

1. **ชื่อผลงาน/โครงการ (Project name):** พอกยา เผายา โรคเข่าเสื่อม
2. **ประเภทผลงานนวัตกรรม (Innovation category):**
นวัตกรรมด้านการบริการ (Service Innovation Project)
คำสำคัญ : การพอกยา เผายา ข้อเข่าเสื่อม สมุนไพร
สรุปผลงานโดยย่อ (Project summary) : แต่เดิมการรักษาผู้ป่วยมีเพียงการนวดรักษา ประคบสมุนไพร อบและทานยาสมุนไพร โรคเข่าเสื่อมเป็นโรคหนึ่งที่ทางแผนไทยพบเป็นจำนวนมาก หลังจากผู้ป่วยมานวดรักษากลับบ้านผู้ป่วยยังมีพฤติกรรมเช่นเดิมและกลับมาเป็นอีก จึงทำให้มีแนวคิดนวัตกรรมการพอกยา เผายา ลดอาการปวดเข่าให้กับผู้ป่วยนำไปใช้ที่บ้าน ประหยัดเวลาและค่าใช้จ่ายส่งเสริมการพึ่งตนเอง โดยใช้วัสดุที่หาง่ายในชุมชน
3. **เป้าหมาย/วัตถุประสงค์(Objective) :** เพื่อให้ผู้ป่วยได้ใช้นวัตกรรมสมุนไพรร่วมกับการนวดไทยในผู้ป่วยโรคเข่าเสื่อมและให้ผู้ป่วยอาการโรคเข่าเสื่อมมีอาการปวดเข่าลดลง
4. **แนวคิดการพัฒนานวัตกรรม (Conceptual framework) :**
 - (1) ทบทวนองค์ความรู้ด้านแพทย์แผนไทยเกี่ยวกับอาการปวดเข่า โรคเข่าเสื่อม
 - (2) นำหัตถการพอกยา เผายามาใช้รักษาผู้ป่วย
 - (3) รักษาด้วยการกดจุดร่วมกับการพอกยา เผายา
 - (4) ประเมินอาการปวดเข่า และประเมินความพึงพอใจหลังจากได้รับการรักษาเสร็จสิ้น 6 ครั้งแล้ว
5. **กิจกรรม/กระบวนการพัฒนานวัตกรรม (Development process) :** การพอกยา เผายา เป็นแนวทางให้การรักษาผู้ป่วยเป็นการเพิ่มทางเลือกในการรักษาผู้ป่วยมากขึ้นจากเดิม และให้ผลการรักษาที่ดีขึ้น
 - (1) วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำหัตถการเผายา
น้ำมันไพล, ขมิ้นชัน, ไพลสด, ข่า, ตะไคร้, ผิวมะกรูด, ชিং, การบูร, เกลือ, แอลกอฮอล์สำหรับจุดไฟ
 - (2) ขั้นตอนการเผายา
เตรียมสมุนไพรที่จะใช้แล้ว นำมาสับให้ละเอียดพอประมาณ จากนั้นนำมาคลุกกับการบูรให้เข้ากันดีระหว่างนั้น ผู้รักษาก็ทำการนวดน้ำมันไพลบริเวณเข่าของผู้ป่วยที่จะทำการเผายาเพื่อเตรียมผิวให้พร้อม และเป็นการไล่ลมเบื้องต้น ประมาณ 5-10 นาที จากนั้นใช้ผ้าชุบน้ำหมาดๆ มาม้วนแล้ววางเป็นกรอบรอบเข่าบริเวณที่จะทำการเผาไฟรักษา แล้วใส่สมุนไพรลงไปให้เต็มช่องที่ผ้าขหนูล้อมไว้ เกลี่ยสมุนไพรให้เสมอกัน แล้ววางผ้าชุบน้ำหมาดๆ คลุมบริเวณที่จะเผาอีกชั้น ระหว่างนั้นก็ฉีดยาหรือจุดแอลกอฮอล์บนผ้าขหนูล้อมในจุดที่วางเครื่องยาไว้ แล้วก็ดำเนินการจุดไฟ จนเมื่อไฟดับก็จุดใหม่ ทำแบบนี้ประมาณ 5-7 รอบ หรือจนกว่าผู้ป่วยจะรู้สึกร้อนแต่ละรอบให้คลึงเครื่องยาเพื่อให้เครื่องยาโดนความร้อนอย่างทั่วถึงกัน โดยต้องสังเกตอาการของคนผู้ป่วยไปด้วย เพราะบางคนอาจรู้สึกไม่ไหว ความดันโลหิตขึ้นจนรู้สึกไม่สบายตัวได้
 - (3) ข้อควรระวัง
หลังเผายาแล้ว ไม่ควรอาบน้ำทันที และควรงดการรับประทานอาหารฤทธิ์เย็น เช่น แดงโม น้ำเย็น เพราะความเย็นจะเข้ามากระทบ ทำให้เลือดลมไหลเวียนไม่สะดวก การเผายาที่นำไปจะไม่ได้ผลการเผายาสามารถทำได้สัปดาห์ละ 3-5 ครั้ง แต่ไม่ควรเผาทุกวัน
6. **การประเมินผลการปรับปรุง/เปลี่ยนแปลง/สิ่งประดิษฐ์ (Innovation evaluation) :**

การพอกยา เผายาเป็นรูปแบบการรักษาอาการปวดเข่าอีกอย่างหนึ่ง เพื่อเป็นทางเลือกใหม่ในการรักษา จากเดิมที่การรักษาอาการปวดเข่ามีเพียงแค่การนวดและการประคบสมุนไพร การเพิ่มหัตถการการพอกยาไปนั้น ส่งผลให้ประสิทธิภาพการรักษาดีขึ้น อาการปวดเข่าทุเลาลง โดยรวมผู้ป่วยมีความพึงพอใจในการรักษา สรุปแล้ว การรักษาอาการปวดเข่า ด้วยหัตถการพอกยา เผายาถือเป็นแนวทางการรักษาที่ดีอีกทางหนึ่งซึ่งช่วยให้ผู้ป่วยลด อาการปวดเข่าได้

7. สรุปบทเรียนที่ได้รับ (Lesson learn):

- (1) ควรมีการส่งเสริมและใช้หัตถการพอกยา เผายาเพิ่มมากขึ้นในผู้ป่วยที่มีอาการปวดเข่า เพื่อเป็นการลด การใช้ยาแก้ปวดและเป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการรักษาของผู้ป่วย
- (2) ส่งเสริมการปลูกสมุนไพรตามสูตรยาเผา เช่น ไพล ขมิ้น

8. อ้างอิง/บรรณานุกรม (Reference): 1.

1. เผายา ศูนย์นวัตกรรมแพทย์แผนไทย
2. เผายา ศาสตร์รักษา ภูมิปัญญาโบราณ