

## 第肆章 結果

本章依實驗結果所得的數據，經統計分析後，分下列兩個部分加以說明：一、受試者基本資料分析；二、各個測驗項目前後測結果比較。

### 一、受試者基本資料分析

本研究之受試者為來自高雄縣老人公寓的 15 位 65 歲以上，且無飲酒或輕度飲酒習慣之老年人。基本資料如表 4-1 所示：

表 4-1 受試者基本資料表 (n=15)

變項	平均數	標準差	最小值	最大值
年齡(歲)	77.87	8.38	65	93
身高(公分)	167.1	6.96	157	183
體重(公斤)	67.85	11.78	47.5	93

### 二、各個測驗項目前後測結果比較

受試者填寫基本資料及健康評量問卷之後，在經由適當熱身且不耗損過多體力情況下，於第一天下午三時開始進行前測項目。測驗項目包括：閉眼單足站立、靜態伸展測驗、8 呎起立-走測驗、反應時間、30 秒坐椅站立測驗，共五種評量項目。前測完畢後約定隔天下午二時進行酒精介入測驗，30 分鐘吸收期之後再進行後測。前後測資料取得後進行統計分析，結果呈現於表 4-2。

表 4-2 各個測驗項目前後測結果比較表 (n=15)

測驗項目		平均數	標準差	自由度	t 值
閉眼單足站立 (秒)	前測	2.5	1.34	14	4.512*
	後測	1.1	0.26		
靜態伸展 (公分)	前測	34.9	6.707	14	2.22*
	後測	32.3	7.334		
8 呎起立-走 (秒)	前測	7.6	2.554	14	-2.406*
	後測	8.5	3.755		
反應時間 (秒)	前測	0.911	0.283	14	-1.212
	後測	1.028	0.467		
30 秒坐椅站立 (次)	前測	12.3	3.97	14	0.307
	後測	12.1	3.07		

N=15, \*表示  $p < .05$

針對表 4-2 的結果顯示做以下說明，平均數及標準差以 (M±SD) 呈現。

### (一) 閉眼單足站立

閉眼單足站立測驗目的是評量老年人的靜態平衡能力。於數據結果顯示前測 (2.5±1.34) 秒，後測 (1.1±0.26) 秒，後測成績明顯變差，老年人飲酒後於此項目的前後測達顯著差異 (p<.05)。

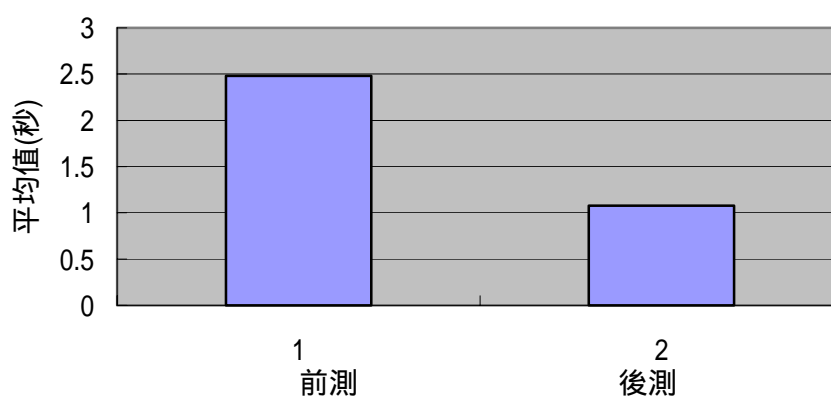


圖4-1 閉眼單足站立喝酒前後平均數比較圖

### (二) 靜態伸展測驗

靜態伸展測驗的目的是評量老年人維持靜態平衡的最大能力。數據結果顯示前測 (34.9±6.707) 公分，後測 (32.3±7.334) 公分，後測成績明顯變差。老年人飲酒後於此項目的前後測達顯著差異 (p<.05)。

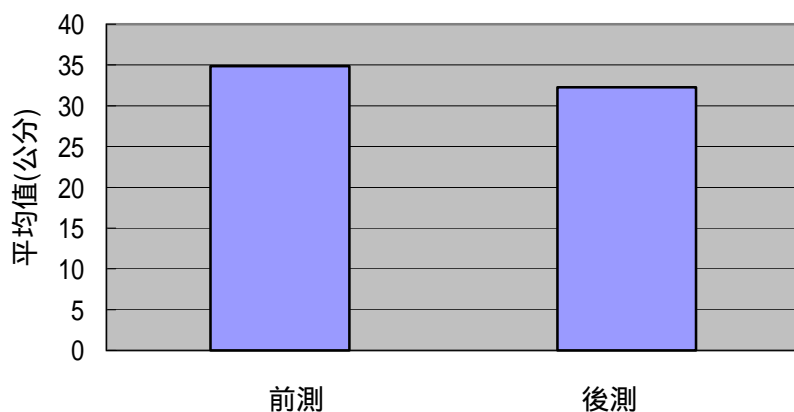


圖4-2 靜態伸展測驗喝酒前後平均數比較圖

### (三) 8 呎起立-走測驗

8 呎起立-走測驗主要是測量老年人的敏捷性與動態平衡能力。數據結果顯示前測 ( $7.6 \pm 2.554$ ) 秒，後測 ( $8.5 \pm 3.755$ ) 秒，後測成績明顯變差。老年人飲酒後於此項目的前後測達顯著差異 ( $p < .05$ )。

