



มหาวิทยาลัยมหิดล *ปัญญาของแผ่นดิน*  
Mahidol University *Wisdom of the Land*

ประชุมวิชาการสมาคมพยาบาลโรคมะเร็งแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 3

**“Pain Control in Cancer Patients: Non-pharmacological Treatment”**

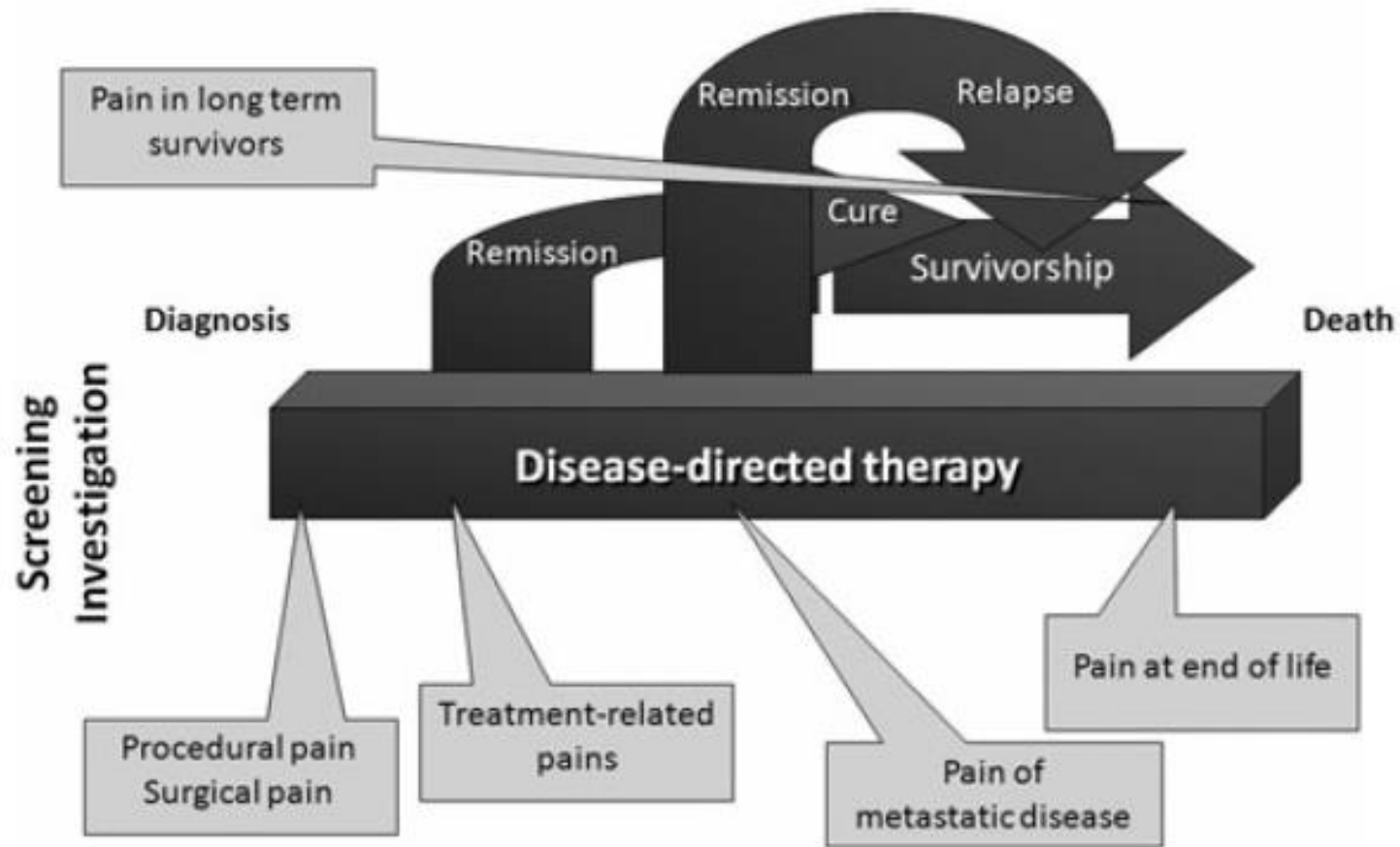
จิราภี สุนทรกุล ณ ชลบุรี

ผู้ปฏิบัติการพยาบาลชั้นสูง

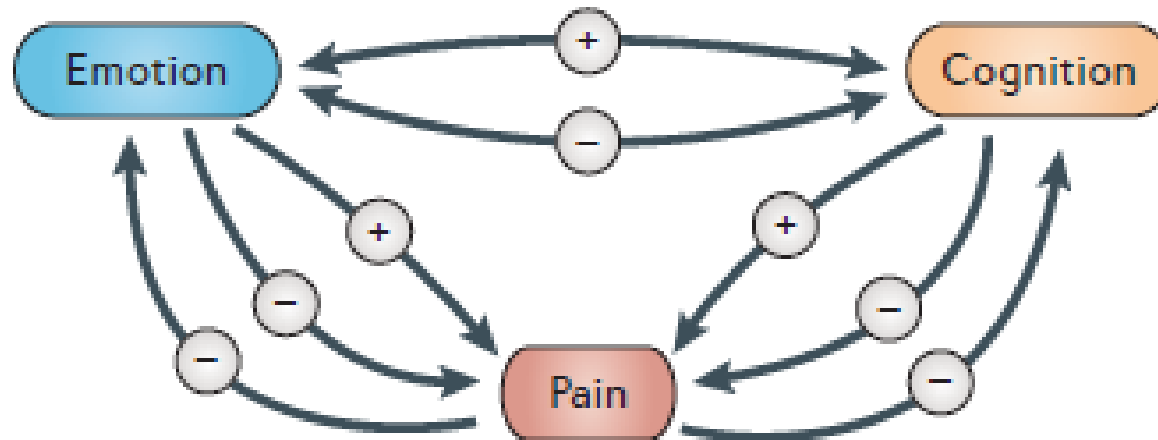
ฝ่ายการพยาบาล คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี



# Model of cancer disease and pains



## Pain-Emotion-Cognition



(Bushnell, Ceko & Low, 2013)



