

ประสิทธิผลของตำรับยาสมุนไพรไทยต่อคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุ

โรงพยาบาลเพ็ญ จังหวัดอุดรธานี

จอมใจ บำรุงนาม พท.บ.

โรงพยาบาลเพ็ญ จังหวัดอุดรธานี

บทคัดย่อ

การวิจัยวัตถุประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพการนอนหลับของผู้ป่วยสูงอายุก่อนและหลังที่ได้รับการรักษาภาวะนอนไม่หลับด้วยตำรับยาสมุนไพรไทยศึกษาประสิทธิผลของยาสมุนไพรไทยที่ผ่านการประเมินแบบประเมินคุณภาพการนอนหลับ (PSQI) ก่อนการรักษา และได้รับการรักษาด้วยการใช้ยาสมุนไพรไทยในรูปแบบยาแคปซูล ขนาด 500 มิลลิกรัม รับประทานครั้งละ 2 แคปซูล วันละ 1 ครั้ง ก่อนนอน เป็นระยะเวลา 30 วัน โดยผ่านการรับรองจริยธรรมในมนุษย์ เลขที่ UDREC 8867 ผลการศึกษาค่าความเชื่อมั่นในการวิเคราะห์ผลการวิจัยร้อยละ 95 ($P<0.05$) ซึ่งผลรวมเฉลี่ยคะแนนคุณภาพการนอนหลับก่อนการรักษาและติดตามอาการแต่ละครั้ง มีค่าเท่ากับ $17.80\pm4.15, 13.4\pm3.54, 10.5\pm3.85, 7.36\pm3.38$ และ 4.15 ± 2.65 ตามลำดับ (คะแนน ≤ 5 หมายถึงคุณภาพการนอนหลับที่ดี) เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคุณภาพการนอนหลับก่อนเข้ารับการรักษาและหลังได้รับการรักษาแล้ว พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P<0.001$) และไม่พบรายงานการแพ้ยา และอาการไม่พึงประสงค์จากการใช้ยาสมุนไพรไทยในกลุ่มอาสาสมัครวิจัย ซึ่งถือเป็นโอกาสการพัฒนางานแพทย์แผนไทยให้ยั่งยืนและเป็นที่ประจักษ์ในการรักษา

คำสำคัญ: นอนไม่หลับ ,สมุนไพรไทย, ผู้สูงอายุ, วัตถุประสงค์

สาระสำคัญ

บทนำ (หลักการและเหตุผล / วัตถุประสงค์) การนอนหลับเป็นปัญหาสุขภาพที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของคนทั่วโลก รวมถึงประชาชนชาวไทย จากการสำรวจ สถานการณ์การนอนไม่หลับในปี 2563 ของกรมสุขภาพจิต พบว่าประชากรไทยประมาณ 19 ล้านคนมีปัญหาการนอนไม่หลับนั้นเกิดขึ้นได้ในประชากรทุกช่วงอายุ (กรมสุขภาพจิต) คนส่วนมากจะมีอาการนอนไม่หลับ 1 หรือ / คืน แต่บางครั้งอาจเกิดขึ้นนานเป็นสัปดาห์ เดือน หรือ ปี โรคนอนไม่หลับมักเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุและผู้สูงอายุ ซึ่งส่งผลกระทบต่อ สภาวะสุขภาพและการทำงาน สถิติจาก RAND Corporation ระบุว่าคนที่มีเวลานอนในแต่ละวันน้อยกว่า 6 ชั่วโมง จะสูญเสีย เวลาทำงาน เท่ากับการหยุดงานเป็นเวลา 6 วันต่อปี ดังนั้นผู้คนจึงแสวงหาแนวทางการรักษาหรือผลิตภัณฑ์ที่ช่วยให้การนอนหลับดีขึ้น (กรมสุขภาพจิต ปี 2562) กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ได้สนับสนุนการจัดบริการคลินิกกัญชาทางการแพทย์แผนไทย เพื่อให้ประชาชนเกิดการเข้าถึงการใช้

ตำรายาแผนไทยที่มีกัญชาปรุงผสม ซึ่งได้มีการใช้ตำรับยาสุขไสยาสน์ เพื่อใช้ดูแลสุขภาพโดยมีโดยแพทย์ผู้ผ่านการอบรมการสั่งใช้กัญชาทางการแพทย์แผนปัจจุบัน หรือแพทย์แผนไทยเป็นผู้พิจารณาจ่ายให้กับผู้ป่วยที่มีอาการนอนไม่หลับ ซึ่งผ่านการคัดกรองตามเกณฑ์การรักษาผู้ป่วยในคลินิกกัญชาทางการแพทย์ตามแนวเวชปฏิบัติของ กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลเพ็ญ อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดอุดรธานี ได้เริ่มเปิดให้บริการคลินิกกัญชาทางการแพทย์เมื่อปี 2564 ให้บริการยาตำรับแผนไทยเข้ากัญชา จำนวน 6 ตำรับ ได้แก่ น้ำมันกัญชา อ.เดชา ยาแก้ลมแก้เส้น และยาสุขไสยาสน์ ตำรายาพระสุเมรุ น้ำมันกัญชาขมิ้นทอง และสเปรย์กัญชาแก้ปวด จากสถิติผู้มารับบริการคลินิกกัญชาทางการแพทย์ พบว่า โรคที่พบบ่อยที่สุด คือ นอนไม่หลับ (Insomnia) และ ปวดกล้ามเนื้อ (Myalgia) ดังนั้นการศึกษา ครังนี้ จึงเลือกใช้ตำรับยาที่มีกัญชาปรุงผสมอยู่ คือ ตำรับยาสุขไสยาสน์ ในรูปแบบของยาแคปซูล ขนาด 500 มิลลิกรัม ของ โรงพยาบาลพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร จังหวัดสกลนคร มีสรรพคุณ ช่วยเจริญอาหาร แก้อาการนอนไม่หลับ มาใช้ในการรักษา และติดตามอาการเพื่อศึกษาประสิทธิผลของตำรับยาสุขไสยาสน์ต่อคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุที่โรงพยาบาลเพ็ญ จังหวัดอุดรธานี เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนการรักษา การดูแลผู้ป่วยอย่างมีประสิทธิภาพตามมาตรฐานวิชาชีพ การแพทย์แผนไทยและเสริมสร้างความเชื่อมั่นให้กับบุคลากรทางการแพทย์ต่อไปได้

