

ประสิทธิผลของการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นในผู้สูงอายุที่มีปัญหาตาพร่ามัว
หมู่ 5 ตำบลดงมะตะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงราย

(Efficacy of Eyes Mask with Cold Herbal Poultices Among Elderly Person
at Moo 5, Mae Lao District, Chiang Rai Province)

พัชรี วรรณะ พท., รัชนิกร พันสมบัติ พท.

ชื่อผู้นำเสนอ รัชนิกร พันสมบัติ แพทย์แผนไทยปฏิบัติการ

หน่วยงาน/สังกัด : งานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลแม่ลาวจังหวัดเชียงราย

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) หนึ่งกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลองโดยศึกษาประสิทธิผลของการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นในผู้สูงอายุที่มีปัญหาตาพร่ามัว หมู่ 5 ตำบลดงมะตะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงราย ในระหว่างเดือนมิถุนายน พ.ศ.2566 ถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ.2566 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้านี้ ประกอบด้วย ผู้สูงอายุ หมู่ 5 ตำบลดงมะตะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงราย ที่มีปัญหาตาพร่ามัว จำนวน 30 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการเฉพาะเจาะจง เพื่อประเมินระดับการมองเห็น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติแบบ (Wilcoxon Signed Rank Test) ส่วนอาการร่วมทางสายตา ประกอบด้วย อาการตาพร่ามัว อาการแสบตา น้ำตาไหล ปวดหัวตาและมีขี้ตาซึ่งวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการศึกษาพบว่าการใช้ยาพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นมีประสิทธิผลในการลดอาการตาพร่ามัวได้ในผู้สูงอายุที่มีระดับการมองเห็นดีขึ้น

คำสำคัญ : พอกตา, สมุนไพรฤทธิ์เย็น, ตาพร่ามัว

Abstract

This study is Quasi-experimental research. The purpose of this study is to compare before and after using the effect of eyes mask with cold herbal poultices among elderly person at Moo 5, Mae Lao District, Chiang Rai Province during June 2023 to August 2023. Purposive sampling in this study include elderly person at Moo 5, Mae Lao District, Chiang Rai Province, which has blurred vision for 30 samples according to inclusion criteria. These samples will be assessed vision levels. Data were analyzed by using Wilcoxon Signed Rank Test. The others disorder such as burning eyes, watery eyes, ocular pain and having eyes discharge will analyze by using descriptive statistics. There are numbers, percentage, median and standard deviation. The result found that using eyes mask with cold herbal poultices effect on decreasing the levels of blurred vision in elderly person which has increasing vision levels.

Keywords : Eyes mask , Cold Herbal Poultices, Blurred vision

บทนำ

เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุร่างกายจะเกิดการเปลี่ยนแปลงในลักษณะเสื่อมลง โดยเฉพาะดวงตาและระบบการมองเห็น ซึ่งมักเป็นการเปลี่ยนแปลงด้านประสาทสัมผัสทั้งเชิงโครงสร้างและการทำหน้าที่ของส่วนประกอบต่างๆของตา การมองเห็นจะลดลงตามอายุที่มากขึ้น เนื่องจากเซลล์ประสาทรับความรู้สึกมีจำนวนลดลง เกิดความบกพร่องในการรับความรู้สึกผู้สูงอายุมีภาวะกล้ามเนื้อตาอ่อนแรงส่งผลต่อการเหลื่อมมองด้านบน รวมทั้งทำให้การจ้องมองภาพในระยะใกล้ไม่ชัด นอกจากนี้ยังมีภาวะกล้ามเนื้อรอบดวงตาท่อนซึ่งมีผลทำให้รูเปิดที่หน้าตาไม่แนบกับลูกตา ส่งผลให้การระบายน้ำตาไม่ดีและเกิดภาวะน้ำตาคลอหรือน้ำตาไหลผิดปกติได้และหากไม่ได้รับการดูแลรักษาที่ถูกต้องเหมาะสม บุคคลนั้นจะมีภาวะตามัวมากขึ้นเรื่อยๆจนกระทั่งตามองไม่เห็นไม่สามารถช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวันต่างๆ ได้ต้องพึ่งพาผู้อื่น เป็นภาระในการดูแลของครอบครัว เป็นต้น ^[1] คณะผู้วิจัยเล็งเห็นถึงความสำคัญปัญหาการมองเห็นในผู้สูงอายุ จึงได้มีการศึกษาประสิทธิผลของการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นในผู้สูงอายุที่มีปัญหาตาพร่ามัวขึ้น เพื่อผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

