

การศึกษาความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาอาการปวดหลัง
ด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาลค่ายสุรนารีจังหวัดนครราชสีมา

The opinion study of the patients for backache treatments by
acupuncture of Fort Suranari Hospital, Nakhon Ratchasima

ณรงค์ศักดิ์ หอยสังข์¹ เสาวภาคย์ เครือวัลย์² สาคร แฉ่งกลางดอน³

สำราญ บุญเจริญ⁴ อรณิชา ทศตา⁵

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี จังหวัดนครราชสีมา กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี จำนวน 331 คน เครื่องมือเป็นแบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ

ผลการวิจัยพบว่า

1. การศึกษาข้อมูลด้านสุขภาพของผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังก่อนเข้ารับการรักษาอาการปวดหลังมาเป็นระยะเวลาตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 81.87 นอกจากอาการปวดหลังแล้วยังมีโรคประจำตัวอื่นอีก คิดเป็นร้อยละ 80.66 ทั้งนี้ผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังยังคงรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีทานยาแก้ปวด คิดเป็นร้อยละ 40.48

2. การศึกษาข้อมูลด้านการรับรู้ข่าวสารการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาลค่ายสุรนารีนั้นมาจากการบอกต่อ คิดเป็นร้อยละ 51.36 ซึ่งสาเหตุในการเลือกเข้ารับบริการฝังเข็ม เพราะการฝังเป็นศาสตร์แขนงใหม่

3. ความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี พบว่า แพทย์ผู้รักษามีความเชี่ยวชาญอยู่ในระดับดี มีการตรวจวินิจฉัยอาการได้อย่างแม่นยำ โดยขั้นตอนการรักษาของแพทย์มีความเหมาะสมกับการรักษาอาการปวด ทั้งนี้ การรักษาอาการปวด โดยการฝังเข็มยังมีการรักษาในรูปแบบการครอบแก้วร่วมด้วย ซึ่งการรักษาอาการปวดหลังโดยการฝังเข็มต้องใช้ระยะเวลาในการรักษาประมาณ 1-3 สัปดาห์ จึงจะเกิดประสิทธิภาพและสามารถบรรเทาอาการปวดในการรักษาอาการปวดหลังได้

¹ นักศึกษา คณะการแพทย์แผนจีน วิทยาลัยนครราชสีมา

² นักศึกษา คณะการแพทย์แผนจีน วิทยาลัยนครราชสีมา

³ อาจารย์ คณะการแพทย์แผนจีน วิทยาลัยนครราชสีมา

⁴ อาจารย์ คณะศึกษาศาสตร์และศิลปศาสตร์ วิทยาลัยนครราชสีมา

⁵ อาจารย์ คณะศึกษาศาสตร์และศิลปศาสตร์ วิทยาลัยนครราชสีมา

นอกจากนี้ ยังพบว่า ผู้ป่วยบางส่วนมีอาการดีขึ้น สามารถลดปริมาณการใช้ยาของแพทย์แผนปัจจุบันได้ อาทิเช่น ยาแก้ปวด ยานอนหลับ ยารักษาระบบประสาทส่วนปลาย

คำสำคัญ : อาการปวดหลัง, การรักษาอาการปวดหลัง, การฝังเข็ม

Abstract

The research purpose was to study the opinion of the patients for backache treatments by acupuncture of Fort Suranari Hospital, Nakhon Ratchasima. The research sample was the 331 backache patients of the Fort Suranari Hospital. The research instrument was a questionnaire, and the data was analyzed by percentage.

The research findings were;

1. Studying the health data of the backache patients before the treatment; 81.87 percentage, they had backache more than 6 months; 80.66 percentage, they had the other congenital diseases; and 40.48 percentage they treated the backache by the painkillers.

2. Studying the information receiving of the backache treatments by acupuncture of Fort Suranari Hospital; 51.36 percentage, communicated by “mouth to mouth”. The main reason to selecting was “the acupuncture was a new science”.

3. The opinion study of the patients for backache treatments by acupuncture of Fort Suranari Hospital was found that the medicines had the good level of expert, precise diagnose, the treatment process was suitable for the backache treatments. In addition to treatment by acupuncture, they treated by coping together. For generating the efficiency and the backache relived, the periods of backache treatment by acupuncture were between 1 to 3 weeks.

