

- การป้องกันมิให้ปัญหาสุขภาพจิตเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มประชากรเปราะบาง รวมทั้งมีการจัดบริการทางสังคมในลักษณะต่าง ๆ เพื่อคลี่คลายปัญหาที่มีอยู่แล้วให้ทุเลาเบาบางลง นอกจากนี้ยังมุ่งดำเนินการในการส่งเสริมสุขภาพจิตของประชาชนโดยทั่วไปให้ดีขึ้น

- การปรับปรุงระบบการบริการรักษาพยาบาล และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยโรคจิตเวชทั้งในด้านปริมาณและคุณภาพ โดยคำนึงถึงการส่งเสริมสุขภาพจิตด้วยตนเองให้มากยิ่งขึ้น

องค์กรที่เกี่ยวข้องกับงานสุขภาพจิต เนื่องจากบุคคลที่เกี่ยวข้องกับงานสุขภาพจิตมีความคิดเห็นที่ตรงกันว่า การรักษาอาการป่วยทางจิตเวชให้หายขาดโดยสิ้นเชิงนั้น เป็นสิ่งที่ทำได้ยาก ทั้งนี้เพราะบุคลิกภาพที่เป็นปัญหาของบุคคลได้ก่อตัวมาเป็นระยะเวลาอันยาวนานจนต่อการแก้ไขบำบัด จึงเป็นเหตุที่ว่าที่งานสุขภาพจิตจะมุ่งเน้นไปสู่การป้องกัน จากแนวคิดนี้เองจึงทำให้มีการจัดตั้งคลินิกสุขภาพจิตในสวนกลาง และคลินิกสุขภาพจิตในสวนภูมิภาคโดยความช่วยเหลือจากกองสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข คลินิกสุขภาพจิตเป็นหัวใจสำคัญในการป้องกันปัญหาทางสุขภาพจิต บทบาทที่สำคัญคือ

1. ปรึกษาปัญหาในระยะเริ่มแรก
2. ปรึกษาในระยะเริ่มแรก
3. ปรึกษาและให้คำปรึกษาแก่ผู้ที่มีปัญหาทางอารมณ์
4. เผยแพร่ความรู้ต่าง ๆ ในการป้องกันปัญหา
5. ช่วยส่งเสริมงานสุขภาพจิต เช่น ส่งเสริมสุขภาพจิตครูและนักเรียน

นอกจากคลินิกสุขภาพจิตแล้ว ยังมีสถาบันอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น โรงพยาบาลจิตเวช โรงพยาบาลประสาท โรงพยาบาลนิติจิตเวช (โรงพยาบาลที่มีหน้าที่รับผิดชอบผู้กระทำผิด ซึ่งได้รับการส่งสืบว่ามีมูลเหตุมาจากความผิดปกติทางจิต) รวมทั้งโรงพยาบาลทั่วไปตามจังหวัดต่าง ๆ ที่มีแผนกจิตเวชเพื่อให้ความช่วยเหลือประชาชน

บุคลากรที่มีบทบาทเกี่ยวข้องกับการทำงานสุขภาพจิต งานสุขภาพจิตเป็นงานที่มีความซับซ้อน จึงมีความจำเป็นที่จะต้องได้รับความร่วมมือจากบุคลากรหลายฝ่าย ที่สำคัญคือทีมบุคลากรทางสุขภาพจิต (Mental Health Team)

ซึ่งได้แก่

1. จิตแพทย์ (Psychiatrist) จิตแพทย์เป็นผู้นำของทีมบุคลากรทางสุขภาพจิตในการป้องกัน กำจัดและรักษาผู้ป่วยที่มีอาการทางจิต
2. นักจิตวิทยา (Psychologist) นักจิตวิทยาเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการสำรวจ วิเคราะห์ ทำประวัติผู้ป่วย ทดสอบบุคลิกภาพ รวมทั้งใช้แบบทดสอบทางจิตวิทยาอื่นๆ เช่น แบบทดสอบทางสติปัญญา เป็นต้น
3. นักสังคมสงเคราะห์จิตเวช (Psychiatric Social Worker) หน้าที่สำคัญคือ การไปเยี่ยมบ้านผู้ป่วย สัมภาษณ์พ่อแม่หรือผู้ปกครองเด็ก หาข้อมูลให้จิตแพทย์ เพื่อการวิเคราะห์และวินิจฉัยอาการ
4. พยาบาลจิตเวช (Psychiatric Nurse) ทำหน้าที่เป็นผู้ดูแลผู้ป่วยที่ต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล

เมื่อแต่ละฝ่ายในทีมบุคลากรสุขภาพจิตสามารถรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ ในขอบข่ายงานของตนได้แล้ว ก็จะนำข้อมูลต่าง ๆ เหล่านี้มาประชุมปรึกษากัน (Case Conference) เพื่อทำการวินิจฉัย ค้นหาสาเหตุ และเสนอแนวทางในการแก้ไข

#### เกณฑ์การพิจารณาความ "ปกติ" และ "ผิดปกติ"

การพิจารณาว่าสิ่งใด "ปกติ" หรือ "ผิดปกติ" นั้น เราจำเป็นต้องมีเกณฑ์การตัดสิน เพราะการลงความเห็นว่าคุณ "ผิดปกติ" มีผลเสียหากแก่บุคคลนั้นเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะในวงการจิตเวช การลงความเห็นหรือวินิจฉัยว่าคุณมีความผิดปกติทางจิตใจและอารมณ์ มีผลต่ออนาคตของเขาอย่างมาก ดังนั้นการจะลงความเห็นว่าคุณใดมีความผิดปกติจึงต้องมีหลักเกณฑ์ ซึ่งพอจะจำแนกได้เป็น 2 กลุ่มใหญ่ คือ

1. การกำหนดมาตรฐานเป็นเกณฑ์ (The Descriptive Model)
2. การตั้งทฤษฎีเพื่ออธิบายพฤติกรรมที่ผิดปกติ (Explanatory Model)

การกำหนดมาตรฐานเป็นเกณฑ์ เกณฑ์การตัดสินที่อยู่ในทำนองนี้ ได้แก่

1. การใช้ตนเองเป็นมาตรฐาน (Subjective Model) คือการตัดสินโดยใช้ความคิดเห็นส่วนตัว ทักษะคติ ค่านิยม ทบอบธรรมนิยมประเพณีและความเชื่อของตนเองเป็นหลัก การตัดสินแบบนี้มีจุดอ่อนคือ ทักษะคติ ความคิด ค่านิยมของเราเปลี่ยนไปตามประสบการณ์และการเรียนรู้ และทักษะคติ ความเชื่อ ค่านิยมของคนแต่ละวัฒนธรรม แต่ละท้องถิ่นแตกต่างกันไม่มีมาตรฐานที่ตายตัว จึงทำให้สิ่งที่วัดได้ไม่แน่นอน แต่เราอาจใช้หลักเกณฑ์วัดคนในสังคมเดียวกันกับเราได้ แต่ต้องระวังอคติของตัวเองเสียก่อน

2. การใช้กลุ่มเป็นมาตรฐาน (The Normative Model) คือการตัดสินโดยใช้ความคิดเห็นทักษะคติค่านิยมของกลุ่มเป็นเกณฑ์สำหรับวัดผู้อื่น ถ้าใครที่ประพฤติผิดจากกลุ่มที่ถือว่าเขาผิดปกติ ค่านิยมความคิดของกลุ่มเปลี่ยนไปตามกาลเวลา ดังนั้นเราจะได้มาตรฐานที่ไม่คงที่เช่นเดียวกับการใช้ตนเองเป็นมาตรฐาน

3. การใช้สถิติเป็นมาตรฐาน (Statistical Model) คือการตัดสินโดยใช้ความถี่ของพฤติกรรมเป็นเกณฑ์ ถ้าใครมีพฤติกรรมเช่นคนส่วนใหญ่ถือว่าเป็นปกติ หรือถ้ามีพฤติกรรมที่ผิดจากคนส่วนใหญ่เป็นครั้งคราว เราก็จะดูความถี่ของการเกิดพฤติกรรมผิดปกติ ถ้าความถี่สูงก็ถือว่าเขาผิดปกติแต่ถ้ามีเพียง 1-2 ครั้งที่เขาประพฤติผิดจากคนกลุ่มใหญ่ก็ยังถือว่าเขาอยู่ในเกณฑ์ปกติได้

4. การใช้วัฒนธรรมเป็นมาตรฐาน (The Culture Model) คือการตัดสินพฤติกรรมโดยพิจารณาจากสิ่งที่คนส่วนใหญ่ยอมรับและปฏิบัติถือว่าสิ่งนั้นเป็นปกติ บุคคลใดที่ไม่ได้ประพฤติปฏิบัติอยู่ในขอบข่ายที่คนส่วนใหญ่ปฏิบัติถือว่าเป็นผู้ผิดปกติ

การตั้งทฤษฎีเพื่ออธิบายเป็นเกณฑ์

วิธีนี้เป็นวิธีใช้กันในกลุ่ม

บุคลากรผู้ประกอบวิชาชีพทางสาธารณสุขภาวะจิต การที่จะบอกว่าพฤติกรรมของคนใดคนหนึ่งปกติหรือผิดปกตินั้น จะต้องบอกสาเหตุที่ทำให้เกิดความผิดปกตินี้หา ได้ตัวบททฤษฎีที่อธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมมีหลากหลายทฤษฎี คือ

1. ทฤษฎีการเกิดโรค (The Disease Model) เป็นการอธิบายสาเหตุของความแปรปรวนทางบุคลิกภาพที่เก่าแก่ที่สุด ความทฤษฎีการเกิดโรคทางฝ่ายกาย พบว่าสาเหตุของความเจ็บป่วยทางกายมีอยู่หลายอย่าง คือ

- 1.1 เกิดจากความผิดปกติที่มีมาแต่กำเนิด
- 1.2 เกิดจากความเสื่อม
- 1.3 เกิดจากตัวเชื้อโรค
- 1.4 เกิดจากเนื้องอก
- 1.5 เกิดจากกรรมพันธุ์
- 1.6 เกิดจากความแปรปรวนของฮอร์โมนในร่างกาย
- 1.7 เกิดจากสารพิษต่างๆ ที่สะสมในร่างกาย

แต่ต่อมาพบว่าทฤษฎีการเกิดโรคไม่สามารถจะใช้อธิบายผู้ป่วยที่มีบุคลิกภาพแปรปรวนได้ทุกคน และขณะเดียวกันก็มีจิตแพทย์และนักจิตวิทยาอีกกลุ่มหนึ่งคัดค้านไม่ยอมรับว่าบุคลิกภาพแปรปรวนหรือพฤติกรรมแปรปรวนนั้นเป็น "โรค"

### 2. ทฤษฎีกระบวนการทางจิตใจ (Psychodynamic Model)

Freud ได้อธิบายว่าพฤติกรรมที่แปรปรวนนั้นเป็นผลจากกระบวนการทางจิตใจส่วนที่ซ่อนเร้น คือเป็นผลการดำเนินงานของจิตไร้สำนึก (Unconscious Mental Activity) ซึ่งบุคคลนี้จะไม่มีโอกาสรู้ตัวเลย การแสดงออกของผู้ที่ถูกวินิจฉัยว่าเป็น "โรคจิต" นั้นเป็นผลของแรงกระตุ้นที่อยู่ภายใต้จิตไร้สำนึก (Unconscious Motivation) ที่ขัดแย้งในจิตไร้สำนึก (Unconscious Conflict) และเป็นความพยายามในระดับจิตไร้สำนึกในการที่จะจัดข้อขัดแย้งนั้น เมื่อความพยายามเหล่านี้ไร้ผลก็เกิดอาการบุคลิกภาพแปรปรวน ปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดอาการเหล่านี้ ได้แก่ พันธุกรรม การพัฒนาการ และการเรียนรู้

3. ทฤษฎีการเรียนรู้ (The Learning Model) อธิบายว่าพฤติกรรมหรือบุคลิกภาพแปรปรวนไปจากปกตินั้น เป็นเพราะเขาสนองตอบภาวะความกดดันของชีวิต ซึ่งความกดดัน (Stress or Pressure) นี้บุคคลนั้นไม่สามารถจะจัดออกไปจากวิถีชีวิตของตนได้อย่างน่าพึงพอใจ ความกดดันนี้มีหลายอย่าง เช่น

- 3.1 Physical Stress เช่น ความร้อน แสง เสียง ที่ก่อให้เกิดภาวะไม่สบายทางร่างกาย และส่งผลรบกวนความสงบสุขทางจิตใจ

### 3.2 Psychological Stress ภาวะกดดันทางจิตใจ

### 3.3 Social Stress ภาวะกดดันทางสังคม

ความกดดัน (Stress) มีความหมายทางด้านจิตวิทยา 2 ความหมาย

1. Stress คือ ภาวะอารมณ์ปั่นป่วนหรืออารมณ์ไม่สมดุลที่บุคคลประสบ  
(...Stress of psychological upset, or disequilibrium in an individual)

2. Stress คือสิ่งกระตุ้นที่คุกคามต่อสภาวะสุขภาพทางกายและทางใจ  
ของบุคคล ก่อให้เกิดความไม่สบายใจและเป็นเหตุให้มีพฤติกรรมแปรปรวนในที่สุด  
(Stress should be regarded as a class of stimuli which threaten the individual in some manner and produce disturbances in behavior and inner experience)

การพิจารณาว่าสิ่งใดปกติหรือผิดปกติ จำเป็นต้องมีหลักเกณฑ์เฉพาะ ถ้าไม่มีหลักเกณฑ์คนส่วนใหญ่จะให้เป็นเองเป็นหลักในการวัดโดยการ  
ใช้ทัศนคติ ความเชื่อ และ ค่านิยมของตนเองเป็นเครื่องวัดตัดสินถึงทำให้เรา  
ไม่สามารถหาข้อสรุปได้ เพราะถ้าบุคคลมี แนวคิด ทัศนคติ ความเชื่อ และค่านิยม  
ต่างกัน การตัดสินพฤติกรรมจะผิดพลาดได้ เราจำเป็นต้องอาศัยทฤษฎีต่างๆ  
มาพิจารณาร่วมกัน