อาการตาพร่ามัวในทางการแพทย์แผนไทยเป็นอาการธาตุลมและธาตุไฟกำเริบขึ้น ดังนั้นยาพอกเย็นจึงถูกใช้เพื่อลดการกำเริบของธาตุลมและธาตุไฟ^[2] การใช้ความเย็น ซึ่งจะช่วยทำให้เส้นเลือดหดตัว การไหลเวียนของเลือดลดลง สามารถลดอาการบวม อาการเคืองตัวของกล้ามเนื้อและลดระดับความปวดได้ในระดับหนึ่ง^[3]

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นในผู้สูงอายุที่มีปัญหาตาพร่ามัว
2. เพื่อศึกษาผลของอาการร่วมทางสายตา ได้แก่ อาการตาพร่ามัว อาการแสบตา น้ำตาไหล ปวดหัวตาและการมีขี้ตาหลังการพอกยาสมุนไพรฤทธิ์เย็น

คำถามในการวิจัย

การพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นสามารถลดอาการตาพร่ามัวในผู้สูงอายุได้หรือไม่?

ขอบเขตการวิจัย

1. ด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ผู้สูงอายุหมู่ 5 ตำบลดงมะเดะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงรายจำนวน 300 คน (ปี2566) ซึ่งผู้วิจัยได้คำนวณกลุ่มตัวอย่าง ได้จำนวน 30 คนที่มีปัญหาตาพร่ามัว ใช้วิธีแบบเฉพาะเจาะจง

2. ด้านเนื้อหา

1. ผู้วิจัยประสานขอความร่วมมือไปยังชมรมผู้สูงอายุ หมู่ 5 ตำบลดงมะเดะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงราย

2. ชี้แจงวัตถุประสงค์ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง การใช้เครื่องมือ และขั้นตอนในการดำเนินการทดลองขอความยินยอมและขออนุญาตเก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง

3. ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด จำนวน 30 คน พอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นระยะเวลา 15 นาที โดยกำหนดให้กลุ่มตัวอย่างมารับบริการพอกตา สัปดาห์ละ 2 วัน ติดต่อกันเป็นจำนวน 10 ครั้งและวัดผลด้วยการทดสอบสายตา Snellen chart และการตอบแบบสอบถามอาการทางสายตา 5 อาการก่อน-หลัง การรับบริการในแต่ละครั้ง

4. ชักประวัติ ตรวจร่างกาย ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามก่อนทำการวิจัย วัดระดับค่า Vital sign ตรวจร่างกายก่อนทำการวิจัย ประเมิน Snellen chart

5. ให้กลุ่มตัวอย่างทำการพอกตาทั้ง 2 ข้าง ทั้งไว้ 15 นาที ในระหว่างนั้นสังเกตและสอบถามผลข้างเคียงขณะพอกตา จากนั้นเช็ดตาผู้ป่วยด้วย Normal Salineและประเมินระดับการมองเห็น Snellen chart

