

ผลของการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าต่ออาการชาและแรงกดที่เท้า
ของผู้เป็นเบาหวานชนิดที่ 2



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ. 2553

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

ผลของการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าต่ออาการชาและแรงกดที่เท้าของผู้เป็นเบาหวานชนิดที่ 2

EFFECT OF FOOT REFLEXOLOGY ON NUMBNESS AND FOOT PRESSURE IN PERSONS WITH TYPE 2 DIABETES

พนิดา ภูโยฤทธิ 5137537 RACN/M

พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : ลดาวัลย์ นิชโรจน์, พย.ค., นพวรรณ เป็ยชื้อ, พย.ค.

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบทดลอง เพื่อศึกษาผลการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าต่ออาการชาและแรงกดที่เท้าของผู้ที่เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 โดยประยุกต์ตามแนวคิดการดูแลแบบผสมผสาน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มารับบริการที่คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลกมลาไสย ระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2552 ถึงเดือนมกราคม 2553 จำนวน 60 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนด และสุ่มแบบง่าย แบ่งเป็นกลุ่ม ทดลองที่ได้รับการนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า 30 ราย และกลุ่มควบคุมที่ได้รับการนวดเลียนแบบ 30 ราย ทั้ง 2 กลุ่มจะได้รับการนวดวันละ 30 นาทีเป็นเวลา 14 วันติดต่อกัน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า เครื่องมือในการตรวจอาการชาเท้า และแรงกดที่เท้า วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ การแจกแจงความถี่, ร้อยละ Independent t-test และ Paired samples t-test

ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยอาการชาหลังการนวด 7 วันและหลังการนวด 14 วันของกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ค่าเฉลี่ยแรงกดที่เท้าหลังการนวด 7 วันและหลังการนวด 14 วันของกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$ และ $p < .001$ ตามลำดับ) ค่าเฉลี่ยอาการชาและค่าเฉลี่ยของแรงกดที่เท้าของกลุ่มทดลอง หลังการนวด 7 วันและหลังการนวด 14 วัน น้อยกว่าก่อนการนวดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) และพบว่าค่าเฉลี่ยระดับน้ำตาลในเลือดหลังการนวด 7 วันและหลังการนวด 14 วันของกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$ และ $p < .001$ ตามลำดับ) และค่าเฉลี่ยระดับน้ำตาลในเลือดของกลุ่มทดลองหลังการนวด 7 วันและหลังการนวด 14 วัน น้อยกว่าก่อนการนวดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

ผลการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าสามารถลดระดับน้ำตาลในเลือด อาการชา และแรงกดที่เท้าได้ จึงสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาการดูแลเท้าแบบผสมผสานของผู้เป็นเบาหวาน เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดแผลและการถูกตัดขาและเท้า สามารถดำรงชีวิตได้ตามปกติ มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

คำสำคัญ : นวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า / อาการชาที่เท้า / เบาหวาน / การบำบัดบำบัดเสริมและการแพทย์ทางเลือก

EFFECT OF FOOT REFLEXOLOGY ON NUMBNESS AND FOOT PRESSURE IN PERSONS WITH TYPE 2 DIABETES

PANIDA PHUYORIT 5137537 RACN/M

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

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

This experimental research used the randomized control group pretest - posttest design, and aimed to test the effect of foot reflexology on numbness and foot pressure in persons with type 2 diabetes, based on a complementary therapy framework. The sample were 60 persons who attended a follow up visit at a diabetic clinic from Kamalasai hospital during November, 2009 to February, 2010. The sample were divided by purposive method and simple random sampling into a control group and experimental group. 30 persons formed the control group, who received mimicked foot reflexology, and another 30 persons formed the experimental group, who received genuine foot reflexology. Both groups received foot reflexology for 30 minutes / day for 14 days. The study instruments comprised foot reflexology, and an instrument for evaluating foot numbness and foot pressure. The data were analyzed by using statistics regarding frequency, percentage, independent t-test and paired sample t-test.

The results showed that the experimental group had an average numbness and foot pressure, after massage for 7 days and 14 days, less than the control group, with statistical significance ($p < .001$). Additionally, the blood sugar levels of the experimental group were less than the control group, with a statistical significance ($p < .001$). The diabetes persons in the experimental group had an average numbness and foot pressure, after 7 days and 14 days massage, less than before foot reflexology, with a statistical significance ($p < .001$). Additionally, the blood sugar levels after receiving foot reflexology were lower than before foot reflexology, with a statistical significance ($p < .001$).

According to the results, reflexology can decrease numbness, foot pressure and level of blood sugar, and so should be developed program as a complementary therapy for treatment of diabetes persons: to reduce risk of diabetic foot ulcers and lower extremity amputation. They can live their life as normal people and have a good quality of life.

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

156 pages