

ประสิทธิผลการรักษาภาวะข้อเข่าเสื่อมด้วยการนวดไทยแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพร
โรงพยาบาลหนองบัวระเหว

Effectiveness of treatment of osteoarthritis of the knee with royal Thai massage
combined with herbal compresses at Nong Bua Rawe Hospital.

(Received: August 4,2025 ; Revised: August 10,2025 ; Accepted: August 13,2025)

เจริญ วันวาน¹
Charoen Wanwan¹

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการรักษาด้วยการนวดไทยแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพร ต่ออาการปวดเข่าในผู้ป่วยที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อมโรงพยาบาลหนองบัวระเหว จังหวัดชัยภูมิ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experiment Research) แบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังทดลอง (One group pre-test post-test design) ประชากรกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อมทั้งเพศชายและเพศหญิงอายุตั้งแต่ 32 ปีขึ้นไปอาศัยอยู่ในอำเภอหนองบัวระเหว จังหวัดชัยภูมิ จำนวน 30 คน การประเมินระดับความเจ็บปวดด้วยมาตรวัดความปวดกลุ่มตัวอย่าง 30 คนก่อนและหลังการรักษา มีการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสถิติ paired t-test

ผลการศึกษาพบว่า ก่อนการรักษาด้วยการนวดราชสำนักและการประคบสมุนไพร จำนวน 3 ครั้ง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความเจ็บปวดอยู่ระดับปวดมาก(ระดับ 5-6)ร้อยละ 60 รองลงมาคือระดับปวดมากที่สุดและระดับปวดปานกลางคือร้อยละ 20 ค่าเฉลี่ยก่อนการรักษา (SD) =5.8(3.26) เมื่อเปรียบเทียบระดับความเจ็บปวดหลังการรักษาพบว่าระดับความเจ็บปวดลดลงร้อยละ100 (ระดับ 1-2 คือ ปวดเล็กน้อย) ค่าเฉลี่ยหลังการรักษา (SD) =1.0 (1.41) ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ความพึงพอใจโดยรวมในการศึกษาครั้งนี้คือร้อยละ 93 (SD) =2.93 (1.689)

คำสำคัญ: ข้อเข่าเสื่อม การนวด ประคบสมุนไพร

Abstract

This study aimed to study the effect of royal Thai massage combined with herbal compress on knee pain in patients with osteoarthritis at Nong Bua Rawe Hospital, Chaiyaphum Province. The research was a quasi-experimental research with a one-group pre-test and post-test design. The sample population consisted of 30 male and female patients with osteoarthritis aged 32 years and over living in Nong Bua Rawe District, Chaiyaphum Province. The pain level was assessed using a pain scale for the 30 samples before and after treatment. Data were analyzed by finding percentages, means, standard deviations, and paired t-test statistics.

The results of the study found that before treatment with royal massage and herbal compress for 3 times, the majority of the sample group had a pain level of severe pain (level 5-6) at 60 percent, followed by the most pain level and moderate pain level at 20 percent. The mean before treatment (SD) = 5.8 (3.26). When comparing the pain level after treatment, it was found that the pain level was reduced by 100 percent (level 1-2 is slight pain). The mean after treatment (SD) = 1.0 (1.41), which was a statistically significant difference ($p < 0.05$). The overall satisfaction in this study was 93 percent (SD) = 2.93 (1.689).

Keywords: osteoarthritis, massage, herbal compress

¹ แพทย์แผนไทยชำนาญการ กลุ่มงานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลหนองบัวระเหว

บทนำ

โรคข้อเข่าเสื่อมที่เป็นภัยเงียบที่คุกคามสุขภาพ พบในกลุ่มวัยกลางคนและผู้สูงอายุ พบมากในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย โดยมีสาเหตุหลักมาจากความเสี่ยงตามวัย และจะยิ่งเสี่ยงมากขึ้นถ้าพบว่ามีพฤติกรรมการยกของหนักหรือมีกิจกรรมที่ต้องใช้ขาและเข่าเป็นเวลานาน¹ จากการสำรวจความชุกของโรคข้อเข่าเสื่อมผู้สูงอายุในชุมชน โรคข้อเข่าเสื่อมเป็นโรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุโดยพบค่าความชุกของโรคร้อยละ 35.4 (95% CI: 29.6, 41.6) ปัจจัยที่เกี่ยวกับการเกิดโรคข้อเข่าเสื่อมคือเพศโดยเพศหญิงมีโอกาสเกิดโรคมกกว่าเพศชายและดัชนีมวลกายโดยผู้ที่มีดัชนีมวลกายมากกว่าปกติมีโอกาสเกิดโรคข้อเข่าเสื่อมมากกว่าผู้ที่มีดัชนีมวลกายปกติ และโรคข้อเข่าเสื่อมยังทำให้เกิดข้อจำกัดในการดำเนินชีวิตประจำวัน ไม่สามารถใช้ชีวิตได้ตามปกติ อาจเกิดการพิการ ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ เศรษฐกิจ และคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย ผู้สูงอายุที่มีปัญหาปวดข้อเข่ามีสาเหตุมาจากข้อเข่าเสื่อมจะเกิดความยากลำบากในการเคลื่อนไหว มีอุปสรรคในการเข้าสังคมการทำกิจวัตรประจำวัน จึงต้องแสวงหาวิธีลดอาการปวดที่ไม่เหมาะสมเนื่องจากข้อเข่าเสื่อมอักเสบเป็นโรคเรื้อรังต้องอาศัยระยะเวลายาวนานต่อเนื่องในการบำบัดสะท้อนให้เห็นถึงภาระค่าใช้จ่ายที่เพิ่มมากขึ้น ประกอบกับการบำบัดในปัจจุบันยังทำให้อาการของโรคยังไม่หายขาด หลักการรักษาโรคนี้ในปัจจุบันประกอบด้วยการรักษาด้วยยา การรักษาทางเวชศาสตร์ฟื้นฟูและการผ่าตัด ซึ่งยังคงเป็นการรักษาเพื่อบรรเทาอาการปวด การคงไว้ซึ่งการเคลื่อนไหวของข้อเข่า เพื่อป้องกันการทำลายกระดูกเพิ่มมากขึ้น การใช้ยาแผนปัจจุบันและวิธีกายภาพบำบัดที่นิยมใช้กันมากในปัจจุบัน แม้จะส่งผลดีในแง่บรรเทาอาการปวดและการอักเสบ แต่ปัญหาที่พบของการใช้ยาในการรักษาข้อเข่าเสื่อมโดยเฉพาะยาปฏิชีวนะกลุ่ม NSAIDs ส่วนมากเป็นยาลดอาการปวดข้อ ส่งผลข้างเคียงให้เกิดอาการระคายเคืองและเป็นแผลในเยื่อบุกระเพาะอาหาร