# Non-pharmacological Pain Management



# Nonpharmacological pain management

## เป้าหมาย

เพื่อสนับสนุนให้การรักษาความปวดโดยใช้ยาได้ผลดีขึ้น

ไม่ใช่เพื่อทดแทนการใช้ยาแก้ปวด



# Nonpharmacological pain management

## ประโยชน์

- เสริมการรักษาด้วยการใช้ยา
- ลดปริมาณการใช้ยาบรรเทาปวด
- ลดอาการข้างเคียงจากยา
- เพิ่มความทนต่อความปวด
- เพิ่มความสามารถในการควบคุมตนเอง
- คุณภาพชีวิตดีขึ้น



# Nonpharmacological pain management

## Methods

- Psychological therapy
- Physical therapy



# Nonpharmacological pain management

## Psychological Therapy

- Self management
- Relaxation and attention strategies: Relaxation technique, Music therapy, Aromatherapy, Art therapy
- Hypnosis
- Cognitive behavioral therapy: Guide imagery





# Nonpharmacological pain management

## Physical Therapy

- Acupuncture (การฝังเข็ม)
- Acupressure (การกดจุด)
- Massage (การนวด)
- TENS (การกระตุ้นด้วยไฟฟ้าแรงดันต่ำผ่านผิวหนัง)
- Therapeutic Touch (การสัมผัส)



# Non-pharmacological pain management: Psychological therapy



# Psychological therapy: Self management

โปรแกรมการจัดการอาการเจ็บปวดด้วยตนเองโดยเน้นหลักอริยสัจสี่ในผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและคอที่ได้รับยาเคมีบำบัด

Design	Quasi-experimental (2 group)
Participant	ผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและคอ ที่ได้รับเคมีบำบัด จำนวน 60 ราย
Intervention	กลุ่มทดลอง ได้รับการพยาบาลตามโปรแกรมการจัดการอาการเจ็บปวดด้วยตนเอง โดยเน้นหลักอริยสัจสี่ ผู้วิจัยพบผู้ป่วยวันละ 2 ครั้ง เป็นเวลา 7 วัน กลุ่มควบคุม ได้รับการพยาบาลตามปกติ
Outcomes	ความปวด (Brief Pain Inventory) วันที่ 1, 7 และ 14
Result	ความเจ็บปวด(เข็บบุช่องปากอักเสบ)หลังการทดลอง วันที่ 7 และ 14 ในกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
Conclusion	โปรแกรมการจัดการอาการเจ็บปวดด้วยตนเองโดยเน้นหลักอริยสัจสี่ช่วยลดความปวดในผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและคอที่ได้รับยาเคมีบำบัด

# Nonpharmacological pain management

## Attention technique

เป็นวิธีการเบี่ยงเบนความสนใจของผู้ป่วยจาก  
ความปวดไปยังสิ่งกระตุ้นภายนอก เพื่อปรับสภาพ  
อารมณ์ที่มีความเครียดมาเป็นอารมณ์ที่รู้สึกสงบ  
สบาย สิ่งกระตุ้นที่ใช้ได้แก่ เสียงดนตรี รูปภาพ กลิ่น



# Psychological therapy: Music therapy



# Psychological therapy: Music therapy

Music therapy reduces pain in palliative care patients: a randomized controlled trial

Design	Randomized controlled trial (2 groups)
Participant	ผู้ป่วยระยะสุดท้ายจำนวน 200 รายที่รับไว้ในโรงพยาบาล
Intervention	กลุ่มทดลอง นักดนตรีบำบัดจัดสิ่งแวดล้อมให้เงียบสงบ จากนั้นใช้เทคนิคการผ่อนคลายแล้วตามด้วยการเล่นดนตรีเพลงแบบ “light classical music” รวมเวลา 20 นาที 1 ครั้ง กลุ่มควบคุม นักดนตรีบำบัดจัดสิ่งแวดล้อมให้เงียบสงบ ให้ผู้ป่วยนอนพัก เป็นเวลา 20 นาที 1 ครั้ง
Outcomes	ความปวด (Numerical Rating Scale, FLACC scale, Functional Pain Scale) วัดก่อนและหลังการทดลอง
Result	ผู้ป่วยกลุ่มทดลองมีคะแนนความปวด (NRS, FLACC scale, FPS) ที่ลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
Conclusion	การใช้เทคนิคการผ่อนคลายและดนตรีบำบัดจากนักดนตรีบำบัดมีประสิทธิภาพในการลดความปวดผู้ป่วยระยะสุดท้าย

# Psychological therapy: Music therapy

[Intervention Review]

## Music interventions for improving psychological and physical outcomes in cancer patients

Joke Bradt<sup>1</sup>, Cheryl Dileo<sup>2</sup>, Denise Grocke<sup>3</sup>, Lucanne Magill<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Department of Creative Arts Therapies, College of Nursing and Health Professions, Drexel University, Philadelphia, PA, USA.

<sup>2</sup>Department of Music Therapy and The Arts and Quality of Life Research Center, Boyer College of Music and Dance, Temple University, Philadelphia, USA. <sup>3</sup>Melbourne Conservatorium of Music, University of Melbourne, Victoria, Australia. <sup>4</sup>School of Music, University of Windsor, Windsor, Canada

Contact address: Joke Bradt, Department of Creative Arts Therapies, College of Nursing and Health Professions, Drexel University, 1505 Race Street, rm 1041, Philadelphia, PA, 19102, USA. [jbradt@drexel.edu](mailto:jbradt@drexel.edu).

