



การประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 14
 "Global Goals, Local Actions: Looking Back and Moving Forward 2021"
 วันพุธที่ 18 สิงหาคม 2564

ความพึงพอใจของการใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ โรงพยาบาลเขาย้อย
 จังหวัดเพชรบุรี

The satisfaction of the use of the longevity with insomnia
 Khao Yoi Hospital Phetchaburi

รสริน ใจเย็น

หลักสูตรสาขาการแพทย์แผนไทยประยุกต์

Email: s62562807011@ssru.ac.th

ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ.ยงยุทธ วัชรดุลย์

Email: yongyudh.va@ssru.ac.th

ศาสตราจารย์ นพ.สรใจ แสงวิเชียร

Email: sanjai.sa@ssru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Study) เพื่อศึกษาความพึงพอใจของการใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ ทำการศึกษาที่โรงพยาบาลเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 77 ราย ตั้งแต่เดือนมีนาคม 2564 – 30 เมษายน 2564 เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม วิเคราะห์ผลการศึกษาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 61 คน ร้อยละ 79.2 รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน 16 คน ร้อยละ 20.8 มีอายุอยู่ในช่วง 61-70 ปี มากที่สุด จำนวน 25 คน ร้อยละ 32.5 โดยประกอบอาชีพงานบ้านมากที่สุด จำนวน 29 คน ร้อยละ 37.7 อยู่ในสถานภาพสมรสมากที่สุด จำนวน 62 คน ร้อยละ 80.5 ความพึงพอใจโดยรวมของการใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ โรงพยาบาลเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาองค์ประกอบพบว่าทั้งด้านผลิตภัณฑ์ตำรับยาและด้านการรักษา โดยทั้งสองมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด เนื่องจากตำรับยาอายุวัฒนะมีความคุ้มค่า ต้นกลางดีและหลับสนิทตลอดคืนใช้แล้วเห็นผลการรักษา ตำรับยาอายุวัฒนะจึงเป็นทางเลือกหนึ่งในการดูแลสุขภาพในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ

คำสำคัญ : ความพึงพอใจ, ตำรับยาอายุวัฒนะ, ผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ

Abstract

This research was a survey study to study the satisfaction of the use of the elixir in people with insomnia. Conduct a study at Khao Yoi Hospital Phetchaburi Province, patient 77 from March 2021 - 30 April 2021. Data collection with questionnaires The study results were analyzed by percentage, mean, standard deviation. The results showed that the majority of



การประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 14
 "Global Goals, Local Actions: Looking Back and Moving Forward 2021"
 วันพุธที่ 18 สิงหาคม 2564

them were female, with 61 cases, 79.2 %, followed by 16 cases, 20.8 % age in the range of 61-70 years, the most 25 cases, 32.5 %. With the highest number of maid, with a total of 29 case , 37.7 %. In the marital status, the most number of 62 case, 80.5 %. Overall satisfaction of the use of the elixir in people with insomnia. Khao Yoi Hospital Phetchaburi At the highest level. When considering the composition, it was found that both the product, the drug formulation and the treatment both were satisfied at the highest level. Because the longevity is worthwhile wake up in the middle of the night and sleep soundly throughout the night. The longevity is one of the health care options in people with insomnia.

Keywords: Satisfaction, Recipe the longevity , Insomnia

บทนำ

สถานการณ์ในประเทศไทยพบว่าประชาชนไทยประสบปัญหาอนไม่หลับในช่วงกลางคืนหรือหลับไม่เพียงพอร้อยละ 30 – 40 และมีปัญหาอนไม่หลับเรื้อรังร้อยละ 10 ส่วนในผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงเกิดปัญหาอนไม่หลับ เนื่องจากเซลล์ประสาทในสมองที่ควบคุมการนอนหลับเสื่อมสภาพและมีจำนวนลดลง โรคนอนไม่หลับเกิดขึ้นได้ในประชากรทุกช่วงอายุคนส่วนมากจะมีอาการอนไม่หลับ 1 หรือ 2 คืน แต่บางครั้งอาจเกิดขึ้นนานเป็นสัปดาห์ เดือน หรือปี โรคนอนไม่หลับมักเป็นในผู้หญิงและผู้สูงอายุ อาการอนไม่หลับหรือหลับลำบาก หรือหลับไม่สนิท (เรียกว่าโรคนอนไม่หลับ) เป็นปัญหาที่ผู้คนส่วนใหญ่โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ การนอนไม่หลับจะมีผลกระทบทั้งช่วงกลางวันและกลางคืน ทำให้รู้สึกอ่อนเพลียในระหว่างวัน และเป็นสาเหตุให้มีปัญหาในการทำงาน ผลกระทบของปัญหานี้ผู้ป่วยหลายรายที่เป็นโรคนอนไม่หลับเกิดจากหลายปัจจัยร่วมกัน ปัจจัยเหล่านี้อาจรวมถึงบางรายอาจมีโรคทางกาย หรือโรคทางจิตใจที่เป็นสาเหตุของโรคไม่อนหลับ