อาจมีอาการปวดท้อง และเลือดออกได้ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการดูแลรักษาที่ได้รับในปัจจุบัน นอกจากจะไม่สามารถรักษาอาการที่เกิดขึ้นให้หายขาดแล้ว ยังก่อให้เกิดอาการข้างเคียงอีกด้วย²

ในปัจจุบันยังไม่มีวิธีการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมให้หายขาดได้ จุดมุ่งหมายในการรักษา คือ ลดอาการปวด ทำให้ข้อเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น ป้องกันหรือบรรเทาอาการข้อที่ผิดรูป และการลดภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้นจากการใช้ยาในการรักษา สำหรับวิธีการรักษาทางด้านการแพทย์แผนไทยโดยใช้ การรักษาด้วยสมุนไพร มีทั้งชนิดที่เป็นยารับประทานและยาใช้ภายนอก วิธีการนวดประคบสมุนไพรและการพอกยาสมุนไพร ซึ่งเป็นทางเลือกที่มีประสิทธิภาพในการแก้ไขปัญหาอาการแทรกซ้อนจากโรคข้อเข่าเสื่อม เช่น สามารถลดอาการปวด ลดการอักเสบ การเคลื่อนไหวของข้อเข่าดีขึ้น และการรักษาอาการปวดเข่าด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยยังช่วยลดการใช้ยาในกลุ่ม NSAIDs แก้ไขปัญหาจากอาการไม่พึงประสงค์จากการใช้ยาได้ในระดับหนึ่งได้อีกด้วย ซึ่งการนวดรักษาแบบราชสำนักเป็นการช่วยปรับสมดุลเลือดลมให้ไหลเวียนสะดวกขึ้น ส่งผลต่ออาการปวดเข่าให้ลดลง และการประคบสมุนไพร ความร้อนของลูกประคบจะช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิตได้ดีขึ้น ช่วยลดอาการบวม บรรเทาอาการอักเสบของกล้ามเนื้อบริเวณเข่าได้³

โรงพยาบาลหนองบัวระเหวเป็นโรงพยาบาลชุมชนขนาด 30 เตียงมีการเปิดให้บริการรักษาทางการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก มีจำนวนผู้ป่วยข้อเข่าเสื่อมที่มารับบริการที่กลุ่มงานการแพทย์แผนไทย และการแพทย์ทางเลือกส่วนใหญ่มารด้วยอาการปวดข้อเข่า จากข้อมูลเวชระเบียนช่วงปี 2565 - 2567 พบว่ามีผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมเข้ารับบริการจำนวน 67/339, 80/446 และ 87/563 คน/ครั้ง ตามลำดับ⁴ ซึ่งมีแนวโน้มสูงขึ้นทุกปี จากการเก็บข้อมูลกรณีศึกษา 1 รายในปี 2563 พบว่าผลการรักษาอาการปวดเข่าด้วยการนวดและประคบสมุนไพร อาการกรณีศึกษาปวด

ลดลง การเคลื่อนไหวข้อเข่าดีขึ้น จึงสนใจศึกษาประสิทธิผลการรักษาข้อเข่าเสื่อมด้วยการนวดไทยแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพรในโรงพยาบาลหนองบัวระเหว เพื่อย่อยอดงานวิชาการในการรักษาอาการปวดเข่าจากโรคข้อเข่าเสื่อมด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย ให้เป็นที่ยอมรับของประชาชนในพื้นที่และบุคลากรสาธารณสุขต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการนวดไทยแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพรต่ออาการปวดเข่าในผู้ป่วยที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลหนองบัวระเหว
2. เพื่อประเมินความพึงพอใจกรณีศึกษาหลังได้รับการรักษาข้อเข่าเสื่อมด้วยการนวดไทยราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพร

สมมติฐานการวิจัย

อาการปวดเข่าจากภาวะข้อเข่าเสื่อมจะลดลงหลังได้รับการรักษาด้วยวิธีการนวดไทยราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพร

วิธีการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experiment Research) แบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังทดลอง (One group pre-test post-test design) ที่ผู้วิจัยมีการควบคุมปัจจัยและสถานการณ์ที่ศึกษา โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง คือกลุ่มที่มีปวดเข่าจากภาวะข้อเข่าเสื่อม จำนวน 30 คน กลุ่มตัวอย่างจะได้รับการซักประวัติตามแบบสอบถามและคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อม การประเมินอาการปวด ก่อนและหลังการรักษาด้วยวิธีการนวดแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพรและประเมินความพึงพอใจหลังการสิ้นสุดการเข้าร่วมโครงการ ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ ตัวแปรต้น (Independent

variables) คือ ข้อมูลทั่วไปของอาสาสมัคร เช่น อายุ, ระดับการศึกษา, อาชีพ, รายได้ ค่า BMI โรคประจำตัว และการนวดไทยแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพร ตัวแปรตาม (Dependent variables) คือระดับความเจ็บปวด ระยะเวลาในการศึกษาวิจัย เดือนธันวาคม 2567- เดือนพฤษภาคม 2568

ประชากรกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อมทั้งเพศชายและเพศหญิงอายุตั้งแต่ 32 ปีขึ้นไปอาศัยอยู่ในอำเภอหนองบัวระเหว จังหวัดชัยภูมิ ระยะเวลาในการศึกษาทดลองกลุ่มตัวอย่าง 6 เดือน หลังได้รับอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการศึกษาวิจัยในมนุษย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดชัยภูมิ คือระหว่างเดือนธันวาคม 2567 – พฤษภาคม 2568

การคำนวณขนาดตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีการหาขนาดตัวอย่างจากการคำนวณด้วยสูตรการประมาณค่าเฉลี่ยของประชากร 2 กลุ่ม ที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน ใช้สูตรคำนวณขนาดตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างประชากร 2 กลุ่มที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน ดังนี้ (อรุณ จิรวรรณกุล, 2556)

$$n = \frac{(Z_{\alpha/2} + Z_{\beta})^2 \sigma_d^2}{\Delta^2}$$

โดยกำหนด

ค่า effect size = 1.89⁵ ที่พบว่า คะแนนการปวดข้อเข่าเสื่อมก่อนและหลังการนวดกดจุดประคบและการพอกสมุนไพรในการลด อาการปวดในผู้ป่วยเบาหวานที่มีโรคข้อเข่าเสื่อมเท่ากับ 5.46 และ 2.57 (sd=2.47 และ 1.28) ตามลำดับ ค่า $Z_{\alpha} = Z_{0.05} = 1.64$, $Z_{\beta} = Z_{0.10} = 1.28$ คำนวณโดยใช้โปรแกรม G*power 3.1.9.4 ได้ n=15 เพื่อป้องกันการสูญหายของตัวอย่าง (กำหนดร้อยละ 30) เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสม ปรับจำนวนตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ 30 คน เกณฑ์การ

คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยมีเกณฑ์คัดเข้า - คัดออก ดังนี้

เกณฑ์การคัดเข้า (Inclusion criteria) 1)

ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์แผนปัจจุบันหรือแพทย์แผนไทยว่าเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม 2) มีอายุตั้งแต่ 32 ปีขึ้นไป (เนื่องจากศาสตร์การแพทย์แผนไทย 32 ปีขึ้นไป อยู่ในปัจฉิมวัย ซึ่งเริ่มมีความเสื่อมของร่างกาย จึงระบุกลุ่มตัวอย่างจากอายุ 32 ปี ขึ้นไป) 3) มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ สามารถสื่อสารได้ด้วยตนเอง 4) ไม่เคยได้รับอุบัติเหตุที่เข่ามาก่อนไม่มีประวัติได้รับการผ่าตัดข้อเข่า 5) ระดับคะแนนความปวดเข่า ≥ 5 ใน 10 คะแนน 6) สมัครใจและยินยอมเข้าร่วมวิจัย

เกณฑ์การคัดออก (Exclusion Criteria)

1) มีโรคผิวหนังที่สามารถแพร่กระจายเชื้อได้ 2) ได้รับอุบัติเหตุมีบาดแผลและรอยโรคผิวหนังบริเวณเข่า 3) ผู้เข้าร่วมวิจัยไม่สามารถทำการรักษาจนครบขั้นตอนการรักษาที่กำหนด 4) ผู้ป่วยที่มีประวัติการแพ้ยาสมุนไพรที่ใช้ในการรักษา 5) กระดูกแตกหัก ร้าว เคยผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม 6) มีไข้ 38.5°C ขึ้นไป

วิธีและขั้นตอนการดำเนินการศึกษาวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเปรียบเทียบการลดระดับความเจ็บปวดของผู้ที่มีความเจ็บปวดเข่าเนื่องจากภาวะเข่าเสื่อมจำนวน 30 คน รักษาด้วยการนวดรักษาแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพร ซึ่งเป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจะได้รับการรักษาด้วยการนวดร่วมกับการประคบสมุนไพรต่อเนื่อง 3 ครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลา นวดรักษาคนละ 45 นาที ร่วมกับการประคบสมุนไพร 15 นาที รวม 1 ชั่วโมง ประเมินผลก่อนและหลังการรักษา ซึ่งจะมีการประเมินและบันทึกข้อมูลในแบบบันทึกผู้ป่วย แบบคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อมทางคลินิก 5 ข้อ และแบบวัดระดับความเจ็บปวด (Pain Scale) สถานที่ศึกษาคือกลุ่มงานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลหนองบัวระเหว จังหวัดชัยภูมิ ระหว่าง

เดือน เดือนธันวาคม 2567 - พฤษภาคม 2568 มีวิธีและขั้นตอนการดำเนินการศึกษาวิจัยดังนี้

1. ทำหนังสือขออนุญาตทำโครงการวิจัยจากผู้บริหาร โรงพยาบาลหนองบัวระเหว
2. เสนอขอรับรองจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาการศึกษาวิจัยในคน สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดชัยภูมิ
3. ประชุมคณะทำงานและผู้เกี่ยวข้อง ประกอบด้วยพยาบาลคัดกรอง และแพทย์แผนไทย
4. ดำเนินการทำโครงการวิจัย 1) ประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยในกลุ่มเป้าหมายที่มาใช้บริการที่ตึกผู้ป่วยนอก 2) รับสมัครกลุ่มตัวอย่าง คัดกรองตามเกณฑ์คัดเข้า 3) ซักประวัติตรวจคัดกรอง บันทึกข้อมูลทั่วไปและผลการตรวจประเมินทางหัตถเวช การประเมินตามแบบคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อมทางคลินิก จำนวน 5 ข้อ 4) อาสาสมัครที่ผ่านการประเมินตามเกณฑ์การคัดเข้าจำนวน 30 คนจะได้รับการรักษาด้วยวิธีการนวดแบบราชสำนัก 45 นาที ร่วมกับการประคบสมุนไพร 15 นาที 5) ประเมินผลหลังการรักษา และอาสาสมัครที่เข้าร่วมโครงการประเมินความพึงพอใจ
5. ขั้นตอนการสรุป วิเคราะห์ข้อมูลและประเมินผลการศึกษาวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

นวดรักษาแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพร ประกอบด้วย

1. การนวดราชสำนัก รักษาโรคข้อเข่าเสื่อมหรือโรคข้ออักเสบ เป็นการนวดช่วยกระตุ้นการไหลเวียนเลือดให้ดีขึ้นเพื่อช่วยลดอาการปวดเข่า ซึ่งใช้เวลาในการนวดรักษาตามขั้นตอนคนละ 45 นาที

