

จิตเวชน่ารู้



- ภาวะออทิซึม (Autism spectrum disorders)
- ความผิดปกติของการสื่อความหมาย (Communication Disorder)
- โรคเครียด (Acute Stress Disorder)



จัดทำโดย นางสาวกรรณณิษฐ์ คำภู ฒ อยุธา : เรียบเรียงเนื้อหา
นางสาวนลินทิพย์ หงษ์ทอง : ออกแบบ E Book

นักศึกษาฝึกงาน

งานทุนการศึกษาและให้คำปรึกษา

กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยแม่โจ้

สาขาจิตวิทยาการปรึกษาและการแนะแนว

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

MENTAL

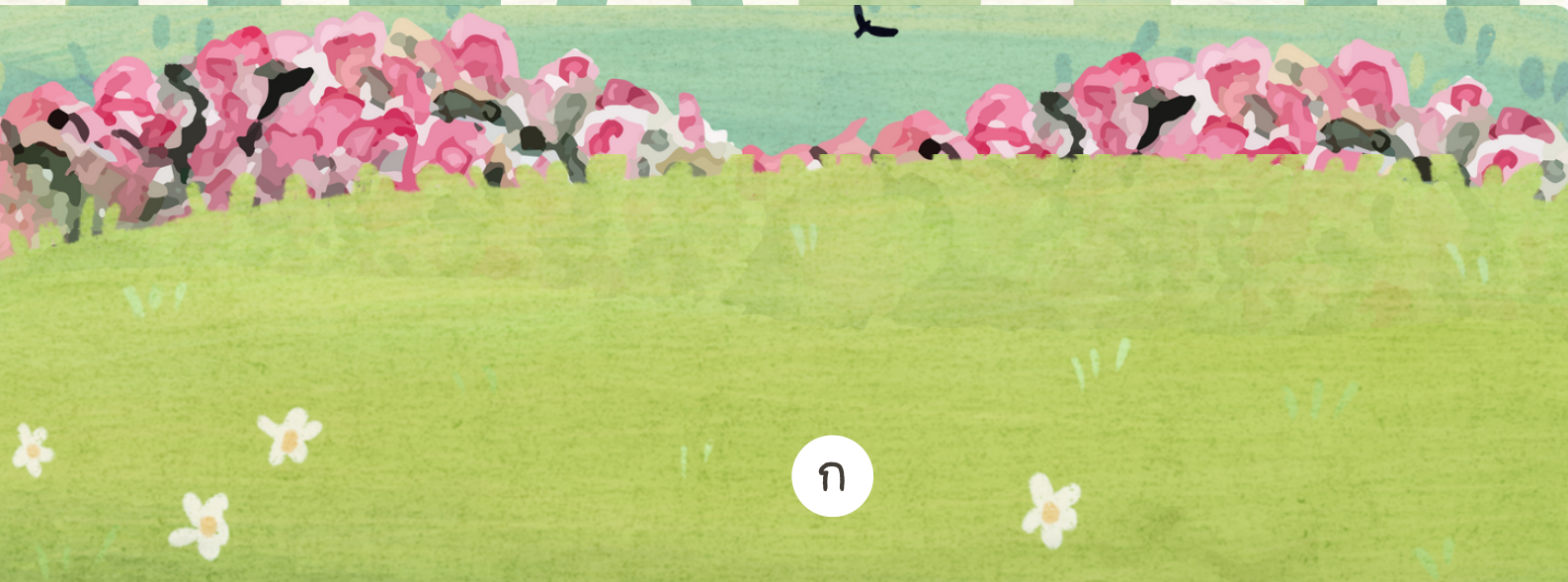


คำนำ

หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (E-Book) ฉบับนี้ จัดทำขึ้นเพื่อเป็นเอกสารประกอบการให้ความรู้สุขภาพจิต เรื่องเกี่ยวกับ “โรคทางจิตเวช” เนื่องจากฝ่ายงานทุนการศึกษาและให้คำปรึกษามีหน้าที่ในการให้ความช่วยเหลือแก่นักศึกษาทั่วไปและนักศึกษาพิการจากปัญหาต่างๆ รวมถึงบริการช่วยเหลือส่งต่อไปยังการบำบัดรักษาที่โรงพยาบาลและบริการติดตามในเครือข่ายของมหาวิทยาลัยแม่โจ้ จึงได้จัดทำเพื่อเป็นการให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับโรคต่างๆ ที่พบได้ในปัจจุบัน แก่ผู้ที่สนใจศึกษา

ดังนั้น หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (E-Book) จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับนักผู้ที่มีสนใจต้องการค้นคว้าหรือต้องการได้รับความรู้ถึงโรคทางจิตเวช เพื่อเป็นการเข้าใจอย่างถูกต้องถึงโรคนั้นๆ ตลอดจนการนำความรู้นี้ไปช่วยเหลือหรืออยู่ร่วมกับผู้ที่ประสบกับสภาวะที่เป็นอยู่ได้อย่างเหมาะสม

