

**ประสิทธิผลการแช่สมุนไพรร่วมกับการนวดกดจุดฝ่าเท้าต่ออาการชาเท้า
ในผู้ป่วยเบาหวาน โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชบ้านดุง อำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี**

นภาพร วงศ์ประทุม พท.บ.

โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชบ้านดุง อำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบประสิทธิผลการแช่สมุนไพรร่วมกับการนวดกดจุดฝ่าเท้าต่ออาการชาเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental study) ศึกษาผู้ป่วยเบาหวานที่มีอาการชาเท้า จำนวน 71 ราย ประเมินระดับอาการชาเท้าใช้เครื่องมือตรวจการรับรู้ความรู้สึกที่เท้า (Semmes-Weinstein monofilament) การวิจัยนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมในมนุษย์ เลขที่ 9067 ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (73.60%) ช่วงอายุส่วนใหญ่ 61 ปี ขึ้นไป สถานภาพสมรส 43 คน (59.7%) อาชีพหลักเกษตรกรกรรม 31 คน (ร้อยละ 43.1) โรคประจำตัวอื่นส่วนใหญ่เป็นโรคความดันโลหิตสูง 64 คน (88.9%) ผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีระยะเวลาการป่วย 1-5 ปี 20 คน (66.7%) มีการรักษาสมาเสมอ การเปรียบเทียบระดับอาการชาเท้าก่อนการทดลองพบว่า ผู้ป่วยที่ได้รับการนวดเท้าร่วมกับการแช่สมุนไพรมีค่าเฉลี่ยอาการชาเท้าข้างซ้ายและขวา เท่ากับ 1.46 ± 0.53 และ 1.55 ± 0.71 ตามลำดับ หลังการนวดและแช่สมุนไพรในสัปดาห์ที่ 1 และ 2 พบว่าไม่มีความแตกต่างจากก่อนการทดลอง แต่ในสัปดาห์ที่ 4 พบว่าค่าเฉลี่ยอาการชาเท้าข้างซ้ายและขวาลดลงเป็น 1.11 ± 0.57 และ 1.07 ± 0.72 ซึ่งมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$)

จากผลการศึกษาสรุปได้ว่าการนวดร่วมกับการแช่เท้าลดอาการมีนชาเท้าและป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากอาการชาเท้าในผู้ป่วยเบาหวานได้อย่างมีประสิทธิภาพ หลังการรักษาในสัปดาห์ที่ 4 ดังนั้นเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีที่สุด ผู้ป่วยควรได้รับการดูแลรักษาอย่างต่อเนื่อง

คำสำคัญ: การนวดเท้า, การแช่เท้าสมุนไพร , อาการชาเท้า

“การแช่สมุนไพรร่วมกับการนวดกดจุดฝ่าเท้าลดอาการชาเท้าผู้ป่วยเบาหวาน”

ประสิทธิผลของการแช่สมุนไพรร่วมกับการนวดกดจุดฝ่าเท้าต่ออาการชาเท้า ในผู้ป่วยเบาหวาน ที่โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชบ้านดุง อำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี

Effectiveness of herbal soaking combined with foot reflexology on foot numbness in Diabetic patients Bandung Crown
Prince Hospital, Udonthani Province.

สถานการณ์นำไปใช้ประโยชน์ : พัฒนาเป็นงานวิจัยนำมาใช้ในโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชบ้านดุง

ผลงาน : นภาพร วงศ์ประทุม

บทคัดย่อ

อาการเท้าชาเป็นอาการแสดงอย่างหนึ่งของภาวะเส้นประสาทรับรู้สัมผัสเสื่อม มักเป็นสาเหตุทำให้ไม่สามารถรับรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการสัมผัสของแหลมคม หรืออุณหภูมิที่ร้อนและเย็นเกินไป ทำให้ขาดความใส่ใจในการป้องกันการบาดเจ็บที่เกิดกับผิวหนัง จึงมักจะได้รับบาดเจ็บโดยไม่ทราบสาเหตุ ซึ่งการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าเป็นวิธีการหนึ่งที่ถูกนำมาใช้ร่วมกับการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบัน(พินิดา ภูโยฤทธิ์ และคณะ, 2553)

