



**ผลของการบริหารมือและเท้า  
โดยการใช้มะกรูด เพื่อลดอาการชา  
ในผู้ป่วยมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก  
ที่ได้รับยาเคมีบำบัด Oraliplatin**



**นันททิการ์ สุดาชม**



**ชื่อเรื่อง :** ผลของการบริหารมือและเท้าโดยใช้ลูกมะกรูด เพื่อลดอาการชาในผู้ป่วยมะเร็งลำไส้ใหญ่ และทวารหนักที่ได้รับยาเคมีบำบัด Oxaliplatin

**ผู้วิจัย :** นันทิการ์ สุดาชม และปาริสา สีสืบมา

#### บทคัดย่อ

การวิจัยแบบทดลองเบื้องต้น เปรียบเทียบกลุ่มเดียว วัดผลก่อน-หลังครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอาการชามือ ชาเท้าก่อนและหลังการบริหารมือ และเท้าโดยใช้ลูกมะกรูด กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนักที่ได้รับยาเคมีบำบัด Oxaliplatin มารับบริการที่งานการพยาบาลผู้ป่วยนอกเคมีบำบัด โรงพยาบาลมะเร็งลพบุรี จำนวน 30 ราย ระหว่างวันที่ 20 มีนาคม-16 มิถุนายน 2566 โดยเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แบบสอบถามซึ่งประกอบด้วยข้อมูลทั่วไป และแบบประเมินความพึงพอใจ มีการนำเครื่องมือ Monofilament มาวัดระดับอาการชาก่อนเข้าร่วมโครงการ และแจกคู่มือ พร้อมทั้งสอนท่าบริหารมือ และเท้ารวม 7 ท่า มีการประเมินระดับอาการชาซ้ำหลังการใช้โปรแกรม พร้อมทั้งทำแบบสอบถามประเมินความพึงพอใจ การตรวจสอบความตรงของเนื้อหากับผู้เชี่ยวชาญ โดยใช้วิธีการหาค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม(IOC) มีดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 1 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและสถิติอนุมาน ได้แก่ Wilcoxon

ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยมีอาการชามือ ชาเท้าก่อนใช้โปรแกรม เฉลี่ยเท่ากับ 2.50 และหลังใช้โปรแกรม เฉลี่ยเท่ากับ 1.03 เมื่อเข้าโปรแกรมแล้วอาการชาลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ ) และความพึงพอใจของผู้ป่วยเกี่ยวกับการใช้โปรแกรมพบว่า มีความพึงพอใจมาก ( $\bar{X} = 2.94$ )

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ผู้ป่วยที่อยู่ระหว่างการได้รับยาเคมีชุดที่ 8 มีอาการชานี้มากกว่ายาเคมีชุดอื่น ๆ ดังนั้นควรมีการสอน เน้นย้ำให้บริหารมือและเท้าตั้งแต่ให้ยาเคมีชุดที่ 1 หรือในผู้ป่วยที่ยังไม่มีอาการชาเพื่อป้องกันการเกิดอาการชาตามมา และความพึงพอใจเกี่ยวกับขนาดของลูกมะกรูดต่ำสุด เนื่องจากลูกมะกรูดมีหลายขนาด ไม่พอดีกับมือของแต่ละบุคคล ดังนั้นควรให้ความสำคัญกับการเลือกขนาด หากจัดหาลูกมะกรูดที่เหมาะสมไม่ได้ ควรใช้อุปกรณ์อื่นที่ขนาดพอดีมือแทนได้