



ผลของยาพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข่าในผู้สูงอายุ หมู่บ้านคลองนุ้ย ตำบลพะตง
อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

The effect of herbal poultices on reducing knee pain in the elderly in
Klong Nui village, Phatong Subdistrict, Hat Yai District, Songkhla Province

พรรณชัยมณ เกตุรุ่ง^{1*}, ฟาดิลห์ ดอเลาะ², นีอัสม่า มูดี³, ลูกมาน สีอริ⁴, อัถพงศ์ ปิ่นทองพันธ์⁵
และ สิทธิกร แซ่หล่อ⁶

Patchayamon Ketrung^{1*}, Fadilah Doloh², Niasma Mudi³, Lukman Sueree⁴, Auttapong
Pinthongpan⁵ and Sittikorn Saelor⁶

^{1,4,5} อาจารย์ประจำหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต, สาขาสาธารณสุขชุมชน, คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี,
มหาวิทยาลัยหาดใหญ่.

^{1,4,5} Community Public Health, Faculty of Science and Technology, Hatyai University.

^{2,3} นักศึกษาระดับปริญญาตรี, หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต, สาขาสาธารณสุขชุมชน, คณะวิทยาศาสตร์และ
เทคโนโลยี, มหาวิทยาลัยหาดใหญ่.

^{2,3} Student of Community Public Health, Faculty of Science and Technology, Hatyai University.

⁶ ดร., อาจารย์ประจำหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต, สาขาสาธารณสุขชุมชน, คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี,
มหาวิทยาลัยหาดใหญ่.

⁶ Dr., Community Public Health, Faculty of Science and Technology, Hatyai University.

* Corresponding author, E-mail: Patchayamon.ke@hu.ac.th

บทคัดย่อ

การศึกษาผลของยาพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข่าในผู้สูงอายุ หมู่บ้านคลองนุ้ย ตำบลพะตง
อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของยาพอกสมุนไพรที่มีผลต่อการบรรเทา
ความปวดในผู้สูงอายุที่เจ็บเข่า และเพื่อเป็นทางเลือกให้สำหรับผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเข่า ลดการใช้ยา
แผนปัจจุบัน เพื่อลดอาการข้างเคียงที่เกิดจากยาในผู้สูงอายุในพื้นที่หมู่บ้านคลองนุ้ย ตำบลพะตง อำเภอ
หาดใหญ่ จังหวัดสงขลา โดยกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเข่าในพื้นที่หมู่บ้านคลองนุ้ย ตำบล
พะตง อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา จำนวน 15 คน ใช้วิธีคัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บ
ข้อมูล ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามที่แบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 เป็นการสอบถามข้อมูลพื้นฐาน
ทั่วไปของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ด้วยการให้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ อาชีพ โรค
ประจำตัว ลักษณะที่อยู่อาศัย ระยะเวลาที่มีอาการปวดเข่า ส่วนที่ 2 เป็นการเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม
โดยแบบประเมิน ความรุนแรงของอาการปวดเข่า (Oxford Knee Score) ประเมินหาค่าระดับรุนแรงของ
อาการปวดเข่า วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และสถิติ Paired t-test ผลการวิจัยพบว่า เมื่อทำ



การเปรียบเทียบผลการใช้ยาสมุนไพรพอกเข้า ในผู้ป่วยที่มีระดับความเจ็บปวดเข่าแบบรุนแรง หลังจากใช้สมุนไพรพอกเข้า สามารถลดระดับอาการปวดเข่าได้ ที่ค่าระดับความเจ็บปวด ก่อนการทดลองความเจ็บปวดเข่า อยู่ในระดับคะแนนเฉลี่ยที่ 30.27 ระดับความปวดเข่าหลังทดลอง พบว่า ระดับคะแนนเฉลี่ยที่ 33.07 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ($P\text{-value} = 0.013$) แสดงให้เห็นว่ายาพอกสมุนไพรที่สรรพคุณของตัวยาคือ ร้อยละ 100 และมีอาการปวดลดลงทำให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ สามารถนำมาเป็นทางเลือกให้กับผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเข่า