การดำเนินงาน ประสิทธิภาพของตำรับยาสุขไสยาสน์ต่อคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุ โรงพยาบาลเพ็ญ จังหวัดอุดรธานี ประกอบด้วย รูปแบบการวิจัย การวิจัยแบบเป็นการศึกษากึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) ประชากร คือ ผู้ป่วยนอกที่มารับบริการคลินิกกัญชาทางการแพทย์ ผู้สูงอายุ อายุ 60-69 ปี ที่มีอาการนอนไม่หลับ ทั้งเพศชายและหญิง ซึ่งประเมินจากเครื่องมือ PSQI ที่มีคะแนนคุณภาพการนอนหลับที่ไม่ดี (6-21) และ แพทย์แผนไทยสั่งใช้ตำรับยาสุขไสยาสน์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวน 39 คน การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง การสุ่มอย่างง่ายหรือสุ่มอย่างมีระบบ โดยกลุ่มตัวอย่างทำการสุ่มตามเกณฑ์การคัดเลือกโดยอาสาสมัครสมัครใจเข้าร่วมโครงการจนครบตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้ ผู้ที่ผ่านการคัดกรองจะได้รับ การประเมิน แบบประเมินคุณภาพการนอนหลับ (PSQI) ก่อนการรักษา และได้รับการรักษาด้วยการใช้ยาสุขไสยาสน์ ในรูปแบบยาแคปซูล ขนาด 500 มิลลิกรัม รับประทานครั้งละ 2 แคปซูล (1 กรัม) วันละ 1 ครั้ง ก่อนนอน เป็นระยะเวลา 30 ติดตามผลการรักษาโดยแพทย์แผนไทย วันที่ 0, วันที่ 7 วันที่14 วันที่21และ วันที่ 30 โดยใช้แบบประเมินคุณภาพการนอนหลับ (PSQI) และบันทึกข้อมูลติดตามผลการรักษา วิเคราะห์ข้อมูลประสิทธิภาพของยาโดยใช้สถิติ Repeated Measure ANOVA

ผลการศึกษา ค่าความเชื่อมั่นในการวิเคราะห์ผลการวิจัยร้อยละ 95 ($P < 0.05$) ซึ่งผลรวมเฉลี่ยคะแนนคุณภาพการนอนหลับก่อนการรักษาและติดตามอาการแต่ละครั้ง มีค่าเท่ากับ

$17.80 \pm 4.15, 13.4 \pm 3.54, 10.5 \pm 3.85, 7.36 \pm 3.38$ และ 4.15 ± 2.65 ตามลำดับ (คะแนน ≤ 5 หมายถึงคุณภาพการนอนหลับที่ดี) เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคุณภาพการนอนหลับก่อนเข้ารับการรักษากับหลังรับการรักษาแล้ว พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.001$) และไม่พบรายงานการแพ้ยา และอาการไม่พึงประสงค์จากการใช้ยาสุขไสยาสน์ในกลุ่มอาสาสมัครวิจัย

อภิปราย สรุป และข้อเสนอแนะ ซึ่งพบว่าตำรับยาสุขไสยาสน์ช่วยให้คุณภาพการนอนหลับดีขึ้น มีความปลอดภัยในผู้สูงอายุ ในผู้ป่วยกลุ่มปกติ (ไม่มีโรคประจำตัว) และกลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ซึ่งอาจเพิ่มระยะเวลา

และขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนารูปแบบยาและกระบวนการรักษาต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- 1.สุพรรณษา มีวิชา <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/simedbul/article/view/260891/178727>
- 2.กุลภัสสรณ์ จำปาเงินทวีศรี, ณัฏกร ลำเลิศกิต, สุกข์สลิล บุรณะทรัพย์, ประวิทย์ อัครเสรี (2019) <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/simedbul/article/view/260891/178727>
- 3.อาภากร บุญธรรม (2021) <https://nuir.lib.nu.ac.th/dspace/bitstream/123456789/5227/3/60063395.pdf>
- 4.กัญญารักษ์ ศิลารักษ์ (2022) <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/RHPC9Journal/article/view/259910/177455>
- 5.นางสาวจันทจุฑา แสงกะหนีก (2022) <http://ithesis-ir.su.ac.th/dspace/bitstream/123456789/4483/1/630820005.pdf>
- 6.กรมสุขภาพจิต dmh.go.th เรื่องการนอนไม่หลับ
- 7.ประสิทธิภาพ (Efficiency) VS ประสิทธิภาพ (Effectiveness) (linkedin.com)
- 8.อาการนอนไม่หลับ [โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์ \(siphhospital.com\)](http://โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์ (siphhospital.com))
- 9.ตำรับยาสุขไสยาสน์ โรงพยาบาล พระอาจารย์ จังหวัดสกลนคร