**Editorial group:** Cochrane Gynaecological Cancer Group.

**Publication status and date:** New, published in Issue 8, 2011.

**Review content assessed as up-to-date:** 25 June 2011.

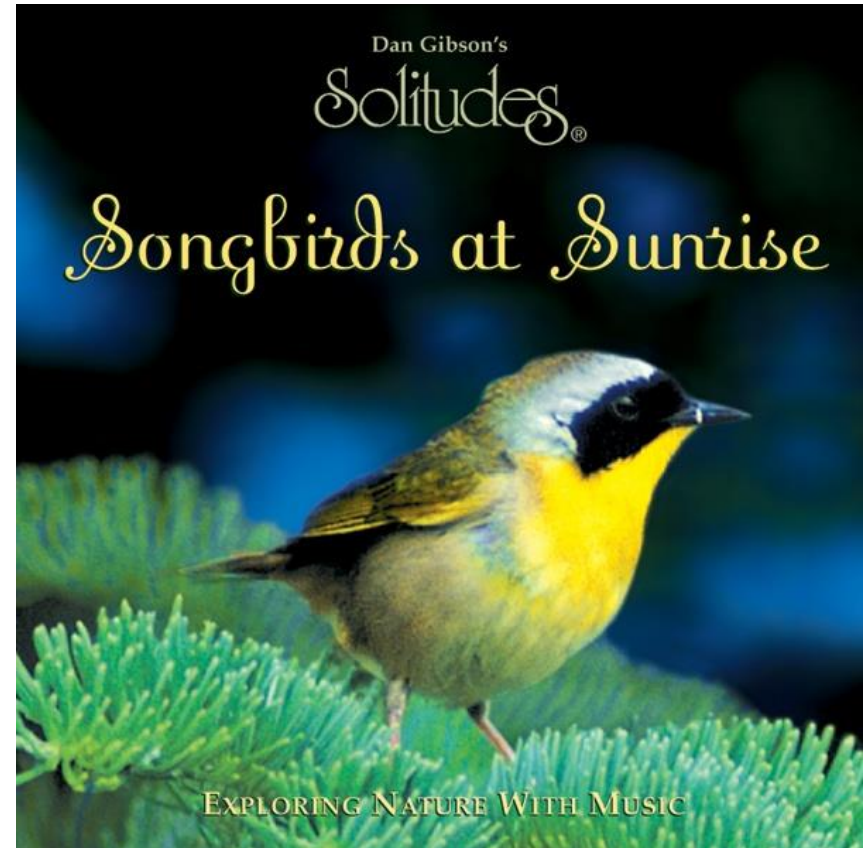
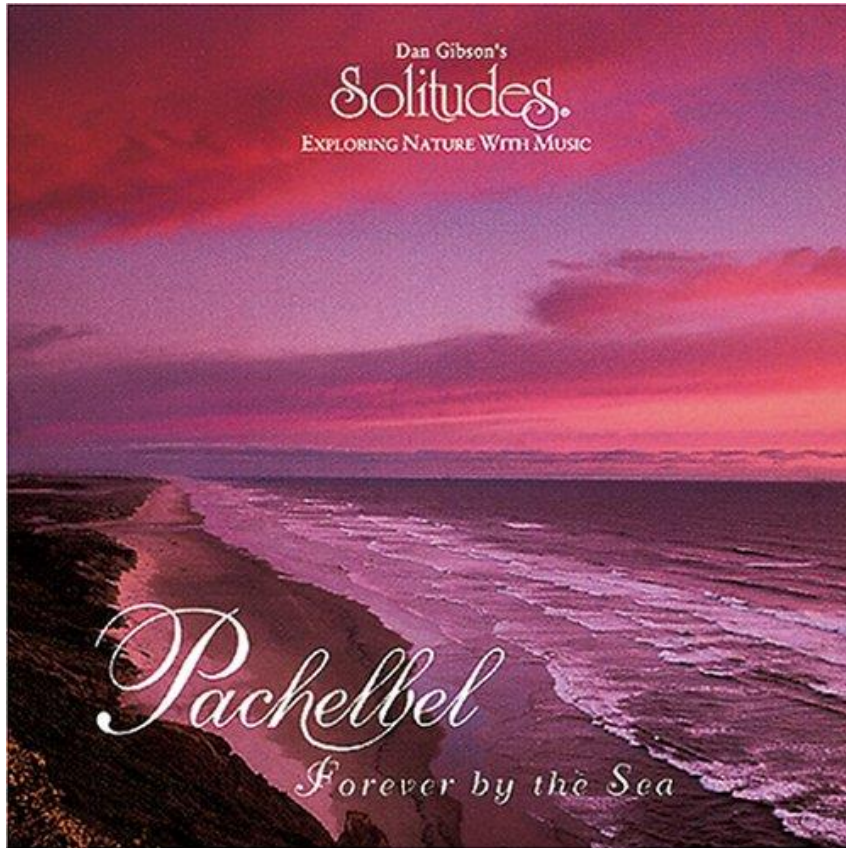
**Citation:** Bradt J, Dileo C, Grocke D, Magill L. Music interventions for improving psychological and physical outcomes in cancer patients. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2011, Issue 8. Art. No.: CD006911. DOI: 10.1002/14651858.CD006911.pub2.

Copyright © 2011 The Cochrane Collaboration. Published by John Wiley & Sons, Ltd.

### การใช้ดนตรีบำบัดในผู้ป่วยมะเร็ง

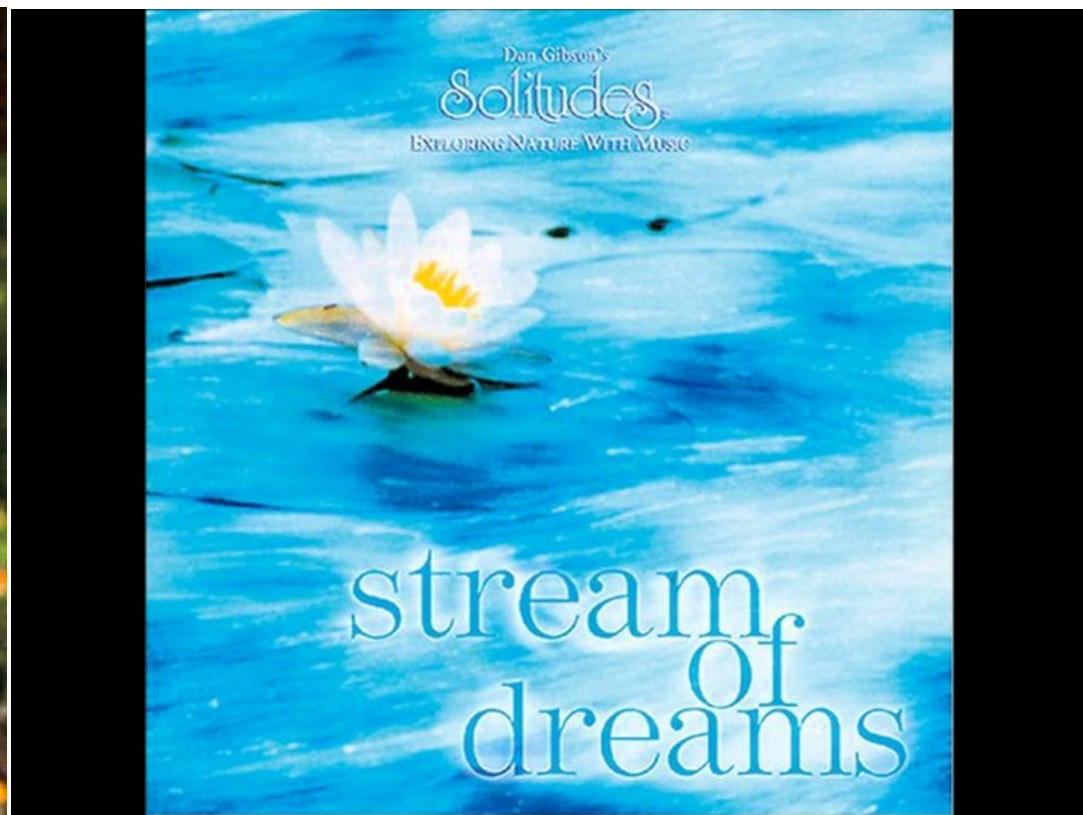
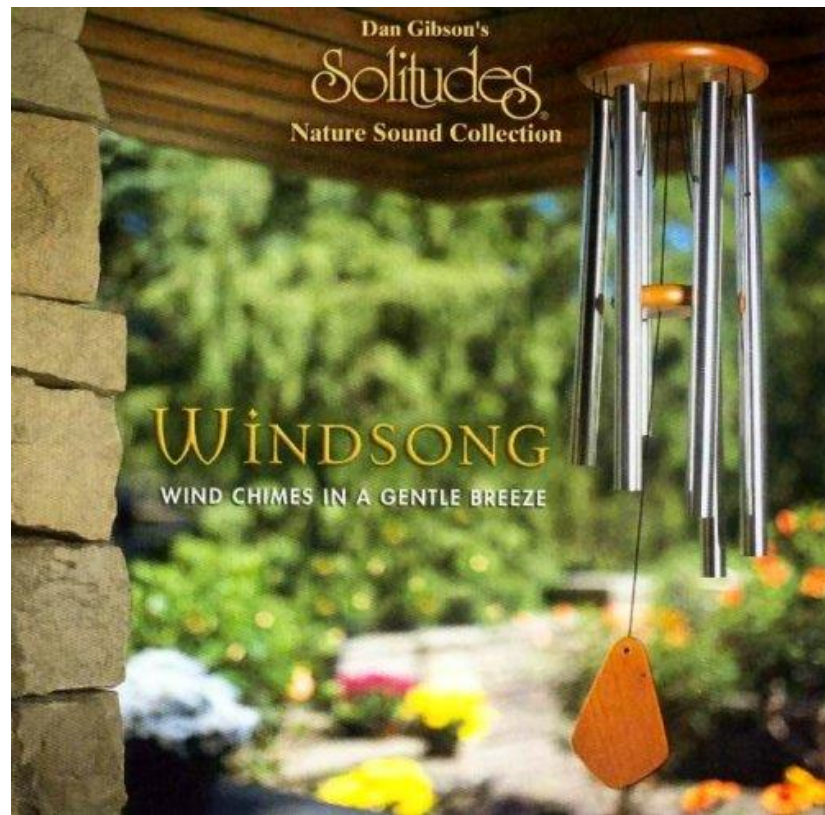
- มีผลในการลดความปวด, ความวิตกกังวล ช่วยให้อารมณ์และคุณภาพชีวิตดีขึ้น
- ไม่มีผลต่อภาวะซึมเศร้า, อาการอ่อนล้า, Physical status

# Psychological therapy: Music therapy





# Psychological therapy: Music therapy



# Psychological therapy: การสวดมนต์

โปรแกรมการจัดการอาการที่เน้นการสวดมนต์ต่ออาการปวดของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย

Design	Quasi-experimental (2 group)
Participant	ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยเป็นมะเร็งระยะที่ 3 และ 4 จำนวน 60 ราย
Intervention	กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยฝึกและให้ผู้ป่วยสวดมนต์คาถาอิติปิโส สรรเสริญพุทธคุณ 20 นาที ภาวนापुत्रो ครั้งละ 5 นาที วันละ 2 ครั้ง(เช้า-ก่อนนอน)เป็นเวลา 7 วัน กลุ่มควบคุม ได้รับการพยาบาลตามปกติ
Outcomes	ความปวด (Wong Baker Face Pain Scale) วัดในวันที่ 4 และ 7
Result	ความปวดหลังการทดลองในวันที่ 4 และ 7 ของกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
Conclusion	โปรแกรมการจัดการอาการที่เน้นการสวดมนต์ ช่วยลดความปวดในผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย

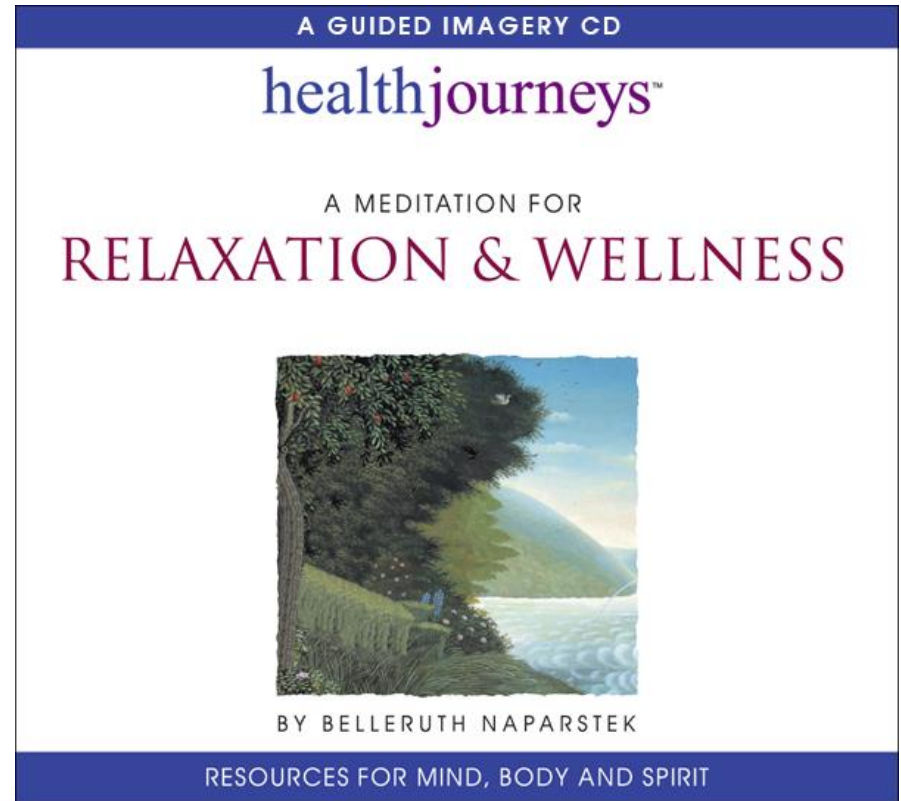
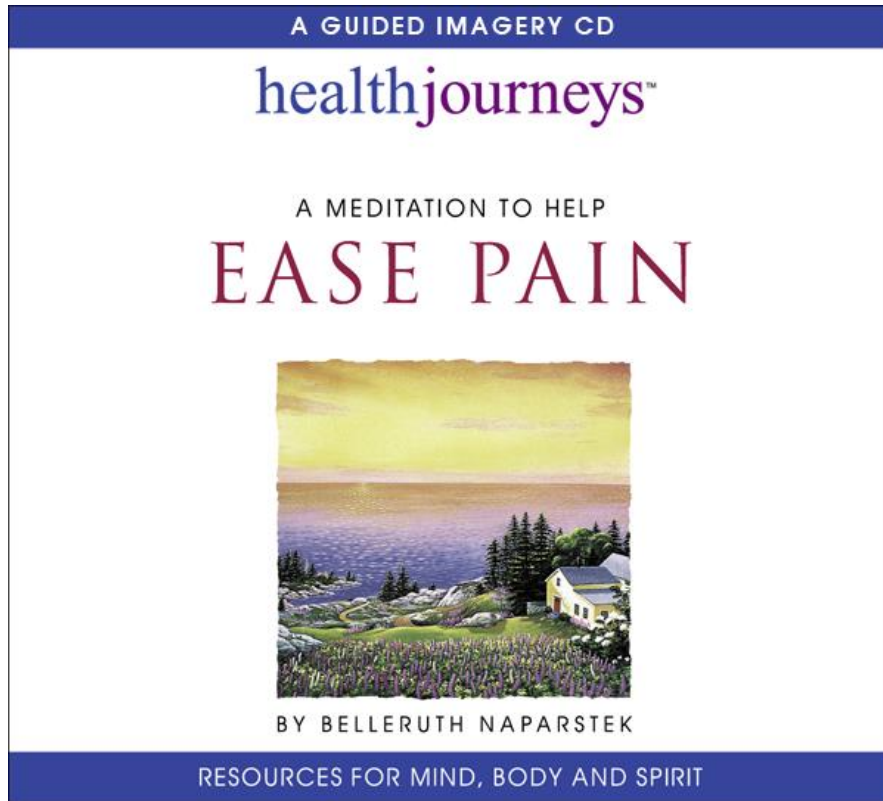
# Nonpharmacological pain management

## Guided imagery

ฝึกการจินตนาการเพื่อสร้างภาวะที่ผ่อนคลายและ  
พึงพอใจ เพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ และลดความกลัว  
ต่ออาการปวด



# Psychological therapy: Guide imagery



## A Review of the Effects of Guided Imagery on Cancer Patients with Pain

Kelly King, RN, MN<sup>1</sup>

### Abstract

Over half of the patients diagnosed with cancer suffer from pain. Often, analgesic medications do not completely relieve the pain and alternative measures are sought out for relief. Mind-body techniques such as guided imagery (GI) have been thought to be helpful and used as an adjuvant to pain relief. This article evaluates and summarizes studies performed from 2001 to 2008, which investigated the use of GI for relief of cancer pain. Electronic databases were searched with the keywords cancer pain, visualization, and guided imagery, for any studies utilizing GI with an outcome measure of pain. Five studies included pain as either a primary or a secondary outcome measure. In three of those, pain intensity and pain-related distress decreased in the GI intervention versus control. There is inconsistency in the methodological qualities of these trials and further research is necessary to provide better evidence for the use of GI in cancer pain.

Complementary Health  
Practice Review  
15(2) 98-107  
© The Author(s) 2010  
Reprints and permission:  
sagepub.com/journalsPermissions.nav  
DOI: 10.1177/1533210110388113  
<http://chpr.sagepub.com>



ผลจาก 3 ใน 5 การศึกษาพบว่า Guide imagery ช่วยลดความปวดและ  
ความทุกข์ทรมานในผู้ป่วยมะเร็ง

## Psychological therapy: Hypnosis



# Psychological therapy: Hypnosis

Hypnosis as an adjunct for managing pain in head and neck cancer patients post radiotherapy

Design

Randomized control trial (2 group)

Participant

ผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและคอที่ได้รับการฉายแสง

Intervention

กลุ่มทดลอง ผู้ป่วยได้รับ การสะกดจิต ในวันที่ 4 ของการทดลอง เป็นเวลา 20 นาที  
กลุ่มควบคุม ผู้ป่วยได้รับการพยาบาลตามปกติ

Outcomes

ความปวด (Visual analog scale) วัดเมื่อวันแรกรับ 3 ครั้ง วันที่ 2 ถึง วันที่ 5 วัดเวลา 6.00 น. 10.00 น. 14.00 น. 18.00 น.

Result

ผู้ป่วยกลุ่มทดลองมีความปวดน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Conclusion

การสะกดจิตช่วยลดความปวดในผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและคอที่ได้รับการฉายแสง

## *Review Article*

# Hypnosis for Procedure-Related Pain and Distress in Pediatric Cancer Patients: A Systematic Review of Effectiveness and Methodology Related to Hypnosis Interventions

Janet Richardson, BSc (Hons), PhD, RN, CPsychol, PGCE, RNT,  
Joanna E. Smith, BA (Hons), MSc, Gillian McCall, DCR, MSc,  
and Karen Pilkington, BPharm (Hons), DipInfSci, MSc, PCME, MRPharmS  
*Faculty of Health and Social Work (J.R.), University of Plymouth, Plymouth; School of Integrated Health (J.E.S., K.P.), University of Westminster, London; and South East London Cancer Center (G.M.), St. Thomas Hospital, London, United Kingdom*

การสะกดจิตช่วยลดความปวดและความทุกข์ทรมานขณะทำหัตถการ  
ในผู้ป่วยเด็กโรคมะเร็ง



# Non-pharmacological pain management: Physical therapy



# Nonpharmacological pain management

## Physical therapy

- Acupuncture
- Massage
- Transcutaneous electrical nerve stimulation (TENS)
- Therapeutic Touch



