

ผลของการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าต่อระดับน้ำตาลในเลือดและอาการชาของผู้ที่เป็นเบาหวานชนิดที่ 2
EFFECT OF FOOT REFLEXOLOGY ON BLOOD SUGAR AND NUMBNESS OF PERSONS
WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS

ยมพร ศักดานุภาพ 5137536 RACN / M

พย. ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: ทศวิทย์ นิษโรจน์, พย.ค., นพวรรณ เปี้ยชื่อ Ph.D.(Nursing)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบทดลอง เพื่อศึกษาผลของการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าต่อระดับน้ำตาลในเลือดและอาการชาของผู้ที่เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 โดยประยุกต์ตามแนวคิดการดูแลแบบผสมผสาน กลุ่มตัวอย่างได้แก่ ผู้ที่เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการตรวจรักษาแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลบ่อพลอย จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างเดือนพฤศจิกายน ถึงเดือนธันวาคม 2552 จำนวน 30 ราย คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์คัดเข้า และสุ่มแบบง่าย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ได้รับการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า 15 ราย และกลุ่มควบคุมที่ได้รับการนวดเลียนแบบ 15 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า เครื่องมือในการตรวจอาการชาเท้า เครื่องตรวจระดับน้ำตาลในเลือด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ independent t-test และ paired samples t-test

ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยของระดับน้ำตาลในเลือดหลังนวดทันทีและหลังนวด 14 วันในกลุ่มทดลอง น้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$ และ $p < .001$ ตามลำดับ) และมี ค่าเฉลี่ยของอาการชา หลังนวดทันที และหลังนวด 14 วันในกลุ่มทดลอง น้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) และพบว่า ค่าเฉลี่ยของระดับน้ำตาลในเลือดและค่าเฉลี่ยอาการชาของกลุ่มทดลอง หลังนวดทันที และหลังนวด 14 วัน น้อยกว่าก่อนนวดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

ผลการศึกษาพบว่า การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าสามารถลดระดับน้ำตาลในเลือดและอาการชาได้ สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการพยาบาลในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน เพื่อส่งเสริมการดูแลแบบองค์รวม โดยใช้ภูมิปัญญาตะวันออกเข้ามาผสมผสานในการดูแลสุขภาพ เพื่อใช้เป็นทางเลือกหนึ่งในการบำบัดเสริมทางพยาบาลต่อไป

คำสำคัญ : การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า/ เบาหวาน/ อาการเท้าชา/ การบำบัดเสริมและการแพทย์ทางเลือก

EFFECT OF FOOT REFLEXOLOGY ON BLOOD SUGAR AND NUMBNESS OF PERSONS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS

YOMPORN SAKDANUPAB 5137536 RACN / M

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

THESIS ADVISORY COMMITTEE: LADAVAL NICHÁROJANA, D.N.S.,
NOPPAWAN PIASEU, Ph.D. (Nursing)

ABSTRACT

This study is experimental research using a pretest-posttest comparison. The objective of this study was to find the effects of foot reflexology on blood sugar and numbness of persons with type 2 diabetes mellitus based on a complementary therapy framework. The subjects were persons with diabetes mellitus type 2, from the diabetic clinic, Bophoi Hospital, Kanchanaburi, Thailand, who attended between November-December 2009, and were selected by screening and simple random sampling. 30 persons were divided into a foot reflexology treatment group and a mimicked foot reflexology group or control group, with 15 persons in each group. The research instruments are foot reflexology, and an instrument for evaluating foot numbness and blood sugar level. The data were analyzed by using statistics regarding frequency, percentage, independent t-test and paired sample t-test.

The study showed that the persons with diabetes in the experiment group had an average blood sugar level lower than the control group both immediately and 14 days after treatment, with a statistical significance of $p < .05$ and $p < .001$. Additionally, there was less numbness immediately and 14 days after treatment in the experimental group as compared to the control group, with a statistical significance of $p < .001$. The diabetic experiment group had a lower average blood sugar level and less numbness following foot reflexology immediately and 14 days after treatment, with a statistical significance of $p < .001$.

According to the research, reflexology can decrease the level of blood sugar and numbness and can be developed as a complementary nursing integrate with modern medicine in diabetic patients for fulfil holistic care.

KEY WORDS: FOOT REFLEXOLOGY / DIABETES MELLITUS / NUMBNESS /
COMPLEMENTARY AND ALTERNATIVE MEDICINE