สูตรการนวดลมจับโป่งน้ำเข้า

- 1) นวดพื้นฐานขา ตามแนวเส้น 1,2,3 คลายหลังเท้า เปิดประตูลม
- 2) นวดสัญญาณเข้า 3 จุด
- 3) นวดพื้นฐานขา ด้านนอก นวดสัญญาณ 1-4 ขาด้านนอก และกดใต้ข้อเข่า ห้ามเขยื้อนข้อเข่า

4) นวดพื้นฐานทางด้านใน นวดสัญญาณ 1-4
ทางด้านใน และกดใต้ข้อเข่า ห้ามเขยื้อนข้อเข่า

สูตรการนวดลมจับโป่งแห่งเข่า

1) นวดพื้นฐานขา ตามแนวเส้น 1,2,3 คลาย
หลังเท้า เปิดประตูลม

2) นวดสัญญาณเข่า 3 จุด

3) นวดพื้นฐานทางด้านนอก นวดสัญญาณ 1-
4 ขาด้านนอก เน้น ส. 4 และกดใต้ข้อเข่า ห้าม
เขยื้อนข้อเข่า

4) นวดพื้นฐานทางด้านใน นวดสัญญาณ 1-4
ทางด้านใน เน้น สัญญาณ 3,4 เขยื้อนข้อเข่า

2. การประคบสมุนไพร ใช้เวลา 15 นาที
การใช้สมุนไพรหลายอย่างมาห่อรวมกัน ส่วนใหญ่
เป็นสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหยโดยนำมาทำให้
ร้อน ประคบบริเวณที่ปวดหรือเคล็ดขัดยอก เช่น
เข่า ซึ่งเป็นน้ำมันหอมระเหยเมื่อถูกความร้อนจะ
ระเหยออกมา ความร้อนจากลูกประคบจะช่วย
กระตุ้นการไหลเวียนโลหิตดีขึ้น และยังมี
สาระสำคัญจากสมุนไพรบางชนิดที่ซึมเข้าทาง
ผิวหนัง ช่วยรักษาอาการเคล็ด ขัดยอก และปวดได้

เครื่องมือในการประเมินผลการรักษาอาการ
ปวดเข่า โดยการใช้วิธีการนวดรักษาแบบราชสำนัก
ร่วมกับการประคบสมุนไพรเป็นแบบสอบถาม
(Questionnaires) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษา
เอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ครอบคลุม
เนื้อหาและวัตถุประสงค์ของเนื้อหา วัตถุประสงค์
ของการวิจัยและตัวแปรที่ต้องการจะศึกษา
ประกอบด้วย 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปสำหรับผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม
จำนวน 11 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ น้ำหนักตัว ส่วนสูง
ดัชนีมวลกาย อาชีพ ระดับการศึกษา โรคประจำตัว
ข้อเข่าข้างที่มีอาการปวด ระยะเวลาที่เป็นที่มี
อาการข้อเข่าเสื่อม ประวัติการรักษาข้อเข่าเสื่อม
และวิธีการลดอาการเจ็บปวด

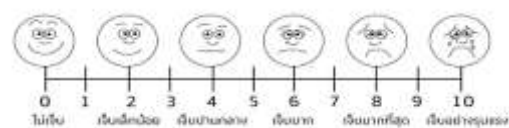
ส่วนที่ 2 แบบคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อมทางคลินิก
จำนวน 5 ข้อ รายละเอียด ดังนี้

การคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อมทางคลินิก
ข้อแนะนำแบบคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อมทางคลินิก

ใช้ประเมินผู้ที่มีอาการปวดเข่าเพื่อค้นหา โอกาสที่
จะเป็นโรคข้อเข่าเสื่อมและส่งต่อแพทย์แผนไทย
เพื่อตรวจวินิจฉัยและทำการรักษา ตามอาการของ
ผู้ป่วยโรคข้อเข่าตามข้อคำถามดังนี้ 1.ข้อเข่าตึง
หลังตื่นนอนตอนเช้านาน <30 นาที (stiffness) 2.
เสียงดังกรอบแกรบในข้อเข่าขณะเคลื่อนไหว
(crepitus) 3. กดเจ็บที่กระดูกข้อเข่า (body
tenderness) 4. ข้อใหญ่ผิดปกติ (body
enlargement) 5. มีอาการปวด บวม แดง ร้อน
และเป็นทั้งเข่า⁶

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความเจ็บปวดด้วย
มาตรวัดความปวดแบบ เฟเซียล สเกล (Facial
Scale)

ก่อนการรักษาและหลังการรักษาด้วยการ
นวดราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพร โดยใช้
ค่าคะแนนความปวด มีระดับการปวดทั้งหมด 6
ระดับ ดังนี้ คือ ระดับ 0 คือ ไม่ปวด ระดับ 1-2 คือ
ปวดเล็กน้อย ระดับ 3-4 คือ ปวดปานกลาง ระดับ
5-6 คือ ปวดมาก ระดับ 7-8 คือ ปวดมากที่สุด
ระดับ 9-10 คือ ปวดมากที่สุดเท่าที่จะคิดได้ โดยที่
มีลักษณะใบหน้าที่มีการเปลี่ยนแปลงตามอาการ
ความเจ็บปวดของผู้ป่วย โดยผู้ศึกษาอธิบายให้
ผู้ป่วยทราบและผู้ป่วยเป็นผู้ประเมินตนเอง และผู้
ศึกษาจดบันทึกก่อนการรักษาครั้งที่ 1 และหลังการ
รักษาครั้งที่ 3 เพื่อประเมินความแตกต่าง⁷



ส่วนที่ 4 การวัดความพึงพอใจ จำนวน 5
ข้อ

การวัดความพึงพอใจ จำนวน 5 ข้อ เป็น
คำถามการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึง
พอใจต่อการนวดไทยราชสำนักร่วมกับการประคบ
สมุนไพรของผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม ลักษณะคำถาม
เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)