HEALTH



สารบัญ

๖
หน้า

คำนำ

๓

สารบัญ

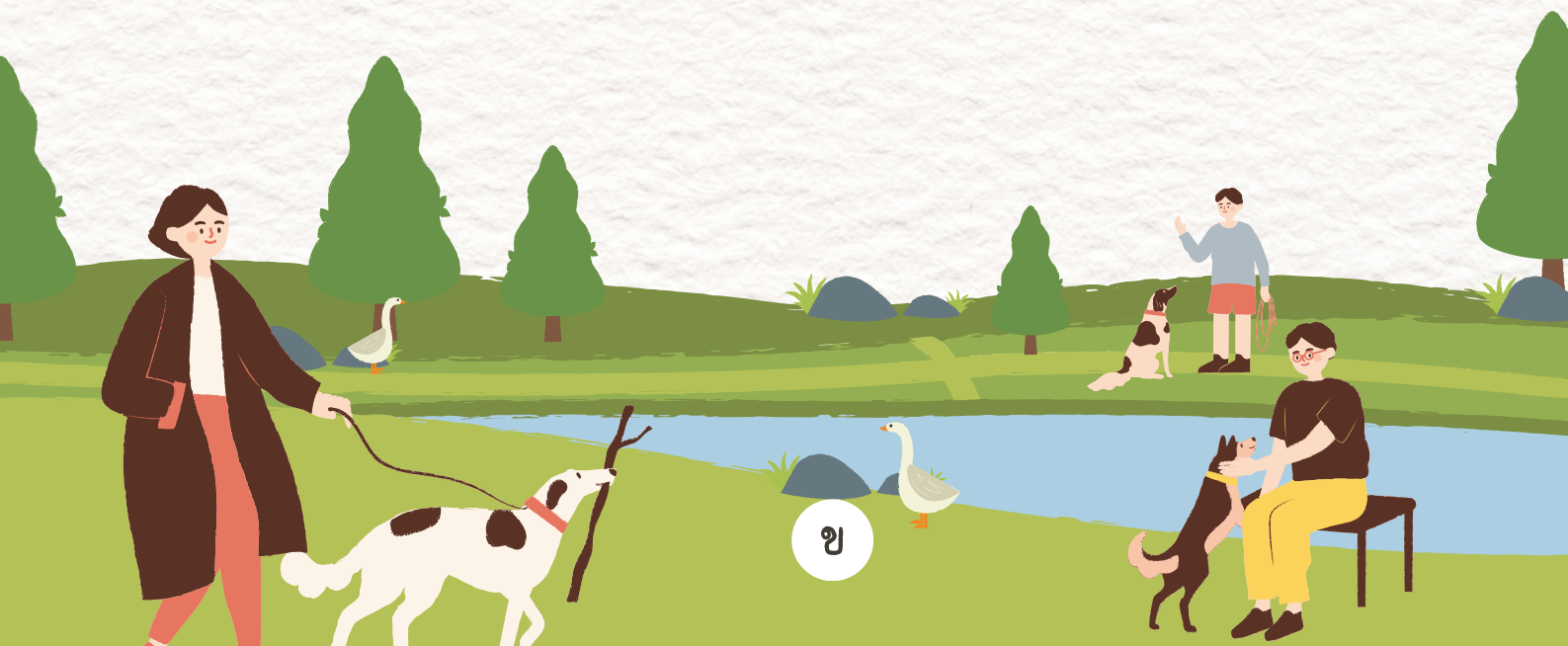
๖

ภาวะออกซิซึม.....1

ความผิดปกติของการสื่อความหมาย.....5

โรคเครียด.....9

บรรณานุกรม



AUTISM

ภาวะออทิซึม

SPECTRUM

DISORDERS





ข้อสังเกตออทิซึมเบื้องต้น



- มีความผิดปกติในการจ้องมองวัตถุ
- มีพฤติกรรมซ้ำๆ ที่ผิดปกติ
- การสื่อสารเพื่อแสดงความต้องการ
- ไม่เหมาะสมตามวัย
- มีความสนใจที่จะปฏิสัมพันธ์กับผู้
อื่นน้อย

ขวบปีแรก

16 เดือน และ 24 เดือน

****พัฒนาการด้านการพูดถดถอยลง****

16 เดือน

- ไม่พูดคำที่มีความหมาย

24 เดือน

- ไม่พูดวลี 2 คำติดกันที่มีความหมาย



12 เดือน

- ไม่ส่งเสียงอ้อแอ้ ไม่ชี้นิ้ว ไม่อวด
ของ
- ภาษาท่าทางในการสื่อสารน้อย
ไม่ร่วมเล่น/เล่นคนเดียว
- มีการเคลื่อนไหวของร่างกาย
ซ้ำๆ เช่น เขย่งปลายเท้า สะบัด
มือ
- ไม่มองหน้าสบตา ไม่มองตาม
การชี้นิ้ว สนใจวัตถุมากกว่า
ผู้คน
- เล่นของเล่นอย่างมีข้อจำกัด
เช่น เรียงของ หมุนของ
- ไม่เลียนแบบเสียงหรือท่าทาง
- เรียกชื่อไม่ทัน



