

นวัตกรรมยาพอกเข้าลดปวด

มณีนุช นันทวน พท.ป.

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขาวง

บทคัดย่อ

อาการปวดเข้าเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของผู้สูงอายุ เนื่องจากข้อเข้าเป็นข้อที่ต้องรองรับน้ำหนักของร่างกายโดยตรง ทั้งยังทำหน้าที่เคลื่อนไหวตลอดเวลา ทำให้ข้อเสื่อมได้ง่าย โรคข้อเข้าเสื่อม หมายถึง การที่กระดูกอ่อนของข้อมีการเสื่อมสภาพ ทำให้กระดูกอ่อนไม่สามารถเป็นเบาะรองรับน้ำหนักและ มีการสูญเสียคุณสมบัติของน้ำหล่อเลี้ยงเข้าทำให้มีอาการปวด บวม แดงร้อนที่เข้า จากการสำรวจสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่าส่วนมากจะมีอาการปวดเข้า และเป็นปัญหาในการใช้ชีวิตประจำวัน การรักษาด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย นอกจากการนวดรักษาหรือรับประทานยาสมุนไพรเพื่อลดอาการปวดแล้ว ยังมีการนำสมุนไพรมาใช้บรรเทาอาการปวด นั่นคือ การพอกยาสมุนไพร แพทย์แผนไทยจึงได้คิดพัฒนายาพอกเข้าที่ช่วยลดอาการปวดข้อเข้า โดยการประยุกต์ใช้สมุนไพรเพื่อบรรเทาอาการปวด ลดการรับประทานยา และพัฒนารูปแบบให้ผู้ป่วยสามารถนำไปประยุกต์ใช้เองได้ โดยมีกลุ่มตัวอย่าง 30 คน ใช้ยาพอกเข้า 30 นาที พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 66.67 อายุอยู่ในช่วง 50-59 ปี ร้อยละ 100 อาชีพเกษตรกร ร้อยละ 100 ค่าระดับความรุนแรงของอาการปวดเข้าก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ย 5.43 หลังการพอกเข้าพบว่า ผู้ป่วยมีระดับความรุนแรงของการปวดหลังจากการทดลองมีค่าเฉลี่ย 2.26 จากการสรุปผลการประเมินความพึงพอใจรายข้อ พบว่า ด้านนวัตกรรมยาพอกเข้าช่วยลดอาการปวดเข้าได้ $\bar{X} = 4.57$ ด้านยาพอกเข้าใช้งานได้ง่ายและสะดวก $\bar{X} = 4.47$ ด้านนวัตกรรมนี้มีประโยชน์ต่อผู้ใช้บริการ $\bar{X} = 4.77$ ด้านสามารถพัฒนาและควรมีนวัตกรรมนี้ต่อไป $\bar{X} = 4.87$ อาการปวดเข้าหลังจากการใช้พอกเข้ามีระดับความเจ็บปวดของอาการปวดลดลงน้อยกว่าก่อนการรักษา ทำให้ระดับอาการปวดในผู้ป่วยที่มีอาการปวดเข้ามีระดับการปวดลดลงจากเดิม ได้นำนวัตกรรมไปรักษาผู้ป่วยร่วมกับการรักษาด้วยหัตถบำบัดในผู้ป่วยที่มารับการรับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขาวง

คำสำคัญ : ยาพอกเข้าลดปวด

นวัตกรรม “ยาพอกเข้าลดปวด”

ชื่อหน่วยงาน : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขาพุ้ง

ผู้รับผิดชอบโครงการ : นางสาวมณีนุช นันทวน (แพทย์แผนไทย)

ติดต่อ : uc13937@gmail.com

หลักการและเหตุผล

อาการปวดเข่าเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของผู้สูงอายุ เนื่องจากข้อเข่าเป็นข้อที่ต้องรองรับน้ำหนักของร่างกายโดยตรง ทั้งยังทำหน้าที่เคลื่อนไหวตลอดเวลา ทำให้ข้อเสื่อมได้ง่าย โรคข้อเข่าเสื่อม หมายถึง การที่กระดูกอ่อนของข้อมีการเสื่อมสภาพ ทำให้กระดูกอ่อนไม่สามารถเป็นเบาะรองรับน้ำหนักและ มีการสูญเสียคุณสมบัติของน้ำหล่อเลี้ยงเข่าทำให้เกิดอาการปวด บวม แดงร้อนที่เข่า ซึ่งมีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัว จากผลการสำรวจสุขภาพของผู้สูงอายุ ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขาพุ้ง พบว่าผู้สูงอายุส่วนมากจะมีอาการปวดเข่า และเป็นปัญหาในการใช้ชีวิตประจำวัน งานแพทย์แผนไทยจึงได้คิดพัฒนาตำรับยาพอกเข้าที่ช่วยลดอาการปวดข้อเข่า บรรเทาอาการปวดข้อเข่า โดยการประยุกต์ใช้สมุนไพร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้บรรเทาอาการปวดข้อเข่า ลดการรับประทานยา และพัฒนารูปแบบให้ผู้ป่วยสามารถนำไปประยุกต์ใช้เองได้

