

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรม ระหว่างผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมที่ได้รับการประคบร้อน ด้วยสมุนไพรกับการประคบร้อน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ ผู้ที่เป็นโรคข้อเข่าเสื่อม ที่มารับบริการที่ห้องตรวจกระดูกและข้อ โรงพยาบาลนครพิงค์ จำนวน 30 ราย ระหว่างเดือน กุมภาพันธ์ ถึง เดือนพฤษภาคม 2543 โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติดังนี้ ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคข้อเข่าเสื่อมที่ไม่มีแผนการรักษาทางศัลยกรรม ไม่มีความผิดปกติเกี่ยวกับการรับรู้ความรู้สึก โรคเบาหวาน มีความสามารถในการเข้าใจภาษาไทยและสื่อสารโดยภาษาพูดได้ อย่างดี และยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นสองกลุ่ม โดยการใช้วิธีการสุ่มอย่างมีระบบ คือ ผู้วิจัยจับสลากให้ผู้ป่วยรายแรกให้เข้าอยู่ในกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งก่อน ส่วนผู้ป่วยรายต่อไปจะจัดให้อยู่อีกกลุ่มหนึ่ง และผู้ป่วยรายต่อไปจัดให้สลับกัน ทั้งนี้โดยคำนึงถึงความคล้ายคลึงกันของเพศ อายุ คำนึงความหนาของร่างกาย และจำนวนข้างของข้อเข่าที่มีอาการ ทั้งนี้เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีความคล้ายคลึงกันมากที่สุด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 3 ส่วน ส่วนที่ 1 เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการประคบร้อนด้วยสมุนไพร ประกอบด้วยลูกประคบสมุนไพรที่ทำด้วยไพล ขมิ้นชัน การบูร และเกลือ จำนวน 2 ลูก ตามสูตรที่กำหนดโดยสถาบันการแพทย์แผนไทย เต่าแก่สขนาดเล็ก ลังถึง จานรองลูกประคบ หมอนรองข้อเข่า และนาฬิกาจับเวลาชนิดแสดงตัวเลขเป็นนาฬิกา ซึ่งได้นำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 4 ราย ส่วนที่ 2 เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการประคบร้อน ประกอบด้วย กระเป๋าน้ำร้อนที่อยู่ในสภาพที่พร้อมจะใช้งาน จำนวน 2 ใบ กาน้ำ เต่าแก่สขนาดเล็ก ผ้าขนหนูผืนเล็กจำนวน 2 ผืน ถ้วยตวงขนาด 500 ซีซี เครื่องวัดอุณหภูมิ เบาะรองข้อเข่า และนาฬิกาจับเวลาชนิดแสดงตัวเลขเป็นนาฬิกา และส่วนที่ 3 เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปและแบบบันทึกข้อมูลเกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อม และแบบประเมินอาการปวดข้อ 13 ข้อ อาการข้อฝืด

4 ข้อ และความลำบากในการทำกิจกรรมในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม 22 ข้อ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดของเบลลามี และคณะ (Bellany et al., 1988) โดยแบบประเมินอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรม มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .85, 1.00, และ .92 ตามลำดับ จากนั้นผู้วิจัยนำแบบประเมินมาตรวจสอบความเชื่อมั่นกับผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมที่มีลักษณะเช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 ราย และนำมาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .79, .72, และ .91 ตามลำดับ หลังจากนั้นผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีการติดต่อกับกลุ่มตัวอย่างครั้งแรกที่ห้องตรวจกระดูกและข้อ เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดแล้ว ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปและข้อมูลเกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อม และขออนุญาตติดตามเยี่ยมที่บ้านเป็นเวลา 7 วันติดต่อกัน และภายหลังจากหยุดประคบ 7 วัน รวม 8 ครั้ง ทั้งนี้จะให้กลุ่มตัวอย่างประเมินอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรมรวม 3 ครั้ง ครั้งที่ 1 ก่อนประคบข้อเข่าในวันแรก ครั้งที่ 2 หลังจากประคบครบ 7 วันทันที และครั้งที่ 3 หลังจากหยุดประคบ 7 วัน เมื่อได้ข้อมูลแล้วนำมาตรวจสอบความเรียบร้อยและครบถ้วนของข้อมูล และนำข้อมูลที่ได้อาวิเคราะห์ การทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยอันดับของคะแนนอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรม ในกลุ่มประคบร้อนด้วยสมุนไพรและกลุ่มประคบร้อนในการวัดก่อนประคบ หลังจากประคบครบ 7 วัน และหลังจากหยุดประคบ 7 วัน ด้วยสถิติทดสอบฟริคแมน และทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยสถิติทดสอบวิลคอกซอน สำหรับการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยอันดับของผลต่างคะแนนอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรม ระหว่างกลุ่มประคบร้อนด้วยสมุนไพรกับกลุ่มประคบร้อนด้วยสถิติทดสอบแมน-วิทนี ยู โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ (SPSS/for window) เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนหนึ่งมีอาการข้อเข่าอักเสบมากกว่าหนึ่งข้าง และกลุ่มตัวอย่างรายงานอาการปวดและข้อฝืดไม่เท่ากันในแต่ละข้าง ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์คะแนนอาการปวดข้อและข้อฝืด โดยใช้จำนวนข้อเข่าทั้งสิ้นในกลุ่มตัวอย่าง 30 ราย มี 52 เข่า แบ่งเป็นกลุ่มประคบร้อนด้วยสมุนไพรจำนวน 26 เข่า และกลุ่มประคบร้อนจำนวน 26 เข่า ส่วนคะแนนความลำบากในการทำกิจกรรม ใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 30 ราย ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิจัยพบว่า

