

ประสิทธิผลของการใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี

Effectiveness of Thai Herbal Wrap for Osteoarthritis of Knee at Prapokklao Hospital, Chanthaburi Province.

พทป.กรกฎ ไชยมงคล

Korakot Chaimongkhon, TTM

บทคัดย่อ

งานวิจัยตำรับยาพอกเข้าสมุนไพรในโรคข้อเข่าเสื่อมผู้วิจัยได้เลือกใช้ยาสมุนไพรกลุ่มที่ช่วยลดความร้อน ลดการอักเสบ เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในผู้สูงอายุ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) วิธีการทดสอบโดยเลือกกลุ่มตัวอย่าง แบบเจาะจง (Purposive Sampling) ผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม จำนวน 20 ราย ผลการวิจัย พบว่ายาสมุนไพรตำรับพอกเข้า มีสรรพคุณของยาสมุนไพรตำรับทั้ง 9 ชนิด ลดการอักเสบของกล้ามเนื้อรอบข้อเข่าได้เมื่อวิเคราะห์สรรพคุณของสมุนไพรแต่ละชนิด พบว่า ทั้ง 9 ชนิดมีสรรพคุณตรงกัน คือ ลดการอักเสบและลดปวดได้ ดังนั้นในการวิเคราะห์ ตำรับยาสมุนไพรพอกเข้า สามารถแบ่งกลุ่มเป็น 2 ส่วนประกอบหลักๆ คือยาหลัก มีฤทธิ์ร้อน ช่วยในการกระจายเลือดลม ให้เลือดไหลเวียนได้สะดวก แก้อาการปวดบริเวณข้อ ลดอาการฟกช้ำ ได้แก่วัสดุ พืช และผักเสี้ยนผี ยารอง มีฤทธิ์เย็น ช่วยในลดความร้อนบริเวณที่มีความร้อน ลดอาการอักเสบของข้อ ได้แก่ ฟ้าทะลายโจร มะเดื่อชุมพร เท้ายายม่อม คนทา ชิงชี่ ย่านางและการศึกษาประสิทธิผลของการใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมพบว่า การรักษาด้วยยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าลดอาการปวดสามารถบรรเทาความรุนแรงของข้อเข่าได้ในระดับหนึ่ง เมื่อพิจารณาจากค่าความแตกต่างของระดับความรู้สึกปวดที่มีระดับคะแนนลดลง ถือว่ามีแนวโน้มในทางที่ดี ผู้ป่วยระดับความเจ็บปวดคะแนนลดลง จากระดับ 6 อยู่ในระดับ 2 จำนวน 7 ราย, จากระดับ 5 อยู่ในระดับ 1 จำนวน 7 ราย, จากระดับ 4 อยู่ในระดับ 1 จำนวน 6 ราย สรุปผล เมื่อพิจารณาจากค่าความแตกต่างของระดับความรู้สึกปวดที่มีระดับคะแนนลดลง เป็นอีกหนึ่งทางเลือกให้กับผู้ป่วยกลุ่มนี้ได้ ประโยชน์และการนำไปใช้ ควรมีการส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้ที่มีข้อเข่าเสื่อมได้รับการรักษาทางการแพทย์แผนไทย เพื่อนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี

คำสำคัญ : ประสิทธิภาพของการใช้ยาสมุนไพร, ยาพอกเข้าสมุนไพร, โรคข้อเข่าเสื่อม, ผู้สูงอายุ

ABSTRACT

Effectiveness of herbal wraps (Poultice) for knee pain relieving, anti-inflammatory, reduced joint swelling in patients with osteoarthritis of knee. The researchers choose to experiment with nine different herbs and spices, the studies have shown that the herbal wraps can reduce inflammation and have cooling effects on elderly patients who suffer from knee Osteoarthritis. The research framework and duration was conducted with qualitative research and experimental research which selected 20 subjects by using purposive sampling method.

Results shown that most of volunteers are satisfy with the Thai herbal wrap. It can help to relief pain and reduce joint swelling of knees after treated with an herbal blend of nine herbs and spices wrap. The researcher concluded that all nine herbs and spices have the same effects of anti-inflammation and pain relieve for osteoarthritis patients. They divided the herbal effects into two main groups, the first one had a warming effects which helps increase circulation blood flows, relief pain and reduce bruises. They are consist of Cassumunar ginger, Ginger, and Asian spider flower. The second group had cooling effects that helps cooling the body and anti-inflammation of joints which contain green chiretta, cluster fig, Polynesian arrowroot, Harrisonia perforata, Capparis, and Bai Ya Nang. It helps relief pain and reduce symptoms of Osteoarthritis of knee, increase range of movement in the joint. Moreover, all natural herbs in the herbal wrap may not cause any harms to the joint and the body. In term of the severity of pain scale, the result shows that the pain score was decreased after using the herbal wrap. The score decreased from 6 to 2 and 5 to 1 are seven subjects in each group. Six subjects indicate the score decreased from 4 to 1.

According to the effectiveness of herbal wraps, the researcher suggested that this herbal wraps (Poultice) for knee is considered as an alternative treatment for patients with knee osteoarthritis and need to conduct more research in order to support and prove that oriental medicine is an alternative way to treat osteoarthritis of knee patients.