## เอกสารประกอบการบรรยาย เรื่องที่ 2

เรื่อง ปัจจัยส่งเสริมและปัจจัยกระตุ้นให้เกิดความผิดปกติทางจิตสุขภาพจิต

มี 8 รูปแบบคือ

- 2.1 เอกสารที่มีเนื้อหาและบทสรุป
- 2.2 เอกสารที่มีเฉพาะบทสรุป
- 2.3 เอกสารที่มีเฉพาะเนื้อหา

เรื่องปัจจัยส่งเสริมและปัจจัยกระตุ้นให้เกิดความผิดปกติทางจิต

คำถามก่อนแยกเรียน

นักศึกษาทราบหรือไม่ว่ามีสาเหตุอะไรบ้างที่ทำให้บุคคลเกิดการเจ็บป่วยทางจิต

## เรื่องปัจจัยส่งเสริมและปัจจัยกระตุ้นให้เกิดความผิดปกติทางจิต

คำถามหลังบทเรียน

1.Predisposing Factors หมายถึงอะไร

2.Predisposing Factors มีอะไรบ้าง จงอธิบาย

3.Precipitating Factors หมายถึงอะไร

4.Precipitating Factors มีอะไรบ้าง จงอธิบาย



ปัจจัยส่งเสริมและปัจจัยกระตุ้นให้เกิดความผิดปกติทางจิต

อาการทางจิตเวชเกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ภาพกับความเครียดที่มากกระทบบุคลิกภาพในที่นี้จะเป็นอย่างไรจะขึ้นกับพันธุกรรม โครงสร้างทางร่างกาย และการพัฒนาการทางบุคลิกภาพของคน ๆ นั้น ถ้าหากบุคลิกภาพนั้น ๆ มี Ego ที่อ่อนแอ จนไม่สามารถจะปรับจิตใจของตนเองให้เข้ากับ ความเครียดในชีวิตได้ก็จะ เป็นเหตุให้เกิดการเจ็บป่วยทางจิตเวชขึ้น Predisposing factors หมายถึงปัจจัยโน้มเอียงแต่เดิมของคนคนนั้น ใช้เป็นเครื่องชี้ว่าจะมีลักษณะที่หมิ่นเหม่ หรือมีโอกาสเกิดโรคทางจิตเวชหรือไม่ ปัจจัยโน้มเอียงเช่นนี้ ได้แก่ พันธุกรรม, อายุ, เพศ, เชื้อชาติ

Predisposing Factors เป็นปัจจัยโน้มเอียงจะเป็นเครื่องชี้ว่าบุคคลนั้นมีโอกาสเกิดโรคทางจิตเวชหรือไม่

Precipitating factors หมายถึงปัจจัยที่กระตุ้นให้ผู้ที่ Predisposing factors อยู่แล้วแสดงอาการทางจิตเวชออกไป ตัวอย่างที่แสดงว่าเป็นเหตุกระตุ้น ก็คือการสูญเสียสิ่งที่รัก เป็นต้น เราดูได้จากสมการ

Precipitating Factors เป็นปัจจัยที่กระตุ้นให้บุคคลแสดงอาการจิตเวช

Precipitating factors

+

Predisposing factors -----> Mental illness

Predisposing factors ได้แก่

- 1. พันธุกรรม พันธุกรรมมีบทบาทมากในโรคทางจิตเวชเช่น โรคปัญญาอ่อน (mental retardation) ความรู้ทางด้านกรรมพันธุ์ที่มีต่อโรคทางจิตเวชนั้น ได้จากการศึกษาในคู่แฝดและการศึกษาในบุตรบุญธรรม เช่น เราพบว่าในแฝดที่เกิดจากไข่ใบเดียวกันจะมีอัตราอาการเกิดเป็นโรคจิตเภทเป็น 5 เท่าของแฝดที่เกิดจากไข่คนละใบโดยพบว่าในแฝดที่เกิดจากไข่ใบเดียวกันถ้าแฝดคนหนึ่งเป็นโรคจิตเภทแฝดอีกคนหนึ่งจะมีโอกาสเป็นโรคนี้นราวร้อยละ

Predisposing Factors ได้แก่ พันธุกรรม ถ้าบุคคลในครอบครัวเป็นโรคจิตบุคคลที่มีความเกี่ยวพันทางสายเลือดจะมีโอกาสเป็นโรคจิตได้มาก

ละ 70 แต่ถ้าแฝดคนหนึ่ง ในแฝดที่เกิดจากไข่คนละใบเป็นโรคจิต โอกาสที่แฝดอีกคนหนึ่งจะเป็นโรคนี้นี้ด้วยมีร้อยละ 14.7 ในพี่น้อง ถ้า มีคนหนึ่งเป็นโรคจิตเภท พี่น้องคนอื่น ๆ ที่มีความเกี่ยวข้องทางสายเลือด ก็จะมีโอกาสเป็นโรคจิตเภทได้มาก โรคจิตทางอารมณ์

(Affective psychosis) ก็มีความเกี่ยวข้องกับกรรมพันธุ์มาก

2. โครงสร้างทางร่างกาย โครงสร้างทางร่างกายมีความสำคัญในการกำหนดแบบอย่างของพฤติกรรมที่เป็นพื้นฐานของมนุษย์ นั้น ตัวอย่างก็คือ เมื่อคนเราพบกับสารพิษหรือสารที่ทำให้เกิดภูมิแพ้ คนเราจะมีปฏิกิริยาแตกต่างกัน บางคนก็มีอาการมาก บางคนก็มีอาการน้อยเช่นเดียวกัน คนเราเมื่อพบกับ Psychosocial stress ก็จะมีการปรับตัวต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นกับโครงสร้างทางร่างกายด้วย

William H. Sheldons ได้ศึกษาและพบว่าเราสามารถแบ่งโครงสร้างทางร่างกายของคนทั่วไปออกเป็น 3 แบบ คือ

2.1 Endomorphy เป็นพวกที่มีรูปร่างกลม กล้ามเนื้ออ่อน ชอบสนุกสนานรื่นเริง ชอบคบหาสมาคม

2.2 Mesomorphy เป็นพวกที่มีรูปร่างบึกบึนกล้ามเนื้อเป็นมัดแข็งแรง ชอบเล่นกีฬา แข่งขัน ทำมากกว่าคิด จิตใจค่อนข้างเห็นแก่ตัว

2.3 Ectomorphy เป็นพวกที่มีรูปร่างผอมโปร่งเก็บความรู้สึก หวาดหวั่น พอใจกับการอยู่คนเดียว ไม่ชอบการสังคม เป็นต้น

3. ลาย เราพบว่าโรคจิตเวชก็มีความสัมพันธ์กับอายุที่จะเกิดโรคด้วย เราพบว่าคนในอายุแต่ละช่วง จะมีปัญหาวิกฤติของช่วงนั้น ๆ ปัญหาวิกฤตินี้เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและการปรับตัวทางด้านจิตใจ เช่น คนวัยรุ่นแยกจากจะต้องพบกับภาวะที่รูปร่างของตนเองต้องเปลี่ยนไป มีหนวด เต้านมขึ้นปานแล้ว ยังจะ

โครงสร้างทาง

ร่างกายมี 3 แบบ

Endomorphy

รูปร่างกลมชอบสนุก

สนาน Mesomorphy

รูปร่างบึกบึนชอบ

แข่งขันจิตใจเหี้ยม

Ectomorphy

รูปร่างผอมโปร่งไม่

ชอบสังคม

ต้องเผชิญกับปัญหาเรื่องเพศ ปัญหาการเข้าสังคมปัญหาการงานอาชีพ ปัญหาการจะแยกตัวเองเป็นอิสระจากพ่อแม่ สาเหตุต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้เราพบว่าคนวัยรุ่นเป็นโรคจิตมาก เราพบว่า ยิ่งคนเราอายุมากกว่า 65 ปี อุบัติการณ์ของโรคจิตในวัยรุ่นสูง เราพบโรคจิตได้น้อยมากในวัยเด็ก

อายุ แต่ละช่วง  
อายุจะมีปัญหาวิกฤต  
ของช่วงนั้น ๆ

4. เพศ เป็นการยากที่จะบอกได้ว่า ภาวะจิตแปรปรวนนี้จะพบมากในเพศใด แต่จะบอกได้ว่าโรคบางโรคพบในผู้ชายได้มากกว่า เช่น โรคจิตจากพิษสุรา โรคบางโรคก็พบมากในผู้หญิง เช่น โรคจิตในวัยต่อของชีวิต และโรคจิตในวัยรุ่น

เพศ โรคบาง  
โรคจะพบได้มากกว่า  
ในแต่ละเพศ

5. เชื้อชาติ เราพบว่าชนอพยพหรือที่เกิดในต่างประเทศ จะมีโอกาสเจ็บป่วยทางจิตใจสูงกว่าชาวพื้นเมืองนั้น ๆ การรังเกียจเหยียดหยามในเชื้อชาติและสีผิว (Racism) ทำให้ผู้ที่ถูกคุกคามได้รับการกดขี่เข้มงวดอย่างมาก ก่อให้เกิดความกดดันทางจิตใจขึ้นได้ สถานะทางเศรษฐกิจคือลดลงไปได้

เชื้อชาติ ชนอพยพ  
การรังเกียจเชื้อชาติ  
สีผิว จะทำให้ผู้ถูก  
คุกเกิดความกดดัน  
ทางจิตใจได้

Precipitating factors

1. สถานะภาพการสมรส

การเจ็บป่วยทางจิตเราพบมากที่สุดในกลุ่มที่หย่าร้าง รองลงมาพบในกลุ่มที่ยังเป็นโสด ผู้ที่แต่งงานแล้ว มีอุบัติการณ์ของความแปรปรวนทางจิตน้อย อาจจะเป็นไปได้ว่าการแต่งงานจะช่วยลดความรู้สึกวุ่นวายและความเครียดทางอารมณ์ได้

Precipitating  
Factors ได้แก่  
สถานะภาพการสมรส  
พบการเจ็บป่วย  
ทางจิตมากในกลุ่ม  
หย่าร้าง โสด  
แต่งงาน ตามลำดับ

2. การตั้งครมภ์

การตั้งครมภ์อาจเป็นเหตุทำให้เกิดความแปรปรวนทางสรีระ ถึงหลังคลอดจะมีการเปลี่ยนแปลงสมดุลทางสรีระอย่างมาก และรวดเร็ว ภาวะเช่นนี้อาจเป็นสิ่งที่กดดันต่อจิตใจอย่างแรงจนทำให้เกิดอาการทางจิตขึ้นได้ นอกจากนี้การตั้งครมภ์อาจทำให้ผู้สูงกำลังจะเป็นแม่เกิดความวิตกกังวลทางจิต โดยกระตุ้นให้เกิด

การตั้งครมภ์ ก่อ  
ให้เกิดความเปลี่ยนแปลง  
ทางสรีระและ  
จิตใจ

ความวิตกกังวลจนมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน อากาศกินของเปรี้ยวได้ เหมือนกัน

### 3. อาชีพและภาระงาน

ในการทำงานอาจเกิดความขัดแย้งกับหัวหน้าและผู้  
ร่วมงาน หรือเกิดการแก่งแย่งชิงดีชิงเด่นจนเป็นเหตุให้เกิดอาการ  
จิตใจ นอกจากนี้เรายังพบบุคคลบางคนใช้การทำงานเป็นเครื่องรักษา  
จิตใจของตนเอง บางรายก็ใช้การทำงานเป็นเครื่องแสดงออก  
ของความก้าวร้าวผู้ที่ปมด้อย อาจใช้งานเป็นเครื่องมือที่ทำให้ตน  
เองภูมิใจก็ได้

อาชีพ อาจก่อให้เกิด  
ความกดดันทาง  
จิตใจ

### 4. การเจ็บป่วย

การเจ็บป่วยอยู่นาน ๆ หรือเป็นโรคเรื้อรัง จะมี  
ผลกระทบกระเทือนต่อจิตใจของผู้ป่วย เช่น ผู้ป่วยอาจจะต้องประ  
สับกับความเจ็บปวด หรือการเจ็บป่วยอาจทำให้รับหน้าที่หาเลี้ยง  
ครอบครัวไม่ได้ มีความรู้สึกตนเองต้องพึ่งผู้อื่น หรือโรคที่เป็นที่รัง  
เกียจของผู้อื่น ร่างกายที่ขาดความสมบูรณ์ กุศลภาพ ทำให้รู้สึกเป็น  
ปมด้อยขาดความมั่นใจ และภูมิใจในตนเอง

สมองที่มีพยาธิสภาพ ก็มีอาการแสดงออกทางจิตใจ  
และถ้าหากพยาธิสภาพในสมองนั้น มีความรุนแรงหรือเป็นเรื้อรัง ก็  
อาจจะไม่หายดีได้

การเจ็บป่วย มี  
ผลกระทบกระเทือนต่อ  
จิตใจ

### 5. การขาดสิ่งที่จำเป็น

ออกซิเจน อาหาร น้ำ การนอน เหล่านี้เป็นสิ่งจำเป็น  
สำหรับร่างกาย ถ้าหากในระยะแรกของการพัฒนาการได้ขาดสิ่ง  
จำเป็นเหล่านี้ไปในจำนวนและเวลาที่มากและนอนพอควรก็จะส่งผล  
ให้โครงสร้างทางร่างกายต้องบอบพร่องไปได้และถ้าหากขาดสิ่ง  
เหล่านี้ในวัยที่โตแล้วก็อาจจะทำให้เกิดอาการทางสมองหรือทำให้  
สภาพจิตแปรปรวนได้

#### 5.1 การขาดอาหารในระยะที่สมองมีการเติบโต

อย่าง มากในวัยเด็กจะทำให้สมองหยุดงักทางด้านการเจริญเติบโตในผู้ใหญ่ ถ้าขาดอาหารนาน ๆ จะเกิดความรู้สึกอยากอาหารอย่างรุนแรงจนมองเห็นภาพอาหารได้ บางทีการควบคุมอารมณ์จะไม่ได้ และสมาธิก็ไม่ได้ด้วย

