

แบบการเขียนโครงการตามแผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568

คณะกายภาพบำบัด

ประเภทโครงการ ☐ งานประจำ ☒ งานเชิงพัฒนา

.....

1. ชื่อโครงการ กายภาพบำบัดในภาวะหลังส่วนล่างหลวม (Physical therapy in clinical lumbar instability)

2. ผู้รับผิดชอบโครงการ คณะกรรมการบริการวิชาการ คณะกายภาพบำบัด

มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

หมายเลขโทรศัพท์ 1172

3. สถานภาพของโครงการ :

- ☒ โครงการที่ดำเนินการเป็นประจำทุกปี
- ☐ โครงการต่อเนื่อง ตั้งแต่ปีการศึกษา ถึงปีการศึกษา
- ☐ โครงการที่ริเริ่มใหม่ เน้นพัฒนาคุณภาพด้าน

4. ลักษณะของโครงการ :

- ☐ ด้านการจัดการเรียนการสอน ☐ ด้านงานวิจัย
- ☒ ด้านบริการวิชาการ ☐ ด้านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม
- ☐ ด้านกิจกรรมพัฒนานักศึกษา ☐ อื่นๆ

5. ความสอดคล้อง

5.1 ยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัย ข้อที่ 4. การบริการวิชาการที่สอดคล้องกับความต้องการของชุมชนและสังคม และการบริการวิชาการที่มีรายได้ ตามพันธกิจของทุกหน่วยงานในมหาวิทยาลัย

มาตรการหลัก ข้อที่ 1. การบริการวิชาการที่เสริมสร้างความเข้มแข็งแก่ชุมชนและสังคม

มาตรการย่อย ข้อที่ 1.2 ให้บริการวิชาการที่ยกระดับเศรษฐกิจชุมชนฐานราก ให้หลุดพ้น จากกับดักความยากจนและมีรายได้เพิ่มขึ้น

มาตรการหลัก ข้อที่ 2. การบริการวิชาการที่ก่อให้เกิดรายได้

มาตรการย่อย ข้อที่ 2.1 ส่งเสริมให้หน่วยงานมีการบริการวิชาการที่สร้างรายได้ให้กับ มหาวิทยาลัย

มาตรการย่อย ข้อที่ 2.2 พัฒนาแหล่งบริการวิชาการของมหาวิทยาลัยให้เป็นที่ยอมรับ และเป็นที่ยึดมั่นแก่ชุมชนและสังคม

มาตรการย่อย ข้อที่ 2.3 จัดทำแผนการตลาดเชิงรุกในการบริการวิชาการแบบมีรายได้

มาตรการย่อย ข้อที่ 2.4 สร้างเครือข่ายความร่วมมือการบริการวิชาการกับชุมชน ภาครัฐ

5.2 เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ 1. ขจัดความยากจน (No Poverty)
- ☐ 2. ขจัดความหิวโหย (Zero Hunger)
- ☒ 3. มีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี (Good Health and Well-being)
- ☒ 4. คุณภาพการศึกษา (Quality Education)

- ☐ 5. ความเท่าเทียมทางเพศ (Gender Equality)
- ☐ 6. การจัดการน้ำและสุขาภิบาล (Clean Water and Sanitation)
- ☐ 7. พลังงานสะอาดที่ทุกคนเข้าถึงได้ (Affordable and Clean Energy)
- ☒ 8. การจ้างงานที่มีคุณค่าและการเติบโตทางเศรษฐกิจ (Decent Work and Economic Growth)
- ☐ 9. อุตสาหกรรม นวัตกรรม โครงสร้างพื้นฐาน (Industry, Innovation and Infrastructure)
- ☐ 10. ลดความเหลื่อมล้ำ (Reduced Inequality)
- ☒ 11. เมืองและถิ่นฐานมนุษย์อย่างยั่งยืน (Sustainable Cities and Communities)
- ☐ 12. แผนการบริโภคและการผลิตที่ยั่งยืน (Responsible Consumption and Production)
- ☐ 13. การรับมือการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (Climate Action)
- ☐ 14. การใช้ประโยชน์จากมหาสมุทรและทรัพยากรทางทะเล (Life Below Water)
- ☐ 15. การใช้ประโยชน์จากระบบนิเวศทางบก (Life on Land)
- ☐ 16. สังคมสงบสุข ยุติธรรม ไม่แบ่งแยก (Peace and Justice Strong Institutions)
- ☒ 17. ความร่วมมือเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน (Partnerships to achieve the Goal)

5.3 คุณธรรม 6 ประการ

- ☐ ขยัน ☐ อุตุน ☐ ประหยัด ☐ เมตตา ☐ ซื่อสัตย์ ☐ กตัญญู

5.4 กรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา (TQF)

- ☐ ด้านคุณธรรม จริยธรรม ☒ ด้านความรู้ ☒ ด้านทักษะทางปัญญา
- ☐ ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ
- ☐ ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

5.5 ผลลัพธ์การเรียนรู้ตามมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา

- ☐ ด้านความรู้ ☐ ด้านทักษะ
- ☐ ด้านจริยธรรม ☐ ด้านลักษณะบุคคล

5.6 การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 (4Cs)

- ☒ ทักษะในการคิดวิเคราะห์และทักษะในการแก้ปัญหา
- ☐ ทักษะด้านความคิดสร้างสรรค์
- ☒ ทักษะการทำงานร่วมกับคนอื่น
- ☒ ทักษะในการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

6. การบูรณาการของโครงการ

6.1 โครงการที่ดำเนินการนี้เป็นโครงการบูรณาการหรือไม่

- ☒ เป็น ☐ ไม่เป็น

6.2 ถ้าเป็นโครงการบูรณาการ ดำเนินการบูรณาการกับด้านใด

- ☐ ด้านการเรียนการสอน (ระบุรายวิชา).....
- ☐ ด้านงานวิจัย (ระบุชื่องานวิจัย)

- ☒ ด้านให้บริการวิชาการ (ระบุชื่อโครงการ) โครงการบริการวิชาการที่บูรณาการการเรียนการสอนทักษะทางวิชาชีพ
- ☐ ด้านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม (ระบุ).....

7 หลักการและเหตุผล

ภาวะหลังส่วนล่างหลวม (lumbar instability) เป็นภาวะที่พบได้บ่อยในผู้ที่มีอาการปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง ซึ่งมีสาเหตุมาจากการสูญเสียความมั่นคงของข้อต่อกระดูกสันหลังส่วนล่าง ส่งผลให้เกิดการเคลื่อนไหวของกระดูกสันหลังมากกว่าปกติและก่อให้เกิดความไม่มั่นคง (functional instability) การวินิจฉัยภาวะนี้จำเป็นต้องอาศัยทั้งข้อมูลจากการซักประวัติ การตรวจร่างกาย และการทดสอบเฉพาะทางร่วมกับหลักฐานทางภาพถ่ายรังสี เพื่อให้สามารถแยกแยะจากภาวะปวดหลังส่วนล่างชนิดอื่นได้อย่างแม่นยำ

ในปัจจุบัน แนวทางการรักษาภาวะหลังส่วนล่างหลวมโดยนักกายภาพบำบัดเน้นการฟื้นฟูความมั่นคงของกระดูกสันหลังผ่านการออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความแข็งแรงและการทำงานร่วมกันของกล้ามเนื้อแกนกลางลำตัว (core stability exercise: CSE) โดยเฉพาะกล้ามเนื้อ transversus abdominis และ multifidus ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการควบคุมและรักษาเสถียรภาพของกระดูกสันหลัง การใช้เทคนิคการฝึกแบบ abdominal drawing-in maneuver (ADIM) ร่วมกับการออกกำลังกายเสริมความมั่นคง (CSE) ได้รับการยืนยันจากหลักฐานเชิงประจักษ์ว่ามีประสิทธิภาพในการลดอาการปวด ปรับปรุงการทำงานของกล้ามเนื้อ และเพิ่มเสถียรภาพของกระดูกสันหลัง

อย่างไรก็ตาม นักกายภาพบำบัดยังมีความจำเป็นต้องพัฒนาความรู้ ความเข้าใจ และทักษะทางคลินิกในการวินิจฉัยและจัดการภาวะหลังส่วนล่างหลวมให้ทันต่อองค์ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ที่เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ การจัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ “กายภาพบำบัดในภาวะหลังส่วนล่างหลวม (Physical therapy in clinical lumbar instability)” จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาทักษะ ความรู้ และเทคนิคทางวิชาชีพให้แก่ นักกายภาพบำบัด อาจารย์ผู้ควบคุมการฝึกงาน คณะอาจารย์ และศิษย์เก่า เพื่อสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วย การสอน และการบริการทางวิชาการได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ โครงการยังมุ่งส่งเสริมการบูรณาการองค์ความรู้ทางทฤษฎีและการปฏิบัติ โดยเชื่อมโยงการเรียนการสอนกับบริการวิชาการและงานคลินิก เพื่อยกระดับคุณภาพการจัดการทางกายภาพบำบัดในผู้ที่มีภาวะหลังส่วนล่างหลวมให้มีมาตรฐานและประสิทธิภาพสูงสุด อันจะนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพของวิชาชีพกายภาพบำบัดและการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยในสังคมโดยรวม

8. วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 8.1 เพื่อพัฒนาทักษะ ความรู้ และเทคนิคทางวิชาชีพกายภาพบำบัดให้แก่ นักกายภาพบำบัดทั่วไป อาจารย์ผู้ควบคุมการฝึกงาน และศิษย์เก่า
- 8.2 เพื่อพัฒนาความรู้และทักษะทางวิชาชีพแก่คณะอาจารย์กายภาพบำบัด และนำไปใช้ในการเรียนการสอน
- 8.3 เพื่อบูรณาการบริการวิชาการเข้ากับงานกายภาพบำบัด และการเรียนการสอน

9. ตัวชี้วัดความสำเร็จและเป้าหมายการดำเนินงาน

ตัวชี้วัดความสำเร็จ	เป้าหมาย
จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ	อย่างน้อยร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมาย
ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ ความเข้าใจเกี่ยวกับ กายภาพบำบัดใน ภาวะหลังส่วนล่างหลวม (Physical therapy in clinical lumbar instability)ของผู้เข้าร่วมโครงการ	เพิ่มขึ้น มากกว่าหรือเท่ากับ 1 ระดับ
ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ	3.51 ขึ้นไปจาก 5 ระดับ

10. สถานที่ในการจัดโครงการ โรงแรมเอสดี อเวนิว (SD Avenue Hotel)

11. ระยะเวลาในการดำเนินงาน(วัน) 2 วัน เริ่มต้น 15 มิถุนายน 69 สิ้นสุด 16 มิถุนายน 69

12. กลุ่มเป้าหมาย รวมจำนวนกลุ่มเป้าหมาย 60 คน แบ่งเป็น

12.1 กลุ่มเป้าหมายที่ 1 นักกายภาพบำบัดทั่วไป จำนวน 35 คน

12.2 กลุ่มเป้าหมายที่ 2 ศิษย์เก่าและอาจารย์ควบคุมการฝึกงาน จำนวน 20 คน

12.3 กลุ่มเป้าหมายที่ 3 คณาจารย์และนักกายภาพบำบัด ม.หัวเฉียว ฯ จำนวน 5 คน

13. วิธีดำเนินการ

ขั้นตอนการดำเนินการ	พ.ศ. 2568				พ.ศ. 2569							
	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.
1. ติดต่อวิทยากร เพื่อ ประสานงานเป็นผู้นำในการ อบรม												
2. ติดต่อประสานงานสถานที่ จัดงาน เกี่ยวกับระยะเวลา และกิจกรรมที่จัด												
3. จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติ												
4. จัดเตรียมความพร้อมของ วิทยากรและทีมงานจัด อบรม												
5. ประชาสัมพันธ์การเข้าร่วม โครงการอบรมฯ												
6. จัดโครงการอบรมฯ												
7. การสรุปผลการดำเนิน โครงการ												

16. ผลที่คาดว่าจะได้รับภาพรวม

- นักกายภาพบำบัดทั่วไป อาจารย์ผู้ควบคุมการฝึกงาน และศิษย์เก่า ได้รับความรู้ที่ถูกต้อง ทันสมัย และเข้าใจลึกซึ้งเกี่ยวกับพยาธิสภาพ การวินิจฉัย และแนวทางการรักษาภาวะหลังส่วนล่างหลวม รวมทั้งสามารถนำความรู้ และทักษะที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพ

- คณาจารย์ มีความรู้และทักษะเพิ่มขึ้นในการสอนเนื้อหาด้านเสถียรภาพของกระดูกสันหลังส่วนล่าง และสามารถบูรณาการเนื้อหาจากการอบรมเข้าสู่กระบวนการเรียนการสอนได้อย่างเหมาะสม เกิดการบูรณาการระหว่างการเรียนการสอน งานบริการวิชาการ และงานวิจัย โดยนำองค์ความรู้จากการอบรมไปใช้พัฒนางานบริการคลินิกและสร้างนวัตกรรมทางกายภาพบำบัดที่ตอบสนองต่อปัญหาผู้ป่วยที่มีภาวะหลังส่วนล่างหลวม

ศิริรัตน์ จันทร์หนัก ผู้รับผิดชอบโครงการ

(ผศ.ดร.ภก.ศิริรัตน์ จันทร์หนัก)