โดยแบ่งเป็นแบ่งโดย 3 ระดับ โดยแต่ละค่ามีความหมายดังนี้ คือ

ไม่พอใจ 1 คะแนน

เฉยๆ 2 คะแนน

พอใจ 3 คะแนน

การแบ่งระดับความพึงพอใจ ใช้วิธีการจัดกลุ่มแบบอิงเกณฑ์ของ Best⁵ แบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้ คือ อันตรภาคชั้น = ค่าสูงสุด - ค่าต่ำสุด/จำนวนชั้น $3-1/3 = 0.67$

คะแนนเฉลี่ย 1 – 1.67 ระดับต่ำ/ไม่พอใจ

คะแนนเฉลี่ย 1.68 – 2.35 ระดับปานกลาง/เฉยๆ

คะแนนเฉลี่ย 2.36 – 3.00 ระดับสูง/พอใจ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ความตรง (Reliability) นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านพิจารณาตรวจสอบว่ามีความถูกต้องความครอบคลุมครบถ้วน และสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ ตรงตามเนื้อหาที่ต้องการวัด ตรงตามกรอบแนวคิดการใช้ภาษาและความชัดเจนของภาษาและนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้อง ความเที่ยง (Validity) ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามก่อนและหลังการทดลองในการศึกษาผลการรักษาภาวะข้อเข่าเสื่อมด้วยการนวดไทยแบบราชสำนัก ร่วมกับ การประคบสมุนไพรในโรงพยาบาลหนองบัวระเหว จังหวัดชัยภูมิ นำไปทดลองใช้ (Try Out) กับ ผู้สูงอายุ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย จำนวน 30 คน และนำข้อมูลที่ได้ไปหาค่า ความเชื่อมั่น (Reliability) โดยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha coefficient ; α) ของ Cronbach⁵ สำหรับผลการทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยรวมได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.913 สำหรับความเชื่อมั่นในแต่ละส่วนมีดังนี้ ส่วนที่เป็นข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม เท่ากับ 0.924 ส่วนที่แบบประเมินความพึงพอใจ จำนวน 5 ข้อ เท่ากับ 0.902 ผลโดยรวมมากกว่า 0.7 แสดง

ว่า แบบสอบถามมีความเชื่อมั่นในระดับที่ยอมรับได้ จึงนำไปใช้เป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการดำเนินการศึกษครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงความสำคัญของข้อมูลที่ได้ ให้สมบูรณ์ ครบถ้วน และถูกต้อง โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานในการเก็บรวบรวมข้อมูลงานวิจัย มีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยศึกษา ทบทวนตำรา วารสารและเอกสารที่เกี่ยวข้อง พบที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญด้านการทำวิจัย

2. ผู้วิจัยติดต่อประสานงานกับทีมผู้วิจัยเพื่อประชุม/ชี้แจง เพื่อวางแผนในการเก็บรวบรวมข้อมูลให้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยเป็นคนเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองด้วยการสัมภาษณ์ผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมที่มาใช้บริการยังคลินิกแพทย์แผนไทยโดยกลุ่มตัวอย่างยินดีและยินยอมให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามระหว่างรอรับการตรวจ

4. ผู้วิจัยเริ่มต้นด้วยการสัมภาษณ์โดยการเข้าไปทำความรู้จัก คั่นเคยกับผู้ป่วยพร้อมกับชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเก็บข้อมูลและอธิบายลักษณะของแบบสอบถาม รวมถึงวิธีการตอบแบบสอบถาม โดยให้ผู้ป่วยได้ตอบแบบสอบถามด้วยตนเองและ ผู้วิจัยจะได้ตรวจสอบความถูกต้องของแบบสัมภาษณ์ และหากพบว่าแบบสอบถามใดไม่สมบูรณ์ผู้วิจัยก็จะขออนุญาตสอบถามผู้ป่วยอีกครั้งเพื่อความสมบูรณ์ ถูกต้องและครบถ้วนของแบบสัมภาษณ์

5. รวบรวมนำข้อมูลที่ได้ไปทำการวิเคราะห์ต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษานี้ มีการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่

ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเปรียบเทียบก่อนและหลังการรักษาใช้ Paired t-test กำหนดค่าระดับ นัยสำคัญทางสถิติไว้ที่ ($P < 0.05$)

ผลการศึกษา

การศึกษาผลการรักษาข้อเข่าเสื่อมด้วยการนวดไทยแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพรในคลินิกแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลหนองบัวระเหว จังหวัดชัยภูมิ ในกลุ่มอาสาสมัครที่ได้ผ่านเกณฑ์การคัดเข้าและสมัครใจเข้าร่วมโครงการในครั้งนี้จำนวน 30 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างทุกคนจะได้รับการรักษาด้วยวิธีการนวดแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพรโดยใช้ระยะเวลาในการนวดรักษา 45 นาที/ครั้งและประคบสมุนไพร 15 นาที/ครั้ง รวมทั้งหมด 3 ครั้ง โดยนัดวันเว้นวันสามารถสรุปผล อภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยที่มีอาการปวดเข่าจากภาวะข้อเข่าเสื่อม ในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ส่วนใหญ่เป็น เพศหญิง ร้อยละ 60 เพศชาย ร้อยละ 40 มีอายุระหว่าง 46-65 ปี มากถึงร้อยละ 70 มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X} = 58.10$, S.D. = 5.67) ส่วนใหญ่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) อยู่ระหว่าง 25-29 หมายถึง อ้วน/โรคอ้วนระดับ 2 คิดเป็นร้อยละ 40 มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X} = 25.14$, S.D. = 4.71) ซึ่งสอดคล้องกับปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดโรคข้อเข่าเสื่อม (วิภา งามสุทธิกุล, 2566) ได้กล่าวไว้ว่าจากการศึกษา พบว่าเพศหญิงมักเป็นโรคข้อเข่าเสื่อมที่ข้อเข่าและข้อมือเป็นส่วนใหญ่ และดัชนีมวลกายเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งเสริมการเกิดโรคข้อเข่าเสื่อมเนื่องจากข้อเข่าเป็นส่วนที่ต้องรับน้ำหนักตัวทั้งหมดโดยในคนที่เดินปกติ น้ำหนักจะลงที่ข้อเข่าประมาณ 2-3 เท่าของน้ำหนักตัว มีโรคประจำตัวร่วมคือ โรคเบาหวาน ร้อยละ 40 ส่วนใหญ่เรียนจบในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 60 และประกอบอาชีพเกษตรกรมากถึง ร้อยละ 60

ในการประเมินระยะเวลาที่มีอาการปวดเข่าข้อเข่าเสื่อม ส่วนใหญ่มีอาการต่อเนื่องนานมากกว่า

5 ปี คิดเป็นร้อยละ 70 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X} = 9.40$, S.D. = 6.75) ส่วนใหญ่เคยรักษาโรคข้อเข่าเสื่อมด้วยวิธีการฉีดยาและรับประทานยาแก้ปวดร้อยละ 40 เท่ากัน ส่วนใหญ่มีอาการปวดเข่าข้างซ้ายและข้างขวาเท่ากันคิดเป็นร้อยละ 40 เท่ากัน

การประเมินแบบคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อมทางคลินิก จำนวน 5 ข้อ ตามอาการของผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม พบว่า กลุ่มเป้าหมายทั้ง 30 คน มีอาการข้อเข่าตึงหลังตื่นนอนตอนเช้า นาน <30 นาที (stiffness) มีเสียงดังกรอบแกรบในข้อเข่าขณะเคลื่อนไหว (crepitus) และกดเจ็บที่กระดูกข้อเข่า (body tenderness) ร้อยละ 90 ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$ (SD) = 1.67) ผลภาพรวมของคะแนนคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อมคิดเป็นร้อยละ 64 $\bar{x}$ (SD) = 0.64(0.68) ซึ่งพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการทั้ง 30 ราย มีโอกาสและมีภาวะเป็นโรคข้อเข่าเสื่อมทุกราย

การเปรียบเทียบระดับความเจ็บปวดหลังการรักษาด้วยวิธีการนวดร่วมกับการประคบสมุนไพร พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับความเจ็บปวดลดลงตั้งแต่ครั้งแรกของการรักษา ดังนี้ ครั้งที่ 1 มีค่าเฉลี่ยระดับความเจ็บปวด $\bar{x}$ (SD) = 5.4 (3.22), และหลังการรักษามีค่าเฉลี่ย $\bar{x}$ (SD) = 2.9 (2.84), ครั้งที่ 2 มีค่าเฉลี่ยของระดับความเจ็บปวด $\bar{x}$ (SD) = 3.9 (1.30), และหลังการรักษามีค่าเฉลี่ย $\bar{x}$ (SD) = 1.6 (1.61), และครั้งที่ 3 มีค่าเฉลี่ยของระดับความเจ็บปวด $\bar{x}$ (SD) = 2.5 (1.58), และหลังการรักษามีค่าเฉลี่ย $\bar{x}$ (SD) = 1.0 (1.41), ระดับความเจ็บปวดกลุ่มตัวอย่างลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ p-value $p < 0.05$

การประเมินระดับความเจ็บปวดด้วยมาตรวัดความปวดกลุ่มตัวอย่าง 30 คนก่อนและหลังการรักษาพบว่า ก่อนการรักษาด้วยการนวดราชสำนักและการประคบสมุนไพร จำนวน 3 ครั้ง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความเจ็บปวดอยู่ระดับปวดมาก(ระดับ 5-6)ร้อยละ 60 รองลงมาคือระดับปวดมากที่สุดและระดับปวดปานกลางคือร้อยละ 20 ค่าเฉลี่ยก่อนการรักษา $\bar{x}$ (SD) = 5.8(3.26) เมื่อเปรียบเทียบระดับความเจ็บปวด

หลังการรักษาพบว่าระดับความเจ็บปวดลดลงร้อยละ 100 (ระดับ 1-2 คือ ปวดเล็กน้อย) ค่าเฉลี่ยหลังการรักษา $\bar{x}$ (SD) = 1.0 (1.41) ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

การสรุปผลแบบประเมินระดับความพึงพอใจกลุ่มตัวอย่างหลังได้รับการรักษาด้วยวิธีการนวดร่วมกับการประคบสมุนไพรพบว่า ร้อยละ 100 $\bar{x}$ (SD) = 3 (0.948) มีความพึงพอใจต่อการรักษาที่ช่วยลดอาการบวมและปวดตึงของข้อเข่าอุปกรณ์เครื่องมือในการรักษาและยีนดีที่จะรักษาอาการปวดเข่าด้วยวิธีนี้ ความพึงพอใจภาพรวมในการศึกษาครั้งนี้คือร้อยละ 93 $\bar{x}$ (SD) = 2.93 (1.689) ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจต่อการนวดแบบราชสำนักกับการประคบสมุนไพรในการรักษาข้อเข่าเสื่อม

สรุปและอภิปรายผล

การประสิทธิผลการรักษาข้อเข่าเสื่อมด้วยการนวดไทยแบบราชสำนักร่วมกับการประคบสมุนไพรในโรงพยาบาล หนองบัวระเหว หลังได้รับการนวดราชสำนักและการประคบสมุนไพร จำนวน 3 ครั้ง พบว่าระดับความเจ็บปวดหลังการรักษาพบว่าระดับความเจ็บปวดลดลงร้อยละ 100 (ระดับ 1-2 คือ ปวดเล็กน้อย) ค่าเฉลี่ยหลังการรักษา $\bar{x}$ (SD) = 1.0 (1.41) เมื่อเปรียบเทียบระดับความเจ็บปวดก่อนและหลังการทดลองพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ p -value $p < 0.05$ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าผลของการ นวดกดจุดร่วมกับการประคบสมุนไพร ในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม มีส่วนช่วยในการลดระดับความรุนแรงของข้อเข่าเสื่อม ลดอาการปวด และเพิ่มความสามารถในการใช้งานของข้อเข่า อาจเนื่องมาจากการนวดแบบราชสำนักเป็นนวดพื้นฐานเพื่อกระตุ้นกล้ามเนื้อและการนวดกดจุดจะกระตุ้นทำให้เกิดการไหลเวียนของ โลหิตซึ่งทำให้เลือดและน้ำเหลืองถูกขับออกจากบริเวณเข่า และมีเลือดและน้ำเหลืองใหม่มาแทนที่ระบบไหลเวียนจึงทำงานได้ดีขึ้นส่งผลช่วยลดอาการปวดเข่า ช่วยให้

