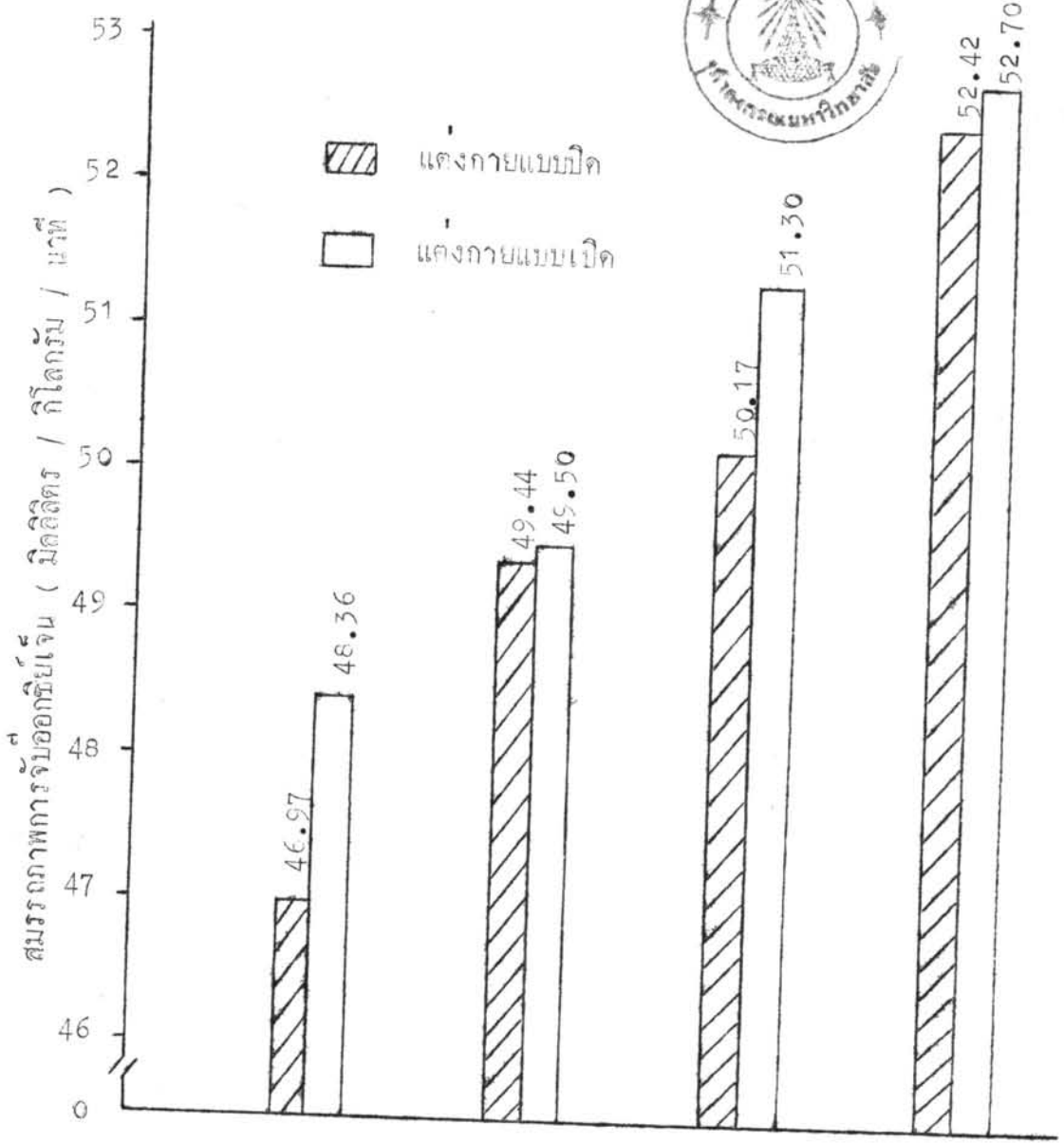


การวิเคราะห์ข้อมูลและผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลโดยเปรียบเทียบในสิ่งต่อไปนี้

1. เปรียบเทียบสมรรถภาพออกซิเจนของผู้ถูกทดลองในเครื่องแต่งกายแบบปิดและเปิดในอากาศแวดล้อมต่าง ๆ
2. การเต้นของหัวใจขณะออกกำลัง ในระหว่างออกกำลัง ในระหว่างฟื้นตัวในสภาพอากาศแวดล้อม 4 แบบ และในสภาพของเครื่องแต่งกาย 2 แบบ
3. เปรียบเทียบการเต้นของหัวใจในการออกกำลังและฟื้นตัวของเครื่องแต่งกายแบบปิดและเปิดในแต่ละอากาศแวดล้อม
4. เปรียบเทียบความแตกต่างของอุณหภูมิผิวหนังในขณะออกกำลังและฟื้นตัวของการแต่งกาย 2 แบบ ในอากาศแวดล้อมทั้ง 4 แบบ
5. เปรียบเทียบปริมาณงานที่ผู้ถูกทดลองแต่ละคนทำได้ในขณะแต่งกายต่าง ๆ และอยู่ในอากาศแวดล้อมต่าง ๆ
6. เปรียบเทียบน้ำหนักตัวที่หายไปในระหว่างการออกกำลังโดยใช้เครื่องแต่งกายต่างกัน 2 แบบ และในสภาพอากาศแวดล้อมต่างกัน
7. เปรียบเทียบความแตกต่างของความดันเลือดของผู้ถูกทดลองในเครื่องแต่งกายแบบปิดและเปิด



แผนภูมิที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสมรรถภาพการจับออกซิเจนของผู้ทดลองของเนื้อเตง  
 กายแบบปิดและเปิดในขณะออกกำลังกายอย่างหนักที่อากาศแวดล้อมต่าง ๆ

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสมรรถภาพการจับออกซิเจนของผู้ถูกทดลองเมื่อแต่งกายแบบปิดและแบบเปิดในขณะออกกำลังกายอย่างหนักภายใต้ภาวะแวดล้อมต่าง ๆ

อุณหภูมิ	การแต่งกายแบบเปิด		การแต่งกายแบบปิด	
	80 % R.H.	65% R.H.	80 % R.H.	65% R.H.
40 ° ซ.	48.36	49.50	46.97	49.44
28 ° ซ.	51.30	52.70	50.17	52.42

1. เปรียบเทียบสมรรถภาพออกซิเจนที่อุณหภูมิเท่ากัน

ที่อุณหภูมิ 40 ° ซ. เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบปิด ผู้ถูกทดลองมีสมรรถภาพการจับออกซิเจนในระหว่างการออกกำลังกายที่ความชื้น 65% มากกว่าที่ความชื้นสัมพัทธ์ 80 % อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบเปิด ผู้ถูกทดลองมีสมรรถภาพการจับออกซิเจนในอากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 65 % และ 80 % ไม่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ที่อุณหภูมิ 28 ° ซ. ผู้ถูกทดลองมีสมรรถภาพการจับออกซิเจนในระหว่างการออกกำลังกายที่อากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 65 % มากกว่าที่อากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 80 % อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