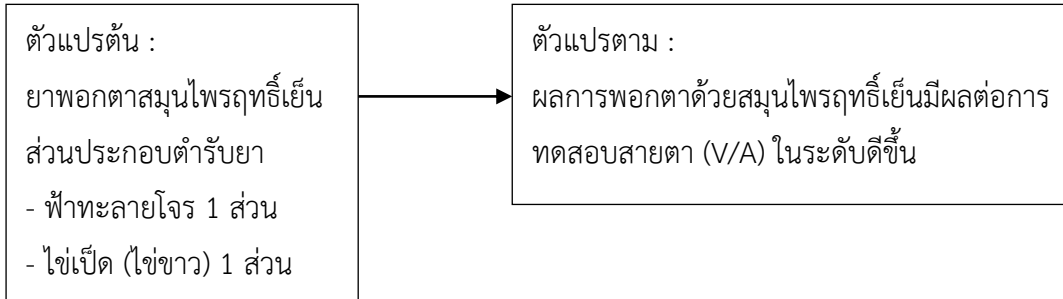
3. ด้านเวลา

ระยะเวลาระหว่างเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2566 ถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ.2566

4. ด้านสถานที่

ศูนย์มิตรภาพบำบัด หมู่ 5 ตำบลดงมะเดะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงราย

กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีการวิจัย

1. ประชากรและการสุ่มตัวอย่าง

ผู้สูงอายุหมู่ 5 ตำบลดงมะเดะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงรายจำนวน 300 คน (ปี2566) ซึ่งผู้วิจัยได้ คำนวณกลุ่มตัวอย่าง ได้จำนวน 30 คนที่มีปัญหาตาพร่ามัว โดยใช้วิธีแบบเฉพาะเจาะจง ซึ่งมีเกณฑ์การ คัดเลือกดังนี้

เกณฑ์การคัดเข้า ดังนี้

1. ผู้สูงอายุที่มีปัญหาสายตาพร่ามัว
2. ผู้ที่มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ สามารถพูด ฟังและเข้าใจภาษาไทยได้ดี
3. ผู้ที่ยินดีให้ความร่วมมือ

เกณฑ์การคัดออก ดังนี้

1. ผู้ที่มีแผลเปิดบริเวณรอบดวงตา
2. ผู้ที่มีอาการไม่พึงประสงค์ขณะทำการทดลอง เช่น มีผื่นคัน ปากบวม ตาบวม หน้าบวม
3. ผู้สูงอายุที่มีปัญหาสายตา เช่น ต้อกระจก ต้อลม และต้อหิน

เกณฑ์การยุติการศึกษา ดังนี้

1. ผู้เข้าร่วมแล้วเกิดอาการผิดปกติ เช่น มีผื่นคันระหว่างการทำพอกตา
2. ผู้เข้าร่วมแล้วมีความประสงค์ขอยุติการพอกตา แต่เมื่อมีกรณีการยุติแล้ว ผู้วิจัยจะนำกลุ่มตัวอย่าง ใหม่มาใช้ในการวิเคราะห์แทนผู้เข้าร่วมที่ขอยุติการเข้าร่วมโครงการวิจัย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. แผ่นทดสอบสายตา Snellen chart
2. แบบสอบถามอาการร่วมทางสายตา 5 อาการ ได้แก่ ลักษณะขี้ตา อาการแสบตา น้ำตาไหล การมองเห็นไม่ชัดเจนและอาการปวดหัวตา

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

กิจกรรมที่ 1 เก็บรวบรวมข้อมูลส่วนบุคคลและติดตามผลการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็น ครั้งที่ 1 สอบถามอาการก่อนและหลังการพอกตา และอาการไม่พึงประสงค์ ครั้งที่ 1 ถึง ครั้งที่ 10

กิจกรรมที่ 2 การประเมินประสิทธิผลของการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็น ก่อนและหลังการพอกตา

กิจกรรมที่ 3 การประเมินอาการร่วมทางสายตา 5 อาการก่อนและหลังการพอกตา

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้โปรแกรมทางสถิติ กำหนดให้ค่า p-value <.05 ถือว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics)
2. ใช้คำนวณความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อแสดงลักษณะข้อมูลทั่วไปของประชากร ตัวอย่าง
3. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ The Wilcoxon Signed-Ranks Test ในการเปรียบเทียบการมองเห็นตาซ้าย และตาขวา ก่อนและหลังการทดลอง