เกณฑ์วินิจฉัยตาม DSM-V

เป็นความบกพร่องของพัฒนาการที่เกิดจากความผิดปกติในการทำงานของสมองโดยมีอาการแสดงเป็นลักษณะความบกพร่อง 2 ด้าน คือ

A ความบกพร่องในการสื่อสารและด้านปฏิสัมพันธ์ทางอารมณ์หรือสังคมในหลายๆ สถานการณ์

(A1) การปฏิสัมพันธ์ทางอารมณ์หรือสังคม

(A2) การใช้ภาษาท่าทางในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

(A3) การสร้าง รักษา และเข้าใจความสัมพันธ์

B การมีพฤติกรรม ความสนใจ กิจกรรมที่จำกัด หรือเป็นแบบแผนซ้ำๆ

(B1) การเคลื่อนไหว การใช้วัตถุที่เป็นแบบแผนซ้ำๆ หรือการใช้คำพูดที่ผิดปกติ

(B2) การยึดติดกับกิจวัตรประจำวัน การแสดงออกของพฤติกรรมที่การพูดหรือต้องทำตามแบบแผนโดยไม่ยอมเปลี่ยนแปลง

(B3) การมีความสนใจที่แพทย์จำกัดหรือหมกมุ่นกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งมากเกินไป

(B4) การมีประสาทสัมผัสที่ไวเกินไปหรือน้อยเกินไปต่อสิ่งเร้า

การดูแลรักษาภาวะออทิซึม

การรักษาทางหลัก

โปรแกรมการรักษาแบบเข้มข้น (Early intensive intervention)

