

## บทคัดย่อภาษาไทย

โครงการวิจัย การออกแบบและพัฒนาผลิตภัณฑ์แผ่นนวดเท้าจากกะลามะพร้าว มีวัตถุประสงค์ในการวิจัย 3 ข้อคือ 1. ได้รูปแบบแผ่นนวดเท้าจากกะลามะพร้าว 2. ประเมินผลความพึงพอใจของการออกแบบแผ่นนวดเท้าจากกะลามะพร้าว 3. สามารถนำรูปแบบของการออกแบบไปผลิตเพื่อการค้าได้

กลุ่มตัวอย่างคือ กลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองตามกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน เป็นกลุ่ม อาจารย์ เจ้าหน้าที่ และนักศึกษา ของมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา รวมเป็น 140 คน ที่มีปัญหาสุขภาพ 7 กลุ่ม อาการดังนี้การขยับถ่าย อุจจาระ และปัสสาวะ, เครียด นอนไม่หลับ ,ฮอร์โมน เจ็บป่วย หงุดหงิดง่าย, การฟัง การดม, , เมื่อย-ปวดหลัง ,ต่อน้ำเหลือง เช่น ยุงกัดหายช้า, ภูมิต้านทาน ถ้าภูมิต้านทานต่ำ

หลังจากกลุ่มตัวอย่างได้ทดลองใช้แผ่นนวดเท้าจากกะลามะพร้าว ได้วัด ผลการประเมินความพึงพอใจจากกลุ่มทดลองใช้แผ่นนวดเท้า เพื่อประเมินผลสุขภาพ 7 กลุ่ม กลุ่มละ 20 คนระยะเวลาในการทดลอง 7 วัน สามารถคิดค่าเฉลี่ยได้ 4.48 อยู่ในระดับผลการประเมินความพึงพอใจในระดับดีมาก

เมื่อพิจารณารายชื่อพบว่า ระบบขยับถ่าย ระบบย่อย อาการท้องอืดท้องเฟ้อ อาการเครียด ปวดหัว ไมเกรนด์ อาการนอนไม่หลับ มีนหัว วิงเวียนประจำเดือน วิงทอง ตาพร่ามัว อาการปวดเมื่อยขา อาการชา อาการบวมของร่างกาย โรคภูมิแพ้ อาการอ่อนเพลียของร่างกาย มีค่าความพึงพอใจอยู่ในระดับดีมากที่สุด และ อาการปวดท้องประจำเดือน ประจำเดือนมาไม่ปกติ ปัญหาการได้ยิน ปัญหาสายตา อาการปวดหัว เช้า อาการปวดเมื่อยหลัง (หัวไหล่และสะบัก) สิวอักเสบ แผลจากการถูกยุงกัด โรคหัวใจ มีค่าความพึงพอใจอยู่ในระดับดีมาก

ผู้ทำการทดสอบมีอาการที่แตกต่างกันใน 7 กลุ่มอาการ ซึ่งในบางราย มีอาการแทรกซ้อน และซ้ำซ้อนในหลายอาการ และบางรายยังให้ยาร่วมระหว่างทำการทดลองด้วย ทำให้ในบางอาการเกิดความไม่แน่ใจว่า อาการที่ดีขึ้นนั้น เกิดขึ้นจากการใช้แผ่นนวดเท้า หรือการรักษาด้วยยา มีผู้ทดลองส่วนหนึ่งให้ความเห็นว่า บางอาการควรต้องใช้เวลาในการทดลองที่นานกว่านี้จึงจะเห็นผลที่ดีขึ้นได้

**สรุป** แผ่นนวดเท้าจากกะลามะพร้าว สามารถบรรเทาอาการเจ็บป่วยปัญหาสุขภาพใน 7 กลุ่มอาการได้ดีในระดับ ดีมาก และควรใช้เป็นประจำต่อเนื่องเพื่อให้การบรรเทาอาการปัญหาสุขภาพได้ผลดีมากที่สุดต่อไป