ผลการวิจัย

ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n = 30)	ร้อยละ (100 %)
เพศ		
ชาย	11	36.7
หญิง	19	63.3
อายุ (ปี)		
≤60 ปี	5	16.67
61 ปีขึ้นไป	25	83.33

จากตารางที่ 1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มีจำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 63.3 กลุ่มอายุของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่คือ อายุระหว่าง 61 ปีขึ้นไป จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 83.33

ตารางที่ 2 ร้อยละของแสดงอาการร่วมทางสายตา ก่อน-หลังการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นในผู้สูงอายุที่มีปัญหาตาพร่ามัว

อาการแสดงร่วมทางสายตา	ก่อนการพอกตา (ร้อยละ)	หลังการพอกตา (ร้อยละ)
ลักษณะขี้ตา		
ไม่มีขี้ตา	11(36.7)	15(50.0)
มีขี้ตา	19(63.3)	15(50.0)
ลักษณะน้ำตา		
ไม่มีน้ำตา	8(26.70)	28(93.3)
มีน้ำตา	22(73.3)	2(6.7)
ลักษณะอาการปวดหัวตา		
ไม่มีอาการปวดหัวตา	22(73.3)	30(100)
มีอาการปวดหัวตา	8(26.7)	0(0)
ลักษณะการมองเห็น		
มองเห็นภาพชัด	0(0)	20(66.7)
มองเห็นภาพไม่ชัด	30(100)	10(33.3)
ลักษณะอาการแสบตา		
ไม่แสบตา	14(46.7)	30(0)
แสบตา	16(53.3)	0(0)

จากตารางที่ 2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีขี้ตาลดลงหลังการพอกตา จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 50 และยังมีขี้ตาหลังการพอกตา จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 50, กลุ่มตัวอย่างไม่มีน้ำไหลหลังการพอกตา จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 93.3 และยังมีอาการน้ำไหลหลังการพอกตา จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 6.7 , กลุ่มตัวอย่างไม่มีอาการปวดหัวตาหลังการพอกตา จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 100 , กลุ่มตัวอย่างมองเห็นภาพชัดขึ้นหลังการพอกตา จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 66.7 , มองเห็นภาพไม่ชัดหลังการพอกตา จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3 และกลุ่มตัวอย่างไม่มีอาการแสบตาหลังการพอกตา จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 100

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบการมองเห็นตาข้างซ้ายและข้างขวาก่อนและหลังการทดลอง (Wilcoxon Signed Rank Test)

เปรียบเทียบ การมองเห็น	ค่าเฉลี่ยการมองเห็น ก่อนการทดลอง	ค่าเฉลี่ยการมองเห็น หลังการทดลอง	P-value
ตาซ้าย	65.33	45.67	0.000*
ตาขวา	61.67	43.00	0.000*

*P-value < 0.05 แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากตารางที่ 3 เปรียบเทียบระดับการมองเห็น ก่อน-หลังการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นในผู้สูงอายุที่มีปัญหาตาพร่ามัว พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P\text{-value}<0.05$)

สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มีจำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 63.3 และมีอายุระหว่าง 61 ปีขึ้นไป จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 83.33 การเปรียบเทียบอาการร่วมทางสายตา ก่อน-หลังการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นในผู้สูงอายุที่มีปัญหาตาพร่ามัว พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีขี้ตาลดลงหลังการพอกตา จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 50 และยังมีขี้ตาหลังการพอกตา จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 50, กลุ่มตัวอย่างไม่มีน้ำไหลหลังการพอกตา จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 93.3 และยังมีอาการน้ำไหลหลังการพอกตา จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 6.7 , กลุ่มตัวอย่างไม่มีอาการปวดหัวตาหลังการพอกตา จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 100 , กลุ่มตัวอย่างมองเห็นภาพชัดขึ้นหลังการพอกตา จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 66.7 ,มองเห็นภาพไม่ชัดหลังการพอกตา จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3 และกลุ่มตัวอย่างไม่มีอาการแสบตาหลังการพอกตา จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 100 และการเปรียบเทียบระดับการมองเห็น ก่อน-หลังการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นในผู้สูงอายุที่มีปัญหาตาพร่ามัว พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P\text{-value}<0.05$)