กล้ามเนื้อคลายตัว ทำให้อาการตึงของกล้ามเนื้อและเส้นเอ็นลดลงส่งผลให้การเคลื่อนไหวให้มีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องตามเส้นพื้นฐานและจุดสัญญาณ การใช้แรงกดกระทำต่อกล้ามเนื้อ เมื่อผ่อนคลายทำให้ธาตุดินหรือกล้ามเนื้อ คลายตัวส่งผลให้ธาตุลม ธาตุน้ำ และธาตุไฟ ในร่างกายเคลื่อนที่ได้สะดวก การไหลเวียนเลือดลมดีขึ้นส่งผลย้อนกลับไปบำรุงธาตุดิน ทำให้ธาตุดินเกิดการคลายตัวมากยิ่งขึ้นเมื่อมีเลือดไปเลี้ยงกล้ามเนื้อได้มากขึ้น ร่างกายสู่ภาวะสมดุลของธาตุทั้ง 4 ส่วน การรักษาด้วยการประคบสมุนไพรโดยอาศัย ฤทธิ์จากสมุนไพรคือไพลซึ่งมีฤทธิ์ในการลดกระบวนการอักเสบและลดอาการปวด และจากความร้อนของ ลูกประคบจะช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิตให้ดีขึ้น ช่วยลดอาการบวม บรรเทาอาการอักเสบของกล้ามเนื้อ ผลการประเมินความพึงพอใจของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าความพึงพอใจภาพรวมในการศึกษาครั้งนี้คือร้อยละ 93 $\bar{x}$ (SD) = 2.93 (1.689) ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจต่อการนวดแบบราชสำนักกับการประคบสมุนไพรในการรักษาข้อเข่าเสื่อมซึ่งแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจต่อการนวดแบบราชสำนักกับการประคบสมุนไพรในการรักษาข้อเข่าเสื่อม การศึกษาครั้งนี้เป็นไปตามวัตถุประสงค์และสมมุติฐานการวิจัย และยังสอดคล้องกับสอดคล้องกับการศึกษากับผลการศึกษาศึกษาระดับการเคลื่อนไหวของผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมเมื่อรักษาด้วยการนวดแบบราชสำนักเพียงอย่างเดียวและประคบสมุนไพรร่วมด้วย^๑ พบว่าทั้งสองกลุ่มผลการเคลื่อนไหวดีขึ้นทุกรายการ ยกเว้นการนวดราชสำนัก ก่อนและหลังการนวด การตรวจเข่าโก่งและการวัดมุมข้อ (นอนหงาย) เหยียดตรง ไม่พบความแตกต่าง การนวดราชสำนักร่วมกับการประคบทำให้ลดการบวมของใต้ลูกสะบ้าและเหนือลูกสะบ้าลงได้มากกว่าทำให้สามารถมีมุมข้อ (นอนหงาย) เหยียดตรงได้มากกว่า การศึกษาผลการนวดไทยต่อผู้ป่วยอาการปวดข้อเข่าและอาการข้อเข่าฝืดในคลินิกแพทย์แผนไทย

โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง จังหวัดนครปฐม⁹ พบว่า ผลของการนวดไทยต่ออาการปวดข้อเข่าค่าเฉลี่ยระดับอาการปวด ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 2) ผลของการนวดไทยต่ออาการข้อเข่าฝืด ค่าเฉลี่ยระดับอาการฝืดลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 3) ผลของการนวดไทยต่อองศาการเคลื่อนไหวของข้อเข่าสามารถเคลื่อนไหวข้อเข่าได้ดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 4) เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจในการนวดไทยต่ออาการปวดข้อเข่าและอาการข้อเข่าฝืด พบว่าผลโดยรวม มีระดับความพึงพอใจที่มีต่อการรักษามากที่สุด ยังสอดคล้องกับการศึกษาผลของการประคบสมุนไพรด้วยตนเองต่อความเจ็บปวดของกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอาการปวดข้อเข่า ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลเถิน อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดลำปาง¹⁰ ผลการศึกษา พบว่าผู้สูงอายุที่มีอาการปวดข้อเข่าเมื่อสิ้นสุดโปรแกรมการประคบด้วยสมุนไพรด้วยตนเองไปแล้ว 4 สัปดาห์ มีความเจ็บปวด มีระยะห่างของเวลาที่ปวด และความพึงพอใจก่อนและหลังของการใช้ลูกประคบเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ดังนั้นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุประคบสมุนไพรด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องสามารถจัดการความเจ็บปวด ช่วยลดระยะห่างของความเจ็บปวด และสร้างความพึงพอใจให้กับผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี การศึกษาประสิทธิผลของการนวดร่วมกับการประคบสมุนไพรในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลเมืองสรวง อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด¹¹ ที่พบว่าการนวดร่วมกับการประคบสมุนไพรทำให้อาการปวดเข่าลดลง การศึกษาครั้งนี้ยังสอดคล้องกับ การศึกษาประสิทธิผลของการนวดกดจุด ประคบ และพอกสมุนไพร เพื่อบำบัดอาการปวดในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน⁵ ภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยระดับความปวดเข่า 2.57 ± 1.28 ลดลงจากก่อนการทดลอง และลดลงกว่ากลุ่มควบคุม (3.49 ± 1.80) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาประสิทธิผลของการนวดไทยแบบราชสำนักร่วมกับ

