

ประสิทธิผลของยาพอกสมุนไพรต่ออาการเจ็บปวดนิ้วหัวแม่มือของหมอนวดไทย คลินิกแพทย์แผนไทยสุโขทัยธรรมมาธิราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

ณธนันต์ บุญแรง¹ (วท.บ.) และ ศุภะลักษณ์ ฟักคำ² (ปร.ด.)

¹นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา กรุงเทพฯ ประเทศไทย

²วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา กรุงเทพฯ ประเทศไทย

บทคัดย่อ

บริบท การพอกยาสมุนไพร เป็นวิธีหนึ่งในหัตถการตามศาสตร์การแพทย์แผนไทย เพื่อบรรเทาอาการปวดกล้ามเนื้อและข้อต่าง ๆ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาประสิทธิผลของยาพอกสมุนไพรต่ออาการเจ็บปวดนิ้วหัวแม่มือของหมอนวดไทย ในคลินิกแพทย์แผนไทยสุโขทัยธรรมมาธิราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

วิธีการศึกษา ศึกษาในหมอนวดไทย คลินิกแพทย์แผนไทยสุโขทัยธรรมมาธิราช ที่มีอาการเจ็บปวดนิ้วหัวแม่มือจำนวน 32 คน ได้รับการพอกยาสมุนไพรบริเวณนิ้วหัวแม่มือที่ปวด พอกช่วงเวลาเช้า ครั้งละ 15 กรัม พอกไว้เป็นเวลา 15 นาที วันเว้นวัน จำนวน 3 ครั้ง ภายใน 1 สัปดาห์ ประเมินความรุนแรงของอาการและความสามารถในการใช้มือและแบบประเมินอาการเจ็บปวดที่นิ้วหัวแม่มือ ก่อนและหลังการพอกยาสมุนไพร โดยใช้สถิติ Paired t – test

ผลการศึกษา พบว่า หลังการพอกยาสมุนไพร ระดับความรุนแรงของอาการ ($\text{mean} \pm \text{S.D.} = 0.83 \pm 0.54$) ความยากลำบากในการใช้มือทำกิจกรรมต่าง ๆ ($\text{mean} \pm \text{S.D.} = 1.19 \pm 1.61$) และความเจ็บปวดที่นิ้วหัวแม่มือ ($\text{mean} \pm \text{S.D.} = 2.69 \pm 1.45$) ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < 0.001$

สรุป การพอกสมุนไพร ช่วยบรรเทาอาการเจ็บปวดนิ้วหัวแม่มือของหมอนวดไทยได้

คำสำคัญ ปวดนิ้วมือ ยาพอกสมุนไพร

ผู้นิพนธ์ที่รับผิดชอบ

ณธนันต์ บุญแรง

นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา กรุงเทพฯ ประเทศไทย

E-mail: Nathanan.dow@hotmail.com

The effectiveness of herbal poultices in reducing the pain in the tendons, wrists and fingers of Thai masseuses at the Sukhothai Thammathirat Thai Traditional Medical clinic in the Pak Kret district of Nonthaburi province

Nathanan Bunrang¹ (B.Sc.) and Supalak Fakkham² (Ph.D.)

¹Master's degree student in Applied Thai Traditional Medicine graduate school

Suan Sunandha Rajabhat University, Bangkok, Thailand

²College of Allied Health Sciences Suan Sunandha Rajabhat University, Bangkok, Thailand

Abstract

Context: An herbal poultice is the application of herbal medicines to treat an affected area.

Objective: To study the effect of herbal poultices to reduce thumb pain of Thai masseuses.

Materials and Methods: This research design was quasi-experimental. 32 Thai masseuse volunteers with pain in their thumbs offered samples. The herbal poultice was applied every other day, 3 times a week. Samples were collected along with the volunteer's data through interviews. The Thai version of the Boston questionnaire (by Sittipong Upatham and Wiphu Kamnuddee from 2008) was used to assess the severity of symptoms and hand ability, as well as a thumb pain assessment scale (Visual Rating Scales: VRS). The research was conducted through the human research ethics committee of Suan Sunandha Rajabhat University, in accordance with ethical considerations.

Results: The results indicated that the severity of the symptoms, difficulty in using hands to do activities and pain in the thumb was reduced with statistical significance, $p < 0.001$.

Conclusions: The results of this research can be used and expanded on as a practical guideline for the treatment of pain in the musculoskeletal system, tendons, wrists and fingers as well.

