

กรณีศึกษา : นวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าต่อระดับน้ำตาลในเลือดและอาการเท้าชาของผู้ป่วยเบาหวานในชุมชน

CASE STUDY : EFFECT OF FOOT REFLEXOLOGY ON BLOOD SUGAR AND PERIPHERAL NEUROPATHY IN DIABETIC PATIENTS

พรอุมา โอฬารฤทธิรัตน์ 4937546 RACN/M

พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ลดาวัลย์ นิธิโรจน์, พย.ด., ประคอง อินทรสมบัติ, ค.ม.(การบริหารการพยาบาล), สุจินดา จารุพัฒน์ มารู โอ, Ph.D.(Life Science and Human Technology)

#### บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นแบบกรณีศึกษา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ผลการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าต่อระดับน้ำตาลในเลือด อาการเท้าชาของผู้ป่วยเบาหวาน และศึกษาสุขภาพองค์รวมด้าน กาย จิต สังคม ของผู้ป่วยเบาหวานในเรื่องพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาล การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การใช้ยา การจัดการความเครียด การป้องกันภาวะแทรกซ้อน ต่อการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า โดยนำกรอบแนวคิด Psychoneuroimmunology มาประยุกต์แนวคิดแบบผสมผสานการแพทย์แผนตะวันตกและการแพทย์แผนตะวันออกร่วมกันอธิบายความเครียดที่เกิดในบุคคลต่อผลของการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าและการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของบุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคม โดยศึกษาในกรณีศึกษาจำนวน 5 ราย เป็นผู้ป่วยเบาหวานที่ได้รับการตรวจรักษาในคลินิกผู้ป่วยเรื้อรังในสถานอนามัยตำบลโคกแย้ อ.หนองแค จ.สระบุรี ระหว่างเดือนตุลาคม 2551 ถึง กุมภาพันธ์ 2552 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าและการสัมภาษณ์เชิงลึกนำข้อมูลมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการศึกษา พบว่าผู้ป่วยเบาหวานภายหลังได้รับการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าสามารถลดระดับน้ำตาลในเลือดและอาการเท้าชาได้ สุขภาพองค์รวมด้าน กาย จิต สังคมพบว่าผู้ป่วยรู้สึกได้ถึงการผ่อนคลายและลดความเครียดลงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านสรีรวิทยา ชีวเคมีของร่างกายการทำงานของอวัยวะต่างๆ ปรับลดเข้าสู่ภาวะสมดุล และยังเป็นการเพิ่มสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ป่วยและพยาบาลทำให้ผู้ป่วยรู้สึกได้ถึง ความห่วงใยและมีคุณค่าที่มีผู้ดูแลใส่ใจ เกิดภาวะของการดูแลได้ครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคม นำไปสู่การดูแลแบบองค์รวม สำหรับปัญหาและอุปสรรคในการศึกษา ได้แก่ การควบคุมอาหารของผู้ป่วย ข้อจำกัดของเวลา สถานที่ พฤติกรรมการบริโภค การออกกำลังกาย ความเครียด และการใช้ยา ผลการศึกษานี้มีข้อเสนอแนะ ควรทำการศึกษาต่อเนื่องในระยะยาวของการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า และเพิ่มเติมการศึกษาโดยการทำการวิจัยเชิงทดลองแบบแบ่งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองเพื่อควบคุมตัวแปรเพื่อให้ได้ข้อสรุปที่ชัดเจนถึง ผลการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าต่อระดับน้ำตาลในเลือดและอาการเท้าชา โดยยึดแนวคิดและหลักการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า เพื่อขยายผลทางการศึกษาและนำไปใช้อ้างอิงได้กว้างขวางยิ่งขึ้น

คำสำคัญ : การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า / เบาหวาน / อาการเท้าชาในผู้ป่วยเบาหวาน / การแพทย์ทางเลือก/การพยาบาลแบบผสมผสาน

CASE STUDY : EFFECT OF FOOT REFLEXOLOGY ON BLOOD SUGAR AND PERIPHERAL NEUROPATHY IN DIABETIC PATIENTS.

PORN-UMA ORANRITTINUN 4937546 RACN/M

M.N.S. (COMMUNITY HEALTH NURSE PRACTITIONER)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE : LADAVAL NICHAROJANA,D.N.S, PRAKONG INTARASOMBAT,M.Ed.(NURSING ADM.), SUCHINDA JARUPAT MARUO, Ph.D.(LIFE SCIENCE AND HUMAN TECHNOLOGY)

#### ABSTRACT

This case study research aimed to study the effect of foot reflexology intervention on blood sugar level and peripheral neuropathy in diabetic patients and to study holistic health status in physical, psychological, and social aspects of diabetic patients in terms of blood sugar level control behavior, nutrition, exercise, medication, and stress management in relation to the effects of foot reflexology. The psychoneuroimmunology conceptual framework was adapted with the complementary medicine concept. This is a mixture of western conventional medicine and eastern traditional medicine which tries to explain the effect of foot reflexology on stress level as well as physical, psychological, and spiritual change of a person. There were 5 case studies who attended the chronic disease clinic at Khokya sub-district health station, Nongkhae district, Saraburi province from December, 2008 to February, 2009. Data collection was carried out by means of a foot reflexology program and in-depth interview. Data was analyzed by content analysis.

The study revealed that after foot reflexology massage blood sugar level and peripheral neuropathy numbness were reduced. As to holistic health status, the case studies were more relaxed after massage more relax and stress was reduced leading to physiological and biochemical change of various organs which regulate toward homeostasis. In addition, foot reflexology enhanced the relationship between nurse and patient. Patients could perceive a pleasant feeling from a nurse touching with full good intention and care. Thus nursing care can cover physical, psychological and social aspects and lead to holistic health care. The problems and barrier in this study were dietary control, the limitations of time and place, consumption behavior, exercise, stress, and medication. The recommendations from this study are that continuous-long term study of the effect of foot reflexology should be carried out; an experimental group and controlled group comparison study should be carried out to yield clearer results on the effect of foot reflexology on blood sugar level and peripheral neuropathy numbness.

KEY WORDS : ALTERNATIVE MEDICINE / COMPLEMENTARY MEDICINE / DIABETES MELLITUS / FOOT REFLEXOLOGY MASSAGE / PERRIPHERAL NEUROPATHY IN DIABETIC PATIENT

144 pages