

การพัฒนาวัตกรรมการยาพอกเข้าสมุนไพรรลดปวดในผู้สูงอายุที่มีอาการข้อเข่าเสื่อม

โรงพยาบาลวังสมบุญ อำเภอวังสมบุญ จังหวัดสระแก้ว

๑. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมไทยยุคปัจจุบันกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ สำหรับประเทศไทยในปี พ.ศ. ๒๕๖๓ มีประชากรผู้สูงอายุสูงถึงร้อยละ ๑๘.๒๔ ของประชากรทั้งประเทศ และมีแนวโน้มการเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงอายุร้อยละ ๓.๖ ต่อปี (คิดเป็น ๔๐๐,๐๐๐ คนต่อปี) ซึ่งตามการคาดการณ์การประชากรประเทศไทยของสำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๒) คาดการณ์ว่า ในปี พ.ศ. ๒๕๖๖ จะมีประชากรผู้สูงอายุสูงถึงร้อยละ ๒๐.๖๖ ของประชากรทั้งประเทศ และในปี พ.ศ. ๒๕๗๘ จะมีประชากรผู้สูงอายุสูงถึงร้อยละ ๒๘.๕๕ ของประชากรทั้งประเทศ จากรายงานการประเมินและคัดกรองสุขภาพจำแนกตามความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุ โดยกระทรวงสาธารณสุข ผ่านระบบคลังข้อมูลด้านการแพทย์และสุขภาพ (Health Data Center : HDC) ข้อมูล ณ วันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๕ พบว่า เป็นกลุ่มติดสังคม ร้อยละ ๙๖.๖๖ ติดบ้าน ร้อยละ ๒.๗๓ และติดเตียง ร้อยละ ๐.๖๒ และพบภาวะหกล้ม ร้อยละ ๓.๑๒ ในปี พ.ศ. ๒๕๖๐ มีผู้เสียชีวิตจากการพลัดตกหกล้มสูงถึง ๒,๐๑๘ คน หรือเฉลี่ยวันละ ๖ คน ซึ่งเป็นกลุ่มผู้สูงอายุมากถึง ๑,๐๔๖ คน หรือเฉลี่ยวันละ ๓ คน และร้อยละ ๕๐ ผู้สูงอายุที่ได้รับการรักษาจากการหกล้มเสียชีวิตใน ๑ ปี (กรมควบคุมโรค, เมษายน ๒๕๖๒)

โรคข้อเข่าเสื่อม เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ พบมากในผู้สูงอายุ ซึ่งมี แนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ผู้ที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อมส่วนมาก ถ้าไม่ได้รับการรักษาหรือปฏิบัติตัวอย่าง เหมาะสม โรคจะดำเนินไปเรื่อยๆ อาจทำให้มีความ เจ็บปวด ข้อเข่าผิดรูป เดินได้ไม่ปกติ การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันต่างๆ ก็ทำได้ไม่สะดวก จะมีความ ทุกข์ทรมานทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ

จากปัญหาดังกล่าวจึงเป็นที่มาของประเด็นปัญหาสุขภาพ ที่ต้องการแก้ไขคือโรคข้อเข่าเสื่อมในกลุ่มผู้สูงอายุ ประกอบกับในปัจจุบันกระทรวงสาธารณสุขโดยกรมการแพทย์กระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายให้ดำเนินการจัดตั้งคลินิกผู้สูงอายุในโรงพยาบาล เพื่อให้บริการประเมินสุขภาพผู้สูงอายุแบบครบวงจร (CGA) เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ เกิดประโยชน์ต่อประชาชนอย่างสูงสุด โดยในปัจจุบันประชาชนเริ่มมีการนำเอาภูมิปัญญาท้องถิ่นและศาสตร์ความรู้เดิมมาใช้ อย่างแพร่หลาย ทั้งในด้านการป้องกัน รักษา และฟื้นฟู โดยเน้นการ ดูแลสุขภาพแบบองค์รวมคือ การดูแลสุขภาพทั้งกาย และจิตใจ ดังนั้นงานผู้ช่วยนอก(กลุ่มการพยาบาล)คลินิกผู้สูงอายุจึงร่วมกับงานแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลวังสมบุญ ได้จัดทำยาพอกเข้าสมุนไพรรลดปวดในผู้สูงอายุที่มีอาการข้อเข่าเสื่อม โดยการพัฒนาสมุนไพรมีอยู่เดิมให้มีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น สามารถมีการใช้งานอย่างสะดวก เพื่อรักษาอาการข้อเข่าเสื่อมและลดความเจ็บปวดในผู้สูงอายุที่มีอาการข้อเข่าเสื่อมและศึกษาผลของการนำไปใช้ต่อไป