Keywords: Finger pain, Herbal poultice

Corresponding author: Nathanan Bunrang
Master's degree student in Applied Thai Traditional
Medicine graduate school Suan Sunandha
Rajabhat University, Bangkok, Thailand
E-mail: Nathanan.dow@hotmail.com

Received: May 4, 2022

Revised: August 28, 2022

Accepted: September 28, 2022

การอ้างอิง

ณธนันต์ บุญแรง และ ศุภะลักษณ์ ฟ้าคำ. ประสิทธิภาพของยาพอกสมุนไพรต่ออาการเจ็บปวดนิ้วหัวแม่มือของหมอนวดไทยคลินิกแพทย์แผนไทยสุโขทัยธรรมมาจริราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี.บูรพาเวชสาร. 2565; 9(2): 1-9.

Citation

Bunrang N and Fakkham S. The effectiveness of herbal poultices in reducing the pain in the tendons, wrists and fingers of Thai masseuses at the Sukhothai Thammathirat Thai Traditional Medical clinic in the Pak Kret district of Nonthaburi province. BJM. 2022; 9(2): 1-9.

บทนำ

ความผิดปกติของระบบกระดูกและกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน (Work-related musculoskeletal disorders: WMSDs) คือ อาการผิดปกติต่าง ๆ ของร่างกายเป็นปัญหาที่พบได้บ่อยและมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นในคนทำงาน ซึ่งทำให้เสียเงินในการรักษาพยาบาล การชดเชยค่าเสียหายจากการทำงาน รวมถึงส่งผลให้ความสามารถในการทำงานลดลง จากการศึกษาที่ผ่านมาพบความชุกของการเกิดความผิดปกติของระบบกระดูกและกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน (WMSDs) อย่างมากมายในหลายอาชีพ เช่น พนักงานในโรงงานผลิตอาหารทะเล พนักงานนวด ฯลฯ โดยพบว่าบริเวณที่เกิดการบาดเจ็บได้แก่ บริเวณหลังส่วนล่าง คอ แขนท่อนล่าง และมือ โดยปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิด ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น โรคประจำตัว การศึกษาปัจจัยทางด้านร่างกาย เช่น ท่าทางในการทำงาน ความเครียดจากการทำงาน และปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อมที่ทำงาน อุปกรณ์ที่ทำงาน เป็นต้น¹ และการทำงานอยู่ในท่าเดิมหรืออยู่ในท่าก้มเป็นเวลานาน ๆ อาจทำให้เกิด Forward head posture (FHP) คือมีอาการปวดต้นคอ อาการปวดหลังส่วนบน และยังส่งผลต่อการเกิดการปวดไหล่หรือกล้ามเนื้อเกร็งตัวได้² หมอนวดไทยเป็นอาชีพหนึ่งซึ่งมีความเสี่ยงต่อการเกิดอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ เนื่องมาจากการปฏิบัติงาน จากข้อมูลการสัมภาษณ์ของหมอนวดไทยที่เป็นบุคลากรภายในกลุ่มงานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกในหน่วยของภาครัฐ เขตสุขภาพ 04 จังหวัดนนทบุรี พบว่า ร้อยละ 80 เกิดอาการบาดเจ็บเนื่องจากการทำงาน โดยเฉพาะนิ้วมือ อาการบาดเจ็บที่เกิดจากการใช้งานมากเกินไป การอักเสบของเส้นเอ็น (tendon) และปลอกหุ้ม (sheat) มักมีสาเหตุจากการได้รับบาดเจ็บทำงานหนัก หรือทำกิจกรรมที่มีการใช้เส้นเอ็นส่วนนั้นซ้ำ ๆ เป็นประจำ (บาดเจ็บเรื้อรัง) อาการมักจะเป็นอยู่เนืองนิจเป็นสัปดาห์หรือเป็นเดือน จะมีอาการเจ็บ

ข้อมือด้านนิ้วหัวแม่มือ เวลาเหยียดหรืองอหัวแม่มือ เวลาเคลื่อนไหวข้อจะเจ็บ เมื่อใช้นิ้วมือกดแรง ๆ จะพบจุดกดเจ็บ ซึ่งอยู่ใกล้บริเวณข้อ³