Keywords : Effectiveness, Herbal wrap, Osteoarthritis of knee, Elderly

บทนำ

จากนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข การนำภูมิปัญญาไทย สมุนไพรไทยเข้าสู่ระบบบริการสุขภาพเป็นทางเลือกประชาชน เปิดคลินิกรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต ไมเกรน ข้อเข่าเสื่อม ภูมิแพ้ ในโรงพยาบาลใหญ่แบบครบวงจร ร้อยละ 80 ในปี 2559 เพื่อบรรลุระบบสุขภาพไทยที่พึงประสงค์ในอีก 20 ปี และเป้าหมายสุขภาพระดับโลก จากนโยบายการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกสู่ภูมิภาค ปัจจุบันกระแสสังคมทั่วโลกมีความสนใจและฟื้นฟูใช้ประโยชน์จากการแพทย์ดั้งเดิม เพื่อแก้ปัญหาด้านสุขภาพที่การแพทย์สมัยใหม่ไม่สามารถตอบสนองได้ทั้งหมด เช่น ศาสตร์การแพทย์แผนไทยที่เป็นการดูแลสุขภาพองค์รวม สอดคล้องกับวิถีชุมชนและวัฒนธรรมท้องถิ่น กระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดให้เป็น 1 ใน 13 สาขาหลักที่จะเร่งรัดพัฒนาให้เป็นทางเลือกของประชาชน (กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. 2560 : 90-95)

นอกจากนี้เพื่อสนับสนุนการที่ประเทศไทยจะเป็นศูนย์กลางสุขภาพนานาชาติ ด้านบริการสุขภาพ บริการเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ยาและผลิตภัณฑ์ยาเพื่อสุขภาพ งานบริการวิชาการและงานวิจัย เพื่อสร้างความมั่นคงด้านเศรษฐกิจของประเทศ ซึ่งมีมูลค่ามากกว่า 1 แสนล้านบาทต่อปีได้บูรณาการทำงานร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง พัฒนาสมุนไพรต่อยอดทั้งด้านการรักษาและผลิตภัณฑ์ ดังนี้ 1) ผลักดันให้เกิดแผนแม่บทแห่งชาติ ว่าด้วยการพัฒนาสมุนไพรไทย (พ.ศ.2560-2564) 2) ผลักดันเข้าสู่ระบบบริการสุขภาพเป็นส่วนหนึ่งของการดูแลสุขภาพ เชื่อมโยงกับการแพทย์แผนปัจจุบัน 3) ส่งเสริมการวิจัยเพื่อสร้างการยอมรับและเชื่อมั่นให้กับประชาชน และ 4) จัดตั้งกลุ่มงานการแพทย์แผนไทยในสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเป็นครั้งแรก เพื่อดำเนินงานที่เป็นรูปธรรม (กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. 2560 : 1-10)

กรมการแผนไทยและการแพทย์ทางเลือก มีเป้าหมายพัฒนาให้โรงพยาบาลศูนย์โรงพยาบาลทั่วไป จัดบริการการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกแบบครบวงจร รักษาโรคทั่วไปและเฉพาะโรค เช่น อัมพฤกษ์ อัมพาต ไมเกรน ข้อเข่าเสื่อม ภูมิแพ้ อย่างน้อย 1 คลินิก คิดเป็นร้อยละ 80 ในปี 2559 และและมีบริการการแพทย์แผนไทยคู่ชานานแผนกผู้ป่วยนอก ร้อยละ 70 จากนโยบายดังกล่าวจะเห็นได้ว่า ผู้ป่วยกลุ่มโรคข้อเข่าเสื่อมเป็นโรคทางกระดูกและกล้ามเนื้อที่พบบ่อยในปัจจุบันแล้วยังสัมพันธ์กับอายุที่เพิ่มมากขึ้น โรคข้อเข่าเสื่อมเป็นปัญหาสำคัญเนื่องจากก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานสำหรับผู้ป่วย รวมทั้งเป็นการของผู้ดูแล ค่าใช้จ่ายในการรักษาสูง ซึ่งจากการศึกษาในก่อนหน้านี้นพบว่าร้อยละ 25 ของผู้สูงอายุวัย 65 ปีในสหรัฐอเมริกาเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม โดยในประเทศสหรัฐอเมริกาในปีค.ศ.1999 การรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมต้องสูญเสียค่าใช้จ่ายประมาณ 178 ล้านดอลลาร์สหรัฐในการรักษาผู้ป่วยทั้งหมด ในประเทศไทยผู้ที่มีอายุ 55 ปีขึ้นไปจะเป็นผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมประมาณร้อยละ 10 เป็นโรคเรื้อรังเพราะรักษาไม่หายขาด ซึ่งแพทย์แผนไทยมีเป้าหมายในการลดความทุกข์ทรมานโดยลดอาการปวด เพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ทำให้ผู้ป่วยสามารถช่วยเหลือตนเองเป็นการลดภาระของผู้ดูแล ลดค่ารักษาเกี่ยวกับค่ายาและค่าผ่าตัดโรคข้อเข่าเสื่อมทำให้เกิดอาการปวดและสูญเสียความสามารถของการทำงานของผู้ป่วย ส่งผลให้การทำการกิจวัตรประจำวันต่างๆ เป็นไปด้วยความยากลำบากและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยลดลง การบำบัดในปัจจุบันมีจุดมุ่งหมายที่จะบรรเทาอาการต่างๆ ด้วย 3 วิธีการที่แตกต่างกันคือการบำบัดโดยการฝังยา เป็นวิธีการที่แพทย์ได้ใช้กับผู้ป่วยเป็นประจำเพื่อควบคุมหรือลดอาการปวดอาจรวมถึงลดกระบวนการอักเสบของข้อ ตัวอย่างเช่น ยาพาราเซตามอล NSAID และยาทาลดปวด การบำบัดโดยการผ่าตัด ตัวอย่างเช่น การตัดกระดูกแล้วเรียงแนวใหม่ (Osteotomy) และการเปลี่ยนข้อเทียม