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อพัฒนางานด้านการดูแลผู้สูงอายุในคลินิกผู้สูงอายุที่มีปัญหาข้อเข่าเสื่อมและพัฒนาด้านการแพทย์แผนไทยในรูปแบบการพอกยาสมุนไพรรลดปวดเข้า
๒. เพื่อส่งเสริมให้มีการใช้ยาสมุนไพรรทดแทนยาแผนปัจจุบัน (NSAID)
๓. เพื่อให้เกิดความสะดวกในการนำไปใช้สำหรับกลุ่มเป้าหมาย
๔. เพื่อรักษาคุณภาพของยาสมุนไพรร

๓. ประชากรและกลุ่มเป้าหมาย

ประชากร คือ ผู้มารับบริการที่คลินิกผู้สูงอายุโรงพยาบาลวังสมบูรณ์

กลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้สูงอายุที่มีอาการข้อเข่าเสื่อมและมารับบริการที่คลินิกผู้สูงอายุโรงพยาบาลวังสมบูรณ์ ผู้เข้าร่วมโครงการ ๒๐ ราย

๔. สถานที่ดำเนินการ โรงพยาบาลวังสมบูรณ์ ตำบลวังสมบูรณ์ อำเภอวังสมบูรณ์ จังหวัดสระแก้ว

๕. ระยะเวลาในการดำเนินการ เดือนพฤษภาคมถึง มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖

๖. สมาชิกกลุ่ม เจ้าหน้าที่ในหน่วยงาน โรงพยาบาลวังสมบูรณ์

๑.นางสาวกอแก้ว วงษ์สุวรรณ (พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ)

๒.นางสาวจรินทร์รัชต์ อยู่ทอง (แพทย์แผนไทย)

๓.นางสาวพิชชานันท์ หิรัญอุทก (แพทย์แผนไทย)

๗. ขั้นตอนการดำเนินงาน

วัสดุอุปกรณ์

- ไพล ๑ ส่วน
- ข่า ๑ ส่วน
- ผิวมะกรูด ๑/๓ ส่วน
- ตะไคร้หอม ๑/๓ ส่วน
- เอทิลแอลกอฮอล์ ๙๕% หรือ สุราไทย ๓๕ ดีกรี
- ขวดโหลแก้วที่มีฝาปิดมิดชิด
- ขงชิบสำหรับใส่สำลีที่แช่น้ำสมุนไพรมานึ่ง
- สำลีแผ่นใหญ่ ๑ ห่อ (ที่เป็นชิ้นสี่เหลี่ยมขนาดพอดีเข้า)

ขั้นตอนการทำ

๑. นำสมุนไพรมานึ่งที่ซึ้งนึ่งมาล้างทำความสะอาด
๒. นำสมุนไพรมานึ่งให้แห้งเป็นชิ้นเล็กๆ
๓. นำสมุนไพรมานึ่ง ๔ ชนิด ใส่ลงในขวดโหล
๔. ใส่สุราไทย ๓๕ ดีกรีหรือเอทิลแอลกอฮอล์ ๙๕% ให้ท่วมสมุนไพรมานึ่ง ปิดปากขวดโหลให้มิดชิด หมักไว้ทิ้งไว้เป็นเวลา ๑ เดือน แล้วจึงนำมาใช้
๕. เมื่อครบ๑เดือน นำสำลีมาแช่ในน้ำสมุนไพรมานึ่งและนำมาใช้

(เก็บใส่ของชิบหรือขวดโหลใส่ตู้เย็นควรเก็บในอุณหภูมิ ๒-๘ องศาเซลเซียส)