5.2 การขาด Oxygen ถ้าหาก Oxygen ในเลือดแดงลดลงไปเหลือร้อยละ 85 นาน 2-3 ชั่วโมง จะทำให้คนที่มีความสุข ภาวดีมาก่อนมีอาการปวดศีรษะ เพลียหายใจเร็ว สมาธิและการควบคุมอารมณ์ไม่ได้

5.3 การขาดการนอน การขาดการนอนเป็นเวลานาน ๆ จะทำให้สุขภาพจิตไม่ดี การรับรู้ การพูดจา อารมณ์ และความคิดจะเปลี่ยนแปลงไป สมาธิการทำงานก็ไม่ได้ กระสับกระส่าย เป็นต้น

5.4 การขาดสิ่งเร้า การขาดสิ่งกระตุ้นตั้งแต่ระยะแรก ๆ ของชีวิต เช่น ไม่อุ้มไม่กอด ไม่ชวนเล่นกับเด็ก จะเป็นเหตุของการพัฒนาการบุคลิกภาพที่ผิดปกติไปในภายหลังได้

ผู้ปกครองตา 2 ชั่วโมงหลังผ่าตัดกระจกจะเกิดอาการทางประสาทและความแปรปรวนทางใจโดยมีสาเหตุจากการขาดการกระตุ้นทางประสาทสัมผัส

5.5 การแยกจากสังคม พบว่าการที่เด็กถูกแยกออกจากสังคม ทำให้ขาดประสบการณ์ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในสังคมทำให้บุคลิกภาพแปรปรวนตามมาได้ เช่น ทำให้ควบคุมความกลัว ความกังวล ความโกรธได้ไม่ดี เป็นต้น

5.6 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship) ความสัมพันธ์ระหว่างแม่และเด็กจะมีความสำคัญเป็นพื้นฐานต่อสุขภาพจิตของลูก ตัวอย่าง แม่ที่ปกป้องลูกจนเกินไป (Overprotection) คอยควบคุมลูกทุกอย่างจะทำให้ลูกขาดพัฒนาการที่นำไปสู่ภาวะคือความเป็นตัวของตัวเองต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่น

(dependent) อยู่ตลอด ไม่บรรลุวุฒิภาวะ (maturity) การมีพ่อ  
ที่ขบถกที่ก้าวร้าวทำให้เด็กชายกลัว ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น  
ของตนได้

5.7 ความเศร้าเสียใจ สาเหตุของความเศร้าเสีย  
ใจมีได้หลายชนิด เช่น การสูญเสียคนรักหรือสิ่งอื่นเป็นที่รัก คับแค้น  
มาจากการแยกกันหรือการตายจาก การที่ร่างกายต้องเสื่อมสารถ  
ภาพลงเมื่ออายุมากขึ้นความรู้สึกทางเพศลดลง การเป็นอัมพาตเคลื่อน  
ไหวไม่ได้ การสูญเสียเงินทอง ชื่อเสียง เป็นต้น

6. สิ่งแวดล้อม : ครอบครัว, สังคม, และวัฒนธรรม

สิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อการเจ็บป่วยทางจิตก็คือ ความ  
สัมพันธ์ระหว่างบุคคลทั้งในครอบครัวและสังคม ค่านิยมในสังคม และ  
อิทธิพลของวัฒนธรรม

ถ้าหากคนเราได้ได้รับความรักความอบอุ่น  
จากครอบครัวดีพอก็มักจะมีความมั่นใจที่จะไปคบค้าสมาคมกับผู้อื่นได้  
และรู้สึกสนุกสนานไม่เบื่อในการเข้าสมาคม รวมทั้งยังสามารถควบคุม  
พฤติกรรมที่ไม่สมควรของตนเองได้

การขาดแม่ อาจจะทำให้เด็กทารกมีการพัฒนา  
การล่าช้า (Developmental retardation) การขาดพ่อก็มี  
ความเกี่ยวข้องอย่างมากกับพฤติกรรมอันธพาล และเป็นปฏิปักษ์ต่อสัง  
คม และเราพบว่าพฤติกรรมอันธพาล ก็มีมาจากครอบครัวที่แตกแยก,  
หย่าร้าง

ปัญหาวิกฤติในครอบครัว มักเกิดขึ้นเมื่อมีเหตุการณ์  
เหล่านี้เกิดขึ้น คือการตั้งครุฑ์ การเจ็บป่วยทางกายทางใจ สมาชิก  
เจ็บป่วยมากใกล้เสียชีวิต ครอบครัวต้องเปลี่ยนแปลงสภาพความเป็น  
อยู่อย่างมาก เป็นต้น

วัฒนธรรมก็เป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่ง ที่จะช่วย  
ตัดสินว่าอาการที่แสดงออกไปนั้นเป็นสิ่งผิดปกติใหม่ ยุคสมัยที่ต่างกัน

การขาดสิ่งจำเป็น  
เช่น อาหาร อากาศ  
การนอน สิ่งเร้า  
การแยกจากสังคม  
ความสัมพันธ์ระหว่าง  
บุคคล

สิ่งแวดล้อม เช่น  
ครอบครัว สังคม  
วัฒนธรรมที่ต่างกัน

อาการที่แสดงออกก็อาจจะแตกต่างกันไปด้วย เช่นโรคจิตจากพิษสุราพบได้ในชาวไอริชแต่พบได้น้อยในพวกฮิว

7. ชุมชนเมือง

เมื่อมีการพัฒนาชนบทให้เป็นเมือง ผลเมืองจะอยู่กันอย่างหนาแน่นขึ้น ต่างต้องดิ้นรน น้ำใจไม่ตรีที่มีให้แก่กันก็ลดน้อยลง อาจเกิดปัญหาอาชญากรรม ปัญหาเสเพลคิดให้โทษ ปัญหาที่อยู่อาศัย ปัญหาการจราจร เราจึงพบว่าคนในเมืองใหญ่มักมีสุขภาพจิตไม่สู้ดี

8. สถานะทางสังคมและเศรษฐกิจ

โรคจิตเภทพบมากในกลุ่มบุคคลที่มีสถานะทางสังคมและเศรษฐกิจต่ำที่สุด ในทางตรงกันข้าม โรคประสาทพบมากในกลุ่มที่มีสถานะทางสังคม และเศรษฐกิจสูง นอกจากนี้การที่ป่วยเป็นโรคจิตโรคประสาท ก็ทำให้ความสามารถลดลง จนเป็นเหตุให้ฐานะทางเศรษฐกิจสังคมต่ำลง

9. การบาดเจ็บที่ศีรษะและการติดเชื้อที่สมอง

อาจจะมีผลกระทบต่อการทำหน้าที่ของสมอง จนทำให้เกิดกลุ่มอาการของสมองขึ้นได้

ชุมชนเมือง มีผลให้มีการแข่งขันสูง

สถานะทางสังคมและเศรษฐกิจ โรคจิตจะพบในกลุ่มสถานะทางสังคมและเศรษฐกิจสูงตรงข้ามกับโรคประสาท

การบาดเจ็บที่ศีรษะและการติดเชื้อที่สมอง

## ปัจจัยส่งเสริมและปัจจัยกระตุ้นให้เกิดความผิดปกติทางจิต

Predisposing Factors . เป็นปัจจัยในแง่เชิง จะ เป็นเครื่องธงชี้ว่าบุคคลนั้นมี  
โอกาสเกิดโรคทางจิตเวชหรือไม่

Precipitating Factors เป็นปัจจัยที่กระตุ้นให้บุคคลแสดงอาการทางจิตเวช

## Predisposing Factors

1. พันธุกรรม ถ้าคนในครอบครัวเป็นโรคจิตบุคคลที่มีความเกี่ยวพันทางสายเลือดจะมี  
โอกาสเป็นโรคจิตได้มาก

2. โครงสร้างทางร่างกาย แบ่งเป็น 3 แบบ

2.1 Endomorphy รูปร่างกลม ชอบสนุกสนาน

2.2 Mesomorphy รูปร่างท้วม ชอบแข่งขัน จิตใจเหี้ยม

2.3 Ectomorphy รูปร่างผอมโปร่ง ไม่ชอบสังคม

3. อายุ แต่ละช่วงอายุ จะมีปัญหาวิกฤตของช่วงนั้น ๆ

4. เพศ โรคบางโรคจะพบได้มากกว่าในแต่ละเพศ

5. เชื้อชาติ ชนอพยพ การรังเกียจเชื้อชาติ สีผิว จะทำให้ผู้ถูกดูถูกเกิดความกดดัน  
ทางจิตจิตใจได้

## Precipitating Factors

1. สถานะภาพการสมรส พบการเจ็บป่วยทางจิตมากในกลุ่มที่หย่าร้าง โสด แต่งงาน  
ตามลำดับ

2. การตั้งครมภ์ ก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทางสรีระและจิตใจ

3. อาชีพ อาจก่อให้เกิดความกดดันทางจิตใจ

4. การเจ็บป่วย มีผลกระทบกระเทือนต่อจิตใจ

5. การขาดสิ่งที่จำเป็น เช่น อาหาร อากาศ การนอน สิ่งเร้า การแยกจากสังคม  
ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความมั่งคั่ง

6. สิ่งแวดล้อม เช่น ครอบครัว สังคม วัฒนธรรม

7. ชุมชนเมือง ทำให้มีการต่งกันมากขึ้น

8. สถานะทางสังคมและเศรษฐกิจ โรคจิตพบมากในกลุ่มสถานะทางสังคมและ  
เศรษฐกิจสูงซึ่งตรงข้ามกับโรคประสาท

9. การบาดเจ็บที่สรีระ และการถือเชือกที่สมอง



## เอกสาร 2.3

## ปัจจัยส่งเสริมและปัจจัยกระตุ้นให้เกิดความผิดปกติทางจิต

อาการทางจิตเวชเกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับความเครียดที่มากกระทบบุคลิกภาพในที่นี้จะเป็นอย่างไรจะขึ้นกับพันธุกรรม โครงสร้างทางร่างกาย และการพัฒนาการทางบุคลิกภาพของคน ๆ นั้น ถ้าหากบุคลิกภาพนั้น ๆ มี Ego ที่อ่อนแอ จะไม่สามารถจะปรับจิตใจของตนเองให้เข้ากับ ความเครียดในชีวิตได้ก็จะเป็นเหตุให้เกิดการเจ็บป่วยทางจิตเวชขึ้น

Predisposing factors หมายถึงปัจจัยในมัยเอียงแต่เดิมของคนคนนั้น ใช้เป็นเครื่องชี้ว่าจะมีลักษณะที่หมิ่นเหม่ หรือมีโอกาสเกิดโรคทางจิตเวชหรือไม่ ปัจจัยในมัยเอียงเช่นนี้ได้แก่ พันธุกรรม, อายุ, เพศ, เชื้อชาติ

Precipitating factors หมายถึงปัจจัยที่กระตุ้นให้ผู้ที่ Predisposing factors อยู่แล้วแสดงอาการทางจิตเวชออกไป ตัวอย่างที่แสดงว่าเป็นเหตุกระตุ้น ก็คือการสูญเสียสิ่งที่รัก เป็นต้น เราดูได้จากสมการ

Precipitating factors

+

Predisposing factors -----> Mental illness

## Predisposing factors ได้แก่

1. พันธุกรรม พันธุกรรมมีบทบาทมากในโรคทางจิตเวชเช่น โรคปัญญาอ่อน (mental retardation) ความรู้ทางด้านกรรมพันธุ์ที่มีต่อโรคทางจิตเวชนั้น ได้จากการศึกษาในคู่แฝดและการศึกษาในบุตรบุญธรรม เช่น เราพบว่าในแฝดที่เกิดจากไข่ใบเดียวกันจะมีอัตราการเกิดเป็นโรคจิตเภทเป็น 5 เท่าของแฝดที่เกิดจากไข่คนละใบโดยพบว่าในแฝดที่เกิดจากไข่ใบเดียวกันถ้าแฝดคนหนึ่งเป็นโรคจิตเภทแฝดอีกคนหนึ่งจะมีโอกาสเป็นโรคนี้นราวร้อยละ 70 แต่ถ้าแฝดคนหนึ่ง ในแฝดที่เกิดจากไข่คนละใบเป็นโรคจิต โอกาสที่แฝดอีกคนหนึ่งจะเป็นโรคนี้นั้นมีร้อยละ 14.7 ในพี่น้อง ถ้ามีคนหนึ่งเป็นโรคจิตเภท พี่น้องคนอื่น ๆ ที่มีความเกี่ยวข้องทางสายเลือดก็จะมีโอกาสเป็นโรคจิตเภทได้มาก โรคจิตทางอารมณ์ (Affective psychosis) ก็มีความเกี่ยวข้องกันกับกรรมพันธุ์มาก

2. โครงสร้างทางร่างกาย โครงสร้างทางร่างกายมีความสำคัญในการกำหนดแบบอย่างของพฤติกรรมที่เป็นพื้นฐานของคน ๆ นั้น ตัวอย่างก็คือ เมื่อคนเราพบกับสารพิษหรือสารที่ทำให้เกิดภูมิแพ้ คนเราจะมีปฏิกิริยาแตกต่างกัน บางคนก็มีอาการมาก บางคนก็มีอาการน้อย เช่นเดียวกัน คนเราเมื่อพบกับ Psychosocial stress ก็จะมีการปรับตัวต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นกับโครงสร้างทางร่างกายด้วย

William H. Sheldons ได้ศึกษาและพบว่าเขาสามารถแบ่งโครงสร้างทางร่างกายของคนทั่วไปออกเป็น 3 แบบ คือ