## Physical therapy: Massage



# Nonpharmacological pain management

## Massage

การนวดเกิดปฏิกิริยาโดยตรงของบริเวณที่ถูกนวด ทำให้กล้ามเนื้อคลายตัว และยังส่งกระแสประสาทไปตามเส้นประสาทขนาดใหญ่ ไปยังประสาทไขสันหลัง และสมอง ซึ่งสามารถยับยั้งอาการปวดได้ การนวดอาจกระตุ้นให้มีการหลั่ง endorphins ช่วยให้ผู้ป่วยรู้สึกสบาย



STUPIDGIFS.COM



## Physical therapy: Massage

98

วารสารการแพทย์ ปีที่ 22 ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน 2558

บทความวิจัย

ผลของการใช้กระบวนการพยาบาลร่วมกับการนวดแบบสวีดิชต่อ  
ความปวดในผู้ป่วยสูงอายุโรคมะเร็งปอด\*

The Effect of Nursing Process Combined with Swedish  
Massage on Pain in older Persons with Lung Cancer

กาญจนา เพียรบุญญิติ, พย.ม. (Kanjana Pianbanyat, B.N.S., RN.)\*\*

ทัศนาศูววรรณะปกรณ (Tassana Choowattanapakorn, PhD., RN.)\*\*\*

การใช้กระบวนการพยาบาลร่วมกับการนวดแบบสวีดิชช่วยลดความปวดใน  
ผู้ป่วยสูงอายุโรคมะเร็งปอด

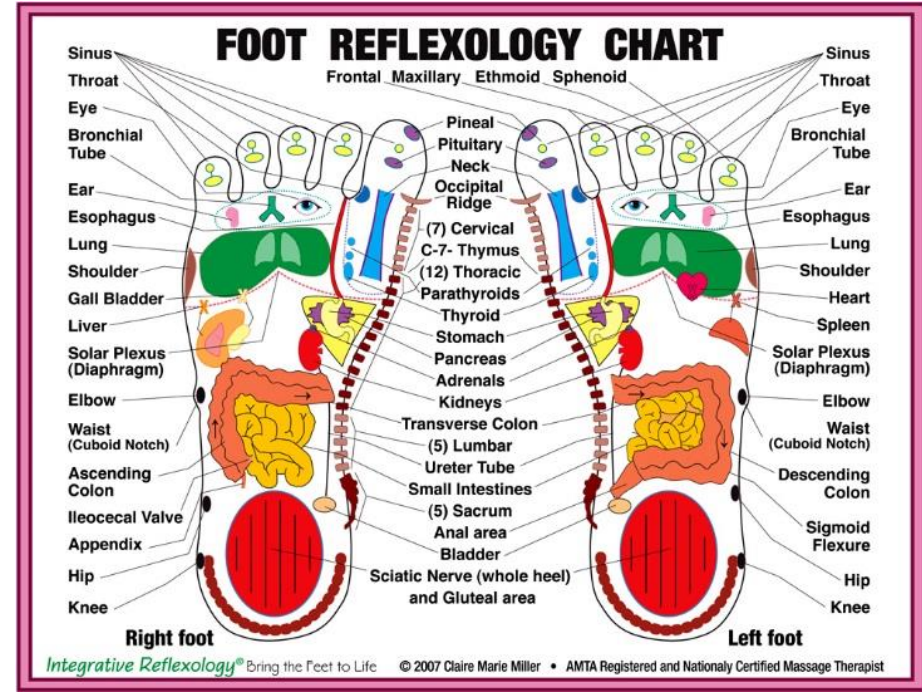


# Physical therapy: Massage

ผลการใช้กระบวนการพยาบาลร่วมกับการนวดแบบสวีดิชต่อความปวดในผู้ป่วยสูงอายุโรคมะเร็งปอด	
Design	Quasi-experimental
Participant	ผู้ป่วยมะเร็งปอดอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 26 ราย
Intervention	ผู้วิจัยสอนญาติผู้ดูแลให้นวดผู้สูงอายุวันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที 3 วันติดต่อกัน เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ผู้วิจัยเยี่ยมบ้านสัปดาห์ที่ 2
Outcomes	ความปวด (Numerical rating Scale) สัปดาห์ที่ 2, 3, 4, 5, 6 และหลังเสร็จสิ้นโปรแกรม
Result	ค่าเฉลี่ยคะแนนความปวดหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมตั้งแต่สัปดาห์แรกและเมื่อเสร็จสิ้นโปรแกรมน้อยกว่าก่อนได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
Conclusion	การใช้กระบวนการพยาบาลร่วมกับการนวดแบบสวีดิชช่วยลดความปวดในผู้ป่วยสูงอายุโรคมะเร็งปอด

กาญจนา เพียรบัญญัติและทัศนาศูววรรณะปกรณ์, 2558

# Physical therapy: Foot reflexology



# Physical therapy: Foot reflexology

ผลของการกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าต่อความปวดและการผ่อนคลายในผู้ป่วยมะเร็ง

Design	Quasi-experimental (Change over design)
Participant	ผู้ป่วยมะเร็งที่มีความปวด 30 ราย (เป็นกลุ่มควบคุมในตัวเอง)
Intervention	-ระยะทดลอง ได้รับ True Foot Zone Therapy (TFZT) วันละ 1 ครั้ง ระยะเวลา 30 นาที เป็นเวลา 3 วัน -ระยะควบคุม ได้รับ Mimic Foot Zone Therapy (MFZT) วันละ 1 ครั้ง ระยะเวลา 30 นาที เป็นเวลา 3 วัน
Outcomes	ความปวด (Brief Pain Inventory), การรบกวนการทำกิจวัตรประจำวันจากความปวด, BP, HR และ RR วัดก่อนและหลังนัดทันที
Result	ระยะทดลองผู้ป่วยมีความปวดลดลง ผลของความปวดที่รบกวนการทำกิจวัตรประจำวันลดลง BP HR RR ลดลงมากกว่าระยะควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
Conclusion	การกดจุดสะท้อนฝ่าเท้าในผู้ป่วยมะเร็งที่มีความปวด ช่วยลดความปวด ผลของความปวดที่รบกวนการทำกิจวัตรประจำวันลดลง BP, HR และ RR ลดลง



# Physical therapy: Massage

Review Article

## Meta-Analysis of Massage Therapy on Cancer Pain

Integrative Cancer Therapies

1-8

© The Author(s) 2015

Reprints and permissions:

sagepub.com/journalsPermissions.nav

DOI: 10.1177/1534735415572885

ict.sagepub.com



Sook-Hyun Lee, MS<sup>1</sup>, Jong-Yeop Kim, KMD, MS<sup>1</sup>, Sujung Yeo, KMD, PhD<sup>1</sup>,  
Sung-Hoon Kim, KMD, PhD<sup>1</sup>, and Sabina Lim, KMD, PhD<sup>1</sup>