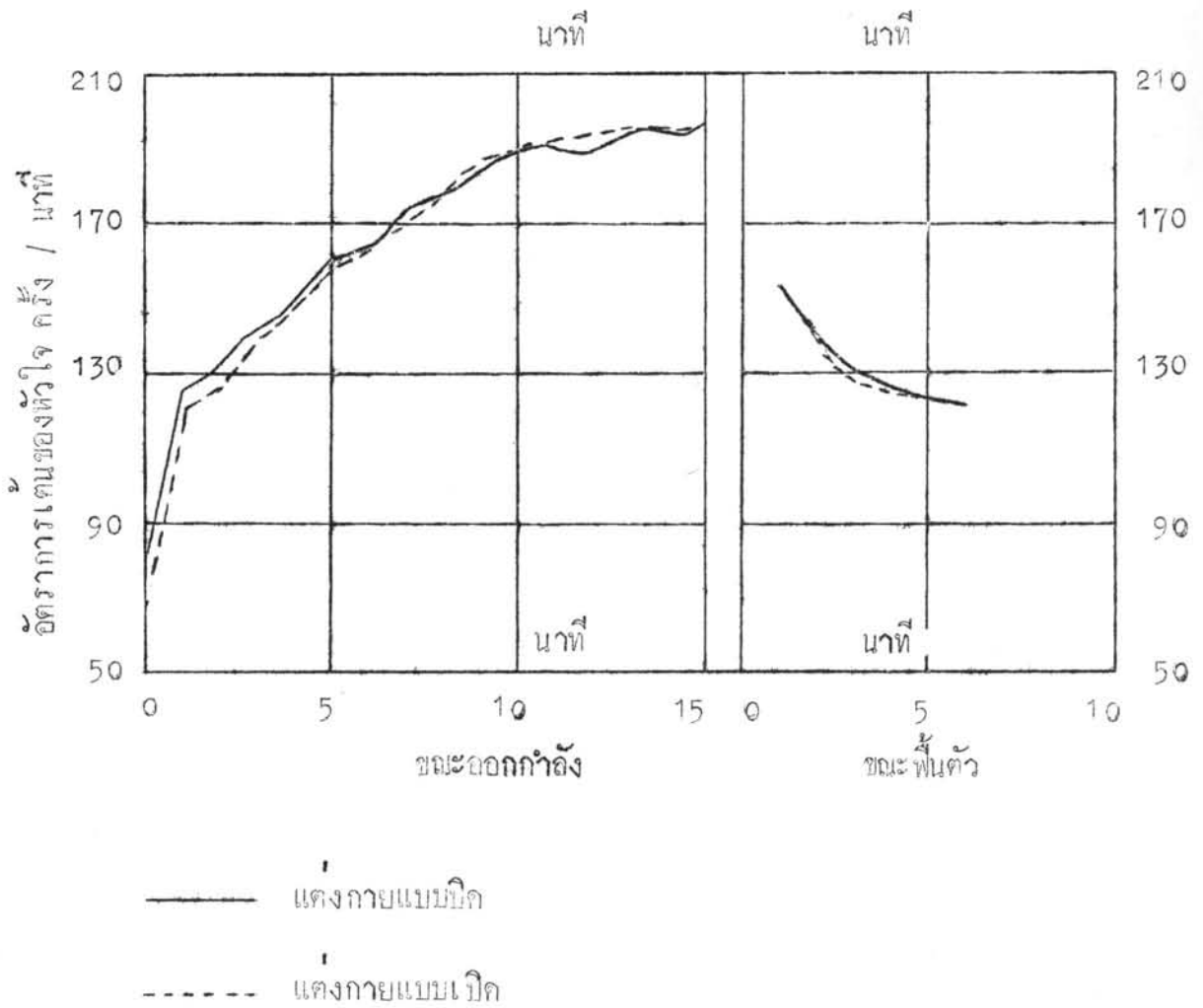
2. เปรียบเทียบสมรรถภาพออกซิเจนที่ความชื้นสัมพัทธ์เท่ากัน

ที่ความชื้นสัมพัทธ์ 80 % ในอุณหภูมิ 28 ° ซ. ผู้ถูกทดลองมีสมรรถภาพการจับออกซิเจนมาใช้ในระหว่างการออกกำลังกายได้มากกว่าในอุณหภูมิ 40 ° ซ. อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05.

ที่ความชื้นสัมพัทธ์ 65 % ในอุณหภูมิ 28 ° ซ. ผู้ถูกทดลองมีสมรรถภาพการจับออกซิเจนมาใช้ในระหว่างการออกกำลังกายได้มากกว่าในอุณหภูมิ 40 ° ซ. อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05.

3. เปรียบเทียบสมรรถภาพออกซิเจนที่อุณหภูมิและความชื้นสัมพัทธ์เดียวกัน

เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบ ปิด ผู้ถูกทดลองมีสมรรถภาพการจับออกซิเจนไม่แตกต่างจากเมื่อแต่งกายเปิดอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05.

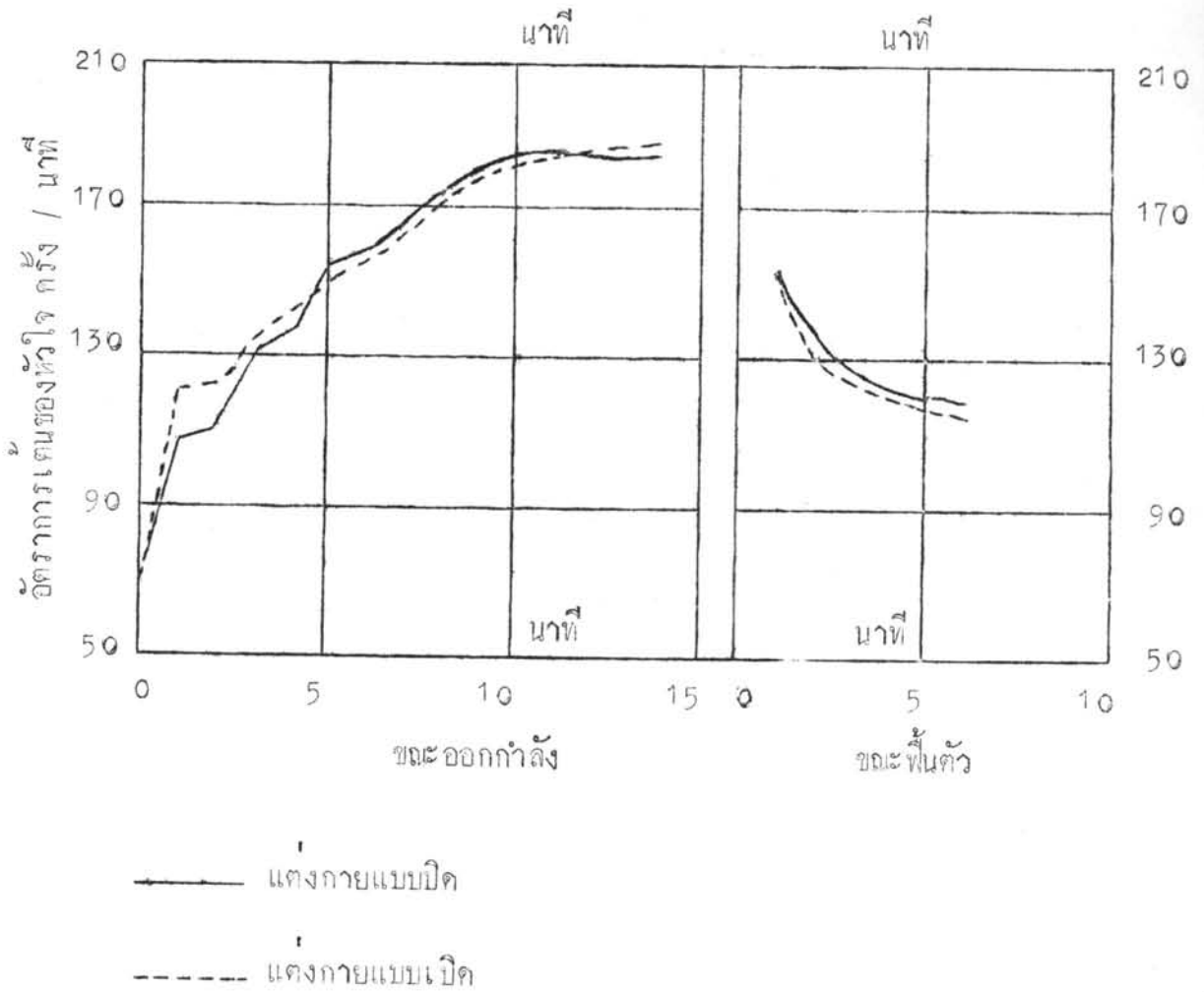


แผนภูมิที่ 2 เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายอย่างหนัก และ ระยะเวลาฟื้นตัว เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบปิดและเปิด ที่อากาศมีอุณหภูมิ 40° ซ. และความชื้นสัมพัทธ์ 80 %

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายและขณะฟื้นตัว เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบปิดและเปิดที่อุณหภูมิและความชื้นสัมพัทธ์เดียวกัน (อุณหภูมิ 40°ซ., ความชื้นสัมพัทธ์ 80%)

	นาทีที่	แต่งกายแบบปิด	แต่งกายแบบเปิด
อัตราเต้นของหัวใจก่อนทดลอง	0	83	84
อัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกาย	1	124	123
(ครั้ง / นาที)	2	128	126
	3	140	138
	4	146	146
	5	158	157
	6	162	163
	7	172	172
	8	176	176
	9	181	174
	10	187	187
	11	188	189
	12	186	190
	13	188	189
อัตราเต้นของหัวใจขณะฟื้นตัว	1	154	154
(ครั้ง / นาที)	2	139	136
	3	130	130
	4	127	127
	5	125	126
	6	125	124

ที่อุณหภูมิ 40°ซ. ความชื้นสัมพัทธ์ 80% ผู้ถูกทดลองที่แต่งกายแบบปิดและเปิด มีอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายและฟื้นตัวไม่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

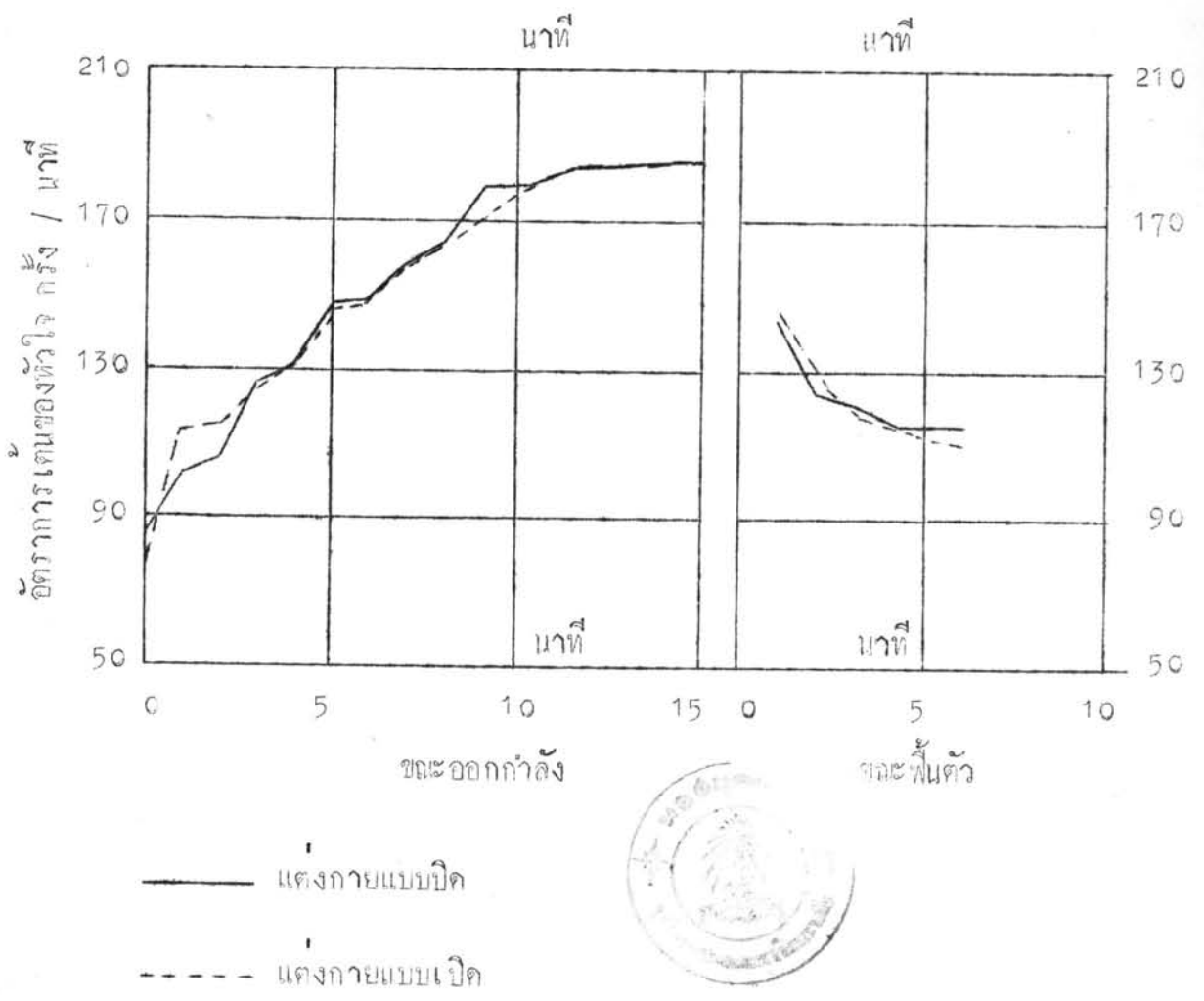


แผนภูมิที่ 3 เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจระยะออกกำลังอย่างหนัก และระยะฟื้นตัว เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบปิดและเปิด ที่อากาศมีอุณหภูมิ 40° ซ. และความชื้นสัมพัทธ์ 65 %

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายและขณะพักของผู้ถูกทดลองเมื่อแต่งกายแบบปิดและเปิดที่อุณหภูมิและความชื้นสัมพัทธ์เดียวกัน (อุณหภูมิ 40° ซ., ความชื้นสัมพัทธ์ 65 %)

	นาที	แต่งกายแบบปิด	แต่งกายแบบเปิด
อัตราเต้นของหัวใจก่อนทดลอง	0	78	78
อัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกาย	1	119	119
(ครั้ง / นาที)	2	123	123
	3	130	133
	4	137	140
	5	152	149
	6	157	156
	7	167	166
	8	173	172
	9	179	177
	10	183	180
	11	185	185
	12	186	186
	13	184	187
อัตราเต้นของหัวใจขณะพัก	1	152	150
(ครั้ง / นาที)	2	136	132
	3	128	126
	4	124	121
	5	122	119
	6	119	118

ที่อุณหภูมิ 40° ซ., ความชื้นสัมพัทธ์ 65 % การเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายของผู้ถูกทดลองเมื่อแต่งกายแบบปิดไม่แตกต่างจากเมื่อแต่งกายแบบเปิดอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่ในขณะที่อัตราเต้นของหัวใจของผู้ถูกทดลองเมื่อแต่งกายแบบเปิดลดลงได้เร็วกว่าและต่ำกว่า เมื่อแต่งกายแบบปิดอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05