1. ภายหลังจากได้รับการประคบร้อนด้วยสมุนไพร กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรม ในการวัดหลังจากประคบครบ 7 วัน และหลังจากหยุดประคบ 7 วัน น้อยกว่าก่อนได้รับการประคบร้อนด้วยสมุนไพรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ )

2. ภายหลังได้รับการประคบร้อน กลุ่มตัวอย่างมีอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรม ในการวัดหลังจากประคบครบ 7 วัน และหลังจากหยุดประคบ 7 วัน น้อยกว่า ก่อนได้รับการประคบร้อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ )

3. ตัวอย่างกลุ่มที่ได้รับการประคบร้อนด้วยสมุนไพร มีอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรม ลดลงมากกว่ากลุ่มที่ได้รับการประคบร้อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ ) หลังจากประคบครบ 7 วัน และหลังจากหยุดประคบ 7 วัน ยกเว้นอาการข้อฝืด หลังจากหยุดประคบ 7 วัน

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ ดังนี้

#### ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1. พยาบาลและบุคลากรทีมสุขภาพที่ทำงานเกี่ยวข้องกับผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม ควรมีการนำเสนอและกระตุ้นให้มีการใช้การประคบร้อนด้วยสมุนไพรเมื่ออยู่ที่บ้าน เพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมเกิดการพึ่งพาตนเอง โดยใช้วัสดุที่มีอยู่ภายในเขตบ้าน เพื่อบรรเทาอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรม ซึ่งจะช่วยให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ
2. ควรมีการจัดทำกิจกรรมสาธิตการประคบสมุนไพรในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมขึ้นที่แผนกผู้ป่วยนอกในโรงพยาบาลร่วมกับการให้คำแนะนำเรื่องการปฏิบัติตัวขณะอยู่ที่บ้าน และประสานงานกับทีมสุขภาพอื่นๆ เพื่อกระตุ้นให้ผู้ป่วยเกิดการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ

#### ด้านการศึกษาพยาบาล

ควรมีการสอดแทรกเรื่องการใช้การประคบร้อนด้วยสมุนไพรต่อการลดอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรมในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม เพื่อใช้เป็นข้อมูลให้นักศึกษาสามารถนำไปใช้ในการสอนสุขศึกษาเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมขณะอยู่ที่บ้าน

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาติดตามในระยะเวลาที่มากกว่า 1 สัปดาห์ เพื่อประเมินความคงอยู่ของผลการประคบร้อนด้วยสมุนไพรต่อการลดอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรมในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม
2. ควรมีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่ เพื่อให้ได้ผลการศึกษาที่สามารถนำไปใช้ได้อย่างกว้างขวาง
3. ควรมีการศึกษาการนำวิธีการประคบร้อนด้วยสมุนไพรมาใช้ที่แผนกผู้ป่วยนอก ร่วมไปกับการให้คำแนะนำเรื่องการปฏิบัติตัวอย่างถูกต้อง เพื่อเพิ่มประสิทธิผลในการบรรเทาอาการปวดข้อ ข้อฝืด และความลำบากในการทำกิจกรรมในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม ร่วมไปกับการรักษาแผนปัจจุบันที่ผู้ป่วยได้รับ
4. ควรมีการศึกษาการใช้ประคบร้อนด้วยสมุนไพรกับอวัยวะอื่นที่มีอาการปวดซึ่งไม่เกิดอันตรายกับอวัยวะนั้น เพื่อเป็นการยืนยันประโยชน์และผลของสมุนไพรในชีวิตประจำวันได้อย่างกว้างขวางยิ่งขึ้น