

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



242993

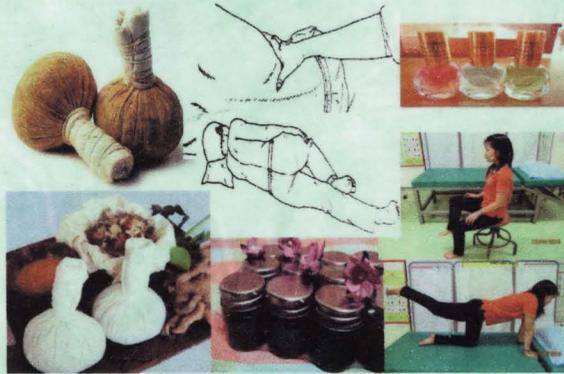


รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

เรื่อง

การผสมผสานความรู้ทางภูมิปัญญาท้องถิ่นและการแพทย์แผนปัจจุบัน
(การออกกำลังกายอย่างจำเพาะ) ในการดูแล้วยแรงงานสิ่งทอที่มีอาการปวดหลัง
: กรณีศึกษาในโรงงานแหอวน จังหวัดขอนแก่น.

Integration of local wisdom and modern medicine (specific exercise) in management of back
pain in textile occupation: a study of Hae Uun industry in Khon Kaen.



โดย

รศ. ดร. รุ่งทิพย์ พันธุมธากุล รศ. ดร. วิชัย อิงทินิจพงศ์

ผศ. ดร. พรรณี ปิงสุวรรณ ผศ.ภาณี อุทธิ่มาก และรศ. อรุณ จิรวัดน์กุล (ที่ปรึกษาโครงการ)

สายวิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ภาควิชาอนามัยและสิ่งแวดล้อม คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยประเภทโครงการสนับสนุนการวิจัยขยายผลสู่การปฏิบัติ

และพัฒนาต่อยอดงานวิจัยและสิ่งประดิษฐ์

ประจำปี 2553

จาก สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgements)

ทางคณะผู้วิจัยขอขอบคุณสำนักงานคณะกรรมการการวิจัยแห่งชาติ (วช.) เป็นอย่างยิ่ง ที่ได้ให้
ทุนอุดหนุนการวิจัยประเภทสนับสนุนการวิจัยขยายผลสู่การปฏิบัติและพัฒนาต่อยอดงานวิจัยและพัฒนา
สิ่งประดิษฐ์ เพื่อให้ดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ และขอขอบคุณคณะกรรมการผู้ตรวจประเมินที่ได้ให้คำแนะนำ
ที่ดีสำหรับคณะผู้วิจัย จน โครงการวิจัยนี้สามารถดำเนินการวิจัยได้สำเร็จตามที่ตั้งเป้าหมายไว้

ขอขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่งค่ะ

คณะผู้วิจัย



อาการปวดหลังส่วนล่างเป็นปัญหาที่พบได้บ่อยในกลุ่มวัยแรงงานทั่วไป โดยเฉพาะในผู้ที่ประกอบอาชีพในโรงงานอุตสาหกรรม อาการปวดหลังสามารถทำให้ผู้ป่วยบางรายพิการได้ในที่สุด จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าแรงงานในโรงงานอุตสาหกรรมสิ่งทอรายงานว่ามีอาการปวดหลังอย่างน้อยครั้งหนึ่งในชีวิต นอกจากนี้ยังมีรายงานว่าอาการปวดหลังทำให้ต้องหยุดงานมากถึงร้อยละ 27.5 ซึ่งถือว่าเป็นอัตราที่ค่อนข้างสูงทีเดียว ดังนั้นคณะผู้วิจัยจึงสนใจในการผสมผสานความรู้ของภูมิปัญญาท้องถิ่นและการแพทย์แผนปัจจุบันเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหของอาการปวดหลังในกลุ่มแรงงานสิ่งทอ วัตถุประสงค์ของการศึกษาคครั้งนี้ เพื่อศึกษาถึงผลของภูมิปัญญาท้องถิ่นและความรู้ทางการแพทย์แผนปัจจุบัน (การออกกำลังกายอย่างจำเพาะ) ในการดูแลโรคปวดหลังและศึกษาถึงความแตกต่างของการมีและไม่มีขั้นตอนของการกระตุ้นในการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและความรู้ทางการแพทย์แผนปัจจุบัน (การออกกำลังกายอย่างจำเพาะ) ในการดูแลโรคปวดหลัง ในกลุ่มแรงงานแหวน จังหวัดขอนแก่น แรงงานแหวนที่มีอาการปวดหลังจำนวน 122 คน ได้เข้าร่วมในการศึกษาคครั้งนี้ โดยการสุ่มแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มๆ ละ 61 คน กลุ่มที่ 1 ได้รับความรู้และฝึกฝนเพียงครั้งแรกเท่านั้น ส่วนกลุ่มที่ 2 ได้รับการกระตุ้นทุกเดือน ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ใช้ในการดูแลอาการปวดหลังได้แก่ นวดไทย ลูกประคบสมุนไพร และยาหม่องน้ำ ซึ่งใช้ร่วมกับการแพทย์แผนปัจจุบันซึ่งได้แก่ การออกกำลังกายแบบจำเพาะ ความรู้ในการดูแลอาการปวดหลัง กลุ่มที่ได้รับการกระตุ้นได้ถูกกระตุ้นทุกเดือนเป็นเวลา 4 เดือน โดยมีผู้เชี่ยวชาญคอยแนะนำ ในการศึกษาคครั้งนี้มีตัวชี้วัดได้แก่ ระดับความรู้สึกปวด (visual analogue scale) แบบสอบถาม Roland-Morris Disability Questionnaire ความสามารถในการทำกิจกรรมประจำวันประเมินโดยใช้ 6MWT และความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อหลังและกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง (Sit & Reach Test) ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มที่ได้รับการกระตุ้นทุกเดือนมีอาการดีขึ้นมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการกระตุ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทุกตัวชี้วัด (VAS, Roland-Morris Disability Questionnaire, 6MWT และ Sit & Reach Test) (p -value < 0.001 ทุกตัวชี้วัด) สรุปว่าได้รับการกระตุ้นอย่างสม่ำเสมอ สามารถแก้ไขอาการปวดหลังได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และเทคโนโลยีนี้จะถูกนำไปถ่ายทอดสู่กลุ่มเป้าหมายอื่นๆ ที่มีลักษณะงานใกล้เคียงกัน เช่น โรงงานทอผ้า โรงงานตัดเย็บ โรงงานผลิตเครื่องกลการเกษตร หรือชาวนารวมทั้งควรต้องถ่ายทอดเทคโนโลยีขั้นนี้ให้แก่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อให้สามารถนำไปใช้สำหรับดูแลอาการปวดหลังของประชาชนได้ต่อไปอย่างมีประสิทธิภาพ