ปัญหาสุขภาพที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการทำงาน มีวิธีในการรักษาที่แตกต่างกัน มีทั้งการรักษาทางด้านการแพทย์แผนปัจจุบันและการแพทย์แผนไทย ผู้วิจัยจึงศึกษาการพอกยาสมุนไพร P4 การพอกยาสมุนไพร คือการนำตำรับยาสมุนไพรมาใช้พอกหรือโปะตามบริเวณที่มีอาการเจ็บปวด เพื่อบำบัดรักษาโรคตามหัตถการรักษากายของแพทย์แผนไทยที่สามารถรักษาอาการปวด คลายกล้ามเนื้อและลดอาการปวดเสียวขัดในข้อได้ ยาพอกสมุนไพรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผงดอกตัง ผงพริกไทย ผงผักเสี้ยนผี น้ำมันไพล น้ำมันจิง น้ำมันผิวมะกรูด การบูร เมนทอล พิมเสน แป้งข้าวเจ้า และน้ำค้าง มีสรรพคุณบรรเทาอาการเจ็บปวดตามเส้นเอ็น กล้ามเนื้อ แก้อาการอักเสบ บวม อาการตึงชาตามมือและนิ้วมือ ซึ่งเป็นตัวยาแก้ลม สัตถะวาตะ รักษาโรคทางผิวหนังได้ เหมาะสำหรับทำยาใช้ภายนอกได้เป็นอย่างดี เพื่อการรักษาอาการบาดเจ็บจากการทำงาน พื้นฟูสภาพร่างกายของหมอนวดไทย ลดการใช้ยา เป็นแนวทางการดูแลรักษาสุขภาพแบบพึ่งพาตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขตามแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 11 และ 12 ได้กล่าวถึงการพึ่งพาตนเองด้านสุขภาพบนพื้นฐานภูมิปัญญาไทยและส่งเสริมให้ใช้สมุนไพร เพื่อทดแทนการนำเข้ายาจากต่างประเทศ⁴

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของยาพอกสมุนไพรต่ออาการเจ็บปวดนิ้วหัวแม่มือของหมอนวดไทย ในคลินิกแพทย์แผนไทยสุโขทัยธรรมาราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

วิธีการศึกษา

วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง จากข้อมูลหมอนวดไทยที่เป็นบุคลากรภายในกลุ่มงานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกในหน่วยของภาครัฐเขตสุขภาพ 04 จังหวัดนนทบุรี ประเภทโรงพยาบาลรพช. และ รพสต. มีจำนวนทั้งหมด 70 แห่ง มีจำนวนหมอนวดไทยที่เหมาะสมกับเกณฑ์ทั้งหมด 35 คน⁵ จากนั้นผู้วิจัยได้ใช้วิธีการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปในการกำหนดขนาดตัวอย่างของ Krejcie and Morgan (1970) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาจำนวนทั้งสิ้น 32 คน⁶

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ 1) เครื่องมือที่ใช้ในการสัมภาษณ์ ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป แบบประเมินความรุนแรงของอาการ⁷ แบบประเมินความสามารถในการใช้มือ⁷ และแบบประเมินความเจ็บปวดที่นิ้วหัวแม่มือโดยใช้ Visual rating scales (VRS)⁸

มีเกณฑ์ค่าเฉลี่ยของคะแนน ดังต่อไปนี้

- | | | |
|-----------|-------|-------------------------------|
| 0 | คะแนน | ไม่มีอาการปวดเลย |
| 1.0 – 2.9 | คะแนน | มีอาการปวดเล็กน้อย |
| 3.0 – 5.9 | คะแนน | มีอาการปวดปานกลาง |
| 6.0 – 8.9 | คะแนน | มีอาการปวดมาก |
| 9.0 – 10 | คะแนน | มีอาการปวดรุนแรง ⁸ |

2) เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ อุปกรณ์ที่ใช้ในการพอกยาสมุนไพรและยาพอกสมุนไพร ประกอบด้วย ผงดอกดัง 15 กรัม ผงพริกไทย 5 กรัม ผงผักเสี้ยนผี 7.5 กรัม น้ำมันไพล 3 มิลลิลิตร น้ำมันขิง 3 มิลลิลิตร น้ำมันผิวมะกรูด 3 มิลลิลิตร การบูร 1 กรัม เมนทอล 1 กรัม พิมเสน 1 กรัม แป้งข้าวเจ้า 15 กรัม และน้ำต่าง 10 มิลลิลิตร เครื่องมือสำหรับเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยได้ตรวจสอบความตรง (validity) ของเนื้อหา (content validity) โดยรับข้อแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบและให้ข้อเสนอแนะให้มีความเหมาะสมและตรงกับวัตถุประสงค์ในการวิจัย จากนั้นผู้วิจัยได้นำ