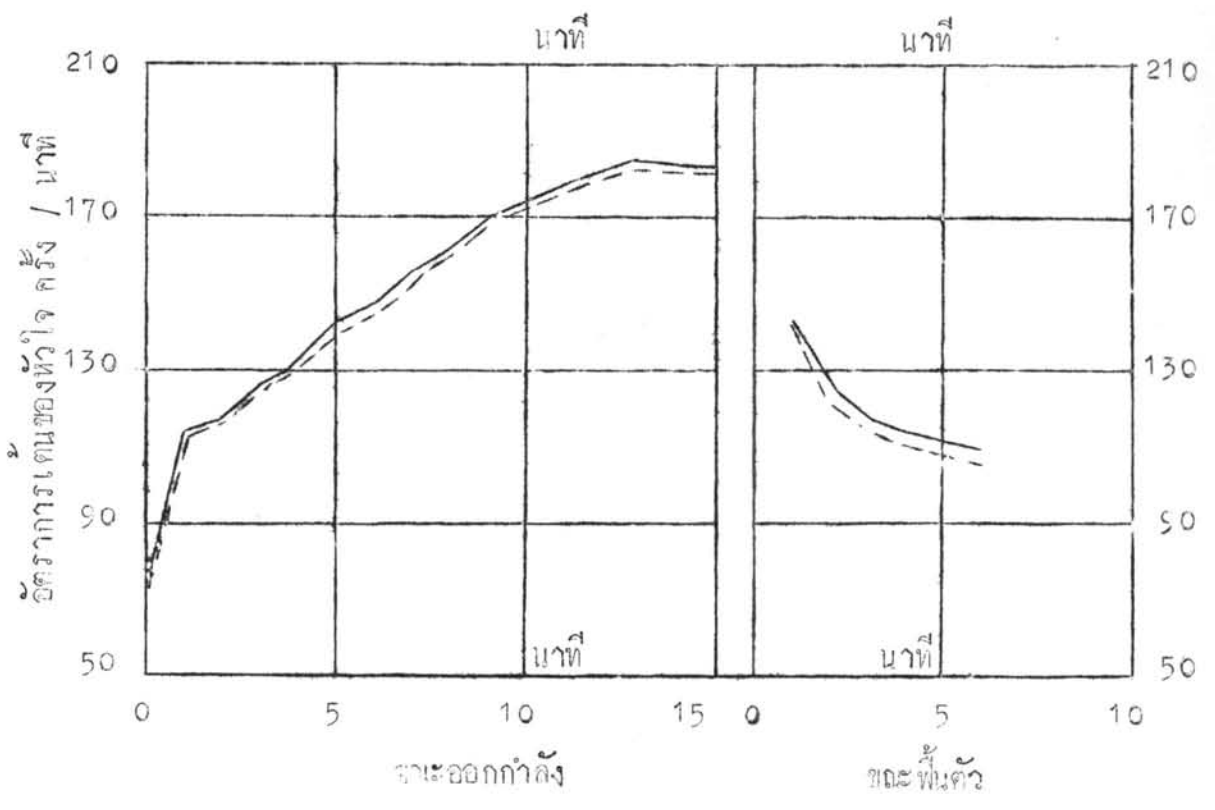
แผนภูมิที่ 4 เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงอัตราการเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายอย่างหนัก และขณะพักตัว เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบปิดและเปิด ที่อากาศมีอุณหภูมิ 28° ซ. และความชื้นสัมพัทธ์ 80 %



ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายและขณะฟื้นตัวของผู้ที่แต่งกายแบบปิดและเปิดที่อุณหภูมิและความชื้นสัมพัทธ์ 28 °ซ., ความชื้นสัมพัทธ์ 80 %)

	นาที	แต่งกายแบบปิด	แต่งกายแบบเปิด
อัตราเต้นของหัวใจขณะทดลอง	0	74	74
อัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกาย	1	112	113
(ครั้ง / นาที)	2	117	114
	3	127	127
	4	133	131
	5	147	141
	6	147	147
	7	158	158
	8	164	163
	9	179	172
	10	179	177
	11	183	183
	12	185	185
	13	186	185
อัตราเต้นของหัวใจขณะฟื้นตัว	1	144	145
(ครั้ง / นาที)	2	125	128
	3	121	120
	4	117	116
	5	115	113
	6	114	111

ที่อุณหภูมิ 28 °ซ., ความชื้นสัมพัทธ์ 80 % เมื่อแต่งกายแบบเปิด ผู้ถูกทดลองมีอัตราเต้นของหัวใจในขณะออกกำลังกายต่ำกว่าเมื่อแต่งกายแบบปิดเล็กน้อยอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่ในขณะฟื้นตัวไม่พบว่ามี ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ระหว่างเครื่องแต่งกายทั้งสองแบบ



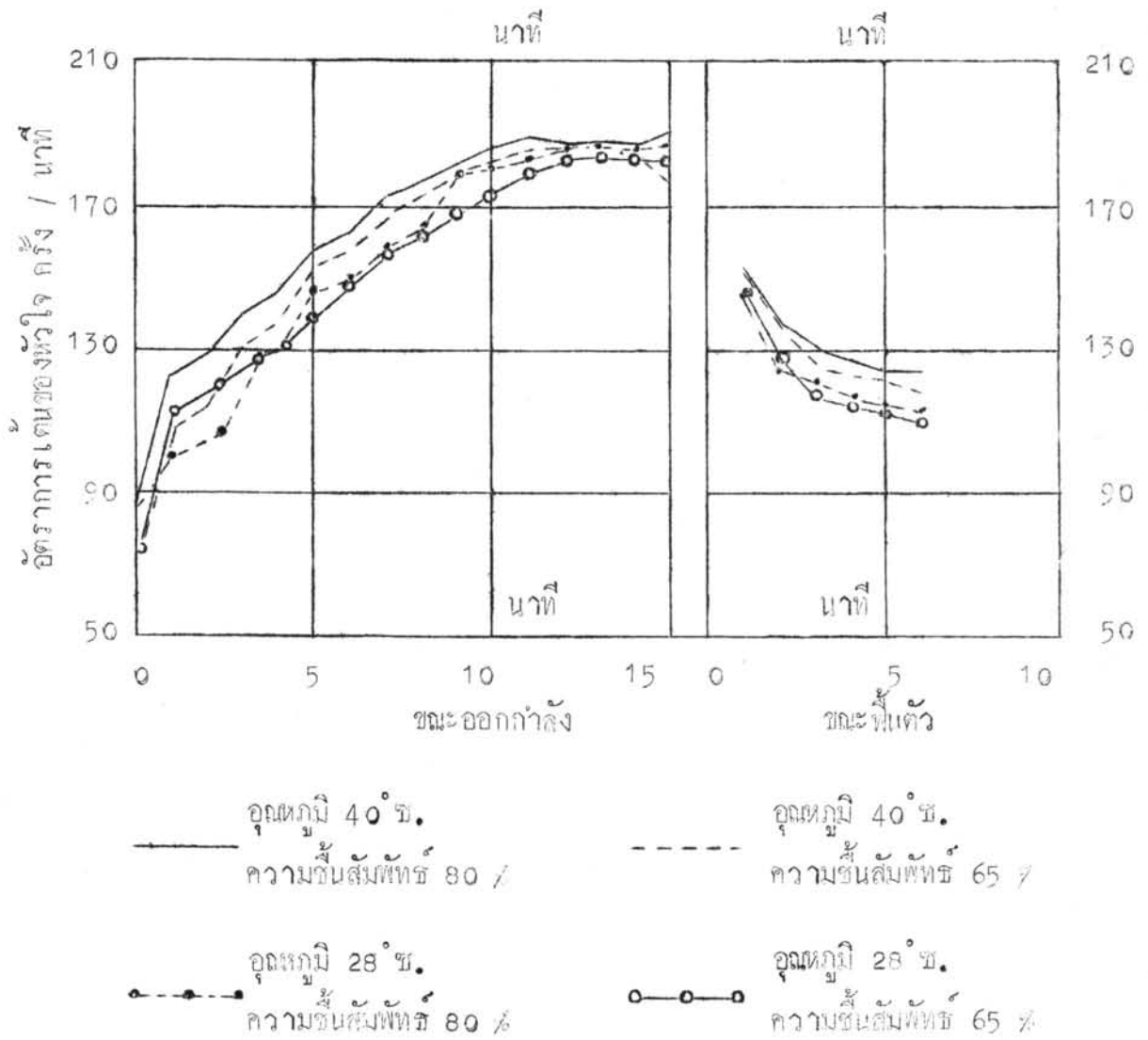
———— แต่งกายแบบปิด  
 - - - - - แต่งกายแบบเปิด

แผนภูมิที่ 5 เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกายอย่างหนัก และขณะพักตัว เมื่อถูกทดสอบแต่งกายแบบปิดและเปิด ที่อากาศมีอุณหภูมิ 28°C, และความชื้นสัมพัทธ์ 65%

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายและขณะฟื้นตัวของผู้ถูกทดลองเมื่อแต่งกายแบบปิดและเปิดที่อุณหภูมิและความชื้นเดียวกัน (อุณหภูมิ 28°ซ., ความชื้นสัมพัทธ์ 65%)

	นาที	แต่งกายแบบปิด	แต่งกายแบบเปิด
อัตราเต้นของหัวใจก่อนทดลอง	0	73	71
อัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกาย	1	113	113
(ครั้ง / นาที)	2	118	116
	3	126	124
	4	132	130
	5	142	139
	6	147	144
	7	156	154
	8	162	159
	9	169	168
	10	174	173
	11	178	178
	12	183	180
	13	185	182
อัตราเต้นของหัวใจขณะฟื้นตัว	1	145	144
(ครั้ง / นาที)	2	127	124
	3	118	116
	4	116	113
	5	113	109
	6	111	108

ที่อุณหภูมิ 28°ซ., ความชื้นสัมพัทธ์ 65% เมื่อแต่งกายแบบเปิดผู้ถูกทดลองมีอัตราเต้นของหัวใจในขณะออกกำลังกายและขณะฟื้นตัวต่ำกว่าเมื่อแต่งกายแบบปิดอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05



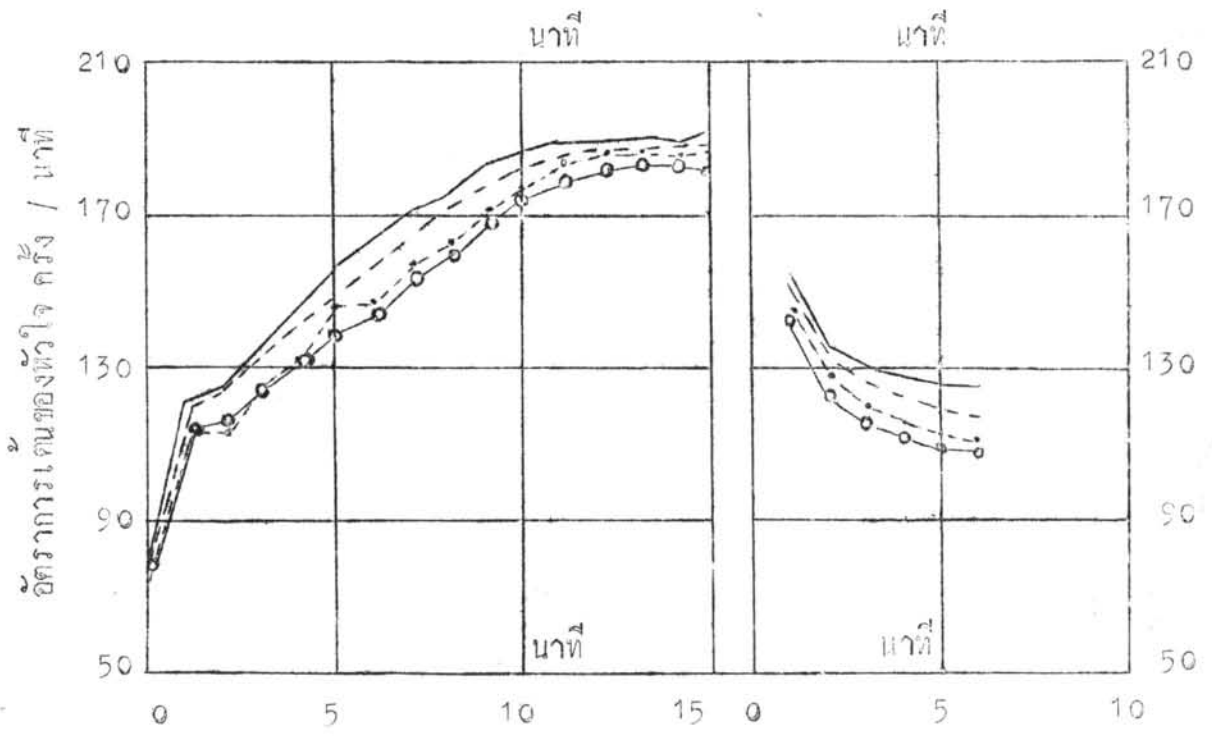
แผนภูมิที่ 6 เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังอย่างหนัก และขณะพักตัว ในอากาศแวดล้อมต่าง ๆ เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบปิด

315804045.

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายหนักและระดับ  
ที่หัวใจ ที่อุณหภูมิและความชื้นต่าง ๆ ในเครื่องแต่งกายแบบปิด

	นาทีที่	40° ซ., 80%	40° ซ., 65%	28° ซ., 80%	28° ซ., 65%
อัตราเต้นของหัวใจก่อนทดลอง	0	83	78	74	73
อัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกาย (ครั้ง / นาที)	1	124	119	112	113
	2	126	123	117	118
	3	140	130	127	126
	4	146	137	133	132
	5	158	152	147	142
	6	162	157	147	147
	7	172	167	158	156
	8	176	173	164	162
	9	181	179	179	169
	10	187	183	179	174
	11	188	185	183	178
	12	186	186	185	183
	13	188	185	186	184
อัตราเต้นของหัวใจขณะพักตัว (ครั้ง / นาที)	1	154	152	144	145
	2	139	136	125	127
	3	130	128	121	118
	4	127	124	117	116
	5	125	122	115	113
	6	125	119	114	111

เมื่อถูกทดลองแต่งกายแบบปิดเหมือนกันแต่ออกกำลังกายในอุณหภูมิต่างกันและความ  
ชื้นสัมพัทธ์ต่างกัน อัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายและ ขณะพักตัวที่อากาศแวดล้อมแต่ละ  
แบบต่างกันอย่างมีนัยสำคัญระดับ .05



