

ผลของการใช้แพทย์แผนไทยในการบรรเทาอาการปวดเข่าของผู้สูงอายุ โรคข้อเข่าเสื่อมที่มารับบริการ โรงพยาบาลดอยเต่า อ.ดอยเต่า จ.เชียงใหม่

2.ความเป็นมา

ในปัจจุบันสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงของประเทศไทยมีแนวโน้มสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ประเทศไทยได้ก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงด้านการเจ็บป่วย โดยเฉพาะความเจ็บป่วยจากโรคเรื้อรังซึ่งเป็นปัญหาที่ซับซ้อนทั้งในด้านสุขภาพและสังคม การก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านภาวะสุขภาพ แบบแผนการเกิดโรค ได้เปลี่ยนมาเป็นการเสื่อมสภาพของร่างกายตามวัย และโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเพิ่มขึ้น ซึ่งส่งผลกระทบต่อภาวะทางสังคมและเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศ กระทรวงสาธารณสุขได้มีการนำศาสตร์การแพทย์แผนไทยและการแพทย์ผสมผสานมาประยุกต์ใช้ดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ ตามนโยบายกระทรวงสาธารณสุขที่เล็งเห็นว่าสังคมผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้น มีการกำหนดแผนในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในด้านสุขภาพในชุมชน ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี จากการที่มีการโครงการออกชุมชนเพื่อคัดกรองความเสี่ยงของข้อเข่า ผู้ป่วยที่ได้รับการคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อม ในเขตอำเภอดอยเต่ามีทั้งหมดจำนวน 196 คน เป็น กลุ่มที่เป็นผู้สูงอายุ สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากน้ำหนักตัวที่มาก เกิดตามสภาวะความเสื่อมตามวัยของร่างกายในวัยนี้

งานแพทย์แผนไทยโรงพยาบาลดอยเต่า มีการทำงานออกชุมชนและเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ ผู้พิการ ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เพื่อป้องกันการเพิ่มของผู้ป่วยที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ในชุมชน งานแพทย์แผนไทยจึงเล็งเห็นว่า การนำศาสตร์แพทย์แผนไทย ได้แก่ การประคบด้วยสมุนไพรร้อน-ชื้น การพอกเข่าด้วยสมุนไพรคองคิง น้ำมันไพล เพื่อช่วยบรรเทาอาการปวดเข่าของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ลดปริมาณการทานยา ลดปวดในผู้สูงอายุ เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่จะช่วยลดปริมาณการใช้ยาเคมี ลดค่าใช้จ่ายเรื่องเวชภัณฑ์ยาลดปวดของโรงพยาบาลดอยเต่า

3.วัตถุประสงค์

- 3.1 เพื่อศึกษาอาการปวดของการใช้แพทย์แผนไทยในการบรรเทาอาการปวดเข่าของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม
- 3.2 เพื่อประเมินความพึงพอใจของการใช้แพทย์แผนไทยบรรเทาอาการปวดเข่าของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

4.คำถามการวิจัย

4.1 ผลของการใช้วิธีพอกข้อเข่าเสื่อมด้วยสูตรพอกเข่าด้วยสมุนไพรคองคิงเป็นอย่างไร

4.2 หลังเข้าร่วมพอกข้อเข่า ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีความพึงพอใจมากน้อย อย่างไร

5.กรอบแนวคิด

การใช้แพทย์แผนไทยในการบรรเทาอาการปวดเข่าในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอาการปวดระดับปานกลางขึ้นไป ตามสถานะตามวัยของผู้สูงอายุสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ก็คือ ความเสื่อมลงตามวัย ตามกาลเวลา ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีโรคประจำตัวเช่น เบาหวาน ความดัน และระบบการหายใจ ซึ่งต้องทำการบำบัดรักษาโดยการพบแพทย์ตามโรคประจำตัวที่เป็นอยู่ และระบบกล้ามเนื้อ กระดูก โครงร่าง เป็นอีกอาการที่พบมากในวัยนี้ เพื่อช่วยลดอาการปวดโดยลดอัตราการทานยาเข้าไปในร่างกาย งานแพทย์แผนไทยจึงหากระบวนการรักษา อีกด้านที่ไม่ต้องทายา ก็คือการนำเอาศาสตร์ทางด้าน การนวดลดการยึดติดของกล้ามเนื้อ การประคบ กล้ามเนื้อ บริเวณที่ปวดเพื่อส่งผลในการรักษาลดอาการปวดภายในกระดูกข้อต่อ ซึ่งผู้สูงอายุมักจะมีอาการ ปวดข้อเข่าร่วมด้วย อีกทั้งมีทั้งการนำสมุนไพรเพื่อช่วยลดอาการปวดข้อเข่า มาช่วยอีกทางเลือกหนึ่ง งาน แพทย์แผนไทยจึงต้องการศึกษาผลของการพอกข้อเข่าด้วยสมุนไพร ว่าผลการใช้ในกลุ่มตัวอย่างจะได้ผล จากการพอกในช่วงเวลาเริ่มศึกษา จนครบตามช่วงเวลาที่กำหนด เป็นอย่างไร ดีขึ้น มาก น้อยแค่ไหน ในการ ช่วยลดปวดข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างกลุ่มนี้ และมีความพึงพอใจในผลการใช้วิธีพอกเข่าด้วย สมุนไพรมากน้อยแค่ไหน

6. รูปแบบการศึกษาวิจัย

- เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง

7. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร – ประชากรคือผู้สูงอายุโรคเข่าเสื่อมที่ได้รับการคัดกรองจากแบบประเมินระดับความรุนแรง ของโรคข้อเข่าเสื่อม(Oxford Knee Score) จำนวน 196 คน

-กลุ่มตัวอย่างคือผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดกรอง และ ประเมินอยู่ในระดับปวดเล็กน้อย(mild pain) และระดับปานกลาง(moderate pain) จำนวน 20 คนคัดเลือกอย่างเฉพาะเจาะจง

8.เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วยจำนวน 5 ข้อ เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ ระยะเวลาที่ปวด

2) แบบสอบถามอาการปวด โดยใช้เครื่องมือของแบบประเมิน Pain score numeric rating scales แบ่งเป็น
ระดับความปวด 4 ระดับ 0 ไม่ปวด(no pain) 1-3 ปวดเล็กน้อย(mild pain)
4-6 ปวดปานกลาง(moderate pain) 7-10 ปวดมาก(severe pain)



3) แบบวัดความพึงพอใจ โดยใช้เครื่องมือที่ผู้วิจัยพัฒนาเองจำนวน 5 ข้อและแบ่งเป็น 3 ระดับ
มาก ปานกลาง น้อย

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

แบบสอบถามนี้เกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของที่เป็นข้อเข้าเล่ม เพื่อประโยชน์ของท่าน
โปรดใส่ ข้อมูลตามความเป็นจริง

- 1.เพศ หญิง..... ชาย.....
- 2.อายุ ปี
- 3.จบการศึกษาชั้น ประถมศึกษา มัธยมศึกษา มปลาย อน
- 4.อาชีพ ทำสวน แม่บ้าน ค้าขาย รับจ้าง
- 5.ระยะเวลาที่ปวด.....ปี

2. แบบสอบถามอาการปวดPain score numeric rating scales

- 0 ไม่ปวด (no pain) 1-3 ปวดเล็กน้อย(mild pain)
- 4 – 6 ปวดปานกลาง (moderate pain) 7 – 10 ปวดมาก(severe pain)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

ระดับความปวดก่อนพอก

ครั้งที่1.....	ครั้งที่2.....
ครั้งที่3.....	ครั้งที่4.....
ครั้งที่5.....	ครั้งที่6.....

ระดับความปวดหลังพอก

ครั้งที่1.....	ครั้งที่2.....
ครั้งที่3.....	ครั้งที่4.....
ครั้งที่5.....	ครั้งที่6.....

3. แบบวัดความพึงพอใจ ก่อน / หลัง เข้ารับการพอกเข้า

คำชี้แจง โปรดตอบคำถามต่อไปนี้ ตามความเห็นของท่านที่มีต่อการพอกเข้า
ด้วยการทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความเห็นของท่านมากที่สุด

ลำดับที่	เนื้อหาข้อซักถาม	มาก	ปานกลาง	น้อย
1.	ความพึงพอใจในวิธีการพอกเข้า สี-กลิ่น			
2.	ความพึงพอใจในการให้คำแนะนำรายบุคคล			
3.	ความพึงพอใจในการเข้าร่วมพอกเข้า			
4.	ความพึงพอใจในการเดิน ของท่าน			
5.	ท่านสามารถบอกต่อคนอื่นๆที่ปวดเข้า			

8. การตรวจสอบเครื่องมือ

ตรวจสอบเครื่องมือส่วนที่ 1 ,2 ,3 โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน

เครื่องมือส่วนที่ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

2) แบบสอบถามอาการปวด

3) แบบวัดความพึงพอใจ

9.การพิทักษ์สิทธิ์

จริยธรรมองค์กร -การวิจัยในครั้งนี้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมรพ.คอยเต่า

10.การดำเนินการรวบรวมข้อมูล –เก็บข้อมูลเอง

1.ขออนุญาต รพช.

2.ขอจริยธรรมองค์กร

3.ชี้แจงวิธีการวิจัย

4.คัดคนที่พบว่าข้อเข้าเสื่อมระดับเล็กน้อยถึงระดับปานกลาง จำนวน 20 คน

5.ดำเนินการแพทย์แผนไทย ประคบและพอกยาสมุนไพร

6.เก็บรวบรวมข้อมูล

7.วิเคราะห์

11.การวิเคราะห์ผล

การวิเคราะห์ข้อมูล ข้อมูลทั่วไป และ แบบประเมินความพึงพอใจใช้สถิติร้อยละ และเปรียบเทียบ

อาการปวดเข่าก่อนและหลัง

สรุปผลการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างในการทดลองวัดระดับความปวดก่อนและหลังพอกเข้าครบเครื่อง

ลำดับที่	อายุ	น้ำหนัก	ระดับความปวดก่อนพอก	ระดับความปวดหลังพอก						ผล
				6	5	4	3	2	1	
1.	60	39	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>1</u>	<u>ปวดลดลงมาก</u>
2.	60	58	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	
3.	60	<u>76</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	
4.	60	<u>50</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>1</u>	<u>ปวดลดลงมาก</u>
5.	60	<u>56</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	
6.	62	<u>92</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	
7.	62	<u>60</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	
8.	63	<u>53</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	
9.	63	<u>43</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>4</u>	<u>4</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	<u>1</u>	<u>ปวดลดลงมาก</u>
10.	65	46	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>1</u>	<u>ปวดลดลงมาก</u>
11.	67	58	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	
12.	67	55	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	
13.	68	48	<u>4</u>	<u>4</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	<u>1</u>	<u>ปวดลดลงมาก</u>
14.	68	<u>50</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>1</u>	<u>ปวดลดลงมาก</u>
15.	69	<u>63</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	
16.	69	<u>51</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	
17.	70	<u>43</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	
18.	70	<u>45</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>4</u>	<u>4</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	
19.	73	47	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	<u>2</u>	
20.	81	42	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>4</u>	<u>4</u>	<u>3</u>	<u>2</u>	<u>1</u>	<u>ปวดลดลงมาก</u>

ผลจากกลุ่มที่ได้บันทึก

1. มีอาการปวดลดลง เมื่อได้รับการประคบสมุนไพรร้อนชื้นและพอกเข้าด้วยยาสมุนไพรตามลำดับ บางรายมีอาการเหลืออยู่เล็กน้อย เดินสบายขึ้น
2. แนะนำควบคุมกับการควบคุมน้ำหนักตัว ผู้ที่มีน้ำหนักตัวไม่มากจะได้ผลดีขึ้นมาก
3. เป็นการนำไปคิดค้นสมุนไพรที่มีสรรพคุณใกล้เคียงกันมาทดลองต่อไป
4. มีความพึงพอใจมาก จากการปวดลดลงเดินได้คล่องดีขึ้น
5. เพื่อเป็นแนวทางในการ ป้องกันภาวะการเพิ่มจำนวนผู้ป่วยติดเตียงในกลุ่มเข้าเสื่อม