(Arthroplasty) และการบำบัดโดยไม่ใช้ยา เป็นการบำบัดโดยวิธีการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก ซึ่งมีการใช้กันเป็นประจำในการจัดการกับโรคข้อเข่าเสื่อม (วิไล ชินสกุล. 2545 : 73-98)

โรคข้อเข่าเสื่อมทางการแพทย์แผนไทยจัดอยู่ในโรคลมชนิดหนึ่ง คือโรคลมจับโป่งเข้า หมายถึงโรคลมที่ทำให้ข้อต่อห่อลม มีน้ำในข้อ ชัดในข้อ แบ่งออกเป็น 2 ชนิด ดังนี้ 1) ลมจับโป่งน้ำเข้า คือลมจับโป่งชนิดหนึ่ง มีการอักเสบรุนแรงของข้อเข่า ทำให้มีอาการปวด บวม แดง ร้อนและอาจมีไข้ร่วมด้วย 2) ลมจับโป่งแห้งเข้า คือ ลมจับโป่งชนิดหนึ่ง มีการอักเสบเรื้อรังของข้อเข่า ทำให้มีอาการปวด บวม บริเวณข้อเล็กน้อย (โรงเรียนอายุรเวทราชัน สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์. 2557)

การพอกยา เป็นหัตถการที่ใช้ในการลดความร้อนในบริเวณที่ต้องการ การพอกลดบวมของข้อหรือกล้ามเนื้อ ซึ่งในการคิดค้นนวัตกรรมในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เลือกใช้ยาสมุนไพรตำรับที่เข้ายากลุ่มที่ช่วยลดความร้อน หรือช่วยลดการอักเสบ ซึ่งสูตรตำรับที่นำมาใช้ในการพอกเข้าประกอบไปด้วย ผงฟ้าพล ผงชิง ผงฟ้าทะเลลายโจร ผงผักเสี้ยนผี ผสมกับสมุนไพรในกลุ่มตำรับยาหารากได้แก่ ผงมะเดื่อชุมพร ผงเท้ายายม่อม ผงคนทา ผงชิงชี ผงย่านาง สกัดส่วนอย่างละเอียดๆกัน โดยนำส่วนผสมทั้งหมดผสมรวมกับน้ำอุ่นหุหมักปกติ คลุกเคล้าให้เข้ากัน นำมาพอกที่เข้าทิ้งไว้ประมาณ 20 นาที จนกว่ายาพอกเข้าจะแห้งแล้วล้างออก พอกเข้าวันละ 1 ครั้ง ติดต่อกัน 3 วัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจการศึกษาประสิทธิผลของการใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม หากพบว่าการพอกยาสมุนไพรได้ผลดี สามารถเป็นทางเลือกหนึ่งในการบำบัดผู้ป่วยที่เป็นโรคข้อเข่าเสื่อมได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาสมุนไพรที่ใช้ทำยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม
2. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการใช้ยา

สมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม

วิธีการศึกษา

กรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ได้จากการศึกษาวิธีวิจัยเชิงคุณภาพของประสิทธิผลของการใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมโรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี

โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ด้วยวิธีการดังกล่าว ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ให้ข้อมูลจำนวน 28 คน ทำการเก็บข้อมูลภาคสนาม โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In depth Interview) การสังเกต (Observation) การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) การประชุมเชิงปฏิบัติการและการทดลองก่อนหลัง โดยการใช้ pain score

1. ด้านพื้นที่วิจัย ผู้วิจัยได้คัดเลือกพื้นที่คือ โรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี โดยกำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือกพื้นที่ ดังนี้

1.1 มีผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมเข้ารับการรักษาเป็นจำนวนมากเพียงพอต่อการศึกษาภาคสนามได้

1.2 เป็นพื้นที่โรงพยาบาลของรัฐ มีกลุ่มงานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก บริการตรวจรักษาผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมด้วยการแพทย์แผนไทย

1.3 เป็นโรงพยาบาลแพทย์แผนไทยในระดับตติยภูมิที่มีการรักษาผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมด้วยการแพทย์แผนไทย

2. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก

2.1 อาจารย์แพทย์แผนไทยที่มีความรู้ในด้านการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมที่มีใบประกอบโรคศิลปะจำนวน 1 คน

2.2 เกษัชกรแผนไทยที่มีความรู้ในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมที่มีใบประกอบโรคศิลปะจำนวน 1 คน

2.3 แพทย์แผนไทยหรือแพทย์แผนไทย

ประยุกต์ที่มีความรู้ในด้านการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมที่มีใบประกอบโรคศิลปะจำนวน 6 คน