*ถ้าเก็บไว้ในขวดโหลที่ไม่ได้แช่สำลี สามารถเก็บได้นาน ๑ ปี ในอุณหภูมิห้องปกติ

สรรพคุณสมุนไพร

ไพล: แก้ฟกช้ำ เกล็ดบวม แก้เคล็ดขัดยอก ข้อเท้าแพลง แก้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เป็นยาชาเฉพาะที่ได้ แก้โรคผิวหนัง
ข่า: เหง้าแก่ รสเผ็ดร้อน ขม ใช้ภายนอกทารักษากลากเกลื้อน ลดอาการปวดเมื่อย ลดอาการฟกช้ำ รับประทานเป็นยา
ขับลม บำรุงธาตุ เป็นยาระบายอ่อนๆ แก้ไอ ช่วยย่อยอาหาร

ผิวมะกรูด: น้ำมันหอมระเหยจากมะกรูดมีสรรพคุณช่วยผ่อนคลายความเครียด คลายความกังวล ทำให้จิตใจสงบนิ่ง
น้ำมันมะกรูดมีฤทธิ์อ่อนช่วยยับยั้งการหดเกร็งของกล้ามเนื้อได้

ตะไคร้หอม : น้ำมันหอมระเหยจากใบและกาบใบ ใช้ภายนอก ไล่ยุง ไล่แมลง

๘. งบประมาณที่ใช้ ๓๐๐ บาท

- ไพล ๑ กิโลกรัม ๘๐ บาท
- ข่า ๑ กิโลกรัม ๕๐ บาท
- ผิวมะกรูด, ตะไคร้หอม ๕๐ บาท
- สุราไทย ๓๕ ดีกรี ๖๒๕ มล. ๑๒๐ บาท

๙. วิธีการใช้งาน

ใช้แปะบริเวณเช่า ที่มีอาการปวด เป็นเวลา ๓๐ นาที

(ถ้าต้องมีการเดินทำกิจวัตรประจำวันใช้ผ้าบางๆที่สะอาดมัดบริเวณเช่าไม่ให้สำลีที่ใช้พอกเช่าหลุด)

ข้อห้าม/ข้อควรระวัง

ระวังการใช้ในผู้ป่วยที่แพ้สมุนไพรหากมีอาการระคายเคืองควรรีบล้างออก

การให้การรักษาโดยการใช้ยาพอกเข้า



๑๐. ตัวชี้วัดผลสำเร็จและผลลัพธ์

ตัวชี้วัด (KPI)	เป้าหมาย (Target)	ผลลัพธ์ก่อนดำเนินการ	ผลลัพธ์ที่ปฏิบัติได้
๑. ผู้ป่วยมีอาการลดลงหลังใช้ผ้าปกเข่าสมุนไพร (Numerical rating scale, NRS)	NRS < ๕	๕/๑๐	๓/๑๐
๒. ความพึงพอใจในการลดความเจ็บปวดหลังใช้ยาปกเข่า(%)	> ๘๐	-	๘๙
๓. ความพึงพอใจในการใช้งานสะดวกและง่ายหลังใช้ยาปกเข่า(%)	> ๘๐	-	๘๗
๔. ความพึงพอใจในการใช้นวัตกรรม(%)	> ๘๐	-	๘๘

๑๑. สรุปผลการดำเนินงาน

๑๑.๑ จากการวัดระดับความเจ็บปวดด้วย (NRS) จำนวน ๒๐ ราย ก่อนและหลังใช้ยาปกเข่า พบว่าสามารถบรรเทาอาการปวดเข่าได้จำนวน ๒๐ ราย ร้อยละ ๑๐๐ (ผู้สูงอายุที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อมหลังการใช้ยาปกเข่าสามารถปรับระดับความปวดตามการประเมิน NRS จากระดับความปวดมากและปานกลางลดลงมาอยู่ในระดับปวดเล็กน้อย)

๑๑.๒ จากแบบประเมินความพึงพอใจในการลดความเจ็บปวดหลังใช้ยาปกเข่าความพึงพอใจร้อยละ ๘๙

๑๑.๓ จากแบบประเมินความพึงพอใจในการใช้งานสะดวกและง่ายหลังใช้ยาปกเข่า ความพึงพอใจร้อยละ ๘๗

๑๑.๔ จากแบบประเมินความพึงพอใจในการใช้นวัตกรรม พบว่าความพึงพอใจของผู้รับบริการส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี ร้อยละ ๘๘

