

การพัฒนาลูกประคบสมุนไพรหินสปา สำหรับให้บริการงานการแพทย์แผน
ไทยโรงพยาบาลหลวงพ่เป็น จังหวัดนครปฐม

The Development of Herbal Compress Ball, Stone Spa for
Thai Traditional Medicine Providers, Luang Pho Pern Hospital,
Nakhon Pathom Province

¹สุจิตรา บุญมาก, ²ปพิชญา ศรีแก้ว, ³ศิริลักษณ์ แซ่จ้อ

⁴อำพล บุญพียร, ⁵วรินทร์ เชิดชูธีรกุล

¹Sujitra Boonmag, ²Papichthaya Srikaew, ³Sililak Sae-ngo

⁴Aumpol Bunpean, ⁵Warintorn Choedchutirakul

¹โรงพยาบาลหลวงพ่เป็น

Luang Pho Pern Hospital.

^{2, 3, 4, 5}วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนภิเษก

Kanchanabhishek Institute of Medical and Public Health Technology.

¹Email Sujitra.Thai@gmail.com

Received June 23, 2020; Revised June 24, 2020; Accepted October 14, 2020

บทคัดย่อ

การวิจัยมีวัตถุประสงค์ เพื่อ 1) พัฒนาลูกประคบสมุนไพรหินสปา 2) เปรียบเทียบความพึงพอใจของผู้ให้บริการและผู้รับบริการต่อลูกประคบสมุนไพรหินสปากับลูกประคบรูปแบบเดิม เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล 1) การสนทนากลุ่ม 2) แบบสอบถามความพึงพอใจ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ สถิติเชิงพรรณนา ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และ Pair sample t-test ผลการวิจัยพบว่า 1) ลูกประคบแบบเดิมไม่ค่อยคล่องตัวขณะประคบ บริเวณด้ามจับเมื่อนั่งใช้ประมาณ 2 ครั้ง จะมีลักษณะโยกคลอน 2) ลูกประคบสมุนไพรหินสปามี 2 ส่วนได้แก่ ส่วนฐานลักษณะคล้ายถ้วย มีลักษณะขรุขระเป็นตุ่มนูน 9 ตุ่มทำจากสแตนเลส มีเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 10 cm ความลึกประมาณ 2 cm สำหรับใส่หินสปา ด้ามจับทำจากไม้มีความสูง 14 cm เส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 3 cm ฝังสมุนไพรเป็นผ้าดิบทรงกลม มีเส้นผ่านศูนย์กลาง 30 cm บรรจุสมุนไพร 50 g 3) ผลการเปรียบเทียบความพึงพอใจพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P -value < 0.05) ผลการเปรียบเทียบความพึงพอใจของผู้รับบริการระหว่างลูกประคบสมุนไพรหิน

สปากับลูกประคบรูปแบบเดิมพบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P\text{-value} < 0.05$) ผลการศึกษาเป็นทางเลือกในการผลิตลูกประคบสมุนไพรหินสปา ที่มีกระบวนการผลิตที่ง่าย ต้นทุนต่ำ และมีคุณภาพ

คำสำคัญ: ลูกประคบสมุนไพรหินสปา; ความพึงพอใจ; ลูกประคบแบบเดิม

ABSTRACT

The objective of this research is to 1) Develop the spa rock herbal compress, 2) Compare the levels of satisfaction of service providers and clients towards the spa rock herbal compress and former compress where the samples were 20 traditional medical service providers and 60 clients. This study conducted on the research and development The data was collected 1) Through group conversation 2) Satisfaction questionnaires where the statistics employed were frequency, percentage, mean, standard deviation, and Pair Sample T-Test. The results illustrated that: 1) the former compress lacked the agility while pressing and the handle was unsteady after being steamed for a long period and applied for 2 times and above; 2) the spa rock herbal compress consists of 2 components, i.e., the base section which is similar to bowl having 9 buttons made from stainless, a diameter of 10 cm, and 2 cm of depth, used for containment of spa rocks. The handle is made from wood with the length of 14 cm, a diameter of 3 cm and the bag to contain 50 g of the herbs is made from sphere calico having a diameter of 30 cm.; 3) the results of comparison of satisfactions of service providers towards the spa rock herbal compress and former compress indicated the statistically significant difference ($P\text{-value} < 0.05$) and the results of comparison of satisfaction of clients towards the spa rock herbal compress and former compress indicated no statistically significant difference ($P\text{-value} < 0.05$). The results could be applied as the alternative for the production of the spa rock herbal compress which is simple, low-cost, and high-quality.

