ชื่อผลงาน นวัตกรรมถุงมือเจลลดอาการนิ้วล็อกทดแทนการแช่พาราฟินในกลุ่มผู้ป่วยข้อนิ้วล็อก ระดับ 3 เพื่อลดการเดินทางมารับบริการในโรงพยาบาลชุมพวงช่วงระบาด COVID-19

ชื่อเจ้าของผลงาน น.ส. ปิยวรรณ แปลนดี

หน่วยงานที่ปฏิบัติงาน โรงพยาบาลชุมพวง อำเภอชุมพวง จังหวัดนครราชสีมา

เบอร์โทรศัพท์ที่ทำงาน 044-477281 ต่อ 822 โทรสาร. 044-477281 ต่อ 102

เบอร์โทรศัพท์มือถือ 089-8471531

บทคัดย่อ

บทนำ โรคนิ้วล็อก (Trigger finger) เป็นความผิดปกติของนิ้วมือที่มีสาเหตุจากการใช้มือในท่ากำบีบอย่างแรง ซ้ำ ๆ บ่อย ๆ ส่งผลให้เกิดการอักเสบระหว่างปลอกหุ้มเอ็นและเส้นเอ็นทางด้านฝ่ามือซึ่งทำหน้าที่ในการงอนิ้วมือ จนทำให้ปลอกหุ้มเอ็นหนาตัวขึ้น เส้นเอ็นผ่านไปมาไม่สะดวก เกิดการฝืด ขัด เจ็บและสะดุดขณะที่งอหรือเหยียดนิ้วมือ ส่งผลกระทบต่อการทำกิจวัตรประจำวันเป็นอย่างมาก ใช้เวลาในการรักษานานเฉลี่ยมากกว่า 6 สัปดาห์หรือบางรายเรื้อรังรักษาไม่หายต้องได้รับการผ่าตัด จึงนำมาสู่การประดิษฐ์นวัตกรรมถุงมือเจลลดอาการนิ้วล็อกทดแทนการแช่พาราฟินในกลุ่มผู้ป่วยข้อนิ้วล็อกระดับ 3 เพื่อความต่อเนื่องในการรักษา ลดโอกาสการรับเชื้อและการแพร่กระจายเชื้อ COVID-19 ในช่วงที่มีการระบาดจากการเดินทางมารับบริการที่โรงพยาบาลชุมพวง

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ป่วยข้อนิ้วล็อค ความรุนแรงระดับ 3 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลชุมพวง จำนวน 4 ราย ได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่องด้วยตนเองที่บ้าน โดยการใช้นวัตกรรมถุงมือเจลที่ให้ความร้อนตื้นและการบริหารนิ้วมือตามคำแนะนำ เป็นเวลา 6 สัปดาห์ หลังจากนั้นประเมินผลโดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจ ประเมินความปวด (Pain scale) และองศาการเคลื่อนไหว (ROM) ของนิ้วมือ

วิธีการศึกษา ประดิษฐ์นวัตกรรมถุงมือเจลโดยนำวัสดุเหลือใช้คือเจลแช่ยารักษาอุณหภูมิจากบริษัทยามาใส่ในถุงมือยาง โดยซ้อนถุงมือ 2 ชั้น เพื่อไม่ให้มือสัมผัสกับเจลโดยตรง โดยก่อนใช้ให้นำถุงมือไปแช่น้ำอุ่น 15 นาที แล้วนำมาสวมใส่มืออีก 15 นาที หลังจากนั้นบริหารมือตามคำแนะนำ ต่อเนื่องทุกวันจนครบ 6 สัปดาห์

ผลการศึกษา พบว่าผู้ป่วยทั้ง 4 ราย มีความพึงพอใจในการใช้นวัตกรรม มีอาการปวด (Pain scale) ลดลงและมีองศาการเคลื่อนไหว (ROM) ของนิ้วมือเพิ่มมากขึ้น

สรุปและข้อเสนอแนะ นวัตกรรมถุงมือเจลช่วยรักษาอาการนิ้วล็อก ระดับ 3 ทดแทนการแช่พาราฟินได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้เกิดความต่อเนื่องในการรักษาโดยไม่ต้องเดินทางมารับบริการที่โรงพยาบาลชุมพวง เพื่อลดโอกาสการรับเชื้อและการแพร่กระจายเชื้อ COVID-19

