

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการศึกษา

ปัจจัยที่มีผลต่อการพยายามฆ่าตัวตายคือ เพศหญิง วิทยุหนุ่มสาวที่ยังโสด ถ้าแต่งงานแล้วมักจะหย่าหรือแยก การศึกษาต่ำ อาชีพทำไร่นา เป็นบุตรคนกลาง และมาจากครอบครัวที่มีปัญหาความสัมพันธ์ภายในครอบครัว บุคคลที่มีญาติพี่น้องป่วย เป็นโรคจิต หรือเคยฆ่าตัวตายมาแล้ว จะมีความเสี่ยงสูงกว่าคนที่ไม่เคยมีญาติป่วย เป็นโรคจิตหรือเคยฆ่าตัวตาย ปัญหาที่ทำให้ผู้ป่วยกลุ่มใจจนเป็นปัญหากระตุ้นของการ พยายามฆ่าตัวตายครั้งนี้ คือ ปัญหาความรัก การเงิน ครอบครัว การป่วยกาย เรื่องงาน การป่วยจิต สิ่งเสพติด ปัญหาทางเพศ การเรียน และการคบเพื่อน ตามลำดับ เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นแล้วผู้ป่วยมักแก้ปัญหาด้วยการเก็บไปคิดคนเดียว มากกว่าที่จะหาคนปรึกษาหรือระบายความคับข้องใจนั้นออกในรูปแบบอื่น การพยายามฆ่าตัวตาย ครั้งนี้ ผู้ป่วยส่วนใหญ่กระทำโดยการตัดสินใจกระชั้นชิด ส่วนน้อยที่มีการคิดและวางแผนล่วงหน้าก่อนกระทำการ โดยพื้นฐานแล้วผู้ป่วยมีบุคลิกภาพที่ผิดปกติ โดยสังเกตได้จาก ผู้ป่วยหาคะแนนเฉลี่ยของบุคลิกภาพทั้งมิติสังคมและมิติความแปรปรวนทาง อารมณ์ สูงกว่าเกณฑ์มาตรฐานปกติอย่างมีนัยสำคัญ ผู้ป่วยมีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว มากกว่าเก็บตัว และมีอารมณ์แปรปรวนหวั่นไหวง่ายมากกว่าอารมณ์มั่นคง ส่วนทาง ด้านสุขภาพจิตนั้น พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่เคยมีนิสัยทางประสาทในวัยเด็ก เช่น บัสสาวะรดที่นอน อยู่นิ่งมือ กัดเล็บ โขกศีรษะ เขย่าตัว คิดผ้าอ้อมผ้าห่ม หูคึดอ้าง และมีอาการแสดงของโรคซึมเศร้าก่อนพยายามฆ่าตัวตาย เช่น มีความคิดอยากตาย จิตใจท้อแท้เศร้าหมอง อารมณ์หงุดหงิดฉุนเฉียวง่าย รู้สึกสิ้นหวัง ไร้ค่า เบื่อหน่ายสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว อ่อนเพลีย กังวลเกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง วิตกกังวล ใจสั่น แน่นหน้าอก นอนไม่หลับ รู้สึกว่าตนเองมีความผิดคิดตัว ความคิดและการกระทำ เชื่องช้า เบื่ออาหาร น้ำหนักลด และความต้องการทางเพศลดลง นอกจากนั้น การวัดสุขภาพจิตภาพใน 7 วัน หลังจากที่มีอาการทางกายดีขึ้นแล้วก็พบว่า ผู้ป่วยมีสุขภาพจิตดีกว่าคนปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวคือ ผู้ป่วยหาคะแนน เฉลี่ยสุขภาพจิตสูงกว่าเกณฑ์มาตรฐานปกติอย่างมีนัยสำคัญในทุกกลุ่มอาการ ได้แก่ กลุ่มอาการซึมเศร้า กลุ่มอาการผิดปกติของร่างกาย กลุ่มอาการกลัว โดยไม่มีเหตุผล

กลุ่มอาการหวาดระแวง กลุ่มอาการย้ำคิดย้ำทำ กลุ่มอาการรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับบุคคลอื่น กลุ่มอาการก้าวร้าว กลุ่มอาการโรคจิต และกลุ่มอาการวิตกกังวล

เมื่อเปรียบเทียบสภาพจิตระหว่างผู้ป่วยที่มีบุคลิกต่างกัน ก็พบว่า ผู้ป่วยที่มีอารมณ์แปรปรวนหวั่นไหวง่าย มีสภาพจิตน้อยกว่าผู้ป่วยที่มีอารมณ์มั่นคงอย่างมีนัยสำคัญในเกือบทุกกลุ่มอาการ ในขณะที่ผู้ป่วยที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวและเก็บตัว มีสภาพจิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ อย่างไรก็ตาม ถ้าเปรียบเทียบผู้ป่วยกับคนปกติพบว่า ผู้ป่วยแสดงตัวและผู้ป่วยอารมณ์แปรปรวนหวั่นไหวง่าย มีสภาพจิตน้อยกว่าคนปกติอย่างมีนัยสำคัญในทุกกลุ่มอาการ ในขณะที่ผู้ป่วยเก็บตัวและผู้ป่วยอารมณ์มั่นคงมีสภาพจิตน้อยกว่าคนปกติอย่างมีนัยสำคัญเพียงบางกลุ่มอาการ เท่านั้น

