

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา ที่ใช้ปรัชญาการวิจัยแบบเฮอร์เมนิวติคส์ ศึกษาเกี่ยวกับประสบการณ์ของผู้สูงอายุ ในการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อมด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อบรรยายและอธิบายประสบการณ์ของผู้สูงอายุในการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อมด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมให้ข้อมูลมีจำนวน 10 ราย ทำการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง ตามคุณสมบัติที่กำหนด ขณะมารับการตรวจรักษาที่ห้องตรวจศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ หรือห้องตรวจออร์โธปิดิกส์ แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดทางภาคใต้ และ/หรือมารับการตรวจที่บ้านหมอพื้นบ้าน ด้วยอาการปวดข้อเข่าเสื่อม ซึ่งถือเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก และได้รับการให้ข้อมูลเสริมจากผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุจำนวน 2 ราย และหมอพื้นบ้านจำนวน 2 ราย ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล 3 เดือน คือตั้งแต่เดือนตุลาคม 2544 ถึงเดือนธันวาคม 2544 โดยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสังเกตพฤติกรรม การบันทึกภาคสนาม การบันทึกภาพ และการบันทึกเทป ทำการแปลผลข้อมูลรายวันหลังจากการเก็บข้อมูลในแต่ละวัน และตรวจสอบข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบสามเส้าด้านระเบียบวิธีวิทยาการ และตรวจสอบความตรงกับผู้ให้ข้อมูล ทั้งในระหว่างการเก็บรวบรวมข้อมูล และหลังการสิ้นสุดการเก็บรวบรวมข้อมูล ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลของโคไลซี (Colaizie's) ซึ่งผลของการวิจัยสรุปได้ดังนี้คือ

ความหมายของการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อมด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน ผู้ให้ข้อมูลให้ความหมายของการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อมด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน ที่สอดคล้องกัน 3 ลักษณะ คือ 1) เป็นการรักษาที่ง่ายและสะดวกแต่ต้องใช้เวลา ได้แก่ เป็นวิธีที่ทำได้ด้วยตนเอง เป็นการนำวัสดุดิบในชุมชนมาใช้ และ เป็นวิธีที่ต้องใช้เวลา 2) เป็นการดูแลตนเองเมื่อเริ่มเจ็บป่วย และ 3) เป็นการสืบทอดความรู้ต่อกันมา ได้แก่ ได้พบเห็นการปฏิบัติในวิถีชีวิต และได้รับการบอกเล่าแนะนำต่อกันมา

วิธีการและขั้นตอนของภูมิปัญญาพื้นบ้านที่นำมาใช้ในการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อม จากการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลจำแนกวิธีการที่นำมาใช้ได้เป็น 4 วิธี ดังนี้

1) ใช้ยาสมุนไพร แบ่งได้เป็น 3 กลุ่มดังนี้

1.1) ใช้ภายใน ได้แก่ กินยาผง กินยาลูกกลอน และดื่มน้ำสมุนไพร

1.2) ใช้ภายนอก ได้แก่ ใช้อาบสมุนไพรที่นำมาใช้ เช่น ปุด ย่านเอน และผักเสี้ยนผี

1.3) ใช้เฉพาะที่ ได้แก่ ใช้พอกสมุนไพรที่นำมาใช้ เช่น โพล ผักเสี้ยนผี และใบกุ่มน้ำ ส่วน

ใช้ทาสมุนไพรที่นำมาใช้ เช่น โพล เกววัลย์เปรียง และย่านเอน และใช้ประคบสมุนไพรที่นำมาใช้ เช่น หนามหม้อ ผักเสี้ยนผี และพลับพลึง

2) ใช้ประคบร้อน ได้แก่ ใช้ความร้อนแห้ง และใช้ความร้อนชื้น

3) นวดเส้น ได้แก่ นวดตัวเอง และคนอื่นนวดให้

4) ปฏิบัติตามความเชื่อ ได้แก่ งดอาหารแสลง ไม่ไปงานศพ และประกอบพิธีกรรม

ผลของการนำภูมิปัญญาพื้นบ้านมาใช้ในการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อม ภายหลังจากการใช้วิธีการต่างๆ ของภูมิปัญญาพื้นบ้าน เพื่อบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อม พบว่าผู้ให้ข้อมูลแต่ละราย รับรู้ถึงผลของการบำบัดรักษาแตกต่างกัน จำแนกได้เป็น 3 ด้าน คือ 1) ผลต่อร่างกาย ในกรณีที่อาการปวดทุเลา ได้แก่ หายปวดหายเข็ด และบรรเทาอาการปวดชั่วคราว ส่วนในรายที่อาการปวดไม่ทุเลา คือไม่ได้ผล 2) ผลต่อจิตใจ ในรายที่อาการปวดไม่ทุเลา ได้แก่ ท้อแท้ และในกรณีที่อาการปวดทุเลา ได้แก่ เหมือนมีชีวิตใหม่ และ 3) ผลต่อครอบครัว ได้แก่ ความคิดเห็นขัดแย้งกับลูก และสร้างความสัมพันธ์ใกล้ชิดในครอบครัว

ปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อม จากการศึกษาสามารถบรรยายและอธิบาย ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้าน ในการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อมได้ ใน 6 ลักษณะคือ 1) ลองผิดลองถูกเพื่อหาวิธีที่ได้ผล 2) ความเชื่อมั่นศรัทธาในการรักษาแผนโบราณ 3) การเจ็บป่วยเรื้อรัง 4) เสียค่าใช้จ่ายน้อย 5) ประสบการณ์การรักษาของตนเอง และครอบครัว และ 6) การพึ่งพาตนเอง

ปัญหาและอุปสรรคของผู้สูงอายุในการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านเพื่อบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อม พบว่าปัญหาและอุปสรรค ที่เกิดขึ้นกับผู้ให้ข้อมูลขณะใช้การรักษาแบบพื้นบ้าน เป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลยุติการใช้ หรือเปลี่ยนวิธีไปใช้การรักษาอย่างอื่นแทน จากการศึกษาพบว่ามี 4 ลักษณะคือ 1) ได้ผลช้า 2) บางครั้งต้องขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น 3) เกิดอาการข้างเคียงของการใช้ยาผง และ 4) ขาดวัตถุดิบ

ข้อเสนอแนะ

ผลการศึกษาประสบการณ์ของผู้สูงอายุในการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อมด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านครั้งนี้ สามารถให้แนวทาง สำหรับการปฏิบัติการพยาบาล การบริหารการพยาบาล การศึกษาพยาบาล และการวิจัยทางการพยาบาล ดังนี้

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1. จากการศึกษาผู้ให้ข้อมูลให้ความหมาย ของภูมิปัญญาพื้นบ้านในการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อมว่าเป็นการรักษาที่ง่ายและสะดวก และเป็นการดูแลตนเองเมื่อเริ่มเจ็บป่วย ดังนั้นพยาบาลและบุคลากรทีมสุขภาพ ควรส่งเสริมให้ผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม ได้มีการนำภูมิปัญญาพื้นบ้านมาใช้ในการดูแลสุขภาพของตนเอง เช่น การนวด การประคบร้อนด้วยก้อนเส้า หรือการประคบสมุนไพร เพราะวิธีการเหล่านี้ช่วยในการบรรเทาอาการปวดข้อเข่าเสื่อมได้ชั่วคราวแล้ว ยังเป็นการนำทรัพยากรที่มีในท้องถิ่นมาใช้ให้เกิดประโยชน์

2. ผลการศึกษาแสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพของภูมิปัญญาพื้นบ้าน ที่สามารถใช้นำบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุได้ระดับหนึ่ง ดังจึงควรเผยแพร่และจัดให้มีการแลกเปลี่ยนความรู้ระหว่างผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม เพื่อจะได้นำความรู้เหล่านั้นมาสู่การรับรู้ และความสนใจของผู้ป่วยอื่น เป็นการเปิดโอกาสให้มีทางเลือกในการรักษาตนเองมากขึ้น

3. พยาบาลควรเปิดกว้างยอมรับ เมื่อพบว่าผู้ป่วยมีการใช้การรักษาหลายรูปแบบ และควรมีการพัฒนาตนเอง ให้มีความรู้ที่ถูกต้องในเรื่องการรักษาด้วยด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน เพื่อสามารถเป็นแหล่งข้อมูล ช่วยให้ผู้ป่วยใช้ประกอบการตัดสินใจเลือกวิธีการรักษาได้เมื่อบุคคลเหล่านั้นต้องการ

4. ควรจัดกิจกรรมสาธิต การนำภูมิปัญญาพื้นบ้านมาใช้เพื่อบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อม ขึ้นที่ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ หรือห้องตรวจจอร์โรบิติกส์ แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาล เช่น การ

พอกสมุนไพรรักษา การประคบสมุนไพรรักษา การนวดตัวเอง หรือการใช้อุปกรณ์ช่วยนวด ร่วมกับการให้คำแนะนำ การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องขณะอยู่ที่บ้าน ซึ่งนอกจากจะลดการใช้ยาแก้ปวดเกินความจำเป็นแล้ว ยังเป็นการสนองนโยบายของรัฐบาลในการนำภูมิปัญญาพื้นบ้านมาใช้ในการดูแลสุขภาพ

5. จากการศึกษาพบว่าผู้ให้ข้อมูลบางราย ได้มีการซื้อยาผงสมุนไพรรับประทานเอง จนเกิดอันตรายจากอาการข้างเคียงของการใช้ยา เนื่องจากมีการปนปลอมสารสเตียรอยด์ลงไป ยา ดังนั้น จึงควรให้ความรู้ถึงอันตรายและข้อควรระวังจากการใช้ยาดังกล่าว และเมื่อมีอาการต่อไปนี้ เช่น ปวด แสบท้อง ปวดท้องรุนแรง และคลื่นไส้ อาเจียน ควรหยุดใช้ยาและมาพบแพทย์

ด้านการบริหารการพยาบาล

1. ควรจัดอบรมให้ความรู้เผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร โดยเฉพาะประโยชน์และประสิทธิภาพของภูมิปัญญาพื้นบ้านแก่ทีมสุขภาพในโรงพยาบาล เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่แท้จริงเกี่ยวกับการรักษาด้วยวิธีต่างๆของภูมิปัญญาพื้นบ้าน ซึ่งจะช่วยให้ทีมสุขภาพมีทัศนคติที่ดีและสร้างการยอมรับต่อการนำภูมิปัญญาพื้นบ้านมาใช้ ในโรงพยาบาล

2. ผลจากการศึกษา ทำให้ทราบว่าปัญหาอย่างหนึ่ง ของการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้าน คือ สมุนไพรบางอย่างเริ่มหายากและขาดแคลน จึงควรรณรงค์ให้มีการอนุรักษ์สมุนไพรมูลค่าสูง โดยให้โรงพยาบาลเป็นแกนนำ เช่น จัดสวนสมุนไพรในโรงพยาบาล จัดสาธิตการใช้สมุนไพรมูลค่าสูงในชุมชน และร่วมกับชุมชนให้มีการอนุรักษ์สมุนไพรมูลค่าสูง ด้วยการปลูกเพิ่ม หรือไม่ทำลายแหล่งของสมุนไพรมูลค่าสูง และเน้นการปลูกสมุนไพรไว้ริมรั้วบ้าน เพื่อเป็นอาหารและเป็นยาเมื่อจำเป็น เช่น ไพล ชิง พลับพึง เป็นต้น

ด้านการศึกษาพยาบาล

ควรมีการจัดประสบการณ์ ให้ความรู้เกี่ยวกับภูมิปัญญาพื้นบ้านของแต่ละท้องถิ่นแก่นักศึกษาพยาบาล เพื่อให้นักศึกษาเกิดแนวคิดของการพยาบาลแบบองค์รวม และตระหนักถึงศักยภาพของประชาชน ในการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้าน เพื่อดูแลสุขภาพของตนเอง และบุคคลในครอบครัว โดยจัดให้นักศึกษามีประสบการณ์จริงในคลินิก เช่น นำการนวดมาช่วยในการบำบัดอาการปวดของผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม หรือโรคอื่นๆที่ไม่มีข้อห้าม การศึกษาดูงานในชุมชนเกี่ยวกับการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้าน เป็นต้น

ด้านการวิจัยทางการพยาบาล

1. จากการค้นพบ พบว่าผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ มีการนำสมุนไพรมาใช้ในการบำบัดรักษา โดยไม่มีการกำหนดสัดส่วนที่แน่นอน ทำให้บางรายใช้ได้ผลบางรายไม่ได้ผล จึงควรได้มีการศึกษาประสิทธิภาพ การรักษาด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านอย่างเป็นระบบ ตั้งแต่สัดส่วน รูปแบบของวิธีการรักษา ผลการรักษาและอาการข้างเคียง และนำผลที่ได้ไปส่งเสริมให้มีการบริการด้านสุขภาพที่มีคุณภาพ และได้มาตรฐานแก่ประชาชนต่อไป

2. จากการพบว่า วิธีการนำภูมิปัญญาพื้นบ้าน ส่วนใหญ่ขั้นตอนในการทำยังเป็นแบบพื้นบ้าน ทำให้ความนิยมและความแพร่หลายยังมีน้อย ดังนั้นจึงควรมีการศึกษา หรือพัฒนาแปรรูปสมุนไพรเหล่านั้นให้มีวิธีการใช้ได้ง่ายขึ้น เช่น จัดชุดพอกสมุนไพรสำเร็จรูป ซึ่งประกอบด้วยสมุนไพร ที่มีสรรพคุณในการบรรเทาอาการปวดข้อ หรือการทำลูกประคบออกจำหน่ายให้แพร่หลายมากขึ้น

3. จากการศึกษาทำให้ทราบว่า ผู้ที่มีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพร จะมีเฉพาะกลุ่มที่ใช้เท่านั้น จึงควรมีการศึกษาเพิ่มเติมด้านเภสัชวิทยา และนำมาเผยแพร่ให้บุคคลทั่วไปได้รู้จัก ทั้งที่เป็นชื่อทางวิทยาศาสตร์และชื่อพื้นเมือง เช่น กระดูกไก่ดำเป็นชื่อสามัญทั่วไป แต่เมื่อเรียกตามชื่อพื้นเมืองทั่วไป เช่น เชียงพรำบ้านเชียงพรำมอญ ผีมอญ สันพรำมอญ เป็นต้น เพื่อเป็นการส่งเสริมให้มีการนำสมุนไพรมาใช้อย่างแพร่หลายต่อไป

4. ควรมีการศึกษาและเก็บรวบรวม องค์ความรู้ของภูมิปัญญาพื้นบ้านจากหมอพื้นบ้าน ในการรักษาดูแลสุขภาพ เนื่องจากในปัจจุบันนี้ ความรู้เหล่านี้เริ่มสูญหายไป และตัวหมอพื้นบ้านที่มีอยู่ทั่วประเทศส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ และค่อยๆ เสื่อมชีวิตลง ทำให้ขาดผู้สืบทอดความรู้