2.4 ผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 20 คน

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection) ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ โดยมีขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับองค์ความรู้การรักษาผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมด้วยภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์พื้นบ้าน การรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมด้วยวิธีการแพทย์แผนปัจจุบันและแพทย์แผนไทยประยุกต์ โดยศึกษาเอกสารที่เกี่ยวกับพื้นที่ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับหมอพื้นบ้าน และศึกษาข้อมูลการตรวจ วินิจฉัย การรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมโดยใช้วิธีการศึกษาจากแหล่งข้อมูลทุติยภูมิเอกสารของโรงพยาบาล เช่น เวชระเบียนผู้ป่วย เป็นต้น

2 ศึกษาภาคสนาม (Field Studies) ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการสังเกต สัมภาษณ์ สันทนาการและประชุมเชิงปฏิบัติการ เพื่อที่จะได้ตรวจสอบข้อมูลที่สมบูรณ์ตรงกับข้อเท็จจริงมากขึ้นดังนี้ (ทรงคุณ จันทจร. 2557: 117-138)

1) การสังเกต (Observation) เป็นแบบสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participation) และการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non-Participant Observation) ใช้กับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักได้แก่ แพทย์แผนไทยประยุกต์ที่มีความรู้ในการรักษาผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม และกลุ่มผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม

2) การสัมภาษณ์ (Interview) แบ่งออกเป็น แบบสัมภาษณ์ชนิดมีโครงสร้าง (Structured Interview) และแบบสัมภาษณ์ชนิดไม่มีโครงสร้างปลายเปิด (In depth Interview) โดยสัมภาษณ์กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักได้แก่ อาจารย์แพทย์แผนไทย เกษิษกรแผนไทย แพทย์แผนไทย และผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม ในโรงพยาบาลพระปกเกล้าจังหวัดจันทบุรี

3) การสนทนากลุ่ม (Focus Group) เป็นการเก็บข้อมูลภาคสนามในการศึกษาเชิงคุณภาพทางวัฒนธรรมโดยเฉพาะอย่างยิ่งใช้ในการวิจัยประเมินผลการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมด้วยการแพทย์แผนไทย โดยเก็บรวบรวมความรู้สึกรู้สึก ความเห็นและปฏิกิริยาจากผลการรักษา (ทรงคุณ จันทจร. 2557: 143-145)

ขั้นตอนการจัดสนทนากลุ่ม การดำเนินการสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยเริ่มจากการกำหนดหัวข้อหรือปัญหาตลอดจนวัตถุประสงค์ของการวิจัย กำหนดประชากรเป้าหมายและกลุ่มตัวอย่าง การสร้างแนวคำถามและการสร้างกิจกรรมระหว่างดำเนินการ

4) การประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshop) เป็นการเก็บข้อมูลวิจัยเชิงคุณภาพทางวัฒนธรรมที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้ผู้วิจัยสามารถเก็บข้อมูลได้ถูกต้องแม่นยำ การประชุมเชิงปฏิบัติการเป็นการตรวจสอบข้อมูลที่ผู้วิจัยได้ไปเก็บข้อมูลทั้งจากเอกสารและจากภาคสนามแล้วมาวิเคราะห์ข้อมูลจนได้ข้อสรุปเป็นประสิทธิผลของการใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม จากนั้นจึงนำสู่ที่ประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อให้ผู้เกี่ยวข้องทั้งหมดช่วยให้ความคิดเห็น เสนอแนะปรับปรุงแก้ไขจนข้อสรุปนั้นสมบูรณ์ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย(ทรงคุณ จันทจร. 2557 : 146-148)

วิธีดำเนินการประชุมเชิงปฏิบัติการ โดยผู้วิจัยคัดเลือกตัวแทนกลุ่มเพื่อเข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการร่วมกันจำนวน 10-20 คน เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพรที่ใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมและประสิทธิผลของการใช้ยาสมุนไพรตำรับยาพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม เพื่อเป็นข้อสรุปประสิทธิผลของการใช้ยาสมุนไพรตำรับยาพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม

5) การทดลองก่อน – หลัง วัดระดับความเจ็บปวดโดยใช้เครื่องมือ pain score กับกลุ่มผู้ป่วยจำนวน 20 คน

1. ผู้ป่วยแต่ละคนได้รับการตรวจคัดกรองจากแพทย์แผนไทยประยุกต์ เพื่อวัดระดับความ

เจ็บปวดลักษณะความรุนแรงของอาการปวดโดยใช้ Visual analogue scale (ขึ้นฤดี คงศักดิ์ตระกูล. 1996 : 104-108)

(เครื่องมือประเมินความรุนแรงของอาการปวด โดยการให้คะแนน) ตามความเหมาะสม

0 = ไม่ปวด , ขยับก็ไม่วุ่น

10 = ปวดที่สุด

1 - 3 = ปวดเล็กน้อยพอทนได้ , อยู่เฉยๆ ไม่ปวด , ขยับแล้วปวดเล็กน้อย

4 - 6 = ปวดปานกลาง อยู่เฉยๆหรือขยับก็ปวด

7 - 10 = ปวดมากที่สุดจนทนไม่ได้แม้นิ่งเฉย

2. ทำการสอบถามผู้ป่วยก่อนการรักษา โดยให้ผู้ป่วยระบุระดับความเจ็บปวด โดยใช้ pain score