2.1 Endomorphy เป็นพวกที่มีรูปร่างกลม กล้ามเนื้ออ่อน ชอบสนุกสนานรื่นเริง ชอบคบหาสมาคม

2.2 Mesomorphy เป็นพวกที่มีรูปร่างบึกบึนกล้ามเนื้อเป็นมัดแข็งแรง ชอบเล่นกีฬา แข่งขัน ทำมากกว่าคิด จิตใจค่อนข้างห้าวหาญ

2.3 Ectomorphy เป็นพวกที่มีรูปร่างผอมโย่งเก็บความรู้สึก หวาดหวั่น พอใจกับการอยู่คนเดียว ไม่ชอบการสังคม เป็นต้น

3. อายุ เราพบว่าโรคจิตเวชที่มีความสัมพันธ์กับอายุที่จะเกิดโรคด้วย เราพบว่าคนในอายุแต่ละช่วง จะมีปัญหาวิกฤติของช่วงนั้น ๆ ปัญหาวิกฤตินี้เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและการปรับตัวทางด้านจิตใจ เช่น คนวัยรุ่นนอกจากจะต้องพบกับภาระที่รูปร่างของตนเองต้องเปลี่ยนไป มีหนวด เต้านมที่พัฒนาแล้ว ยังจะต้องเผชิญกับปัญหาเรื่องเพศ ปัญหาการเข้าสังคมปัญหาการวางเอาชีวิ ปัญหาการจะแยกตัวเองเป็นอิสระจากพ่อแม่ สาเหตุต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้เราพบว่าคนวัยรุ่นเป็นโรคจิตมาก

เราพบว่า ยิ่งคนเราอายุมากกว่า 65 ปี อุบัติการณ์ของโรคจิตในวัยชราสูง เราพบโรคจิตได้น้อยมากในวัยเด็ก

4. เพศ เป็นการยากที่จะบอกได้ว่า ภาวะจิตแปรปรวนนี้จะพบมากในเพศใด แต่จะบอกได้ว่าโรคทางจิตพบในผู้ชายได้มากกว่า เช่น โรคจิตจากพิษสุรา โรคบางโรคก็พบมากในผู้หญิง เช่น โรคจิตในวัยต่อของชีวิต และโรคจิตในวัยชรา

5. เชื้อชาติ เราพบว่าชนอพยพหรือที่เกิดในต่างประเทศ จะมีโอกาสเจ็บป่วยทางจิตใจสูงกว่าชาวพื้นเมืองนั้น ๆ

การรังเกียจเหยียดหยามในเชื้อชาติและสีผิว (Racism) ทำให้ผู้ที่ถูกดูถูกได้รับการกดขี่ข่มเหงอย่างมาก ก่อให้เกิดความกดดันทางจิตใจที่มิได้ ฐานะทางเศรษฐกิจดีอยู่ลงไปได้

## Precipitating factors

### 1. สถานะภาพการสมรส

การเจ็บป่วยทางจิตเรื้อรังมากที่สุดในกลุ่มที่หย่าร้าง รองลงมาพบในกลุ่มที่ถึงเป็นโสด ผู้ที่แต่งงานแล้ว มีอุบัติการณ์ของความแปรปรวนทางจิตน้อย อาจจะเป็นไปได้ว่าการแต่งงานจะช่วยลดความรู้สึกว่าเหว่และความเครียดเครียดทางอารมณ์ได้

### 2. การตั้งครรภ์

การตั้งครรภ์อาจเป็นเหตุทำให้เกิดความแปรปรวนทางสรีระ ซึ่งหลังคลอดจะมีการเปลี่ยนแปลงสมดุลทางสรีระอย่างมาก และรวดเร็ว ภาวะเช่นนี้อาจเป็นสิ่งกดดันต่อจิตใจอย่างแรงจนทำให้เกิดอาการทางจิตขึ้นได้ นอกจากนี้การตั้งครรภ์อาจทำให้ผู้สูงกำลังจะเป็นแม่เกิดความผิดปกติทางจิต โดยกระตุ้นให้เกิดความวิตกกังวลจนมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน อหิวาต์ของเปรี้ยวได้เหมือนกัน

### 3. อาชีพและการงาน

ในการทำงานอาจเกิดความขัดแย้งกับหัวหน้าและผู้ร่วมงาน หรือเกิดการแก่งแย่งชิงดีชิงเด่นจนเป็นเหตุให้เกิดอาการทางจิตใจ นอกจากนี้เรายังพบบุคคลบางคนใช้การทำงานเป็นเครื่องรักษาจิตใจของตนเอง บางรายก็ใช้การทำงานเป็นเครื่องแสดงออกของความก้าวร้าวผู้ที่ปมด้อย อาจใช้งานเป็นเครื่องมือที่ทำให้ตนเองภูมิใจก็ได้

### 4. การเจ็บป่วย

การเจ็บป่วยอยู่นาน ๆ หรือเป็นโรคเรื้อรัง จะมีผลกระทบกระเทือนต่อจิตใจของผู้ป่วย เช่น ผู้ป่วยอาจจะต้องประสบกับความเจ็บปวด หรือการเจ็บป่วยอาจทำให้รับหน้าที่หาเลี้ยงครอบครัวไม่ได้ มีความรู้สึกตนเองต้องพึ่งผู้อื่น หรือโรคที่เป็นที่รังเกียจของผู้อื่น ร่างกายที่ขาดความสมบูรณ์ กุณภาพ ทำให้รู้สึกเป็นไม่ด้อยขาดความมั่นใจ และภูมิใจในตนเอง

สมองที่มีพยาธิสภาพ ก็มีอาการแสดงออกทางจิตใจ และถ้าหากพยาธิสภาพในสมองนั้น มีความรุนแรงหรือเป็นเรื้อรัง ก็อาจจะไม่หายดีได้

### 5. การขาดสิ่งที่จำเป็น

ออกซิเจน อาหาร น้ำ การนอน เหล่านี้เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับร่างกาย ถ้าหากในระยะแรกของการพัฒนาการได้ขาดสิ่งจำเป็นเหล่านี้ไปในจำนวนและเวลาที่มากและนอนพอควร ก็จะส่งผลให้โครงสร้างทางร่างกายต้องบอบช้ำไปได้และถ้าหากขาดสิ่งเหล่านี้ในวัยที่โตแล้ว ก็อาจจะทำให้เกิดอาการทางสมองหรือทำให้สภาพจิตแปรปรวนได้

5.1 การขาดอาหารในระยะที่สมองมีการเติบโตอย่างมากในวัยเด็กจะทำให้สมองหยุดชะงักทางด้านพัฒนาการไปได้ในผู้ใหญ่ ถ้าขาดอาหารนาน ๆ จะเกิดความรู้สึกอยากอาหารอย่างรุนแรงจนมองเห็นภาพอาหารได้ บางทีการควบคุมอารมณ์จะไม่มีดี และสมาธิก็ไม่ดีด้วย

5.2 การขาด Oxygen ถ้าหาก Oxygen ในเลือดแดงลดลงไปเหลือร้อยละ 85 นาน 2-3 ชั่วโมง จะทำให้คนที่สุขภาพดีมาก่อนมีอาการปวดศีรษะ เพลียหากใจเร็ว สมาธิ และการควบคุมอารมณ์ไม่มีดี

5.3 การขาดการนอน การขาดการนอนเป็นเวลานาน ๆ จะทำให้สุขภาพจิตไม่ดี การรับรู้ การพูดจา อารมณ์ และความคิดจะเปลี่ยนแปลงไป สมาธิการทำงานก็ไม่ดี กระสับกระส่าย เป็นต้น

5.4 การขาดสิ่งเร้า การขาดสิ่งกระตุ้นตั้งแต่ระยะแรก ๆ ของชีวิต เช่น ไม่อุ้ม ไม่กอด ไม่ชวนเล่นกับเด็ก จะเป็นเหตุของการพัฒนาการบุคลิกภาพที่ผิดปกติไปในภายหลังได้

ผู้ป่วยบิดา 2 ข้างภายหลังผ่าตัดต่อกระดูกจะเกิดอาการทางประสาทและความแปรปรวนทางจิตโดยมีสาเหตุจากการขาดการกระตุ้นทางประสาทรับสัมผัส

5.5 การแยกจากสิ่งคม พบว่าการที่เด็กถูกแยกออกจากสิ่งคม ทำให้ขาดประสบการณ์ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในสิ่งคมทำให้บุคลิกภาพแปรปรวนตามมาได้ เช่น ทำให้ควบคุมความกลัว ความกังวล ความโกรธได้ไม่ดี เป็นต้น

#### 5.6 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship)

ความสัมพันธ์ระหว่างแม่และเด็กจะมีความสำคัญเป็นพื้นฐานต่อสุขภาพจิตของลูก ตัวอย่าง แม่ที่ปกป้องลูกจนเกินไป (Overprotection) คอยควบคุมลูกทุกอย่างจะทำให้ลูกขาดพัฒนาการที่นำไปสู่วุฒิภาวะคือความเป็นตัวของตัวเองต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่น (dependent) อยู่ตลอด ไม่บรรลุวุฒิภาวะ (maturity) การมีพ่อที่ชอบกดขี่ก้าวร้าวทำให้เด็กขาดกลัว ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นของตนได้

5.7 ความเศร้าเสียใจ สาเหตุของความเศร้าเสียใจมีได้หลายชนิด เช่น การสูญเสียคนรักหรือสิ่งที่มีค่าอื่นเป็นที่รัก อันเนื่องมาจากการแยกกันหรือการตายจาก การที่ว่างกาชต้องเสื่อมสรวรสภาพลงเมื่ออายุมากขึ้นความรู้สึกทางเพศลดลง การเป็นกัมพาดเคลื่อนไหวไม่ได้ การสูญเสียเงินทอง ที่อเสียง เป็นต้น

## 6. สิ่งแวดล้อม : ครอบครัว, สังคม, และวัฒนธรรม

สิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อการเจ็บป่วยทางจิตก็คือ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลทั้งในครอบครัวและสังคม ค่านิยมในสังคม และอิทธิพลของวัฒนธรรม

ถ้าหากคนเราได้รับความรักความอบอุ่นจากครอบครัวดีพอก็มักจะมีความมั่นใจที่จะไปคบค้าสมาคมกับผู้อื่นได้ และรู้สึกสนุกสนานไม่เบื่อในการเข้าสมาคม รวมทั้งยังสามารถควบคุมพฤติกรรมที่ไม่สมควรของตนเองได้

การขาดแม่ อาจจะทำให้เด็กทารกมีการพัฒนาการล่าช้า (Developmental retardation) การขาดพ่อก็มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมอันธพาล และเป็นปฏิปักษ์ต่อสังคม และเราพบว่าพฤติกรรมอันธพาล ก็มักมาจากครอบครัวที่แตกแยก, หย่าร้าง

ปัญหาวิกฤติในครอบครัว มักเกิดขึ้นเมื่อมีเหตุการณ์เหล่านี้เกิดขึ้น คือการตั้งครมภ์ การเจ็บป่วยทางกายทางใจ สมาชิกเจ็บป่วยมากใกล้เคียงเสียชีวิต ครอบครัวต้องเปลี่ยนสภาพความเป็นอยู่อย่างมาก เป็นต้น

วัฒนธรรมก็เป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่ง ที่จะช่วยตัดสินว่าอาการที่แสดงออกไปนั้นเป็นสิ่งผิดปกติไหม คุณสมบัติที่ต่างกัน อาการที่แสดงออกก็อาจจะแตกต่างกันไปด้วย เช่นโรคจิตจากพิษสุราพบได้ในชาวไอริสแต่พบได้น้อยในพวกฮิว

## 7. ชุมชนเมือง

เมื่อมีการพัฒนาชนบทให้เป็นเมือง พลเมืองจะอยู่กันคนละข้างหนานั่นขึ้น ต่างต้องดิ้นรน น้ำใจไม่ตรีที่มีให้แก่กันก็ลดน้อยลง อาจเกิดปัญหาอาชญากรรม ปัญหาเสพผิดให้โทษ ปัญหาที่อยู่อาศัย ปัญหาการจราจร เราจึงพบว่าคนในเมืองใหญ่มักมีสุขภาพจิตไม่สู้ดี

## 8. สถานะทางสังคมและเศรษฐกิจ

โรคจิตเภทพบมากในกลุ่มบุคคลที่มีสถานะทางสังคมและเศรษฐกิจต่ำที่สุดในทางตรงกันข้าม โรคประสาทพบมากในกลุ่มที่มีสถานะทางสังคม และเศรษฐกิจสูง นอกจากนี้การที่ป่วยเป็นโรคจิตโรคประสาท ก็ทำให้ความสามารถลดลง จนเป็นเหตุให้ฐานะทางเศรษฐกิจต่ำลง

## 9. การบาดเจ็บที่ศีรษะและการติดเชื้อที่สมอง

อาจจะมีผลกระทบต่อการทำหน้าที่ของสมอง จนทำให้เกิดกลุ่มอาการของสมองขึ้นได้

เอกสารประกอบคำบรรยายเรื่องที่ 3  
เรื่อง วิจัยเชิง โภคประสาท

มี 3 รูปแบบคือ

- 3.1 เอกสารที่มีเนื้อหาและบทสรุป
- 3.2 เอกสารที่มีเฉพาะบทสรุป
- 3.3 เอกสารที่มีเฉพาะเนื้อหา

## เรื่องโรคจิตและโรคประสาท

### คำถามก่อนบทเรียน

นักศึกษาเคยเจอผู้ป่วยโรคจิตหรือไม่ ทราบหรือไม่ว่าผู้ป่วยมีอาการอย่างไร และมีสาเหตุมาจากอะไร จะให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยโดยวิธีใดได้บ้าง

นักศึกษามีความเข้าใจเกี่ยวกับโรคประสาทอย่างไร และสามารถแยกผู้ป่วยโรคจิตกับโรคประสาทได้หรือไม่ และคิดว่าผู้ป่วยโรคประสาทมีอาการอย่างไรบ้าง จะให้การช่วยเหลือได้อย่างไร

## เรื่องโรคจิตและโรคประสาท

คำถามหลังบทเรียน

1. โรคจิต มีความหมายอย่างไร
2. โรคจิตมีกี่กลุ่มอาการ อะไรบ้าง
3. สาเหตุที่ทำให้เกิดโรคจิตคืออะไร
4. นักศึกษาจะให้การรักษาผู้ป่วยโรคจิตอย่างไร
5. ถ้าผู้ป่วยเข้ารักษาโรคจิตจะมีอาการแสดงเช่นไร
6. จะมีวิธีป้องกันไม่ให้เป็นโรคจิตได้อย่างไร



