



รายงานการวิจัย

ผลทันทีของการติดไคเนซีโอเทปต่อการทรงตัวและความสามารถ

ในการทำงานในนักกีฬาที่มีอาการบาดเจ็บของข้อเท้า

อายุ 17 - 25 ปี

THE IMMEDIATE EFFECTS OF KINESIO TAPE ON ANKLE

BALANCE AND FUNCTIONAL PERFORMANCE IN

ATHLETES WITH ANKLE SPRAIN,

17 - 25 YEARS OLD.

อัจฉราพรรณ ช้างเขียว

คณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตสมุทรสาคร

พ.ศ. 2563

ชื่อเรื่อง	ผลทันทีของไคเนซีโอเทปต่อการทรงตัวและความสามารถในการทำงาน ในนักกีฬาที่มีการบาดเจ็บของข้อเท้า อายุ 17- 25 ปี
วิจัย	อัจฉราพรรณ ช่างเขียว
สถาบัน	มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตสมุทรสาคร
ปีที่พิมพ์	2563

บทคัดย่อ

บทนำ : การบาดเจ็บของข้อเท้า พบมากที่สุดในการบาดเจ็บทางการกีฬา และมักเกิดที่ข้อเท้า ด้านนอกมากกว่าด้านใน ทำให้เนื้อเยื่อด้านนอกของข้อเท้าเกิดการบาดเจ็บ มีอาการปวดส่งผลต่อการทรงตัว และความสามารถในการทำงานของข้อเท้า แนวทางการรักษามีหลากหลายวิธีการติดไคเนซีโอเทปเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่สามารถเห็นผลทันที สะดวก รวดเร็ว และสามารถทำเองได้

วัตถุประสงค์ : เพื่อศึกษาผลทันทีของการติดไคเนซีโอเทปต่อการทรงตัวและความสามารถในการทำงานของข้อเท้าในนักกีฬาที่มีอาการบาดเจ็บของข้อเท้า

กลุ่มตัวอย่าง : คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีการบาดเจ็บของข้อเท้า ที่มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตสมุทรสาคร ได้กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย จำนวน 32 คน

วิธีการศึกษา : สุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลองติดเทปเพื่อการรักษา จำนวน 16 คน และกลุ่มติดตามควบคุมติดเทปหลอก จำนวน 16 คน ทั้ง 2 กลุ่มลงชื่อแบบยินยอมเข้าร่วมวิจัย กรอกข้อมูลส่วนตัว จากนั้นจะได้รับการทดสอบการทรงตัวโดยใช้ Star Excursion Balance Test และทดสอบความสามารถในการทำงานโดยใช้ Single hope test ก่อนและหลังการติดไคเนซีโอเทปทันที

ผลการวิจัย : ผลการเปรียบเทียบภายในกลุ่มควบคุมหลังการติดไคเนซีโอเทป พบว่าการทรงตัว ($p=0.822, 0.911$ และ 0.607) และความสามารถในการทำงาน ($p=0.206$) ไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติ แต่เมื่อเปรียบเทียบภายในกลุ่มทดลอง พบว่าการทรงตัว ($p=0.001, 0.001$, และ 0.001) และความสามารถในการทำงาน ($p=0.002$) มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p<.05$ เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนการติดไคเนซีโอเทป พบว่าการทรงตัว ($p=0.274, 0.524$ และ 0.255) และความสามารถในการทำงาน ($p=0.110$) ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ แต่เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มภายหลังการติดไคเนซีโอเทป พบว่าการทรงตัว ($p=0.011, 0.038$ และ 0.050) และความสามารถในการทำงาน ($p=0.025$) มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p<.05$

บทสรุป : การติดไคเนซีโอเทปสามารถเพิ่มการทรงตัวและเพิ่มความสามารถในการทำงานของข้อเท้าในนักกีฬาที่มีอาการบาดเจ็บของข้อเท้า

Research Title	The immediate effects of kinesio tape on ankle balance and functional performance in athletes with ankle sprain, 17-25 years old.
Researchers	Autcharaphan Changkiaw
Institution	Thailand National Sports University Samut Sakhon Campus
Year of publication	2020

Abstract

Background : Ankle sprain is one of the most frequent in sport injury. Most cases of ankle sprain are lateral ankle sprain more than medial ankle sprain. When the lateral ankle sprain occurs, the soft tissues are damaged and pain, then effect to ankle balance and functional performance. There are many rehabilitation, one of the treatment that immediately, simple, comfortable and can do it by yourself is kinesio tape.

Object : To investigate immediate effects of kinesio tape on ankle balance and functional performance in athletes with ankle sprain.

Subject : 32 male participants who have ankle sprain in The National Sport University of Thailand, Samut Sakhon campus.

Method : Randomized into 2 groups by simple random method, 16 subjects in intervention group and 16 subjects in placebo group. Participants signed informed consent and responded. Ankle balance was test by star excursion balance test and a functional performance was test by single hope test, were evaluated pre-test and post-test immediately.

Result : The results of control group, compared pre-test and post-test were no significant of statistic in ankle balance ($p=0.822$, 0.911 and 0.607) and functional performance ($p=0.206$). The results of intervention group, compared pre-test and post-test were significant of statistic in ankle balance ($p=0.001$, 0.001 , and 0.001) and functional performance ($p=0.002$). Compared between the groups of control group in pre-test and post-test found non-significantly of ankle balance ($p=0.274$, 0.524 and 0.255) and functional performance ($p=0.110$). Compared between the groups of intervention group in pre-test and post-test found significantly of ankle balance ($p=0.011$, 0.038 and 0.050) and functional performance ($p=0.025$).

Conclusion : This study investigated the effect of Kinesio taping enhances ankle balance and functional performance in athletes with ankle sprain.