แบบสอบถามบอสดัชนีฉบับภาษาไทย⁶ ไปทดลองใช้ในหมอนวดไทยที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์คัดเข้าทุกประการ โดยไม่ได้เป็นกลุ่มเดียวกับกลุ่มตัวอย่างในการทดลองจำนวน 10 ราย แล้วนำมาวิเคราะห์ค่า Cronbach 's alpha coefficient ของการประเมินความรุนแรงของอาการและการประเมินความสามารถ ในการใช้มือได้ค่าเท่ากับ 0.82 และ 0.95 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล การวิจัยใช้เวลาเก็บรวบรวมข้อมูลครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 100 มีขั้นตอน คือ ตรวจคัดกรองอาสาสมัครเข้าร่วมวิจัยตามเกณฑ์การคัดเข้า ชี้แจงรายละเอียดการวิจัยและให้อาสาสมัครเซ็นยินยอมเข้าร่วมพร้อมทำการนัดหมายการมาพอกยาสมุนไพร วันเว้นวัน จำนวน 3 ครั้ง ภายใน 1 สัปดาห์ นัดหมายครั้งที่ 1 ให้กลุ่มตัวอย่างทำการตอบแบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปและรับการประเมินก่อนการทดลองตามแบบประเมินความรุนแรงของอาการ⁷ ความสามารถในการใช้มือ⁷ และประเมินความเจ็บปวดที่นิ้วหัวแม่มือ visual rating scales (VRS)⁸ ตามลำดับ แล้วทำการพอกยาสมุนไพร การนัดหมายครั้งที่ 2 ให้กลุ่มตัวอย่างมารับการพอกยาสมุนไพรตามขั้นตอนวิธีการทางการแพทย์แผนไทย และการนัดหมายครั้งที่ 3 ให้กลุ่มตัวอย่างมารับการพอกยาสมุนไพร พร้อมทั้งผู้วิจัยจะทำการเก็บข้อมูลหลังการทดลองทันที

การวิเคราะห์ข้อมูล จากนั้นผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบข้อมูล (editing) ความสมบูรณ์ของแบบสัมภาษณ์ แล้วนำข้อมูลไปลงรหัส (coding) ตามที่กำหนดไว้ ใช้วิธีการประมวลผลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (statistical package for the social science) ในการวิเคราะห์ข้อมูล สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistics) ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่ออธิบายลักษณะข้อมูลทั่วไป ใช้สถิติ paired t – test เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับความเจ็บปวดที่นิ้วหัวแม่มือ ก่อนและหลังการทดลอง ทั้งนี้การวิจัยในครั้งนี้ได้ผ่าน

การพิจารณารับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาเป็นที่เรียบร้อยแล้วจึงได้ทำการเก็บข้อมูล