7. โรคประสาทมีความหมายอย่างไร

8. โรคประสาทมีกี่ชนิด อะไรบ้าง

9. นักศึกษาจะแยกผู้ป่วยโรคประสาทกับผู้ป่วยโรคจิตได้อย่างไร

10. จะให้การรักษาผู้ป่วยโรคประสาทอย่างไรบ้าง

11. สามารถป้องกันไม่ให้เป็นโรคประสาทได้โดยวิธีใด

### โรคจิต

โรคจิตเป็นโรคที่มีความผิดปกติทางจิตอย่างรุนแรง ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพในด้านพฤติกรรม แนวความคิดและอารมณ์อย่างเฉียบหรือหลายอย่างก็ได้ ซึ่งความผิดปกติเหล่านี้เป็นไปโดยที่ผู้ป่วยไม่สามารถจะควบคุมได้

การเกิดโรคจิตมี 2 ชนิด คือ

ชนิดเฉียบพลัน แสดงอาการผิดปกติชัดเจนในเวลารวดเร็ว

ชนิดค่อยเป็นค่อยไป บุคลิกภาพค่อย ๆ เปลี่ยน

แปลงขาดความสนใจต่อสิ่งแวดล้อมอาการมักสังเกตได้ไม่ชัดเจนนอกจากผู้ที่อยู่ใกล้ชิด

เงินนอกจากผู้ที่อยู่ใกล้ชิด

กลุ่มอาการของโรคจิต แบ่งเป็นกลุ่มใหญ่ ๆ ได้ 6 กลุ่ม คือ

1. อาการหลุ้มคลั่ง เอะอะ เกี้ยวกราด คุ้ยหา อาจทำร้ายผู้อื่น ทำร้ายตัวเอง หรือทำลายข้าวของ มักจะเกิดอย่างเฉียบพลัน เช่น มีความปกติของเนื้อสมองเนื่องจากได้รับสารพิษชนิดต่าง ๆ หรืออุบัติเหตุทางศีรษะเป็นต้น อาการในกลุ่มนี้มักจะรักษาได้ผลดี อาจหายขาดได้

2. อาการซึมคนเดียว ผู้ป่วยพูดพึมพำเรื่อๆ เปื้อย ชอบเดินมา ไม่มีอันตรรกะต่อผู้ใด นอกจากจะมีผู้อื่นไปล้อเลียนหรือด่าว่า มักจะเกิดอย่างค่อยเป็นค่อยไป ส่วนมากจะเกิดจากความไม่สมหวังในชีวิต ขาดความอบอุ่น หรือได้รับการเลี้ยงดูไม่ถูกต้องในครอบครัว อาการในกลุ่มนี้มักจะเป็นโรคจิตที่เรื้อรัง รักษาให้หายได้ยาก ถ้าพบแต่เนิ่น ๆ ก็สามารถรักษาได้ผลดี

3. อาการประสาทหลอน ผู้ป่วยมีอาการประสาทหลอนทางหู ทางตา ทางสัมผัส เช่น ได้ยินเสียงพูดไปเอง เห็นภาพแปลก ๆ หรือรู้สึกเหมือนมีแมลงมาไต่ตามร่างกาย มักมีอาการเป็น ๆ หาย ๆ คนที่เป็นโรคจิตจากพิษสุรา มักจะมีอาการดังกล่าวนี้เหมือนกัน

4. อาการหลงผิด เป็นอาการผิดปกติเช่น หวาดระแวง กลัวคนมาทำร้าย คิดว่าตนเองเป็นใหญ่เป็นโต อาการในกลุ่มนี้รักษาให้หายได้ยาก

โรคจิต เป็นโรคที่มีความผิดปกติทางจิต บุคลิกภาพ พฤติกรรม อารมณ์และความคิด เปลี่ยนแปลงซึ่งผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมได้ มีทั้งอาการเฉียบพลัน และค่อยเป็นค่อยไป และไม่ยอมรับว่าป่วย มี 6 กลุ่มอาการคือ หลุ้มคลั่ง ซึมคนเดียว ประสาทหลอน หลงผิด ซึมเฉย และกลุ่มอาการรวม

5. ลากการซึมเยส แยกตนเอง ไม่ส่งสิ่งกับใคร บางรายมักมีอาการเส้ร่า การเคลื่อนไหว เชื่องช้า เป็นโรคจิตที่เกิดจากความผิดหวัง หรือเกิดจากบุคลิกภาพที่ซ้อบแยกตนเอง

6. กลุ่มอาการรวม ผู้ป่วยบางรายอาจมีอาการได้หลาย ๆ อย่าง ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว ข้างต้น

**โรคจิตเกิดได้จาก**

**1 เกิดความผิดปกติของสมอง เพราะ**

- ได้รับสารพิษต่าง ๆ เช่น สุรา ยากระตุ้น ยาฆ่า (ยาแอมเฟตามีน) กัญชา กระท่อม และ/หรือ ยานอนหลับ (บาบิคูเรท)

- ได้รับเชื้อโรค เช่น เชื้อมาลาเรียชั้นสมอง ไข้เชื้อสมองอักเสบ เชื้อซิฟฟิไลสชั้นสมอง หรือพยาธิตัวตืด หรือจากพิษไข้ เช่น โทพอสต์

- ถันตรายที่ตีระหะ เช่น ถักตีตีระหะ รกคว่า หรืออุบัติเหตุต่าง ๆ ทางตีระหะ

- เนื้อสมองเปลี่ยนแปลง เช่น หลอดเลือดในสมองแข็ง เนื้องอกในสมอง หรือจากวัยชรา

- กรรมพันธุ์ ซึ่งพบได้น้อยเมื่อเทียบกับสาเหตุอื่น ๆ

**2 เกิดความผิดปกติของจิตใจ เพราะ**

- ได้รับความผิดหวัง ความเส้ใจ ความกดดันทางจิตใจจากสิ่งแวดล้อม

- ขาดความรักความอบอุ่นมาตั้งแต่วัยเด็ก ทำให้เป็นคนทีคิดมาก มีปมด้อย ขาดประสบการณ์ในการแก้ไขใญ่เหตุต่าง ๆ ทีเกิดขึ้นกับตนเอง

- มีบุคลิกภาพที่ผิดปกติ เช่น เก็บตัว แยกตัว ไม่ส่งสิ่งกับใคร ฝลยอยู่คนเดียว และหวาดระแวง

**การวินิจฉัย**

โดยการสังเกตอาการ การสัมภาษณ์ผู้ป่วย และการซักประวัติผู้ป่วยจากญาติหรือผู้ใกล้ชิด จะพบว่า

1 ผู้ป่วยมีพฤติกรรมผิดปกติอย่างชัดเจน

2 ผู้ป่วยมีอาการไม่เหมาะสม ความนึกคิดแปลก ๆ และ

/หรือ ประสาทหลอน

<p><b>สาเหตุ</b></p> <p>1. ความผิดปกติของสมองจากสารพิษ เชื้อโรค ถันตรายที่ตีระหะและเนื้อสมองเปลี่ยนแปลง</p> <p>2. ความผิดปกติของจิตใจจากความเส้ใจ ขาดความรักและบุคลิกภาพผิดปกติ</p>
---

3 ผู้ป่วยไม่ยอมรับว่าตนเองป่วยเป็นโรคจิต

การช่วยเหลือและรักษาเบื้องต้น

ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่มีอาการอะอะเห่คลั่ง ควรช่วยเหลือดังนี้

1 ค่อย ๆ พูดหรือปฏิบัติต่อผู้ป่วยอย่างละมุนละม่อม ไม่แสดงท่าทีรังเกียจ หรือล้อเลียน อาจสร้างสัมพันธภาพที่ดีด้วยการตรวจร่างกายเบื้องต้นอย่างง่าย ๆ เช่น จับชีพจร และหรือวัดความดัน

2 ให้ยารักษาโรคจิต ยาที่แนะนำคือ คลอโรโพรมาซีน (Chlorpromazine-C.P.Z) ควรใช้ยาวันละ 100-400 มิลลิกรัม (มก.) ต่อวันในระยะเวลา 2 สัปดาห์

- ใน 2 วันแรก ให้ขนาด 100 มก. ต่อวัน สังเกตอาการถ้ายังไม่ดีขึ้น

- ใน 2 วันต่อมา ให้ขนาด 200 มก. ต่อวัน สังเกตว่าอาการยังไม่ดีขึ้น

- ใน 2 วันต่อมา ให้เพิ่มขึ้นในขนาด 300-400 มก. ต่อวันและสังเกตอาการต่อไปจนครบ 2 สัปดาห์ ถ้าตั้งแต่เริ่มรักษาจนครบ 2 สัปดาห์ แล้วอาการยังไม่ดีขึ้นให้นำส่งโรงพยาบาลชุมชน โรงพยาบาลจังหวัด โรงพยาบาลศูนย์หรือโรงพยาบาลจิตเวช

ในกรณีที่ผู้ป่วยคลั่งจากการรักษาเบื้องต้น ควรให้รับประทานยาโดยสม่ำเสมออย่าให้ขาดยา ต่อไปจนครบ 3 เดือน แล้วให้หยุดยาได้ หรือปรึกษาแพทย์ว่าจะให้ยาต่อไปอีกหรือไม่

ข้อพึงระวังในการให้ยา การให้ยาคลอร์โพรมาซีน ในขนาด 200-400 มก. ต่อวัน ผู้ป่วยอาจเกิดอาการแพ้ยาได้ เช่น มีอาการตัวสั่น ตัวแข็ง หรือความดันต่ำ ควรลดขนาดยาต่ำกว่าเดิม หรือถ้ามีอาการแพ้รุนแรงควรหยุดยา และรีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล

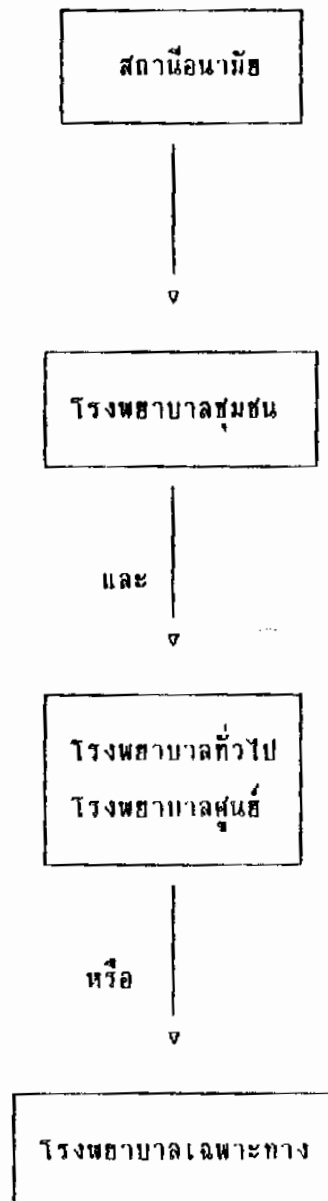
3 การรักษาทางใจ โดยการแนะนำ พูดคุย ชักจูงให้ผู้ป่วยได้เข้าใจถึงอาการเจ็บป่วยของเขาให้ความเห็นใจ ปลอดภัย และให้กำลังใจแก่ผู้ป่วย ไม่ควรกักขัง ล่ามโซ่ หรือปล่อยให้อยู่คนเดียว

4 แนะนำญาติให้เข้าใจว่าเป็นอาการป่วยทางจิตที่มีสาเหตุ ไม่ใช่เรื่องผีเข้า สามารถรักษาให้หายได้โดยการรักษาแผนปัจจุบัน และญาติจะต้องมีส่วนในการให้กำลังใจและปฏิบัติต่อคนไข้ที่ดีด้วย

การรักษา ให้อา  
Chlorpromazine  
100-400 มิลลิกรัมต่อ  
วัน นาน 2 สัปดาห์  
ถ้าอาการดีขึ้นให้รับ  
ประทานยาต่อไปครบ  
3 เดือน ถ้าอาการ  
ไม่ดีขึ้นให้ส่งต่อไปรับ  
การรักษาในสถาน  
บริการสาธารณสุข  
ระดับสูงขึ้นการให้ยา  
ตัวนี้อาจเกิดอาการ  
ตัวแข็ง สั่น ความดัน  
ต่ำได้

## การส่งต่อผู้ป่วย

การส่งผู้ป่วยไปรับการรักษาต่อให้เป็นไปตามระบบส่งต่อ (Referral System) คือ



### การให้การดูแลเมื่อผู้ป่วยกลับจากโรงพยาบาล

#### 1. ให้คำแนะนำแก่ญาติโดย

ให้การดูแลผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด ให้ความอบอุ่นทางใจ

ให้รับประทานยาโดยสม่ำเสมออย่าให้ขาดยาหรือหยุดยา

โดยพลการ

ในกรณีจำเป็นต้องใช้ชาลิตตามคำสั่งแพทย์ให้เจ้าหน้าที่  
สาธารณสุขเป็นผู้จัดให้

2. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขควรให้การติดตามเยี่ยมเยียนสม่ำเสมอ หากผู้ป่วยมีอาการทางจิตกำเริบให้นำส่งโรงพยาบาล  
การป้องกัน

1. ให้การเลี้ยงดูแก่บุตรหลานอย่างถูกวิธี คือให้ความรัก  
ความเข้าใจอย่างสม่ำเสมอต้นเสมอปลาย มีเหตุผลไม่ใช้อารมณ์ในการ  
เลี้ยงดูเพื่อเป็นการวางพื้นฐานสุขภาพจิตดีแก่เด็ก

2. พยายามป้องกันอันตรายให้สมองได้รับการกระทบกระเทือน

3. พยายามงดเว้นจากสารพิษต่าง ๆ เช่น สุรา ยาเสพติด

4. ส่งเสริมให้รู้จักการใช้หลักคำสอนของศาสนา ในการ  
พัฒนาจิตใจ

5. ควรใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพื่อผ่อนคลายความ  
เคร่งเครียดในชีวิตประจำวัน

โรคจิตเป็นโรคที่มีความผิดปกติทางจิตอย่างรุนแรงทำให้มี  
การเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ พฤติกรรม แนวความคิดและอารมณ์อย่าง  
เฉียบหรือหลายอย่างก็ได้ ซึ่งความผิดปกติเหล่านี้เป็นไปโดยที่ผู้ป่วยไม่  
สามารถจะควบคุมได้

