



มีเรื่องที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันมากมายที่คนยังเข้าใจผิดตั้งเช่น พยายามตั้งมาตรฐาน ช่มชินแล้วมาซ้ำๆ ในหลายา ที่ว่าเป็น “มาตรฐานโรคจิต” และให้จิตแพทย์ตรวจแต่กลับพบว่าไม่ป่วยเป็นโรคจิต ในขณะที่ผู้ต้องหารายหนึ่งมีอาการหวาดระแวงว่าคนจะมาทำร้าย จนต้องฆ่าผู้อื่นจนเสียชีวิต หนังสือพิมพ์กลับพาดหัวข่าว “ชายป่วยเป็นโรคประสาท บ้าคลั่งแห่งภรรยาเสียชีวิต” ยังมีคนอีกจำนวนมากที่ไม่ได้ป่วยเป็นโรคจิต และมีมากกว่าผู้ป่วยโรคจิตเสียอีก แต่เป็นพวกที่มีปัญหาทางบุคลิกภาพ คือพวกที่นิสัยดั้งเดิมไม่ดี ขาดความรู้สึกรู้สึกหรือความรับผิดชอบต่อชีวิตของผู้อื่น

จากการศึกษาวิจัยในต่างประเทศก็พบว่าผู้ป่วยจิตเวชมิได้เป็นผู้ที่น่ากลัวหรืออันตรายมากไปกว่าคนทั่วไปที่เดินอยู่ตามท้องถนน (กรณีที่ได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่อง คือไม่ขาดยา) แต่ถ้าผู้ป่วยทางด้านจิตเวช (โดยเฉพาะโรคจิต) ถ้าขาดยาไปแล้ว อย่างน้อย 1-3 เดือน ก็จะเริ่มมีอาการกำเริบและมีความเสี่ยงในการที่จะทำร้ายตนเองหรือทำร้ายผู้ป่วยมากกว่าคนทั่วไปแน่นอน

# โรคทางใจ

## เรื่องใกล้ตัว

(ตอนจบ)

### โรคทางใจมีอะไรบ้าง

โรคทางใจหรือที่ใช้กันในภาววิชาการแพทย์เรียกว่าโรคทางจิตเวช (Psychiatric หรือ mental disorders) ซึ่งหมายความรวมถึง ความผิดปกติทุกอย่างทางด้านจิตใจ พฤติกรรม รวมถึงความเปลี่ยนแปลงที่ผิดปกติทางด้านสมอง โดยเฉพาะ ส่วนประกอบภายในที่เรียกว่าสารสื่อประสาท (Neurotransmitter) อันส่งผลให้เกิดความผิดปกติด้านการแสดงออก หรือพฤติกรรมผิดปกติ ไม่ใช่เกิดจากนิสัยที่ไม่ดีของผู้ป่วยอย่างที่เคยเข้าใจกันมา

### ตั้งมั่นปัญหาหรือโรคทางใจเหล่านี้ยังอยู่รอบๆ ตัวเราจริงๆ ดังตัวอย่าง

- 1. โรควิตกกังวล (Anxiety disorders)** ผู้ที่เป็นโรคนี้นักมีอาการ วิตกกังวลง่าย ย้ำคิดย้ำทำ กังวลไปล่วงหน้า บางรายก็กังวลไปทุกเรื่องแม้แต่เรื่องที่ไม่ใช่เรื่องของตนเองก็เก็บมากังวล ขาดความมั่นใจในตัวเอง และมีอาการทางกายต่างๆ มากมาย เช่น ใจสั่น จุกแน่นหน้าอก หายใจหอบเหนื่อย ห้อแท้ **เหมือนตัวเองจะขาดใจ หรือกำลังจะเป็นบ้า** มักจะมีสาเหตุมาจากปัญหาทั้งทางด้านจิตใจ กล่าวคือเป็นเรื่องของพัฒนาการทางด้านจิตใจ การเลี้ยงดูในวัยเด็กและส่งผลถึงอาการของโรคในปัจจุบันด้วย และมีการศึกษาพบว่าผู้ที่เป็นโรคเหล่านี้ก็เกิดจากมีความผิดปกติของสารสื่อประสาทบางตัวที่อยู่ในสมองด้วย ซึ่งถึงแม้อาการไม่รุนแรงเข้าขั้นโรคจิต แต่ผู้ป่วยเป็นโรคนี้ก็มีอาการทุกข์ทรมานไม่แพ้กัน ตัวอย่างเช่น โรควิตกกังวลทั่วไป (Generalized anxiety disorder) และโรคแพนิค (Panic disorder)
- 2. โรคอารมณ์แปรปรวน (Mood หรือ affective disorders)** ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีปัญหาในเรื่องของ**อารมณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงได้ง่าย เดียวดีเดียวร้าย ซึ่งอาการก็จะมีทั้งซึมเศร้า รำเร็งหรือซึมเศร้าสลับรำเร็ง พุดมาก ใช้เงินมากเกินความจำเป็น ความคิดเร็ว บางช่วงเศร้ายิ่งมีความคิดอยากทำร้ายตนเองก็มี** บางรายอาจอาการหูแว่ว ประสาทหลอน หวาดระแวงเหมือนกลุ่มที่เป็นโรคจิตได้ด้วย ช่วงที่อาการสงบก็อาจจะใกล้เคียงหรือเหมือนคนปกติทั่วๆ ไป แต่มักจะเกิดซ้ำๆ เป็นช่วงๆ บางรายก็เป็นปีละหลายๆ ครั้ง ตัวอย่างเช่น โรคไบโพลาร์ (Bipolar disorder)
- 3. โรคจิต (Psychotic disorder)** ซึ่งอาการแสดงออกที่เห็นได้บ่อยๆ คือ**แนวความคิดที่ผิดปกติเป็นหลัก ไม่ว่าจะเห็นอาการหวาดระแวง กลัวคนมาทำร้าย คนคิดไม่ดีหรือบ่งร้ายกับตนเองหรือคนที่เกี่ยวข้อง บางรายมีอาการหูแว่ว** เป็นเสียงมาด่ามาว่าหรือมาทำร้าย เมื่อมีความเจ็บป่วยเกิดขึ้นสิ่งที่ตามมาควบคู่กันก็คือ ความสามารถในการทำงาน หรือความรับผิดชอบต่างๆ ลดลงมาก แม้กระทั่งการดูแลกิจวัตรประจำวันของตนเอง ตัวอย่างเช่น โรคจิตเภท (Schizophrenia)