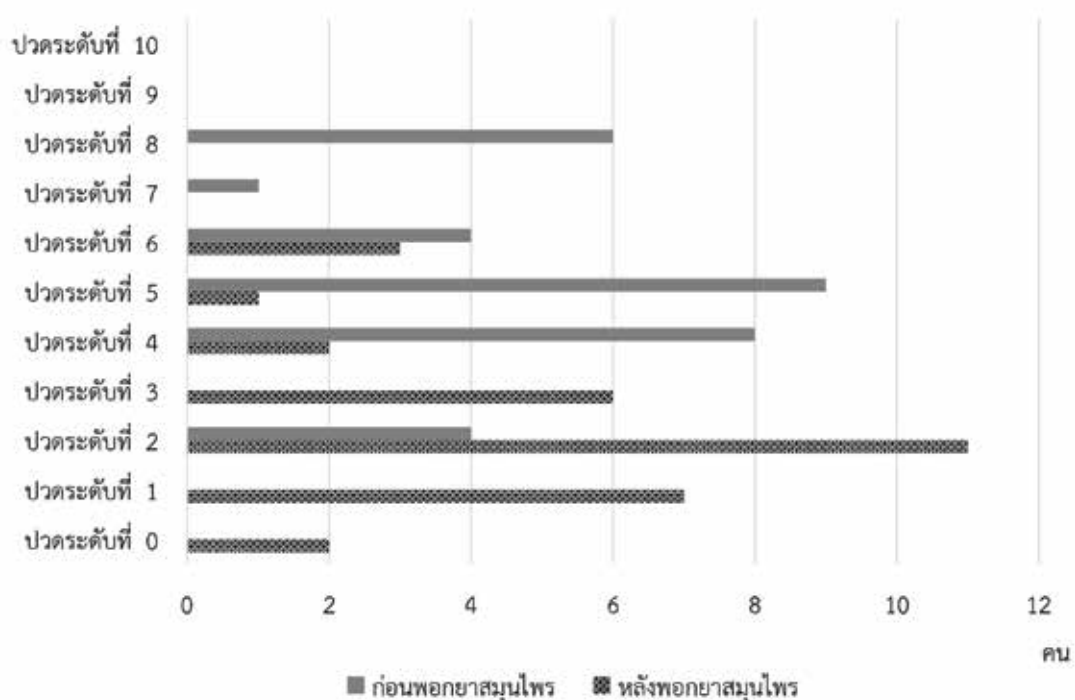
ผลการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ช่วงอายุ 46 - 55 ปี ส่วนใหญ่จบการอบรมหลักสูตรนวดไทย 330 ชั่วโมง มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนระหว่าง 10,000 - 20,000 บาทต่อเดือน ทำงานมาแล้วตั้งแต่ 5 ปีขึ้นไป - 10 ปี โดยมีวันละ 6 ชั่วโมงต่อวัน นวดระหว่าง 21- 30 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ และนวดระหว่าง 40 - 100 ชั่วโมงต่อเดือน ระยะเวลาที่มีความเจ็บปวดหัวแม่มือ ส่วนใหญ่มีอาการปวดเรื้อรัง (ตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป)

ความรุนแรงของอาการ ก่อนการพอกยาสมุนไพร พบว่ากลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับปวดเพียงเล็กน้อย ค่าเฉลี่ยโดยรวม $\text{mean} \pm \text{S.D.} = 2.43 \pm 0.67$ และหลังการพอกยาสมุนไพร พบว่า กลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับปกติ ค่าเฉลี่ยโดยรวม $\text{mean} \pm \text{S.D.} = 1.60 \pm 0.46$ ระดับความรุนแรงของอาการและค่าเฉลี่ยโดยรวมลดลง

ความสามารถในการใช้มือ ก่อนการพอกยาสมุนไพร พบว่ากลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับผิดปกติเล็กน้อย ค่าเฉลี่ยโดยรวม $\text{mean} \pm \text{S.D.} = 2.57 \pm 0.84$ หลังการพอกยาสมุนไพร พบว่ากลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับปกติ ค่าเฉลี่ยโดยรวม $\text{mean} \pm \text{S.D.} = 1.38 \pm 0.40$ ระดับของความสามารถในการใช้มือและค่าเฉลี่ยโดยรวมลดลง

ความเจ็บปวดที่หัวแม่มือก่อนและหลังการพอกยาสมุนไพร



รูปที่ 1 ข้อมูลความถี่ของการประเมินความเจ็บปวดที่หัวแม่มือก่อนและหลังการพอกยาสมุนไพรของกลุ่มตัวอย่าง (n = 32)

จากข้อมูลของแผนภูมิที่ 1 พบว่า ก่อนการพอกยาสมุนไพร ระดับความเจ็บปวดของกลุ่มตัวอย่างที่พบมากที่สุด คือ ความปวดระดับที่ 5

จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 28.1 ค่าเฉลี่ยโดยรวม ($\text{mean} \pm \text{S.D.} = 5.13 \pm 1.84$) อยู่ในระดับมีอาการปวดปานกลาง

หลังการพอกยาสมุนไพร พบว่าระดับ 34.4 ค่าเฉลี่ยโดยรวม (mean±S.D. = 2.44±1.61) ความเจ็บปวดของกลุ่มตัวอย่างที่พบมากที่สุด คือ อยู่ในระดับมีอาการปวดเล็กน้อย ความปวดระดับที่ 2 จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ

การประเมินความรุนแรงของอาการ ความสามารถในการใช้มือและความเจ็บปวดที่นิ้วหัวแม่มือ

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบความแตกต่างก่อนและหลังการพอกยาสมุนไพรของการประเมิน ความรุนแรงของอาการ ความสามารถในการใช้มือและความเจ็บปวดที่นิ้วหัวแม่มือ ด้วยค่า Paired t – test ของกลุ่มตัวอย่าง (n = 32)