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ, อาการปวดเข่า, ยาพอกสมุนไพร

Abstract

The study on the effects of herbal poultices to reduce knee pain in the elderly in Klong Nui Village, Patong Subdistrict, Hat Yai District, Songkhla The objective of the study is to examine the effects of herbal poultices on alleviating knee pain in elderly individuals. It also seeks to provide an alternative for elderly individuals with knee pain, reducing the use of modern medicine to minimize side effects caused by drugs. The sample group consists of 15 elderly individuals with knee pain from Klong Nui Village, Patong Subdistrict, Hat Yai District, Songkhla Province, selected through purposive sampling. The data collection tool involves having the sample group answer a questionnaire divided into two parts: Part 1 inquires about the general background information of the research participants, including gender, age, marital status, occupation, chronic diseases, living conditions, and the duration of knee pain. Part 2 involves data collection using a questionnaire to assess the severity of knee pain (Oxford Knee Score). Evaluate the severity level of knee pain symptoms and analyze the data using descriptive statistics and the Paired t-test. The research results found that when comparing the effects of herbal knee poultices in patients with severe knee pain, the use of herbal poultices significantly reduced the average pain level after application ($p=0.013$). This indicates that the herbal poultice, which has warming properties, reduces muscle inflammation and alleviates knee pain. Additionally, 100% of the users were satisfied with the herbal poultice, reported no side effects, and experienced reduced pain levels, allowing elderly individuals to perform daily activities. This can be considered an alternative for elderly patients with knee pain.

Keywords: Elderly, knee pain, herbal poultice



บทนำ

“ผู้สูงอายุ” ตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 ได้ให้คำนิยามว่า “ผู้สูงอายุ คือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป” ปัจจุบันพบว่า ประชากรกลุ่มผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นและกลุ่มโรคที่เกี่ยวข้องกับความเสื่อมในผู้สูงอายุพบได้บ่อยมากขึ้นเช่นกัน ซึ่งรวมถึงผู้ป่วยโรคเข่าเสื่อม คิดเป็นร้อยละ 80-90 ในผู้ที่มีอายุมากกว่า 65 ปี (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2553)

ทุกภาคของประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุครบทุกภาคส่วน ซึ่งหมายความว่าประเทศไทยมีประชากรที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 10 ของประชากรปัญหาสุขภาพที่พบได้บ่อยในกลุ่มผู้สูงอายุที่มากขึ้นทำให้เกิดอาการปวดคอ ปวดไหล่ ปวดหลัง ปวดเข่า ปัญหาโรคข้อเข่าเสื่อม นับว่าเป็นปัญหาที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุจะทำให้ผู้ป่วยมีอาการปวดเมื่อมีการเคลื่อนไหวของข้อเข่า บางครั้งอาจมีอาการปวด และรู้สึกตึงบริเวณข้อพับด้านหลังของเข่าอาการบวมบริเวณข้อเข่า เนื่องจากมีน้ำในข้อเข่าซึ่งเกิดจากการอักเสบภายในข้อ ข้อยึดติด และไม่สามารถเหยียดงอเข่าได้เหมือนปกติมีอาการเสียวภายในข้อเวลาเดินบางครั้งมีอาการอ่อนแรง ต้นขาตึง ขาโก่งผิดรูป โรคข้อเข่าเสื่อมจะมีลักษณะที่มีการสึกกร่อนของกระดูกเป็นกระบวนการเสื่อมของข้อตามอายุที่เพิ่มมากขึ้นพบได้บ่อยในผู้สูงอายุ ผู้ป่วยมักจะมีอาการปวดเข่าเพิ่มมากขึ้นเมื่อน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้น นั่งคุกเข่า นั่งขัดสมาธิและนั่งพับเพียบเนื่องจากกระดูกที่งอกรอบ ๆ ข้อที่มีการเสื่อมมีการกดเบียดเส้นเอ็นและเนื้อเยื่ออ่อนรอบข้อ