สนับสนุนช่วยเหลือครอบครัวด้วยการฝึกทักษะให้ครอบครัวสามารถดูแลเด็กได้อย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง

กิจกรรมบำบัด (occupational therapy)

ส่งเสริมการเรียนรู้และพัฒนาต่างๆ ผ่านกิจกรรม ปรับพฤติกรรม sensory integration ในสิ่งแวดล้อมพิเศษ

อรรถบำบัด (speech therapy)

ส่งเสริมพัฒนาการด้านการสื่อสารความหมาย ช่วยเหลือให้เด็กมีการรับรู้และการแสดงออกทางภาษาได้อย่างเหมาะสมหรือสูงสุดตามความสามารถ



ภาวะออทิซึม (autism spectrum disorders)

การดูแลรักษา ภาวะออทิซึม

การรักษาทางหลัก

จิตวิทยา

ตรวจและบำบัดทางจิตใจ อารมณ์ ความคิด และพฤติกรรม ฝึกทักษะทางสังคม การปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ (psychologist behavior modification) ให้แก่เด็กและครอบครัว

การศึกษาพิเศษ (special education : IEP) การช่วยเหลือฟื้นฟูทางการศึกษา

ให้แกเด็กที่มีปัญหาทางการเรียน
คลินิกประเมินกระตุ้นพัฒนาการ
ให้แกเด็กที่มีปัญหาและพัฒนาการล่าช้า
การรักษาด้วยยา โดยดุลยพินิจของแพทย์



การสื่อสารทางเลือก Augmentation and alternative communication : AAC)

ให้เด็กได้มีการนำเอาวิธีการอื่นๆมาใช้ สนับสนุนทักษะการพูด การศึกษา โดยมี โปรแกรม picture exchange communication system : PECS การสื่อสารโดยใช้ระบบแลกเปลี่ยนภาพและ treatment and education of autistic and related communication and handicapped in children : TEACCH



การรักษาทางเลือก

ศิลปะบำบัด : ฝึกด้านอารมณ์และพฤติกรรม

ดนตรีบำบัด : ฝึกสมาธิ ความสนใจในการฟัง การเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ ทักษะทางสังคม

อาชาบำบัด : ฝึกการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย

การฝึกอาชีพ : ฝึกการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิตและทักษะการทำงาน

ความผิดปกติของการสื่อความหมาย

Communication Disorder



Communication Disorder

ความผิดปกติของการสื่อความหมาย

คือภาวะที่มีผลกระทบต่อการรับรู้ สื่อความ ประมวลข้อมูล และทำความเข้าใจเรื่องต่างๆ รวมถึงอาจทำให้ผู้ป่วยมีความผิดปกติในการพูดและการใช้ภาษา หรือทำให้ความสามารถในการได้ยินและเข้าใจเนื้อหาผิดไปด้วย สามารถจำแนกเป็นกลุ่มต่างๆ ได้ ดังนี้

ความผิดปกติด้านการพูด เป็นภาวะที่กระทบต่อการออกเสียงขณะพูด เช่น

- **การออกเสียงผิดปกติ (Articulation Disorder) :** ออกเสียงไม่ชัด หรือไม่ถูกต้อง จนข้อความที่สื่อสารยากแก่การเข้าใจ
- **การพูดติดอ่าง (Fluency Disorder) :** พูดด้วยความเร็วหรือจังหวะที่ผิดไปจากปกติ
- **การมีเสียงผิดปกติ (Voice Disorder) :** มีระดับเสียงและความยาวของคำพูดผิดปกติ

ความผิดปกติด้านภาษา เป็นภาวะที่กระทบต่อการใช้คำพูดหรือการเขียนเพื่อสื่อความหมายได้แก่