ประวัติวิทยากร

1.ศาสตราจารย์ ดร.ภก.รุ่งทิพย์ พันธเมธากุล

สถานที่ติดต่อ: สาขาวิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

โทรศัพท์: 083 419 6186

E-mail: Rungthiprt@gmail.com

ประวัติการศึกษา:

ระดับ	ชื่อปริญญา (สาขาวิชา)	ชื่อสถาบัน, ประเทศ	ปี พ.ศ. ที่จบ
ปริญญาตรี	วิทยาศาสตร์บัณฑิต (กายภาพบำบัด)	มหาวิทยาลัยมหิดล, ประเทศไทย	2527
ปริญญาโท	Master of Applied Sciences (Physiotherapy)	University of South Australia, Australia	2537
ปริญญาเอก	Doctor of Philosophy	University of South Australia, Australia	2549

หัวข้อบรรยายที่มีความเชี่ยวชาญ :

- Physical Therapy in Lumbar Instability
- Physical Therapy in Neck Disorders
- Ergonomics in Back and Neck Disorders

ตำแหน่ง/ประสบการณ์การทำงาน :

งานบริหาร

1. ปัจจุบันผู้อำนวยการศูนย์วิจัยปวดหลัง ปวดคอ ปวดข้ออื่นๆ และสมรรถนะของมนุษย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น (23 มิถุนายน 2557 จนถึงปัจจุบัน)
2. เคยดำรงตำแหน่งรองคณบดีฝ่ายแผนและประกันคุณภาพ คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น (มีนาคม 2555 จนถึง วันที่ 31 กรกฎาคม 2558)
3. หัวหน้ากลุ่มวิจัยปวดหลัง ปวดคอ และปวดข้ออื่น ๆ ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากมหาวิทยาลัยขอนแก่น (วันที่ 1 ตุลาคม 2551 จนถึงวันที่ 22 มิถุนายน 2557)
4. เคยดำรงตำแหน่งผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิจัย บัณฑิตศึกษา และวิเทศสัมพันธ์ คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น (วันที่ 6 มีนาคม 2551 – เดือนมีนาคม 2555)
5. เคยดำรงตำแหน่งหัวหน้าภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น (ปี 2537 - 2539 และปี 2545-2546)

สมาชิกและกรรมการของสมาคมทางวิชาการ และสมาคมต่าง ๆ

1. กรรมการราชวิทยาลัยสากายภาพบำบัดแห่งประเทศไทย พ. ศ. 2567-ปัจจุบัน
2. กรรมการบริหารงานสมาคมกายภาพบำบัดแห่งประเทศไทย พ. ศ. 2546-2544
3. กรรมการบริหารงานสากายภาพบำบัดแห่งประเทศไทย ตั้งแต่วันที่ 17เมษายน-2551 ปัจจุบัน

4. สมาชิกสมาคมกายภาพบำบัดแห่งประเทศไทย ตลอดชีพ
5. สมาชิกสภากายภาพบำบัดแห่งประเทศไทย ตลอดชีพ
6. สมาชิกสมาคมประสาทวิทยาศาสตร์ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ตลอดชีพ
7. กรรมการสภาวิชาชีพกายภาพบำบัด (ตั้งแต่เมษายน 2551-ปัจจุบัน)

ผลงานตีพิมพ์ระดับนานาชาติ

1. Saiklang P, Chatprem T, Karoonsupcharoen O, Viriyatharakij N, Saiklang P, Puntumetakul R. TheEffect of Time of Day on Lumbar Repositioning Sense Variability in Asymptomatic Participants withSeated Sedentary Behavior Over Two Consecutive Days. Trends in Sciences 2024;21(5):7685.<https://doi.org/10.48048/tis.2024.7685>
2. Leungbootnak A, Puntumetakul R, Chatprem T, Sae-Jung S, Boucaut R (2024) Validity and reliability of the Balance Error Score System (BESS) Thai version in patients with chronic non-specific neck pain. PLoS ONE 19(3): e0301386. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0301386>
3. Saiklang P, Chatprem T, Karoonsupcharoen O, Saiklang P, Puntumetakul R. The comparison of the effect of prolonged sitting on lumbar repositioning error in asymptomatic and chronic low back pain participants with seated sedentary behavior. Trends in Sciences, 21(3), 7332; <http://doi.org/10.48048/tis.2024.7332>
4. Rueangsri C, Puntumetakul R, Leungbootnak A, Sae-Jung S, Chatprem T. Cervical spine instability screening tool Thao version: assessment of convergent validity and rater reliability. Int. J. Environ. Res. Public Health 2023, 20(17), 6645; <http://doi.org/10.3390/ijerph20176645>
5. Lwin MMH, Puntumetakul R, Sae-Jung, Chatprem, Siritaratiwat W, Boucaut R.Prevalence of Clinical Myelopathic Signs and Associated Factors in Neck Pain Patients: A Cross-Sectional Analytic Study [2023].Asia Pacific Journal of Science and Technology vol. 28, no. 3, article no. APST-28-03-10
6. Puntumetakul R, Chatprem T, Saiklang P, Leungbootnak A. The effect of two types of back pillow support on the Transversus Abdominis and Internal Oblique muscle fatigue, patient satisfaction, and discomfort score during prolonged sitting. Int. J. Environ. Res. Public Health 2023, 20(4), 3742; <http://doi.org/10.3390.ijerph20043742>
7. Chatprem T, Puntumetakul R, Siritaratiwat W, Hunsawong T, Boucaut R. Prevalence of Thai people with lumbar instability and associated factors: a cross-sectional study. Journal of Pain Research 2022;15 3287–3297.

8. Wah SW, Chatchawan U, Chatprem T, Puntumetakul R. Prevalence of static balance impairment and associated factors of university student smartphone users with subclinical neck pain: cross-sectional study. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2022, 19, 10723. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710723>
9. Lwin MMH, Puntumetakul R, Sae-Jung S, Tapanya W, Chatchawan U, Chatprem T. Physical performance tests in adult neck pain patients with and without clinical myelopathic signs: a matched case-control study. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2022, 19, 10331. <https://doi.org/10.3390/ijerph191610331>
10. Puntumetakul R, Chatprem T, Saiklang P, Phadungkit S, Kamruecha W, Sae-Jung S. Prevalence and Associated Factors of Clinical Myelopathy Signs in Smartphone-Using University Students with Neck Pain. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Apr 17;19(8):4890. doi: 10.3390/ijerph19084890. PMID: 35457756; PMCID: PMC9025230.
11. Phyu SN, Peungsuwan P, Puntumetakul R, Chatchawan U. Reliability and Validity of Mini-Balance Evaluation System Test in Type 2 Diabetic Patients with Peripheral Neuropathy. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Jun 6;19(11):6944. doi: 10.3390/ijerph19116944. PMID: 35682526; PMCID: PMC9180405.
12. Saiklang P. Puntumetakul R, Chatprem T. The effect of core stabilization exercise with the abdominal drawing-in maneuver technique on stature change during prolonged sitting in sedentary workers with chronic low back pain. *International Journal of Environment Research and Public Health* 2022;19: 1904.doi.org/10.3390/ijerph19031904.
13. Saiklang, Pongsatorn & Puntumetakul, Rungthip & Siritaratiwat, Wantana & Boucaut, Rose. (2021). Effect of Time of Day on the Magnitude of Stature Change Response Variability in Participants with Chronic Low Back Pain on Consecutive 2 Days. 18. 678. 10.48048/tis.2021.678.
14. Chatprem T, Puntumetakul R, Kanpittaya J, Selfe J, Yeowell G. A diagnostic tool for people with lumbar instability: a criterion-related validity study. *BMC Musculoskeletal Disorders* 2021; 22:976. doi.org/10.1186/s12891-021-04854-w.
15. Puntumetakul R, Saiklang P, Tapanya W, Chatprem T, Kanpittaya J, Arayawichanon P. The effects of core stabilization exercise with the abdominal drawing-in maneuver technique versus general strengthening exercise on lumbar segmental motion in patients with clinical lumbar instability: a randomized controlled trial with 12-month follow-up. *International Journal of Environment Research and Public Health* 2021;18:7811. doi.org/10.3390/ijerph18157811.

