



Press Release

Tel : 0 2590 8569 Fax : 0 2149 5562 Email : socommu.dmh@gmail.com

<http://www.dmh.go.th> <http://www.prdmh.com>

กรมสุขภาพจิต รุก ดูแลใจ คนไทยทั่วประเทศ คลายความเศร้า สร้างความหวังช่วงพระราชพิธีถวายพระเพลิงฯ

นาวาอากาศตรี นายแพทย์บุญเรือง ไตรเรืองวรวัฒน์ อธิบดีกรมสุขภาพจิต กล่าวว่า ในภาพรวมของการดูแลจิตใจประชาชนที่ผ่านมา ตั้งแต่วันที่ 14 ตุลาคม 2559 จนถึงปัจจุบัน ได้จัดทีม MCATT จากหน่วยงานสังกัดกรมสุขภาพจิต ทั้งส่วนกลางและส่วนภูมิภาคทั่วประเทศผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนให้บริการปฐมพยาบาลทางใจประชาชนจำนวน 194 ทีม ให้บริการด้านสุขภาพจิตกับประชาชน จำนวน 21,106 ราย พบภาวะสุขภาพจิต 5,435 ราย พบมากที่สุด คือ กลุ่มที่มีภาวะเครียด 892 ราย ส่วนใหญ่เครียดจากปัญหาส่วนตัว รองลงมา คือ กลุ่มที่เสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า 755 ราย ส่วนใหญ่มีภาวะซึมเศร้าอยู่ก่อน และพบปฏิกิริยาโศกเศร้าจากการสูญเสีย 687 ราย ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป โดยทั้งหมดได้รับการปฐมพยาบาลทางใจ 3 ส. ได้รับคำปรึกษา รักษาด้วยยา และเอกสารความรู้ด้านสุขภาพจิต กรณีพบผู้รับบริการที่มีความเสี่ยงต่อภาวะสุขภาพจิตได้พิจารณาส่งต่อไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน หากมีอาการรุนแรงจะส่งต่อไปสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา อย่างไรก็ตาม สภาพจิตใจของคนไทยเริ่มดีขึ้น สามารถปรับตัวได้ จากการรวมพลังแปลงความโศกเศร้าเป็นพลังทำความดี สืบสานพระราชปณิธานของพระองค์ ทำให้เกิดกำลังใจและความเข้มแข็งทางจิตใจได้เร็วขึ้น

อธิบดีกรมสุขภาพจิต กล่าวต่อว่า ช่วงพระราชพิธีถวายพระเพลิงฯ อาจกระตุ้นประสบการณ์ความสูญเสียและความเครียดในอดีต ทำให้เกิดภาวะสุขภาพจิตเกิดขึ้นได้ เช่น ปฏิกิริยาความโศกเศร้ารุนแรงที่แสดงออกในฝูงชน การร้องไห้คร่ำครวญ กรีดร้อง ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ หรือมีภาวะหายใจเร็ว (Hyperventilation) เกิดอาการมือจีบ ตัวเกร็ง เป็นลมที่มักพบในช่วง 3 เดือนแรกหลังเกิดเหตุการณ์วิกฤตต่างๆ ซึ่งที่ผ่านมา ในช่วงพระราชพิธีกราบพระบรมศพฯ 3 เดือนแรก พบประชาชนเกิดปฏิกิริยาโศกเศร้าจากการสูญเสีย 687 ราย มีภาวะหายใจเร็ว 182 ราย อย่างไรก็ตาม ล่าสุด ช่วงสิงหาคม - กันยายน 2560 การเกิดภาวะหายใจเร็ว เป็นลม พบเพียงจำนวนน้อย ราว 4 -5 ราย ซึ่ง กรมสุขภาพจิตได้เตรียมความพร้อมในการดูแลสุขภาพจิตประชาชนไว้แล้ว โดยกลุ่มที่ต้องเฝ้าระวังเป็นพิเศษ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ผู้พิการ ผู้ป่วยเรื้อรัง ผู้ที่มีความผูกพันสูง กลุ่มที่มีความเครียดจากปัญหาต่างๆ เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาเศรษฐกิจ และในกลุ่มผู้ป่วยจิตเวชและผู้ที่มีการปฏิบัติซึมเศร้าและพยายามฆ่าตัวตาย อาจมีอาการกำเริบได้จากความรู้สึกสูญเสีย

อธิบดีกรมสุขภาพจิต กล่าวอีกว่า ในกลุ่มที่มีภาวะเครียดง่าย หรือมีภาวะซึมเศร้า หรือมีประวัติทำร้ายตนเอง ญาติและผู้ใกล้ชิดควรให้การดูแล หากพบมีลักษณะท่าทางที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม สามารถขอรับบริการปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต 1323 ได้ตลอด 24 ชั่วโมง หรือพาไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน ส่วนกลุ่มผู้ป่วยจิตเวช หากมาร่วมพระราชพิธี ไม่ควรหยุดรับประทานยาและควรมีญาติมาด้วย เพื่อช่วยดูแลผู้ป่วย อย่างไรก็ตาม หากพบผู้มีปัญหาสุขภาพจิตที่ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ เอะอะ โวยวาย หรือเป็นอันตรายต่อตนเองและผู้อื่น ได้เตรียมหน่วยงานสังกัดกรมสุขภาพจิตในการรับผู้ป่วยให้ได้รับการช่วยเหลืออย่างเร่งด่วนไว้แล้ว ได้แก่ สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา สำหรับในส่วนภูมิภาค ได้มอบหมายให้หน่วยงานสังกัดกรมสุขภาพจิตจัดทีม MCATT ให้บริการดูแลประชาชนในช่วงพระราชพิธีที่จัดขึ้นในจังหวัดต่างๆ อีกด้วย