- **สัทวิทยา หรือระบบเสียง**
- **ลักษณะโครงสร้างและองค์ประกอบของคำ**
- **วากยสัมพันธ์ :** วิธีการสร้างประโยค
- **เนื้อหาของภาษา :** ความหมายของคำหรือประโยคที่สื่อสาร
- **วิธีการใช้ภาษา :** การเลือกใช้ข้อความในการสื่อสารที่เหมาะสม
- **ความผิดปกติด้านการได้ยิน :** หมายถึง ภาวะหูหนวก หรือการได้ยินไม่ชัดเจน
- **ความผิดปกติด้านการประมวลข้อมูล** ซึ่งส่งผลต่อการวิเคราะห์ ตีความ และการใช้ข้อมูลในการสื่อสาร



Communication Disorder

ความผิดปกติของการสื่อความหมาย

ลักษณะอาการ

อาการของโรคจะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับชนิดและสาเหตุของความผิดปกติ ซึ่งอาการที่พบบ่อย ได้แก่

- ♥ การพูดหรือออกเสียงซ้ำๆ
- ♥ การใช้คำผิดความหมาย
- ♥ ไม่สามารถสื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจได้
- ♥ ไม่สามารถตีความ ทำความเข้าใจข้อความได้

eeee

สาเหตุของภาวะความผิดปกติของการสื่อความหมาย

- การมีพัฒนาการของสมองผิดปกติ
- การสัมผัสกับสารพิษบางชนิดของทารกขณะอยู่ในครรภ์
- ภาวะปากแหว่งเพดานโหว่
- ปัจจัยทางพันธุกรรม
- สมองได้รับบาดเจ็บหรือกระทบกระเทือน
- มีความผิดปกติของระบบประสาท
- เส้นเลือดในสมองแตก
- เกิดเนื้องอกหรือมะเร็งในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสาร



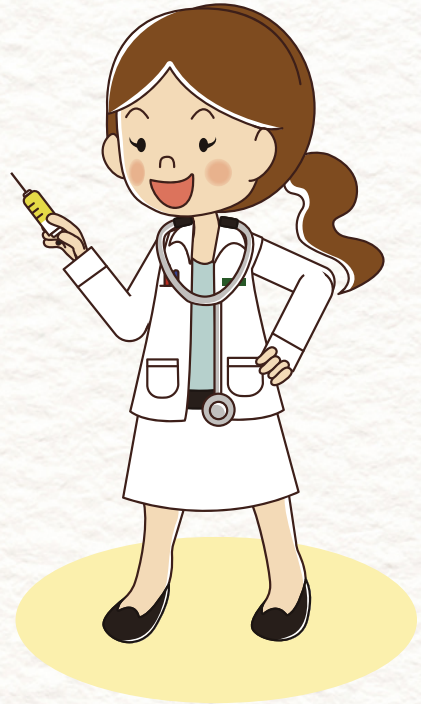
Communication Disorder

ความผิดปกติของการสื่อความหมาย

แนวทางการวินิจฉัย

การวินิจฉัยภาวะนี้อย่างถูกต้องจำเป็นต้องใช้หลายวิธีร่วมกัน โดยการวินิจฉัยอาจประกอบไปด้วย

- การตรวจร่างกายอย่างละเอียด
- การทดสอบทางจิตวิทยา เพื่อวัดทักษะการคิดและการให้เหตุผล
- การทดสอบการพูดและการใช้ภาษา
- การตรวจด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า (MRI)
- การสแกนคอมพิวเตอร์ (CT)
- การประเมินความคิดและพฤติกรรม



การรักษาโรคความผิดปกติของการสื่อความหมาย

คนส่วนใหญ่ที่มีความผิดปกติของการสื่อความหมาย จะมีอาการดีขึ้นเมื่อได้รับการบำบัดด้านการพูดและการใช้ภาษา ซึ่งขึ้นอยู่กับชนิดและความรุนแรงของความผิดปกติ หากโรคเกิดจากสาเหตุจำเพาะ เช่น การติดเชื้อ ก็ต้องรักษาที่สาเหตุนั้นก่อน

