

ผลการนวดรักษาแบบราชสำนักร่วมกับการใช้น้ำมันมะขามในผู้ป่วยโรคออฟฟิศซินโดรม  
Effects of Royal Thai Massage Combined with Tamarind Oil  
and Herbal Compress on Pain and Cervical Range of Motion in Patients  
with Office Syndrome

ชุตินา อุทา  
โรงพยาบาลก้นทรวงอก

จากสถิติผู้รับบริการการแพทย์แผนไทยของโรงพยาบาลก้นทรวงอก ระหว่างปีงบประมาณ 2566-2568 พบว่า โรคกล้ามเนื้อปัดตาคัดสัญญา 4 หลัง พบมากที่สุด รองลงมา ได้แก่ โรคกล้ามเนื้อปัดตาคัดบ่า และอาการชา สอดคล้องกับปัญหาโรคออฟฟิศซินโดรมในวัยทำงานที่ทำให้เกิดอาการปวดคอ บ่า ไหล่ และข้อจำกัดในการ เคลื่อนไหว แม้ว่าการนวดไทยแบบราชสำนักจะช่วยบรรเทาอาการได้ แต่ข้อมูลการใช้ร่วมกับน้ำมันมะขามยังมี จำกัด การศึกษานี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบอาการของผู้ป่วยโรคออฟฟิศซินโดรมก่อนและหลังได้รับการ นวดด้วยน้ำมันมะขาม

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างจำนวน 60 คน คัดเลือกแบบเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน ดำเนินการรักษาเป็นระยะเวลา 2 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง รวมทั้งสิ้น 6 ครั้ง โดยกลุ่มทดลองได้รับการนวดแบบราชสำนักร่วมกับการใช้น้ำมัน มะขามและการประคบสมุนไพร ขณะที่กลุ่มควบคุมได้รับการนวดแบบราชสำนักและการประคบสมุนไพร เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบประเมินระดับอาการปวด Visual Analogue Scale (VAS) และการวัดช่วงการ เคลื่อนไหวของคอด้วย Goniometer วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้สถิติอนุมาน ได้แก่ paired t-test และ independent t-test โดยกำหนดระดับ นัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ผลการศึกษา: ภายหลังจากทดลอง พบว่า ทั้งสองกลุ่มมีระดับอาการปวดลดลงและช่วงการเคลื่อนไหว ของคอเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ ) โดยกลุ่มทดลองมีผลลัพธ์ดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ กล่าวคือ ค่าเฉลี่ยอาการปวดลดลงจาก  $8.67 \pm 0.66$  เป็น  $0.27 \pm 0.69$  (ลดลงร้อยละ 96.89) ขณะที่กลุ่มควบคุม ลดลงจาก  $8.63 \pm 0.67$  เป็น  $3.43 \pm 1.27$  (ลดลงร้อยละ 60.26) และช่วงการเคลื่อนไหวของคอเพิ่มขึ้นในทุกทิศทาง มากกว่าในกลุ่มทดลอง นอกจากนี้ กลุ่มทดลองมีระดับความพึงพอใจต่อการรักษาอยู่ในระดับมากที่สุด (Mean = 4.97)

สรุปผล: การนวดแบบราชสำนักร่วมกับการใช้น้ำมันมะขามและการประคบสมุนไพร มีประสิทธิผลในการ ลดระดับอาการปวดและเพิ่มช่วงการเคลื่อนไหวคอในผู้ป่วยโรคออฟฟิศซินโดรมได้ดีกว่าการนวดแบบราชสำนัก และการประคบสมุนไพรเพียงอย่างเดียว ทั้งนี้ สะท้อนถึงแนวโน้มของผลลัพธ์ทางคลินิกที่ดีขึ้นอย่างชัดเจน ทั้งด้านการบรรเทาอาการปวดและการฟื้นฟูสมรรถภาพการเคลื่อนไหวของคอ

คำสำคัญ: ออฟฟิศซินโดรม, การนวดแบบราชสำนัก, น้ำมันมะขาม, การประคบสมุนไพร