3. ทำการพอกเข้าทั้งสองข้างเพื่อเทียบกับเข้าที่อีกเสบ เป็นเวลา 20 นาที วัดระดับ pain score หลังการรักษา

4. การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis)

การตรวจสอบข้อมูลเบื้องต้น จะกระทำไปพร้อมๆ กันตลอดระยะเวลาที่ดำเนินการวิจัย และเมื่อเสร็จสิ้นการเก็บข้อมูลภาคสนามแล้ว โดยผู้วิจัยจะนำข้อมูลทั้งที่ได้จากการบันทึกข้อมูล การถอดเทปสัมภาษณ์ และการถ่ายภาพ มาทำการจัดหมวดหมู่ข้อมูลตามแต่ละประเภท ตามที่ผู้วิจัยได้ตั้งประเด็นไว้ และตรวจสอบอีกครั้งหนึ่งว่า ข้อมูลที่ได้มามีความครบถ้วนเพียงใด มีความน่าเชื่อถือหรือไม่โดยการตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation) ซึ่งจะมีการตรวจสอบทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านข้อมูล ด้านผู้วิจัย และด้านวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

เพื่อให้ได้ข้อมูลตามจุดมุ่งหมายของการวิจัย หากพบว่ายังมีส่วนใดที่ยังไม่ครบถ้วนสมบูรณ์ จะกระทำการเก็บข้อมูลเพิ่มเติมในส่วนที่ขาดหายไป

5. การนำเสนอข้อมูล ได้นำเสนอข้อมูลแบบพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis) ตาม

วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

ผลการศึกษา

จากการศึกษาภาคสนามในการเก็บข้อมูลประสิทธิผลของการใช้ยาสมุนไพรตำรับยาพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมโรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี ผู้วิจัยขอเสนอผลการศึกษิตตามวัตถุประสงค์ โดยแบ่งเป็น

1. สมุนไพรที่ใช้ทำยาตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมจากการศึกษาเอกสารและการสัมภาษณ์ผลการศึกษิตพบว่าสรรพคุณของสมุนไพรและยาสมุนไพรตำรับที่ใช้ในการทำยาพอกเข้าประกอบด้วย

1) ไพล (Zingiber ontanum (Koenig) Link ex Dietr., Zingiberaceae) ชื่ออื่น : ว่านไฟ (ภาคกลาง) ลักษณะที่นำมาใช้ : ผงแห้งบดละเอียด สรรพคุณ : รักษาอาการเคล็ดขัดยอก ข้อเคล็ด ฟกช้ำ บวม

2) ชิง (Zingiber officinale Roscoe., Zingiberaceae)

ชื่ออื่น : ชิงแกลง ชิงแดง (จันทบุรี)

ลักษณะที่นำมาใช้ : ผงแห้งบดละเอียด

สรรพคุณ : แก้อาการฟกช้ำลดการอักเสบ

3) ฟ้าทะลายโจร (Andrographis paniculata (Burm.f.), Acanthaceae)

ชื่ออื่น : หญ้าก้านจู (สงขลา) น้ำลายพังพอน ฟ้าทะลายโจร (กรุงเทพฯ) ฟ้าสาบ (พนัสนิคม)

ลักษณะที่นำมาใช้ ผงแห้งบดละเอียด สรรพคุณ : ยับยั้งเชื้อแบคทีเรีย ช่วยลดการอักเสบ (Subsana S. 2009: 1191-200)

4) ผักเสี้ยนผี (Cleome viscosa L., Cleomaceae) ชื่ออื่น : ผักส้มผี, ส้มเสี้ยนผี (ภาคเหนือ), ผักเสี้ยนตัวเมีย, ไปนิพพานไม่รู้กลับ เป็นต้น ลักษณะที่นำมาใช้ ผงแห้งบดละเอียด สรรพคุณ : ลดอาการปวดตามข้อ รักษาข้ออักเสบ (Anuthakoenkun A. 2002 :154-61)

5) มะเดื่อชุมพร (*Ficus racemosa* L., Moraceae)

ชื่ออื่น : เตื่อเกลี้ยง (ภาคเหนือ), มะเดื่อน้ำ มะเดื่อหอม หนามเตื่อ เตื่อเลี้ยง (ภาคอีสาน), มะเดื่อ มะเดื่อเกลี้ยง มะเดื่อชุมพร เตื่อน้ำ กูแซ (ภาคใต้), มะเดื่อดง, มะเดื่อไทย, มะเดื่ออุทุมพร ลักษณะที่นำมาใช้ ผงแห้งบดละเอียด

สรรพคุณ : ช่วยลดอาการอักเสบของข้อ

6) เท้ายายม่อม (*Tacca leontopetaloides* (L.) Kuntze, Taccaceae)

ชื่ออื่น : ไม้เท้าฤๅษี (ภาคกลาง) สิงโตดำ (กรุงเทพฯ) บุกรอ (ตราด) ลักษณะที่นำมาใช้ ผงแห้งบดละเอียด

สรรพคุณ : นำมาพอกแก้อาการแพ้ อักเสบ ปวดบวม

7) คนทา (*Harrisonia perforata* (Blanco) Merr., Rutaceae) ชื่ออื่น : ชีดำดา (เชียงใหม่), หนามกะแท่ง (เลย), โโกทา หนามโกทา (ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ), จี จั๋นนาม หนามจี สีเตาะ สีเตาะ (ภาคตะวันตกเฉียงเหนือ), คนทา (ภาคกลาง), กะลันทา สีฟัน สีฟันคนทา สีฟันคนตาย (ทั่วไป) ลักษณะที่นำมาใช้ ผงแห้งบดละเอียด

