

**ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์** ผลของการประคบเย็นและการประคบร้อนต่อความเจ็บปวดในการคลอดของผู้คลอดครั้งแรก

**ผู้เขียน** นางสาวนุชชรา อังอภิธรรม

**ปริญญา** พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การผดุงครรภ์ขั้นสูง)

**คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์**

รองศาสตราจารย์ ดร.สุกัญญา ปรีสังญกุล	อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทพร แสนศิริพันธ์	อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

#### บทคัดย่อ

ความเจ็บปวดในการคลอดเป็นสาเหตุของความไม่สุขสบายและทุกข์ทรมาน และส่งผลกระทบต่อผู้คลอดครั้งแรกทั้งทางร่างกายและจิตใจ การประคบเย็นและการประคบร้อนเป็นวิธีที่อาจช่วยลดความเจ็บปวดในการคลอดได้ การวิจัยเชิงทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการประคบเย็นและการประคบร้อนต่อความเจ็บปวดในการคลอดของผู้คลอดครั้งแรก กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้คลอดครั้งแรก ที่มารับบริการคลอด ณ ห้องคลอด โรงพยาบาลแม่สาย จังหวัดเชียงราย จำนวน 66 ราย ระหว่างเดือนเมษายนถึงเดือนกรกฎาคม 2554 โดยการสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 22 ราย กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ กลุ่มทดลองกลุ่มที่ 1 ได้รับการประคบเย็นโดยใช้แผ่นเจลที่มีอุณหภูมิ 10 - 15 องศาเซลเซียส และกลุ่มที่ 2 ได้รับการประคบร้อนโดยใช้แผ่นเจลที่มีอุณหภูมิ 40 - 45 องศาเซลเซียส ประคบนาน 20 นาทีในแต่ละชั่วโมง บริเวณหน้าท้องส่วนล่างและหลังส่วนล่างตั้งแต่ปากมดลูกเปิด 4 เซนติเมตร จนถึงปากมดลูกเปิดหมด เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแผ่นเจลสำหรับประคบที่สามารถใช้กับไมโครเวฟและแช่เย็นได้ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบบันทึกส่วนบุคคลและมาตรวัดความเจ็บปวดชนิดที่เป็นตัวเลข วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนาและการทดสอบความแปรปรวนแบบหนึ่งทาง

ผลการวิจัย มีดังนี้

1. ผู้คลอดกลุ่มที่ได้รับการประคบเย็นมีค่าเฉลี่ยคะแนนความเจ็บปวดในระยะปากมดลูกเปิดเร็วและระยะเปลี่ยนผ่านต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับต่ำกว่า .001 และที่ระดับ .001 ตามลำดับ
2. ผู้คลอดกลุ่มที่ได้รับการประคบร้อนมีคะแนนความเจ็บปวดในระยะปากมดลูกเปิดเร็วและระยะเปลี่ยนผ่านต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ )
3. ผู้คลอดกลุ่มที่ได้รับการประคบเย็นและกลุ่มที่ได้รับการประคบร้อนมีค่าเฉลี่ยคะแนนความเจ็บปวดในระยะปากมดลูกเปิดเร็วและระยะเปลี่ยนผ่านไม่แตกต่างกัน

ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าการประคบเย็น และการประคบร้อนสามารถบรรเทาความเจ็บปวดในการคลอดของผู้คลอดครรภ์แรกได้ จึงเสนอแนะว่าการประคบเย็น หรือการประคบร้อนเป็นทางเลือกที่นำมาใช้ในการลดความเจ็บปวดในการคลอดโดยไม่ใช้ยา ซึ่งจะเป็นการพัฒนาคุณภาพทางการพยาบาล

**Thesis Title** Effect of Cold and Heat Compression on Labor Pain Among Primiparas

**Author** Miss Nuch Sara Eungapithum

**Degree** Master of Nursing Science (Advanced Midwifery)

**Thesis Advisory Committee**

Associate Professor Dr. Sukanya Parisunyakul Advisor

Assistant Professor Dr. Nantaporn Sansiriphun Co-advisor

**ABSTRACT**

Labor pain causes discomfort and suffering and can affect primiparas both physically and mentally. Cold and heat compression is one method that may relieve labor pain. The purpose of this experimental research was to examine the effect of cold and heat compression on labor pain among primiparas. The sample comprised 66 primiparas who were admitted at labor room unit in Maesai hospital, Chiang Rai province during April to July 2011. The subjects were selected using simple random sampling and equally assigned into one control group and two experimental groups, comprising 22 parturients per group. The subjects in the control group received routine nursing care while the first experimental group subjects received cold compression by using the gel packs, where the temperature was adjusted to be in the range of 10 - 15°C; and the second experimental group subjects received heat compression by using the gel packs, where the temperature was adjusted to be in range of 40 - 45°C. Compression occurred for 20 minutes each hour on the lower abdomen and lower back while the subjects were at 4 cm of dilatation until fully dilatation of cervix. The research instruments consisted of the microwavable and freezable hot/cold gel packs. Data collection tools consisted of the demographic record form and the Numeric Rating Pain Scales. Data were analyzed using descriptive statistics and one way analysis of variance.

The results revealed that:

1. The mean scores of labor pain in the cold compression group during active and transitional phases were statistically significantly lower than those of the control group at  $p < .001$  and  $.001$ , respectively.
2. The mean scores of labor pain in the heat compression group during both active and transitional phases were statistically significantly lower than those of the control group ( $p < .01$ ).
3. The mean scores of labor pain between the cold compression group and the heat compression group were not different.

The study results show that the cold and heat compressions could help relieve pain in primiparas. Using either the cold or heat compression should be recommended as a nonpharmacologic alternative for relief of pain during labor to improve the quality of nursing care.