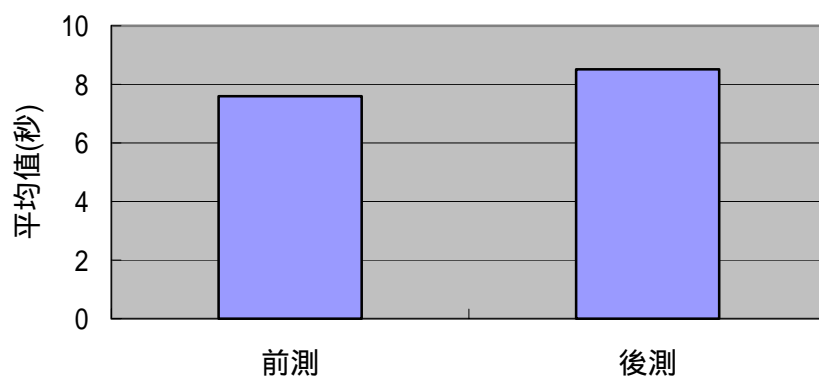


圖4-3 8呎起立-走喝酒前後平均數比較圖

#### (四) 反應時間

反應時間主要是評量受試者全身性的簡單反應時間。數據結果顯示前測 ( $0.911 \pm 0.283$ ) 秒，後測 ( $0.894 \pm 0.371$ ) 秒。老年人飲酒後於此項目的前後測未達顯著差異。

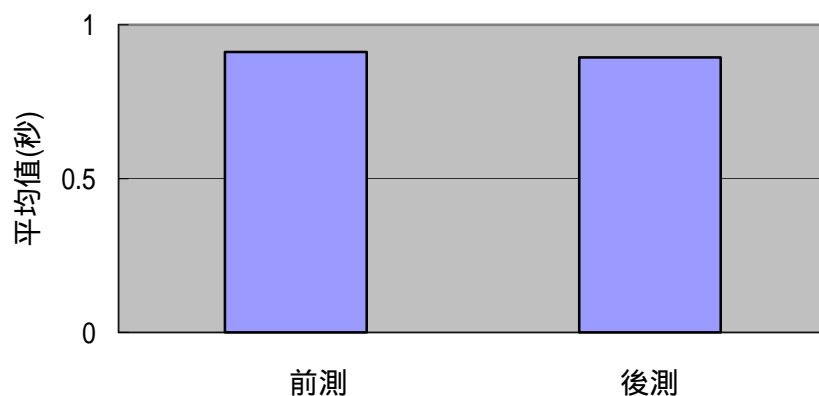


圖4-4 反應時間喝酒前後平均數比較圖

#### (五) 30 秒坐椅站立測驗

30 秒坐椅站立測驗主要是評量受試者的下肢肌力。數據結果顯示前測 ( $12.3 \pm 3.97$ ) 次，後測 ( $12.1 \pm 3.07$ ) 次。老年人飲酒後於此項目的前後測未達顯著差異。

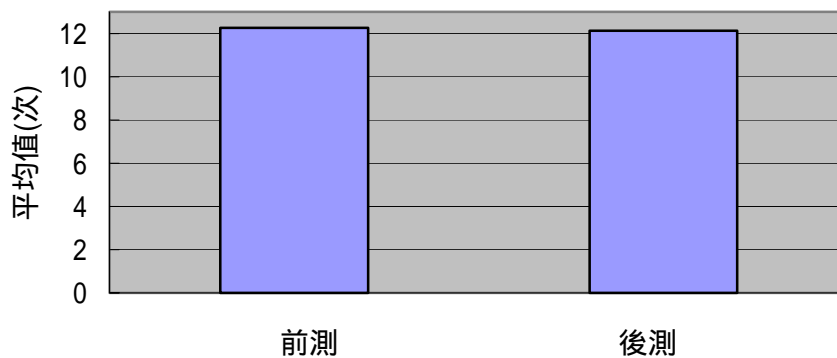


圖4-5 30秒坐椅站立測驗喝酒前後平均數比較圖

綜合上述各項測驗結果可知，老年人飲酒之後，再接受五個項目的後測，有閉眼單足站立、靜態伸展測驗、8 呎起立-走測驗，三個項目達顯著差異 ( $p < .05$ )。其餘兩個項目：反應時間、30 秒坐椅站立測驗，則未達顯著差異。