



ผลของการใช้แผ่นพอกสมุนไพรนวมในผู้ป่วยที่มีอาการปวดเข่า

วันวิสาข์ พรหมเมตตา

Wanwisa Phrommetta

แพทย์แผนไทย โรงพยาบาลนวม อำเภอนวม จังหวัดกาฬสินธุ์

ผู้ประสานงานหลัก e-mail: Wanwisa_attm@hotmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษาผลของการใช้แผ่นพอกสมุนไพรนวมในผู้ป่วยที่มีอาการปวดเข่า โรงพยาบาลนวม อำเภอนวม จังหวัดกาฬสินธุ์ จากการดูแลรักษาผู้ป่วยภายในคลินิกแพทย์แผนไทย พบว่าผู้ป่วยหรือผู้มารับบริการต้องการความสะดวกและรวดเร็วในการรับบริการ เนื่องจากบริบทการทำงานของคนภายในชุมชน งานการแพทย์แผนไทยจึงพัฒนารูปแบบการบริการในคลินิกโรคข้อเข่าเสื่อมของงานแพทย์แผนไทย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อบรรเทาและรักษาอาการปวดเข่าในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อมที่มารับบริการในคลินิกแพทย์แผนไทย และเพื่อนำสมุนไพรที่มีในท้องถิ่นมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ประชากร คือ ผู้มารับบริการที่คลินิกแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลนวม และกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้มารับบริการที่คลินิกแพทย์แผนไทยที่มีอาการปวดเข่า คัดเลือกโดยวิธีการสุ่ม จำนวน 40 ราย วิธีการดำเนินการวิจัยในกลุ่มตัวอย่าง ใช้ยาพอกสมุนไพรสูตรโรงพยาบาลนวม โดยประกอบด้วยสมุนไพร 5 ชนิด ได้แก่ ขิงแก่ ไซมอน ไพล ขัดมอน ใบมะขาม และผิวมะกรูด นำมาทำเป็นแผ่นพอกสมุนไพรพอกให้กับผู้ป่วยที่มีอาการปวดเข่า โดยวัดระดับความเจ็บปวดเข่าของผู้ป่วยก่อนและหลังรับการรักษา โดยใช้สเกลวัดระดับความเจ็บปวด (NRS) ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยร้อยละ 85 มีอาการปวดเข่าลดลง โดยประเมินอาการจากการวัดระดับความเจ็บปวด (NRS) ผู้ป่วยร้อยละ 92.5 มีความพึงพอใจในระดับดีถึงดีมาก จากการศึกษาการพัฒนารูปแบบบริการทางการแพทย์แผนไทย โดยการใช้แผ่นพอกสมุนไพรนวมในผู้ป่วยที่มีอาการปวดเข่า พบว่าผู้ป่วยได้รับการรักษาที่สะดวกและรวดเร็ว สามารถดูแลตนเองได้ และการพอกเข่าสมุนไพรที่ทำจากสมุนไพรทั้ง 5 ชนิด ได้แก่ ขิงแก่ ไซมอน ไพล ขัดมอน ใบมะขาม และผิวมะกรูด มีฤทธิ์ในการลดอาการปวดบวม ลดอาการอักเสบของข้อต่าง ๆ นอกจากนี้ ยังพบว่าสามารถถอนพิษแมลงสัตว์กัดต่อยได้ ทั้งนี้ยังเป็นทางเลือกในการรักษาทางการแพทย์แผนไทยของผู้ป่วยต่อไป