การประเมิน	mean (SD)	P-value
ความรุนแรงของอาการ	0.83(0.54)	0.000*
ความสามารถในการใช้มือ	1.19(1.61)	0.000*
ความเจ็บปวด (Visual rating scales: VRS)	2.69(1.45)	0.000*

หมายเหตุ: * มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

จากตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่าหลังการพอกยาสมุนไพรความรุนแรงของอาการ ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < 0.001$, ความยากลำบากจากการใช้มือทำกิจกรรมต่าง ๆ ลดลง กล่าวคือหลังการพอกยาสมุนไพร ความสามารถในการใช้มือดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < 0.001$ และระดับความเจ็บปวดที่นิ้วหัวแม่มือลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < 0.001$

วิจารณ์

จากข้อมูลกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ทำงานมาแล้วตั้งแต่ 5 ปีขึ้นไป - 10 ปี โดยมีวันละ 6 ชั่วโมงต่อวัน นวระหว่าง 21- 30 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ และนวระหว่าง 40 - 100 ชั่วโมงต่อเดือน สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ข้อมูลของระยะเวลาที่มีความเจ็บปวดที่นิ้วหัวแม่มือ ว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอาการปวดเรื้อรัง (ตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป) แสดงให้เห็นว่าคนที่มีอาการปวดบริเวณนิ้วมือ เริ่มจากการทำงาน ใช้นิ้วทำเดิมซ้ำ ๆ เป็นประจำจนเกิดแรงกระทำต่อนิ้วเดิมมากเกินไปจนจะปกติได้ ทำให้เกิดอาการอักเสบปวดร้อนขึ้นมา หากยังใช้นิ้วอยู่เหมือนเดิม การเสียดสีระหว่างเส้นเอ็น ยังจะทำให้มีอาการอักเสบ

เจ็บปวดและบวมมากขึ้นอีก ถ้ายังไม่มีการพักมือและไม่ได้รับการรักษา ในเวลาต่อมาภายหลังจะก่อให้เกิดการบาดเจ็บหรือข้ออักเสบเรื้อรัง

หลังการพอกยาสมุนไพรพบว่าความรุนแรงของอาการและความสามารถในการใช้มือ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมลดลง ผลการวิเคราะห์ข้อมูลอยู่ในระดับปกติ เนื่องจากยาพอกสมุนไพรที่มีส่วนผสมของน้ำมันไพล ซึ่งมีสรรพคุณช่วยลดอาการอักเสบ แก้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ น้ำมันผิวมะกรูด มีสรรพคุณแก้ลมกองหยาบ และการบูรมีสรรพคุณแก้ปวด แก้เคล็ดบวม แก้ปวดข้อ แก้ปวดเส้นประสาท ซึ่งสอดคล้องกับปิยะพล พูลสุข และคณะ¹⁰ ได้ทำการวิจัยเรื่องประสิทธิผลของการพอกยาสมุนไพรเพื่อบรรเทาอาการปวดเข้าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม มีส่วนผสมยาพอกสมุนไพร ประกอบไปด้วย ไพล ผิวมะกรูด พริกไทยดำ ว่านร้อนทอง ว่านนางคำ ว่านน้า ว่านมหาภาพ ข่า เจตมูลเพลิงแดง ดีปลี ใบมะค่าไก่ ใบมะขาม การบูร และน้ำปูนใส พบว่าประสิทธิผลของยาพอกสมุนไพรในด้านความสามารถในการใช้งานของข้อเข่าดีขึ้นทำให้ความสามารถในการทำกิจกรรมคือการลุกเดินดีขึ้นสะดวกขึ้น

ดังนั้นผลที่เกิดขึ้นจากสาระสำคัญของตัวยาสุนัขสมุนไพรและน้ำมันหอมระเหยที่ออกจากตัวสมุนไพร

สามารถซึมผ่านผิวหนังได้ เนื่องจากผิวหนังของคน มีชั้นไขมัน ทำให้การซึมผ่านของตัวยาสามารถซึมผ่านได้ง่าย จากฤทธิ์น้ำมันหอมระเหยของสมุนไพรหลักที่มีสารช่วยลดการอักเสบ ลดอาการปวดมีส่วนช่วยลดอาการข้ออักเสบทำให้ความรุนแรงของอาการและความสามารถในการใช้มือดีขึ้น

