

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาผลของการนวดแผนไทยต่อการปวดข้อในผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม กลุ่มตัวอย่างคือผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมที่มารับการตรวจรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลเชิงดาว และได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม จำนวน 30 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้แบบประเมินการปวดข้อ ซึ่งเป็นมาตรวัดความเจ็บปวดและความทุกข์ทรมานของจอห์นสัน (1974 อ้างในอุไร นิโรธนันท์, 2539) แปลและเรียบเรียงโดยอุไร นิโรธนันท์ และเพ็ญศรี ระเบียบ (2539) ใช้เฉพาะมาตรวัดความเจ็บปวด ส่วนที่ 1 ซึ่งได้รับการยอมรับว่ามีความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่นในงานวิจัยที่ผ่านมา ผู้วิจัยทดสอบความเชื่อมั่นและประสิทธิภาพของการนวดแผนไทยของตนเอง โดยทดลองนวดกับผู้เชี่ยวชาญทางการนวดแผนไทยจำนวน 3 ท่านแล้วนำมาคำนวณหาความเชื่อมั่น ในการประมาณค่าความเท่าเทียมกันในการตัดสินใจของผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งได้ค่าเท่ากับ 1

ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยครั้งแรกจะสัมภาษณ์และบันทึกข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม และให้ประเมินอาการปวดข้อ ในกลุ่มทดลอง ผู้วิจัยให้การนวดแผนไทยเป็นเวลา 30 นาทีที่บ้านวันเว้นวันติดต่อกันรวม 4 ครั้งและให้ทำแบบประเมินอาการปวดข้อก่อนและหลังสิ้นสุดการนวดแผนไทยทุกครั้ง สำหรับกลุ่มควบคุมผู้วิจัยติดตามเยี่ยมที่บ้านวันเว้นวันติดต่อกันรวม 4 ครั้ง ในแต่ละครั้งผู้วิจัยให้การพูดคุยทั่วไปทุกครั้ง และให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินอาการปวดข้อ ก่อนและหลังสิ้นสุดการพูดคุยทั่วไปทุกครั้ง

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติทดสอบพรีคแมนในการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยอันดับของคะแนนปวดข้อของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมระหว่างการวัดครั้งที่ 1 ครั้งที่ 2 ครั้งที่ 3 ครั้งที่ 4 และครั้งที่ 5 โดยเป็นการวัดซ้ำในตัวอย่างเดิม ส่วนการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยอันดับของผลต่างคะแนนปวดข้อ ของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ในการวัดครั้งที่ 1 ครั้งที่ 2 ครั้งที่ 3 ครั้งที่ 4 และครั้งที่ 5 ใช้สถิติทดสอบ แมน-วิทนียู

#### ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ภายหลังจากได้รับการนวดแผนไทยมีการปวดข้อลดลงมากกว่า ก่อนได้รับการนวดแผนไทย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ )

2. ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม กลุ่มที่ได้รับการนวดแผนไทยมีการปวดข้อลดลงมากกว่า กลุ่มที่ไม่ได้รับการนวดแผนไทยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ )

#### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล ผลการศึกษาใช้เป็นแนวทางสำหรับพยาบาลในการช่วยเหลือ ในการบรรเทาอาการปวดข้อ โดยวิธีการนวดแผนไทย ซึ่งเป็นการส่งเสริมบทบาทอิสระของพยาบาล สามารถนำไปใช้ร่วมกับการรักษาของแพทย์ในการดูแลผู้ป่วยสูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม เป็นการส่งเสริม การดูแลแบบพึ่งตัวเองของผู้มารับบริการ และสามารถสอนญาติเพื่อบรรเทาอาการปวดข้อให้กับผู้สูงอายุ โดยให้มีการฝึกการนวดให้ถูกต้องก่อนไปดูแลผู้ป่วย

2. ด้านการศึกษาพยาบาล เป็นแนวทางในการให้ความรู้ในการดูแลแบบผสมผสาน (complementary care) สำหรับนักศึกษาทุกระดับ

3. ด้านการศึกษาวิจัย เพื่อเป็นข้อมูลในการศึกษาวิจัยทางการพยาบาล สำหรับผู้ที่สนใจ จะศึกษาการนวดแผนไทยในการบรรเทาปวดในอวัยวะอื่นๆหรือในผู้ป่วยทางโครงร่าง และกล้ามเนื้อต่อไป

#### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่ เพื่อให้ได้ผลการศึกษาที่สามารถนำไปใช้ได้ อย่างกว้างขวาง

2. ควรมีการศึกษาการใช้การนวดแผนไทยเพื่อการรักษาแบบผสมผสาน ในการบรรเทา อาการปวดในอวัยวะอื่นๆหรือในผู้ป่วยทางโครงร่างและกล้ามเนื้อ เพื่อเป็นการยืนยันประโยชน์ และผลของการนวดแผนไทยเพื่อการรักษาแบบผสมผสานในชีวิตประจำวันได้อย่างกว้างขวางยิ่งขึ้น