16. Leungbootnak, Arisa & Puntumetakul, Rungthip & Kanpittaya, Jaturat & Chatprem, Thiwapphon & Boucaut, Rose. (2021). Validity of a Screening Tool for Patients with a Sub-Threshold Level of Lumbar Instability: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 18. 12151. 10.3390/ijerph182212151.
17. Hlaing, Su & Puntumetakul, Rungthip & Khine, Ei & Boucaut, Rose. (2021). Effects of core stabilization exercise and strengthening exercise on proprioception, balance, muscle thickness and pain related outcomes in patients with subacute nonspecific low back pain: a randomized controlled trial. *BMC Musculoskeletal Disorders*. 22. 10.1186/s12891-021-04858-6.
18. Chatprem, Thiwapphon & Puntumetakul, Rungthip & Kanpittaya, Jaturat & Selfe, James & Yeowell, Gillian. (2021). A diagnostic tool for people with lumbar instability: a criterion-related validity study. *BMC Musculoskeletal Disorders*. 22. 10.1186/s12891-021-04854-w.
19. Hlaing, Su & Puntumetakul, Rungthip & Wanpen, Sawitri & Saiklang, Pongsatorn. (2021). Updates on core stabilization exercise and strengthening exercise: A review article. *Volume: 26*. 10.
20. Tapanya, Weerasak & Neubert, Manida & Puntumetakul, Rungthip & Boucaut, Rose. (2021). The effects of shoulder posture on neck and shoulder musculoskeletal loading and discomfort during smartphone usage. *International Journal of Industrial Ergonomics*. 85. 103175. 10.1016/j.ergon.2021.103175.
21. Kristanto, Agung & Neubert, Manida & Gross, Michael & Puntumetakul, Rungthip & Kaber, David & Sessomboon, Weerapat. (2021). Effects of corrective insole on leg muscle activation and lower extremity alignment in rice farmers with pronated foot: a preliminary report. *The Foot*. 46. 101771. 10.1016/j.foot.2020.101771.
22. Sriboonreung Thanyaluck & Leelarungrayub Jirakrit (Donrawee) & Yankai, Araya & Puntumetakul, Rungthip. (2021). Correlation and Predicted Equations of MIP/MEP from the Pulmonary Function, Demographics and Anthropometrics in Healthy Thai Participants aged 19 to 50 Years. *Clinical Medicine Insights: Circulatory, Respiratory and Pulmonary Medicine*. 15. 117954842110044. 10.1177/11795484211004494.
23. Weerasak Tapanya, Rungthip Puntumetakul, Manida Swangnetr Neubert, Torkamol Hunsawong, Rose Boucaut. Ergonomic arm support prototype device for smartphone users reduces neck and shoulder musculoskeletal loading and fatigue. *Applied Ergonomics*. 2021, 103458, ISSN 0003 6870, <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2021.103458>.

24. Wah SW, Puntumetakul R, Boucaut R. Effects of Proprioceptive and Craniocervical Flexor Training on Static Balance in University Student Smartphone Users with Balance Impairment: A Randomized Controlled Trial. *J Pain Res.* 2021;14:1935-1947 <https://doi.org/10.2147/JPR.S312202>
25. Puntumetakul R.; Saiklang P.; Tapanya K.; Chatprem T; Kanpittaya C.; Arayawichanon P.; Boucaut R. The Effects of Core Stabilization Exercise with the Abdominal 2 Drawing-in Maneuver Technique Versus General Strengthen-3 ing Exercise on Lumbar Segmental Motion in Patients with Clinical Lumbar Instability: A Randomized Controlled Trial with 12- 5 Month Follow- up *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18(15), 7811; <https://doi.org/10.3390/ijerph18157811>
26. PUNTUMETAKUL, R., SAIKLANG, P., YODCHAISARN, W., HUNSAWONG, T., & RUANGSRI, J. (2021). Effects of Core Stabilization Exercise versus General Trunk-Strengthening Exercise on Balance Performance, Pain Intensity and Trunk Muscle Activity Patterns in Clinical Lumbar Instability Patients: A Single Blind Randomized Trial. *Walailak Journal of Science and Technology (WJST)*, 18(7), Article 9054 (13 pages). <https://doi.org/10.48048/wjst.2021.9054>
27. Pongsatorn Saiklang , Rungthip Puntumetakul , Manida Swangnetr Neubert & Rose Boucaut (2020): The immediate effect of the abdominal drawing-in maneuver technique on stature change in seated sedentary workers with chronic low back pain, *Ergonomics*, DOI: 10.1080/00140139.2020.1810326
28. Weerasak Tapanya, Rungthip Puntumetakul, Manida Swangnetr Neubert & Rose Boucaut (2021) Influence of neck flexion angle on gravitational moment and neck muscle activity when using a smartphone while standing, *Ergonomics*, DOI: [10.1080/00140139.2021.1873423](https://doi.org/10.1080/00140139.2021.1873423)
29. Saiklang P, Puntumetakul R, Selfe J, Yeowell G. An Evaluation of an Innovative Exercise to Relieve Chronic Low Back Pain in Sedentary Workers. *Hum Factors.* 2020 Oct 28:18720820966082. doi: 10.1177/0018720820966082.
30. Thiwaphon Chatprem, Rungthip Puntumetakul, Wantanee Yodchaisarn, Wantana Siritaratiwat, Rose Boucaut, Surachai Sae-jung. A Screening Tool for Patients With Lumbar Instability: A Content Validity and Rater Reliability of Thai Version.*J Manipulative Physiol Ther* . 2020 Jun;43(5):515-520. doi:10.1016/j.jmpt.2019.04.010.
31. Thiwaphon Chatprem, Rungthip Puntumetakul, Rose Boucaut , Sawitri Wanpen, Uraiwan Chatchawan. A Screening Tool for Patients with Lumbar Instability: A CriteriaRelated Validity of Thai Version. *SPINE*: June 26, 2020 - Volume Publish Ahead of Print - Issue - doi: 10.1097/BRS.0000000000003606