เมื่อหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนจากแบบทดสอบบุคลิกภาพ MPI กับคะแนนจากแบบทดสอบสภาพจิต SCL-90 พบว่า คะแนนจากแบบทดสอบบุคลิกภาพในมิติความแปรปรวนทางอารมณ์ และคะแนนในแบบทดสอบสภาพจิต มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญในทุกกลุ่มอาการ แต่คะแนนจากแบบทดสอบบุคลิกภาพในมิติสังคม และคะแนนในแบบทดสอบสภาพจิต มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญเพียง 3 กลุ่มอาการ คือ กลุ่มอาการความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับบุคคลอื่น กลุ่มอาการซึมเศร้า และกลุ่มอาการกลัว โศก ไม่มีเหตุผล

ข้อเสนอแนะ

1. จากผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตาย มักเป็นคนที่มีปัญหาสภาพจิต มีอารมณ์แปรปรวนหวั่นไหวง่าย เวลาที่มีเรื่องมักจะเก็บไปคิดคนเดียว ไม่ชอบปรึกษาใคร จึงทำให้ไม่สามารถระบายความคับข้องใจ ตลอดจนหาแนวทางการปรับตัวที่เหมาะสมได้ ในที่สุดจึงหาทางออกโดยการทำร้ายตนเอง ดังนั้นเพื่อป้องกันปัญหา จึงควรส่งเสริม และประชาสัมพันธ์ให้หน่วยงานต่าง ๆ ตลอดจนบุคคลที่เกี่ยวข้อง ให้ความสำคัญ และจัดตั้งหน่วยงานบริการให้คำปรึกษาแนะนำ (psychological support system) แก่ผู้สมัครใหม่ถึงการปรับตัว การอยู่ร่วมกันและการสร้างสัมพันธ์ภาพภายในครอบครัว เพื่อลดความขัดแย้งระหว่างบุคคล การเสริมสร้างจิตใจของผู้ที่มีปัญหาอยู่แล้ว ให้เข้มแข็งขึ้นและเกิดความรู้สึกพอใจในคุณค่าของตน และให้ผู้ที่มีความคิดจะฆ่าตัวตาย ได้เปลี่ยนอารมณ์ ความคิด ที่มีผลร้ายต่อตนเอง ไปเป็นอย่างอื่น ที่มีอันตรายน้อยกว่า เช่น ให้ผู้คิดฆ่าตัวตายระบายความก้าวร้าว หรือความคับข้องใจออกในรูปของคำพูดหรือการเล่นกีฬา

2. ส่งเสริมให้มีการตรวจวัดบุคลิกภาพและสุขภาพจิตให้ทั่วถึงยิ่งขึ้น ทั้งนี้เพื่อให้ได้คำแนะนำ หรือหาทางป้องกันบุคคลที่มีบุคลิกภาพผิดปกติ หรือมีปัญหาทางจิตเวช

3. ควรให้ความสนใจและระมัดระวังต่อบุคคลที่มีความเสี่ยงสูงต่อการฆ่าตัวตายเป็นพิเศษ เช่น

- คนที่มีประวัติการป่วยจิต โดยเฉพาะในคนที่มีอาการซึมเศร้าอย่างรุนแรง คนคิดสุราหรือสารเสพติด และผู้ป่วยจิตเภท
- บุคคลที่มีประวัติพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน
- บุคคลที่เคยมีประวัติญาติพี่น้อง เคยป่วยทางจิตหรือเคยฆ่าตัวตาย

4. หลังจากเสร็จสิ้นการศึกษาครั้งนี้ น่าจะมีการติดตามผลของผู้พยายามฆ่าตัวตายกลุ่มนี้อีกครั้ง หลังจากออกจากโรงพยาบาลไปแล้ว เพื่อติดตามผลดูว่าผู้ป่วยเหล่านี้ จะพยายามฆ่าตัวตายอีกหรือไม่ และผู้ป่วยมีวิธีการปรับตัวอย่างไร ทั้งนี้เพื่อจะได้ช่วยแนะแนวทางและป้องกัน มิให้มีการกระทำการฆ่าตัวตายซ้ำอีก

5. ในการศึกษาครั้งต่อไปควรมุ่งศึกษาเปรียบเทียบระหว่างบุคคลวิหยา บุคลิกภาพสุขภาพจิตระหว่างคนที่มีความคิดอยากฆ่าตัวตาย แต่ยังไม่กระทำการ (suicide thinking) และคนที่ได้พยายามฆ่าตัวตายแต่ไม่สำเร็จ (attempted suicide) หรือระหว่างผู้พยายามฆ่าตัวตายและคนปกติ และควรมุ่งศึกษาในผู้พยายามฆ่าตัวตายที่กระทำการฆ่าตัวตายด้วยวิธีการที่แตกต่างกัน นอกจากนั้นควรจะศึกษาในกลุ่มตัวอย่างให้กระจายทั่วทุกภาคของประเทศ