๑๒. ประโยชน์ที่ได้รับ

๑๒.๑ ได้พัฒนางานด้านการดูแลผู้สูงอายุในคลินิกผู้สูงอายุที่มีปัญหาข้อเข่าเสื่อมและพัฒนาด้านการแพทย์แผนไทยในรูปแบบการพอกยาสมุนไพรลดอาการปวดเข่า

๑๒.๒ ช่วยส่งเสริมให้มีการใช้ยาสมุนไพรทดแทนยาแผนปัจจุบัน (NSAID)

๑๒.๓ มีความสะดวกในการนำไปใช้สำหรับกลุ่มเป้าหมาย (ผู้สูงอายุ) ที่ไม่สามารถเดินทางมารับการรักษาได้อย่างต่อเนื่อง (ใส่ถุงให้ผู้ป่วยกลับไปใช้ประจำที่บ้าน)

๑๒.๔ ช่วยรักษาคุณภาพของยาสมุนไพร

๑๒.๕ ช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายในการเดินทางมารับการรักษาที่โรงพยาบาล

๑๒.๖ ช่วยให้เกิดการพัฒนาด้านความคิดสร้างสรรค์และเรียนรู้นวัตกรรมใหม่ๆ เพื่อนำมาใช้แก้ปัญหาทางด้านสุขภาพ

๑๓. ข้อเสนอแนะ

๑๓.๑ จากการศึกษาและทดลองใช้ในครั้งนี้เนื่องจากมีข้อจำกัดเวลา ได้มีการทดลองใช้เพียง ๑ ครั้ง เพื่อให้เกิดผลดียิ่งขึ้น ควรมีการติดตามผลการรักษาผู้ใช้อย่างต่อเนื่อง

๑๓.๒ การทำยาพอกเข้าไม่เพียงพอต่อการใช้นี้เนื่องจากต้องใช้ระยะเวลาในการดองยาสมุนไพรนาน ๑ เดือน

๑๓.๒ ควรมีการประเมินผลด้านความรู้โดยใช้เครื่องมือในการวัดผลเปรียบเทียบก่อนและหลังการให้ความรู้

๑๓.๓ ควรมีการทดลองใช้โดยมีการกำหนดความถี่ในการพอกเข้าและช่วงระยะเวลาที่เหมาะสมในการวัดผลและประเมินผล

๑๓.๔ นำผลงานนวัตกรรมไปพัฒนาต่อเนื่องเป็นงานวิจัยเพื่อให้เกิดผลงานทางวิชาการ

๑๔.เอกสารอ้างอิง

สำนักงานกระทรวงสาธารณสุขกรมการแพทย์ ข้อเข่าเสื่อมเข้าถึงข้อมูลวันที่ ๗ ธันวาคม ๒๕๖๕, จาก <https://pr.moph.go.th/index.php?url=pr/detail/๒/๐๒/๑๘๒๕๑๒/ศิรสา> เรื่องฤทธิ์ชาญกุล๑ , อรพิชญา ไกรฤทธิ์๑ ๑ ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล(๒๕๖๑) การประเมินความเจ็บปวดเรื้อรังในผู้สูงอายุ

กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. ๒๕๔๖. ประมวลผลงานวิจัยด้านพิษวิทยา ของสถาบันวิจัยสมุนไพร เล่ม ๑.โรงพิมพ์การศาสนา:กรุงเทพมหานคร.

ศิริเพ็ญ จริเกษม, ศิริพันธ์ ทับทิมเทศ, ธัญวรรณ์ กาจสงคราม, อุบล ฤกษ์อำ, จรัส ทิทยากร. ๒๕๔๘. น้ำมันหอมระเหยไทย. บริษัทเซเว่นพรินติ้ง กรุ๊ป จำกัด:กรุงเทพมหานคร.

พิทยา ภาภิรมย์, อรุณี บุตรตาสี, วชิราภรณ์กัมปนากรวรรณ. ฤทธิ์ของน้ำมันมะนาว และน้ำมันมะกรูดต่อเชื้อสแตปฟีโลคอคไค ที่ให้ผลบวกต่อการทดสอบโคแอกกูเลส ที่แยกได้จากสุนัข. วารสารวิจัย มข. ๒๕๕๑;๑๓(๗): ๘๖๖-๘๗๒.