32. Su Liang, Puntumetakul R, Boucaut R. Balance control in patients with subacute non-specific low back pain, with and without lumbar instability: a cross –sectional study. *Journal of Pain Research* 2020: 796-803.
33. Leelarungrayub, Assoc.Prof.Jirakrit (Donrawee) & Puntumetakul, Rungthip & Sriboonreung, Thanyaluck & Pothasak, Yothin & Klaphajone, Jakkrit. (2019). Relationship of Respiratory Muscle Strength and Walking Distance with Pulmonary Function, Quality of Life and Nitric Oxide in Chronic Obstructive Pulmonary Disease Patients. *JOURNAL OF CLINICAL AND DIAGNOSTIC RESEARCH*. 13. 10.7860/JCDR/2019/39998.12959.
34. Tavatchai Suvarnnato, Rungthip Puntumetakul, Sureeporn Uthaikhup, Rose Boucaut. Effect of specific deep cervical muscle exercises on functional disability, pain intensity, craniovertebral angle, and neck-muscle strength in chronic mechanical neck pain : a randomized controlled trial. *Journal of Pain Research* 2019: 12 915-925.
35. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Manida Swangnetr Neubert & Rose Boucaut. Effect of time of day on height loss response variability in asymptomatic participants on two consecutive days. *Ergonomics*, 62:12, 1542-1550.
36. Puntumetakul R, Swangnetr M, Karukunchit U, Buranruk O, Boucaut R. Knee musculoskeletal impairments and associated pain factors among rice farmers. *Journal of back and musculoskeletal rehabilitation* 2018; 31(6). Available from: doi: 10.3233/BMR-170845.
37. Leelarungrayub, Assoc.Prof.Jirakrit (Donrawee) & Puntumetakul, Rungthip & Sriboonreung, Thanyaluck & Pothasak, Yothin & Klaphajone, Jakkrit. (2018). Preliminary study: comparative effects of lung volume therapy between slow and fast deep-breathing techniques on pulmonary function, respiratory muscle strength, oxidative stress, cytokines, 6-minute walking distance, and quality of life in persons with COPD. *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*. Volume 13. 3909-3921. 10.2147/COPD.S181428.
38. Wongwilairat K, Buranruk O, Eurgpinichpong W, Puntumetakul R, Triamchisri SK. Muscle stretching with deep and slow breathing patterns: a study for therapeutic development. *J Complement Integr Med*, 2018; 1-9. Available from: doi: <https://doi.org/10.1515/jcim-2017-0167>.
39. Buranruk O, Eurgpinichpong W, Puntumetakul R, Wongwilairat K . Musculoskeletal disorders among rice keeper basket work workers. *Advances in Intelligent Systems and Computing* 2016, 83-91.

40. Wantanee Yodchaisarn, Rungthip Puntumetakul, Rose Boucaut, Uraiwan Chatchawan. Altered postural sway during quiet standing in women with clinical lumbar instability. *The Journal of Physical Therapy Science*. 30:1099-1102,2018.
41. Rungthip Puntumetakul, Manida Swangnetr Neubert, Usa Karukunchit, Orawan Buranruk, Rose Boucaut. Knee musculoskeletal impairments and associated pain factors among rice farmers. *Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation*-1(2018),1-7.
42. Suwalee Namwongsa, Rungthip Puntumetakul, Manida Swangnetr Neubert, Sunisa Chaiklieng, Rose Boucaut. Ergonomic risk assessment of smartphone users using the Rapid Upper Limb Assessment (RULA) tool. *PLoS ONE* 13(8).
43. Rungthip Puntumetakul, Rungthip Calermsan, Su Su Hlaing, Weerasak Tapanya, Pongsatorn Saiklang, Rose Boucaut. The effect of core stabilization exercise on lumbar joint position sense in patients with subacute non-specific low back pain : a randomized controlled trial. *The Journal of Physical Therapy Science*. 30:1390-1395,2018.
44. Suwalee Namwongsa, Rungthip Puntumetakul, Manida Swangnetr Neubert, Rose Boucaut. Factors associated with neck disorders among university student smartphone users. *Work* 61 (2018),367-378.
45. Yodchaisarn W, Puntumetakul R, Emasithi A, Boucaut R, Chatchawan U. Altered .postural sway during quiet standing in women with clinical lumbar instability. *J Phys Ther Sci* 2018;30:1099–102
46. Leelarungrayub, Assoc.Prof.Jirakrit (Donrawee) & Yankai, Araya & Pinkaew, Decha & Puntumetakul, Rungthip & Laskin, James & Bloomer, Richard. (2016). A preliminary study on the effects of star fruit consumption on antioxidant and lipid status in elderly Thai individuals. *Clinical Interventions in Aging*. 2016. 11-12. 10.2147/CIA.S110718.
47. Phimphasak, C., Swangnetr, M., Puntumetakul, R., Chatchawan, U & Boucaut R. (2015). Effects of seated lumbar extension postures on spinal height and lumbar range of motion during prolonged sitting. *Ergonomics*, JUN 30: 1-9.
48. Prommanon, B., Puntumetakul, R., Puengsuwan, P., Chatchawan, U., W., Kamolrat, T., Rittitod T & Yamauchi, J. (2015). Effectiveness of a back care pillow as an adjuvant physical therapy for chronic non-specific low back pain treatment: a randomized controlled trail. *Journal of Physical Therapy Science*, 27, 2035-2038.
49. Puntumetakul, R, Yodchaisarn W, Emasit A, Keawduangdee P, Chatchawan U, Yamauchi J. Prevalence and individual risk factors associated with clinical lumbar

