

ประสิทธิผลยาพอกสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อมของประชาชนบ้านควนเคี่ยม
อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง

The Effectiveness of Herbal Poultice for Knee Pain Relief from Osteoarthritis of the
People Ban Khuan Khiam Yan Ta Khao District, Trang Province

รัตนา สีม 1* คณิตนันท์ จับปริง 1 และเตือนใจ ชูพูล 1

Rattana Seepom 1*, Kanitnan Jubprang 1, and Tuanjai Joopoon 1

1* โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านควนเคี่ยม อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง 92140

1* Ban Khuan Khiam Health Promoting Hospital, Yan Ta Khao District, Trang Province. 92140

* Corresponding Author: รัตนา สีม E-mail: rattana4072@gmail.com

Received : 5 April 2023

Revised : 26 June 2023

Accepted : 4 July 2023

บทคัดย่อ

โรคข้อเข่าเสื่อมเป็นปัญหาสำคัญด้านสาธารณสุข ทั้งระดับโลก ระดับประเทศ และพื้นที่รับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านควนเคี่ยม จากรายงานผู้มารับบริการแพทย์แผนไทยด้วยอาการปวดเข่ามีถึงร้อยละ 60 ของผู้ป่วยทั้งหมด รพ.สต.บ้านควนเคี่ยม คิดค้นตำรายาพอกเข่าสมุนไพรขึ้น ด้วยการนำสมุนไพรในท้องถิ่นมาทำเป็นยาพอกสมุนไพรสรรรพคุณ ลดปวดกล้ามเนื้อ และข้อ การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลยาพอกสมุนไพรต่อการบรรเทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อมของประชาชนบ้านควนเคี่ยม อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง ใช้ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล มกราคม - มีนาคม 2564 เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง จำนวน 40 คน แบ่งเข้ากลุ่ม 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จับคู่ที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน กลุ่มละ 20 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบประเมิน Modified WOMAC ฉบับภาษาไทย ทำการทดลอง 3 ครั้ง ครั้งละ 20 นาที วัดระดับความปวดก่อน และหลังการทดลองทุกครั้ง วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยค่าสถิติ ร้อยละ ค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดของแต่ละกลุ่มก่อน และหลัง ใช้สถิติ Pair t-test เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดระหว่างกลุ่มก่อน และหลัง ใช้สถิติ Independent t-test ผลการศึกษาพบว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดของกลุ่มทดลองหลังการทดลองทั้ง 3 ครั้ง ต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.001) ค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.001) ผลการวิจัยในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าการใช้ยาพอกสมุนไพรสามารถลดระดับความปวดได้

คำสำคัญ: ยาพอกสมุนไพร อาการปวดเข่า โรคข้อเข่าเสื่อม

Abstract

Osteoarthritis is a major public health problem both globally and nationally and the area responsible for Ban Khuan Khiam Health Promoting Hospital. Reports of people receiving Thai traditional medicine services with knee pain, there are up to 60 percent. We has invented a recipe for herbal knee wraps with the introduction of herbs that are local to make a hot herbal poultice. Effective in reducing muscle and joint pain. Study it is a Quasi-Experimental Research. Intended for Study the effectiveness of herbal poultice on the relief of knee pain from osteoarthritis of Ban Khuan Khiam people Yan Ta Khao District, Trang Province. Data collection period January - March 2021. Select specific sample group 40 people divided into 2 groups: the

experimental group and the control group, match with similar characteristics 20 people per group. The instrument used was the Thai version of the Modified WOMAC assessment form. The experiment was performed 3 times, each time 20 minutes. Pain levels were measured before and after each experiment. General data were analyzed by statistical percentage, the mean pain scores of each group before and after using Pair t-test, Compare the mean pain scores between the groups before and after, independent t-test was used. The study found that the mean pain scores of the experimental group after the 3 experiments were significantly lower than before the experiment, (p -value < 0.001). Mean pain scores of the experimental group and the control group after the experiment. There was a statistically significant difference (p -value < 0.001).