ตำรับยาอายุวัฒนะประกอบไปด้วยตัวยา 6 ชนิดได้แก่ ตะโกนา ทั้งถ่อน พริกไทยดำ หัวแห้วหมู บอระเพ็ดและเมล็ดข่อย ซึ่งมีตำรายาอายุวัฒนะอยู่ในสมุดข่อยของแพทย์สมัยโบราณในแผ่นดินสมเด็จพระนารายณ์มหาราช สืบทอดการใช้มาอย่างยาวนาน และยังมีปรากฏอยู่ในตำรายาของสมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอกรมพระยาปวเรศวริยาลงกรณ์ พระมหาสมณเจ้า โดยสรรพคุณทางการแพทย์แผนไทยซึ่งช่วยบำรุงร่างกาย บำรุงธาตุ บำรุงกำลัง ให้สมดุลระบบเลือดลมไหลดีจึงทำให้ช่วยในการนอนหลับโดยโรงพยาบาลเขาย้อยได้นำมาใช้สำหรับการรักษาผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับในโรงพยาบาลตั้งแต่ปี พ.ศ.2559 จนถึงปัจจุบัน

ดังนั้นผู้ศึกษาจึงมีความสนใจศึกษาระดับความพึงพอใจของผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะ ในงานแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลเขาย้อย เพื่อทราบข้อเท็จจริงว่า ระดับความพึงพอใจของผู้ใช้เป็นอย่างไร ผลที่ได้จะได้นำไปวางแผนพัฒนาแนวทางการรักษาผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับและเป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพของผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับต่อไป



การประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 14
 "Global Goals, Local Actions: Looking Back and Moving Forward 2021"
 วันพุธที่ 18 สิงหาคม 2564

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจของการใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ ในโรงพยาบาลเขาย้อย

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตประชากร เป็นผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับที่มารับการรักษาด้วยตำรับยาอายุวัฒนะ ในงานแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 77 คน ทำการศึกษาในช่วงระหว่างวันที่ 1 มีนาคม – 30 เมษายน 2564

2. ขอบเขตตัวแปร

ตัวแปรอิสระ ปัจจัยด้านคุณลักษณะประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ อาชีพ

ตัวแปรตาม ระดับความพึงพอใจของการใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ ในโรงพยาบาลเขาย้อย

3. ขอบเขตเวลา ช่วงเวลาที่ศึกษาระหว่างวันที่ 1 มีนาคม 2564 – 30 เมษายน 2564

วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey study) เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจของการใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ ในโรงพยาบาลเขาย้อย จำแนกตามคุณลักษณะของประชากร คือ เพศ อายุ สถานภาพ ในระหว่างวันที่ 1 มีนาคม 2564 – 30 เมษายน 2564 ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1. ระเบียบวิธีวิจัย

ประชากร ผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับที่มารับการรักษาในโรงพยาบาลเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 77 คน

กลุ่มตัวอย่าง ผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับทั้งเพศชายและเพศหญิง โดยผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นแบบเจาะจง (purposive sampling) เนื่องจากมีจำนวนกลุ่มตัวอย่างจึงทำการเก็บข้อมูลผู้มาใช้ตำรับยาอายุวัฒนะทุกคน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นแบบสอบถามความพึงพอใจของการใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ ในโรงพยาบาลเขาย้อย ซึ่งประกอบด้วย 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลของประชากร ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจต่อการใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ แบ่งออกเป็น 2 ด้าน ดังนี้



การประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 14
 "Global Goals, Local Actions: Looking Back and Moving Forward 2021"
 วันพุธที่ 18 สิงหาคม 2564