- instability in rice farmers with low back pain. *Patient Preference and Adherence* 2015; 9: 1-7.
50. Keawduangdee, P., Puntumetakul, R., Swangnetr, M., Laohasiriwong, W., Settheetham, D., Yamauchi, J. & Boucaut, R. (2015). Prevalence of low back pain and associated factors among farmers during the rice transplanting process. *Journal of Physical Therapy Science*, 27, 2239-2245.
 51. Karukunchit, U., Puntumetakul, R., Swangnetr, M. & Boucaut, R. (2015). Prevalence and risk factors analysis of lower extremity abnormal alignment characteristics among rice farmers. *Journal of Patient Preference and Adherence*, 9, 785-795.
 52. Puntumetakul R, Suvarnnato T, Werasirirat P, Uthaikhup S, Yamauchi J & Boucaut R. Acute effects of single and multiple level thoracic manipulations on chronic mechanical neck pain: a randomized controlled trial. *Neuropsychiatric disease and treatment*. 2015; 11: 137-144.
 53. Chaklieng S, Suggaravetsiri P, Puntumetakul R. (2014). Prevalence and risk factors for work-related shoulder pain among informal garment workers in the northeast of Thailand. *Small Enterprise Research* 12, 180-189.
 54. Puntumetakul, R, Areeudomwong P, Emasit A, Yamauchi J. Impact of 10-week Core Stabilization Exercise Training and Detraining on Pain-Related Outcomes in Patients with Clinical Lumbar Instability. *Patient Preference and Adherence* 2014; 7: 1189-1199.
 55. Swangnetr, M., Kaber, D., Phimphasak, C., Namkorn, P., Saenlee, K., Zhu, B., & Puntumetakul, R. (2014). The influence of rice plow handle design and whole body posture on grip force and upper extremity muscle activation. *Ergonomics*, 57(10), 1523-1535.
 56. Swangnetr, M., Kaber, D., Puntumetakul, R. & Gross, M. T. (2014). Ergonomics-related risk identification and pain analysis for farmers involved in rice field preparation. *Work: A Journal of Prevention, Assessment and Rehabilitation*, 49(1), 63-71.
 57. Usa Karukunchit, Manida Swangnetr, Rungthip Puntumetakul, Komkrit [Juntaracena](#), Petcharat Keawduangdee. Ergonomic analysis for risk of lower extremity injury in rice cultivation process. In The 6th International Conference on Public Health among GMS Countries: Health Service System for a Borderless Community: Human Resource Development for a District Health System” at Pullman Hotel, Khon Kaen, Thailand, November 6-7, 2014, Page: 11-18.
 58. Suvarnnato T, Puntumetakul R, Kaber D, Boucaut R, Boonprakob Y, Arayawichanon P, Chatchawan U. The effect of thoracic manipulation versus mobilization for chronic

- neck pain: a pilot randomized controlled study. *Journal of Physical Therapy Sciences* 2013; 25(7): 865-871.
59. Eungpinichpong W, Buttagat V, Areeudomwong P, Pramodhyakul N, Swangnetr M, Kaber D and Puntumetakul R. Effect of Restrictive clothing on lumbar range of motion and trunk muscle activity in young adult worker material handling. *Applied Ergonomics* 2013;44(6): 1024-32.
 60. Puntumetakul, R, Areeudomwong P, Alongkot Amasit, Yamauchi J. Impact of 10-week Core Stabilization Exercise Training and Detraining on Pain-Related Outcomes in Patients with Clinical Lumbar Instability. *Patient Preference and Adherence* 2014; 7: 1189-1199.
 61. Suggaravetsiri P, Chaiklieng S, Puntumetakul R. Prevalence and risk factors for work-related shoulder pain among informal garment workers in the northeast of Thailand. *Transforming Our Understanding of Small Enterprises into Practice to Create Healthy Working*. In *Understanding of Small Enterprises (USE) Conference 2013-Proceedings*. Nelson, New Zealand. 19-22 February 2013; 382-8.
 62. Swangnetr M, Namkorn P, Phimphasak C, Saenlee K, Kaber D, Buranrak O and Puntumetakul R. Ergonomic analysis of rice field plowing. In the 4th International Conference on Applied Human Factors and Ergonomics (AHFE) 2012. Hilton San Francisco Union Square California, USA. July 21-25 2012; 5673-5682
 63. Eungpinichpong W, Areeudomwong P, Pramodhyakul N, Buttagat V, Swangnetr M, Kaber D and Puntumetakul R. Effects of Restrictive clothing on lumbar range of motion in adolescent workers. In the 4th International Conference on Applied Human Factors and Ergonomics (AHFE) 2012. Hilton San Francisco Union Square California, USA. July 21-25 2012; 6310-6319.
 64. Areeudomwong P, Puntumetakul R, Jirarattanaphochai K, Wanpen S, Kanpittaya J, Chatchawan U and Yamauchi J. Core stabilization exercise improves pain intensity, function disability and trunk muscle activity in patients with clinical lumbar instability :a pilot randomized controlled study. *Journal of Physical Therapy Sciences* 2012; 24(10): 1007-1012.
 65. Keawduangdee P, Puntumetakul R, Chatchawan U, Kaber DB. Prevalence and associated risk factors of low back pain in textile fishing net. *Human Factors and Ergonomics in manufacturing* 2012; 22(6): 562-570.
 66. Areeudomwong P, Puntumetakul R, Kaber DB, Wanpen S, Leelayuwat N, Chatchawan U. Effects of handicraft sitting postures on lower trunk muscle fatigue. *Ergonomics* 2012 ;55(6): 693-703.

67. Hoy DG, Rickart KT, Durham J, Puntumetakul R, Mansoor GF, Muijlwijk A, Bounnaphol S. Working together to address disability in a culturally-appropriate and sustainable manner. *Disability & Rehabilitation* 2010; 31(16): 1373-75.
68. Puntumetakul R, Trott P, Williams M, Fulton I. The effect of time of the day on the vertical spinal creep. *Applied Ergonomics* 2009; 40(1): 33-8.
69. Mackawan S, Eungpinichpong W, Puntumetakul R, Chatchawan U, Hunsawong T, Arayawichanon P. Effects of traditional Thai massage versus joint mobilization on substance P and pain perception in patients with non-specific low back pain. *J Bodywork Movement Ther* 2007; 11: 9-16.
70. Grimmer KA, Dryden LR, Puntumetakul R, Young AF, Guerin M, Deenadayalan Y, Moss JR. Incorporating patient concerns into discharge plans: evaluation of a patient generated checklist. *The Internet Journal of Allied Health Sciences and Practice* 2006; 4(2):1-23.