## ผู้ป่วยจิตเวชมีได้เป็นผู้ที่นำกลัวหรืออันตราย มากไปกว่าคนทั่วๆ ไปที่เดินอยู่ตามท้องถนน

**4. โรคติดสารเสพติด (Substance use disorders)** ผู้ป่วยหลายๆ รายเข้าใจผิดว่าสารเสพติดเหล่านั้นช่วยให้ความทุกข์ใจ ไม่สบายใจหายไป แต่ความจริงแล้วก็เพียงชั่วคราว แต่สิ่งที่ตามมานั้นส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจในทางที่แย่งอย่างมากมาย ไม่ว่าจะเป็นร่างกายทรุดโทรม สมองถูกทำลายไปเรื่อยๆ และบางรายก็มีอาการ โรคจิตเกิดขึ้นเป็นช่วงๆ หรือถาวรไปเลยก็มี ซึ่งผู้ป่วยทางด้านจิตเวชมีอัตราการใช้สารเสพติดควบคุมไปด้วยค่อนข้างสูงมาก ซึ่งการมองแค่เพียงเป็น "ไอ้ชี่ยา" นั้นคงไม่ถูกต้องเสียทีเดียว เนื่องจากผู้ที่ติดสารเสพติดเหล่านั้นล้วนแล้วแต่เป็นผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตที่ควรได้รับการแก้ไข และน่าเห็นใจทั้งสิ้น ดีกว่าปล่อยให้จนแย่งลงมาก ๆ ถึงขั้นก่อคดี หรือแบ่งแยกรังเกียจคนเหล่านั้น โดยที่ไม่ได้ช่วยเหลืออย่างจริงจัง

**5. โรคจิตเวชของเด็ก เช่น สมาธิสั้น (ADHD) ออทิสติก (Autistic disorder)** บกพร่องทางสติปัญญาหรือเดิมเรียกว่าปัญญาอ่อน (Mental retardation หรือ Mental disability) เด็กมีปัญหาเรื่องการเรียน (Learning disorder) เป็นต้น พ่อแม่หรือผู้ปกครองมักไม่ทราบว่าเป็นความเจ็บป่วยทางสมอง แต่ไปคิดว่าเป็นปัญหาทางด้านพฤติกรรมของเด็ก ที่นิสัยไม่ดี ไม่รักดีหรือบางครั้งครบบทก็โทษว่าเป็นเรื่องการเลี้ยงดู โดยโยนความผิดใส่กัน เช่น ตามใจมากเกินไป เป็นต้น ความจริงแล้วความผิดปกติเหล่านี้เป็นความผิดปกติที่เกิดขึ้นในสมองเป็นส่วนใหญ่ แม้ว่าบางโรคจะเกิดจากปัญหาเรื่องการเลี้ยงดูจริงๆ หรือปัญหาทางจิตใจจริงๆ ก็ตาม แต่มักพบว่าสาเหตุมิได้เกิดจากตัวเด็กโดยตรง หากแต่เกิดจากปัญหาของผู้เลี้ยงดูเป็นสำคัญ ที่ไม่สามารถฝึกให้เด็กๆ เหล่านั้นเป็นเด็กที่มีวินัยหรือฝึกการรู้จักควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้

