

บทคัดย่อ

- ชื่อเรื่อง : การศึกษาการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแม่โจ้
- โดย : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ กิติพงษ์ ชติยะ
- ภาควิชา : ภาควิชาศึกษาทั่วไป คณะธุรกิจการเกษตร มหาวิทยาลัยแม่โจ้

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬาของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแม่โจ้ โดยส่งแบบสอบถามให้นักศึกษา ตอบแบบสอบถาม จำนวน 258 ชุด ได้รับแบบสอบถามคืนมา 258 ชุด คิดเป็นร้อยละร้อย ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS for windows โดยหาค่าร้อยละของข้อมูลแต่ละตอน แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ผลการวิจัยพบว่า ชนิดกีฬาที่นักศึกษาส่วนใหญ่ได้รับบาดเจ็บจากการเล่นกีฬาในกีฬาปะทะ คือ ฟุตบอล กีฬาที่ใช้ความเร็ว คือ กรีฑา กีฬาไม่ปะทะ คือ แบดมินตัน และกีฬาประเภทชน คือ รักบี้ฟุตบอล สถานที่ที่ได้รับบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา คือ สถานที่ภายในมหาวิทยาลัยในการเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ สาเหตุที่ได้รับบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา สาเหตุภายใน คือ อบอุ่นร่างกายไม่เพียงพอ สาเหตุภายนอก คือ จากการกระทบกระแทกโดยคู่แข่งชั้นโดยอุบัติเหตุหรือเจตนา อวัยวะของร่างกายที่ได้รับบาดเจ็บส่วนใหญ่ ได้แก่ ข้อเท้า เข่า มีอาการ ได้แก่ ฟกช้ำ เคล็ดหรือช้ำ นักศึกษามีวิธีการปฐมพยาบาลในระยะแรก (48-72 ชั่วโมง) โดยการพักผ่อนที่บาดเจ็บไม่ให้กล้ามเนื้อทำงาน ทาครีมนวดชนิดเย็น แช่น้ำเย็นหรือประคบด้วยถุงน้ำแข็ง บีบนวดตรงบริเวณที่เจ็บ มีความเข้าใจเกี่ยวกับผลเสียที่เกิดจากการปฐมพยาบาลในระยะแรกที่ผิดวิธี ได้แก่ ทำให้บาดเจ็บน้อยกลายเป็นบาดเจ็บมาก รักษาได้ยากขึ้น ตามลำดับ

ABSTRACT

Title : A Study of Sports Injuries of Undergraduate Students
of Maejo University

By : Assistant professor Kitipong Kattiya

Department : Department of General Education, Faculty of Agricultural
Business, Maejo University

The purposes of this reaserch were to study sports injuries of undergraduate students of Maejo University. The data were collected by distributing questionnaires to 258 students in classes. All questionnaires were completed and returned. The data were analysed in terms of percentage and presented by SPSS for Windows in tabular and descriptive forms.

The results were found that the sports the majority of the students had sports injuries were football from contact sport; athletics from augmented speed sport; badminton from non-contact sport; and rugby football from collision sport. The settings most sports injuries occurred were within the University areas where the students used for playing sports for health. The intrinsic factor of sports injuries found in this research was from insufficient warm-up exercises, and the extrinsic factor was from collisions either by accident or by intent among the players during a game. Parts of the body that were frequently injured were ankles and knees. The injuries included contusion and sprain. The students gave first aid (within 48-72 hours after injury) by resting the injured parts, applying balm on the injured parts or having the parts in cold water or on an ice pack, or massaging the injured parts. The students understood negative results that came from the malpractice of first aid that led to a bigger or severer injury that consequently made treatment more difficult.