2. อาจารย์ ดร.ภก.ทิวพร จาตเปรม (Miss THIWAPHON CHATRAM)

สถานที่ติดต่อ: สาขาวิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

โทรศัพท์: 081 469 6858

E-mail: thiwch@kku.ac.th, Thiwaphon.ao@gmail.com

ประวัติการศึกษา:

ระดับ	ชื่อปริญญา (สาขาวิชา)	ชื่อสถาบัน	ปี พ.ศ. ที่จบ
ปริญญาตรี	วิทยาศาสตร์บัณฑิต (กายภาพบำบัด)	มหาวิทยาลัยนเรศวร	2554
ปริญญาเอก	ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวของมนุษย์)	มหาวิทยาลัยขอนแก่น	2563

ความเชี่ยวชาญ

- การตรวจประเมินและรักษาผู้ป่วยทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อโดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีภาวะหลังส่วนล่างหลวม
- การออกกำลังกายเพื่อแก้ไขอาการปวดหลังปวดคอ
- คุณลักษณะของกล้ามเนื้อแกนกลางลำตัวและภาวะหลังหลวม

ผลงานทางวิชาการ:

1. Saiklang P, Chatprem T, Saiklang P, Puntumetakul R, Yeowell G. The effect of abdominal drawing in manoeuvres and abdominal bracing techniques via telerehabilitation on lumbar repositioning error in seated sedentary participants with chronic low back pain and lumbar instability: a randomised controlled trial. Human Movement. 2025;26(1):101–114. doi:10.5114/hm/197231.
2. Bunphrom W, Chatprem T, Puntumetakul R, Wantana S, Chaichai P. Diaphragm excursion and thickness in patients with chronic low back pain with and without lumbar instability. Sci Rep 15, 9353 (2025). <https://doi.org/10.1038/s41598-025-93761-4>
3. Saiklang P, Chatprem T, Karoonsupcharoen O, Viriyatharakij N, Saiklang P, Puntumetakul R. The Effect of Time of Day on Lumbar Repositioning Sense Variability in Asymptomatic Participants with Seated Sedentary Behavior Over Two Consecutive Days. Trends in Sciences 2024;21(5):7685. <https://doi.org/10.48048/tis.2024.7685>
4. Leungbootnak A, Puntumetakul R, Chatprem T, Sae-Jung S, Boucaut R (2024) Validity and reliability of the Balance Error Score System (BESS) Thai version in patients with chronic non-specific neck pain. PLoS ONE 19(3): e0301386. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0301386>
5. Saiklang P, Chatprem T, Karoonsupcharoen O, Saiklang P, Puntumetakul R. The comparison of the effect of prolonged sitting on lumbar repositioning error in asymptomatic and

chronic low back pain participants with seated sedentary

<http://doi.org/10.48048/tis.2024.7332> behavior. Trends in Sciences, 21(3), 7332;

6. Rueangsri C, Puntumetakul R, Leungbootnak A, Sae-Jung S, Chatprem A. Cervical spine instability screening tool Thao version: assessment of convergent validity and rater reliability. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2023, 20(17), 6645; <http://doi.org/10.3390/ijerph20176645>
7. Puntumetakul R, Chatprem T, Saiklang P, Leungbootnak A. The effect of two types of back pillow support on the Transversus Abdominis and Internal Oblique muscle fatigue, patient satisfaction, and discomfort score during prolonged sitting. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2023, 20(4), 3742; <http://doi.org/10.3390/ijerph20043742>
8. Chatprem T, Puntumetakul R, Siritaratiwat W, Hunsawong T, Boucaut R. Prevalence of Thai people with lumbar instability and associated factors: a cross-sectional study. *Journal of Pain Research* 2022;15 3287–3297.
9. Wah SW, Chatchawan U, Chatprem T, Puntumetakul R. Prevalence of static balance impairment and associated factors of university student smartphone users with subclinical neck pain: cross-sectional study. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2022, 19, 10723. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710723>
10. Lwin MMH, Puntumetakul R, Sae-Jung S, Tapanya W, Chatchawan U, Chatprem T. Physical performance tests in adult neck pain patients with and without clinical myelopathic signs: a matched case-control study. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2022, 19, 10331. <https://doi.org/10.3390/ijerph191610331>
11. Puntumetakul R, Chatprem T, Saiklang P, Phadungkit S, Kamruecha W, Sae-Jung S. Prevalence and associated factors of clinical myelopathy signs in smartphone-using university students with neck pain. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2022, 19, 4890. <https://doi.org/10.3390/ijerph19084890>
12. Saiklang P, Puntumetakul R, Chatprem T. The effect of core stabilization exercise with the abdominal drawing-in maneuver technique on stature change during prolonged sitting in sedentary workers with chronic low back pain. *International Journal of Environment Research and Public Health* 2022;19: 1904. doi.org/10.3390/ijerph19031904.
13. Leungbootnak A, Puntumetakul R, Kanpittaya J, Chatprem T, Boucaut R. Validity of a screening tool for patients with a sub-threshold level of lumbar instability: a cross-sectional study. *International Journal of Environment Research and Public Health* 2021; 18: 12151. doi.org/10.3390/ijerph1822151.
14. Puntumetakul R, Saiklang P, Tapanya W, Chatprem T, Kanpittaya J, Arayawichanon P. The effects of core stabilization exercise with the abdominal drawing-in maneuver technique

versus general strengthening exercise on lumbar segmental motion in patients with clinical lumbar instability: a randomized controlled trial with 12-month follow-up. *International Journal of Environment Research and Public Health* 2021;18:7811. doi.org/10.3390/ijerph18157811.

15. Chatprem T, Puntumetakul R, Kanpittaya J, Selfe J, Yeowell G. A diagnostic tool for people with lumbar instability: a criterion-related validity study. *BMC Musculoskeletal Disorders* 2021; 22:976. doi.org/10.1186/s12891-021-04854-w.
16. Chatprem T, Puntumetakul R, Yodchaisarn W, Sirataratiwat W, Boucaut R, Sae-jung S. A screening tool for patients with lumbar instability: a content validity and rater reliability of Thai version. *Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics* 2020;43(5):515-20.
17. Chatprem T, Puntumetakul R, Boucaut R, Wanpen S, Chatchawan U. A screening tool for patients with lumbar instability: a criteria-related validity of Thai version. *Spine*. 2020;45(21):E1431-8.

3. อาจารย์ ดร.ภ.ภ.พงศธร ซ้ายกลาง

สถานที่ติดต่อ: คณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

โทรศัพท์: 082-4843147

E-mail: Pongsatornsa@g.swu.ac.th.

ประวัติการศึกษา:

ระดับ	ชื่อปริญญา (สาขาวิชา)	ชื่อสถาบัน
ปริญญาตรี	วิทยาศาสตร์บัณฑิต (กายภาพบำบัด)	มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ปริญญาเอก	ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวของมนุษย์)	มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ประสบการณ์ในการทำงานที่ผ่านมา

- นักกายภาพบำบัด คลินิกกายภาพบำบัดเมืองเก่าขอนแก่น ตั้งแต่ 2558-2564
- อาจารย์ คณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ตั้งแต่ 2564

ความถนัด / สนใจเป็นพิเศษทางวิชาการ: กายภาพบำบัดในผู้ที่มีปัญหาอาการปวดหลังและคอ

ผลงานทางวิชาการ:

1. Pongsatorn Saiklang, Thiwaphon Chatprem, Parvinee Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Gillian Yeowell (2025). The effect of abdominal drawing-in manoeuvres and abdominal bracing techniques via telerehabilitation on lumbar repositioning error in seated sedentary participants with chronic low back pain and lumbar instability: a randomised controlled trial. Human Movement, 26(1):101–14. <https://doi.org/10.5114/hm/197231>
2. Pongsatorn Saiklang, Kwanhathai Phanthaso, Peerapa Tangnamprasert, Montanan Chantarujikapong, Sunisa Tepsiri, Thunwarat Samong, Raksina Poonsawad, Teerawat Nithiatthawanon, and Rungrudee Tupсила (2024). The Effect of Lumbar Stabilization Exercises with the Abdominal Drawing-In Maneuver via Telerehabilitation on Lumbar Position Sense in Seated Sedentary Workers with Chronic Low Back Pain and Lumbar Instability: A Pilot Study. Thai journal of physical therapy, 46(3), 141-156.
3. Rungrudee Tupсила and Pongsatorn Saiklang (2024). Intra-and inter-raters reliability of lumbar joint repositioning sense test in seated sedentary behavior with chronic low back pain. Thai Journal of Ergonomics, 7 (1), 119-130.
4. Pongsatorn Saiklang, Thiwaphon Chatprem, Orapin Karoonsupcharoen, Nitaya Viriyatharakij, Parvinee Saiklang, and Rungthip Puntumetakul (2024). The Effect of Time

- of Day on Lumbar Repositioning Sense Variability in Asymptomatic Participants with Seated Sedentary Behavior Over Two Consecutive Days. *Trends in Sciences*, 21(5), 7685.
5. Pongsatorn Saiklang, Thiwapphon Chatprem, Orapin Karoonsupcharoen, Parvinee Saiklang, and Rungthip Puntumetakul (2024). The Comparison of the Effect of Prolonged Sitting on Lumbar Repositioning Error in Asymptomatic and Chronic Low Back Pain Participants with Seated Sedentary Behavior. *Trends in Sciences*, 21(3), 7332.
 6. Pongsatorn Saiklang and Parvinee Saiklang (2022). Stature recovery of the spine. *Thai journal of physical therapy*, 44(3), 238-257.
 7. Rungthip Puntumetakul, Pongsatorn Saiklang, Weerasak Tapanya, Thiwapphon Chatprem, Jaturat Kanpittaya, Preeda Arayawichanon, and Rose Boucaut (2021). The Effects of Core Stabilization Exercise with the Abdominal Drawing-in Maneuver Technique versus General Strengthening Exercise on Lumbar Segmental Motion in Patients with Clinical Lumbar Instability: A Randomized Controlled Trial with 12-Month Follow-Up. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18, 15: 7811. <https://doi.org/10.3390/ijerph18157811>
 8. Su Su Hlaing, Rungthip Puntumetakul, Sawitri Wanpen and Pongsatorn Saiklang (2021). Updates on Core Stabilization Exercise and Strengthening Exercise: A Review Article. *Asia-Pacific journal of Science and Technology*, 26(4).
 9. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Wantanan Siritaratiwat and Rose Boucaut. Effect of time of day on the magnitude of stature change response variability in participants with chronic low back pain on consecutive two days. *Walailak Journal of Science and Technology (WJST)* (in press).
 10. Rungthip Puntumetakul, Pongsatorn Saiklang, Wantanee Yodchaisarn, Torkamon Hunsawong and Janyawat Rungsri (2021). Effects of Core Stabilization Exercise versus General Trunk-Strengthening Exercise on Balance Performance, Pain Intensity and Trunk Muscle Activity Patterns in Clinical Lumbar Instability Patients: A Single Blind Randomized Trial. *Walailak Journal of Science and Technology (WJST)*, 18(7), 9054 doi.org/10.48048/wjst.2021.9054.
 11. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, James Selfe and Gillian Yeowell (2020). An Evaluation of an Innovative Exercise to Relieve Chronic Low Back Pain in Sedentary Workers. *Human Factors*, [Doi:10.1177/0018720820966082](https://doi.org/10.1177/0018720820966082).

12. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Manida Swangnetr Neubert and Rose Boucaut (2020). The immediate effect of the abdominal drawing-in maneuver technique on stature change in seated sedentary workers with chronic low back pain, *Ergonomics*, 64(1), 55-68, DOI: 10.1080/00140139.2020.1810326.
13. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Manida Swangnetr Neubert and Rose Boucaut (2019) Effect of time of day on height loss response variability in asymptomatic participants on two consecutive days, *Ergonomics*, 62(12), 1542-1550, DOI: 10.1080/00140139.2019.1663941.
14. Rungthip Puntumetakul, Rawiporn Pithak, Suwalee Namwongsa, Pongsatorn Saiklang and Rose Boucaut (2019). The effect of massage technique plus thoracic manipulation versus thoracic manipulation on pain and neural tension in mechanical neck pain: a randomized controlled trial. *Journal of Physical Therapy Science*, 31(2), 195-201.
15. Rungthip Puntumetakul, Rungthip Chalermisan, Su Su Hlaing, Weerasak Tapanya, Pongsatorn Saiklang and Rose Boucaut (2018). The effect of core stabilization exercise on lumbar joint position sense in patients with subacute non-specific low back pain: a randomized controlled trial. *Journal of Physical Therapy Science*, 30(11), 1390-1395.
16. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Manida Swangnetr, Orawan Buranruk, Wantana Siritaratiwat, Suwalee Namwongsa and Wantanee Yodchaisarn (2017). Height loss. *Thai journal of physical therapy*, 39(3), 120-133.

CONFERENCE PRESENTATIONS/POSTERS

17. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Wantana Siritaratiwat, Orawan Buranruk. (2019). Intratester and intertester reliability of repositioning test for lumbar motor control in sedentary workers with chronic low back pain participants. Full- Proceedings of International Conference of the 40th Anniversary of AMS-KKU Foundation 2019 Khon Kaen, Thailand (November 6-8).
18. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Wantana Siritaratiwat, Orawan Buranruk. (2019). The immediate effect of Abdominal drawing-in maneuver technique response in sitting sedentary workers with chronic low back pain: a pilot study. TRSI Congress 2019 Bangkok, Thailand (August 8).
19. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Wantana Siritaratiwat, Orawan Buranruk. (2019). Reliability of height loss response measured in sitting in chronic low back pain participants. Full-Proceedings of 13th International Society of Physical and

Rehabilitation Medicine World Congress (ISPRM 2019) Kobe, Japan (June 9-13).

20. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Manida Swangnetr, Orawan Buranruk, Wantana Siritaratiwat, Suwalee Namwongsa. (2017). Reliability of height loss response measured in sitting in asymptomatic subjects. Full-Proceedings of the 2nd Thailand National Ergonomics Conference 2017 Bangkok, Thailand (December 20-22).
21. Pongsatorn Saiklang, Rungthip Puntumetakul, Wantana Siritaratiwat, Orawan Buranruk. (2016). Reliability of height loss measuring stadiometer. Full-Proceedings of the 1st Thailand National Ergonomics Conference 2016 Bangkok, Thailand (December 15-17).