1.ด้านผลิตภัณฑ์ยา

- 1.1.พกพาสะดวก
- 1.2.รับประทานง่าย

- 1.3.มีความคุ้มค่า
- 1.4.มีความน่าเชื่อถือ

2.ด้านผลการรักษา

- 2.1.ใช้แล้วเห็นผล
- 2.2.ลดระยะเวลาในการรักษา
- 2.3.ต้นกลางดึกลดลง

- 2.4.นอนหลับสนิทตลอดคืน
- 2.5.ทำกิจวัตรประจำวันได้ทั้งวันโดยไม่รู้สึกร่าง
- 2.6.ใช้เวลาหลับเร็วขึ้น

เกณฑ์การให้คะแนนสำหรับระดับความพึงพอใจ

- ระดับ 5 หมายถึง มากที่สุด
- ระดับ 4 หมายถึง มาก
- ระดับ 3 หมายถึง ปานกลาง
- ระดับ 2 หมายถึง น้อย
- ระดับที่ 1 หมายถึง น้อยที่สุด

ประเมินระดับความพึงพอใจโดยรวมและรายชื่อ จำนวนทั้งหมด 10 ข้อ ซึ่งการแปลความหมายของระดับคะแนน ได้แปลระดับความพึงพอใจของผู้ใช้บริการ โดยใช้ค่าเฉลี่ยของผลคะแนนเป็นตัวชี้วัดตามเกณฑ์ในการวิเคราะห์ ตามแนวคิดของเบสท์ (best,1981) มีรายละเอียดดังนี้

- ค่าเฉลี่ย 4.21 – 5.00 หมายถึง พึงพอใจมากที่สุด
- ค่าเฉลี่ย 3.41 – 4.20 หมายถึง พึงพอใจมาก
- ค่าเฉลี่ย 2.61 – 3.40 หมายถึง พึงพอใจปานกลาง
- ค่าเฉลี่ย 1.81 – 2.60 หมายถึง พึงพอใจน้อย
- ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.80 หมายถึง พึงพอใจน้อยที่สุด

2.ขั้นตอนการวิจัย

2.1.สร้างแบบสอบถามโดยการศึกษาจากเอกสารแนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในการรับบริการ เพื่อนำมากำหนดกรอบของการสร้างแบบสอบถามและการออกแบบคำถามให้ครอบคลุม

2.2.นำแบบสอบถามที่ร่างมาปรึกษาต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้

2.3.ทำหนังสือถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลเขาย้อยเพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในการรักษาอาการนอนไม่หลับ



การประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 14
 "Global Goals, Local Actions: Looking Back and Moving Forward 2021"
 วันพุธที่ 18 สิงหาคม 2564

3.การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้แจกแบบสอบถามและขอความร่วมมือตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยใช้ระยะเวลาที่เก็บข้อมูลตั้งแต่วันที่ 1 มีนาคม 256 – 31 เมษายน 2564 โดยได้ดำเนินการดังนี้

3.1.ผู้วิจัยนำแบบสอบถามดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเองกับกลุ่มตัวอย่างจากผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ ที่มารับบริการที่โรงพยาบาลเขาย้อยในช่วงระหว่างวันที่ 1 มีนาคม 2564 – 30 เมษายน 2564 จำนวน 77 ราย

3.2.เก็บรวบรวมแบบสอบถามและตรวจสอบความสมบูรณ์ของคำตอบในแบบสอบถามก่อนนำกลับคืนมาทุกรายที่คืนแบบสอบถาม

3.3.จัดหมวดหมู่ของข้อมูลในแบบสอบถาม เพื่อนำไปวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป

4.การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลความพึงพอใจของผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในโรงพยาบาลเขาย้อย โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1.ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะทางประชากรของผู้ตอบแบบสอบถามด้วยวิธีการเชิงสถิติพรรณนา (Descriptive Statistic) ได้แก่ จำนวน ค่าเฉลี่ย (Mean) ร้อยละ (Percentage) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) บรรยายด้วยตารางประกอบความเรียง

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 คุณลักษณะทางประชากรทั่วไปของผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ โรงพยาบาลเขาย้อย

ข้อมูลคุณลักษณะทางประชากรของผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะ โรงพยาบาลเขาย้อย ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 61 คน ร้อยละ 79.2 รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน 16 คน ร้อยละ 20.8 มีอายุอยู่ในช่วง 61-70 ปี มากที่สุด จำนวน 25 คน ร้อยละ 32.5 รองลงมาอยู่ในช่วงอายุ 51-60 ปี จำนวน 20 คน ร้อยละ 26.0 โดยประกอบอาชีพงานบ้านมากที่สุด จำนวน 29 คน ร้อยละ 37.7 รองลงมาประกอบอาชีพรับจ้าง จำนวน 20 คน ร้อยละ 26.0 อยู่ในสถานภาพสมรสมากที่สุด จำนวน 62 คน ร้อยละ 80.5 รองลงมาสถานภาพโสด จำนวน 13 คน ร้อยละ 16.9