Keywords: Spa rock herbal compress; Satisfaction; Former compress

บทนำ

ปัจจุบันมีความนิยมเป็นอย่างมากในการนำลูกประคบสมุนไพรมาใช้ในโรงพยาบาล ซึ่งรูปแบบของลูกประคบสมุนไพรที่นิยมนำมาใช้ในปัจจุบันมีหลากหลายรูปแบบ เช่น การผลิตลูกประคบสมุนไพรแบบสด โดยระยะเวลาในการเก็บรักษาประมาณ 3-7 วัน และต้องเก็บในอุณหภูมิที่เย็น เพื่อป้องกันการเน่าบูดไม่สามารถผลิตและวางจำหน่ายได้เป็นเวลานาน ส่วนมากจะผลิตใช้วันต่อวัน แต่การผลิตลูกประคบแบบสดไม่สามารถผลิตได้ทุกช่วงฤดูกาล เนื่องจากสมุนไพรบางชนิดไม่สามารถเจริญเติบโตได้ดีทุกฤดูกาล ส่วนการผลิตลูกประคบสมุนไพรแบบแห้ง ต้องผ่านการตากแดดหรืออบที่อุณหภูมิ 50-70 องศาเซลเซียส เป็นระยะเวลา 4-8 ชั่วโมง ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับความหนาของสมุนไพรหรือชนิดของสมุนไพร (คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, 2551) ถ้าสมุนไพรที่อบหรือตากแดดไม่แห้งสนิทอาจทำให้เกิดเชื้อรา แต่สมุนไพรที่ทำให้แห้งแล้วอาจมีน้ำมันหอมระเหยและสารสำคัญนั้นหายไป (ฐานิตา สุวรรณชัย และฉันทยาพร แก้วมณี, 2559) โดยมีส่วนประกอบลูกประคบที่นิยมใช้นำมาเป็นตัวยาสำคัญของลูกประคบ ประกอบด้วย ไพล มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาในการลดอาการอักเสบ และเป็นยาชาอย่างอ่อนใช้ในการรักษากล้ามเนื้อที่มีความตึงผิดปกติ และลดอาการปวดการบูร ฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาในการลดอาการปวด ขมิ้นชัน ฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาทำให้การอักเสบและการบวมทำให้เกิดอาการปวดลดลง (วันวิสา สังวรรณ, 2558)

การประคบสมุนไพร เป็นหัตถการที่สำคัญอย่างหนึ่งของการให้บริการด้านการแพทย์แผนไทย โดยการนำองค์ความรู้จากภูมิปัญญาด้านการแพทย์แผนไทยมาใช้เพื่อดูแลสุขภาพของตนเองและครอบครัวควบคู่ไปกับการนวดไทย (ไกรศรี ศรีทัพไทย, นภดล หงษ์สุวรรณ, อมรา ภูมิชัยโชติ และเพชรลดดา พรหมดี, 2558) ซึ่งมีสูตรการทำลูกประคบมากมายหลายสูตรตามแต่ท้องถิ่นจะนิยมใช้อะไร ดังเช่นทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือนิยมใช้เปลือกไม้แดง ใบเป้ง ใบบัวบกกลางนิยมใช้เถาเอ็นอ่อน โศคนาน ไพล ขมิ้น หรือทางแถบภาคใต้ใช้ไพล ขมิ้น ชิง เป็นสมุนไพรหลักในลูกประคบ (กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก, 2552)

การให้บริการด้านการแพทย์แผนไทย เป็นการบริการแบบองค์รวมและมีการดูแลอย่างครบวงจร ทั้งด้านร่างกายและด้านจิตใจ ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยที่เน้นนำความเป็นไทย สมุนไพรไทย และความเป็นธรรมชาติเข้ามาบำบัดหลากหลายวิธี อาทิ ด้านเวชกรรมไทย ด้านหัตถเวชกรรมไทยหรือนวดแผนไทย เป็นการนวดเพื่อบำบัดโรคต่าง ๆ และให้เกิดประโยชน์กับร่างกาย เช่น ลดอาการปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ ช่วยกระตุ้นกล้ามเนื้อที่อ่อนแรงให้แข็งแรง ลดอาการเกร็งของกล้ามเนื้อ ช่วยเพิ่มการหมุนเวียนของโลหิตในร่างกาย ด้านยาไทยหรือเภสัชกรรมไทยเป็นการใช้ยาสมุนไพรไทยเพื่อรักษา เสริมสร้าง และบำรุงสิ่งที่ร่างกายขาด เช่น บำรุงโลหิต, บำรุงธาตุ และบำรุงหัวใจ และรักษาและ

ป้องกันโรคต่าง ๆ และผดุงครรภ์ไทยเป็นการเข้ามาดูแลตั้งแต่ตั้งครรภ์จนถึงหลังคลอด อย่างใกล้ชิดและให้คำปรึกษา คำแนะนำในอาการหรือข้อกังวลใจต่าง ๆ นอกจากนี้ยังมีการกวดจุกรักษา การทักหม้อเกลือ การนวดท้อง การนวดกระตุ้นน้ำนม การพันผ้ารัดหน้าท้อง การพอกยา การอบสมุนไพร และการประคบสมุนไพร (ไกรศรี ศรีทัพไทย, นพดล หงษ์สุวรรณ, อมรา ภูมิชัยโชติ และเพชรลดา พรหมดี, 2558)

โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง จัดเป็นการให้บริการด้านการแพทย์แผนไทย มานานกว่า 20 ปี ซึ่งในปัจจุบันการเข้ารับบริการ การแพทย์แผนไทยโรงพยาบาลหลวงพ่อบึง ตำบลบางแก้วฟ้า อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม มีผู้มารับบริการประคบสมุนไพรในคลินิกการแพทย์แผนไทย เป็นจำนวนมาก จากสถิติผู้มารับบริการ ปี 2559 จำนวน 5,338 ราย ปี 2560 จำนวน 6,785 ราย และ ปีพ.ศ. 2561 จำนวน 8,535 ราย แต่ละปีมีผู้สนใจมาใช้บริการเพิ่มมากขึ้น ซึ่งปัจจุบันประเภทการให้บริการ นวดรักษา ร่วมกับการประคบหลังการรักษา มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นซึ่งการประคบก็เป็นหนึ่งในหัตถการ ในการบำบัด ดูแล รักษาของผู้มารับบริการด้านการแพทย์แผนไทย 1 คน ต้องประคบ 10-20 นาที และเปลี่ยนลูกประคบสมุนไพร ประมาณ 5 ครั้ง เนื่องจากความร้อนของลูกประคบสมุนไพรลดลงเร็ว จึงต้องเปลี่ยนบ่อยครั้ง การใช้ลูกประคบสมุนไพรเป็นแบบสมุนไพรสด ใช้แล้วทิ้งวันต่อวันโดยมักประสบพบเจอปัญหาการใช้ลูกประคบ คือ ลูกประคบสมุนไพรที่ใช้ยังไม่มีความคล่องตัวขณะ ประคบ บริเวณตามจับเมื่อนั่งไปนาน ๆ ใช้ประมาณ 2 ครั้งขึ้นไป จะมีลักษณะเยือกคลอนผ้าและจับไม่ถนัด และบริเวณส่วนที่ห่อสมุนไพรมีลักษณะแบบไม่เป็นรูปทรง เปื่อย หลวม ไม่แน่นแบบมัดแรก ๆ และการผลิตลูกประคบแต่ละครั้งในอดีตต้องเสียสละหมอนวดผลัดเวียนกันไปผลิตทุก ๆ วัน แต่ปัจจุบันต้องเสียค่าใช้จ่ายในการจ้างบุคลากรที่มีความชำนาญในการผลิตลูกประคบสมุนไพร เนื่องจาก การผลิตลูกประคบแต่ละลูกค่อนข้างยากสำหรับผู้ที่ไม่เคยมัดลูกประคบมาก่อน ทำให้รูปทรงลูก ประคบมีลักษณะไม่สวยงามมากนักการผลิตลูกประคบสมุนไพรในแต่ละครั้ง ต้องผลิต 20 ลูกต่อ สัปดาห์ เพื่อเพียงพอต่อการให้บริการ (โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง, 2561)

สรุปจากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้อง ศึกษาพัฒนาลูกประคบสมุนไพรหีนสปาศขึ้น เพื่อวิเคราะห์สถานการณ์ ปัญหาการใช้ลูกประคบสมุนไพร เพื่อเป็นแนวทางในการผลิตลูกประคบที่ง่าย มีคุณภาพ ราคาถูก ประหยัดต้นทุน ใช้งาน สะดวกรวดเร็ว เหมาะสมกับการให้บริการด้านการแพทย์แผนไทย ในหน่วยบริการสาธารณสุขของรัฐต่อไป

ลูกประคบสมุนไพร: บทบาทและการประยุกต์ใช้

การใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพ เป็นหนึ่งในภูมิปัญญาไทยที่สืบทอดกันมา ซึ่งมีหลักฐานทาง ประวัติศาสตร์ ที่ระบุถึงการใช้พืชพรรณสมุนไพรตั้งแต่สมัยพุทธกาล การนำสมุนไพรมาใช้ได้ทั้งในแง่ การนำมารับประทานเป็นอาหาร เช่น การรับประทานพืชผัก หรือนำมาประกอบเป็นอาหาร นอกจากนั้นยังนำมาใช้เป็นยา รักษาโรคเวลาเกิดอาการเจ็บป่วย การใช้ลูกประคบสมุนไพรก็เป็นหนึ่งใน

ภูมิปัญญาไทยที่คนไทยนำมาใช้กัน ตั้งแต่รุ่นปู่ย่า ลูกประคบสมุนไพรเป็นภูมิปัญญาไทยที่มีมาแต่โบราณ เป็นการนำสมุนไพรพื้นบ้านชนิดต่าง ๆ มาใช้ประโยชน์ทางการรักษาโรค วางประคบตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ช่วยคลายกล้ามเนื้อ ลดการปวดเมื่อย นอกจากนี้กลิ่นของน้ำมันหอมระเหยในสมุนไพร การบูรและพิมเสน ช่วยทำให้รู้สึกสดชื่น ผ่อนคลายความเครียด ลูกประคบสมุนไพรมีอยู่ด้วยกันหลายสูตร ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสรรพคุณที่ต้องการ (สุนิษา กลิ่นขจร, 2558) การประคบสมุนไพรนอกจากจะใช้ในกรณีหลังคลอดแล้วยังนิยมใช้ควบคู่กับการนวดไทย โดยมากจะใช้หลังจากการนวดเสร็จเรียบร้อยแล้ว ซึ่งผลของการประคบเกิดจากความร้อนที่ได้จากการประคบ และจากตัวยาสมุนไพรที่ซึมผ่านผิวหนังเข้าสู่ร่างกาย

ลูกประคบสมุนไพรรูปแบบเดิม หมายถึง การนำสมุนไพรที่เป็นส่วนประกอบลูกประคบประกอบด้วย เหน้้าไพล เหน้้าขมิ้นชัน ต้นตะไคร้ ผิวมะกรูด ใบมะขาม ใบส้มป่อย ใบเตย มาตำพอแหลก คลุกผสมกับ พิมเสน การบูร แล้วนำไปผสมให้เข้ากัน นำมาห่อด้วยผ้า สำหรับลูกประคบสดสามารถเก็บไว้ในตู้เย็นได้ประมาณ 7 วัน ถ้านำมาใช้กับผู้ป่วยแล้ว สามารถใช้ได้ครั้งเดียว และนำไปอังไอน้ำร้อนหรือหนึ่ง เป็นระยะเวลา 10-20 นาที จากนั้นจึงนำมาประคบในบริเวณที่ต้องการ (โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง, 2561)

ลูกประคบสมุนไพรหินสปา หมายถึง เป็นนวัตกรรมที่ใช้ในการประคบเพื่อบรรเทาอาการปวดเมื่อย สำหรับใช้เมื่อหลังทำหัตถการ การนวด โดยลักษณะลูกประคบสมุนไพรหินสปา คือนวัตกรรมที่เป็นรูปแบบถุงใส่สมุนไพร มีลักษณะเป็นผ้าดิบ แผ่นทรงกลม 1 แผ่น มีเส้นผ่านศูนย์กลาง 30 เซนติเมตร บริเวณขอบผ้าเย็บเก็บเป็นช่องสำหรับสอดเชือก เพื่อสอดห่อสมุนไพรเข้าหาแท่งด้ามจับ ภายในถุงมีสมุนไพรที่นำมาทำลูกประคบ เป็นสมุนไพรสด สูตรของทางโรงพยาบาลหลวงพ่อบึง จังหวัดนครปฐม ประกอบด้วย เหน้้าไพล, เหน้้าขมิ้นชัน, ต้นตะไคร้, ผิวมะกรูด, ใบมะขาม, ใบส้มป่อย, ใบเตย, การบูร, เกลือ, พิมเสน สำหรับส่วนของด้ามจับ จะมีด้านล่างเป็นฐานคล้ายถ้วย มีลักษณะขรุขระเป็นตุ่มนูน 9 ตุ่ม เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการกดนวดและทำให้สมุนไพรไม่เคลื่อนออกด้านข้างมากเกินไป โดยฐานจะทำจากสแตนเลส เพื่อหมดปัญหาการขึ้นสนิม มีเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 10 เซนติเมตร ความลึกของถ้วยประมาณ 2 เซนติเมตร สำหรับใส่หินสปา ตรงกลางของถ้วยจะเป็นด้ามจับที่ทำจากไม้ เพื่อไม่เกิดความร้อนมากขณะนวดประคบ มีความสูง 14 เซนติเมตร เส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 3 เซนติเมตร บริเวณด้ามจับและฐานจะสามารถถอดออกจากกันได้ เพื่อสะดวกต่อการนำไปนึ่ง โดยนวัตกรรมที่พัฒนาขึ้นสามารถห่อและมัดได้ง่ายกว่ารูปแบบเดิมสะดวกต่อการใช้งาน โดยไม่เปลืองแรงผู้ผลิต และยังคงมีกลิ่นหอมของสมุนไพรที่เป็นองค์ประกอบของลูกประคบอย่างชัดเจน มีความคุ้มค่าในการผลิตและมีราคาประหยัด สามารถนำไปใช้ได้ตลอดเวลาตามต้องการ สามารถนำไปใช้ซ้ำได้หลายครั้ง ตัวนำความร้อนที่นำมาใช้ร่วมกับผ้าห่อลูกประคบสมุนไพรในการศึกษาครั้งนี้ได้ศึกษาตัวนำความร้อน คือ หินสปา เพื่อเพิ่มความร้อนให้กับลูกประคบสมุนไพร

ยาวนานขึ้นกว่าแบบเดิม และยังคงช่วยให้ลูกประคบมีความร้อนนานขึ้นกว่าแบบเดิม ยังคงมีรูปทรงของลูกประคบที่ดี ลักษณะของลูกประคบมีรูปร่างเป็นทรงกลม มีด้ามจับโดยวิธีการมัดด้วยเชือกที่แน่นและแข็งแรง

คุณภาพของลูกประคบสมุนไพรหินสพา หมายถึง การประเมินคุณภาพของลูกประคบสมุนไพรหินสพา สำหรับการให้บริการการแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง จังหวัดนครปฐม ที่มีความเหมาะสมกับการใช้งาน ด้วยเครื่องมือชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ประกอบด้วยการประเมินคุณภาพ 3 ด้าน คือด้านการออกแบบ จำนวน 3 ข้อ ด้านประสิทธิภาพ จำนวน 8 ข้อ และด้านการนำไปใช้ จำนวน 4 ข้อ (สุวนิตา สุวรรณชัย และธัญยาพร แก้วมณี, 2559)

1) ด้านประสิทธิภาพ หมายถึง นวัตกรรมลูกประคบสมุนไพรหินสพา สามารถเพิ่มประสิทธิผลในการกักเก็บอุณหภูมิให้นานมากขึ้นและยังคงกลิ่นหอมของสมุนไพรในลูกประคบ

2) ด้านการออกแบบ หมายถึง นวัตกรรมลูกประคบสมุนไพรหินสพา มีรูปแบบและขนาดที่เหมาะสม มีสะดวกต่อการใช้งาน และสามารถจัดเก็บรักษาได้ง่าย

3) ด้านประโยชน์ หมายถึง นวัตกรรมลูกประคบสมุนไพรหินสพา มีประโยชน์ต่อการดูแลสุขภาพได้ด้วยตนเอง สามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวันและกลิ่นของสมุนไพรมีกลิ่นหอม

การให้บริการแพทย์แผนไทย หมายถึง การให้บริการแพทย์แผนไทย สำหรับการให้บริการการแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง เป็นการบริการผู้ที่มารับบริการ ด้านการแพทย์แผนไทย คลินิกการแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง ตำบลบางแก้วฟ้า อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม ด้วยนวัตกรรมลูกประคบสมุนไพรแบบเดิมและลูกประคบสมุนไพรหินสพา (ณัฐธิชา ศรีวงษ์, 2557)

ผู้ให้บริการ หมายถึง ผู้ให้บริการในการประคบสมุนไพรแบบเดิมและการประคบสมุนไพรหินสพากับผู้มารับบริการ คลินิกการแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง ตำบลบางแก้วฟ้า อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม

ผู้รับบริการ หมายถึง ผู้มารับบริการประคบสมุนไพรแบบเดิมและประคบสมุนไพร หินสพากับผู้ให้บริการ คลินิกการแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง ตำบลบางแก้วฟ้า อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม

ปัจจุบันโรงพยาบาลหลวงพ่อบึง จังหวัดนครปฐม ได้ใช้ลูกประคบสมุนไพรในการบรรเทาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ประคบหลังการนวดรักษา การใช้ลูกประคบสมุนไพรแบบเดิมต่อผู้มารับบริการ 1 คน ต้องประคบ 15 นาที และเปลี่ยนลูกประคบสมุนไพร ประมาณ 5 ครั้ง เนื่องจากความร้อนของลูกประคบสมุนไพรลดลงเร็ว จึงต้องเปลี่ยนบ่อยครั้ง การใช้ลูกประคบสมุนไพรเป็นแบบสมุนไพรสดใช้แล้วทิ้งวันต่อวัน ปัญหาที่พบในการใช้ลูกประคบสมุนไพร คือยังไม่มีความสะดวกของตัวขณะประคบบริเวณตามจับเมื่อนั่งไปนาน ๆ ใช้ประมาณ 2 ครั้งขึ้นไป จะมีลักษณะโยกคลอน ผ้าและจับไม่ถนัด และ

บริเวณส่วนที่ห่อสมุนไพรมีลักษณะแบบไม่เป็นรูปทรง และ หลวม ไม่แน่นแบบมัดแรกๆ และการผลิตลูกประคบแต่ละครั้งในอดีตต้องเสียสละหมอนวดพลัดเวียนกันไปผลิตทุก ๆ วัน แต่ปัจจุบันต้องเสียค่าใช้จ่ายในการจ้างบุคลากรที่มีความชำนาญในการผลิตลูกประคบสมุนไพร เนื่องจากการผลิตลูกประคบแต่ละลูกค่อนข้างยากสำหรับผู้ที่ไม่เคยมัดลูกประคบมาก่อน ทำให้รูปทรงลูกประคบมีลักษณะไม่สวยงามมากนัก การผลิตลูกประคบสมุนไพรแต่ละครั้ง ต้องผลิต 20 ลูกต่อสัปดาห์ เพื่อเพียงพอต่อการใช้ของผู้ให้บริการ ผู้ให้บริการส่วนมากมีความต้องการให้การใช้สมุนไพรต่อลูกประคบสมุนไพร 1 ลูกและวัสดุในการทำลูกประคบสมุนไพรลดลง เพื่อประหยัดงบประมาณของทางโรงพยาบาล บริเวณตามจับของลูกประคบมีความร้อน ผ้าและจับมีถนัด มีความต้องการอยากให้จับถนัดมากขึ้น คล่องตัวขณะประคบ ไม่โยกคลอน การหยิบจับไปใช่ง่ายและเร็วทันเวลา และความร้อนของลูกประคบสมุนไพรแบบเดิมเก็บความร้อนได้น้อยเกินไป มีความต้องการอยากให้ความร้อนนานกว่าเดิม เปลี่ยนลูกประคบให้น้อยครั้ง คือ การประคบผู้มารับบริการ 1 คน ต้องใช้ลูกประคบสมุนไพรเพียง 1 ลูก ให้ความร้อนคงที่นานจนประคบเสร็จ

การใช้ลูกประคบรูปแบบเดิม มีความยุ่งยาก ในการจัดทำลูกประคบสมุนไพรและกระบวนการผลิต การใช้ยังมีความคล่องตัวและความร้อนในลูกประคบสมุนไพรในรูปแบบเดิมมีความร้อนได้ไม่นานพอ กำลังจะรู้สึกดีรู้สึกผ่อนคลาย ก็ต้องไปเปลี่ยนลูกประคบใหม่ และจากที่เคยเห็นและการเล่าสู่กันมา และได้ทดลองทำให้เองที่บ้าน ปัญหาที่พบคือ มีความยุ่งยากในการจัดทำลูกประคบ เช่น ถ้าไม่ได้อยู่ในสาขาวิชาชีพแพทย์แผนไทย หรือไม่ใช้ผู้ที่เคยผลิตมาก่อน ก็จะไม่สามารถทำได้หรือทำยากทำให้ลูกประคบมัดไม่แน่น การใช้งานก็ไม่แข็งแรง และอุณหภูมิของลูกประคบสมุนไพรมีระยะเวลาสั้น ทำให้มีการเดินเปลี่ยนลูกประคบบ่อย ๆ ผู้รับบริการส่วนมากมีความต้องการให้ลูกประคบสมุนไพร มีความสะดวกต่อการใช้งาน สามารถเก็บรักษาง่าย มีอายุการใช้งานที่นานขึ้น มีรูปลักษณะที่สวยงาม มีกลิ่นหอมจากสมุนไพร และลดขั้นตอนการผลิต ขั้นตอนการเตรียมที่ไม่ยุ่งยาก ประหยัดค่าใช้จ่าย และสามารถกักเก็บความร้อนได้นานขึ้นโดยไม่ต้องเดินเปลี่ยนลูกประคบบ่อย และผู้รับบริการสามารถใช้ผลิตภัณฑ์ได้ด้วยตนเองที่บ้าน

ประโยชน์ของการใช้ลูกประคบ

- 1) บรรเทาอาการของโรค
- 2) คลายเส้น เอ็น กล้ามเนื้อ ให้ความสบายจากอาการเมื่อยล้า อ่อนเพลีย
- 3) ให้โลหิตไหลเวียนทั่วสรรพางค์กายได้สะดวกดีขึ้น
- 4) บรรเทาและรักษาอาการเหน็บชา อัมพฤกษ์และอัมพาต
- 5) ลดไขมัน หรือละลายไขมันที่สะสมอยู่ในร่างกาย

- 6) ลดความดันโลหิตสูงให้ลดลงมาเป็นปกติ
- 7) ให้มดลูกเข้าอู่ได้เร็ววันยิ่งขึ้น
- 8) ขับน้ำคาวปลาออกมาจากมดลูกให้หมดสิ้น ไม่เหลือคั่งค้างเอาไว้
- 9) ให้ร่างกายพักฟื้นจากความอ่อนแอ ชีโรค ให้มีเรี่ยวแรงดีขึ้น
- 10) คลายเครียด สบายเนื้อสบายตัว อารมณ์แจ่มใส ผ่องใส จิตใจ ปลอดโปร่ง
- 11) สร้างสมดุลให้แก่สุขภาพของตนเองแม้ว่าจะไม่เจ็บป่วย หรือมีโรคภัยใด ๆ ก็ตาม

(กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก, 2552)

ข้อห้าม ข้อควรระวัง

- 1) ห้ามใช้ลูกประคบสมุนไพร ที่ร้อนเกินไป โดยเฉพาะกับบริเวณผิวหนังอ่อน ๆ หรือบริเวณที่เป็นแผลมาก่อน ถ้าจำเป็นต้องประคบควรมีผ้ารองหรือรองจนกว่าลูกประคบสมุนไพรจะคลายความร้อนลง
- 2) ควรระวังเป็นพิเศษในผู้ป่วยโรคเบาหวาน อัมพาต เด็ก และผู้สูงอายุ เนื่องจากกลุ่มบุคคลดังกล่าวมีการตอบสนองความรู้สึกช้า อาจทำให้ผิวหนังพองได้ ถ้าจำเป็นต้องประคบให้ใช้ลูกประคบสมุนไพรอุ่นๆ
- 3) ไม่ควรใช้ลูกประคบสมุนไพร กรณีที่มีการอักเสบใน 24 ชั่วโมงแรก เพราะอาจทำให้การอักเสบมากขึ้น ควรประคบด้วยความเย็นก่อน
- 4) หลังจากประคบสมุนไพรแล้ว ไม่ควรอาบน้ำทันที เพราะจะไปชะล้างตัวยาออกจากผิวหนัง และร่างกายอาจปรับตัวไม่ทัน (กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก, 2552)

การพัฒนาลูกประคบสมุนไพรหีนสปปา

- 1) เริ่มจากส่วนของด้ามจับ จะมีด้านล่างเป็นฐานคล้ายถ้วย มีลักษณะขรุขระเป็นตุ่มนูน 9 ตุ่ม เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการกดนวดและทำให้สมุนไพรไม่เคลื่อนออกด้านข้างมากเกินไป โดยฐานจะทำจากสแตนเลส เพื่อหมดปัญหาการขึ้นสนิม มีเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 10 เซนติเมตร ความลึกของถ้วยประมาณ 2 เซนติเมตร สำหรับใส่หีนสปปา ตรงกลางของถ้วยจะเป็นด้ามจับที่ทำจากไม้ เพื่อไม่เกิดความร้อนมากขณะนวดประคบ มีความสูง 14 เซนติเมตร เส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 3 เซนติเมตร บริเวณด้ามจับและฐานจะสามารถถอดออกจากกันได้ เพื่อสะดวกต่อการนำไปนึ่ง ซึ่งตัวนำความร้อน คือ หีนสปปา เพื่อเพิ่มความร้อนให้กับลูกประคบสมุนไพรยาวนานขึ้นกว่าแบบเดิม และยังคงช่วยให้ลูกประคบมีความร้อนนานขึ้นกว่าแบบเดิม
- 2) รูปแบบถุงใส่สมุนไพร มีลักษณะเป็นผ้าดิบ แผ่นทรงกลม 1 แผ่น มีเส้นผ่านศูนย์กลาง 30 เซนติเมตร บริเวณขอบผ้าเย็บเก็บเป็นช่องสำหรับสอดเชือก เพื่อสอดห่อสมุนไพรเข้าหา

แท่งด้ามจับ ภายในถุงมีสมุนไพรที่นำมาทำลูกประคบ เป็นสมุนไพรสด สูตรของทางโรงพยาบาล หลวงพ่อเป็น จังหวัดนครปฐม ประกอบด้วย เหง้าไพล, เหง้าขมิ้นชัน, ต้นตะไคร้, ผิวมะกรูด, ใบมะขาม, ใบส้มป่อย, ใบเตย, การบูร, เกลือ, พิมเสน

3) จัดทำมือการใช้วัดกรรมลูกประคบสมุนไพรหินสปา

รูปภาพอุปกรณ์วัดกรรมลูกประคบสมุนไพรหินสปา



ภาพที่ 1 ฐานลูกประคบสมุนไพรหินสปา



ภาพที่ 2 ด้ามจับลูกประคบสมุนไพรหินสปา



ภาพที่ 3 ถุงใส่สมุนไพร

สรุป

การพัฒนาารูปแบบวัดกรรมลูกประคบสมุนไพรหินสปา พบว่า การพัฒนาให้ลูกประคบมีฐาน คล้ายถ้วย มีลักษณะขรุขระเป็นตุ่มนูน 9 ตุ่ม เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการกดนวดและทำให้สมุนไพรไม่ เคลื่อนออกด้านข้างมากเกินไป โดยฐานจะทำจากสแตนเลส เพื่อหมดปัญหาการขึ้นสนิม มีเส้นผ่าน ศูนย์กลางประมาณ 10 เซนติเมตร ความลึกของถ้วยประมาณ 2 เซนติเมตร สำหรับใส่หินสปา ตรง กลางของถ้วยจะเป็นด้ามจับที่ทำจากไม้ เพื่อไม่เกิดความร้อนมากขณะประคบ มีความสูง 14 เซนติเมตร เส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 3 เซนติเมตร บริเวณด้ามจับและฐานจะสามารถถอดออกจาก กันได้ เพื่อสะดวกต่อการนำไปนึ่งและใส่หินสพาบนฐานลูกประคบเพื่อเป็นตัวเก็บความร้อนของลูก ประคบให้นานมากขึ้น และถุงใส่สมุนไพร มีลักษณะเป็นผ้าดิบ แผ่นทรงกลม 1 แผ่น มีเส้นผ่าน ศูนย์กลาง 30 เซนติเมตร บริเวณขอบผ้าเย็บเก็บเป็นช่องสำหรับสอดเชือก เพื่อรูดห่อสมุนไพรเข้าหา แท่งด้ามจับ ภายในถุงมีสมุนไพรสด

สำหรับด้านบริการคลินิกแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง จังหวัดนครปฐม พบว่าในการประคบสมุนไพร 1 ลูก ต่อ 1 คน ประคบได้นาน 20 นาที ขณะทำการประคบตามจับกดมากขึ้น คล่องตัวใช้งานง่ายรวดเร็วทันต่อเวลา มีประสิทธิภาพทางด้านความร้อนเพิ่มขึ้น และมีความร้อนที่คงที่กว่าลูกประคบสมุนไพรแบบเดิม และตอบสนองความต้องการของผู้ให้บริการและผู้รับบริการ อีกทั้งเป็นนวัตกรรมที่ง่าย สะดวกต่อการใช้งาน ไม่ยุ่งยาก ซับซ้อน ประหยัดวัสดุ อุปกรณ์ และงบประมาณในการผลิตลูกประคบสมุนไพร และเป็นที่พึงพอใจของผู้ให้บริการและผู้รับบริการทั้งสามด้าน ในด้านรูปแบบ คุณภาพ และด้านประโยชน์ ช่วยลดการรอคอยของผู้ป่วยคนต่อไป ลดการแออัด ช่วยลดขั้นตอนการผลิต และช่วยประหยัดงบประมาณของทางโรงพยาบาลได้อีกด้วย

เอกสารอ้างอิง

- กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. (2552). *คู่มือประชาชนในการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก.
- ไกรศรี ศรีทัพไทย, นพดล หงษ์สุวรรณ, อมรา ภูมิชัยโชติ และเพชรลดา พรหมดี. (2558). *สูตรลูกประคบสมุนไพร ลดอาการปวดคัดตึงด้านมของมารดาหลังคลอด*. Asia-Pacific Journal of Science and Technology, 7(2), 33–39.
- คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (2551). *สมุนไพรสำหรับงานสาธารณสุขมูลฐาน*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ฐานิดา สุวรรณชัย และธัญยาพร แก้วมณี. (2559). *การพัฒนาปลอกประคบร้อนสมุนไพรลดอาการปวดเข้าสำหรับผู้มารับบริการที่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลคลองขวาง อำเภอไทรน้อย จังหวัดนนทบุรี*. (การศึกษาค้นคว้าพิเศษปริญญาบัณฑิต). วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนบุรี.
- ณัฐธิชา ศรียวง. (2557). *ปัจจัยที่มีผลต่อการยอมรับการใช้บริการแพทย์แผนไทยของผู้รับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในเขตอำเภออ่าวลึก จังหวัดกระบี่*. (การศึกษาค้นคว้าพิเศษปริญญาบัณฑิต). วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนบุรี.
- โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง. (2561). *ข้อมูลการให้บริการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ปีงบประมาณ 2561*. นครปฐม: โรงพยาบาลหลวงพ่อบึง.

- วันวิสา สัจจนวนวล. (2558). เปรียบเทียบผลการใช้นวัตกรรมถุงประคบสมุนไพรผสมกรวดกับลูกประคบสมุนไพร ต่อตัวบ่งชี้ภาวะสุขภาพในผู้ที่มีอาการปวดหลังส่วนล่าง ณ คลินิกแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลบางกล่ำ จังหวัดสงขลา. (การศึกษาค้นคว้าพิเศษปริญญาบัณฑิต). วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนภิเษก.
- สุนิษา กลิ่นขจร. (2558). การพัฒนาศักยภาพวิสาหกิจชุมชนกลุ่มผลิตภัณฑ์ลูกประคบสมุนไพร. *Veridian E-Journal, Silpakorn University*, 8(2), 2643–2655.