วิธีการศึกษา

1. แบบประเมินระดับความเจ็บปวด 10 ระดับ ในกลุ่มตัวอย่างก่อนใช้นวัตกรรม โดยใช้ แบบประเมินระดับความเจ็บปวดก่อนการทดลอง
2. แบบประเมินความพึงพอใจจากการใช้นวัตกรรม ยาพอกยาสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่า ประกอบด้วย 3 ส่วน ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ จำนวน 3 ข้อ ส่วนที่ 2 ระดับความพึงพอใจต่อการใช้อยาพอกเข้า สมุนไพร และการให้บริการ จำนวน 4 ข้อ มีการให้คะแนนประมาณค่า 5 ระดับ

วิธีการดำเนินงาน

1. ประชุมชี้แจงเจ้าหน้าที่ในหน่วยงาน อสม. เพื่อทราบข้อมูลและร่วมกันค้นหาวิทยากรเพื่อแก้ไขปัญา
2. ออกแบบนวัตกรรมให้เหมาะสมกับปัญหาที่พบ
3. ชี้แจงวัตถุประสงค์ รูปแบบการศึกษา การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. ค้นหาผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเข่า โดยกำหนดกลุ่มเป้าหมาย 30 คน
5. เตรียมอุปกรณ์ในการทำนวัตกรรม/ ตั้งตำรับยาพอกเข้า

ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. นำผงสมุนไพรในตำรับ มาชั่ง
2. นำใบย่านางไปคั้นกับน้ำสะอาด

3. นำผงสมุนไพรและน้ำย่านางมาผสมให้เข้าเป็นเนื้อเดียวกัน และหยดนํ้ามันไพลลง
4. ให้กลุ่มตัวอย่าง ทำแบบสอบถามโดยใช้แบบประเมินอาการปวดก่อนการทดลอง
5. นำยาพอกที่ผสมแล้ว พอกบริเวณเข่า แล้วนำแรปใสห่ออาการมาพันรอบยาที่พอกไว้ พอกไว้ 30 นาที
6. บันทึกตามแบบฟอร์มและประเมินอาการปวดและประเมินแบบสอบถามความพึงพอใจหลังการใช้
7. เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อนำไปวิเคราะห์และแปลผล

สรุปผลการดำเนินงาน

จากผลการประเมินความรู้สึกระดับอาการปวดตามความรู้สึกของผู้ป่วยก่อนและหลังการใช้ยาพอก เข่า การทดลอง พบว่า กลุ่มตัวอย่าง 30 คน โดยใช้แบบประเมินความรู้สึก โดยใช้มาตรวัดระดับอาการปวด (Visual Analogue Pain scale) ค่าระดับความรุนแรงของอาการปวดเข่าก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ย 5.43 เมื่อเทียบกับหลังการพอกเข่าพบว่า ผู้ป่วยมีระดับความรุนแรงของการปวดที่ลดลง วัดจากค่าความเจ็บปวด หลังจากการทดลองมีค่าเฉลี่ย 2.26 และสรุปผลการประเมินความพึงพอใจรายข้อ พบว่า ด้านนวัตกรรมยาพอก เข่าช่วยลดอาการปวดเข่าได้มีระดับความพึงพอใจเฉลี่ย 4.57 ด้านยาพอกเข่าใช้งานได้ง่ายและสะดวก มีระดับความพึงพอใจเฉลี่ย 4.47 ด้านนวัตกรรมนี้มีประโยชน์ต่อผู้ใช้บริการ มีระดับความพึงพอใจเฉลี่ย 4.77 ด้านสามารถพัฒนาและควรมีนวัตกรรมนี้ต่อไป มีระดับความพึงพอใจเฉลี่ย 4.87 ผลของการใช้นวัตกรรมยาพอก เข่าลดปวดทำให้ผู้ป่วยที่มีปัญหาเกี่ยวกับอาการปวดเข่ามีอาการปวดเข่าลดลง ลดการรับประทานยา ผู้ป่วยสามารถนำสมุนไพรที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ในการดูแลสุขภาพของตนเองและคนในครอบครัว เมื่อใช้อย่างต่อเนื่องทำให้แนวโน้มของอาการปวดเข่าลดลงได้

ข้อเสนอแนะ

1. พัฒนารูปแบบให้ใช้งานสะดวกขึ้น
2. นำไปประยุกต์ใช้กับอาการปวดบริเวณอื่น
3. มีการขยายเครือข่ายทำในชุมชนให้มากขึ้น

อ้างอิง

ฐานข้อมูลสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก :

www.phargarden.com. [6 ม.ค. 2021]

ปิยะพล พูลสุข และคณะ, (2560). ประสิทธิภาพของยาพอกสมุนไพรเพื่อบรรเทาอาการปวดเข่า ในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม. ธรรมศาสตร์เวชสาร, 18(1). หน้า 104-111

ศิลดา การะเกตุ และคณะ, (2560). การศึกษาเปรียบเทียบระดับความเจ็บปวดก่อนและหลังจากการรักษาโคลนสมุนไพรพอกเย็นร่วมกับการนวดแผนไทยในผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเข่า. เชียงรายวารสาร, 9(2). 115-