

ปีที่ 35 ฉบับที่ 12206 วันพุธที่ 17 กันยายน พ.ศ. 2557 หน้า 21

# พยาบาลรพ.นครพิงค์วิจัยพบ

## ใช้‘น้ำอุ่นผสมน้ำมะนาว’ เช็ดตัวช่วยลดไข้ให้เด็กได้

นางสาวชลิตา ภวานาเกษมสถานต์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการประจำโรงพยาบาลนครพิงค์ จังหวัดเชียงใหม่ ได้นำเสนอผลงานการศึกษาวิจัย เรื่อง “ประสิทธิผลของการใช้น้ำอุ่นผสมน้ำมะนาวในการเช็ดตัวลดไข้ในผู้ป่วยเด็กที่รักษาในโรงพยาบาลนครพิงค์” ในงานประชุมวิชาการของกระทรวงสาธารณสุข ประจำปี 2557 ที่ศูนย์ประชุมและแสดงสินค้านานาชาติ เฉลิมพระเกียรติ 7 รอบพระชนมพรรษา จังหวัดเชียงใหม่

นางสาวชลิตา กล่าวว่า ในปี 2556 มีผู้ป่วยเด็กเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลนครพิงค์ จำนวน 782 ราย ในจำนวนนี้ 2 รายมีอาการชักเนื่องจากมีไข้สูง ทำให้ผู้ปกครองที่ดูแลผู้ป่วยมีความวิตกกังวล โดยขณะผู้ป่วยมีไข้ขึ้นสูง ผู้ปกครองบางรายไม่ให้ความร่วมมือเนื่องจากให้เหตุผลว่า การเช็ดตัวใช้เวลานาน หลังเช็ดแล้วไข้ลดลงและกลับสูงขึ้นในเวลาไม่นาน ผู้วิจัยจึงสนใจทำการศึกษาการใช้น้ำอุ่นผสมน้ำมะนาวมาใช้เช็ดตัวลดไข้ โดยศึกษาในกลุ่มผู้ป่วยเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปีที่มีไข้สูงกว่า 38.5 องศาเซลเซียส จำนวน 60 ราย ระหว่างวันที่ 1 พฤษภาคม 2557-7 กรกฎาคม 2557 โดยใช้วิธีการเช็ดตัวแบบผสมผสานระหว่างการเช็ดตัวและห่อหุ้มตัว เป็นเวลานาน 15 นาที และวัดไข้ซ้ำหลังเช็ดตัวแล้ว 15 นาที เปรียบเทียบกับเด็กที่ใช้วิธี

เช็ดตัวลดไข้ด้วยน้ำอุ่นอย่างเดียว

ผลการศึกษาวิจัย พบว่า การเช็ดตัวด้วยน้ำอุ่นผสมน้ำมะนาวให้ผลต่อการลดไข้ได้ อุณหภูมิร่างกายลดลงกว่าเดิมเฉลี่ย 1.2 องศาเซลเซียส เช่น หากมีไข้ 38.5 องศาเซลเซียส หลังเช็ดตัววิธีนี้ไข้ลดลงเหลือ 37.3 องศาเซลเซียส ในขณะที่เด็กที่เช็ดตัวลดไข้ด้วยน้ำอุ่นธรรมดาทั่วไป ลดอุณหภูมิได้เฉลี่ย 0.67 องศาเซลเซียสเท่านั้น ซึ่งให้เห็นว่าการใช้น้ำอุ่นผสมน้ำมะนาวเช็ดตัวลดไข้ ให้ผลในการลดอุณหภูมิร่างกายได้ดีกว่าการใช้น้ำอุ่นอย่างเดียว ประมาณ 2 เท่าตัว

ผลที่ได้จากการศึกษาวิจัยทดสอบการใช้น้ำมะนาว ซึ่งเป็นสมุนไพรพื้นบ้านของไทย หาได้ง่ายในครัวเรือน ครั้งนี้ สามารถนำไปเผยแพร่ประชาชนทั่วไปเพื่อประยุกต์ใช้กับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นในครอบครัว เพื่อดูแลบุคคลในครอบครัว โดยเฉพาะเมื่อเด็กเล็กมีไข้ เพื่อป้องกันการเกิดอาการชัก ซึ่งอาจกระทบต่อสมองของเด็ก และในอนาคตจะมีอาการชักทุกครั้งเมื่อมีไข้สูง และอาจมีผลต่อพัฒนาการ และสติปัญญาการเรียนรู้ของเด็ก การใช้น้ำมะนาวผสมในน้ำอุ่นจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการเช็ดตัวลดไข้ในผู้ป่วยเด็ก และยังเป็นทางเลือกในการให้การพยาบาล เพื่อลดไข้ในผู้ป่วยเด็กกลุ่มอื่นๆ โดยผู้วิจัยจะศึกษาต่อยอดความรู้ โดยศึกษาการเลือกใช้ผลมะนาวผิวสีเหลืองกับสีเขียว และการศึกษาระยะเวลาที่ไข้ลด ว่าช่วยลดไข้ได้นานเท่าใด เพื่อให้การเช็ดตัวลดไข้ด้วยน้ำอุ่นผสมน้ำมะนาวมีประสิทธิภาพมากขึ้นต่อไป