เมื่อผู้ป่วยกลับบ้านและ  
นำญาติให้ดูแลใกล้ชิด  
ดูแลให้รับประทานยา  
สม่ำเสมอ

การป้องกัน

1. ให้ความรักความ

เข้าใจแก่บุตรหลาน

2. ป้องกันการกระทบ

กระเทือนแก่สมอง

3. หลีกเลี่ยงสารพิษ

4. ผ่อนคลายความ

เครียดอย่างถูกวิธี

## โรคประสาท

โรคประสาทเป็นความผิดปกติชนิดหนึ่งของจิตใจ ที่มีอาการแสดงทั้งทางจิตใจและร่างกาย คือจิตใจแปรปรวนอ่อนไหวง่ายมักจะมีความรู้สึกไม่สบายใจ วิตกกังวลอยู่เสมอ ไม่สามารถควบคุมความรู้สึก อารมณ์ หรือพฤติกรรมให้เป็นปกติสุขได้ อาจมีอาการแสดงทางร่างกายได้หลายอย่าง เช่น ปวดเมื่อยตามตัว หายใจไม่เต็มอิ่มและตกใจง่าย เป็นต้น

อาการโรคประสาทที่กล่าวมานี้ มักจะทำให้ผู้ป่วยเข้าใจผิดคิดว่าเป็นความเจ็บป่วยทางกาย หรือบางครั้งไม่ยอมรับว่าป่วยเป็นโรคประสาท จึงมักจะเวียนไปขอรับบริการจากสถานบริการสาธารณสุขต่าง ๆ ทำให้สิ้นเปลืองเงินทองและเสียเวลาโดยใช่เหตุ

โรคประสาท แบ่งเป็น 7 ชนิด ดังนี้ แต่ละชนิดมีอาการสำคัญดังนี้

1. โรคประสาทวิตกกังวล ผู้ป่วยมีความวิตกกังวล ตกใจง่าย สีหน้าเครียด ใจสั่น แน่นหน้าอก หายใจไม่สะดวก มักถอนหายใจบ่อย ๆ หงุดหงิด ควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยได้ ไม่มีสมาธิในการทำงาน หลงลืมง่าย เหงื่อออกตามปลายมือปลายเท้า แม้อากาศจะเย็น หลับยาก หลับๆ ตื่นๆ มือสั่น ปวดเวียนศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ เหมือนมีก้อนจุกในลำคอ มีลมมากในกระเพาะอาหารต้องเรออยู่เสมอจึงสบาย ถ้ามีความวิตกกังวลมากขั้นจะทำให้เกิดอาการหวาดกลัวโดยไม่มีเหตุผล

2. โรคประสาทซึมเศร้า ผู้ป่วยมีอาการเศร้า ไม่สดชื่นรื่นเริงเหมือนที่เคยเป็น เสียใจ เบื่อหน่าย ท้อแท้ สีหน้าเศร้าหมอง ไม่มีชีวิตชีวา ร้องไห้ง่าย รู้สึกตนเองมีบาป ไร้ความสามารถ ไม่มีคุณค่าทำอะไรผิดพลาด ซอปลงโทษตนเอง มองตนเองในแง่ร้าย ไม่ค่อยคิด ไม่อยากทำงาน ไม่อยากพูดคุยกับใคร มีความคิดอยากตาย หรือเคยพยายามฆ่าตัวตายมาแล้ว มักจะซึมเฉย เบื่ออาหาร น้ำหนักลด ก่อนเพลียไม่มีแรง นอนไม่หลับหรือหลับมากเกินไป และยังอยากนอนอยู่เสมอ โรคประสาทชนิดนี้มักตรวจการฆ่าตัวตายสูง

3. โรคประสาทมักคิดว่าป่วย ผู้ป่วยมีความหมกมุ่นครุ่นคิดเกี่ยวกับสุขภาพของตนเองอยู่ตลอดเวลา มักคิดว่ามีความผิดปกติ

ทางร่างกายหรือเป็นโรคอยู่เสมอ ต้องการให้แพทย์ตรวจรักษา ขอ  
ฉีดยาและเอายามากิน แม้จะได้รับการยืนยันว่าร่างกายปกติก็ไม่ค่อยจะ  
เชื่อต้องไปพบแพทย์บ่อย ๆ บางครั้งแสดงอาการกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ  
ของร่างกายหรือความเจ็บป่วยมากเกินไปจนเป็นที่รำคาญของครอบครัว  
ผู้ใกล้ชิด

4. โรคประสาทฮีสทีเรีย ผู้ป่วยมีอาการแสดงได้หลายแบบ  
เช่น เกร็งคล้ายชักกระตุก คอเหม็นเหม็นคสดี ทนจะกัดลิ้นหรือกำย  
ใส่ส่วจะอุจจาระราด แขนขาอ่อนแรงคล้ายเป็นอัมพาต ซ้ำหรือเสียว  
แปลกทางผิวหนัง ตามองไม่เห็น หูไม่ได้ยินเสียง จมูกไม่ได้กลิ่น ลิ้น  
ไม่รู้สึกรสชาติ หูดไม่มีเสียง ลืมตัวไปชั่วขณะ ทำอะไรหรือเดินไปไหน  
โดยไม่รู้สึกรสชาติ มีอาการเหมือนผีเข้าเจ้าเข้าทรงแสดงท่าทางพูดจาเป็น  
คนอื่นก อากาารเหล่านี้เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วจนหลังมีอาการไม่กี่  
ตกใจ หวาดกลัว หรือได้รับความเจ็บปวด บางรายมีประวัติเป็น ๆ  
หาย ๆ มาก่อน และอาการแต่ละครั้งไม่เหมือนกันก็ได้ มักเป็นในคนที่  
อารมณ์อ่อนไหวและถูกชักจูงง่าย ชอบเรียกร้องความสนใจจากคนอื่น

5. โรคประสาทอ่อนเพลีย ผู้ป่วยมีอาการอ่อนเพลียโดยมี  
ความรู้สึกว่าร่างกายหมดแรง เหลือพลังงาน ออกกำลังเพียงนิดเดียวรู้สึก  
หัวใจเต้นอ่อนหรือจะหยุดเต้นเป็นผลทำให้ไม่กล้าทำอะไร

6. โรคประสาทหวาดกลัว ผู้ป่วยมีความรู้สึกกลัวโดยไม่  
สมเหตุสมผลเมื่ออยู่ในเหตุการณ์หรือสถานการณ์บางอย่าง และมักเกิด  
อาการกลัวซ้ำ ๆ ในทุกครั้งที่ประสบเหตุการณ์หรือสถานการณ์นั้น ๆ  
เมื่อมีความกลัวเกิดขึ้นจะมีอาการใจสั่น เหงื่อออก เวียนศีรษะ หน้ามือ  
คล้ายจะเป็นลม แขนขาอ่อนแรงเป็นผลให้ต้องหลีกเลี่ยงเหตุการณ์หรือ  
สถานการณ์นั้นอยู่เสมอ ลักษณะความกลัวที่พบบ่อยได้แก่ กลัว  
ความสกปรก กลัวคิดเข็ลโรค กลัวสัตว์เลี้ยง กลัวที่สูง กลัวอยู่ตาม  
ลำพัง กลัวการเดินทางหรือกลัวฝูงชน เป็นต้น

7. โรคประสาทย้ำคิดย้ำทำ ผู้ป่วยมีอาการย้ำคิดย้ำทำอยู่  
เสมอ รู้ว่าไม่ควรคิดไม่ควรทำเพราะเป็นสิ่งเหลวไหล ไม่มีเหตุผล  
แต่ก็ยับยั้งความคิดและการกระทำนั้นไม่ได้ เพราะถ้าไม่คิดหรือไม่กระ  
ทำสิ่งนั้น ทุกก็จะเกิดความไม่สบายใจ ลักษณะที่พบบ่อยเช่น ล้างมือหรือ  
อาบน้ำอยู่เสมอ ทำครึ่งละนาน ๆ โดยคิดว่าร่างกายสกปรกหรือคิดเข็ล  
โรค อีกลักษณะที่พบบ่อยได้แก่ การตรวจสอบว่าประตูหน้าต่าง  
ลงกลอนดีแล้วหรือยังถี่และหลาย ๆ ครั้งเป็นประจำใครจะพูดอย่างไร

**โรคประสาท**  
มีอาการคือ วิตใจอ่อน  
ไหวง่าย วิตกกังวล  
อาจมีอาการแสดง  
ทางด้านร่างกายได้  
แต่สามารถดำเนิน  
กิจวัตรประจำวันได้มี  
7 ชนิดคือวิตกกังวล  
ซึมเศร้า มักคิดว่าป่วย  
ฮีสทีเรีย อ่อนเพลีย  
หวาดกลัว และโรค  
ประสาทย้ำคิดย้ำทำ



ก็ไม่ฟังต้องทำงานตนเองรู้สึกพอใจจึงหยุดได้ เป็นที่รำคาญของครอบครัว และผู้ใกล้ชิด

### สาเหตุ

สาเหตุการเกิดโรคประสาทนี้มีได้หลายประการ ทั้งจากตนเองและจากสภาพแวดล้อมแต่ไม่เกี่ยวข้องกับกรรมพันธุ์ และนี่พอจะสรุปสาเหตุการเกิดโรคประสาทได้ ดังนี้

1. ความขัดแย้งในจิตใจ หรือไม่ได้ในสิ่งที่ต้องการ
2. ได้รับการเรียนรู้และประสบการณ์ที่ไม่ดีมาตั้งแต่เด็ก
3. ไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้
4. สถานการณ์หรือสภาพแวดล้อมที่ทำให้เกิดความไม่สบายใจ

### การวินิจฉัยโรค

1. ได้จากการซักประวัติ ถามอาการและตรวจร่างกาย
2. ผู้ป่วยมีอาการตามที่ได้จำแนกไว้ในหัวข้ออาการที่ได้กล่าวแล้วแต่ละชนิด แต่ผู้ป่วยบางคนอาจมีอาการร่วมกันหลายชนิดก็ได้
3. เกิดอาการดังกล่าวต่อเนื่องกันอย่างน้อย 1 เดือน หรือเคยมีประวัติอาการเช่นนี้เป็น ๆ หาย ๆ มาก่อน

### การวินิจฉัยแยกโรค

โรคประสาท มีความแตกต่างจากโรคจิต โรคทางกายที่มีสาเหตุทางจิตใจ และโรคทางกาย บางชนิด ดังนี้

#### 1. โรคจิต มีลักษณะเฉพาะคือ

- ไม่รู้ตัวว่าป่วยและไม่ยอมพบแพทย์เพื่อขอรับการรักษา
- ไม่สามารถพูดคุยหรือตอบคำถามได้เรื่องราวถูกต้องเหมือนคนทั่วไป และบางรายมีอาการประสาทหลอน หรือหลงผิดด้วย
- มีพฤติกรรมผิดปกติอย่างชัดเจน

#### 2. โรคทางกายที่มีสาเหตุจากจิตใจ

ผู้ป่วยมีอาการตามระบบต่าง ๆ ของร่างกายระบบใดระบบหนึ่งโดยเฉพาะอย่างเด่นชัด เช่น ระบบทางเดินอาหาร ท้องอืด เรอบ่อย ๆ ปวดเสียดท้อง แน่นท้อง หรือเป็นมากถึงขั้นถ่ายอุจจาระเหลวบ่อย ๆ วันและหลายครั้งโดยไม่พบความผิดปกติที่ชัดเจนเพื่อที่จะเป็นเหตุของความเจ็บป่วยตามที่รู้สึก เมื่อสอบถามมักพบว่ามีความวิตกกังวลมากกว่าปกติเกิดขึ้นเนิ่นนานก่อน

#### 3. ภาวะขาดสารเสพติด

- ผู้ป่วยมีประวัติติดสารเสพติด

สาเหตุ เกิดจากความขัดแย้งในจิตใจ ประสบการณ์ที่ไม่ดี ไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีได้ และสภาพแวดล้อมที่ทำให้ไม่สบายใจ

- ผู้ป่วยมีอาการหงุดหงิด กังวล อหิวาต์เมื่อถึงเวลา  
ต้องเสพ

- เมื่อพยายามหยุดสวานั้นจะมีอาการและอาการแสดง  
ของการขาดยาทั้งทางกายและจิตใจ เช่น น้ำลายไหล น้ำตาไหล  
เหงื่อออกมาก กระสับกระส่าย และโมโหจนเจ็บ

#### 4. โรคลมชัก

- มีประวัติชักมาก่อน
- เกิดขึ้นทันทีทันใด ไม่เลือกเวลาและสถานที่
- ลักษณะชักเหมือนกันทุกครั้ง
- ชณะชักหมดสติไม่รู้สีกตัว
- มีการบาดเจ็บจากการชัก เช่น ถัดลิ้น ใบหน้า แขนขา

พักช้า อาจถ่ายปัสสาวะอุจจาระขณะชัก

5. โรคทางกายอื่น ๆ บางชนิด เช่น โรคต่อมไทรอยด์เป็น  
พิษ (คอพอกเป็นพิษ) ภาวะขาดน้ำตาลในเลือด โรคหัวใจบางชนิด  
อาจมีอาการคล้ายโรคประสาทได้ . แต่ต่างกันที่โรคเหล่านี้สามารถ  
ตรวจหาความผิดปกติทางร่างกายได้อย่างชัดเจน

#### การช่วยเหลือ

เมื่อวินิจฉัยพบว่าผู้ป่วยเป็นโรคประสาท ควรจะได้ให้ความสน  
ใจในการชักประวัติและให้เวลาพูดคุยกับผู้ป่วยซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการ  
รักษา หลังจากนั้นจึงให้การช่วยเหลือดังนี้

##### 1. การช่วยเหลือเบื้องต้น

- สร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วย โดยสัมภาษณ์ด้วยท่าทีเหมาะ  
สม ให้ความเป็นกันเองสนใจและรับฟังเรื่องที่ผู้ป่วยเล่า พูดคุยด้วย  
อารมณ์ดี ไม่เคร่งเครียด ให้อีกคำที่เข้าใจง่ายสุภาพ ไม่พูดทิ่มทิ่มว่า  
ผู้ป่วย ยอมรับว่าเขาป่วยจริงไม่ได้แกล้งทำ แสดงความเห็นอกเห็นใจ  
และยินดีช่วยเหลือเขา อภิบาลให้ผู้ป่วยเข้าใจว่าอาการของโรค  
ประสาทนี้เกิดจากความผิดปกติของจิตใจหรือเกิดจากความแปรปรวน  
ของอารมณ์ ไม่ได้เกิดจากโรคทางร่างกายแต่อย่างใด

