



## รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

เรื่อง การศึกษาประสิทธิผลการนวดไทยเปรียบเทียบกับยาทามซูลอสิน (Tamsulosin)  
ในกลุ่มอาการทางเดินปัสสาวะส่วนล่าง

The efficacy of Thai traditional massage compared with Tamsulosin  
on Lower Urinary Tract Symptoms

โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กฤษมา ศรียากุล  
วิทยาลัยแพทยศาสตร์นานาชาติจุฬาภรณ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (ศูนย์รังสิต)

ได้รับทุนสนับสนุนจากกองทุนภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย  
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

กระทรวงสาธารณสุข

สัญญาเลขที่ กภท 6 /2562

รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

## บทคัดย่อ

อาการระบบทางเดินปัสสาวะส่วนล่าง (Lower Urinary Tract Symptoms; LUTS) เป็นอาการที่พบได้บ่อยในผู้ชายสูงอายุ ตามมาตรฐานการรักษากลุ่มอาการดังกล่าวใช้ยาในกลุ่ม alpha-adrenergic antagonist แม้ว่า จะมีประสิทธิผลในการรักษาแต่ก็พบอาการข้างเคียง ได้แก่ มึนงง ความดันโลหิตต่ำ นอกจากนี้ยังมีการรักษาแบบไม่ใช้ยาเช่นการนวด ตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย การนวดไทยเป็นหัตถการหนึ่งที่ระบุไว้ในศิลาจารึกวัดโพธิ์ มีเส้นประธานสิบที่ใช้ในการนวดเกี่ยวข้องกับระบบปัสสาวะและระบบสืบพันธุ์ แต่ยังไม่มีการวิจัยเพื่อยืนยัน ประสิทธิภาพ ดังนั้นการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการนวดไทยเปรียบเทียบกับการใช้ยาทามซูลอซิน (tamsulosin) ในผู้ป่วยชายที่มีอาการระบบทางเดินปัสสาวะส่วนล่าง อายุ 50-75 ปี เป็นการศึกษาทางคลินิกแบบสุ่ม (randomized clinical study) ณ โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มควบคุมได้รับยาทามซูลอซิน (Tamsulosin) ขนาด 0.4 mg ต่อวัน ก่อนนอน ขณะที่กลุ่มทดลองจะได้รับการนวดไทย 3 ครั้งต่อสัปดาห์ โดยมีการติดตามผล เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ มีการประเมิน ประสิทธิภาพการรักษาด้วยเครื่อง IPSS score, uroflowmetry parameters และ WHO-QoL สถิติที่ใช้คือ สถิติเชิงพรรณนา Chi-test, ANOVA test, paired sample test

ผลการศึกษา จำนวนอาสาสมัคร 45 ราย ไม่พบความแตกต่างกันระหว่าง อายุ และระยะเวลาที่มีอาการทางเดินปัสสาวะส่วนล่างก่อนเข้าโครงการวิจัย การศึกษาประสิทธิผลของการนวดไทยเปรียบเทียบกับการใช้ยาทามซูลอซิน (tamsulosin) ในผู้ป่วยชายที่มีอาการระบบทางเดินปัสสาวะส่วนล่าง มีการติดตามผลการรักษาเป็นเวลา 4 สัปดาห์ เมื่อทำการทดสอบโดยใช้ Uroflowmetry parameters พบว่าระยะเวลาในการขับปัสสาวะทั้งสองกลุ่มไม่แตกต่างกันทางสถิติ แต่กลุ่มการนวดไทยมีแนวโน้มที่ดีกว่า ส่วนเวลาเริ่มปัสสาวะถึงจุดที่มีความเร็วปัสสาวะสูงสุด ความแรงเฉลี่ยที่ปัสสาวะได้ และปริมาณน้ำปัสสาวะทั้งหมด พบว่ากลุ่มที่ได้รับการนวดไทยมีประสิทธิผลที่ดีกว่ากลุ่มที่ได้รับยามาตรฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p=0.004$ ) มีเพียงระยะเวลาที่มีปัสสาวะไหล ของกลุ่มที่ได้รับยามาตรฐานมีระยะเวลาการไหลที่ดีกว่ากลุ่มนวด

สรุป จากการศึกษาครั้งนี้ ทำให้มีความเชื่อมั่นว่าการศึกษาประสิทธิผลการนวดไทยสามารถลดความรุนแรงของอาการระบบทางเดินปัสสาวะส่วนล่างได้ โดยคาดว่า การนวดไทยสามารถเป็นทางเลือกในการรักษาอาการระบบทางเดินปัสสาวะส่วนล่าง และควรมีการศึกษาในกลุ่มผู้ป่วยที่มีจำนวนมากขึ้น และควรเพิ่มระยะเวลาในการศึกษาต่อไป

## ABSTRACT

Lower Urinary Tract Symptoms (LUTS) is typically associated with Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) and several conditions in elderly men. According to clinical practice guideline of LUTS including BPH, the pharmacological treatment include  $\alpha$ -adrenergic antagonist, 5 $\alpha$ -reductase inhibitors, anticholinergics,  $\beta$ <sub>3</sub>-adrenoceptor agonists, phosphodiesterase-5-inhibitors, or their combinations. Despite the high efficacy of these conventional medicines, side effects may occur during the medication such as dizziness, postural. Non-pharmacological approaches to patients with such as Thai massage is also available. According to the theory of Thai traditional medicine Thai massage is one of the procedures specified in Wat Pho inscription. However, there is no research on the efficacy of Thai massage on LUTS patients. The objective in this study to investigate the effectiveness of Thai traditional massage compare with tamsulosin in Thai men with Lower Urinary Tract Symptoms (LUTS). The prospective clinical, non-inferiority study was conducted in men of age 50-75 years old with LUTS at Thammasat University Hospital. Participants were randomly assigned into 2 groups. The control group was received 0.4 mg of Tamsulosin daily and the study group was given a session of Thai traditional massage for 4 weeks. Evaluation of effectiveness was performed by the International Prostate Symptoms Score (IPSS), Uroflowmetry, and a Thai version of the World Health Organization Quality of Life Questionnaire (WHO-BREF). Data analysis by using descriptive statistics, Chi-test, ANOVA test, paired sample test.

The result showed that 45 participants were enrolled into the study. The background characteristics of participants were not significantly difference between two groups in terms of age, duration of symptoms, and comorbidity. After 4 weeks of treatment of both group, the total IPSS was decrease with statistically significant and quality of life associated with urination was increased. Additionally, IPSS subgroup analysis showed that storage and voiding symptom were also decreased significantly. The peak flow rate, average flow rate, and voided volume of both interventions increase. While, voiding time, flow time and time to peak of the Tamsulosin were increased and decreased in Thai traditional massage with no statistical significance. Besides, post-voided residual urine was decrease in both groups. When comparing between groups analysis of post-voided residual urine volume were decrease statistically significant. WHO-BREF were no significantly changed.

**CONCLUSION:** For this particular group of patients, both Tamsulosin and TTM massage appear to improve patients' conditions. The result suggests that Thai tradition massage has a potential

to be an alternative treatment for LUTS. The further should be studied in a larger number of patients and should increase the duration of the massage for evaluation.

**KEY WORDS:** LUTS, Tamsulosin, Thai Traditional Massage