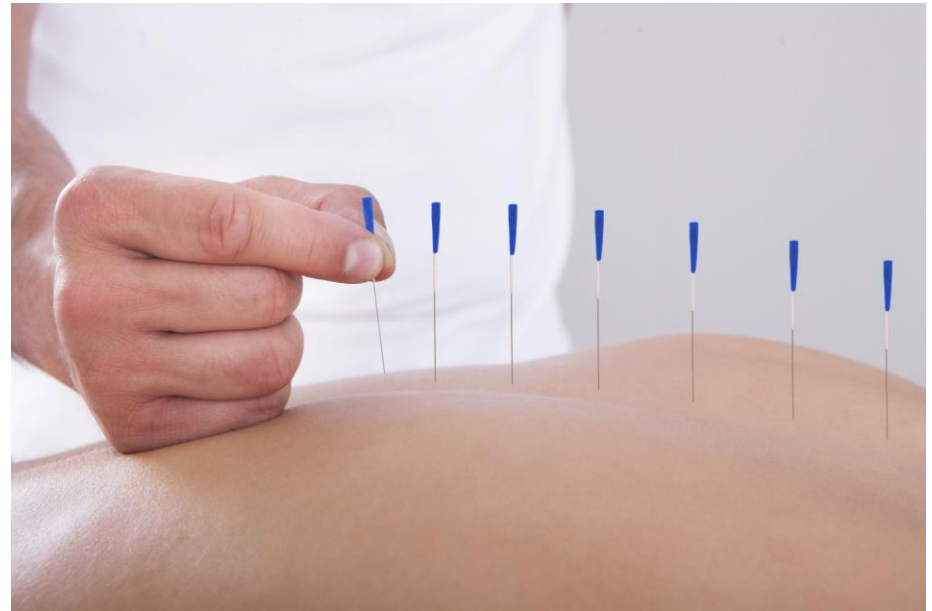
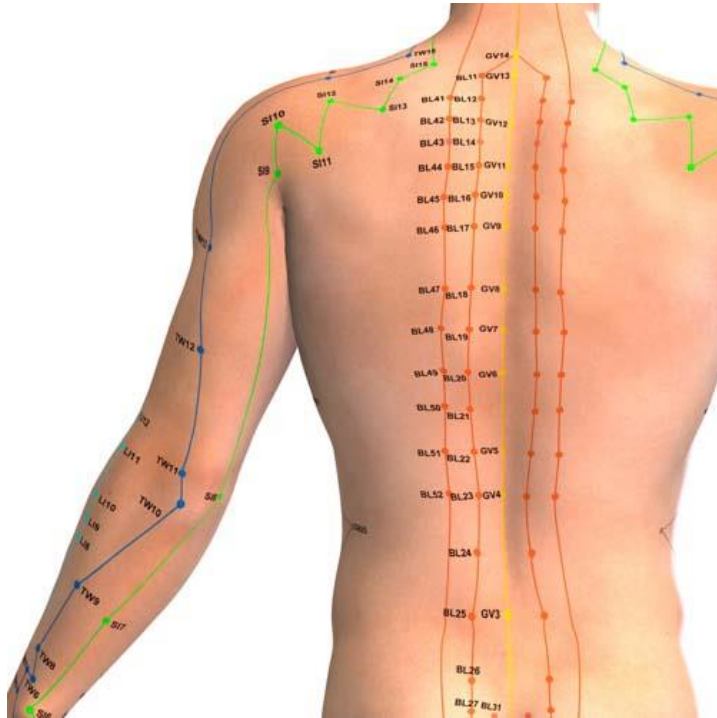
### Abstract

Cancer pain is the most common complaint among patients with cancer. Conventional treatment does not always relieve cancer pain satisfactorily. Therefore, many patients with cancer have turned to complementary therapies to help them with their physical, emotional, and spiritual well-being. Massage therapy is increasingly used for symptom relief in patients with cancer. The current study aimed to investigate by meta-analysis the effects of massage therapy for cancer patients experiencing pain. Nine electronic databases were systematically searched for studies published through August 2013 in English, Chinese, and Korean. Methodological quality was assessed using the Physiotherapy Evidence Database (PEDro) and Cochrane risk-of-bias scales. Twelve studies, including 559 participants, were used in the meta-analysis. In 9 high-quality studies based on the PEDro scale (standardized mean difference, -1.24; 95% confidence interval, -1.72 to -0.75), we observed reduction in cancer pain after massage. Massage therapy significantly reduced cancer pain compared with no massage treatment or conventional care (standardized mean difference, -1.25; 95% confidence interval, -1.63 to -0.87). Our results indicate that massage is effective for the relief of cancer pain, especially for surgery-related pain. Among the various types of massage, foot reflexology appeared to be more effective than body or aroma massage. Our meta-analysis indicated a beneficial effect of massage for relief of cancer pain. Further well-designed, large studies with longer follow-up periods are needed to be able to draw firmer conclusions regarding the effectiveness.

-การนวดสามารถลดความปวดจากโรคมะเร็งได้

-Foot reflexology มีประสิทธิภาพในการลดความปวดดีกว่า body และ aroma massage

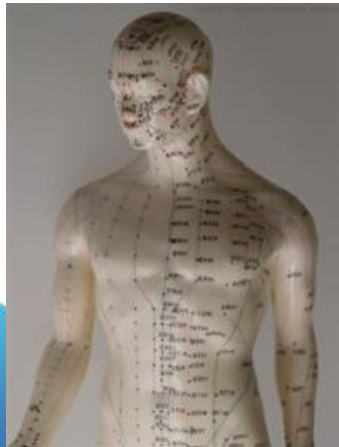
## Physical therapy: Acupuncture



# Nonpharmacological pain management

## Acupuncture

ใช้หลักการปรับสมดุลของร่างกายโดยฝังเข็มตามจุดต่างๆ  
ของร่างกายตามศาสตร์การแพทย์แผนจีน ส่งผลให้มีการหลั่ง Endorphin และ ยับยั้งการนำกระแสความปวด