ในเด็กที่มีความผิดปกติ ควรได้รับการรักษาให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ โดยนักอรรถบำบัดจะช่วยให้ผู้ป่วยสามารถสร้างจุดเด่น รวมถึงอาจช่วยให้ผู้ป่วยเรียนรู้รูปแบบการสื่อสารทางเลือกอื่นๆ หากจำเป็นด้วย เช่น การใช้ภาษาสัญลักษณ์ นอกจากนี้การบำบัดร่วมกันเป็นกลุ่มกับผู้ป่วยคนอื่นๆ จะช่วยให้ผู้ป่วยได้ลองทดสอบทักษะการสื่อสารของตนในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย ซึ่งจะช่วยเพิ่มความมั่นใจให้กับผู้ป่วยได้อีกด้วย



ACUTE STRESS DISORDER

โรคเครียด



Acute Stress Disorder

โรคเครียด

โรคเครียด (Acute Stress Disorder) คือ ภาวะที่ต้องเผชิญแรงกดดันจากเหตุการณ์ร้ายแรง ซึ่งภาวะดังกล่าวเกี่ยวข้องกับการตอบสนองของร่างกายและจิตใจ ผู้ที่ผ่านเหตุการณ์ซึ่งก่อให้เกิดความเครียด จะเกิดอาการเครียด ประมาณหนึ่งเดือน หากเกิดอาการนานกว่านั้นจะกลายเป็นโรคเครียดหลังเกิดเหตุสะเทือนขวัญ (Posttraumatic Stress Disorder: PTSD)

อาการของโรคเครียด

- 1 เห็นภาพเหตุการณ์ร้ายแรงซ้ำ ๆ ผู้ป่วยจะเห็นฝันร้าย หรือนึกถึงเหตุการณ์ร้ายแรงไม่ดีที่เคยเกิดขึ้นซ้ำ ๆ อยู่เสมอ
- 2 อารมณ์ขุ่นมัว อารมณ์หรือความรู้สึกของผู้ป่วยโรคเครียดมักแสดงออกมาในเชิงลบ ผู้ป่วยจะรู้สึกอารมณ์ไม่ดี มีความทุกข์ ไม่ร่าเริงแจ่มใสหรือรู้สึกไม่มีความสุข
- 3 มีพฤติกรรมแยกตัวออกมา ผู้ป่วยจะเกิดหลงลืมมึนงง ไม่มีสติหรือไม่รับรู้การมีอยู่ของตัวเอง หรือรู้สึกว่าเวลาเดินช้าลง
- 4 หลีกเลียงสิ่งต่าง ๆ ที่ทำให้นึกถึงเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด ไม่ว่าจะเป็นผู้คน สถานที่ สิ่งของ กิจกรรม หรือบทสนทนาที่เกี่ยวข้องกับเรื่องนั้น ๆ
- 5 ไวต่อสิ่งเร้า ผู้ป่วยจะนอนหลับยาก โมโห หรือก้าวร้าว ไม่มีสมาธิจดจ่อกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้



Acute Stress Disorder

โรคเครียด

การ รักษา



โรคเครียดมีสาเหตุมาจากการพบเจอหรือรับรู้เหตุการณ์อันตรายที่ร้ายแรงมาก โดยเหตุการณ์นั้นทำให้รู้สึกกลัว ตื่นตระหนก หรือรู้สึกสะเทือนขวัญ เช่น การประสบอุบัติเหตุจนเกือบเสียชีวิต การได้รับบาดเจ็บอย่างรุนแรง รวมทั้งทราบข่าวการเสียชีวิต ประสบอุบัติเหตุ หรือการป่วยร้ายแรงของคนในครอบครัวหรือเพื่อนสนิท ทั้งนี้ เหตุการณ์ที่ทำให้เกิดโรคเครียดซึ่งพบได้ทั่วไปนั้น มักเป็นเหตุการณ์เกี่ยวกับการออกรบของทหาร ถูกล้วงละเมิดทางเพศ ถูกโจรปล้น ประสบภัยพิบัติทางธรรมชาติ หรือทราบข่าวร้ายอย่างกะทันหันโดยไม่ทันตั้งตัว นอกจากนี้ โรคเครียดยังมีปัจจัยเสี่ยงอื่น ๆ ด้วย โดยผู้ที่เสี่ยงป่วยเป็นโรคเครียดได้สูง

สาเหตุโรคเครียด

- **ปรึกษาแพทย์** ช่วยรักษาผู้ป่วยโรคเครียดที่เกิดอาการรุนแรงและเป็นมานาน โดยแพทย์จะช่วยให้ผู้ป่วยรับมือกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด รวมทั้งช่วยให้ผู้ป่วยจัดการอาการของโรคที่เกิดขึ้นได้
- **บำบัดความคิดและพฤติกรรม** แพทย์จะพูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดของผู้ป่วย รวมทั้งช่วยให้ผู้ป่วยเข้าใจว่าความคิดบางอย่างนั้นไม่ถูกต้อง และปรับทัศนคติของผู้ป่วยที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ ให้มองทุกอย่างได้ถูกต้องและตรงตามความเป็นจริง
- **ใช้ยารักษา** แพทย์อาจจ่ายยารักษาโรคเครียด เพื่อบรรเทาอาการปวดของร่างกาย ปัญหาการนอนหลับ หรืออาการซึมเศร้า



Acute Stress Disorder

โรคเครียด



ภาวะแทรกซ้อน

- โรคเครียดหลังเกิดเหตุสะเทือนขวัญ ผู้ป่วยโรคเครียดบางรายอาจมีอาการของโรคนานกว่า 1 เดือน ซึ่งอาการดังกล่าวจะทำให้ผู้ป่วยเป็นโรคเครียดหลังเกิดเหตุสะเทือนขวัญ ผู้ป่วยควรพบแพทย์เพื่อรับการรักษา ซึ่งจะช่วยลดโอกาสเสี่ยงไม่ทำให้อาการของโรคแย่ลง
- ปัญหาสุขภาพจิตต่าง ๆ ผู้ป่วยโรคเครียดที่ไม่ได้รับการรักษา และมีอาการของโรคเรื้อรังอาจมีปัญหาสุขภาพจิตอื่น ๆ ได้ เช่น โรคซึมเศร้า โรควิตกกังวล หรือบุคลิกภาพแปรปรวน

การป้องกันโรคเครียด

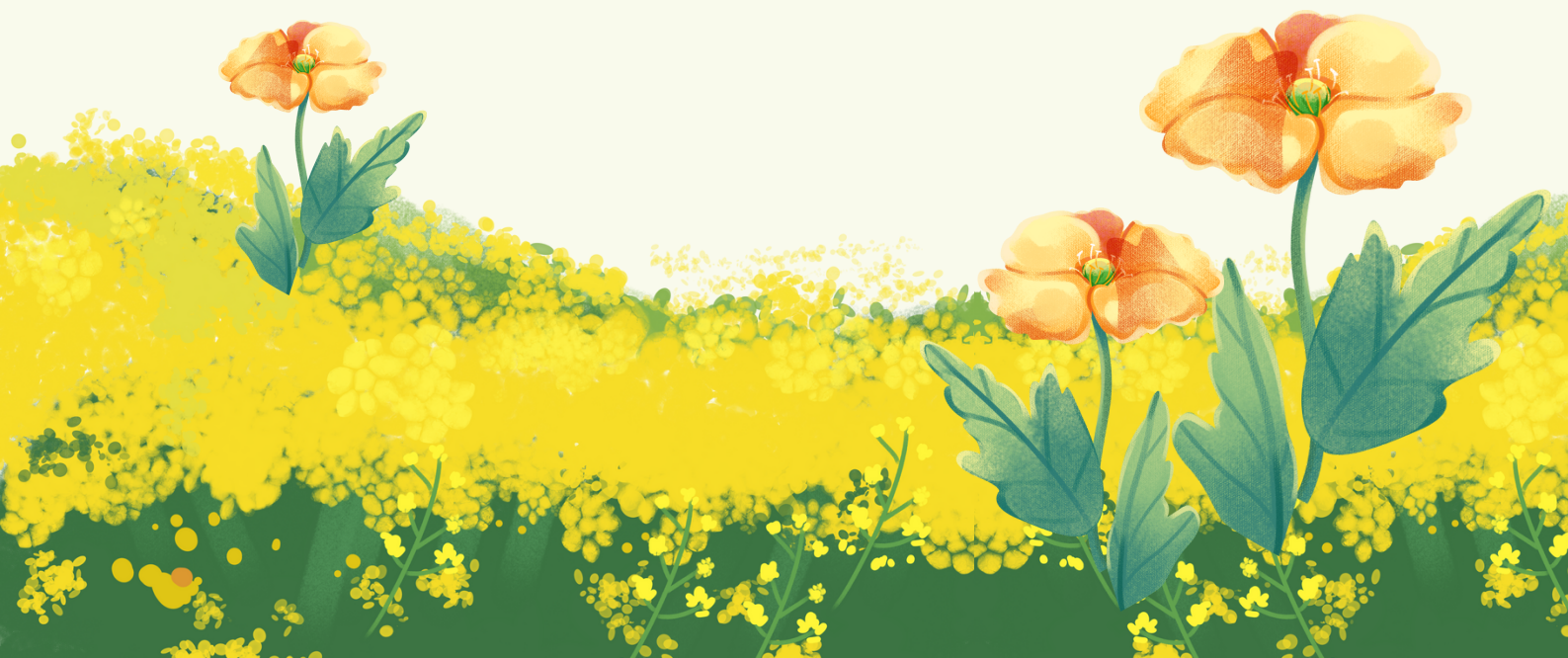
- หลังจากเผชิญสถานการณ์ร้ายแรง ต้องรีบเข้ารับการรักษาจากแพทย์ เพื่อช่วยลดโอกาสป่วยเป็นโรคเครียด
- ผู้ที่ประกอบอาชีพซึ่งเสี่ยงเผชิญสถานการณ์อันตราย อาจต้องเข้ารับการฝึกซ้อมรับมือเหตุการณ์อันตรายและปรึกษาจิตแพทย์ เพื่อเตรียมตัวรับมือกับเหตุการณ์ดังกล่าว
- ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- ฝึกหายใจลึก ๆ ทำสมาธิ เล่นโยคะ หรือนวด เพื่อให้ร่างกายผ่อนคลาย รวมทั้งทำจิตใจให้แจ่มใส
- พบปะสังสรรค์กับเพื่อน หรือพูดคุยกับครอบครัว
- หางานอดิเรกทำในยามว่าง เช่น อ่านหนังสือ หรือฟังเพลง
- นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ รวมทั้งรับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ รวมทั้งหรือใช้สารเสพติดอื่น ๆ

บรรณานุกรม

กองบรรณาธิการ HD. (2562, 23 1 พฤษภาคม). ความผิดปกติของการสื่อความหมาย (Disorder of Communication). hd สุขภาพดี เริ่มต้นที่นี่.
<https://hd.co.th/the-disorder-of-communication>

สถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์. (ม.ป.ป.). ภาวะออทิซึม . [แผ่นพับ].

ความหมาย โรคเครียด. (ม.ป.ป.). POBPAD. <https://www.pobpad.com/%E0%B9%82%E0>



สุขภาพจิตที่ดี
เริ่มที่ตัวเรา



งานทุนการศึกษาและให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยแม่โจ้