การกักน้ำมัน หนุ้าขัดมอนในการรักษาโรคลมจับโปงแห้งเข่า¹² ผลการวิจัยพบว่า ในกลุ่มทดลององศาการเคลื่อนไหวข้อเข่าในท่าอเพิ่มขึ้น และในท่าเหยียดลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ส่วนกลุ่มควบคุมพบว่าองศาการเคลื่อนไหวข้อเข่าในท่าอเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มพบว่าองศาการเคลื่อนไหวข้อเข่าในท่าอหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน ระดับความปวดเข่าของทั้ง 2 กลุ่ม ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ระดับความเจ็บปวดของทั้ง 2 กลุ่ม ลดลงไม่แตกต่างกัน ระดับคะแนน KOOS ด้านอาการปวด ด้านการเคลื่อนไหวข้อเข่าขณะทำกิจกรรม และด้านคุณภาพชีวิตหลังการทดลองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ข้อเสนอแนะ

1. ด้านการบริหาร สถานพยาบาลและผู้บริหารสามารถพิจารณากำหนด โปรแกรมการนวด ประคบเพื่อรักษาอาการปวดเข่าจากโรคเข่าเสื่อม เป็นหนึ่งในตัวชี้วัดของกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามนโยบายในระดับประเทศต่อไป
2. ด้านการปฏิบัติควรมีระบบส่งต่อ ระบบ Consult ระหว่างหน่วยงานที่มีคุณภาพ เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับประชาชนในพื้นที่
3. การต่อยอดการศึกษาครั้งนี้ควรมีการนำไปใช้ประโยชน์และจัดทำแนวทางหรือโปรแกรมการฟื้นฟูอาการเข่าเสื่อมด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย เนื่องจากปัจจุบันสังคมไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ อยู่ในปัจฉิมวัย มีความเสื่อมของร่างกาย ดังนั้นในวัยผู้สูงอายุจะพบโรคข้อเข่าเสื่อมมากขึ้น การศึกษาครั้งนี้จึงเป็นแนวทางในการรักษาฟื้นฟูต่อยอดในการศึกษาในกลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่ได้ต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณหัวหน้ากลุ่มการ
พยาบาล กลุ่มงานผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลหนองบัว
ระเหว และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ที่ให้คำปรึกษา

แนะนำ อำนวยความสะดวกและให้ความร่วมมือใน
การในการเก็บข้อมูลการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ให้
สำเร็จบรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์

เอกสารอ้างอิง

1. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม (วปส.) มหาวิทยาลัยมหิดล.
(2567).https://www.thaihealthreport.com/file_book/601-Thaihealth-report-2567-edit20240509.pdf
2. วิโรจน์ กวินวงศ์โกวิท และคณะ, ๒๕๖๑ โรคข้อเข่าเสื่อม สืบค้นจาก: <https://www.rama.mahidol.ac.th>
3. กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก (2559). คู่มือแนวทางเวชปฏิบัติการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
แบบครบวงจร: สามเจริญพานิชย์ (กรุงเทพฯ).
4. กลุ่มงานการแพทย์แผนไทยฯ โรงพยาบาลหนองบัวระเหว (256). ฐานข้อมูลผู้มารับบริการคลินิกการแพทย์แผนไทย
โรงพยาบาลหนองบัวระเหว, สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดชัยภูมิ
5. ดลยา ภูมิโพธิ์, และคณะ (๒๕๖๔). การศึกษาประสิทธิภาพของการนวดกดจุด ประคบ และพอกสมุนไพรเพื่อบำบัดอาการปวด
ในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ที่มีโรคข้อเข่าเสื่อม ของโรงพยาบาลบัวใหญ่ อำเภอบัวใหญ่ จังหวัดนครราชสีมา. วารสาร
การแพทย์โรงพยาบาลศรีสะเกษ สุรินทร์ บุรีรัมย์ ปีที่ 36
6. โรงพยาบาลท่าลี่ (2565). คู่มือการดูแลผู้สูงอายุภาวะข้อเข่าเสื่อม “โดยศาสตร์การแพทย์แผนไทย” คณะทำงานแพทย์แผน
ไทย โรงพยาบาลท่าลี่. สืบค้นจาก <http://thalihospital.com/PDF/>
7. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, (2562). เอกสารประกอบวิชา 55312 ตัว pain scales . สืบค้นจาก: <https://www.stou.ac.th/Schools/Shs/upload/2019-05-24%202022-01%20Copy%20of%20%20ความหมาย%20pain>
8. อมรรัตน์ เรืองสกุล และคณะ (2563). ระดับการเคลื่อนไหวของผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมเมื่อรักษาด้วยการนวดแบบราชสำนัก
เพียงอย่างเดียวและประคบสมุนไพรร่วมด้วย. สืบค้นจาก: https://www.dtam.moph.go.th/E-Book/DTAM_Journal/DTAM_Journal_18-2-S/files/basic-html/page35.html
9. สุจิตรา บุญมาก (2020). ผลการนวดไทยต่อผู้ป่วยอาการปวดข้อเข่าและอาการข้อเข่าฝืด ในคลินิกแพทย์แผนไทย
โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง จังหวัดนครปฐม. วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ปีที่ 3 ฉบับที่ 3
(กันยายน - ธันวาคม 2563)
10. อรพรรณ นันดาดี (2561). ผลของการประคบสมุนไพรด้วยตนเองต่อความเจ็บปวดของกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอาการปวดข้อเข่า
ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลเถิน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง วารสารวิชาการสุขภาพภาคเหนือ ปีที่ 5 ฉบับที่ 2 เดือน
กรกฎาคม - ธันวาคม 2561. สืบค้นจาก: <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/johss/article/view/163296/131405>
11. มณีรัตน์ วรรณะและคณะ. (2561). ประสิทธิภาพของการนวดร่วมกับการประคบสมุนไพรในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม
โรงพยาบาลเมืองสรวง อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด. วารสารวิทยาศาสตร์ คชสาส์น, ปีที่ 40 (ฉบับที่ 1), หน้า 120-130.
12. ขนชม ขุนเอียด. (2560). ประสิทธิภาพของการนวดไทยแบบราชสำนักร่วมกับการกักน้ำมันหอยขมในการรักษาโรค
จับโป่งเข่า. จากวารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบอล