

ชื่อเรื่อง : การประยุกต์ใช้หลักอานาปานสติร่วมกับแนวเวชปฏิบัติต่อคุณภาพชีวิตผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังโรงพยาบาลร่งกวาง

ผู้วิจัย :นางกัญญา อยู่รอด

ปริญญา :พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

:พระครูสุนทรธรรมนิทัศน์, ผศ.ดร.,พท.ศ.,ท.ม.,พธม.

:ดร.อรอนงค์ ววงค์, ศศ.บ., ศษ.ม., Ph.D.

: นายแพทย์เอกชัย คำลือ,พบ.,ป.บัณฑิตชั้นสูงทางวิทยาศาสตร์
การแพทย์คลินิก(อายุรศาสตร์)ว.ว.อสุรศาสตร์

วันที่สำเร็จการศึกษา ๘ มีนาคม ๒๕๕๙

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาหลักอานาปานสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท ๒) ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักอานาปานสติในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ๓) เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตผู้ป่วยปอดอุดกั้นเรื้อรังโรงพยาบาลร่งกวาง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (Mix Methods Research) โดยเป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ซึ่งศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักอานาปานสติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental Research) โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มารับการรักษาที่คลินิกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลร่งกวาง อำเภอร่งกวาง จังหวัดแพร่ จำนวน ๔๐ คน ซึ่งคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยวิธีการจับคู่กลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนด คืออายุ เพศ ระดับความรุนแรงของโรคระดับเดียวกัน ซึ่งกลุ่มทดลองได้รับการดูแลตามแนว เวชปฏิบัติผู้ป่วยปอดอุดกั้นเรื้อรัง และมีการประยุกต์ใช้หลักอานาปานสติตามแบบแผนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นเวลา ๘ สัปดาห์ กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามแนวเวชปฏิบัติผู้ป่วยปอดอุดกั้นเรื้อรังอย่างเดียว

ผลการวิจัยพบว่า

๑. จากการศึกษหลักอานาปานสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า หลักอานาปานสติเป็นการฝึกให้มีสติ ให้อยู่กับปัจจุบัน อยู่ในกิจการงานที่กระทำทุกขณะ โดยการพิจารณาลมหายใจเข้าออก ไม่ยึดเอาอารมณ์ที่เป็นอดีต และไม่เพ้อหวังสิ่งที่ยังมาไม่ถึงในอนาคต ซึ่งในพระไตรปิฎกพระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงการเจริญอานาปานสติและอานิสงค์การเจริญอานาปานสติไว้ มีวิธีปฏิบัติ ๑๖ ขั้นตอน แบ่งเป็น ๔ หมวด เมื่อเจริญให้มากแล้ว สติปัฏฐาน ๔ ย่อมบริบูรณ์ สติปัฏฐาน ๔ เจริญมาก

แล้วย่อมทำให้โพชนงค์ ๗ บริบูรณ์ โพชนงค์ ๗ เจริญให้มากแล้วย่อมทำให้วิชาและวิมุตติบริบูรณ์ อานาปานสติเป็นวิธีการปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ ๘ เมื่อบรรลุหลุดพ้นจากราคะด้วยเจโตวิมุตติ และจากอวิชชาด้วยปัญญาวิมุตติ อันเป็นจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาคือการเข้าสู่นิพพาน

๒. จากการศึกษาการประยุกต์ใช้หลักอานาปานสติในผู้ป่วยปอดอุดกั้นเรื้อรัง พบว่า ในกลุ่มทดลองมีการปฏิบัติตามหลักอานาปานสติ๑) ด้านการปฏิบัติเพื่อให้เกิดสติกำหนดรู้ด้านร่างกายมีค่าเฉลี่ยร้อยละ ๔๖.๘๕ จัดอยู่ในระดับปฏิบัติเป็นบางครั้ง ๒) การปฏิบัติเพื่อให้มีสติในการกำหนดรู้ด้านความรู้สึกมีค่าเฉลี่ยคิดเป็นร้อยละ ๓๗.๘๕ จัดอยู่ในระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ๓) การปฏิบัติเพื่อให้มีสติในการกำหนดรู้ด้านความคิด คิดเป็นร้อยละ ๖๑.๒๕ จัดอยู่ในระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ๔) การปฏิบัติเพื่อให้มีสติในการกำหนดรู้ด้านสภาวะธรรม มีค่าเฉลี่ยคิดเป็นร้อยละ ๗๙.๕๐ จัดอยู่ในการกำหนดรู้ระดับบ่อยครั้ง

๓. ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตผู้ป่วยปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลรื่องขวาง อำเภอ รื่องขวาง จังหวัดแพร่ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๑

๑) ผลการเปรียบเทียบการทดสอบสมรรถนะด้านร่างกายโดยการเดินบนทางราบเป็นเวลา ๖ นาทีกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง พบว่า มีความแตกต่างกันมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๑ ส่วนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองสมรรถนะร่างกายไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

๒) ผลการเปรียบเทียบสมรรถนะทางร่างกายระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๕

Thesis Title : An Application of Ānāpānasati with Medical Care Program for Quality of Life in Patients with Obstructive Pulmonary Disease Rongkwang Hospital Phrae Province

Researcher : Mrs. Kunyayurod

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Prakhrusuntornthummanithus, Asst. prof., B.Ed., M.A., Ph.D.

: Dr. Onanong Woowong B.A., M.Ed, Ph.D.

: Dr. Aakachaikhumlue M.D., Diplomate, Thai Board of Higher Grad. Dip. In clinical Medical sciences (Medicine)

Date of Graduation : March, 8, 2016

ABSTRACT

The purposes of this research were 1) to study the Ānāpānasati principle in Theravāda Buddhism, 2) to study an application of Ānāpānasati in the chronic obstructive pulmonary disease and 3) to compare the life quality of chronic obstructive pulmonary disease people in Rongkwang Hospital between test groups and control groups.

This research was mixed method research. It had studied both from document, research related with Ānāpānasati principle in Theravāda Buddhism and quasi experimental research that studied from samples groups of chronic obstructive pulmonary disease who had got cure at the clinic of patients of Rongkwang Hospital, Rongkwang district, Phrae province amount 40 people by selecting purposive sampling and divided into two groups as the experimental groups and control groups by using match paired method along with the limitation were age, gender, disease stage. The experiment groups take care with to medical care program and apply of Ānāpānasati principle with the plans which the researcher was conducted about 8 weeks. The control group took care with medical care program of chronic obstructive only pulmonary disease.

The result of this research was found that;

1. The result of the study the Ānāpānasati principle in Theravāda Buddhism was found that the Ānāpānasati principle is practice to have Sati (Mindfulness) at the present time as they have worked every time by considering every breath in and breath out, not hold in past emotion and not expected some things in the future. In the Tipitaka, the Lord Buddha told about the methods of practice the Anapanasati (awareness) and the profit of Ānāpānasati. There are 16 steps and it can be divided to 4 parts when we practice more, the four Satipaṭṭhāna will more perfect. When the Satipaṭṭhāna is more complete, it helps the seven Bojjhaṅga (Enlightenment factors) completely. When the seven Bojjhaṅga are completed, it is made the Vijjā (Knowledge) and Vimutti. (Freedom) successfully Ānāpānasati is practical way along with the Noble Eightfold Paths, when it was free from Rāga (Fire of lust) with Cetovimutti (Liberation by concentration) and Avijjā (Unknowledge) with Paññāvimutti (Liberation through wisdom), it is top goal in Buddhism : That is going to Nibbāna

2. The result of an application of Ānāpānasati in the chronic obstructive pulmonary disease was found that in the experimental groups had practice as follow Ānāpānasati namely, 1) Practicing for focus on the physical aspect were average at 46.85 % that was practice in sometime level, 2) Practicing for fix the awareness on the emotion was average at 37.85% that was practiced level in very much time, 3) Practicing for fix the awareness on the thinking aspect was average at 61.25% that was practice level in very much time, 4) Practicing for fix the awareness on the principles of nature was average at 79.50% that was practice level in very much time.

3. The result of comparison the life quality of chronic obstructive pulmonary disease people in Rongkwang Hospital between experiment groups and control groups was found that after testing in the experiment groups were better quality life than control groups, it was statistical difference at 0.01 level of significance, therefore, it has accepted the hypothesis.

1) The result of comparison of physical capacity aspect by walking on the smooth way for 6 minutes in the experiment groups both pre-test and post-test was found that it was statistical difference at 0.01 level of significance in part of control groups was not statistical different view.

2) The result of comparison of physical capacity between the experiment groups and control groups post-test was found that it was not different view.