Keywords: Herbal poultice, Knee pain, Osteoarthritis

บทนำ

องค์การอนามัยโลก (WHO) [1] คาดการณ์ว่า จะมีผู้ป่วยกระดูกและข้อเพิ่มขึ้นจาก 400 ล้านคน ใน พ.ศ. 2551 เป็น 570 ล้านคนในพ.ศ. 2563 โดยเฉพาะโรคข้อเสื่อม (Osteoarthritis) ที่เป็นสาเหตุอันดับสี่ของโรคนับตามจำนวนปีที่มีชีวิตอยู่กับความพิการ (Years lived with disability: YLDs) และได้คาดการณ์ว่า ในค.ศ. 2000 ทั่วโลกจะมีผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม 1,700 และ 2,693 คนต่อประชากร 100,000 คน [2] กับข้อมูลสถิติผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมในประเทศไทยที่พบมากขึ้นกว่า 6 ล้านคน ส่วนใหญ่พบในกลุ่มผู้สูงอายุ ร้อยละ 50 [3] ส่วนใหญ่จะพบใน เพศหญิง อายุมากกว่า 60 ปี ขึ้นไป และมีค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 23 ซึ่งหากปล่อยนานจะเกิดข้อพิการ เข่าผิดรูปชนิดโก่งออก เข่าผิดรูปชนิดขาเก เป็นต้น สาเหตุสำคัญเกิดมาจากความอ้วน การใช้งานหนัก และความเสื่อมสภาพของกระดูก และข้อตามอายุที่มากขึ้น [4] นอกจากนี้อาชีพหรือการทำงานหนักก็เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการเข่าเสื่อม รวมทั้งการเคลื่อนไหวซ้ำๆ ของข้อจะทำให้เกิดการเสื่อมของข้อได้เร็วกว่าปกติ [5]

แนวทางการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมด้วยการแพทย์แผนปัจจุบันประกอบด้วย การรักษาโดยไม่ใช้ยา การใช้ยา และการรักษาโดยการผ่าตัด นอกจากแนวทางการดูแลรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมด้วยการแพทย์แผนปัจจุบันแล้วยังมีการนำศาสตร์การแพทย์แผนไทยมาใช้ในการดูแลรักษาผู้ป่วยมากขึ้น เช่น การนวดไทย ฤๅษีบำบัด การประคบสมุนไพร การกดนวด การประคบสมุนไพร และการออกกำลังกาย ซึ่งการรักษา โรคข้อเข่าเสื่อมด้วยวิธีการประคบสมุนไพรเป็นอีกวิธีหนึ่งที่แพทย์แผนไทยนิยมใช้ในการรักษาโรคกระดูก และกล้ามเนื้อ การประคบด้วยยาสมุนไพรจะช่วยลดพิษตามข้อต่างๆ เพื่อบรรเทาอาการปวด บวม แดง ร้อน และอักเสบ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และปลอดภัย โดยตัวยาสสมุนไพรมีใช้ในการประคบส่วนใหญ่มีสรรพคุณช่วยลดความปวด และมีฤทธิ์ในการต้านการอักเสบ เช่น ไพล ใบพลับพลึง กะทือ ขมิ้นชัน ขิง ที่ประสิทธิภาพในการลดอาการปวดเข่าสามารถลดการอักเสบ และช่วยรักษาอาการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับโรคเข่าเสื่อม เป็นต้น [6]

ในเขตพื้นที่รับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) บ้านควนเคี่ยม ประชาชนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพกรีดยาง [7] ทำให้ต้องใช้กล้ามเนื้อ แขน ขา และเท้าเป็นประจำทำให้เกิดอาการปวดกล้ามเนื้อกระดูก และข้อตามมา สอดคล้องกับรายงานผู้ป่วยนอกของหน่วยงาน 3 ปีย้อนหลัง (2561 - 2563) พบว่าในกลุ่มโรคระบบกล้ามเนื้อ ข้อ กระดูก และการมารักษาแก้ปวดเมื่อย (กลุ่ม NSAID) ของผู้ป่วยมีอัตราเพิ่มขึ้น และผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาด้วยแพทย์แผนไทย โรคข้อเข่าเสื่อมมีมากถึงร้อยละ 60 ของผู้ป่วยทั้งหมด [8] จากปัญหาข้างต้น กลุ่มงานแพทย์แผนไทย รพ.สต.บ้านควนเคี่ยมจึงได้หาวิธีการลดการใช้ยาแก้ปวดเมื่อย (กลุ่ม NSAID) และให้ประชาชนพึ่งพาตนเองได้ โดยการคิดค้นตำรับยาประคบเข่าขึ้น โดยนำสมุนไพรที่หาได้ง่ายตามท้องถิ่นมาใช้พื้นฐานทฤษฎีการแพทย์แผนไทย มาทำการวิเคราะห์สรุปรวบรวมของตัวยาสสมุนไพรมีฤทธิ์ร้อน กระจายลม มีสรรพคุณในการลดพิษ ลดอาการปวดเมื่อย และลดการอักเสบของกล้ามเนื้อ เป็นการนำองค์ความรู้