หลังการพอกยาสมุนไพรพบว่าระดับความเจ็บปวดที่นิ้วหัวแม่มือลดลง เนื่องจากผลของยาพอกสมุนไพรที่มีส่วนผสมของน้ำมันไพล มีสรรพคุณช่วยลดอาการอักเสบ แก้เคล็ดขัดยอกแก้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ และน้ำมันขิง มีสรรพคุณรักษาอาการปวดข้อ ปวดกล้ามเนื้อ แก้เคล็ดขัดยอก ซึ่งสอดคล้องกับสุพัตราพร คุ่มทรัพย์ และคณะ¹¹ ศึกษาผลของการพอกยาสมุนไพรต่อการรักษาอาการปวดในโรคข้อเข่าเสื่อมของผู้สูงอายุในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวังหว่า อำเภอสรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี ด้วยตำรับยาพอกสมุนไพรที่ประกอบด้วย ขิง ไพล ขมิ้นชัน ว่านน้ำ พริกไทย กระเทียม และเหล้าขาว หรือน้ำส้มสายชู พบว่า ค่าเฉลี่ยระดับคะแนนความปวดข้อเข่าภายหลังการทดลองลดลงจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของปรารณา เกตุบุตร¹² ที่ศึกษาการนวดราชสำนักร่วมกับน้ำมันนวดขิงเพื่อบรรเทาอาการปวดกล้ามเนื้อเรื้อรังพบว่าสามารถลดระดับความเจ็บปวดได้อย่างมีนัยสำคัญ ($p < 0.001$) จะเห็นได้ว่าการศึกษาข้างต้นมีผลไปในทิศทางเดียวกันเนื่องจากมีน้ำมันขิง น้ำมันไพล ผักเสี้ยนผี และผงดอกตัง รวมถึงสมุนไพรอื่น ๆ ที่เหมือนกันเป็นส่วนประกอบเช่นเดียวกับการศึกษาของเกียรติสุดา เชื้อสุพรรณ และคณะ¹³ ที่ศึกษาประสิทธิภาพของการพอกยาสมุนไพรต่ออาการปวดเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านภูมิ อำเภอดอนตูม จังหวัดนครปฐม ซึ่งยาพอกสมุนไพรประกอบด้วย หัวดอกตัง ผักเสี้ยนผีทั้งห้าหัว ว่านน้ำ ไพล ใบพลับพลึง ใบส้มป่อย เกลือเมียด และ

ดินสอพอง พบว่าระดับความเจ็บปวดลดลง และทำกิจกรรมประจำวันได้เพิ่มมากขึ้น

สรุปผล

การพอกยาสมุนไพรมีประโยชน์ในการลดความเจ็บปวด ความรุนแรงของอาการปวดนิ้วหัวแม่มือ และช่วยเพิ่มความสามารถในการใช้มือทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดีขึ้น จากการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า ยาพอกสมุนไพรเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการรักษาได้

ข้อเสนอแนะ

1) การวิจัยครั้งนี้สามารถเป็นแนวปฏิบัติการใช้ยาพอกสมุนไพรในการรักษากลุ่มอาการปวดระบบกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น บริเวณนิ้วมือได้ 2) ควรศึกษาเพิ่มเติมในการรักษากลุ่มอาการปวดระบบกล้ามเนื้อ เส้นเอ็นบริเวณนิ้วมือด้วยวิธีการพอกยาสมุนไพรกับผู้ป่วยที่มารักษา และเพิ่มจำนวนครั้งในการรักษาอย่างต่อเนื่องในกลุ่มผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรง 3) ควรมีการวิจัยยาพอกสมุนไพร เพื่อต่อยอดและพัฒนาให้เป็นผลิตภัณฑ์ที่สะดวกต่อการใช้งานมากขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สุภาส อังศุโชติ ที่ได้มอบทุนการศึกษาในการทำวิจัยและทุนการศึกษาตลอดหลักสูตรในครั้งนี้ของข้าพเจ้า รวมถึงการให้คำแนะนำความรู้ในการทำวิจัย จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ และขอขอบพระคุณผู้เข้าร่วมวิจัยและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องทุกท่าน ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูล ผลประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษาครั้งนี้ ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณให้ แก่ บิดา มารดา ครู อาจารย์ สมาชิกในครอบครัวญาติมิตร ที่ได้ให้ความรู้ ให้อุปการะและกำลังใจตลอดมา

เอกสารอ้างอิง

1. ญัฏฐพร ประดิษพจน์, สันทณี เครือซอน, กาญจนา ควรพิง, นรัฏฐ ปัญญาศักดิ์ และสุชาติ ทองอาจ. ความชุกและปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดการบาดเจ็บทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องกับการทำงานของพนักงานขายผลไม้ จังหวัดปทุมธานี. ธรรมศาสตร์เวชสาร. 2560; 17: 60-9.
2. คุณาจุติ วรรณจักร และพิมลพรรณ ทวีการวรรณจักร. อาการปวดต้นคอจากการใช้สมาร์ทโฟน. บุรพาเวชสาร. 2564; 8: 112-8.
3. สุรเกียรติ อาชาานุภาพ. ตำราการตรวจรักษาโรคทั่วไป 2 350 โรคกับการดูแลรักษาและการป้องกัน ฉบับปรับปรุง. กรุงเทพฯ: บริษัทโฮลิสติก พับลิชชิง จำกัด; 2551.
4. กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกกระทรวงสาธารณสุข. การดูแลสุขภาพตามวัยด้วยการแพทย์แผนไทยสำหรับประชาชน. พิมพ์ครั้งที่ 1. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย; 2559.
5. กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. แบบรายงานข้อมูลบุคลากรด้านการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกปีงบประมาณ 2562. [อินเทอร์เน็ต]. P.2562 [เข้าถึงเมื่อวันที่ 10 มีนาคม 2564]. เข้าถึงได้จาก https://bps.moph.go.th/new_bps/sites/default/files/HR_report2562.pdf
6. อีระ ผิวเงิน และชนิษฐา ทุมมา. 2563 การเปรียบเทียบผลของการใช้ลูกประคบไพลและลูกประคบเถาวัลย์เปรียงต่ออาการปวดในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม. วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. 2563; 18: 76-84.
7. สิทธิพงษ์ อุปถัมภ์ และวิภา กำเหนิดดี. ความน่าเชื่อถือของแบบสอบถามบอสตัน ฉบับภาษาไทย [อินเทอร์เน็ต]. 2551 [เข้าถึงเมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2564]. เข้าถึงได้จาก <https://www.thaiscience.info/Journals/Article/JMAT/10402614.pdf>
8. ไช่มุก นิลเพ็ชร, วีระชาติ อำนางวรรณพร, สโรชา พฤกษวัน และพทศรี จุลจรรณ. ประสิทธิผลของสมุนไพรพอกเข้าต่อระดับความปวดเข่าในผู้สูงอายุ ข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านฟ้าหวน ตำบลไร่สี อำเภอลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ [อินเทอร์เน็ต]. 2562 [เข้าถึงเมื่อวันที่ 18 มิถุนายน 2564]. เข้าถึงได้จาก http://www.amno.moph.go.th/amno_new/files/3p15.pdf
9. กนกอร บุญพิทักษ์. นิ้วล็อกกับโรคของกระดูกและเอ็น. กรุงเทพฯ: บริษัทฐานบัณฑิตจำกัด; 2555.
10. ปิยะพล พูลสุข, สุชาติา ทรงผาสุข, เมธิชา จันทา, เนตรยา นิยมพิทักษ์พงศ์ และกิตติวิ จิรรัตน์สถิต. ประสิทธิผลของการพอกยาสมุนไพรเพื่อบรรเทาอาการปวดเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม. ธรรมศาสตร์เวชสาร. 2561; 18: 104-11.
11. สุภัตราพร คุ่มทรัพย์, ยงยุทธ วัชรกุล และศุภะลักษณ์ พิกคำ. การศึกษาผลของการพอกยาสมุนไพรต่อการรักษาอาการปวดในโรคข้อเข่าเสื่อมของผู้สูงอายุ ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวังหว่า อำเภอสรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยการจัดการและเทคโนโลยีอีสเทิร์น. 2563; 17: 275-84.
12. ปารณนา เกตุบุตร. การนวดราชสำนักร่วมกับน้ำมันนวดขิงเพื่อบรรเทาอาการปวดกล้ามเนื้อเรื้อรังในนทบุรุษ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช; 2561.
13. เกียรติสุดา เชื้อสุพรรณ, วิชัย โชควิวัฒน์, ศุภะลักษณ์ พิกคำ และธวัชชัย กมลธรรม. ประสิทธิผลของการพอกยาสมุนไพรต่ออาการปวดเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านภูมิ อำเภอดอนตูม จังหวัดนครปฐม. วารสารวิชาการสาธารณสุขชุมชน. 2563; 6: 155-67.