

นวัตกรรม ยาหม่องว่านสามเกลอ

หลักการและเหตุผล

จากการสำรวจประชากรในชุมชนพบว่า มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่ร้อยละ ๒๒.๓๙ เป็นผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน ๑๕ ราย และติดเตียง ๓ ราย วัยผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีความเสื่อมของร่างกาย ทำให้พบเจอปัญหาเกี่ยวกับระบบกระดูก กล้ามเนื้อมากที่สุดในบรรดาทุกกลุ่มวัย มีอาการปวดเมื่อย ปวดข้อ เส้นเอ็นตึง ยิ่งผู้สูงอายุกลุ่มพึ่งพิงหลายรายจะพบปัญหา ข้อเสื่อม หรือข้อติดแข็ง ส่งผลต่อสุขภาพด้านอื่นๆ และการใช้ชีวิตประจำวันเป็นอย่างมาก

โดยเริ่มแรกได้ผลิตเป็นน้ำมันว่านสามเกลอ จากการที่รับถ่ายทอดสูตรน้ำมันมา ได้เล็งเห็นว่าน้ำมันว่านสามเกลอมีสมุนไพรที่ช่วยบรรเทาอาการปวดกล้ามเนื้อ ข้อ หรือเส้นเอ็นต่างๆ ซึ่งหาได้ง่ายในท้องถิ่น สามารถถ่ายทอดวิธีการ นำมาทำและใช้ได้โดยง่ายในชุมชน เป็นการนำภูมิปัญญาดั้งเดิมมาประยุกต์ใช้ในการรักษา บรรเทาอาการ นอกจากจะช่วยให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุดีขึ้น ยังสามารถลดภาระค่าใช้จ่ายในการรักษาได้อีกทางหนึ่ง และหลังจากนั้นได้พัฒนามาเป็นยาหม่องว่านสามเกลอซึ่งช่วยให้สะดวกและง่ายในการใช้งานมากขึ้น

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อนำสมุนไพรที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาใช้ให้เกิดประโยชน์
๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุ หรือผู้ป่วยที่มีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ปวดข้อ ได้รับการดูแล และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
๓. เพื่อให้ญาติของผู้ป่วย หรือผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองในเบื้องต้นได้

วัสดุอุปกรณ์

- สมุนไพรที่ใช้
 - น้ำมันมะพร้าว ๓ ลิตร
 - ไพลสด ๒ กิโลกรัม
 - ว่านนางคำ ๑ กิโลกรัม
 - ขมิ้นอ้อย ๑/๒ กิโลกรัม
 - เกลาเอ็นอ่อน ๑/๒ กิโลกรัม



วิธีการทำ

- นำสมุนไพรทั้งหมดไปล้างทำความสะอาด ก่อนหั่นเป็นชิ้นบางๆ



- นำน้ำมันมะพร้าวใส่กระทะไปตั้งไฟจนร้อน ก่อนนำสมุนไพรทั้งหมดไปทอดในน้ำมัน



- เคี้ยวด้วยไฟอ่อนไปเรื่อย ๆ จนสมุนไพรกรอบ



- พักทิ้งไว้ให้เย็นลงก่อนกรองด้วยผ้าขาวบาง นำไปบรรจุขวดที่เตรียมไว้ พร้อมนำไปใช้งาน



วิธีใช้

ใช้ทา นวดบริเวณที่มีอาการปวดเมื่อย วันละ ๒ ครั้ง เช้า-เย็น หรือเมื่อมีอาการปวด

สรรพคุณ

แก้ปวดเมื่อย เคล็ดขัดยอก ฟกช้ำ บรรเทาอาการอักเสบตามข้อ แก้ก้นบั้นขา ปลายมือปลายเท้า