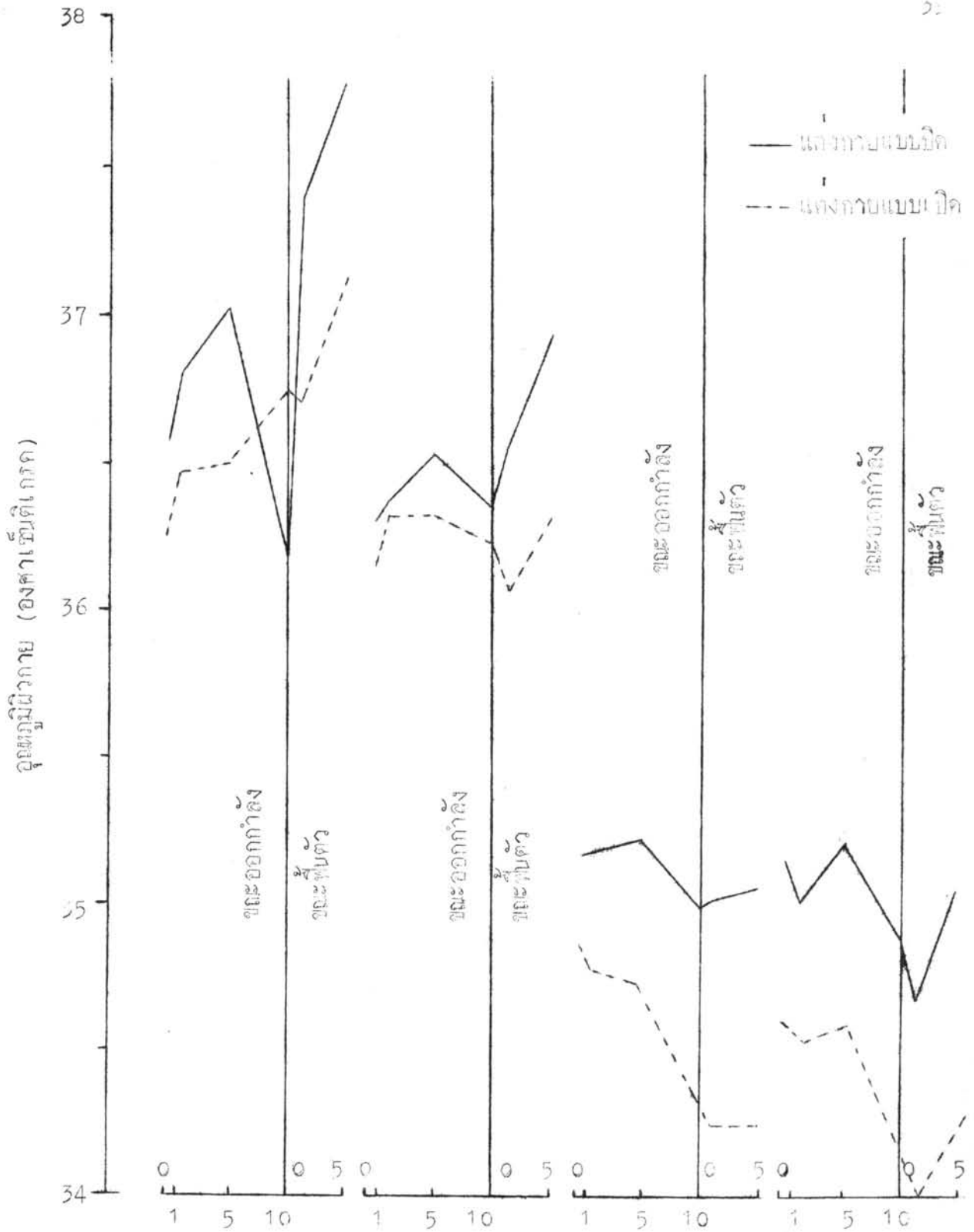
แผนภูมิที่ 7 เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายหนัก และขณะพักผ่อนในอากาศแวดล้อมต่าง ๆ เมื่อผู้ถูกทดลองสวมเสื้อกายแบบเปิด

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงอัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายอย่างหนักและขณะฟื้นตัวที่อุณหภูมิและความชื้นต่าง ๆ ในชุดเปิด

	นาที	40° ซ.,	40° ซ.,	28° ซ.,	28° ซ.,
		30%	65%	80%	65%
อัตราเต้นของหัวใจก่อนทดลอง	0	84	78	74	71
อัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกาย (ครั้ง / นาที)	1	123	119	113	113
	2	126	123	114	116
	3	138	133	127	124
	4	146	140	131	130
	5	157	149	141	139
	6	163	156	147	144
	7	172	166	158	154
	8	176	172	163	159
	9	184	177	172	168
	10	187	180	177	173
	11	189	185	183	178
	12	190	186	185	180
	13	190	187	185	182
การเต้นของหัวใจขณะฟื้นตัว (ครั้ง / นาที)	1	154	150	145	144
	2	136	132	128	124
	3	130	126	120	116
	4	127	121	116	113
	5	126	119	113	109
	6	124	118	111	108

เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบเปิดเหมือนกัน แต่ออกกำลังกายในอุณหภูมิต่างกันและความชื้นสัมพัทธ์ต่างกัน อัตราเต้นของหัวใจขณะออกกำลังกายและขณะฟื้นตัวที่อากาศแวดล้อมแต่ละแบบต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05





อุณหภูมิ 40° N.      อุณหภูมิ 40° S.      อุณหภูมิ 28° N.      อุณหภูมิ 28° S.  
 ความชื้นสัมพัทธ์ 80 %    ความชื้นสัมพัทธ์ 65 %    ความชื้นสัมพัทธ์ 80 %    ความชื้นสัมพัทธ์ 65 %

แผนภูมิที่ 8 เปรียบเทียบอุณหภูมิเฉลี่ยในขณะออกกำลังอย่างหนักและขณะพักตัวของบุคคลสองที่แต่งกายแบบเปิดและเปิดในอากาศแวดล้อมแบบต่าง ๆ



ตารางที่ 9 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยอุณหภูมิผิวภายในขณะออกกำลังกายอย่างหนักและขณะฟื้นตัวของ  
ผู้ที่ออกกำลังกายแบบปิดและเปิดในอากาศแวดล้อมต่าง ๆ

แบบของ เครื่อง แต่งกาย	อุณหภูมิ °ซ.	ความชื้น สัมพัทธ์ %	อุณหภูมิผิวภายใน (°ซ.)						
			ก่อนทดลอง นาทีที่ 0	ขณะออกกำลังกาย				ขณะฟื้นตัว	
				นาทีที่ 1	นาทีที่ 5	นาทีที่ 10	นาทีที่ 1	นาทีที่ 5	
ปิด	40	80	36.6	36.8	37.0	36.1	37.4	37.8	
เปิด	40	80	36.3	36.4	36.5	36.7	36.7	37.1	
ปิด	40	65	36.3	36.4	36.5	36.3	36.5	36.9	
เปิด	40	65	36.1	36.3	36.3	36.2	36.0	36.3	
ปิด	28	80	35.2	35.2	35.2	35.0	35.0	35.1	
เปิด	28	80	34.8	34.8	34.7	34.3	34.2	34.3	
ปิด	28	65	35.1	35.1	35.2	34.9	34.7	35.1	
เปิด	28	65	34.6	34.5	34.6	34.1	33.9	34.3	

1. เปรียบเทียบอุณหภูมิผิวหนังที่อุณหภูมิเท่ากัน

ที่อุณหภูมิ 40° ซ. เมื่อผู้ถูกทดลองออกกำลังที่อากาศมีความชื้นสัมพัทธ์ 65 %  
อุณหภูมิผิวหนังของผู้ถูกทดลองน้อยกว่าที่อากาศมีความชื้นสัมพัทธ์ 80 % อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ

.05

ที่อุณหภูมิ 28° ซ. เมื่อผู้ถูกทดลองออกกำลังที่อากาศมีความชื้นสัมพัทธ์ 65 % อุณหภูมิ  
ผิวหนังของผู้ถูกทดลองน้อยกว่าที่อากาศมีความชื้นสัมพัทธ์ 80 % อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