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ความพึงพอใจของผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ โรงพยาบาลเขาย้อย

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานในภาพรวมของระดับความพึงพอใจของผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ โรงพยาบาลเขาย้อย (n=77)

ลำดับที่	ความพึงพอใจ	\bar{x}	S.D	ระดับความพึงพอใจ
1	ด้านผลิตภัณฑ์ตำรับยาอายุวัฒนะ	4.57	.25	มากที่สุด
2	ด้านการรักษา	4.58	.18	มากที่สุด
	รวม	4.58	.11	มากที่สุด



การประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 14
 "Global Goals, Local Actions: Looking Back and Moving Forward 2021"
 วันพุธที่ 18 สิงหาคม 2564

จากตารางที่ 1 พบว่าระดับความพึงพอใจของผู้ใช้ผู้เข้ารับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ โรงพยาบาลเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี โดยภาพรวมมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.58$) เมื่อจำแนกรายด้านพบว่าด้านการรักษา มีระดับความพึงพอใจสูงสุด ($\bar{X}=4.58$) รองลงมา ด้านผลิตภัณฑ์ตำรับยาอายุวัฒนะ ($\bar{X}=4.57$)

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานในด้านผลิตภัณฑ์ตำรับยาอายุวัฒนะของระดับความพึงพอใจในผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ โรงพยาบาลเขาย้อย (n=77)

ลำดับที่	ด้านผลิตภัณฑ์ตำรับยา	\bar{X}	S.D	ระดับความพึงพอใจ
1	พกพาสะดวก	4.62	.53	มากที่สุด
2	รับประทานง่าย	4.57	.61	มากที่สุด
3	มีความคุ้มค่า	4.64	.60	มากที่สุด
4	มีความน่าเชื่อถือ	4.48	.50	มากที่สุด
	รวม	4.55	.40	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 พบว่าระดับความพึงพอใจด้านผลิตภัณฑ์ตำรับยาของผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในโรงพยาบาลเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี โดยรวมมีระดับความพึงพอใจมากที่สุด ($\bar{X}=4.55$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าผลิตภัณฑ์ยาที่มีความคุ้มค่า มีระดับความพึงพอใจมากที่สุด ($\bar{X}=4.64$) รองลงมาพกพาสะดวก ($\bar{X}=4.62$) และความพึงพอใจต่ำสุดคือ ความน่าเชื่อถือ ($\bar{X}=4.48$)

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานในด้านการรักษาของระดับความพึงพอใจของผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ โรงพยาบาลเขาย้อย (n=77)

ลำดับที่	ด้านการรักษา	\bar{X}	S.D	ระดับความพึงพอใจ
1	ใช้แล้วเห็นผล	4.64	.48	มากที่สุด
2	ระยะเวลาในการรักษาลดลง	4.17	.59	มาก
3	ตื่นกลางดึกลดลง	4.78	.41	มากที่สุด
4	นอนหลับสนิทตลอดคืน	4.78	.41	มากที่สุด
5	ทำกิจวัตรประจำวันโดยไม่รู้สึกรำคาญ	4.51	.50	มากที่สุด
6	ใช้เวลาอนหลับเร็วขึ้น	4.62	.48	มากที่สุด
	รวม	4.62	.29	มากที่สุด



การประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 14
 "Global Goals, Local Actions: Looking Back and Moving Forward 2021"
 วันพุธที่ 18 สิงหาคม 2564

จากตารางที่ 3 พบว่าระดับความพึงพอใจด้านการรักษาของผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะในโรงพยาบาลเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี โดยรวมมีระดับความพึงพอใจมากที่สุด ($\bar{X} = 4.62$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ตื่นกลางดึกลดลงและนอนหลับสนิทตลอดคืน มีระดับความพึงพอใจมากที่สุด ($\bar{X} = 4.78$) รองลงมาใช้แล้วเห็นผล ($\bar{X} = 4.64$) และความพึงพอใจต่ำที่สุดคือ ระยะเวลาในการรักษาลดลง ($\bar{X} = 4.17$)