In addition to, the research finding found that some backache patients were better and they reduced the medicines of modern medicine such as painkillers, sleeping pills and sedative.

Keywords: backache, backache treatments, acupuncture

บทนำ

การปวดหลังจากพังผืดยึดรั้งกระดูกสันหลังส่วนเอวเป็นสาเหตุที่พบได้บ่อยที่สุดในผู้ป่วยปวดหลังที่มารับการรักษาทางกายภาพบำบัดถึงประมาณร้อยละ 80 ส่วนใหญ่พบในวัยกลางคนถึงวัยสูงอายุบางคนก็เจ็บปวด ปานกลางบางคนก็เจ็บรุนแรง การเคลื่อนไหวในท่าก้มหรือแอ่นตัวลดลงและปวดมากขึ้น ในขณะที่ทำงานในชีวิตประจำวัน การตรวจร่างกายมักจะไม่พบความผิดปกติมักได้รับคำวินิจฉัยว่าเป็นหมอนรองกระดูกทับเส้นประสาทหรือกระดูกสันหลังเสื่อม เนื่องมาจากสภาพการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้คนที่ทำให้ร่างกายได้รับความเจ็บป่วย อาทิเช่น ท่าทางการนั่งทำงานการยืนเป็นระยะเวลานาน การยกของ การถือของหนัก หรือการนอนในท่าที่ไม่ถูกต้อง เป็นต้น ล้วนส่งผลกระทบต่อกล้ามเนื้อบริเวณคอ บ่า และโดยเฉพาะอย่างยิ่งบริเวณหลัง (สุชาสินี สายวดี และปิติชา ออมริต, 2558 : 33 - 41)

อาการปวดหลังเกิดจากความผิดปกติของกระดูกและกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเป็นปัญหาที่พบบ่อยของบุคลากรที่มารับบริการงานเวชกรรมฟื้นฟู มีการศึกษาปัญหาปวดหลังของบุคลากรในโรงพยาบาล เช่น ความชุกของอาการปวดหลังที่เกิดกับคนงาน พยาบาล และผู้ช่วยพยาบาลโรงพยาบาล ศิริราช พบว่าความชุกของอาการปวดหลังอยู่ในเกณฑ์สูงปัจจัยในการทำงานที่มีความสัมพันธ์กับอาการปวดหลัง คือ เพศความสูง ตำแหน่งหน้าที่การทำงานและลักษณะงาน (วณิช ตันตวิวัฒน์ และคณะ, 2548 : 135- 144. ; ศันสนีย์ ศิลปะศุภกรวงศ์ และคณะ, 2548 : 128 – 138)

อาการปวดหลังส่วนล่างเป็นอาการที่มีพยาธิสภาพของกล้ามเนื้อหรือกระดูกสันหลังซึ่งเป็นอวัยวะหรือโครงสร้างส่วนที่รับน้ำหนักและมีการเคลื่อนไหวมากกว่าอวัยวะส่วนอื่นๆ จึงอาจทำให้ง่ายต่อการได้รับบาดเจ็บสามารถพบได้ทุกสาขาอาชีพ จากอิริยาบถที่ผิดท่าจนเกิดแรงกดที่กล้ามเนื้อหลังส่วนล่าง ทำให้มีอาการเกร็งตัวของกล้ามเนื้อในบริเวณนั้น จึงเกิดอาการปวดหลังส่วนล่างขึ้น (สุรเกียรติ์ อาชานานุกภาพ, 2553) จากภาวะที่ร่างกายเกิดความไม่สุขสบายและมีการจำกัดการเคลื่อนไหวนี้ทำให้ไม่สามารถกลับมาปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ เนื่องจากความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมลดลงและต้องใช้เวลา ในการปฏิบัติกิจกรรมเช่นเดียวกับที่เคยทำเพิ่มมากขึ้น ส่งผลกระทบทางด้านจิตใจ ทำให้หงุดหงิด ความรู้สึกลดลงคุณค่าในตัวเองลดลง (Van Tulder, Malmivaara, Esmail & Koes, 2000)