ศาสตร์การแพทย์แผนไทยมาประยุกต์ใช้ เพื่อให้เป็นการลดระดับความปวดของผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมอย่างเหมาะสม ทำให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีต่อสุขภาพได้อย่างต่อเนื่อง

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาประสิทธิผลยาพอกสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อมของประชาชนบ้านควนเคี่ยม อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง เพื่อให้การพอกยาสมุนไพรเป็นทางเลือกหนึ่งสำหรับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพที่มีอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อม ลดการใช้ยาแผนปัจจุบัน และผลข้างเคียงต่างๆ ที่เกิดจากยา ในอนาคตต่อไป

วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental) ชนิด 2 กลุ่ม กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยการวัดก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง (Two groups Pre-posttest design) ใช้ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลตั้งแต่เดือน มกราคม - มีนาคม พ.ศ. 2564

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นผู้ที่มีอาการปวดเข่า โรคข้อเข่าเสื่อม (จับโปงเข่าแห้ง) ที่เข้ารับการรักษานใน รพ.สต.บ้านควนเคี่ยม

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ใช้เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ผู้วิจัยยึดหลักการกำหนดกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมกับการวิจัยแบบกึ่งทดลองของ Polit และ Hunger โดยอย่างน้อยที่สุดควรมีจำนวน 30 คน โดยแต่ละกลุ่มควรมีไม่ต่ำกว่า 15 คน ในการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม ผู้วิจัยจึงกำหนดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน แบ่งเข้ากลุ่มสองกลุ่ม โดยการจับคู่ที่มีลักษณะข้อมูลทั่วไปที่ใกล้เคียงกัน โดยแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 20 คน คือ กลุ่มทดลอง กลุ่มที่ได้รับยาพอกสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อม และกลุ่มควบคุม กลุ่มที่ไม่ได้รับยาพอกสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อม โดยมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดดังนี้ 1) มีอาการปวดข้อเข่า ประเมินจาก Pain Severity Score อยู่ในระดับ 5 ขึ้นไป 2) มีระยะเวลาปวดเข่า 1 - 3 เดือน 3) ไม่มีประวัติการได้รับอุบัติเหตุทางข้อเข่ามาก่อน 4) สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย 5) ไม่มีบาดแผลบริเวณข้อเข่า 6) มีอายุ 35 - 70 ปี

3. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้รวบรวมข้อมูล มี 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง สถานภาพ ประวัติโรคประจำตัว การรักษาอาการปวดข้อเข่าในปัจจุบัน ประวัติการรักษาอาการปวดบริเวณข้อเข่าขณะมีอาการ ระยะเวลาที่ปวดข้อเข่า ตำแหน่งที่ปวดข้อเข่า ส่วนที่ 2 ใช้แบบประเมิน Modified WOMAC ฉบับภาษาไทย [9] เพื่อประเมินอาการปวดข้อเข่า ข้อฝืด และระดับความสามารถในการทำงานของข้อ เป็นแบบประเมินอาการของผู้ป่วยข้อเข่าเสื่อม ประกอบด้วยคำถาม 22 ข้อ 3 ส่วน คือ คำถามระดับความปวด 5 ข้อ ระดับอาการข้อฝืด 2 ข้อ และระดับความสามารถในการใช้งานข้อ 15 ข้อ ข้อคำถามเป็นแบบมาตรวัดตั้งแต่ 0 ไม่ปวดเลย จนถึง 10 ปวดมากจนทนไม่ได้ ผู้เลือกตอบโดยการกาเครื่องหมายหรือวงกลมล้อมรอบตัวเลขตรงกับอาการของตนมากที่สุด

4. การรวบรวมข้อมูล

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือและวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ อุปกรณ์ที่ใช้ในการวิจัย ตัวยารักษาปอดอักเสบประกอบด้วย เหย้าชิง เหย้าไฟล โทงเทง เมล็ดพริกไทย ใบชาพู่ เหย้ากะทือ เกลือ เหย้าซ่า และวุ้นตะขบ นำสมุนไพรทั้งหมดมาสกัดโดยใช้แอลกอฮอล์ 70% เป็นเวลา 7 วัน กรองเอาแต่น้ำ เก็บใส่ภาชนะสำหรับรอฟอก และเตรียมสำลีแผ่นขนาด 15 x 10 cm การพอกโดยนำสำลีแผ่นจุ่มตัวยาล้างให้ชุ่ม แล้วนำมาพอกไว้บริเวณหัวเข่าบริเวณที่ปวด ใช้เวลาในการพอกครั้งละ 20 นาที ทำการทดลองทั้งหมด 3 ครั้ง และเก็บแบบสอบถามก่อนและหลังการทดลองทั้ง 3 ครั้ง รวม 6 ครั้ง ใช้เวลาในการดำเนินการวิจัย 1 สัปดาห์ โดยให้ผู้ป่วยมาวันเว้นวัน