ชื่อผลงาน นวัตกรรมถุงมือเจลลดอาการนิ้วล็อกทดแทนการแช่พาราฟินในกลุ่มผู้ป่วยข้อนิ้วล็อก ระดับ 3 เพื่อลดการเดินทางมารับบริการในโรงพยาบาลชุมพวงช่วงระบาด COVID-19

ชื่อเจ้าของผลงาน น.ส. ปิยวรรณ แปลนดี

หน่วยงานที่ปฏิบัติงาน โรงพยาบาลชุมพวง อำเภอชุมพวง จังหวัดนครราชสีมา

เบอร์โทรศัพท์ที่ทำงาน 044-477281 ต่อ 822 โทรสาร. 044-477281 ต่อ 102

เบอร์โทรศัพท์มือถือ 089-8471531

อีเมล์แอดเดรส pipo_pd@hotmail.com

สาระสำคัญ

บทนำ

โรคนิ้วล็อก (Trigger finger) เป็นความผิดปกติของนิ้วมือที่มีสาเหตุจากการใช้มือในท่ากำบีบอย่างแรง ซ้ำ ๆ บ่อย ๆ ส่งผลให้เกิดการอักเสบระหว่างปลอกหุ้มเอ็นและเส้นเอ็นทางด้านฝ่ามือซึ่งทำหน้าที่ในการงอนิ้วมือ จนทำให้ปลอกหุ้มเอ็นหนาตัวขึ้น เส้นเอ็นผ่านไปมาไม่สะดวก เกิดการฝืด ขัด เจ็บและสะดุดขณะที่งอหรือเหยียดนิ้วมือ โดยแบ่งตามระดับความรุนแรงได้ 6 ระดับ พบได้บ่อยในวัยกลางคนและเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ส่งผลกระทบต่อการทำกิจวัตรประจำวันเป็นอย่างมาก ใช้เวลาในการรักษานานเฉลี่ยมากกว่า 6 สัปดาห์หรือบางรายเรื้อรังรักษาไม่หายต้องได้รับการผ่าตัด จึงนำมาสู่การประดิษฐ์นวัตกรรมถุงมือเจลลดอาการนิ้วล็อกทดแทนการแช่พาราฟินในกลุ่มผู้ป่วยข้อนิ้วล็อกระดับ 3 เพื่อความต่อเนื่องในการรักษา ลดระยะเวลาและค่าใช้จ่ายในการเดินทางมาโรงพยาบาล โดยเฉพาะช่วงที่มีการระบาดของโรค COVID-19 ซึ่งเน้นให้ผู้ป่วยดูแลตนเองอยู่ที่บ้านเพื่อป้องกันการรับเชื้อและการแพร่กระจายเชื้อ COVID-19

วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้ป่วยข้อนิ้วล็อค ความรุนแรงระดับ 3 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลชุมพวง จำนวน 4 ราย ได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่องด้วยตนเองที่บ้าน โดยการใช้นวัตกรรมถุงมือเจลที่ให้ผลการรักษาเป็นความร้อนตื้นและการบริหารนิ้วมือตามคำแนะนำ เป็นเวลา 6 สัปดาห์
- เพื่อลดความเสี่ยงในการรับและการแพร่กระจายเชื้อ COVID-19 จากการเดินทางมารับบริการที่โรงพยาบาลชุมพวง
- เพื่อนำวัสดุเหลือใช้ได้แก่เจลแช่ยารักษาอุณหภูมิจากบริษัทยามาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์

วิธีการศึกษา

- ประดิษฐ์นวัตกรรมถุงมือเจลโดยนำวัสดุเหลือใช้คือเจลแช่ยาจากบริษัทยามาใส่ในถุงมือยาง โดยซ้อนถุงมือ 2 ชั้น เพื่อไม่ให้มือสัมผัสกับเจลโดยตรงแล้วติดกาวเชื่อมถุงมือทั้ง 2 ชั้น

- คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากผู้ป่วยที่มีอาการข้อนิ้วมือล็อค ความรุนแรงระดับ 3 ที่แพทย์ส่งปรึกษานักกายภาพบำบัดและมีความสมัครใจเข้าร่วมการศึกษาเป็นเกณฑ์คัดเข้า ยกเว้นผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัวเบาหวานเป็นเกณฑ์คัดออก ซึ่งมีทั้งหมด 4 ราย เป็นเพศหญิงทั้งหมด อายุระหว่าง 40-50 ปี
- กระบวนการศึกษาเริ่มจากอธิบายวิธีการใช้นวัตกรรม ข้อควรระวัง การบริหารนิ้วมือและการสังเกตุอาการผิดปกติ โดยก่อนใช้ให้นำถุงมือไปแช่น้ำอุ่น 15 นาที แล้วนำมาสวมใส่มืออีก 15 นาที หลังจากนั้นบริหารมือตามคำแนะนำ ต่อเนื่องทุกวันจนครบ 6 สัปดาห์ ซึ่งกระบวนการนี้อาศัยผลของความร้อนตื้นเพิ่มการไหลเวียนเลือด เพิ่มความยืดหยุ่นของเนื้อเยื่อ ลดอาการตึงและลดอาการปวดจากข้อนิ้วล็อค
- ประเมินผลโดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจ ประเมินความปวด (Pain scale) และองศาการเคลื่อนไหว (ROM) ของนิ้วมือ

เครื่องมือที่ใช้

- แบบประเมินความพึงพอใจ แบ่งเป็น 5 ระดับ (ไม่พึงพอใจ/พึงพอใจน้อย/พึงพอใจปานกลาง/พึงพอใจ/พึงพอใจมาก)
- แบบประเมินความเจ็บปวด (Pain scale) ระดับคะแนน 0-10 คะแนน
- การประเมินองศาการเคลื่อนไหวของนิ้ว (ROM) โดยใช้ โกนิโอมิเตอร์ (Goniometer)

ผลการศึกษา

พบว่าผู้ป่วยทั้ง 4 ราย มีความพึงพอใจในการใช้นวัตกรรม มีอาการปวด (Pain scale) ลดลงและมีองศาการเคลื่อนไหว (ROM) ของนิ้วมือเพิ่มมากขึ้น

วิจารณ์ผล

จากการศึกษาอาจมีปัจจัยหลายอย่างที่ส่งผลให้อาการของผู้ป่วยดีขึ้น เช่น การรับประทานยา การลดกิจกรรมที่ทำให้เกิดอาการปวด เป็นต้น จึงทำให้ผลของการศึกษามีแนวโน้มดีขึ้น อีกทั้งนวัตกรรมมีวิธีการใช้ที่ไม่ยุ่งยาก มีความปลอดภัยและวัสดุหาทดแทนได้ง่าย ส่งผลให้ผู้ป่วยมีความพึงพอใจในการใช้นวัตกรรม แต่ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่าง (Sample size) มีน้อยจึงยังไม่สามารถนำมาคำนวณทางสถิติเพื่อเปรียบเทียบผลได้ชัดเจนทั้งภายในกลุ่มและระหว่างกลุ่มที่รักษาโดยการแช่พาราฟิน

สรุปและข้อเสนอแนะ

นวัตกรรมถุงมือเจลช่วยรักษาอาการนิ้วล็อก ระดับ 3 ทดแทนการแช่พาราฟินได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้เกิดความต่อเนื่องในการรักษาโดยไม่ต้องเดินทางมารับบริการที่โรงพยาบาลชุมพวง เพื่อลดโอกาสการรับเชื้อและการแพร่กระจายเชื้อ COVID-19

เอกสารอ้างอิง สุรเมศวร์ ศิริจารุวงศ์, จักรกริช กล้าผจญ, คณิตศ์ สนั่นพานิช, สยาม ทองประเสริฐ. การศึกษานำร่องผลการรักษาและความพึงพอใจของผู้ป่วยโรคนิ้วล็อกต่อการใช้อุปกรณ์พยุงข้อโคนนิ้วมือ. เวชศาสตร์ฟื้นฟูสาร 2555; 22(3): 80-88.