

หัวข้อสารนิพนธ์	การศึกษาประสิทธิผลของการใช้ซินไบโอติกชนิดแคปซูลในการบรรเทาอาการท้องผูกของกลุ่มประชากรในชุมชนหนองจอก
ชื่อผู้เขียน	กัญชัญญา ดิมิชัย
อาจารย์ที่ปรึกษา	อาจารย์ ดร.พัฒนา เต็งอำนวย
สาขาวิชา	วิทยาการชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ
ปีการศึกษา	2558

บทคัดย่อ

ซินไบโอติกเป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการบรรเทาอาการท้องผูก รวมไปถึงอาการที่ไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นร่วมด้วย ในการวิจัยครั้งนี้ จึงมุ่งเน้นทำการศึกษาประสิทธิผลของซินไบโอติกชนิดแคปซูลที่ประกอบไปด้วย *Bifidobacterium animalis subsp. lactis* BB12, *Bifidobacterium longum*, *Lactobacillus acidophilus*, *Lactobacillus paracasei* และ *Streptococcus thermophilus* ที่ผสมอยู่กับ Fructooligosaccharides (FOS) อินนูลินและไฟเบอร์ เพื่อช่วยให้อาการท้องผูกดีขึ้น โดยผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งหมด 20 คน ที่ผ่านการคัดกรองจาก Roma III criteria จะถูกสุ่มเพื่อแบ่งออกเป็นกลุ่มควบคุมที่ได้รับยาหลอก (placebo) และกลุ่มทดลองที่ได้รับซินไบโอติกชนิดแคปซูล โดยทั้งสองกลุ่มจะรับประทานยาวันละ 2 แคปซูล เป็นเวลา 7 วันต่อเนื่อง ทำการบันทึกผลก่อนและหลังการได้รับยาโดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่าเมื่อสิ้นสุดโครงการ กลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยของอาการท้องผูก รวมไปถึงอาการที่ไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นใกล้เคียงกับกลุ่มควบคุม อย่างไรก็ตามพบความแตกต่างของกลุ่มอาการปวดท้องร่วมกับท้องผูก ในกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับยา พบว่าหลังจากที่กลุ่มทดลองได้รับซินไบโอติกชนิดแคปซูล มีอาการลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลองก่อนได้รับซินไบโอติกชนิดแคปซูล แสดงว่าซินไบโอติกมีส่วนช่วยในการบรรเทาอาการปวดท้องร่วมกับท้องผูกได้ การวิจัยครั้งนี้สามารถบอกได้ว่าซินไบโอติกมีส่วนช่วยในการบรรเทาอาการท้องผูกที่มีการปวดท้องร่วมด้วย หากมีการวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับประสิทธิผลของซินไบโอติก ในอนาคต ซินไบโอติกน่าจะเป็นทางเลือกที่ดีในการบรรเทาอาการท้องผูกให้ดีขึ้นได้