คำสำคัญ: พอกเข่า ปวดเข่า สมุนไพร

บทนำ

การแพทย์แผนไทยเป็นภูมิปัญญาไทยที่สืบทอดกันมายาวนาน ปัจจุบันการดูแลสุขภาพด้วยภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยทั้งการนวดไทย การใช้สมุนไพรเพื่อใช้เป็นยา อาหาร และผลิตภัณฑ์สมุนไพร เพื่อสุขภาพอื่น ๆ กำลังได้รับความนิยม และได้รับการยอมรับทั้งจากภาครัฐ ภาคธุรกิจ และประชาชนทั่วไป การแพทย์แผนไทยได้รับการผสมผสานให้เข้าสู่ระบบบริการสาธารณสุขของรัฐ ซึ่งกระทรวงสาธารณสุข ได้นำมาเป็นยุทธศาสตร์สำคัญของกระทรวงว่าด้วย “การพัฒนาการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้านไทย การแพทย์ทางเลือก สมุนไพร และภูมิปัญญาไทย” และในปี 2558 กระทรวงสาธารณสุขมีมติให้การแพทย์แผนไทยและการแพทย์ผสมผสานเป็นสาขาที่ 11 ในการพัฒนาระบบบริการ (Service plan) เพื่อให้เกิดความต่อเนื่อง มีประสิทธิภาพเกิดประโยชน์ต่อประชาชนอย่างสูงสุด



ในปัจจุบันประชาชนเริ่มมีการนำเอาภูมิปัญญาท้องถิ่นและศาสตร์ความรู้เดิมมาใช้อย่างแพร่หลาย ทั้งในการป้องกัน รักษา และฟื้นฟู โดยเน้นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม คือการดูแลสุขภาพทั้งกายและจิตใจ ดังนั้นเพื่อพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพทางการแพทย์แผนไทย งานแพทย์แผนไทยได้นำเอาภูมิปัญญาดั้งเดิม สมุนไพรที่มีในท้องถิ่นมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด จึงได้คิดจัดทำแผ่นพอกเข้าสมุนไพรโดยได้นำเอาสมุนไพรที่มีในท้องถิ่นซึ่งสามารถหาได้ง่ายมาหมักรวมกันทำเป็นแผ่นพอกเข้าสมุนไพร ซึ่งมีสรรพคุณช่วยลดอาการปวดบวม อาการอักเสบของกล้ามเนื้อ เพื่อเป็นแนวทางในการรักษาทางการแพทย์แผนไทยด้วยวิธีอื่นและง่ายต่อการนำไปใช้กับผู้ป่วย นอกจากนี้กรรมวิธีการทำง่าย ประชาชนสามารถนำไปทำใช้ตัวเอง เพื่อให้ผู้ป่วยมีการดูแลรักษาอาการเจ็บป่วยโดยพึ่งตนเองได้อีก

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาชั้นคลินิก โดยการนำเอาสมุนไพรที่มีในท้องถิ่นมาหมักรวมกันเพื่อให้ได้น้ำมันสมุนไพรที่มีฤทธิ์ในการลดอาการปวดบวม ลดอาการอักเสบของกล้ามเนื้อ เพื่อให้สะดวกต่อการใช้งานและเป็นการพัฒนารูปแบบระบบบริการทางการแพทย์แผนไทย จึงนำน้ำมันสมุนไพรที่ได้ทำเป็นแผ่นพอกเข้าสมุนไพรเพื่อให้สะดวกต่อการใช้งาน

1. การสกัดน้ำมันสมุนไพร

- 1.1 นำสมุนไพรทั้ง 5 ชนิด ได้แก่ ขิงแก่ ไพล ขัดมอน ใบมะขาม และผิวมะกรูด นำไปล้างน้ำให้สะอาด ผึ่งลมให้แห้ง
- 1.2 นำสมุนไพรทั้ง 5 ชนิด มาหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ
- 1.3 นำสมุนไพรข้อ 1.2 มาหมักในขวดแก้วโดยใช้ 40% แอลกอฮอล์ เขย่าขวดแก้วทุกวัน ทั้งไว้เป็นเวลา 30 วัน
- 1.4 กรองกากสมุนไพรออกด้วยผ้าขาวบางจะได้น้ำมันสมุนไพร

