

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์	ประสิทธิผลของสารสกัดจากเห็ดหลินจือต่อระดับความอ่อนล้าและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยกลุ่มอาการอ่อนล้าเรื้อรัง
ชื่อผู้เขียน	ศุภัญญา ศกสวัสดิ์เมฆินทร์
หลักสูตร	วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (เวชศาสตร์ชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ)
อาจารย์ที่ปรึกษา	ศาสตราจารย์ ดร. วิจิตร บุญยะโทตระ

บทคัดย่อ

ปัจจุบันกลุ่มอาการอ่อนล้าเรื้อรังเป็นกลุ่มความผิดปกติที่มีอุบัติการณ์สูงขึ้นและส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย ซึ่งในปัจจุบันมีเพียงการรักษาแบบประคับประคองตามอาการเท่านั้น ทำให้ในปัจจุบันมีความพยายามที่จะใช้สารอาหารต่าง ๆ มาให้การรักษา จึงคาดว่าสารสกัดจากเห็ดหลินจือน่าจะมีประโยชน์ในการนำมารักษาผู้ป่วยกลุ่มนี้

วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของสารสกัดจากเห็ดหลินจือต่อผู้ป่วยจากกลุ่มอาการอ่อนล้าเรื้อรังโดยประเมินจากระดับความอ่อนล้าและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย

วิธีการศึกษาแบ่งผู้เข้าร่วมโครงการทั้งหมด 50 คนแบบสุ่มเป็นกลุ่มละ 25 คนให้รับประทานสารสกัดจากเห็ดหลินจือกลุ่มหนึ่ง และรับประทานยาหลอกอีกกลุ่มหนึ่งโดยรับประทานครั้งละ 1 ขวด วันละ 4 ครั้ง แล้วทำการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบสอบถาม SF-12 และ VAS ในทุก 4 สัปดาห์ ประเมินค่า Serum Cortisol ทั้งช่วงก่อนและหลังการรับประทาน รวมทั้งประเมินความพึงพอใจและผลข้างเคียงในสัปดาห์ที่ 12 โดยใช้แบบสอบถาม

ผลการทดลองกลุ่มที่รับประทานสารสกัดจากเห็ดหลินจือมีการเปลี่ยนแปลงของระดับคะแนนจากแบบสอบถาม SF-12 ที่เพิ่มขึ้นและมีการเปลี่ยนแปลงของระดับคะแนน VAS ที่ลดลงแตกต่างจากกลุ่มที่รับประทานยาหลอกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตั้งแต่ในสัปดาห์ที่ 4 อีกทั้งพบว่าในกลุ่มที่รับประทานสารสกัดจากเห็ดหลินจือมีระดับ Serum Cortisol ที่ดีขึ้นในสัปดาห์ที่ 12

ในขณะที่กลุ่มที่รับประทานยาหลอกมีระดับ Serum Cortisol ที่แย่ง ซึ่งมีความแตกต่างระหว่างกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบความพึงพอใจพบว่าในกลุ่มที่รับประทานสารสกัดจากเห็ดหลินจือมีความพึงพอใจในขณะที่กลุ่มที่รับประทานยาหลอกส่วนใหญ่รู้สึกเฉย ๆ และพบมีรายงานผลข้างเคียงจากทั้งสองกลุ่มเป็นผลข้างเคียงที่ไม่รุนแรง คือ ถ่ายเหลว และคลื่นไส้ โดยไม่มีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มในทางสถิติ

สรุปผลการรับประทานสารสกัดจากเห็ดหลินจือมีประสิทธิภาพในการรักษาผู้ป่วยกลุ่มอาการอ่อนล้าเรื้อรังโดยช่วยลดระดับความอ่อนล้าและเพิ่มคุณภาพชีวิตได้

คำสำคัญ: กลุ่มอาการอ่อนล้าเรื้อรัง/ระดับความอ่อนล้า/คุณภาพชีวิต/สารสกัดจากเห็ดหลินจือ



Thesis Title	Effectiveness of <i>Ganoderma lucidum</i> Extract to Level of Fatigue and Quality of Life in Chronic Fatigue Syndrome Patients
Author	Sukunya Soksawatmakhin
Degree	Master of Science (Anti-Aging and Regenerative Medicine)
Advisor	Prof. Dr. Vichit Punyahotra

ABSTRACT

Background: Nowadays the incidence of chronic fatigue syndrome is rising. It effects to patient's life quality. The management of it is only symptomatic treatment. As the various benefits of *Ganoderma lucidum* extract, it may help to treat the patients.

Objective: To study the effectiveness of *Ganoderma lucidum* extract to level of fatigue and quality of life in chronic fatigue syndrome patients

Materials and Methods: The study design was a double-blind clinical trial study. The total 50 participants were randomly divided into 2 groups. The treatment group (n= 25) was given the *Ganoderma lucidum* extract and the control group (n=25) was provided placebo, 1 bottle/times 4 times/dayfor 12 weeks. The score of SF-12 questionnaire and VAS were assessedat every 4 weeks after the intervention by the physician who is not related to research. The serum cortisol level was compared before and after treatment. Global satisfaction and side effects was assessed by participants.

Results: The treatment group demonstrated a statistically significant improvement of the score of SF-12 questionnaire at week 4 and demonstrated a statistically significant reduction of VAS at week 4 compared with the placebo group. And the serum cortisol level of treatment group

was shown that be significantly increased at week 12, compared with the control group. About global satisfaction of *Ganoderma lucidum* extract, the satisfaction of treatment group is mostly satisfied whereas the control group unchanged. A mild reversible side effects found were diarrhea and nausea, but they were not different in comparing between groups

Conclusion: Taking *Ganoderma lucidum* extract could treat patients of chronic fatigue syndrome by decreasing the level of fatigue and improving quality of life.

Keywords: Chronic Fatigue Syndrome/Level of Fatigue/ Quality of Life/*Ganoderma lucidum* Extract.