## Physical therapy: Acupuncture

### Electroacupuncture treatment for pancreatic cancer pain: a randomized control trial

Design	Randomized control trial (2 group)
Participant	ผู้ป่วยมะเร็งตับอ่อนที่มีความปวด จำนวน 60 ราย
Intervention	กลุ่มทดลอง ได้รับ Electroacupuncture วันละ 1 ครั้ง ระยะเวลา 30 นาที เป็นเวลา 3 วัน กลุ่มควบคุม ได้รับ mimic acupuncture วันละ 1 ครั้ง ระยะเวลา 30 นาที เป็นเวลา 3 วัน
Outcomes	ความปวด (Numerical Rating Scale) ก่อนและหลังฝังเข็มครบ 30 นาที จำนวน 3 วันและหลังจากนั้นอีก 2 วัน
Result	ผู้ป่วยกลุ่มทดลอง มีคะแนนความปวดที่ลดลง(หลังการทดลองเมื่อเทียบกับก่อนการทดลอง) มากกว่า กลุ่มควบคุม ทั้ง 3 และ อีก 2 วันถัดมา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
Conclusion	การใช้ electro-acupuncture ช่วยลดความปวดในผู้ป่วยโรคมะเร็งตับอ่อน

## Physical therapy: Acupuncture

[Intervention Review]

### Acupuncture for cancer pain in adults

Carole A Paley<sup>1</sup>, Mark I Johnson<sup>2</sup>, Osama A Tashani<sup>2</sup>, Anne-Marie Bagnall<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Research & Development Department, Airedale NHS Foundation Trust, Keighley, UK. <sup>2</sup>Faculty of Health and Social Sciences, Leeds Beckett University, Leeds, UK

Contact address: Carole A Paley, Research & Development Department, Airedale NHS Foundation Trust, Airedale General Hospital, Steeton, Keighley, West Yorkshire, BD20 6TD, UK. [carolepaley2@btinternet.com](mailto:carolepaley2@btinternet.com).

**Editorial group:** Cochrane Pain, Palliative and Supportive Care Group.

**Publication status and date:** Stable (no update expected for reasons given in 'What's new'), published in Issue 10, 2015.

**Review content assessed as up-to-date:** 31 July 2015.

**Citation:** Paley CA, Johnson MI, Tashani OA, Bagnall AM. Acupuncture for cancer pain in adults. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2015, Issue 10. Art. No.: CD007753. DOI: 10.1002/14651858.CD007753.pub3.

Copyright © 2015 The Cochrane Collaboration. Published by John Wiley & Sons, Ltd.



มีรายงานวิจัยมากขึ้นเกี่ยวกับประสิทธิภาพการฝังเข็มเพื่อลดปวด  
แต่ยังไม่เพียงพอในการให้น้ำหนักคำแนะนำ

## Physical therapy: TENS



# Nonpharmacological pain management

## Transcutaneous electrical nerve stimulation (TENS)

ใช้เครื่องสำหรับจ่ายกระแสไฟฟ้าผ่านชุด electrode โดยจ่ายกระแสไฟฟ้าด้วยความถี่ที่เหมาะสมเพื่อกระตุ้นเซลล์ประสาทที่ยับยั้งการรับรู้ความปวด



# Physical therapy: TENS

[Intervention Review]

## Transcutaneous electric nerve stimulation (TENS) for cancer pain in adults

Adam Hurlow<sup>1</sup>, Michael I Bennett<sup>2</sup>, Karen A Robb<sup>3</sup>, Mark I Johnson<sup>4</sup>, Karen H Simpson<sup>5</sup>, Stephen G Oxberry<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Palliative Care Team, Leeds Teaching Hospitals NHS Trust, Leeds, UK. <sup>2</sup>Leeds Institute of Health Sciences, University of Leeds, Leeds, UK. <sup>3</sup>Physiotherapy Department, Bart's Hospital, London, UK. <sup>4</sup>Faculty of Health and Social Sciences, Leeds Beckett University, Leeds, UK. <sup>5</sup>Chronic Pain Team, Leeds Teaching Hospitals NHS Trust, Leeds, UK. <sup>6</sup>Kirkwood Hospice, Huddersfield, UK

Contact address: Adam Hurlow, Palliative Care Team, Leeds Teaching Hospitals NHS Trust, Leeds, UK. [adamhurlow@yahoo.co.uk](mailto:adamhurlow@yahoo.co.uk).

**Editorial group:** Cochrane Pain, Palliative and Supportive Care Group.

**Publication status and date:** New search for studies and content updated (no change to conclusions), published in Issue 3, 2012.

**Review content assessed as up-to-date:** 9 February 2012.

**Citation:** Hurlow A, Bennett MI, Robb KA, Johnson MI, Simpson KH, Oxberry SG. Transcutaneous electric nerve stimulation (TENS) for cancer pain in adults. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2012, Issue 3. Art. No.: CD006276. DOI: 10.1002/14651858.CD006276.pub3.

Copyright © 2012 The Cochrane Collaboration. Published by John Wiley & Sons, Ltd.

จากการทบทวนรายงานวิจัยพบว่าผลลัพธ์การใช้ TENS ในการลดความปวด  
ในผู้ป่วยมะเร็งยังไม่ชัดเจน



## Physical therapy: Therapeutic touch



# Does Therapeutic Touch Help Reduce Pain and Anxiety in Patients With Cancer?

**Emily Jackson, BSN, RN, Megan Kelley, BSN, RN,  
Patrick McNeil, BSN, RN, Eileen Meyer, BSN, RN,  
Lauren Schlegel, BSN, RN, and Melody Eaton, PhD, MBA, RN**

With more than 10 million patients with cancer in the United States, pain and symptom management is an important topic for oncology nurses. Complementary therapies, such as therapeutic touch, may offer nurses a nonpharmacologic method to ease patients' pain. Using 12 research studies, the authors examined the evidence concerning the effectiveness of this type of treatment in reducing pain and anxiety.

จากการทบทวนรายงานวิจัยพบว่า การใช้ Therapeutic touch ช่วยลดความปวดและความวิตกกังวล ในผู้ป่วยมะเร็งที่มีความปวด

## Nonpharmacological pain management

- ควรเลือกตามความชอบของผู้ป่วย
- เลือกใช้วิธีที่เหมาะสมกับสภาพของผู้ป่วย
- การใช้ Psychological therapy เช่นเทคนิคการผ่อนคลายหรือเทคนิคการเบี่ยงเบนความสนใจ ต้องมีการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม มีความสงบ ลดสิ่งรบกวน
- เลือกใช้วิธีที่เหมาะสมกับบริบทของหน่วยงาน