2. การทำแผ่นพอกเข้าสมุนไพร

- 2.1 ตัดผ้าเป็นแผ่นสี่เหลี่ยมจัตุรัส ขนาด 10 x 10 เซนติเมตร
- 2.2 นำน้ำมันสมุนไพรที่ได้มาเทใส่ผ้าเพื่อให้ผ้าชุ่มน้ำมันสมุนไพร
- 2.3 นำแผ่นพอกเข้าที่ได้ใส่ซองฟรอยซิลปิดปากถุงให้สนิทเพื่อเตรียมใช้งานต่อไป

3. การรักษาผู้ป่วยโรคลมจับโปงเข้าด้วยแผ่นสมุนไพร

จัดให้บริการพอกเข้าสมุนไพรสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีอาการปวดเข่าและผู้มารับบริการที่คลินิกแพทย์แผนไทย โดยวิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 ราย

- 3.1 ประเมินอาการปวดเข่าโดยแบบคัดกรองโรคเข่าเสื่อม
- 3.2 วัดระดับความเจ็บปวดเข่าของผู้ป่วยก่อนรับการรักษาด้วยการพอกเข้า โดยใช้สเกลวัดระดับความเจ็บปวด (NRS)
- 3.3 นำแผ่นพอกเข้าสมุนไพรพอกให้ผู้ป่วยที่มารับบริการ
- 3.4 วัดระดับความเจ็บปวดเข่าของผู้ป่วยหลังรับการรักษาด้วยการพอกเข้า โดยใช้สเกลวัดระดับความเจ็บปวด (NRS)
- 3.5 ให้ผู้รับบริการประเมินแบบความพึงพอใจต่อการรักษาอาการปวดเข่าด้วยการพอกเข้า
- 3.6 ประเมินผลการรักษาและวางแผนการรักษาผู้ป่วยเป็นรายบุคคล พร้อมทั้งแนะนำการทำยาพอกสมุนไพรไว้ใช้เองในชุมชน



ภาพที่ 1 ประเมินอาการก่อนและหลังรับการรักษาด้วยการพอกสมุนไพร

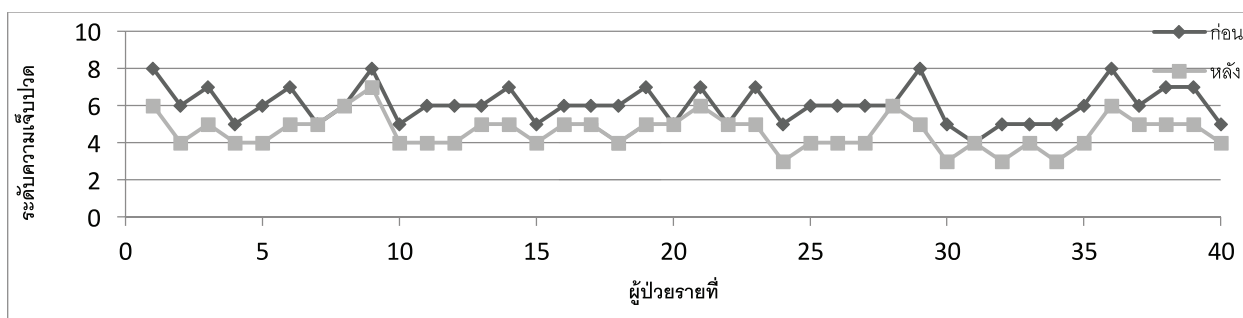


ภาพที่ 2 การใช้แผ่นพอกสมุนไพรในผู้ป่วยที่มีอาการปวดเข่า



ผลการศึกษา

จากการศึกษาแผ่นพอกเข้าสมุนไพรนานาน ซึ่งเป็นการนำสมุนไพรทั้ง 5 ชนิด ได้แก่ ขิงแก่ ไพล ขัดมอน ใบมะขาม และผิวมะกรูด หมักด้วย 40 % แอลกอฮอล์ เป็นเวลา 30 วัน จากนั้นนำมากรองเพื่อได้น้ำมันสมุนไพร นำมาชุปสำลีทำเป็นแผ่นพอกเข้าสมุนไพร นำแผ่นพอกเข้าสมุนไพรมาพอกให้กับผู้ป่วยที่มีอาการปวดบวมบริเวณเข่า ที่มารับบริการที่คลินิกแพทย์แผนไทยโรงพยาบาลนวมิน ผลการศึกษาในผู้ป่วย 40 ราย ได้ผลการศึกษาดังภาพที่ 3 และตารางที่ 1