5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมข้อมูลได้จากกลุ่มตัวอย่าง โดยข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ BMI สถานภาพ ประวัติโรคประจำตัว การใช้ยารักษาอาการปวดข้อเข่าในปัจจุบัน ประวัติการรักษา และการบริหารขณะมีอาการ ระยะเวลาที่ปวดข้อเข่า ตำแหน่งที่ปวดข้อเข่า ใช้สถิติค่าความถี่ ร้อยละ วิเคราะห์การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดข้อเข่าก่อน และหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Paired t-test และการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อน และหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Independent t-test

ผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีความคล้ายคลึงกัน โดยพบว่า กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 35 - 49 ปี ค่า BMI อยู่ระหว่าง 23 - 24 มีอาชีพเกษตรกร สถานภาพสมรส ไม่มีประวัติโรคประจำตัว ไม่มีประวัติการรักษาอาการปวดข้อเข่าขณะมีอาการตำแหน่งที่ปวดข้อเข่าทั้ง 2 ข้าง มีระยะเวลาที่ปวดข้อเข่า 2 เดือน และมีระดับความปวด (Pain score) อยู่ในระดับ 5 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างแยกเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

ข้อมูลทั่วไป	ลักษณะกลุ่ม	กลุ่มทดลอง (n = 20)		กลุ่มควบคุม (n = 20)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	3	15.0	1	5.0
	หญิง	17	85.0	19	95.0
อายุ	35 - 49	7	35.0	8	40.0
	50 - 64	7	35.0	6	30.0
	65 ปี ขึ้นไป	6	30.0	6	30.0
BMI	ระหว่าง 18.50 - 22.90	5	25.0	6	30.0
	ระหว่าง 23 - 24	6	30.0	4	20.0
	ระหว่าง 25 - 29.9	5	25.0	6	30.0
	มากกว่า 30	4	20.0	4	20.0

ข้อมูลทั่วไป	ลักษณะกลุ่ม	กลุ่มทดลอง (n = 20)		กลุ่มควบคุม (n = 20)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อาชีพ					
	ทำงานบ้าน	2	10.0	2	10.0
	เกษตรกร	14	70.0	13	65.0
	รับจ้าง	2	10.0	3	15.0
	ค้าขาย	1	5.0	1	5.0
	ลูกจ้างประจำ/รับราชการ	1	5.0	1	5.0
สถานภาพ					
	โสด	2	10.0	2	10.0
	สมรส	13	60.0	15	75.0
	แยกกันอยู่	1	5.0	1	5.0
	หม้าย	4	20.0	2	10.0
โรคประจำตัว					
	ไม่มี	8	40.0	9	45.0
	HT	2	10.0	8	40.0
	OA	9	45.0	2	10.0
	ไขมันสูง	1	5.0	1	5.0
ประวัติการรักษาอาการปวดข้อเข่าขณะมีอาการ					
	ไม่มี	13	65.0	11	55.0
	ทานยา	5	25.0	6	30.0
	นวดน้ำมัน	2	10.0	3	15.0
ระยะเวลาที่ปวดข้อเข่า					
	1 เดือน	5	25.0	7	35.0
	2 เดือน	13	65.0	8	40.0
	3 เดือน	2	10.0	5	25.0
ตำแหน่งที่ปวดข้อเข่า					
	ข้างซ้าย	3	15.0	5	25.0
	ข้างขวา	4	20.0	5	25.0
	ทั้งสองข้าง	13	65.0	10	50.0
ระดับอาการปวด (Pain score) ขณะทดลอง					
	5	12	60.0	11	55.0
	6	4	20.0	6	30.0
	7	2	10.0	3	15.0
	8	2	10.0	0	0

การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดของกลุ่มทดลองในระยะก่อน และหลังการทดลองทั้ง 3 ครั้ง พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีระดับคะแนนเฉลี่ยความปวดลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดของกลุ่มทดลองในระยะก่อน และหลังการทดลองทั้ง 3 ครั้ง

การทดลอง	n	$\bar{x}$	S.D.	t	df	p-value
การทดลองครั้งที่ 1						
ก่อนการทดลอง	20	5.05	1.49	7.96	19	0.000
หลังการทดลอง	20	2.50	1.18			
การทดลองครั้งที่ 2						
ก่อนการทดลอง	20	4.70	1.35	5.67	19	0.000
หลังการทดลอง	20	1.80	1.09			
การทดลองครั้งที่ 3						
ก่อนการทดลอง	20	3.81	1.54	9.00	19	0.000
หลังการทดลอง	20	1.52	1.27			

การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดของกลุ่มควบคุมในระยะก่อน และหลังการทดลองทั้ง 3 ครั้ง พบว่า ภายหลังจากการทดลอง กลุ่มควบคุมมีระดับคะแนนเฉลี่ยความปวดลดลงไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดของกลุ่มควบคุมในระยะก่อน และหลังการทดลองทั้ง 3 ครั้ง

การทดลอง	n	$\bar{x}$	S.D.	t	df	p-value
การทดลองครั้งที่ 1						
ก่อนการทดลอง	20	5.86	1.47	1.24	19	0.220
หลังการทดลอง	20	5.12	1.02			
การทดลองครั้งที่ 2						
ก่อนการทดลอง	20	5.35	1.31	1.21	19	0.230
หลังการทดลอง	20	4.45	1.12			
การทดลองครั้งที่ 3						
ก่อนการทดลอง	20	3.85	1.52	187	19	0.850
หลังการทดลอง	20	3.30	1.25			

การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมในระยะก่อนและหลังการทดลอง ทั้ง 3 ครั้ง พบว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) ภายหลังจากการทดลอง กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมในระยะก่อน และหลังการทดลอง ทั้ง 3 ครั้ง

การทดลอง	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	df	p-value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.			
การทดลองครั้งที่ 1							
ก่อนการทดลอง	5.05	1.49	5.86	1.47	-2.13	38	0.830
หลังการทดลอง	2.50	1.18	5.12	1.02	-3.57	38	0.000

การทดลอง	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	df	p-value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.			
การทดลองครั้งที่ 2							
ก่อนการทดลอง	4.70	1.35	5.35	1.31	-1.90	38	0.060
หลังการทดลอง	1.80	1.09	4.45	1.12	-3.15	38	0.000
การทดลองครั้งที่ 3							
ก่อนการทดลอง	3.81	1.54	3.85	1.52	-0.311	38	0.760
หลังการทดลอง	1.52	1.27	3.30	1.25	-3.13	38	0.000

อภิปราย

การศึกษาประสิทธิผลยาพอกสมุนไพรทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อมของประชาชนบ้านควนเคี่ยม อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลยาพอกสมุนไพรทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อมของประชาชนบ้านควนเคี่ยม อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental) ชนิด 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการวัดก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง (Two groups Pre-posttest design) เป็นการใช้อยาพอกสมุนไพรทาอาการปวดเข่าที่ได้ทำการวิเคราะห์สยา สรรพคุณของตัวยา และคัดเลือกสมุนไพรที่หาได้ง่ายในท้องถิ่น จากนั้นทำการตั้งเป็นยาตำรับโดยใช้พื้นฐานทางทฤษฎีของการแพทย์แผนไทย ซึ่งได้เป็นตำรับยารสร้อน สรรพคุณลดปวด ตึงตึง โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม เครื่องมือรวบรวมข้อมูลได้ใช้เครื่องมือประเมินอาการปวดจากแบบประเมิน มีทั้งสิ้น 2 ส่วน ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบสอบถามเพื่อประเมินอาการปวดข้อเข่า ข้อฝืด และระดับความสามารถในการทำงานของข้อของประชาชนที่ได้รับการรักษาอาการปวดเข่าในรพ.สต.บ้านควนเคี่ยม ดัดแปลงจากแบบประเมิน Modified WOMAC ฉบับภาษาไทยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูปและวิเคราะห์ข้อมูล โดยข้อมูลทั่วไปใช้สถิติค่าความถี่ ร้อยละ วิเคราะห์การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดเข่าก่อน และหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Pair t-test และการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อน และหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Independent t-test พบข้อมูลและการวิเคราะห์ที่นำมาเป็นข้อวิจารณ์ ได้ดังนี้

จากผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลอง สามารถลดระดับอาการปวดเข่าได้ ซึ่งค่าเฉลี่ยต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05) ซึ่งสอดคล้องกับศิริพร แยมมูล, เกษฎา อุดมพิทยาสรณ์, และอิสรา ศิริมณีรัตน์ [10] ผลการศึกษาประสิทธิผลของการพอกเข่าด้วยตำรับสมุนไพรต่ออาการปวดเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลบ้านโคก อำเภอบ้านโคก จังหวัดอุดรธานี ระดับอาการปวดเข่าของผู้ป่วยลดลงค่าเฉลี่ยระดับอาการปวดเข่าของกลุ่มตัวอย่างระหว่างการพอกครั้งที่ 1 และหลังการพอกครั้งที่ 5 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05) และสอดคล้องกับไข่มุก นิลเพชร, วีระชาติ อำนาจวรรณพ, สโรชา พงกษวัน, และพพศรี จุลจรรยา [11] ศึกษาประสิทธิผลของสมุนไพรพอกเข่าต่อระดับความปวดเข่าในผู้สูงอายุข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านฟ้าห่วน ตำบลไร่ขี อำเภอลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญที่ใช้สูตรสมุนไพรสร้อน ได้แก่ ผิวมะกรูด เมล็ดพริกไทย ข่า ดีปลี ใบมะขาม ใบส้มป่อย และตัวยาอื่นๆ โดยนำสมุนไพรมาบดเป็นผงแล้วเทด้วยแอลกอฮอล์ 40% (เหล้าขาว) มาใช้ทดลอง ผลการทดลองพบว่า คะแนนระดับความเจ็บปวดข้อเข่าที่ได้รับการพอกยาสมุนไพร พบว่าก่อนการพอกยาสมุนไพร ครั้งที่ 1 มีอาการปวดเข่าอยู่ในระดับปวดมาก และหลังการพอกยาสมุนไพรครั้งที่ 4 มีอาการปวดเข่าอยู่ในระดับปวดเล็กน้อย ซึ่งอาการปวดข้อเข่าก่อนและหลังแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05) แสดงให้เห็นว่าการพอกเข่าด้วยสมุนไพรสามารถลดอาการปวดข้อเข่าในผู้สูงอายุข้อเข่าเสื่อมได้ และสอดคล้องกับสุรินทร์ วิจิตร, ชากิมะห์ สะมาแล, ขวนชม ขุนเอียด, วิชชาดา สิมลา, ต้ม บุญรอด, และศิริรัตน์ ศรีรักษา [12] ศึกษาประสิทธิผล

ของยาพอกเข้าตำรับหลวงปู่ศุขวัดปากคลองมะขามเฒ่าต่อการบรรเทาอาการปวดและองศาการเคลื่อนไหวในผู้ป่วยโรคลมจับโป่งแห้งเข้า โดยการนำยาพอกเข้าตำรับหลวงปู่ศุขวัดปากคลองมะขามเฒ่า ประกอบด้วย ผงผักเสี้ยนผี ผงไพลและการบูร อย่างละ 1 ส่วน ผสมให้เข้ากัน นำผงยาที่ได้มาผสมกับแอลกอฮอล์ จากนั้นนำตัวยาผสมให้เป็นเนื้อเดียวกันจนเหนียวและนุ่มพอที่จะสามารถพอกเข้า อาสาสมัครจะได้รับการรักษาด้วยการพอกเข้า จำนวน 3 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ผลการวิจัย พบว่า อาสาสมัครมีระดับความปวดลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.001) และมืองศาการเคลื่อนไหวของข้อเข่าทางอ้อมเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.001) และเป็นผลมาจาก เหน็บขัง [13] เหน็บไหล [14] เหน็บกะทือ [15] เหน็บข่า [14] ที่มีสรรพคุณบรรเทาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ลดอาการปวด และอาการอักเสบ โทงเทง (พุงพิง) [16] และว่านตะขบ [17] มีสรรพคุณช่วยคลายข้ออักเสบ แก้แมลงสัตว์กัดต่อย และลดการอักเสบบริเวณผิวหนังได้ดี เมล็ดพริกไทย [18] ใบข้าวหลาม [19] สรรพคุณช่วยกระจายลม ขับลม ลดอาการปวด กลืน [20] ช่วยการดูดซึมสมุนไพรผ่านผิวหนัง คลายเครียด คลายกล้ามเนื้อ และตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย การรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม หรือจับโป่งเข้า เกิดจากการเสื่อมของร่างกายส่งผลให้ธาตุลมหย่อน เกิดการคั่งค้างของไฟ และน้ำบริเวณข้อเข่า ทำให้เกิดอาการปวด บวมแดง และร้อนของข้อเข่าตามมา อาการเช่นนี้จึงต้องใช้ ยารสร้อนในการรักษา เพื่อเพิ่มกำลังของธาตุลม ทำให้ลดการคั่งค้างของธาตุไฟ และน้ำ สามารถลดอาการปวดข้อเข่าได้

