



รายงานการวิจัย

ชื่อโครงการ (ภาษาไทย) ประสิทธิภาพการนวดไทยสายราชสำนักกับยาทาไดโคลฟีแนคใน

ผู้ป่วยปวดกล้ามเนื้อบ่าส่วนบน

(ภาษาอังกฤษ) Effectiveness of Court-type Traditional Thai Massage versus Topical Diclofenac for Myofascial Pain Syndrome of Upper Trapezius

ได้รับทุน สนับสนุนจากกองทุนภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2558

กองทุนภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย

กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

ชื่อเรื่อง ประสิทธิภาพการนวดไทยสายราชสำนักกับยาทาโคโลฟีแนคในผู้ป่วยปวดกล้ามเนื้อ่าส่วนบน

ชื่อผู้วิจัย จุไรรัตน์ บุญรวบ

ปีที่วิจัย 2558

ผู้สนับสนุน กองทุนภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

บทคัดย่อ

กลุ่มอาการปวดบ่าพบได้บ่อยในคนทำงานออฟฟิศ วิธีมาตรฐานในการรักษาคือการใช้ยาซึ่งอาจเกิดอาการไม่พึงประสงค์ได้ ดังนั้นการนวดไทยสายราชสำนักอาจเป็นวิธีการรักษาทางเลือกหนึ่งสำหรับกลุ่มอาการปวดบ่าซึ่งลดโอกาสเกิดอาการข้างเคียงจากการใช้ยา ในการศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบประสิทธิภาพการนวดไทยสายราชสำนักกับยาทาโคโลฟีแนค ในผู้ป่วยปวดกล้ามเนื้อ่าส่วนบน โดยการเก็บข้อมูลและปฏิบัติการรักษาที่คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ระหว่าง วันที่ 23 เมษายน 2557 ถึงวันที่ 23 เมษายน 2558 แบ่งกลุ่มอาสาสมัครด้วยวิธีสุ่มแบบจับฉลาก กลุ่มรักษาได้รับการนวดรักษา 6 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้งๆ ละ 30 นาทีและกลุ่มควบคุมได้รับยาทาๆ ครั้งละ 2 กรัม ทาวันละ 3 ครั้ง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ประเมินความปวดด้วยมาตรวัดความปวดด้วยสายตา ประเมินคุณภาพชีวิตด้วยแบบสอบถามเอสเอฟ -36 วัดองศาการเคลื่อนไหวคอ ก้มหน้า เงยหน้า เอียงซ้าย เอียงขวา และทดสอบความทนต่อแรงกดเจ็บของกล้ามเนื้อ กลุ่มที่ได้รับการนวดมีผู้ป่วยจำนวน 42 คน และกลุ่มทายาโคโลฟีแนคมีจำนวนผู้ป่วย 42 คน การศึกษานี้พบว่า อายุ เพศ น้ำหนัก ส่วนสูง ระยะเวลาที่ปวด ข้างที่ปวด ก่อนการรักษาทั้งสองกลุ่ม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ($p > 0.05$) หลังการรักษาพบว่าทั้งกลุ่มรักษาและกลุ่มควบคุมมีระดับความปวดลดลงอย่างมีนัยสำคัญ ($p < 0.05$) คุณภาพชีวิตทั้งทางกายและจิตใจมีการพัฒนาอย่างมีนัยสำคัญ ($p < 0.001$) องศาการเคลื่อนไหวคอและความทนต่อแรงกดเจ็บของกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ($p < 0.05$ และ $p < 0.05$ ตามลำดับ) ผลการทดลองนี้แสดงให้เห็นว่าการนวดไทยสายราชสำนักมีประสิทธิภาพต่อผู้ป่วยที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อ่าส่วนบน

Research Title Effectiveness of Court-type Traditional Thai Massage *versus* Topical Diclofenac for Myofascial Pain Syndrome of Upper Trapezius

Authors JURAIRAT BOONRUAB

Year 2015

Supporter The Thai Traditional Medical Knowledge Fund, Department for Development of Thai Traditional and Alternative Medicine, Ministry of Public Health for their research grants.

ABSTRACT

Myofascial pain syndrome (MPS) commonly occurs among office workers. Pharmacological therapy is one of standard treatment; however adverse drug reaction is concerned. Court-type traditional Thai massage (CTTM) may be effective and safe for alternative treatment. This study aimed to investigate the effectiveness of CTTM compared to topical diclofenac among patients with myofascial pain in the upper and middle trapezius. The study was performed at the Faculty of Medicine Thammasart University during April 23, 2014 to April 23, 2015. MPS patients were randomly allocated by envelope. The treatment group received a session of 30-minute court-type traditional Thai massage twice a week for six weeks. The control group received 2 g of topical diclofenac gel three times a day for six weeks. The outcomes were investigated for pain intensity by visual analog scale (VAS); quality of life by the 36-item short form health survey (SF-36); cervical range of motion by cervical flexion, cervical extension, cervical left lateral flexion, cervical-right lateral flexion (CROM); and tissue hardness by pressure pain threshold. There were 42 patients in CTTM group and 42 patients in diclofenac group. Their age, gender, height, weight, pain period, and side of pain were no statistically significant different between two groups ($p > 0.05$) at baseline. After intervention, pain intensity significantly decreased ($p < 0.05$) in both treatment and control groups. There were statistically significant improvement in the quality of life scores which comprised of the physical component summary and the mental component summary scores ($p < 0.001$). All categories of the cervical range of motion as well as pressure pain threshold increased significantly ($p < 0.05$ and $p < 0.005$ respectively) in both groups. The results strongly suggested the capability of the court-type traditional Thai massage to be an effective treatment for patients with myofascial pain syndrome in the upper trapezius.