จากภาพที่ 3 พบว่าผู้ป่วยจำนวน 40 ราย ส่วนใหญ่ระดับความเจ็บปวดเมื่อเปรียบเทียบกับก่อนและหลังการรักษา มีระดับความเจ็บปวดที่ลดลง

ตารางที่ 1 แสดงผลการศึกษาการใช้แผ่นพอกเข้าสมุนไพรนานานในผู้ป่วยจำนวน 40 ราย

อาการปวดเข่า	จำนวน/คน	ร้อยละ
ลดลงอย่างเห็นได้ชัด	34	85
ไม่พบความแตกต่าง	6	15

จากตารางที่ 1 พบว่า ผู้ป่วยจำนวน 40 ราย ประเมินอาการปวดจากแบบคัดกรองโรคเข่าเสื่อมและวัดระดับความเจ็บปวด NAS พบว่า ผู้ป่วยจำนวน 34 ราย คิดเป็นร้อยละ 85 มีอาการปวดบวมลดลงอย่างเห็นได้ชัด และอีก 6 ราย มีอาการปวดลดลงเล็กน้อย/ไม่พบความแตกต่างของก่อนและหลังรับการรักษา โดยวิธีพอกเข้าด้วยแผ่นพอกเข้าสมุนไพร

อภิปรายผล

จากการศึกษาครั้งนี้เป็นการนำเอาสมุนไพรทั้ง 5 ชนิด ได้แก่ ขิงแก่ ไพล ขัดมอน ใบมะขาม และผิวมะกรูด หมักด้วย 40 % แอลกอฮอล์ เป็นเวลา 30 วัน จากนั้นนำมาทำเป็นแผ่นพอกเข้าสมุนไพร นำแผ่นพอกเข้าสมุนไพรมาพอกให้กับผู้ป่วยที่มีอาการปวดบวมบริเวณเข่าที่มารับบริการที่คลินิกแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลนวมิน จากการทดสอบใช้ในผู้ป่วยจำนวน 40 ราย โดยประเมินอาการจากแบบคัดกรองโรคเข่าเสื่อมและวัดระดับความเจ็บปวด NAS พบว่า ผู้ป่วยจำนวน 34 ราย คิดเป็นร้อยละ 85 มีอาการปวดบวมลดลงอย่างเห็นได้ชัด และจำนวน 6 ราย มีอาการปวดลดลงเล็กน้อย/ไม่พบความแตกต่างของก่อนและหลังรับการรักษาโดยวิธีพอกเข้าด้วยแผ่นพอกเข้าสมุนไพร ทั้งนี้จากการศึกษาได้ประเมินผลผู้ป่วยจากการใช้แผ่นพอกเข้าสมุนไพรโดยการรักษาเพียงครั้งเดียว ผู้ป่วยร้อยละ 92.5 มีความพึงพอใจในระดับดีถึงดีมาก



ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย พบว่าในขิงและไพลต่างมีสารสำคัญที่ช่วยลดอาการอักเสบ ซึ่งในขิงมีส่วนประกอบหลายชนิด ได้แก่ gingerols, shogaols, zingerone และ paradol¹ พบว่ามีสาร 6-gingerol เป็นสารออกฤทธิ์ซึ่งก่อให้เกิดผลทางด้านเภสัชวิทยาของขิง เช่น ฤทธิ์แก้ปวดและฤทธิ์ต้านอักเสบ² มีฤทธิ์คล้ายยาต้านอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAID) มีฤทธิ์ลดอาการปวดบวม ลดอาการอักเสบของข้อต่าง ๆ ในไพล พบว่ามีสาร Terpinen มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อแบคทีเรียและลดการอักเสบ³ สารสกัดไพล นอกจาก Curcumin ซึ่งเป็นสารในกลุ่ม Curcuminoids แล้วยังมี Cassumunarin A, B และ C ซึ่งเป็นสารประกอบในกลุ่ม Complex Curcuminoids ซึ่งมีฤทธิ์ต้านการอักเสบได้ดีกว่า Curcumin⁴ สอดคล้องกับการศึกษาการพอกเข้าสมุนไพรที่สามารถบรรเทาอาการปวด ลดอาการอักเสบ และถอนพิษแมลงสัตว์กัดต่อยได้ ทั้งนี้ยังเป็นทางเลือกในการรักษาทางการแพทย์แผนไทยของผู้ป่วยต่อไป

สรุปผล

จากการศึกษาพบว่าสมุนไพรทั้ง 5 ชนิด ได้แก่ ขิงแก่ ไพล ชัดมอน ใบมะขาม และผิวมะกรูด ที่ใช้ในการหมักทำแผ่นพอกเข้าสมุนไพร ต่างมีฤทธิ์ในการลดอาการปวดบวม ลดอาการอักเสบของข้อต่าง ๆ แผ่นพอกเข้าสมุนไพรสามารถบรรเทาอาการปวดบวมบริเวณเข้าได้ จากการใช้เบื้องต้น พบว่าแผ่นพอกเข้าสมุนไพร สามารถบรรเทาอาการได้ดังต่อไปนี้

- สามารถบรรเทาอาการปวดเข้าได้
- ลดอาการบวมของเข้าได้
- นอกจากนี้ยังพบว่าอาการอักเสบ ปวดบวมบริเวณอื่น ๆ สามารถนำน้ำสมุนไพรทาเพื่อบรรเทาอาการได้
- นำไปทาถอนพิษแมลงสัตว์กัดต่อยได้ด้วย

ข้อเสนอแนะ

1. จากการศึกษาที่ได้ใช้รักษาผู้ป่วยและประเมินอาการก่อนและหลังการรักษาในการพอกเข้าด้วยแผ่นพอกเข้าสมุนไพรเพียงครั้งเดียว เพื่อให้ได้ผลดียิ่งขึ้นควรมีการติดตามและรักษาผู้ป่วยอย่างต่อเนื่อง
2. จากการศึกษาทดลองการใช้น้ำมันสมุนไพรนี้ใช้ในผู้ป่วยที่มีอาการปวดบวมบริเวณเข้า ควรมีการทดลองนำไปใช้ในบริเวณอื่น ๆ เช่น ข้อมือ ข้อเท้า หรือบริเวณอื่นๆ ที่มีอาการปวดบวม และน่าจะมีการนำน้ำสมุนไพรที่ได้ไปทดสอบทางห้องปฏิบัติการเพื่อหาปริมาณสารสำคัญที่ออกฤทธิ์ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. Langner, E., Greifenberg, S., and Gruenwald, J. 1998. Ginger: History and use. *Advances in Therapy*. 15(1): 25-44.
2. Young, H. Y., Luo, Y. L., Cheng, H. Y., Hsieh, W. C., Liao, J. C., and Peng, W. H. 2005. Analgesic and anti-inflammatory activities of [6]-gingerol. *Journal of Ethnopharmacology*. 96(1-2): 207-210.
3. Poonsukcharoen, T., 2004. Pressurized Liquid and Superheated Water Extraction of Chemical Constituents from Zingiber cassumunar Roxb. MSc Thesis. Kasetsart University
4. Masuda, T. and A. Jitoe. 1994. Antioxidative and anti-inflammatory compounds from tropical Ginger: Isolation, structure determination and activities of cassumunins A, B and C, new complex curcuminoids from Zingiber cassumunar. *J.Agric. Food Chem.* 42(9): 1850-1856