วิธีการเก็บรักษา

เก็บให้พ้นแสงแดด

เป้าหมาย

ผู้สูงอายุทั่วไป และผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน/ติดเตียง ที่มีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เคล็ดขัดยอก กล้ามเนื้ออักเสบ ปวดข้อเข่า หรือข้อติดแข็ง ภายในชุมชน

การประเมินผล

๑. ประเมินความพึงพอใจจากการใช้น้ำมันว่านสามเกลอ
๒. ประเมินประสิทธิผลการรักษาด้วยน้ำมันว่านสามเกลอ

ประโยชน์ที่ได้รับ

๑. ส่งเสริมการใช้สมุนไพรที่มีในชุมชนให้เพิ่มมากขึ้น
๒. ชาวบ้านในชุมชนสามารถดูแลตนเองในเบื้องต้นได้เมื่อมีอาการเจ็บป่วย
๓. เป็นการอนุรักษ์ภูมิปัญญาที่สืบทอดมาให้มีความสำคัญและคงอยู่ในชุมชนต่อไป

สรุปผลการดำเนินงานตามโครงการนวัตกรรม

จากการดำเนินงานได้ศึกษาผลจากการใช้น้ำมันว่านสามเกลอในผู้สูงอายุทั่วไป ผู้สูงอายุติดบ้าน/ติดเตียง



จำนวน ๘๘ ราย พบว่ามีความพึงพอใจร้อยละ ๑๐๐ จากการติดตามหลังใช้ ๑ สัปดาห์ พบว่า มีอาการดีขึ้น ๗๖ ราย และมีอาการคงที่ ๑๒ ราย และไม่มีผู้สูงอายุคนใดมีอาการแย่ลง จากการเก็บข้อมูลพบว่าผู้สูงอายุที่มีอาการทางกระดูกและกล้ามเนื้อไม่รุนแรง หลังใช้น้ำมันว่านสามเกลอมีอาการดีขึ้น ส่วนรายที่มีอาการรุนแรง เช่น ข้อเข่า

เสื่อมรุนแรง ข้อติดแข็ง หรืออาการปวดหลังที่เกิดจากกระดูกทรุด/หมอนรองกระดูกทับเส้นประสาท หลังการใช้
น้ำมันว่านสามเกลอ ยังมีอาการค่อนข้างคงที่ ซึ่งต้องติดตามผลในการใช้ระยะยาวต่อไป



ตาราง ผลการรักษาด้วยน้ำมันว่านสามเกลอ

โรค/อาการ	จำนวน	ผลลัพธ์		
		ดีขึ้น	คงเดิม	แย่ลง
ปวดบ่า	๒๑/๓๕	๓๕	-	-
ปวดหลัง	๓๒ / ๒๘	๒๘	-	-
ตะคริวบ่อย	๑๗/๑๐	๑๐	-	-
ไหล่ติด	๒๑/๑๓	๑๑	๒	-
ปวดข้อเข่า	๓๗/๑๓	๑๑	๒	-
ข้อติดแข็ง	๙/๔	๑	๓	-
รวม	๑๓๗/๑๐๓	๙๓	๖	๐

ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

- ๑.การให้ความร่วมมือของคนในชุมชน
- ๒.บุคลากรในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสามตำบล และกลุ่มวิสาหกิจชุมชนให้การสนับสนุน

ปัญหาและอุปสรรค

๑. ราคาสมุนไพรในตลาดไม่คงที่ขึ้นอยู่กับฤดูกาล
๒. ประชาชนบางส่วนยังเห็นความสำคัญของการใช้สมุนไพรน้อยกว่ายาแผนปัจจุบัน

การพัฒนาต่อเนื่อง

๑. พัฒนาด้านนวัตกรรมให้ไปได้ไกลกว่าระดับชุมชน
๒. ขยายเครือข่ายในการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการดูแลสุขภาพสู่ทุกกลุ่มวัยและชุมชนข้างเคียง
๓. พัฒนาศูนย์เรียนรู้ด้านภูมิปัญญาในชุมชน