ภาวะเส้นประสาทเสื่อม สาเหตุโรคเบาหวาน (Diabetic peripheral neuropathy; DPN) มีอาการเท้าชา พบได้ถึงร้อยละ 50 ในผู้ป่วยเบาหวานที่เป็นมานาน และเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดแผลเรื้อรังบริเวณเท้าที่รักษาหายยาก ในประเทศที่พัฒนาแล้วผู้ป่วยเบาหวานกว่าร้อยละ 5 มีปัญหาเกี่ยวกับเท้า ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ต้องเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาล สูญเสียค่าใช้จ่ายประมาณ ร้อยละ 12-15 ของค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพทั้งหมด จากสถิติพบว่าผู้ป่วยร้อยละ 70 ที่ถูกตัดขาสาเหตุจากโรคเบาหวาน สถานการณ์ในประเทศไทย โดยประมาณการณ์ว่าคนไทยที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปประมาณ 5.89 ล้านคน กำลังเผชิญกับภาวะโรคเบาหวาน ปี 2566 โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชบ้านดุง อำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี มีผู้ป่วยเบาหวาน ประมาณ 8,206 คน และผู้ป่วยเบาหวานที่มีอาการชาเท้า 971 คน นอกจากอาการชาแล้ว ผู้ป่วยเบาหวาน ประมาณร้อยละ 10 จะมีอาการปวดขาอย่างรุนแรงร่วมด้วย ซึ่งมักจะเกิดอาการมากในตอนกลางคืน ก่อความทุกข์ทรมานแก่ผู้ป่วยจนต้องหาวิธีการรักษาทุกวิธีที่มีอยู่ เพราะการรักษาทางการแพทย์แผนปัจจุบันยังได้ผลไม่เป็นที่น่าพอใจ (สุนทร เสรีเชษฐพงศ์, 2550) จึงมีแนวคิดเกี่ยวกับการคิดวิธี ป้องกัน ส่งเสริมและฟื้นฟูดูแลเท้าด้วยตนเองให้กับผู้ป่วยกลุ่มนี้โดยใช้การนวดกดจุดที่เท้าร่วมกับสมุนไพรแช่เท้า ทำให้ผู้ป่วยเบาหวานเท้าสะอาด ลดการติดเชื้อ ดับกลิ่นเท้า รักษาแผล กระตุ้นการไหลเวียนของเลือด คลาย เส้นคลายกล้ามเนื้อ ลดอาการชาของเท้า และคลายเครียดจากกลิ่นสมุนไพร ที่มีน้ำมันหอมระเหย และให้ ผู้ป่วยเบาหวานมีทักษะ สามารถดูแลเท้าของตนเองเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบอาการชาเท้าของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ใช้สมุนไพรแช่เท้าร่วมกับการนวดกดจุดเท้า

รูปแบบงานวิจัย เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research Design)

กลุ่มตัวอย่าง ผู้ป่วยเบาหวานที่มีอาการชาเท้า และเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชบ้านดุง
อำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี จำนวน 71 คน

สรุปผลการวิจัย สรุปผลการวิจัยเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับอาการชาเท้าของผู้ป่วยเบาหวานก่อนการทดลอง ที่ได้รับนวดเท้าร่วมกับการแช่สมุนไพร มีค่าเฉลี่ยอาการชาเท้าข้างซ้าย และขวา เท่ากับ 1.46 ± 0.53 และ 1.55 ± 0.71 จากข้อมูลพบว่า หลังได้รับการนวดเท้าและแช่สมุนไพร สัปดาห์ที่ 1 และ 2 มีระดับอาการชาเท้าไม่แตกต่างกับก่อนการทดลอง ในขณะที่

หลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 4 พบว่ามีระดับอาการชาข้างซ้าย และขวา เท่ากับ 1.11 ± 0.57 และ 1.07 ± 0.72 ซึ่งลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ดังนั้น การนวดร่วมกับการแช่เท้า สามารถลดอาการมินชาเท้า และช่วยป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากอาการชาเท้าในผู้ป่วยเบาหวานได้หลังการรักษาสัปดาห์ที่ 4 เพื่อให้มีประสิทธิภาพในการรักษาผู้ป่วยควรได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง