับบริการที่แผนกฝากครรภ์ ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองโรงพยาบาลบ้านบึง จังหวัดชลบุรี ตั้งแต่เดือนสิงหาคม 2560 ถึงเดือนพฤศจิกายน 2560 เลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนด กลุ่มตัวอย่างถูกจัดให้อยู่ในช่วงการควบคุมคือช่วงที่ปฏิบัติตนตามปกติ และในช่วงการทดลองคือช่วงที่ใช้แผนกกิจกรรมการกำกับตนเองในการส่งเสริมการขับถ่าย อูจจาระ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ได้แก่ แผนกกิจกรรมการกำกับตนเอง ภาพพลิก และคู่มือในการส่งเสริมการขับถ่ายที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบบันทึกความถี่ของการขับถ่าย และแบบประเมินแบบแผนการขับถ่ายอูจจาระของอินริชส์และอีวส์โบว์ (2001) ฉบับภาษาไทยโดยโบทัน แสนสุขสวัสดิ์และคณะ (2550) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบมีการวัดซ้ำ และสถิติไคสแควร์

ผลการวิจัยพบว่า ในช่วงการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีจำนวนครั้งของการขับถ่ายอูจจาระมากกว่าในช่วงการควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) และในช่วงการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีแบบแผนการขับถ่ายอูจจาระที่มีภาวะท้องผูกน้อยกว่าในช่วงการควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )

ผลการวิจัยครั้งนี้เสนอแนะว่า พยาบาลผดุงครรภ์ควรส่งเสริมให้สตรีตั้งครรภ์ใช้การกำกับตนเองในการส่งเสริมการขับถ่าย เพื่อลดภาวะท้องผูกในระยะตั้งครรภ์

|                           |  |            |
|---------------------------|--|------------|
| <b>Thesis Title</b>       | Effect of Self-regulation in Defecation Enhancement on Constipation Among Pregnant Women |            |
| <b>Author</b>             | Miss Satjaporn Sribout   |            |
| <b>Degree</b>             | Master of Nursing Science (Midwifery)  |            |
| <b>Advisory Committee</b> | Associate Professor Dr. Chavee Baosoung  | Advisor    |
|                           | Associate Professor Dr. Nantaporn Sansiriphun  | Co-advisor |

### ABSTRACT

Constipation is an especially prevalent symptom experienced during pregnancy. The consequences range from increased hemorrhoids to reduced quality of life. Therefore, relieving constipation is important. This quasi-experimental research study in one group time series design aimed to examine the effect of self-regulation in defecation enhancement on constipation among pregnant women. Participants included 28 pregnant women who had constipation and attended the antenatal clinic at Ban Bueng Community Health Center, Ban Bueng Hospital, Chonburi from August to November 2017. The participants were selected following the inclusion criteria and were assigned into the control and experimental period. The participants during the control period followed their regular daily life routine and during the experimental period, the participants followed the self-regulation of the defecation enhancement plan. The research instruments were the self-regulation plan, the flip chart, and the manual in defecation enhancement, developed by the researcher. The data collection tools were the defecation frequency record form and the Bowel Pattern Assessment form by Hinrichs and Huseboe (2001) Thai version by Sansuksawad and others (2007). Data were analyzed using descriptive statistics and One-way repeated ANOVA and Chi-square test.

The study revealed that during the experimental period, the participants had a significantly higher number of defecation than during the control period ( $p < .001$ ). Moreover, in the experimental period, the participants had a significantly bowel pattern of less constipation than during the control period ( $p < .001$ ).

These findings suggest that nurse-midwives should promote pregnant women to use self-regulation in defecation enhancement in reducing constipation during pregnancy.