อภิปรายผลการวิจัย

ระดับความพึงพอใจของผู้ใช้ตำรับยาอายุวัฒนะที่มีภาวะนอนไม่หลับ โรงพยาบาลเขาย้อย เพชรบุรี โดยภาพรวมอยู่ในระดับความพึงพอใจมากที่สุด พบว่าทั้งด้านผลิตภัณฑ์ตำรับยาและด้านการรักษามีความพึงพอใจมากที่สุด เมื่อพิจารณาองค์ประกอบในด้านผลิตภัณฑ์ตำรับยาพบว่าค่าเฉลี่ยความคุ้มค่ามีค่าสูงสุดและความน่าเชื่อถือมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ด้านการรักษาพบว่าการตื่นกลางดึกลดลงและหลับสนิทตลอดคืนมีค่าเฉลี่ยสูงสุดและระยะเวลาในการรักษาลดลงมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด เนื่องจากตำรับยาอายุวัฒนะเป็นยาสมุนไพรไม่เห็นผลทันทีเท่ากับยาแผนปัจจุบันโดยต้องใช้ระยะเวลาในการรักษาสักกระยะหนึ่ง ส่งผลให้ต้องใช้เวลานานถึงเห็นผลการรักษา ซึ่งตรงกับหลักการแพทย์แผนไทยที่ตัวยาสสมุนไพรจะไปปรับธาตุทั้ง 4 ในร่างกายให้สมดุลเมื่อธาตุมีความสมดุลกันระบบการไหลเวียนของเลือดลมดีส่งผลให้อาการนอนไม่หลับลดลง และเนื่องจากกระแสข่าวในสังคมออนไลน์มักบอกผลเสียของการใช้ยาสมุนไพรในทางลบว่าการใช้ยาสมุนไพรทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย เช่น ทำให้ไตวาย ตับแข็ง เป็นต้น จึงทำให้ประชาชนมีความน่าเชื่อถือยาสมุนไพรลดลงจึงไม่มีความไว้วางใจ แต่ด้วยผลสรุปจากการศึกษาในครั้งนี้ทางด้านการรักษาพบว่าตำรับยาอายุวัฒนะช่วยทำให้ตื่นกลางดึกลดลงและหลับสนิทตลอดคืนมีค่าเฉลี่ยที่สูง เพราะฉะนั้นจึงเป็นทางเลือกหนึ่งสำหรับผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับในการดูแลสุขภาพ

ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อหาระยะเวลาของความปลอดภัยในการรับประทานตำรับยาอายุวัฒนะ
2. ศึกษาอาการข้างเคียงหรืออาการไม่พึงประสงค์ของการใช้ตำรับยาอายุวัฒนะ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการใช้ตำรับยาอายุวัฒนะ
3. ควรศึกษาเพิ่มเติมด้านคุณภาพการนอนในผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับโดยใช้ตำรับยาอายุวัฒนะ

เอกสารอ้างอิง

กรกมล ลีลาธีรภัทร. (2556).ความพึงพอใจของผู้บริโภคต่อผลิตภัณฑ์ขนมไทยเก่าพี่น้อง.สาขาบริหารธุรกิจ. มหาวิทยาลัยเกริก.

ประพนธ์ ประถมไชย และคณะ.(2559).ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติงานของพนักงานการประปานครหลวง สาขาประชาชื่น. ใน เอกสารการประชุมสวนสุนันทาวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 5 พ.ศ. 2559 การวิจัยเพื่อยั่งยืน.(หน้า 472-486). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.



การประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 14
"Global Goals, Local Actions: Looking Back and Moving Forward 2021"
วันพุธที่ 18 สิงหาคม 2564

ปัทมา ศิริวรรณ.(2559). ความรู้ ทักษะ ทักษะ การรับรู้ และการใช้ยาสมุนไพร ของผู้ให้บริการและผู้รับบริการ
ในโรงพยาบาลแม่ทา อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน.สาขาการจัดการสร้างเสริมสุขภาพ. คณะ
สาธารณสุขศาสตร์.มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

มริษา ไกรงู.(2552).ความพึงพอใจของผู้โดยสารต่อการใช้บริการรถตู้โดยสารปรับอากาศประจำเส้นเส้นทาง
กรณีศึกษา : สายกรุงเทพ – เพชรบุรี (หมายเลขเส้นทางเดินรถ 73).สาขาบริหารธุรกิจธุรกิจ
มหาบัณฑิต.มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.

สุเมธ สุทธิประเสริฐพร.(2558).การศึกษาความพึงพอใจในการใช้ผลิตภัณฑ์บรรเทาอาการระคายเคืองของ
ผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล.หลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต.คณะพาณิชยศาสตร์
และการบัญชี.มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.