ดังนั้น ยาพอกสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อมของประชาชนบ้านควนเคี่ยม อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง ที่ได้ใช้พื้นฐานทฤษฎีการแพทย์แผนไทยมาทำการวิเคราะห์หยา สรรพคุณของตัวยาคือเป็นยาพอกที่มีรสร้อน กระจายลม มีสรรพคุณในการคลายข้อ ลดอาการปวดเมื่อย และลดการอักเสบของกล้ามเนื้อเป็นการนำองค์ความรู้ศาสตร์การแพทย์แผนไทยมาประยุกต์ใช้ ทำให้กลุ่มทดลองสามารถลดอาการปวดเข่าได้

สรุป

การศึกษาประสิทธิผลยาพอกสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อมของประชาชนบ้านควนเคี่ยม อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองสามารถลดระดับอาการปวดเข่าได้ ซึ่งค่าเฉลี่ยระดับความปวดต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05) แสดงให้เห็นว่ายาพอกสมุนไพรที่มีในท้องถิ่นมาทำการวิเคราะห์หยา สรรพคุณของตัวยาคือมีรสร้อน และมีสรรพคุณในการคลายข้อร้อนมาตั้งเป็นยาตำรับโดยใช้พื้นฐานทางทฤษฎีการแพทย์แผนไทยมีผลต่อการบรรเทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อมของประชาชนบ้านควนเคี่ยม อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง และผู้ที่ได้รับการพอกยามีความพึงพอใจต่อการใช้อย่า ไม่มีอาการข้างเคียงจากการใช้อย่า ร้อยละ 100 และมีอาการปวดลดลง ราคาถูกหาได้ง่ายในท้องถิ่น ไม่สิ้นเปลืองทรัพยากร และประชาชนสามารถพึ่งพาตนเองได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป/การนำไปใช้ประโยชน์

ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาผู้ป่วยที่มีอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อม จึงควรมีแนวทางในการขยายเครือข่ายการพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข่าในผู้ป่วย และผู้สูงอายุข้อเข่าเสื่อม และนำสูตรยาพอกเข้าไปทำการทดลองและพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์ให้สามารถใช้ได้สะดวก และการรักษาโรคให้มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

การทำการศึกษาวินิจฉัยครั้งนี้ผู้ศึกษาได้ให้กลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้ และลงลายมือชื่อไว้เป็นหลักฐานก่อนทำการศึกษาวินิจฉัยได้ชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงสิทธิที่จะเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมโครงการวิจัยตามความสมัครใจ กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิที่จะเปลี่ยนใจในระหว่างการดำเนินการวิจัยโดยสามารถหยุด

การเข้าร่วมโครงการวิจัยและถอนตัวได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อการใช้บริการที่จะพึงได้รับต่อไป ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างเป็นความลับจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปที่เป็นสรุปผลการวิจัย การเปิดเผยข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างต่อหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกระทำเฉพาะกรณีจำเป็นด้วยเหตุผลทางวิชาการเท่านั้น หลังจากกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย ผู้ศึกษาวิจัยจะให้ลงนามเป็นลายลักษณ์อักษรโดยเก็บเอกสารไว้คนละชุด

การอ้างอิง

รัตนา สีมม, คณินันท์ จับปริง, และเตือนใจ ชูพล. ประสิทธิผลยาพอกสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อมของประชาชนบ้านควนเคี่ยม อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง. วารสารการศึกษาและวิจัยการสาธารณสุข. 2566; 1(3): 153-162.

Seepom R, Jubprang K, and Joopoon T. The effectiveness of herbal poultice for knee pain relief from osteoarthritis of the people Ban Khuan Khiam Yan Ta Khao District, Trang Province. Journal of Education and Research in Public Health. 2023; 1(3): 153-162.