Low back pain is one of the most common problems that could be found in an working age group, especially in industrial workers. It can make people who suffering from disable eventually in some cases. Previous studies have shown that most of workers in a textile industry experience low back pain once in their life. Additionally, low back pain can cause people feeling discomfort during their working period and deprive people from their work approximately 27.5% which is relatively high prevalence. Therefore, the current study focused on the use of an integration of local wisdom and modern medicine (specific exercise) in management of back pain in textile workers. The aims of the current study were to explore the effect of integration of local wisdom and modern medicine (specific exercise) in management of low back pain in a textile occupation, and to study whether having a process of stimulation would provide significantly different outcomes from not having a process of stimulation. One hundred and twenty two subjects were recruited to participate in the study. Sixty one subjects were randomized into a control group which not having a process of stimulation and other sixty one were in an intervention group which having a process of stimulation. The treatment of local wisdom was composed of Thai massage, herbal ball and water balm, whereas the treatment of modern medicine was composed of a specific exercise and knowledge of back education. The treatment group was stimulated monthly for four months by the expert. Outcome measurements in this study were a VAS (for pain score), Roland-Morris Disability Questionnaire, 6MWT, and Sit and Reach Test. The results revealed that, in the group having a process of stimulation, showed a statistically significant improvement of all outcome measurements than the control group (VAS, Roland-Morris Disability Questionnaire, 6MWT, Sit & Reach Test) (p -value < 0.001 in all outcomes). In conclusion, the integration of local wisdom and modern medicine (specific exercise) for management of low back pain is necessary to have a process of stimulation in order to achieve the significant outcomes.

สารบัญตาราง (List of Table)

เรื่อง	หน้า
ตารางที่ 1 แสดงถึงจำนวนและร้อยละของอาสาสมัครจำนวน 2 กลุ่มๆ ละ 61 คน ในเรื่องของเพศ อายุ ส่วนสูง น้ำหนัก และ BMI	14
ตารางที่ 2 เปรียบเทียบผลของการรักษาอาการปวดหลัง โดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และความรู้ทางการแพทย์แผนปัจจุบัน (การออกกำลังกายอย่างจำเพาะ) ในกลุ่มที่ได้รับการกระตุ้น	16
ตารางที่ 3 เปรียบเทียบผลของการรักษาอาการปวดหลัง โดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และความรู้ทางการแพทย์แผนปัจจุบัน (การออกกำลังกายอย่างจำเพาะ) ในกลุ่มที่ไม่ได้รับการกระตุ้น	17
ตารางที่ 4 เปรียบเทียบผลของการรักษาอาการปวดหลัง โดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและความรู้ทางการแพทย์แผนปัจจุบัน (การออกกำลังกายอย่างจำเพาะ) ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการกระตุ้นและกลุ่มที่ไม่ได้รับการกระตุ้น หลังการกระตุ้นครั้งสุดท้าย (เดือนที่ 4)	18