นอกจากนี้ยังเป็นสาเหตุที่ทำให้ผู้ที่มีอายุน้อยกว่า 45 ปี เกิดภาวะจำกัดความสามารถมากที่สุด (disability) (Carragee & Hannibal, 2004; Lemone & Burke, 2000) จากการศึกษาพบว่า ร้อยละ 10 - 20 ของผู้ป่วยที่มีปัญหาปวดหลังเฉียบพลันจะมีปัญหาปวดเรื้อรังตามมา (verbunt, et al. 2003) และมีอาการปวดหลังซ้ำมากกว่าร้อยละ 60 ของผู้ป่วยปวดหลังที่มีอาการทุเลาลงแล้ว (biering-sorensen, 1984 as cited in turk, 2000)

ด้วยเหตุผลดังกล่าวคณะผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี จังหวัดนครราชสีมา เพื่อทราบ

ความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาและแนวทางการรักษาอาการปวดหลังด้วยการฝังเข็มเพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานหรือทางเลือกหนึ่งให้กับแพทย์ทางเลือกในการบำบัดรักษาผู้ป่วยอาการปวดหลัง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาล ค่ายสุรนารี จังหวัดนครราชสีมา

ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มาเข้ารับการรักษาอาการปวดหลังด้วยการฝังเข็มใช้การวิจัยเชิงบูรณาการระหว่างวิธีการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ คือการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) การวิจัยเอกสารและการสัมภาษณ์ คณะผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ ผู้ที่มาเข้ารับการรักษาที่แผนกแพทย์แผนจีนของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี ระหว่าง 8 สิงหาคม พ.ศ.2559 - 30 กันยายน พ.ศ.2559 จำนวน 2,480 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ป่วยทั้งชายและหญิงอายุ 30 ปีขึ้นไป ที่มีอาการปวดหลังของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี จำนวน 331 คน โดยใช้วิธีการหาขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยการเปิดตาราง Krejcie และMorgan โดยการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบไม่ใช้หลักความน่าจะเป็นด้วยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ตามคุณสมบัติการคัดเลือก

2. เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมการวิจัย (Inclusion criteria)

2.1 มีอายุตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป

2.2 ไม่จำกัดเพศ

2.3 เป็นผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังเรื้อรัง

2.4 สามารถลงชื่อยินยอมเข้าร่วมในการทำการศึกษาวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม จำนวน 1 ฉบับ ประกอบด้วย 4 ส่วน โดยส่วนที่ 1 คือข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 5 ข้อ ส่วนที่ 2 คือข้อมูลทางสุขภาพของผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 3 ข้อ ส่วนที่ 3 คือข้อมูลด้านการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับแพทย์แผนจีนจำนวน 2 ข้อ และส่วนที่ 4 คือข้อมูลการรักษาและความคิดเห็นหลังเข้ารับบริการรักษา จำนวน 15 ข้อ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้ขอหนังสืออนุญาตผู้อำนวยการโรงพยาบาลค่ายสุรนารีในการขอความอนุเคราะห์ข้อมูลและการเก็บข้อมูลจากผู้ป่วยโรคปวดหลังที่เข้ารับการรักษานในโรงพยาบาลสุรนารีซึ่งในการเก็บข้อมูลในครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้เป็นผู้เก็บข้อมูลด้วยตนเองตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่กำหนด ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมด 1 เดือน

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ คณะผู้วิจัยดำเนินการโดยการนำข้อมูลที่ได้จากผู้ที่เข้ารับการรักษาอาการปวดหลังด้วยการฝังเข็มที่แผนกแพทย์แผนจีนของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามและนำมาวิเคราะห์โดยใช้ค่าสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) คือนำมาแจกแจงความถี่ (Frequency) คำนวณเป็นค่าร้อยละ(Percentage) แล้วนำเสนอข้อมูลแบบความเรียง

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี จังหวัดนครราชสีมา สามารถสรุปได้ดังนี้

1. ผลจากการศึกษาความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี พบว่า ส่วนใหญ่ผู้เข้ารับการรักษาคือเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 51.70 และมีอายุระหว่าง 50-60 ปี คิดเป็นร้อยละ 54.70 อาชีพข้าราชการ คิดเป็นร้อยละ 52.90 และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ระหว่าง 8,000-15,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 87.00 และส่วนใหญ่มีวุฒิการศึกษาอยู่ระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 80.20

2. ผลจากการศึกษาข้อมูลด้านสุขภาพของผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังก่อนเข้ารับการรักษามีอาการปวดหลังมาเป็นระยะเวลาตั้งแต่ 6 เดือน ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 81.87 ทั้งนี้จากการศึกษาข้อมูลด้านสุขภาพของผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาอาการปวดหลัง ยังพบว่า มีโรคประจำตัวอื่นอีกก่อนเข้ารับการรักษาดด้วยวิธีการฝังเข็ม คิดเป็นร้อยละ 80.66 และผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังยังคงรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีทานยาแก้ปวด คิดเป็นร้อยละ 40.48

3. ผลจากการศึกษาความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี พบว่า ผู้เข้ารับการรักษารู้ข่าวสารการฝังเข็มมาจากการบอกต่อ คิดเป็นร้อยละ 51.36 ซึ่งสาเหตุที่เลือกเข้ารับการบริการฝังเข็มเพราะว่าเป็นศาสตร์แขนงใหม่ คิดเป็นร้อยละ 54.98

4. ผลจากการศึกษาความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี พบว่า แพทย์มีความเชี่ยวชาญอยู่ในระดับดีคิดเป็นร้อยละ 89.73 และมีการตรวจวินิจฉัยอย่างแม่นยำในระดับดีคิดเป็นร้อยละ 88.82 จำนวนแพทย์และเจ้าหน้าที่มีเพียงพอ

คิดเป็นร้อยละ 79.15 และระยะเวลาที่แพทย์ทำการตรวจรักษามีความเหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 96.37 ขั้นตอนการรักษาของแพทย์มีความเหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 99.09

นอกจากการรักษาโดยการฝังเข็มยังมีการให้การรักษาในรูปแบบการครอบแก้วด้วยคิดเป็นร้อยละ 77.95 และไม่ใช้ยาจีนรักษาด้วย คิดเป็นร้อยละ 97.28 และหลังจากฝังเข็มแล้วเห็นผลของการฝังเข็มอย่างมีประสิทธิภาพในช่วง 1-3 สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 90.63 มีผลที่ได้จากการรักษาสามารถบรรเทาอาการปวดหลังหรือการรักษาอาการปวดหลังได้อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 87.61 และถ้าประสบปัญหาปวดหลังแบบเดิมอีกจะกลับมารักษาด้วยการฝังเข็มอีกครั้ง คิดเป็นร้อยละ 99.09 และหลังรับการรักษาด้วยการฝังเข็มยังปฏิบัติพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการปวดหลังเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 91.84 และการฝังเข็มเป็นอีกทางเลือกหนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 96.68

อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการศึกษาความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีการฝังเข็มของโรงพยาบาลค่ายสุรนารี พบว่า แพทย์ผู้รักษามีความเชี่ยวชาญอยู่ในระดับดี มีการตรวจวินิจฉัยอาการได้อย่างแม่นยำ โดยขั้นตอนการรักษาของแพทย์มีความเหมาะสมกับการรักษาอาการปวด ทั้งนี้การรักษาอาการปวดโดยการฝังเข็มยังมีการรักษาในรูปแบบการครอบแก้วร่วมด้วย ซึ่งการรักษาอาการปวดหลังโดยการฝังเข็มต้องใช้ระยะเวลาในการรักษาประมาณ 1-3 สัปดาห์ จึงจะเกิดประสิทธิภาพและสามารถบรรเทาอาการปวดในการรักษาอาการปวดหลังได้นอกจากนี้ ยังพบว่าผู้ป่วยบางส่วนมีอาการดีขึ้น ซึ่งสามารถลดปริมาณการใช้ยาของแพทย์แผนปัจจุบันลงได้ อาทิเช่น ยาแก้ปวด ยานอนหลับ ยารักษาระบบประสาทส่วนปลาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสุชาลีณี สาวดี และปิติชา อะมริต (2558 : 33 - 41) ได้ศึกษาการรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีฝังเข็ม กรณีศึกษาคลินิกฝังเข็มโรงพยาบาลพระนครศรีอยุธยาและแผนกแพทย์แผนจีน โรงพยาบาลบ้านลาด ผลการวิจัยพบว่า การฝังเข็มรักษาอาการปวดหลัง มีประสิทธิภาพต่อการลดความรุนแรงอาการปวดหลังอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < 0.00$ และการฝังเข็มรักษาอาการปวดหลังสามารถลดความถี่ของอาการปวดหลังได้อย่างนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < 0.00$ ดังนั้นการฝังเข็มเป็นการรักษาทางเลือกของประเทศจีนซึ่งได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายในประเทศไทยและเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปถึงประสิทธิผลของการฝังเข็มในการรักษาอาการปวดหลังทำให้ในปีพ.ศ. 2546 องค์การอนามัยโลกยอมรับว่าการฝังเข็มช่วยบรรเทาอาการปวดหลังส่วนล่างได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ชนศักดิ์ หทัยอารีย์รักษ์ และนราทร โสภณประภาภรณ์ (2555 : 89-94) ได้ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสำเร็จของการฝังเข็มเพื่อรักษาอาการปวดหลังส่วนล่าง ผลการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างแบบไม่จำเพาะที่มีคะแนนอาการปวด (VAS) มากกว่า 80 มิลลิเมตร และผู้ที่มีอาการน้อยกว่า 6 เดือน มีโอกาสที่อาการปวดจะทุเลามากกว่าร้อยละ 50 จากการฝังเข็มแบบจีน 2 ครั้งต่อสัปดาห์ จำนวน 15 ครั้ง และในการศึกษานี้พบว่าการฝังเข็มแบบจีนในผู้ที่มีอาการปวดหลังส่วนล่าง สามารถลด

ความปวดได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยลดความปวดได้ 25.81 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 26.8) มิลลิเมตร ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ Brinkhaus B และคณะ (2006) ที่ทำการวิจัย เชิงทดลองแบบสุ่มในการรักษาอาการปวดหลังส่วนล่างเรื้อรังในผู้ป่วย 298 ราย ด้วยการฝังเข็ม เทียบกับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝังเข็มและกลุ่มฝังเข็มหลอก พบว่าการฝังเข็ม โดยสามารถลดความปวดได้ 28.7 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 30.3) มิลลิเมตร

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลวิจัยไปใช้

1.1 นำผลการวิจัยที่ได้ไปวางแผนเพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังมีพฤติกรรม การดูแลตนเองที่ถูกต้อง เพื่อหลีกเลี่ยงสาเหตุและปัจจัยส่งเสริมของการเกิดอาการปวดหลังโดยเสนอต่อผู้บริหารโรงพยาบาลค่ายสุรนารี จังหวัดนครราชสีมา จักได้นำไปใช้ในการปรับรูปแบบให้บริการ ในแผนกแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก และเสนอต่อคณะแพทยแผนจีน วิทยาลัยนครราชสีมา เพื่อจักได้ใช้เป็นข้อมูลในการเพิ่มเติมความรู้ในการจัดการเรียนการสอนเรื่องอาการปวดหลังสำหรับนักศึกษาแพทย์แผนจีนและผู้สนใจทั่วไป

1.2 ควรศึกษาแนวทางการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังมีพฤติกรรม การดูแลตนเองที่ดีเพื่อลดความเสี่ยงที่จะเกิดอาการปวดและความรุนแรงของอาการปวดที่หลังได้

1.3 ควรศึกษาข้อมูลเชิงลึกจะช่วยให้ทราบถึงเหตุผลของพฤติกรรมดูแลตนเองใน เรื่องต่างๆ เพื่อจักได้นำมาใช้เพื่อเป็นรูปแบบในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมกับ อาการปวดหลังได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

ทั้งนี้ ผลงานวิจัยครั้งนี้อ้างอิงได้ในผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาของโรงพยาบาลแห่งเดียว เท่านั้น ซึ่งอาจไม่ครอบคลุมถึงการรักษาอาการปวดหลังของโรงพยาบาลอื่นๆ ได้ เนื่องจากอาจจะมี ปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องด้วย