อภิปรายผลการวิจัย

ประสิทธิผลการพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นในผู้สูงอายุที่มีปัญหาตาพร่ามัว หมู่ 5 ตำบลดงมะเดะ อำเภอมะนัง จังหวัดเชียงราย สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงระดับการมองเห็นและอาการตาพร่ามัวของกลุ่มตัวอย่างมักเกิดอาการร่วมทางสายตา ได้แก่ มีขี้ตา อาการแสบตา น้ำตาไหล การมองเห็นไม่ชัดและอาการปวดหัวตา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของชลาชัย โชคดีศรีจันทร์และคณะ ที่ได้กล่าวไว้ว่าการใช้ยาสมุนไพรฤทธิ์เย็นพอกตาช่วยลดอาการร่วมทางสายตาและมีประสิทธิผลมากกว่าแค่การลดอาการปวดตาอย่าง เช่นการมองเห็นที่ชัดขึ้น

ข้อเสนอแนะการวิจัย

ข้อเสนอในการนำไปใช้ประโยชน์

1. มีการนำสูตรยาพอกตาด้วยสมุนไพรฤทธิ์เย็นไปใช้ในกลุ่มผู้ป่วยที่มีอาการปวดศีรษะปวดกระบอกตา อาการตาล้าจากการทำงาน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีแบบประเมินความพึงพอใจหลังการพอกตา
2. ควรมีการเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา
3. หาความสัมพันธ์และศึกษาอาการร่วมอื่นๆ

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณผู้อำนวยการโรงพยาบาลแม่ลาว เจ้าหน้าที่กลุ่มงานแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ผู้ใหญ่บ้านหมู่ 5 ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ 5 ตำบลดงมะตะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงราย และที่ให้ความร่วมมือให้งานวิจัยลุล่วงไปได้ด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

1. ปิยาณีน นคร, ศิริพันธุ์สาส์ตย์, และประนอม รอดคำดี. การพัฒนาระบบการดูแลผู้ป่วยต่อกระดูกแบบครบวงจรโรงพยาบาลเซกา. วารสารโรงพยาบาลนครพนม 2560;4:71-85.
2. ยูวดี กองมี. ประสิทธิภาพของการบำบัดด้วยวิธีการเข้ดแตกและพอกยาเย็นต่อการบรรเทาอาการปวดศีรษะในผู้ป่วยไมเกรน เครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอป่าบอน จังหวัดพัทลุง. Health Science Journal of Thailand 2563;3(2):39-47
3. ชลาลัย โชคดีศรีจันทร์, ปัทสรา สังข์สุข, ณิชฎฐพิชชา คุณสันติพงษ์,ปาริฉัตร วิชัย, ปัญญาพล หนูแม้ม, รัตนาภรณ์ กานกายนต์, และคณะ.(2562). การเปรียบเทียบประสิทธิผลยาพอกตาระหว่างสูตรยาฟ้าทะลายโจรเดี่ยวและสูตรตำรับในผู้ป่วยที่มีอาการปวดกระบอกตา[เอกสารนำเสนอในที่ประชุม]. การประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 3 “GRADUATE SCHOOL CONFERENCE 2019”, มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์.
4. แก่นแก้ว นาวาบุญนิยม.(2562). ผลของการพอกสมุนไพรฤทธิ์เย็นต่ออาการปวดเข่าของผู้สูงอายุในเขตเทศบาล ตำบลดอนตาน อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหาร, สืบค้นเมื่อวันที่ 21 กรกฎาคม 2566,จาก<https://he01.tci-thaijo.org/index.php/JHR/article/view/18346>
5. บดินทร์ ชატะเวที.(2565). อาการตาอักเสบได้ด้วยสมุนไพร, สืบค้นเมื่อวันที่ 21 กรกฎาคม 2566,จาก <https://www.ttmed.psu.ac.th/th/blog/299>