



ผลงานวิชาการ R2R

| | |
|------------|--|
| ชื่อเรื่อง | ประสิทธิผลของการรักษาอาการปวดเข่าด้วยการพอกยาสมุนไพรแบบผสมผสานในผู้ป่วยข้อเข่าเสื่อม |
| ผู้นำเสนอ | น.ส.สุตารัตน์ เกตุรัตน์ ตำแหน่งแพทย์แผนไทยปฏิบัติการ นางสาวยุพลักษณ์ ส่อสืบ ตำแหน่งเจ้าพนักงานสาธารณสุข |
| หน่วยงาน | งานแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลกันตัง จังหวัดตรัง |
| มือถือ | 081-6913181 |
| E-mail | plykhem@hotmail.com |

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการรักษาอาการปวดเข่าด้วยการพอกยาสมุนไพรแบบผสมผสานในผู้ป่วยข้อเข่าเสื่อม
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับความปวดเข่า ระยะเวลารอบของความปวด พิสัยการเหยียดงอเข่า และภาวะข้อจำกัดระหว่างก่อนและหลังได้รับการพอกยาสมุนไพรแบบผสมผสาน

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลัง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยข้อเข่าเสื่อมที่มีอาการปวดเข่าและมารับการรักษาที่งานแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลกันตัง ระหว่างเดือนมกราคม - พฤษภาคม 2560 จำนวน 30 คน คัดเลือกด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมวิจัย คือ 1) มีคะแนนระดับความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อม (Oxford Knee Score) ≥ 30 คะแนนขึ้นไป 2) มีระดับคะแนนความปวดเข่า ≥ 4 ใน 10 คะแนน 3) ไม่ได้รับการรักษาด้วยวิธีการอื่นใดมาก่อนหรือรักษาแต่หยุดการรักษาเป็นระยะเวลา 1 สัปดาห์ก่อนเข้าร่วมวิจัย 4) มีความสมัครใจเข้าร่วมวิจัย เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างออกจากการวิจัย คือ 1) มีอาการแพ้สมุนไพรและน้ำมัน ได้แก่ ไพล ผักเสี้ยนผี ปูนแดง ข้าวสารน้ำมันไพล น้ำมันระกำ น้ำมันมะกอก น้ำมันแก้ว น้ำมันเขียว น้ำมันอบเชย น้ำมันกานพลู การบูร และเมนทอล 2) มีอาการอื่นแทรกซ้อนที่ต้องได้รับการรักษาด้วยวิธีการอื่นร่วม โดยกลุ่มตัวอย่างได้รับการพอกตำรับยาพอกสมุนไพรบริเวณเข่าวันละ 1 ครั้ง เป็นระยะเวลา 30 นาที ติดต่อกัน 3 วัน และหลังจากพอกครบ 3 วันให้ทาถูนวดด้วยตำรับน้ำมันสมุนไพรบริเวณเข่าวันละ 1 ครั้ง ติดต่อกัน 7 วัน เก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง โดยประเมิน 1) ระดับความปวดด้วยมาตรวัดความปวดเป็น Numeric rating scales 2) ระยะเวลารอบของความปวด 3) พิสัยการเหยียดงอเข่าด้วยเครื่องมือวัดมุมข้อ (Goniometer) และ 4) ภาวะข้อจำกัดโดยใช้เครื่องมือ Modified WOMAC scale ฉบับภาษาไทย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาอธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ จำนวน ร้อยละ

ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ผลตัวแปรด้วยโปรแกรมทางสถิติ SPSS โดยใช้สถิติ paired t-test ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$

ผลการวิจัย

ระดับความปวดเข่าหลังได้รับการพอกยาสมุนไพรแบบผสมผสาน มีค่าเฉลี่ยระดับความปวดเข่าลดลง (\bar{X} 2.53 \pm 1.07) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.001 พิสัยของข้อเพิ่มขึ้น (งอเข่า \bar{X} 125.77 \pm 11.31 เหยียดเข่า \bar{X} 174.73 \pm 7.03) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.001 ภาวะข้อจำกัดลดลง (\bar{X} 60.70 \pm 29.54) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.001 ทั้งอาการปวดข้อในอิริยาบถต่างๆ อาการข้อฝืดข้อตึง และความลำบากในการใช้งานข้อ และผู้ป่วยร้อยละ 60 จะกลับมาปวดเข่าหลังจาก 2 สัปดาห์ จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าการพอกยาสมุนไพรแบบผสมผสานมีผลลดอาการปวดเข่าในผู้ป่วยข้อเข่าเสื่อมได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$

ข้อเสนอแนะ

การพอกยาสมุนไพรแบบผสมผสานสามารถช่วยลดอาการปวดเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมได้ ซึ่งอาจเป็นวิธีการอีกทางเลือกหนึ่งในการรักษา โดยที่ผู้ป่วยไม่ต้องกินยา ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอาการและความรุนแรงของโรค ซึ่งการพอกยาสมุนไพรฤทธิ์เย็นเป็นวิธีการที่เหมาะสม ในระยะที่ผู้ป่วยมีอาการปวดบวมอักเสบของเข่า เมื่ออาการอักเสบลดลงให้ใช้วิธีการทาสมุนไพรน้ำมันสมุนไพรฤทธิ์ร้อนเพื่อเพิ่มการไหลเวียนโลหิต ลดอาการเกร็งกล้ามเนื้อ นอกจากนี้การรักษาอาการปวดเข่าให้ได้ผลดีนั้น ผู้ป่วยควรได้รับความรู้ในการปฏิบัติตัวที่เหมาะสมกับโรค เช่น วิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมหรืออิริยาบถที่ส่งผลทำให้เกิดแรงกระทำต่อเข่ามากขึ้น เช่น การวิ่ง การยืนนานๆ การนั่งยองๆ การนั่งพับเพียบ เป็นต้น

คำสำคัญ การพอกยาสมุนไพรแบบผสมผสาน, อาการปวดเข่า, โรคข้อเข่าเสื่อม
