



ผลของการกดจุดและนวดต่อระดับความเจ็บปวด

ในผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง

Effects of Acupressure and Massage on Level of Pain  
in Low Back Pain Patients

วิจิตรา กุศลย์

๗

อภินันทนาการ

จาก

วิจิตรา กุศลย์ และ นงนุช อึ้งนันทกุล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาดำเนินการตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาพยาบาลศาสตร์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2532

ISBN 974-586-687-3

สงวนลิขสิทธิ์

18506

ชื่อวิทยานิพนธ์	ผลของการกดจุดและนวดต่อระดับความเจ็บปวด ในผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง
ชื่อผู้วิจัย	วิจิตรา กุสมภ์
ปริญญา	วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (พยาบาลศาสตร์)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	เพ็ญศรี ระเบียบ ค.บ., M.S. กรุงไกร เจนพาณิชย์ พ.บ., Dr. med., F.I.M.S. วีระวัฒน์ หาญวิชัย พ.บ., อ.ว., F.I.C.S., Cert. Acupuncture วรณี สัตยวิวัฒน์ วท.บ., ค.ม.
วันที่สำเร็จการศึกษา	27 ตุลาคม พ.ศ. 2532

#### บทคัดย่อ

อาการปวดหลังเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญและพบได้บ่อย ทำให้ผู้ป่วยมีร่างกายอ่อนแอ มีปัญหาด้านจิตใจ เศรษฐกิจและสังคมตามมา การรักษาอาการปวดหลังนั้นมีหลายวิธี เช่น การรักษาทางยา การทำกายภาพบำบัด ผ่าตัด กัดจุดและนวด เป็นต้น แต่การกัดจุดและนวดเป็นวิธีการรักษาวิธีหนึ่ง ที่ไม่ก่อให้เกิดอันตรายใด ๆ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาในเรื่องดังกล่าวนี้ โดยศึกษาถึงผลของการกัดจุดและนวดต่อระดับความเจ็บปวดในผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง ไมโอแพนเซียล ที่มารับการตรวจรักษาที่ห้องตรวจออร์โธปิดิกส์ แผนกผู้ป่วยนอก วชิรพยาบาล จำนวน 40 ราย โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ เท่า ๆ กัน กลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ได้รับการกัดจุดจากผู้วิจัย และกลุ่มควบคุมเป็นกลุ่มที่ได้รับการรักษาทางยาจากแพทย์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนตัวของผู้ป่วย มาตรฐานวัดความเจ็บปวดที่เป็นภาพแสดงออกทางใบหน้า แบบสอบถามเกี่ยวกับความอ่อนแอของหลังและคู่มือการกัดจุดและนวด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าที และค่าความแปรปรวนร่วม ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ระดับความเจ็บปวดของกลุ่มทดลอง ภายหลังได้รับการกัดจุดและนวดต่ำกว่า ก่อนได้รับการกัดจุดและนวด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ )

2. ระดับความอ่อนแอของหลังของกลุ่มทดลอง ภายหลังจากได้รับการกดจุดและนวด ต่ำกว่าก่อนได้รับการกดจุดและนวด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ )
3. ระดับความเจ็บปวดของกลุ่มทดลอง ต่ำกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.01$ )
4. ระดับความอ่อนแอของหลังของกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.01$ )
5. ปริมาณงานก้มปัดที่ผู้ป่วยรับประทานในกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ )

ผลการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ คือ พยายามลดการกดจุดและนวดไปใช้ในการรักษาผู้ป่วยปวดหลังไมโอไฟเบรียล โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในกรณีที่ไม่สามารถให้การรักษาทางยาได้ ในการศึกษาครั้งต่อไปควรมุ่งศึกษาเกี่ยวกับการกดจุดเพื่อลดอาการปวดศีรษะ ปวดประจำเดือน คลื่นไส้ อาเจียน และความวิตกกังวล เป็นต้น

Thesis Title            Effects of Acupressure and Massage  
                                 on Level of Pain in Low Back Pain Patients.

Name                      Wichitra Kusoom

Degree                    Master of Science (Nursing)

Thesis Supervisory Committee

                                 Pensri Rabeib B.ed., M.S.

                                 Krungkrei Chenpanich M.D., Dr.med., F.I.M.S.

                                 Werawat Harnlavichi, M.D., F.I.C.S., Cert. Acupuncture

                                 Wannee Satayawiwat B.Sc., M.Ed.

Date of Graduation    27 October B.E. 2532 (1989)

#### ABSTRACT

Low back pain is the most important health problem and frequently found. It induces physical disability, psychological and socio-economic problems. There are many methods to reduce these problems such as medicine, physiotherapy, acupuncture, acupressure and massage. The acupressure and massage is a technique which is non-invasive. Thus the researcher is interested in studying the effects of acupressure and massage on level of pain in low back pain patients. A quasi-experimental research design was implemented. The sample group consisted of 40 myofascial low back pain patients who was treated in orthopedic section, out patient, Vajira hospital. The sample was divided into two groups equally. The experimental group received acupressure and massage from the researcher whereas the control group was treated with medication from physician. The tools used in this study included demographic data sheet, back disability questionnaire and handbook of acupressure and massage. Data were analysed by

t-test and analysis of covariance. The result revealed that:

1. The level of pain in the experimental group after the patients received acupressure and massage was significantly lower than that shown before the patients received acupressure and massage ( $p < 0.001$ ).
2. The level of back disability in the experimental group after the patients received acupressure and massage was significantly lower than that shown before the patients received acupressure and massage ( $p < 0.001$ ).
3. The level of pain in the experimental group was significantly lower than that in the control group ( $p < 0.01$ ).
4. The level of back disability in the experimental group was significantly lower than that in the control group ( $p < 0.01$ ).
5. The quantity of analgesic intake in the experimental group was significantly also lower than that in the control group ( $p < 0.05$ ).

From the result of this study, the researcher recommends that nurses should implement acupressure and massage for myofascial low back pain patients, especially the patients who have drug adverse reaction. In further study, acupressure should be experimented to investigate whether, headache, dysmenorrhea, nausea vomiting and anxiety.