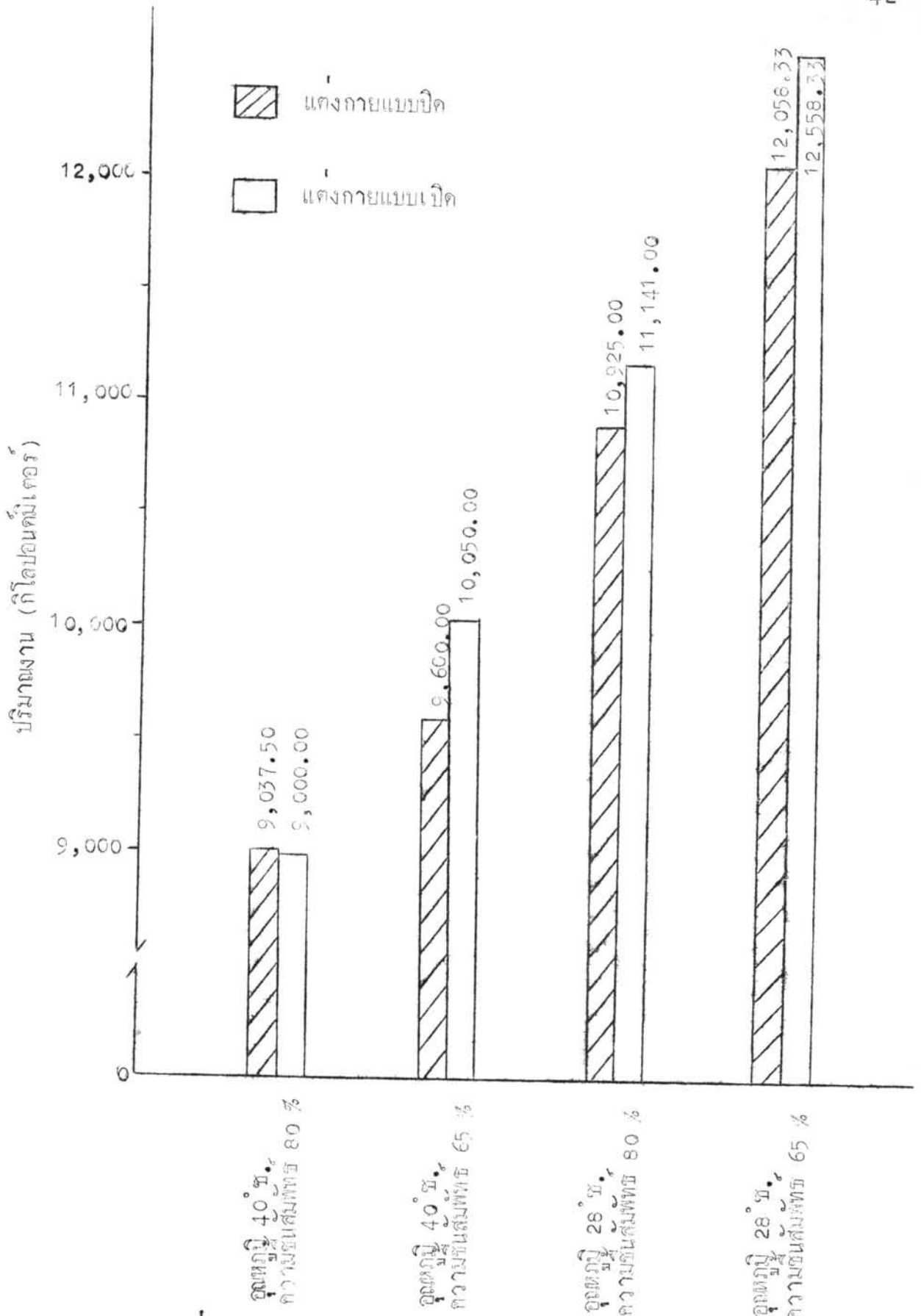
2. เปรียบเทียบอุณหภูมิผิวหนังที่ความชื้นสัมพัทธ์เท่ากัน

ที่ความชื้นสัมพัทธ์ 80 % เมื่อผู้ถูกทดลองออกกำลังที่อุณหภูมิ 28° ซ. อุณหภูมิผิว  
กายของผู้ถูกทดลองต่ำกว่าที่อุณหภูมิ 40° ซ. อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ที่ความชื้นสัมพัทธ์ 65 % เมื่อผู้ถูกทดลองออกกำลังที่อุณหภูมิ 28° ซ. อุณหภูมิผิว  
กายของผู้ถูกทดลองต่ำกว่าที่อุณหภูมิ 40° ซ. อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3. เปรียบเทียบอุณหภูมิผิวหนังเมื่อผู้ถูกทดลองใช้เครื่องแต่งกายต่างกันที่อุณหภูมิและ  
ความชื้นสัมพัทธ์เดียวกัน

เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบเปิดอุณหภูมิผิวหนังของผู้ถูกทดลองในขณะออกกำลัง  
และขณะพักน้อยกว่าเมื่อแต่งกายแบบปิดอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05



แผนภูมิที่ 9 เปรียบเทียบปริมาณงานเฉลี่ยที่ผู้ถูกทดลองทำได้ในสภาวะการวัดต่าง ๆ

ตารางที่ 10 เปรียบเทียบปริมาณงานเฉลี่ยที่ผู้ถูกทดลองสามารถทำได้ในสภาพการต่าง ๆ

อุณหภูมิ	ปริมาณงาน (กิโลปอนด์เมตร)			
	ร่างกายแบบปิด		ร่างกายแบบเปิด	
	80 % R.H.	65 % R.H.	80 % R.H.	65 % R.H.
40° ซ.	9,037.5	9,600.0	9,000.0	10,050.0
28° ซ.	10,925.0	12,058.3	11,141.0	12,558.3

1. เปรียบเทียบปริมาณงานที่อุณหภูมิเท่ากัน

ที่อุณหภูมิ 40° ซ. ผู้ถูกทดลองออกกำลังที่อากาศมีความชื้นสัมพัทธ์ 65 % สามารถทำงานได้ปริมาณมากกว่า ที่อากาศมีความชื้นสัมพัทธ์ 80 % อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ที่อุณหภูมิ 28° ซ. ผู้ถูกทดลองออกกำลังที่อากาศมีความชื้นสัมพัทธ์ 65 % สามารถทำงานได้ปริมาณงานมากกว่า ที่อากาศมีความชื้นสัมพัทธ์ 80 % อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

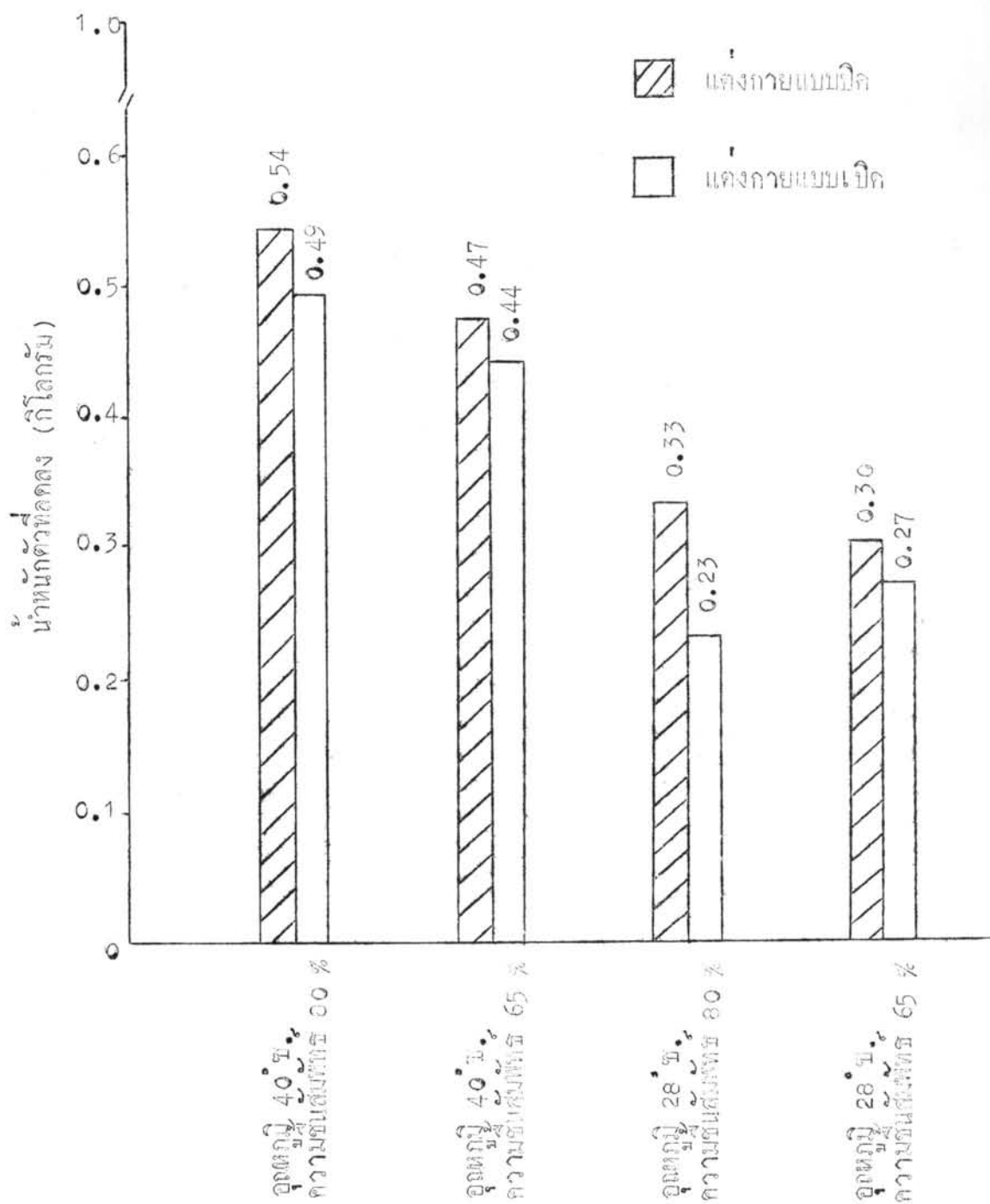
2. เปรียบเทียบปริมาณงานที่ความชื้นสัมพัทธ์เท่ากัน