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาครั้งต่อไป

2.1 ควรทำการศึกษาผู้ป่วยทั้งในจังหวัดนครราชสีมาและในจังหวัดอื่นๆ เพื่อศึกษาความ ชุกของโรคในการหาสาเหตุ แนวทางป้องกันและรักษาอาการให้ครอบคลุมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.2 ควรศึกษาเปรียบเทียบระหว่างผู้ป่วยที่อยู่ในโรงพยาบาลรัฐบาลกับผู้ป่วยที่อยู่ใน โรงพยาบาลเอกชน

2.3 การรักษาอาการปวดหลังอาจใช้วิธีอื่นร่วมด้วยเพื่อให้ได้ประสิทธิภาพมากขึ้น เช่น การครอบแก้ว การรมยา

บรรณานุกรม

- สุธาสนี สาวดี และปิติชา อมรিত. (2558). การรักษาอาการปวดหลังด้วยวิธีฝังเข็ม กรณีศึกษาคลินิกฝังเข็มโรงพยาบาลพระนครศรีอยุธยาและแผนกแพทย์แผนจีน โรงพยาบาลบ้านลาด. **รายงานการประชุมวิชาการและเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ “สร้างสรรค์และพัฒนาเพื่อก้าวหน้าสู่ประชาคมอาเซียน” ครั้งที่ 2. นครราชสีมา.**
- ชนศักดิ์ หทัยอารีย์รักษ์ และนราทร โสภณประภาภรณ์. (2555). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสำเร็จของการฝังเข็มเพื่อรักษาอาการปวดหลังส่วนล่าง. **เวชศาสตร์ฟื้นฟูสาร ; ปีที่ 22 ฉบับที่ 3 กันยายน-ธันวาคม 2555. 89 – 94.**
- สุรเกียรติ อาชานานุภาพ. (2553). **ตำราการตรวจรักษาโรคทั่วไป เล่ม 2.** กรุงเทพฯ: โฮลิสติกพับลิชชิง.
- วณิช ตันตวิวัฒน์, วิษณุ กัมทรทิพย์, สันติ อัครพลังไชย, ประดิษฐ์ ประทีปะวนิช. (2548). อาการปวดหลังจากการทำงานของคนงานโรงพยาบาลศิริราช. **เวชศาสตร์ฟื้นฟูสาร ; 15 : 135-44.**
- คันสนีย์ ศิลปะศุภกรวงศ์, วิษณุ กัมทรทิพย์, สันติ อัครพลังชัย, ประดิษฐ์ ประทีปะวนิช. (2549). การศึกษาความชุก ปัจจัยเสี่ยง และผลกระทบของอาการปวดหลังส่วนล่างของพยาบาลและผู้ช่วยพยาบาลโรงพยาบาลศิริราช. **เวชศาสตร์ฟื้นฟูสาร; 16 (3) : 128-38.**
- Brinkhaus B, Claudia M W, Susanne Jena, Klaus L, Andrea S, et al. (2006). Acupuncture in Patients with Chronic Low Back Pain. **Arch Intern Med ; 166: 450-7.**
- Carragee, E. J., & Hannibal. M. (2004). Diagnostic evaluation of low back pain. **Orthopedic Clinics North of America, 35, 7 – 16**
- LeMone, P, & Burke, K. M. 2000). **Medical – surgical nursing : Critical in thinking in client care (2nd ed.).** New Jersey : Prentice – Hall.
- Turk, D.C. (2000). Are pain syndromes acute or chronic diseases?. **The Clinical Journal of Pain, 16(4), 279 – 280.**
- Van Tulder, M., Malmivaara, A., Esmail, R., & Koes, B. (2000). Exercise therapy for low back pain: A systematic review within the framework of the Cochrane Collaboration Back Review Group. **Spine, 25(21), 2784-2796.**
- Verbunt, J. A., Seelen H. A., Vlaeyen J. W., ven de Heijden, G. J., Heuts, P.H., Pons, K., & Knottnerus, A. (2003). Disuse and deconditioning in chronic low back pain : concepts and hypotheses on contributing mechanisms. **European Journal of pain, 7, 9-21.**