ในปัจจุบันพบว่า การปวดเข่าพบได้บ่อยถือเป็นปัญหาด้านสุขภาพในผู้สูงอายุ การปวดเข่าในผู้สูงอายุเกิดจากการเสื่อมสภาพ และการสึกหรอของผิวกระดูกอ่อนอาการปวดข้อเข่าที่สามารถส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน ซึ่งเกิดจากการใช้งานของข้อเข่ามาเป็นระยะเวลานาน (Primary OA knee) ตามช่วงอายุ ทำให้เกิดอาการปวดเข่า บวมแดง เข่าฝืด ยึด มีเสียงดังในเข่ากรณีความรุนแรงของอาการจะมากหรือน้อยยังคงเป็นปัญหาในการดำเนินชีวิต จนมีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่โครงสร้างของข้อเข่าเกิดน้ำสะสมในข้อเข่าเพิ่มมากขึ้นจากการอักเสบขึ้นทำให้ข้อบวม พบกระดูกงอกผิดปกติที่ข้อหรือที่มุมข้อ พบกล้ามเนื้อและเอ็นรอบข้อเข่าหย่อนยาน การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของข้อที่กล่าวมาข้างต้น จะส่งผลให้การเคลื่อนไหวของข้อได้ลดลงและทำให้เกิดอาการปวด ดังนั้น ผู้วิจัยสนใจศึกษาในผลของยาพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข่าในผู้สูงอายุ หมู่บ้านคลองนุ้ย ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา เพื่อศึกษาผลของยาพอกเข้าสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่า เพื่อเป็นทางเลือกให้กับผู้สูงอายุลดในการใช้ยาแผนปัจจุบัน และลดผลข้างเคียงที่เกิดจากการใช้ยา

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของยาพอกสมุนไพรที่มีผลต่อการบรรเทาความปวดในผู้สูงอายุที่เจ็บเข่า
2. เพื่อเปรียบเทียบความปวดของเข่าก่อนและหลังพอกยาในผู้สูงอายุ



วิธีดำเนินการวิจัย

ในส่วนนี้ผู้วิจัยได้นำเสนอแนวทางการดำเนินการวิจัย ซึ่งประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับ รูปแบบการวิจัย กลุ่มตัวอย่าง ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental study)

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่มีอาการปวดเข่า หมู่บ้านคลองนุ้ย ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา จำนวน 15 คน โดยใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์คัดเข้า เกณฑ์คัดออก

2.2 เกณฑ์คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างมีคุณสมบัติในการคัดเข้า (Inclusion Criteria)

- ผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเข่า
- สามารถสื่อสาร โดยการพูด ฟังภาษาไทยเข้าใจ และไม่มีปัญหาด้านการได้ยิน
- ไม่มีประวัติการรักษาด้วยการผ่าตัดข้อเข่า
- ไม่มีโรคหรือข้อห้ามพอกเข่า เช่น โรคผิวหนัง มะเร็ง โรคติดต่อ
- ยินยอมเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมด้วยความสมัครใจ จนเสร็จสิ้นการวิจัย กลุ่ม

ตัวอย่างมีคุณสมบัติในการคัดออก (Exclusion Criteria)

- ผู้ป่วยติดเตียง
- เกิดผลข้างเคียงจากการพอกสมุนไพร เช่น การแพ้สมุนไพร ผื่นแดง คัน เป็นต้น
- มีภาวะการเจ็บป่วยไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตลอดระยะเวลาของโปรแกรม

2.3 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Designs) มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของยาพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข่าในผู้สูงอายุ หมู่บ้านคลองนุ้ย ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

ขั้นตอนที่ 2 จัดทำเครื่องมือแบบสอบถาม เพื่อใช้ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างและเก็บรวบรวมข้อมูล โดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามโดยตรง

ขั้นตอนที่ 3 วิธีการตั้งตำรับสมุนไพร

2) วิธีการตั้งตำรับสมุนไพร

- ก. ผสมผงคองคิง 100 กรัม กับแป้งข้าวเจ้า 100 กรัม ในภาชนะที่เตรียมไว้
- ข. นำขิงสดมาบดพวยาบ 300 กรัม เติมน้ำเปล่า 500 มิลลิลิตร แล้วนำมาต้ม 30 นาที รอให้อุ่นหุ้มนิลดลง (ที่อุณหภูมิห้อง)
- ค. ผสมน้ำขิง 250 มิลลิลิตร ให้เป็นเนื้อเดียวกัน



ขั้นตอนที่ 4 ทำการทดสอบสมมุติฐานร่วมกับกลุ่มตัวอย่าง

ก. ให้ความรู้และสรรพคุณจากสมุนไพรที่ได้รับให้กับผู้สูงอายุ

ข. นำสมุนไพรที่เตรียมไว้นำมาพอก บริเวณจุดที่ปวด โดยใช้เวลา 30 นาที

ขั้นตอนที่ 5 ประเมินผลการใช้ยาพอกสมุนไพร

- ให้ผู้สูงอายุตอบแบบสอบถามหลังจากการทำหัตถการพอกเข้า

- ทำการสรุปผลการวิจัย นำผลการวิจัยมาเรียบเรียง วิเคราะห์ข้อมูล

ประมวลผล และข้อเสนอแนะ

2.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 1) ข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เป็นการศึกษาข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data) เพื่อทำความเข้าใจแนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และ 2) ข้อมูลจากการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีสอบสวน และการวิจัยภาคสนาม ซึ่งเป็นการศึกษาข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data) ด้วยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) การสัมภาษณ์แบบกลุ่ม (Focus Group Interview) และการสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observation)

2.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามทั้ง 2 ส่วน มาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามและนำมาวิเคราะห์ทางสถิติ โดยใช้คอมพิวเตอร์ในการคำนวณค่าสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปในการประมวลผล และวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติด้วยการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

ส่วนที่ 1 สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ส่วนที่ 2 สถิติเชิงอนุมานที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบสมมติฐาน สถิติที่ใช้ t-test แบบวัดซ้ำ Paired Sample t-test นำผลของยาพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข่าในผู้สูงอายุของกลุ่มตัวอย่าง และเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของผลการทดลองก่อนและหลังให้การรักษา

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental study) ชนิดกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังการทดลอง ของยาพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข่าในผู้สูงอายุ หมู่บ้านคลองนัย ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา โดยเก็บรวบรวมข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ

ผลการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุเป็นเพศหญิง ร้อยละ 73.33 เพศชาย ร้อยละ 26.67 มีอายุอยู่ในช่วง 60-69 ปี คิดเป็นร้อยละ 60.00 อายุอยู่ในช่วง 70-79 ปี คิดเป็นร้อยละ 20.00 อายุ 80 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 20.00 สถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 46.67 หม้าย คิดเป็นร้อยละ 33.33 สถานภาพโสด คิดเป็นร้อยละ 13.33 หย่าร้าง/แยกกันอยู่ คิดเป็นร้อยละ 6.67 อาชีพทำสวน ร้อยละ 46.67 อาชีพ



แม่บ้าน ร้อยละ 40.00 อาชีพรับจ้าง ร้อยละ 13.33 ไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 40.00 โรคความดันโลหิตสูง คิดเป็นร้อยละ 26.67 โรคเบาหวาน คิดเป็นร้อยละ 20.00 โรคหัวใจ คิดเป็นร้อยละ 13.33 อาศัยบ้านชั้นเดียว คิดเป็นร้อยละ 60.00 อาศัยบ้านสองชั้น คิดเป็นร้อยละ 33.33 อาศัยบ้านยกพื้นใต้ถุนสูง คิดเป็นร้อยละ 6.67 อาการปวดเข่ามากกว่า 5 ปี คิดเป็นร้อยละ 66.66 มีอาการปวดเข่า 4 ปี คิดเป็นร้อยละ 26.67 และมีอาการปวดเข่า 3 ปี คิดเป็นร้อยละ 6.67 ตามลำดับ แสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ

ข้อมูลทั่วไป	ลักษณะทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ	ชาย	4	26.67
	หญิง	11	73.33
อายุ	60-69 ปี	9	60.00
	70-79 ปี	3	20.00
	80 ปี ขึ้นไป	3	20.00
สถานภาพการสมรส	โสด	2	13.33
	สมรส/อยู่ด้วยกัน	7	46.67
	หย่าร้าง/แยกกันอยู่	1	6.67
	หม้าย	5	33.33
อาชีพ	แม่บ้าน	6	40.00
	ทำสวน	7	46.67
	รับจ้าง	2	13.33
โรคประจำตัว	เบาหวาน	3	20.00
	ความดันโลหิตสูง	4	26.67
	หัวใจ	2	13.33
	ไม่มีโรคประจำตัว	6	40.00
ลักษณะที่อยู่อาศัย	บ้านชั้นเดียว	9	60.00
	บ้านชั้นสอง	5	33.33
	บ้านยกพื้นใต้ถุนสูง	1	6.67



ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	ลักษณะทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระยะเวลาที่มีอาการปวดเข่า			
	3 ปี	1	6.67
	4 ปี	4	26.67
	มากกว่า 5 ปี	10	66.66

2. การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดของกลุ่มทดลองในระยะก่อน และหลังการทดลอง

การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดของกลุ่มทดลองก่อน และหลังการทดลอง พบว่าภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความปวดลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P\text{-value} < 0.05$) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดของกลุ่มทดลองในระยะก่อน และหลังการทดลอง

ลักษณะอาการ	คะแนนการเปรียบเทียบ		P-value
	ก่อนพอก	หลังพอกทันที	
1. ลักษณะอาการเจ็บปวดเข่าของท่าน (อาการปวดเข่า / ปวดรอบๆ ข้อเข่า / ปวดข้อ)	2.53	2.80	0.040*
2. มีปัญหาเรื่องเข่าในการทำกิจวัตรประจำวันด้วยตนเอง หรือไม่ เช่น การขึ้นอาบนํ้า แต่งตัว	2.47	2.73	0.346
3. ท่านมีปัญหาเรื่องเข่าเมื่อก้าวขึ้นลงรถหรือรถประจำทางหรือไม่	2.60	2.67	0.001*
4. ระยะเวลาที่ท่านเดินได้มากที่สุดในวันที่ท่านมีอาการปวดเข่า	2.60	2.67	0.001*
5. หลังทานอาหารเสร็จ ในขณะที่ลุกจากเก้าอี้ นั่ง เข่าของท่านมีอาการอย่างไร	2.67	2.73	0.181
6. ท่านต้องเดิน โยกตัว(เดินกระเผลก กระเผลก) เพราะอาการที่เกิดจากเข่าของท่านหรือไม่	2.67	2.73	0.183



ตารางที่ 2 (ต่อ)

ลักษณะอาการ	คะแนนการเปรียบเทียบ		P-value
	ก่อนพอก	หลังพอกทันที	
7. ท่านสามารถนั่งลงคุกเข่าและลุกขึ้นได้หรือไม่	2.40	3.13	0.067
8. ท่านมีปัญหาปวดเข่า ในขณะที่นอนกลางคืนหรือไม่	2.27	2.73	0.183
9. ในขณะที่คุณทำงาน/ทำงานบ้าน ท่านมีอาการปวดเข่าหรือไม่	2.33	2.67	0.058
10. ท่านเคยมีความรู้สึกกว่าเข่าของท่านทรุดลงหรือหมดแรง	2.47	2.67	0.007*
11. ท่านสามารถเดินไปซื้อของใช้ต่าง ๆ ได้ด้วยตัวท่านเอง (เดินได้เอง หรือมีอุปกรณ์ช่วยเดิน เช่น ไม้เท้า)	2.60	2.80	0.015*
12. ท่านสามารถเดินลงบันไดได้หรือไม่	2.60	2.80	0.015*