สรรพคุณ : ช่วยสมานบาดแผล แก้อาการบวม บวมพอง (Somsil P. 2012: 38-44)

8) ชิงชี (*Capparis micracantha* DC., CAPPARACEAE หรือ CAPPARIDACEAE)

ชื่ออื่น : หนวดแมงแดง (เชียงใหม่), แสม้า ทลาย (เชียงราย) พุงแก (ชัยนาท), ค้อนกลอง (เพชรบูรณ์), ค้อนช้อง (สระบุรี), กระจาดป่ากระดาศ ปา (ชลบุรี), ราม (สงขลา), พวงมาระดอ เม็งขอ (ปัตตานี), กระจาดขาว กระดาศขาว กระโรกใหญ่ จิงจี้ พญาจอมปลวก แสมขอ (ภาคกลาง) แสม้าลาย แสม้า ทะลาย น้ำนองหวะ ปูเจ้าสมิงกุย ลักษณะที่นำมาใช้ ผงแห้งบดละเอียด

สรรพคุณ : ช่วยสมานบาดแผล แก้อาการบวมซ้ำ ฟกบวม

9) ย่านาง (*Tiliacora triandra* (Colebr.) Diels, Menispermaceae)

ชื่ออื่น : จ้อยนาง (เชียงใหม่) เถ่ายนาง เถาว์ลย์เขียว (กลาง) ยาดนาง (สุราษฎร์ธานี) ลักษณะที่นำมาใช้ ผงแห้งบดละเอียด

สรรพคุณ : ช่วยสมานบาดแผล แก้อาการบวมซ้ำ ฟกบวม (Weerawatanakorn M. 2018: 32-8)

กล่าวโดยสรุป สมุนไพรที่ใช้ในตำรับยาพอกเข้า ประกอบด้วย 9 ชนิด โดยแต่ละชนิดสามารถหาได้ตามท้องถิ่นเป็นพืชในลักษณะไม้ล้มลุก 5 ชนิด ได้แก่ ไพล ชิง ฟ้าทะลายโจร ผักเสี้ยนผี เท้ายายม่อม พืชจำพวกไม้ต้น 1 ชนิด ได้แก่ มะเดื่อชุมพร พืชจำพวกไม้เลื้อยไม้เถา 3 ชนิด ได้แก่ คนทา ชิงชี ไบยานาง ในประเทศไทยมักพบได้ทั่วไปตามสถานที่ต่างๆ ขึ้นได้ตามสภาพดินแห้ง เช่น ข้างทาง ริมหนองเป็นต้น ลักษณะที่นำมาใช้เป็นยาจะเป็นลักษณะผงแห้ง บดรวมกัน

2. ประสิทธิภาพของการใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมผลการศึกษาพบว่า

2.1 วิธีการทำยา การพอกยา เป็นหัตถการที่ใช้ในการลดความร้อนในบริเวณที่ต้องการการพอกลดบวมของข้อหรือกล้ามเนื้อ ซึ่งในการคิดค้นนวัตกรรมในครั้งนี้ได้ข้อมูลจากการสนทนากลุ่มผู้วิจัยได้เลือกใช้ยาสมุนไพรตำรับที่เข้ายากกลุ่มที่ช่วยลดความร้อน หรือช่วยลดการอักเสบ ซึ่งสูตรตำรับที่นำมาใช้ในการพอกเข้าประกอบไปด้วย ผงไพล ผงชิง ผงฟ้าทะลายโจร ผงผักเสี้ยนผี ผสมกับสมุนไพรในกลุ่มตำรับยาหารากได้แก่ ผงมะเดื่อชุมพร ผงเท้ายายม่อม ผงคนทา ผงชิงชี ผงย่านาง สัดส่วนอย่างละเท่าๆกัน โดยนำส่วนผสมทั้งหมดผสมรวมกับน้ำอุณหภูมิปกติ คลุกเคล้าให้เข้ากัน นำมาพอกที่เข้าทิ้งไว้ประมาณ 20 นาที จนกว่ายาพอกเข้าจะแห้งแล้วล้างออก พอกเข้าวันละ 1 ครั้ง ติดต่อกัน 3 วัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจการศึกษาประสิทธิภาพของการใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม หากพบว่าการพอกยาสมุนไพร

ได้ผลดี สามารถเป็นทางเลือกหนึ่งในการบำบัดผู้ป่วยที่เป็นโรคข้อเข่าเสื่อมได้ (สนทนากลุ่มแพทย์แผนไทย. 2561)

2.2 ประสิทธิภาพของการใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม

วิธีการศึกษาประสิทธิภาพคือผู้วิจัยใช้วิธีการสังเกตที่ได้คือ ลักษณะข้อเข่าที่มีการอักเสบยาที่พอกจะแห้งเพราะการอักเสบมีความร้อนแต่เข่าที่ไม่อักเสบจะยังเปียกชื้น



ภาพที่ 1 ลักษณะการพอกยาสมุนไพร

เข่าที่มีการอักเสบ ยาที่พอกจะแห้ง เพื่อช่วยลดการอักเสบ ดูดพิษร้อน (ซ้ายมือ)

เข่าข้างที่ปกติ ไม่มีการอักเสบ ยาที่พอกจะเปียกชื้น (ขวามือ)

(ที่มา : เก็บข้อมูลจากการสังเกตโดยผู้วิจัย)

2.3. ให้ผู้ป่วยจำนวน 20 คน ระบุระดับความเจ็บปวดก่อนและหลังปรากฏว่าค่าเฉลี่ยของความเจ็บปวดลดลง ดังนี้ (การสัมภาษณ์ผู้ป่วย : 2561)

ผู้ป่วยระบุค่าระดับความเจ็บปวดคะแนนลดลง จากระดับ 6 คะแนน อยู่ในระดับ 2 คะแนน จำนวน 7 ราย จากระดับ 5 คะแนน อยู่ในระดับ 1 คะแนน จำนวน 7 ราย จากระดับ 4 คะแนน อยู่ในระดับ 1 คะแนน จำนวน 6 ราย

สรุปและอภิปรายผล

จากผลการศึกษาดังกล่าวข้างต้น พบว่ายาพอกเข้าสมุนไพรสามารถลดอาการฟกช้ำ อาการข้อบวมและลดอาการปวดเข่าได้ และจากการประชุมเชิงปฏิบัติการณผู้วิจัยจึงสรุปและอภิปรายผลได้ว่า

1. จากการศึกษาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม สรุปผลการวิจัยพบว่าสรรพคุณของยาสมุนไพรตำรับทั้ง 9 ชนิด สามารถลดการอักเสบของกล้ามเนื้อรอบข้อเข่าได้เมื่อวิเคราะห์สรรพคุณของสมุนไพรแต่ละชนิด พบว่า ทั้ง 9 ชนิดมีสรรพคุณตรงกัน คือ ลดการอักเสบและลดปวดได้ ดังนั้นในการวิเคราะห์ตำรับยาสมุนไพรพอกเข้า สามารถแบ่งกลุ่มเป็น 2 ส่วนประกอบหลักๆ คือ

ยาหลัก มีฤทธิ์ร้อน ช่วยในการกระจายเลือดลม กระจายลมในข้อ ให้เลือดไหลเวียนได้สะดวก แก้อาการปวดบริเวณข้อ ลดอาการฟกช้ำ ได้แก่ ไพล ชิง และผักเสี้ยนผี

ยารอง มีฤทธิ์เย็น ช่วยในลดความร้อนบริเวณที่มีความร้อน ลดอาการอักเสบของข้อ ได้แก่ ฟ้ายะลวยโจร มะเดื่อชุมพร เถ้ายายม่อม คนทา ชิงชีย่านาง

สามารถอภิปรายผลได้ว่า ยาสมุนไพรที่ใช้ในการพอกเข้า สามารถลดการอักเสบของข้อเข่าได้ และช่วยดูดพิษร้อนซึ่งยาสมุนไพรแต่ละชนิดที่นำมาใช้เป็นสมุนไพรพื้นบ้าน หาได้ง่ายตามท้องถิ่น ประชาชนทั่วไป รวมทั้งญาติและผู้ป่วยเองสามารถนำมาใช้เองได้ในครัวเรือนสอดคล้องกับเจษฎา อุดมพิทยาสรรพ์ ได้ศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิภาพของการพอกเข้าด้วยตำรับยาพอกสูตรที่ 1 กับยาพอกสูตรที่ 2 ต่ออาการปวดเข่าและการเคลื่อนไหวของข้อเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมแสดงให้เห็นว่าการใช้สมุนไพรพอกเข้า เช่น ยาหาราก(ชิงชี่ คนทา เถ้ายายม่อม มะเดื่อชุมพร ย่านาง) ชิงชี่ ไพล น้ำมันงา การบูร พบว่ามีฤทธิ์ลดอาการปวด ลดการอักเสบของข้อเท้าและช่วยเพิ่มการเคลื่อนไหวข้อ

เข้าได้ดีขึ้นได้ดีกว่ายาแก้ปวดแก้อักเสบในกลุ่ม NSAID อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) (เจษฎา อุดมพิทยาสรรพ์. 2562: 64-72)

2. การศึกษาประสิทธิผลของการใช้ยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าในการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม ผลการวิจัยพบว่า การรักษาด้วยยาสมุนไพรตำรับพอกเข้าลดอาการปวดสามารถบรรเทาความรุนแรงของข้อเข่าได้ในระดับหนึ่ง เพิ่มองศาการเคลื่อนไหวรวมทั้งส่งผลดีต่อการทำงานของข้อเข่า และไม่ก่อให้เกิดอันตราย เมื่อพิจารณาจากค่าความแตกต่างของระดับความรู้สึกรู้สึกปวดที่มีระดับคะแนนลดลง ถือว่ามีแนวโน้มในทางที่ดี

สามารถอภิปรายผลได้ว่า การใช้ยาพอกเข้าสมุนไพรบรรเทาอาการเจ็บปวดข้อเข่า สามารถลดการอักเสบได้ ซึ่ง ผลการทดสอบประสิทธิภาพสามารถรักษาอาการปวดและการอักเสบได้จริง จะเห็นได้ว่า ระยะเวลาการพอกยาสมุนไพรในเวลา 20 นาที สามารถบรรเทาอาการอักเสบได้ ระดับที่ผู้ป่วยพึงพอใจ ซึ่งเป็นข้อค้นพบใหม่ ที่เป็นประโยชน์ต่อผู้ป่วย โดยเฉพาะผู้ป่วยที่อยู่ในวัยสูงอายุ ข้อค้นพบนี้จะเป็นประโยชน์เชิงรูปธรรม ต่อกระบวนการรักษาที่ไม่ยุ่งยาก ต่อการเรียนรู้ของประชาชน สามารถทำได้เองหรือการเข้ารับการอบรม ใช้เวลาในการอบรมไม่นาน เป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อผู้ป่วยที่มีจำนวนมากขึ้น โดยเฉพาะผู้สูงอายุถือเป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยข้อเข่าเสื่อมให้ใช้งานได้ยาวนานขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ควรพัฒนายาสมุนไพรตำรับพอกเข้าให้อยู่ในรูปแบบที่สะดวกใช้งานอยู่ได้นานสะดวกต่อการขนส่ง มีการทำบรรจุภัณฑ์ที่แข็งแรง ทนทานและสวยงาม มีประสิทธิภาพได้จริงไม่แตกต่างกันหรือดีกว่า
2. ควรมีการประชาสัมพันธ์การรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมทั้งทางด้านสื่อ หนังสือพิมพ์วารสาร วิทยุ

โทรทัศน์ และสื่อออนไลน์ เพราะการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมโดยการใช้ยาสมุนไพรพอกเข้า สามารถเป็นอีกหนึ่งทางเลือกให้กับผู้ป่วยกลุ่มนี้ได้ นอกจากจะส่งผลดีต่อสุขภาพของผู้ป่วยแล้ว การพอกเข่านั้นมีอุปกรณ์ไม่มาก ไม่สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย เป็นการพอกเฉพาะส่วนใช้เวลาไม่นาน หรืออาจจะพัฒนาไปในรูปแบบอื่นที่ได้ผลดี นำไปถ่ายทอด ฝึกสอนให้กับชาวบ้านในชุมชน เพื่อที่เขาจะสามารถดูแลตัวเองในเบื้องต้นได้

เอกสารอ้างอิง

- กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข. (2560). **แผนแม่บทแห่งชาติว่าด้วยการพัฒนาสมุนไพรไทย.** พิมพ์ครั้งที่ 2, นนทบุรี : บริษัท ทีเอส อินเทอร์เน็ต จำกัด.
- เจษฎา อุดมพิทยาสรรพ์. (2562). การศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิผลของการพอกเข้าด้วยตำรับยาพอกสูตรที่ 1 กับยาพอกสูตรที่ 2 ต่ออาการปวดเข่าและการเคลื่อนไหวข้อเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลบางใหญ่ อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี. **วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์** ปีที่ 11 ฉบับที่ 1. หน้า 64-72.
- ชินฤติ คงศักดิ์ตระกูล. (1996). **การประเมินความปวด บทบาทที่สำคัญของพยาบาล.** Rama Nurs J Vol.2 ; 104-108.
- ทรงคุณ จันทจร.(2557) **การวิจัยเชิงคุณภาพทางวัฒนธรรม (ภาคปฏิบัติ).** หน้า 117-150. มหาสารคาม : คณะวัฒนธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิม อายุเวทวิทยาลัย. (2547). **ตำราการแพทย์ไทยเดิม (แพทย์ศาสตร์สงเคราะห์) ฉบับอนุรักษ์.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- รัตน์วดี ณ นคร. (2549). Epidemiology of osteoarthritis. **การประชุมวิชาการคณะเทคนิคการแพทย์. ขอนแก่น : คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. โรงเรียนอายุรเวทธารัง สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์. (2557). พัฒนาการของไทย(การนวดไทยแบบราชสำนัก). กรุงเทพฯ : โรงเรียนอายุรเวทธารัง สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์.**
- วิไล ชินสกุล.(2545). **เข้าเสื่อมกับกล้ามเนื้อที่ทำงานผิดปกติ.** กรุงเทพฯ : มูลินีนิมิตหาวชิราลงกรณ์.
- อนุจิตา สิงห์นาค.(2558). **เปรียบเทียบประสิทธิผลของยาพอกดูดพิษและการนวดรักษาในการรักษาอาการปวดเข่า. บทความวิจัยประจำปีการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน และการแพทย์แผนทางเลือกแห่งชาติ ครั้งที่ 12. นนทบุรี**
- Anuthakoengkun A. Inhibitory effect on nitric oxide production and free radical scavenging activity of Thai medicinal plant in osteoarthritic knee treatment. **Journal on the Medical Association of Thailand** 97 : S116-S124.
- Somsil P, Ruangrunsi N, et al. (2012). In vivo and in vitro anti-inflammatory activity of Harrisonia perforata root extract. **Pharmacognosy Journal.** 38-44.
- Suebsasana S, Pongnaratorn P, Sattayasai J, et al. (2009). **Analgesic, antipyretic, Anti-inflammatory and toxic effects of andrographolide derivatives in experimental animal.** Arch Pharm Res. 32(9) : 1191-200.
- Weerawatanakorn M, Rojsuntornkitti K, et al. (2018). Some Phytochemicals and Anti-inflammation Effect of Juice from Tiliacora triandra Leaves. **Journal of Food and Nutrition Research.** 6(1):32-8.