ที่ความชื้นสัมพัทธ์ 80 % ในอุณหภูมิ 28° ซ. ผู้ถูกทดลองออกกำลังได้มีปริมาณงานมากกว่าในอุณหภูมิ 40° ซ.

ที่ความชื้นสัมพัทธ์ 65 % ในอุณหภูมิ 28° ซ. ผู้ถูกทดลองออกกำลังได้มีปริมาณงานมากกว่าในอุณหภูมิ 40° ซ.

3. เปรียบเทียบปริมาณงานเมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายสองแบบที่อุณหภูมิและความชื้นสัมพัทธ์เดียวกัน

เมื่อแต่งกายแบบเปิดผู้ถูกทดลองออกกำลังทำงานได้ปริมาณมากกว่าเมื่อแต่งกายแบบปิดอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 เว้นแต่ในอุณหภูมิ 40° ซ. ความชื้นสัมพัทธ์ 80 % การแต่งกายแบบปิดช่วยให้ผู้ถูกทดลองทำงานได้ปริมาณมากกว่าเมื่อแต่งกายแบบเปิดอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ



แผนภูมิที่ 10 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของน้ำหนักน้ำที่ดูดลงภายใต้การออกกำลังกายอย่างหนักในสภาพการณ์ต่าง ๆ

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ยของน้ำหนักตัวที่ลดลงภายหลังการออกกำลังกายอย่างหนักในสภาพการต่าง ๆ

อุณหภูมิ	น้ำหนักที่ลดลง (กิโลกรัม)			
	แสงกายแบบปิด		แสงกายแบบเปิด	
	80 % R.H.	65 % R.H.	80 % R.H.	65 % R.H.
40° ซ.	0.54	0.47	0.49	0.44
28° ซ.	0.33	0.30	0.23	0.27

1. เปรียบเทียบน้ำหนักตัวที่ลดลงเมื่อทำงานที่อุณหภูมิเท่ากัน

ที่อุณหภูมิ 40° ซ. น้ำหนักตัวที่ลดลงของผู้ถูกทดลองที่ออกกำลังกายในอากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 65 % ไม่แตกต่างจากการออกกำลังกายในอากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 80 % อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ที่อุณหภูมิ 28° ซ. น้ำหนักตัวที่ลดลงของผู้ถูกทดลองที่ออกกำลังกายในอากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 65 % ไม่แตกต่างจากการออกกำลังกายในอากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 80 % อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2. เปรียบเทียบน้ำหนักตัวที่ลดลงเมื่อทำงานในอากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์เท่ากัน

ที่ความชื้นสัมพัทธ์ 80 % ผู้ถูกทดลองที่ออกกำลังกายในอุณหภูมิ 40° ซ. มีน้ำหนักตัวลดลงมากกว่าเมื่อออกกำลังกายในอุณหภูมิ 28° ซ. อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ที่ความชื้นสัมพัทธ์ 65 % ผู้ถูกทดลองที่ออกกำลังกายในอุณหภูมิ 40° ซ. มีน้ำหนักตัวลดลงมากกว่า เมื่อออกกำลังกายในอุณหภูมิ 28° ซ. อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3. เปรียบเทียบน้ำหนักตัวที่ลดลงเมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายสองแบบในการออกกำลังกายที่อุณหภูมิและความชื้นสัมพัทธ์เดียวกัน

ที่อากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 80 % เมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบปิดมีน้ำหนักตัวลดลงมากกว่าเมื่อแต่งกายแบบเปิดอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ตารางที่ 12 เปรียบเทียบความดันเลือดขณะพักก่อนออกกำลังกาย ขณะฟื้นตัวในนาทีที่ 1 และนาทีที่ 6 ในอากาศ  
แวดล้อมและเครื่องแต่งกายต่างกัน

อุณหภูมิ °C	ความชื้น สัมพัทธ์ %	ขณะพักก่อนออกกำลังกาย			ขณะฟื้นตัวนาทีที่ 1			ขณะฟื้นตัวนาทีที่ 6											
		ซิสโตลิก		ไดแอสโตลิก	ซิสโตลิก		ไดแอสโตลิก	ซิสโตลิก		ไดแอสโตลิก									
		ปิด	เปิด	ปิด	เปิด	ปิด	เปิด	ปิด	เปิด	ปิด	เปิด								
40	80	114	110	67	68	47	42	147	143	46	47	101	96	131	125	66	61	67	63
40	65	113	110	70	68	43	42	156	146	50	54	105	93	124	120	63	59	61	59
29	80	114	111	71	70	42	40	147	149	53	47	94	102	124	121	62	61	61	61
28	65	114	112	74	71	40	41	156	154	56	55	99	99	127	121	66	64	61	57

1. เปรียบเทียบความดันเลือดที่อุณหภูมิต่างกัน

ที่อุณหภูมิ 40° ซ. ความดันเลือดของผู้ถูกทดลองขณะพักก่อนออกกำลังกายและขณะฟื้นตัว ในอากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 65 % ไม่แตกต่างจากในอากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 80 % อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ที่อุณหภูมิ 28° ซ. ความดันเลือดของผู้ถูกทดลองขณะพักก่อนออกกำลังกายและขณะฟื้นตัว ในอากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 65 % ไม่แตกต่างจากในอากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ 80 % อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2. เปรียบเทียบความดันเลือดเมื่อออกกำลังกายที่อากาศที่มีความชื้นสัมพัทธ์ต่างกัน

ที่ความชื้นสัมพัทธ์ 80 % ความดันเลือดของผู้ถูกทดลองขณะพักก่อนออกกำลังกายและขณะฟื้นตัวในอากาศที่มีอุณหภูมิ 40° ซ. ไม่แตกต่างจากในอากาศที่มีอุณหภูมิ 28° ซ. อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ที่ความชื้นสัมพัทธ์ 65 % ความดันเลือดของผู้ถูกทดลองขณะพักก่อนออกกำลังกายและขณะฟื้นตัวในอากาศที่มีอุณหภูมิ 40° ซ. ไม่แตกต่างจากในอากาศที่มีอุณหภูมิ 28° ซ. อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3. เปรียบเทียบความดันเลือดขณะพักก่อนออกกำลังกายและขณะฟื้นตัวเมื่อผู้ถูกทดลองแต่งกายแบบที่อุณหภูมิต่างกันและความชื้นสัมพัทธ์เดียวกัน

ความดันเลือดในขณะออกกำลังกายและขณะฟื้นตัวของผู้ถูกทดลองที่แต่งกายแบบปิดและแบบเปิดไม่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05