หมายเหตุ * คือ ค่านัยสำคัญอย่างมีสถิติต่ำกว่า $P < 0.05$

สรุปผลการวิจัย

ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ หมู่บ้านคลองน้อย ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ผู้สูงอายุเป็นเพศหญิง ร้อยละ 73.33 เพศชาย ร้อยละ 26.67 มีอายุอยู่ในช่วง 60-69 ปี คิดเป็นร้อยละ 60.00 อายุอยู่ในช่วง 70-79 ปี คิดเป็นร้อยละ 20.00 อายุ 80 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 20.00 สถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 46.67 หม้าย คิดเป็นร้อยละ 33.33 สถานภาพโสด คิดเป็นร้อยละ 13.33 หย่าร้าง/แยกกันอยู่ คิดเป็นร้อยละ 6.67 อาชีพทำสวน ร้อยละ 46.67 อาชีพแม่บ้าน ร้อยละ 40.00 อาชีพรับจ้าง ร้อยละ 13.33 ไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 40.00 โรคความดันโลหิตสูง คิดเป็นร้อยละ 26.67 โรคเบาหวาน คิดเป็นร้อยละ 20.00 โรคหัวใจ คิดเป็นร้อยละ 13.33 อาศัยบ้านชั้นเดียว คิดเป็นร้อยละ 60.00 อาศัยบ้านสองชั้น คิดเป็นร้อยละ 33.33 อาศัยบ้านยกพื้นใต้ถุนสูง คิดเป็นร้อยละ 6.67 อาการปวดเข่ามากกว่า 5 ปี คิดเป็นร้อยละ 66.66 มีอาการปวดเข่า 4 ปี คิดเป็นร้อยละ 26.67 และมีอาการปวดเข่า 3 ปี คิดเป็นร้อยละ 6.67 ตามลำดับ

ผลของยาพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข่าในผู้สูงอายุ หมู่บ้านคลองน้อย ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่า ก่อนการทดลองความเจ็บปวดเข่าอยู่ในคะแนนเฉลี่ยที่ 30.27 ความปวดเข่าหลัง



ทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยที่ 33.07 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P-value) 0.013 จากผลการทดลองนี้ พบว่าหลังการพอกยาสมุนไพรให้กลุ่มผู้สูงอายุ สามารถลดอาการอาการปวดเข้าได้

อภิปรายผล

การศึกษาผลของยาพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข้าในผู้สูงอายุ หมู่บ้านคลองน้อย ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของยาสมุนไพรที่มีผลต่อการบรรเทาความปวดเข้าในผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเข้า หมู่บ้านคลองน้อย ตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - experimental research design) โดยการวัดก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง เป็นการใชยาพอกสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข้าที่ได้ทำการวิเคราะห์ รสยา และสรรพคุณของตัวยา จากนั้นใช้พื้นฐานทฤษฎีของการแพทย์แผนไทย ซึ่งได้เป็นตำรับยารสร้อน สรรพคุณลดปวด ดุดพิษ โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเครื่องมือ ประเมินอาการปวดจากแบบประเมิน มีทั้งสิ้น 2 ส่วน ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามเพื่อ ประเมินอาการปวดและระดับความสามารถในการทำงานของผู้สูงอายุ ดัดแปลงจากประเมิน ฉบับ ภาษาไทยวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูปและวิเคราะห์ข้อมูล โดยข้อมูลสถิติค่าความถี่ ร้อยละ วิเคราะห์การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดเข้าก่อน และหลังการ ทดลอง โดยใช้สถิติ และการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความปวดของกุ่มทดลอง และหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ พบข้อมูลและวิเคราะห์ที่นำไปเป็นข้อวิจารณ์ ได้ดังนี้

จากผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลอง สามารถลดระดับอาการปวดเข้าได้ ซึ่งค่าเฉลี่ยต่ำกว่า ก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับศิริพร แยมมูล, เจริญ อุดมพิทยาสรรพ์, และ อิศรา ศิริมณีรัตน์. (2561). ที่กล่าวว่าประสิทธิผลของการพอกเข้าด้วยตำรับสมุนไพรต่ออาการปวดเข้า ในผู้ป่วยโรคข้ออักเสบเข้า โรงพยาบาลบ้านโคก อำเภอบ้านโคก จังหวัดอุดรธานี และงานวิจัยของ อุมพร เคนศิลา และอนันต์ศักดิ์ จันทศรี (2564) กล่าวว่า การผลของยาพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข้าใน ผู้สูงอายุโรคข้อเข้าเสื่อม หลังการพอกสมุนไพรในผู้สูงอายุโรคข้อเข้าเสื่อม คะแนนเฉลี่ยระดับความปวด ลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) และระดับอาการปวดเข้าของผู้ป่วยลดลงค่าเฉลี่ยระดับ อาการปวดเข้าของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนพอก และหลังพอกสมุนไพร ยาพอกสมุนไพรสามารถลดความปวด และลดอาการปวดเข้าช่วงลุกเดินได้ส่งผลให้ความสามารถในการใช้งานดีขึ้น อีกทั้งสมุนไพรพอกเข้า จึง สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในสถานพยาบาล เพื่อรักษาอาการปวดเข้าจากโรคข้อเข้าเสื่อมได้อย่างมี ประสิทธิภาพ (ธนวัฒน์ งามศรี, สุพจน์ เมืองมณี และ สงกรานต์ สักลอม, 2567) ยาพอกสมุนไพรที่ใช้ใน งานวิจัยนี้อาศัยหลักการของการแพทย์แผนไทย โดยเฉพาะตัวยาสมุนไพรต้องดี ซึ่งมีรสร้อนและมี องค์ประกอบของสารแอลคาลอยด์ (Alkaloids) เช่น Colchicine และ Gloriosine (Ade and Rai, 2009) โดยมีคุณสมบัติทางเภสัชวิทยาหลากหลาย เช่น ฤทธิ์ระงับปวด ยาชาเฉพาะที่ ยาลดความดันโลหิต ยา ควบคุมการเต้นของหัวใจ และที่สำคัญคือ ฤทธิ์ลดการอักเสบของกล้ามเนื้อ (Bribi, 2018) ด้วยเหตุนี้ทำให้



กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับยาพอกสมุนไพรสามารถลดอาการปวดเข่า และเพิ่มความสามารถในการเคลื่อนไหวได้ จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า ยาพอกสมุนไพรเป็นทางเลือกหนึ่งในการรักษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์สุขภาพสำหรับผู้สูงอายุได้ในอนาคตต่อไป

ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเข่า ซึ่งยังมีผู้สูงอายุในพื้นที่อีก จำนวนหลายคนที่มีปัญหาอาการปวดเข่า จึงควรมีแนวทางในการขยายเครือข่ายการพอกสมุนไพร และ ทดสอบในกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเข่าจำนวนที่มากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2553). ความหมายผู้สูงอายุ.พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 (ฉบับแก้ไข พ.ศ. 2553). สืบค้นจาก <https://www.dop.go.th/th/know/15/741>.
- ธนวัฒน์ งามศรี, สุพจน์ เมืองมณี และ สงกรานต์ สักลอม. (2567). การศึกษาการลดอาการปวดเข่าใน ผู้ป่วยข้อเข่าเสื่อมโดยใช้สมุนไพรพอกเข่า. วารสารสหวิชาการเพื่อสุขภาพ, 6(2), 11-19.
- ศิริพร แยมมูล, เจษฎา อุดมพิทยาสรรพ์ และ อิศรา ศีรมณีนรัตน์. (2561). ประสิทธิภาพของการพอกเข่า ด้วยตำรับสมุนไพรต่ออาการปวดเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม โรงพยาบาลบ้านโคก อำเภอบ้านโคก จังหวัดอุดรธานี. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรี, 1(1), 16-27.
- อุมาพร เคนศิลา และ อนันต์ศักดิ์ จันทศรี. (2564). ผลของยาพอกสมุนไพรลดอาการปวดเข่าในผู้สูงอายุ โรคข้อเข่าเสื่อม. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา, 29(4), 43-49.
- Ade, R., & Rai, M. K. (2009). Current advances in *Gloriosa superba* L. Biodiversitas Journal of Biological Diversity, 10(4).
- Bribi, N. (2018). Pharmacological activity of alkaloids: a review. Asian J. Bot,1(1), 1-6.