- ควรบอกให้ผู้ป่วยทราบว่า เป็นอาการของโรคประสาท  
โรคนี้สามารถรักษาให้ทุเลาลงหรือหายได้

- แนะนำผู้ป่วยให้รับรักษาจะทำให้ทุเลาลงหรือหายเร็วขึ้น

##### 2. การให้ยา

ยารักษาโรคประสาทที่จำหน่ายที่สาธารณสุขควรพิจารณา

เลือกใช้ในการรักษามี 2 ชนิด คือ

- ไดอาซีแพม (Diazepam) มีขนาดเม็ดละ 2 และ 5 มิลลิกรัม ไม่ควรใช้เกินวันละ 15 มิลลิกรัม ยานี้ได้ผลดีในการรักษาอาการวิตกกังวล โกรธ หงุดหงิดใจ เวียนศีรษะ ปวดศีรษะ หรือกล้ามเนื้อ นอนไม่หลับ แนะนำยาต้มสุราพร้อมด้วย ระวังการติดยานี้เมื่อใช้นาน ๆ และขนาดยาสูง ๆ

- อมิทริปทีลีน (Amitryptiline) เป็นยารักษาอารมณ์เศร้า รู้สึกเบื่อหน่ายอยากตาย นอนไม่หลับหรือชอบฝันหละหลวม มีขนาดเม็ดละ 10 และ 25 มิลลิกรัม เริ่มให้ยาครั้งแรกด้วยขนาดต่ำ ๆ แล้วเพิ่มขึ้นทีละน้อย ๆ ไม่ควรใช้เกินวันละ 100 มิลลิกรัม ยานี้ควรใช้มากกว่า 2 สัปดาห์จึงจะเห็นผลเต็มที่ และต้องบอกให้ผู้ป่วยที่กินยานี้ทราบด้วยว่ายาอาจทำให้อ่อนเพลีย ปากคอแห้ง ตาพร่า ท้องผูก ปัสสาวะลำบาก แขนขาอ่อนแรง ได้บ้างเล็กน้อย อาการดังกล่าวจะค่อย ๆ หายไป แม้ไม่หายและผู้ป่วยทนต่ออาการดังกล่าวไม่ได้ให้ลดขนาดครั้งหนึ่งอาการจะดีขึ้นหรือหายไป หรือโดยการให้ยาผู้ป่วยครั้งแรกประมาณ 1 อาทิตย์แล้วนัดมาดูอาการ และติดตามผลการรักษาทุก 2 สัปดาห์ตามความจำเป็น ต้องคำนึงอยู่เสมอว่าเมื่อให้ยาแก่ผู้ป่วยประสาธแล้วเมื่อผู้ป่วยมีอาการดีขึ้นมิได้หมายความว่า จะละเลยในการสร้างสัมพันธภาพ การดูแลให้กำลังใจแก่ผู้ป่วยอันจะเป็นส่วนสำคัญให้ผู้ป่วยหายเร็วขึ้น

3. การรักษาวิธสั้น ๆ

- จัดบำบัด ด้วยการคุยกับผู้ป่วยเป็นส่วนตัว ครั้งละ 30-45 นาที ทุก 1-2 สัปดาห์ เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยได้พูดทุกอย่างอิสระ ระบายความรู้สึกและอารมณ์ที่กดเก็บไว้ออกมาทั้งหมด ให้มีความมั่นใจว่าโรคที่เป็นนี้รักษาได้และแก้ปัญหาได้ เหยียบยงสิ่งที่คิดในจิตใจของผู้ป่วยขึ้นมาให้กำลังใจกำลังใจล้นหวัง สนับสนุนความพยายามของผู้ป่วยในการต่อสู้แก้ปัญหาหรือการช่วยเหลือตนเองให้ความรู้แนะนำวิธีแก้ปัญหา และการใช้ชีวิตประจำวันให้ถูกต้องเหมาะสม เสนอแนวคิดที่เป็นประโยชน์และจูงใจให้ผู้ป่วยนำไปปฏิบัติ บางครั้งผู้ป่วยมีอาการหรือพฤติกรรมไม่เหมาะสมก็ควรชี้ให้เห็นอย่างตรงไปตรงมา ให้ทราบถึงผลเสียในการแสดงอารมณ์หรือพฤติกรรมนั้นออกมา การทำจิตบำบัดอย่างนี้อาจทำเป็นกลุ่มก็ได้ เรียกว่า จิตบำบัดกลุ่ม โดยนัดผู้ป่วย 8-10 คนมาคุยพร้อมกันนั่งเป็นวงกลม ใช้เวลาประมาณครั้งละ 1 ชั่วโมง ผู้

การรักษา  
1. ให้ยา Diazepam  
ไม่เกินวันละ 15 มก.  
รักษาความวิตกกังวล  
ให้ยา Amitryptiline  
ไม่เกินวันละ 100 มก.  
รักษาอารมณ์เศร้า

2. การทำจิตบำบัด  
โดยการให้โอกาสผู้  
ป่วยพูดได้อย่างอิสระ  
ระบายความรู้สึก ให้  
กำลังใจ ให้ความรู้  
และแนะนำวิธีแก้ปัญหา

รักษามีนหน้าที่คอยกระตุ้นและชักชวนให้ผู้ป่วยทุกคนเล่าความเจ็บป่วยและ  
ปัญหาของของตนด้วยกันแก้ปัญหาของแต่ละคนด้วยการออกความคิดเห็น  
ให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ เล่าประสบการณ์ในการแก้ปัญหา  
ของตนเอง

- การทำสมาธิ คือการทำจิตใจให้สงบ ไม่เปลี่ยนเรื่องคิด  
ไม่คิดฟุ้งซ่านไปเรื่อย ๆ เมื่อจิตใจสงบทำให้เกิดปัญญามองเห็นปัญหาคิด  
สัจใจแก้ปัญหาได้อย่างดี ทำให้สติควบคุมและระงับอารมณ์ได้ จิตใจ  
สบาย ความวิตกกังวลลดลง คลายความตึงเครียด ความรู้สึกหวาดกลัว  
หมดหวัง กัดแค้นลง นิดพรตสีหน้าผ่อนคลาย นอนหลับสบาย ร่างกาย  
และจิตใจได้พักผ่อนจะเห็นได้ว่า การทำสมาธิช่วยรักษาโรคประสาท  
ได้เป็นอย่างดี

### 3. การทำสมาธิ

#### ข้อควรแนะนำในการปฏิบัติต่อผู้ป่วยโรคประสาท

1. ผู้ป่วยโรคประสาทสามารถทำงานได้ แต่อย่าเคร่งเครียด  
กับงานมากเกินไป

2. ควรมีเวลาพักผ่อนนอนหลับเพียงพอ

3. กินอาหารที่มีคุณค่าและเพียงพอ ควรละเว้นเครื่องดื่มที่มี  
แอลกอฮอล์ทุกชนิด

4. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การออกกำลังกายช่วยให้  
ร่างกายแข็งแรงจิตใจหายเครียดได้

5. เกือบแต่ หาคำปรึกษาปรึกษาปรึกษาได้บ้างเป็นครั้ง  
คราวตามความเหมาะสม

6. พบปะเพื่อนฝูง หรือญาติสนิทเป็นบางโอกาส การพบปะสัง  
สรรค์จะช่วยให้ออกห่างจากเพื่อนคลายอารมณ์เครียด ได้รับคำแนะนำที่มี  
ประโยชน์

7. อ่านหนังสือที่มีประโยชน์ ควรเป็นหนังสือที่มีคุณค่าใน  
ด้านบำรุงขวัญ ชี้แนะแนวทางและหลักปฏิบัติในการรักษาจิตใจตนเอง

8. การฟังศาสนา จะช่วยทำให้จิตใจสงบ

9. ผู้ป่วยต้องปรับปรุงจิตใจตนเองและแก้ปัญหาเน้น ๆ

10. ญาติผู้ป่วยควรให้ความสนใจอยู่กับใกล้ชิดผู้ป่วยบ้าง มี  
เวลาได้พักกาย นุคคุยรับฟังเรื่องราวต่าง ๆ จากผู้ป่วยควรหลีกเลี่ยง  
การแสดงออกถึงความไม่พอใจ อารมณ์โกรธหรือรังเกียจผู้ป่วย มีคำ  
แนะนำอะไรที่มีประโยชน์แก่ผู้ป่วยก็ควรบอกให้ทราบและชักชวนให้นำไป  
ปฏิบัติ

**การป้องกัน**

การป้องกันมิให้ผู้ป่วยเป็นโรคประสาท ให้ถือหลักปฏิบัติ  
การส่งเสริมสุขภาพจิตและการป้องกันปัญหาสุขภาพจิต

การป้องกันผู้ที่ป่วยแล้ว มิให้มีอาการรุนแรงมากขึ้นหรือเป็น  
เรื้อรังโดยยึดหลักปฏิบัติดังนี้

- ต้องรักษาตัวให้เต็มที่ เช่นกินยาและปฏิบัติตามคำสั่ง  
มาพบผู้รักษาตามนัดทุกครั้งจะหยุดการรักษาต่อเมื่อได้รับอนุญาตจากผู้  
รักษาแล้ว
- หมั่นทำจิตใจให้สงบ ควบคุมอารมณ์ไม่ให้หงุดหงิดหรืออ่อน  
ไหวง่าย หนักแน่นอดทนต่อสถานการณ์ที่ก่อทุกข์ต่าง ๆ
- ใช้ชีวิตประจำวันให้ถูกต้องเหมาะสม เช่น ทำงานพอควร  
พักผ่อน นอนหลับเพียงพอ รับประทานอาหารที่มีคุณค่าต่อร่างกาย ระวัง  
ระวังร่างกายไม่ให้เจ็บป่วยง่าย มีเวลาสำหรับพบปะสังสรรค์เพื่อน  
ฝูงญาติสนิทบ้างตามสมควร
- เมื่อรู้สึกเริ่มมีอาการของโรคประสาทขึ้นมาอีก ให้รีบไป  
ปรึกษาขอรับการรักษาทันที

**การส่งต่อผู้ป่วย**

เมื่อได้ดำเนินการให้การรักษาผู้ป่วยโรคประสาทไปหนึ่ง  
เดือนแล้วเห็นว่าผู้ป่วยยังไม่ได้ดีขึ้นหรือผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรง ควรส่งต่อ  
ไปยังสถานบริการสาธารณสุขระดับสูงขึ้น เช่นโรงพยาบาลชุมชน  
โรงพยาบาลทั่วไป โรงพยาบาลศูนย์ หรือโรงพยาบาลจิตเวช โดย  
คำนึงถึงลักษณะอาการดังนี้

1. ผู้ป่วยมีอาการเศร้า อายุกตาย และได้พยายามฆ่าตัว  
ตายมาแล้วก่อนมารักษา
2. ให้ยารักษาโรคประสาทในขนาดเต็มที่แล้ว 2 สัปดาห์  
อาการของโรคประสาทยังไม่ได้ดีขึ้น
3. ผู้ป่วยมีอาการชัก หมดสติ หรือเป็นอัมพาต ซึ่งแยกไม่ได้  
ว่าเป็นอาการของโรคประสาทหรือเป็นโรคทางสมอง

ในการนำส่งผู้ป่วยเพื่อไปรับการรักษาต่อนั้น ควรจะระมัด  
ระวังอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้นในระหว่างการนำส่ง เช่น ทำร้ายตนเอง  
จึงควรมีญาติร่วมดูแลไปด้วย

การพิจารณาส่งต่อ  
ผู้ป่วยไปยังสถาน  
บริการสาธารณสุข  
ระดับสูงขึ้นโดยดูจาก  
อาการดังนี้ พยายาม  
ฆ่าตัวตาย ให้ยารักษา  
โรคประสาทขนาด  
เต็มที่แล้ว 2 สัปดาห์  
อาการยังไม่ได้ดีขึ้น  
มีอาการชัก หมดสติ  
หรือเป็นอัมพาต

## เอกสาร 3.2

## โรคจิต

โรคจิตเป็นโรคที่มีความผิดปกติทางจิต บุคลิกภาพ พฤติกรรม อารมณ์ และความคิด เปลี่ยนแปลงซึ่งผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมได้ มีทั้งอาการเฉียบพลันและค่อยเป็นค่อยไป

มี 6 กลุ่มอาการคือ

1. คลุ้มคลั่ง
2. สัมคนต์เสีย
3. ประสาทหลอน
4. หลงผิด
5. หีมเฉย
6. กลุ่มอาการรวม

สาเหตุ

1. ความผิดปกติของสมอง จากสารพิษ เชื้อโรค อันตรรกะที่สับสนและเนื้อสมองเปลี่ยนแปลง

2. ความผิดปกติของจิตใจ จากความเสียใจ ขาดความรัก และบุคลิกภาพผิดปกติ

การรักษา

Chlorpromazine 100-400 mg /วัน ให้นาน 2 สัปดาห์ ถ้าอาการดีขึ้นให้รับประทานยาต่อไปครบ 3 เดือน ถ้าไม่ดีขึ้นให้ส่งต่อไปรับการรักษาในสถานบริการสาธารณสุขระดับสูงขึ้น การใช้ยาคืออาจเกิดอาการตัวแข็ง สิ้น ความดันต่ำได้

เมื่อผู้ป่วยกลับบ้านแนะนำญาติให้ดูแลใกล้ชิด ดูแลให้รับประทานยาสม่ำเสมอ

การป้องกัน

1. เลี่ยงคูบคุตรหลอนโดยให้ความรักความเข้าใจ
2. ป้องกันการกระทบกระเทือนแก่สมอง
3. หลีกเลียงสารพิษต่าง ๆ
4. ผ่อนคลายความเครียดอย่างถูกวิธี

## โรคประสาท

โรคประสาท มีอาการคือจิตใจอ่อนไหวง่าย วิตกกังวล อาจมีอาการแสดงทางด้านร่างกายได้ แต่สามารถดำเนินกิจวัตรประจำวันได้

ชนิดของโรคประสาท

1. โรคประสาทวิตกกังวล
2. โรคประสาทซึมเศร้า
3. โรคประสาทมักคิดว่าป่วย
4. โรคประสาทฮิสทีเรีย
5. โรคประสาทอ่อนเพลีย
6. โรคประสาทหวาดกลัว
7. โรคประสาทย้ำคิดย้ำทำ

สาเหตุ

1. ความขัดแย้งในจิตใจ
2. ประสบการณ์ที่ไม่ดี
3. ไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีได้
4. สภาพแวดล้อมที่ทำให้ไม่สบายใจ

การรักษา

1. ให้ยา Diazepam ไม่เกินวันละ 15 มก. รักษาอาการวิตกกังวล  
ให้ยา Amitryptiline ไม่เกินวันละ 100 มก. รักษาอารมณ์เศร้า
2. การทำจิตบำบัด โดยการให้โอกาสผู้ป่วยพูดได้อย่างอิสระ ได้ระบายความรู้สึก การให้กำลังใจ ให้ความรู้และแนะนำวิธีแก้ปัญหา
3. การทำสมาธิ

การส่งต่อผู้ป่วยไปยังสถานบริการสาธารณสุขระดับสูงขึ้น พิจารณาจากอาการดังนี้

1. ผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตาย
2. ให้ยารักษาโรคประสาทขนาดเต็มที่แล้ว 2 สัปดาห์ อาการยังไม่ดีขึ้น
3. มีอาการชัก หมกสติ เป็นลมพาด

## โรคจิต

โรคจิตเป็นโรคที่มีความผิดปกติทางจิตอย่างรุนแรง ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ  
ในด้านพฤติกรรม แนวความคิดและอารมณ์อย่างเฉียบพลันหลายอย่างก็ได้ ซึ่งความผิดปกติเหล่านี้  
เป็นไปโดยที่ผู้ป่วยไม่สามารถจะควบคุมได้

การเกิดโรคจิตมี 2 ชนิด คือ

ชนิดเฉียบพลัน แสดงอาการผิดปกติชัดเจนในเวลารวดเร็ว

ชนิดค่อยเป็นค่อยไป บุคลิกภาพค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงขาดความสนใจต่อสิ่งมวล  
มอาการมักสังเกตได้ไม่ชัดเจนนอกจากผู้ที่อยู่ใกล้ชิด

กลุ่มอาการของโรคจิต แบ่งเป็นกลุ่มใหญ่ ๆ ได้ 6 กลุ่ม คือ

1. อาการคลุ้มคลั่ง ละละ - เกรี้ยวกราด คุ้ยชั่ง อาจทำร้ายผู้อื่น ทำร้ายตัวเอง  
หรือทำลายข้าวของ มักจะเกิดอย่างเฉียบพลัน เช่น มีความผิดปกติลงเนื้อสมองเนื่องจากได้รับ  
สารพิษชนิดต่าง ๆ หรืออุบัติเหตุทางศีรษะ เป็นต้น อาการในกลุ่มนี้มักจะรักษาได้ผลดี อาจหาย  
ขาดได้

2. อาการซึมคนเดียว ผู้ป่วยพูดพึมพำเรื่อยเปื่อย ซบเซาเฉื่อย ไม่มีอันตรรกะต่อผู้ใด  
นอกจากจะมีผู้อื่นไปไล่เลี่ยหรือล่อลวง มักจะเกิดอย่างค่อยเป็นค่อยไป ส่วนมากจะเกิดจากความ  
ไม่สมหวังในชีวิต ทัศนคติลบ หรือได้รับการเลี้ยงดูไม่ถูกต้องในครอบครัว อาการในกลุ่มนี้มัก  
จะเป็นโรคจิตที่เรื้อรัง รักษาให้หายได้ยาก ถ้าพบแต่เนิ่น ๆ ก็สามารถรักษาได้ผลดี

3. อาการประสาทหลอน ผู้ป่วยมีอาการประสาทหลอนทางหู ทางตา ทางสัมผัส  
เช่น ได้ยินเสียงพูดไปเอง เห็นภาพแปลก ๆ หรือรู้สึกเหมือนมีแมลงมาไต่ตามร่างกาย มักมีอาการ  
การเป็น ๆ หาย ๆ คนที่เป็นโรคจิตจากพิษสุราจะมีอาการดังกล่าวนี้เหมือนกัน

4. อาการหลงผิด เป็นอาการผิดปกติเช่น ทวาดระวาง กลัวคนมาทำร้าย คิดว่า  
ตนเองเป็นใหญ่เป็นโต อาการในกลุ่มนี้รักษาให้หายได้ยาก

5. อาการซึมเฉย แยกตนเอง ไม่ยุ่งเกี่ยวกับใคร บางรายมีอาการเศร้า การ  
เคลื่อนไหว เชื่องช้า เป็นโรคจิตที่เกิดจากความผิดหวัง หรือเกิดจากบุคลิกภาพที่ขอมแยกตนเอง

6. กลุ่มอาการรวม ผู้ป่วยบางรายอาจมีอาการได้หลาย ๆ อย่าง ดังที่ได้กล่าวมา  
แล้ว ข้างต้น



## โรคจิตเกิดได้จาก

### 1 เกิดความผิดปกติของสมอง เพราะ

- ได้รับสารพิษต่าง ๆ เช่น สุรา ยากระตุ้น ยาม้า (ยาแอมเฟตามีน) พิษยากระท่อม และ/หรือ ธานอเทดิบ (ยาบิคุเรท)
- ได้รับเชื้อโรค เช่น เชื้อมาลาเรียชั้นสมอง ไข้เยื่อสมองอักเสบ เชื้อซิฟิลิส ฟิลิซีนสมอง หรือพยาธิตัวสัตว์ หรือจากพิษไข้ เช่น โทฟอยด์
- อันตรายที่ศีรษะ เช่น ถูกตีศีรษะ รถคว่ำ หรืออุบัติเหตุต่าง ๆ ทางศีรษะ
- เนื้อสมองเปลี่ยนแปลง เช่น หลอดเลือดในสมองแข็ง เนื้องอกในสมอง หรือจากวัณโรค
- กรรมพันธุ์ ซึ่งพบได้น้อยเมื่อเทียบกับสาเหตุอื่น ๆ

### 2 เกิดความผิดปกติของจิตใจ เพราะ

- ได้รับความผิดหวัง ความเสียใจ ความกดดันทางจิตใจจากสิ่งแวดล้อม
- ขาดความรักความอบอุ่นมาตั้งแต่เล็ก ทำให้เป็นคนที่คิดมาก มีปมข้อขาดประสบการณ์ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง
- มีบุคลิกภาพที่ผิดปกติ เช่น เก็บตัว แยกตัว ไม่ยุ่งลิ้งกับใคร ชอบอยู่คนเดียว และหวาดระแวง

## การวินิจฉัย

โดยการสังเกตอาการ การสัมภาษณ์ผู้ป่วย และการซักประวัติผู้ป่วยจากญาติหรือผู้ใกล้ชิด จะพบว่า

- 1 ผู้ป่วยมีพฤติกรรมผิดปกติอย่างชัดเจน
- 2 ผู้ป่วยมีอาการไม่เหมาะสม ความนึกคิดแปลก ๆ และ/หรือ ประสาทหลอน
- 3 ผู้ป่วยไม่ยอมรับว่าตนเองป่วยเป็นโรคจิต

## การช่วยเหลือและรักษาเบื้องต้น

ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่มีอาการและอะเพื่อคลั่ง ควรช่วยเหลือดังนี้

- 1 ค่อย ๆ พูดหรือปฏิบัติต่อผู้ป่วยอย่างละมุนละม่อม ไม่แสดงท่าทีรังเกียจ หรือล้อเลียน อาจสร้างสัมพันธ์ภาพที่คลี่คลายการตรวจร่างกายเบื้องต้นอย่างง่าย ๆ เช่น จับชีพจร และหรือวัดความดัน

2 ให้ยารักษาโรคจิต ยาที่แนะนำคือ คลอโรโพรมาซีน (Chlorpromazine-C.P.Z) ควรใช้ยาวันละ 100-400 มิลลิกรัม (มก.) ต่อวันในระยะเวลา 2 สัปดาห์

- ใน 2 วันแรก ให้ขนาด 100 มก. ต่อวัน สังเกตอาการถ้ายังไม่ดีขึ้น

- ใน 2 วันต่อมา ให้ขนาด 200 มก. ต่อวัน สิ่งเกตุ้าอาการยังไม่ดีขึ้น
- ใน 2 วันต่อมา ให้เพิ่มขึ้ในขนาด 300-400 มก. ต่อวันและสิ่งเกตุ้าอาการต่อไปจนครบ 2 สัปดาห์ ถ้าตั้งแต่เริ่มรักษาจนครบ 2 สัปดาห์ แล้วอาการยังไม่ดีขึ้นให้นำส่งโรงพยาบาลชุมชน โรงพยาบาลจังหวัด โรงพยาบาลศูนย์หรือโรงพยาบาลจิตเวช

ในการตีผู้ป่วยดีขึ้นจากการรักษาเบื้องต้น ควรให้รับประทานยาโคทสม่าเสมอจนกว่าให้ขาดยา ต่อไปจนครบ 3 เดือน แล้วให้หยุดยาได้ หรือปรึกษาแพทย์ว่าจะให้ยาต่อไปอีกหรือไม่

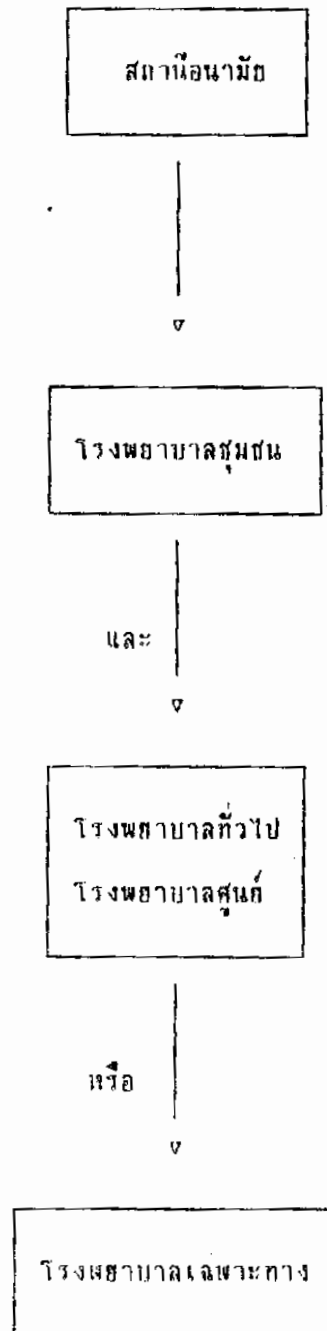
ข้อพึงระวังในการให้ยา การให้ยาคลอโรโพรมาซีน ในขนาด 200-400 มก. ต่อวัน ผู้ป่วยอาจเกิดอาการแพ้ยาได้ เช่น มีอาการตัวสั่น ตัวแข็ง หรือความดันต่ำ ควรลดขนาดยาลงกว่าเดิม หรือถ้ามีอาการแพ้รุนแรงควรหยุดยา และรีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล

3 การรักษาทางใจ โดยคำแนะนำ บุคคล ชี้แจงให้ผู้ป่วยได้เข้าใจอาการเจ็บป่วยของเขาให้มองเห็นใจ ปลอบใจ และให้กำลังใจแก่ผู้ป่วย ไม่ควรทักซัง ล่ามโซ่ หรือปล่อยไว้ให้ยุ่งคนเดียว

4 แนะนำญาติให้เข้าใจว่าเป็นอาการป่วยทางจิตที่มีสาเหตุ ไม่ใช่เรื่องผีเข้า สามารถรักษาให้หายได้โดยการรักษาแผนปัจจุบัน และญาติจะต้องมีส่วนในการให้กำลังใจและปฏิบัติต่อกันให้ดีที่สุด

### การส่งต่อผู้ป่วย

การส่งผู้ป่วยไปรับการรักษาต่อให้เป็นไปตามระบบส่งต่อ (Referral System) คือ



การให้การดูแลเมื่อผู้ป่วยกลับจากโรงพยาบาล

๑. ให้คำแนะนำแก่ญาติโรค

๒. ให้การดูแลผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด ให้ความอบอุ่นทางใจ

ไว้รับประทานเอาโดยสม่ำเสมอตลอดทำให้ขาดสติหรือหุนหันโดยผลการ

ในกรณีที่เป็นต้องใช้อาเจ็ดตามคำสั่งแพทย์ให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นผู้จัดให้

2. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขควรให้การติดตามเยี่ยมเยียนสม่ำเสมอ หากผู้ป่วยมีอาการ  
ทางจิตกำเริบให้นำส่งโรงพยาบาล

#### การป้องกัน

1. ให้ความเลี้ยงดูกับบุตรหลานอย่างถูกวิธี คือให้ความรักความเข้าใจอย่างเสมอต้น  
เสมอปลาย มีเหตุผลไม่ใช้อารมณ์ในทางเลี้ยงดู เพื่อเป็นการวางพื้นฐานสุขภาพจิตดีแก่เด็ก

2. พยายามป้องกันอย่าให้สมองได้รับการกระทบกระเทือน

3. พยายามงดเว้นจากสารพิษต่าง ๆ เช่น สุรา ยาเสพติด

4. ส่งเสริมให้รู้จักการใช้หลักคำสอนของศาสนา ในการพัฒนาจิตใจ

5. ควรใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพื่อผ่อนคลายความเคร่งเครียดในชีวิตประจำวัน

โรคจิตเป็นโรคที่มีความผิดปกติทางจิตอย่างรุนแรงทำให้มีการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ  
พฤติกรรม แนวความคิดและอารมณ์อย่างเลวหรือหลายอย่างก็ได้ ซึ่งความผิดปกติเหล่านี้เป็นไป  
โดยที่ผู้ป่วยไม่สามารถจะควบคุมได้