เอกสารอ้างอิง

- [1] World Health Organization. The burden of musculoskeletal conditions as the start millennium: report of a WHO scientific group. Accessed 9 Jan 2022 from https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42721/WHO_TRS_919.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- [2] Haq SA and Davatchi F. Osteoarthritis of the knees in the COPCORD world. International J of Rheumatic Diseases. 2011; 14(2): 122-29.
- [3] ปิยมล มัทธจิต, และอลิสรา นิติธรรม. ประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมเพื่อลดอาการปวดข้อเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม ที่มารับบริการการรักษา ณ คลินิกแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลหนองเสือ จังหวัดปทุมธานี. วารสารก้าวทันโลกวิทยาศาสตร์. 2563; 20(1): 70-89.
- [4] จันทร์จิรา เกิดวัน, จิราภรณ์ บุญอินทร์, ชูติมา อีระสมบัติ และวิไล คุปต์นิรติชัยกุล. การสำรวจความชุกของโรคข้อเข่าเสื่อมผู้สูงอายุในชุมชน. วารสารกายภาพบำบัด. 2559; 38(2): 59-70.
- [5] สมชาย อรรถศิลป์, และอุทิศ ตีสมโชค. โรคข้อเข่าเสื่อม. กรุงเทพฯ, เรือนแก้วการพิมพ์. 2541.
- [6] เจษฎา อุดมพิทยาสรรพ์, วินัย สยอวรรณ, วรายุส คตวงศ์, ณัฐสุดา แก้ววิเศษ, และอิศรา ศิริมณีรัตน์. การศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิผลของการพอกเข้าด้วยตำรับยาพอกสูตรที่ 1 กับยาพอกสูตรที่ 2 ต่ออาการปวดเข่าและการเคลื่อนไหวข้อเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลบางใหญ่ อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี. วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์. 2562; 11(1): 64-72.
- [7] รพ.สต.บ้านควนเคี่ยม. รายงานข้อมูลทั่วไป. 2563.
- [8] รพ.สต.บ้านควนเคี่ยม. รายงานการใช้ยา. 2563.
- [9] ราชวิทยาลัยแพทย์เวชศาสตร์ฟื้นฟูแห่งประเทศไทย. Modified WOMAC Scale for knee pain. สืบค้นเมื่อ 21 ธันวาคม 2563 จาก <https://www.rehabmed.or.th/main/paperjournal/modified-womac-scale-for-knee-pain/>
- [10] ศิริพร แยมมูล, เจษฎา อุดมพิทยาสรรพ์, และอิศรา ศิริมณีรัตน์. ประสิทธิผลของการพอกเข้า ด้วยตำรับสมุนไพรต่ออาการปวดเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลบ้านโคก อำเภอบ้านโคก จังหวัดอุดรธานี. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรี. 2018; 1(1): 16-27.
- [11] ไช้เม็ก นิลเพชร, วีระชาติ อานาจรณพร, สโรชา พฤษขวัน, และพฤษศรี จุลจรรยา. ประสิทธิผลของสมุนไพรพอกเข้าต่อระดับความปวดเข่าในผู้สูงอายุข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

- บ้านฟ้าห่วน ตำบลไร่ชี อำเภอลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ. สืบค้นเมื่อ 25 มีนาคม 2565 จาก http://www.amno.moph.go.th/amno_new/files/3p15.pdf
- [12] สุธินันท์ วิจิตร, ซากิมะห์ สะมาแล, ขวนชม ขุนเอียด, วิษชาติ สิมลา, ตัมม บัญรอด, และศิริรัตน์ ศรีรักษา. ประสิทธิภาพของยาพอกเข้าตำรับหลวงปู่ศุขวัดปากคลองมะขามเฒ่าต่อการบรรเทาอาการปวดและองศาการเคลื่อนไหวในผู้ป่วยโรคลมจับโปงแห้ง. วารสารหมอยาไทยวิชัย. 2565; 8(1): 47-62.
- [13] เมดไทย. ชิง. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2563 จาก <https://medthai.com/%e0%b8%82%e0%b8%b4%e0%b8%87/>
- [14] ฐานข้อมูลเครื่องยาสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. ไพล, ข่า. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2563 จาก <https://apps.phar.ubu.ac.th>.
- [15] Disthai. กระทือ งานวิจัยและสรรพคุณ. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2563 จาก <https://www.disthai.com>
- [16] ธนาดี ก่ออานันต์. การศึกษาฤทธิ์ทางชีวภาพจากต้นโทงเทง. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2563 จาก <https://dric.nrct.go.th/index.php?/Search/SearchDetail/290086>
- [17] Thai-herbs. ว่านตีนตะขาบ. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2563 จาก <https://thai-herbs.thdata.co>
- [18] Disthai. พริกไทย ประโยชน์ดีๆ สรรพคุณเด่นๆ และข้อมูลงานวิจัย. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2563 จาก <https://www.disthai.com/16488254/%E0%B8%9E%E0%B8%A3%E0%B8%B4%E0%B8%81%E0%B9%84%E0%B8%97%E0%B8%A2>
- [19] ขนวรรณ โทวรรณ และบัณฑิตา สวัสดิ์. ผลของการใช้ใบชะพลูในอาหารปลาตุ๊กตากลผสม. มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2563 จาก <https://shorturl.asia/YXzD5>
- [20] Health2click. ประโยชน์การอาบน้ำอุ่นกับการแช่ดีเกลือ. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2563 จาก <https://www.health2click.com/2020>