การดูแลจิตใจประชาชนช่วงตุลาคมนี้ ได้จัดทีม MCATT ดูแลจิตใจประชาชนไว้ ดังนี้ วันที่ 1-7 ต.ค.ปฏิบัติงาน เวลา 09.00-17.00 น. โดยจัดทีม MCATT 1 ทีม ให้บริการดูแลประชาชน ณ บริเวณข้างศาลหลักเมืองด้านทิศใต้ วันที่ 18-22 ต.ค. ปฏิบัติงาน เวลา 09.00-17.00 น. วันที่ 23-29 ต.ค. ปฏิบัติงาน เวลา 08.00-20.00 น. โดยจัดทีม MCATT จำนวน 2 ผลัด เวลา 08.00-14.00 น. และ 14.00 -20.00 น. สำหรับในวันที่ 26 ต.ค.2560 ปฏิบัติงาน เวลา 08.00-24.00 น. โดยจัดทีม MCATT จำนวน 3 ผลัด เวลา 08.00-12.00 น.และ 12.00-18.00 น. และ 18.00-24.00 น. สำหรับแนวทางการดูแลจิตใจช่วยเหลือกัน และกัน แนะนำให้ยึดหลักปฐมทางใจ 3 ส. ได้แก่ 1.สอดส่องมองหา (Look)

โดยค้นหาผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือเร่งด่วน เช่น ผู้ที่แสดงอาการเศร้าโศกเสียใจรุนแรง กินไม่ได้นอนไม่หลับ โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ กลุ่มเด็ก ผู้สูงอายุ ผู้พิการ ผู้เจ็บป่วยเรื้อรัง 2.ใส่ใจรับฟัง (Listen) อย่างตั้งใจ รวมทั้งใช้ภาษากาย เช่น จับมือโอบกอด เพื่อช่วยให้ผู้สูญเสียบอกเล่าอารมณ์ความรู้สึก คลายความทุกข์ในใจ และ 3.ส่งต่อเชื่อมโยง (Link) โดยให้ความช่วยเหลือตามความจำเป็นพื้นฐาน เช่น น้ำ อาหาร และยา หากไม่ดีขึ้น เช่น ควบคุมอารมณ์ตัวเองไม่ได้ โศกเศร้ารุนแรง มีความคิดฆ่าตัวตาย ให้พยายามติดต่อครอบครัวหรือชุมชนให้ช่วยป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในอนาคตก่อนที่จะส่งต่อเข้าสู่กระบวนการรักษาที่เหมาะสมต่อไป ทั้งนี้ ในการลงพื้นที่ให้บริการ จะดำเนินงานเชิงรุกเข้าหาประชาชนด้วยการใช้สื่อที่หลากหลาย เข้าร่วมพูดคุย ให้ความรู้ ตลอดจนรณรงค์เชิญชวนประชาชนคนไทยให้รวมพลังแปลงความโศกเศร้าเป็นพลังทำความดี คิดถึงพ่อ (ไม่เศร้า)...เราทำดี ผ่านศิลปินดาราส่ง เพื่อสร้างความหวังและกำลังใจที่เข้มแข็งให้เกิดขึ้น

“การแปลงความโศกเศร้าเป็นพลังทำความดี เพื่อสร้างประโยชน์ให้กับประชาชนและประเทศชาติ ก้าวเดินตามรอยพระยุคลบาทให้สมดังพระราชปณิธานของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9 เป็นการช่วยสร้างขวัญและกำลังใจ ความหวังและความเข้มแข็งทางใจให้เกิดขึ้นได้อย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งเราทุกคนสามารถทำได้โดย นำพระบรมราโชวาท พระราชดำรัส หรือ บทเพลงพระราชนิพนธ์ มาเป็นหลักธรรมในการดำเนินชีวิตได้ เช่น บทเพลง ไกลรุ่ง ที่แฝงความหมายการรอคอย ความหวัง ความสำเร็จที่ดีกำลังจะบังเกิดขึ้นในชีวิตของคน เปรียบดังความดีงามของยามรุ่งอรุณ ที่มาให้แสงสว่างและความอบอุ่นกับชีวิตมนุษย์ทุกคน ทั้งยังสามารถสื่อไปถึงความเจริญรุ่งเรืองของประเทศชาติ ตามพระประสงค์ของพระองค์ท่านที่ตั้งพระทัยทำงาน เพื่อพสกนิกรของท่านมาโดยตลอด หรือ บทเพลง ชะตาชีวิต พรรณนาความทุกข์ของคน ไร้ซึ่งทุกสิ่ง โดยหวังว่า “สักวันบุญมาชะตาคงดี” ซึ่งพระองค์ทรงเป็นความหวังให้ประชาชนทุกคนได้พบชะตาชีวิตที่ดีขึ้นในทุกสารทศ เป็นต้น” อธิบดีกรมสุขภาพจิต กล่าว

*****3 ตุลาคม 2560

ประสานข้อมูล/ประสานผู้ให้สัมภาษณ์ : นางสาวปิยฉัตร ทับทิมเจือ (กบ)
กองสุขภาพจิตสังคม กรมสุขภาพจิต 081-8075279



กรมสุขภาพจิต



กรมสุขภาพจิต



กรมสุขภาพจิต



กรมสุขภาพจิต



suksangdai



Mindstationblog



smile hub



suksangdai

สุขภาพจิตดี...เริ่มต้นที่ตัวเรา