**6. ปัญหาทางด้านบุคลิกภาพ (Personality disorder)** บุคลิกภาพในทางด้านจิตวิทยามีใช่แค่ภาพลักษณ์ที่มองเห็นในคนคนนั้นจากภายนอกอย่างเดียว แต่เป็นเรื่องเฉพาะของแต่ละคนที่จะมีวิธีการในการตัดสินใจ แนวคิดการแก้ปัญหา การควบคุมอารมณ์ การปรับตัวเมื่อต้องเผชิญกับความเครียด เป็นต้น เป็นเรื่องของพัฒนาการทางด้านจิตใจ ซึ่งก็จะมีลักษณะที่คล้ายกับคำว่าความฉลาดทางอารมณ์หรือที่คุ้นเคยกับคำว่าอีคิว นั่นเอง ซึ่งผู้ที่มีปัญหาทางด้านบุคลิกภาพเหล่านี้จะมีการแสดงออกทางด้านอารมณ์ พฤติกรรม การแก้ปัญหา การปรับตัวที่ไม่ดี บางรายถึงขั้นกลายเป็นอาชญากรหรือกระทำความผิดมากมายดังที่เห็นตามสื่อต่างๆ ไม่เว้นแต่ละวัน โดยทั่วไป มักจะเริ่มเห็นปัญหาทางด้านบุคลิกภาพเหล่านี้ได้ชัดเจนหลังจากอายุ 18 ปีขึ้นไป แต่บางรายสามารถเห็นปัญหาเหล่านี้มาตั้งแต่วัยรุ่นได้

**7. โรคความเสื่อมของสมอง ในวัยผู้สูงอายุ** (ส่วนใหญ่มักเกิดหลังอายุ 60-65 ปีขึ้นไป) ก็มักมีโรคที่ดูเหมือนว่าโรคทางจิตเวชเพราะมีการแสดงออก ทางด้าน พฤติกรรมที่ผิดปกติและความจำที่ผิดปกติ นั่นก็คือ โรคสมองเสื่อม (Dementia) ที่หลายๆ คนรู้จักโรคหนึ่งที่อยู่ในกลุ่มนี้ก็คือ อัลไซเมอร์ (Alzheimer's disease) มักมีอาการแสดงออกมาทางด้านพฤติกรรมและความคิด จึงทำให้เข้าใจว่าเป็นโรคทางจิตเวช เพราะผู้ป่วยจะมีปัญหาทางด้านพฤติกรรม การดูแลตนเองที่ไม่ดี บางรายมีอาการซึมเศร้า สับสนวุ่นวาย หวาดระแวง ผู้สูงอายุบางรายมีพฤติกรรมทางเพศที่ผิดปกติไป มีคดีลวนลามอนาจารเกิดขึ้นบ่อยๆ

นอกจากที่กล่าวมานี้ก็ยังมีอีกหลายๆ โรคที่เราคาดกันไม่ถึง แม้จะมีอาการแสดงออกทางพฤติกรรมหรือคล้ายๆ กับอาการทางจิต เช่น ก้าวร้าว อาละวาด หูแว่ว ประสาทหลอน แต่สาเหตุหลักมาจากสมองผิดปกติ เช่น คลื่นสมองผิดปกติที่แสดงออกมาเป็นอาการของโรคลมชัก (Epilepsy) ซึ่งนับว่าโรคทางใจเหล่านี้สามารถพบได้ในทุกเพศ ทุกวัย ทุกช่วงอายุ ขึ้นอยู่กับว่าโรคใดจะเกิดในวัยใดมากกว่ากัน อย่างไรก็ตามแม้โรคเหล่านี้จะอยู่ใกล้ๆ ตัวของคุณก็ตาม แต่ในความเป็นจริงแล้วโรคเหล่านี้ก็สามารถรักษาให้หายได้ แต่ถ้าจะถามว่าหายขาดหรือไม่ คงเป็นคำตอบที่ต้องอธิบายกันอีกยาว เนื่องจากหลายปัจจัย เช่นผู้ป่วยแต่ละคนก็มีความแตกต่างของการตอบสนองต่อการรักษาที่แตกต่างกัน หรือระยะเวลาที่เจ็บป่วยมายาวนานแค่ไหน แหล่งสนับสนุนทางสังคมของแต่ละคนเป็นอย่างไรบ้าง อย่างไรก็ตามแพทย์ก็พยายามรักษาให้กลับมาใกล้เคียงปกติ หรืออย่างน้อยแม้ว่าไม่ใกล้เคียงปกติก็เพียงแต่สามารถให้ความคุมพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้ก็น่าจะเป็นที่พอใจในระดับหนึ่งแล้ว การป้องกันหรือมารับการรักษาเสียแต่เนิ่นๆ จะดีกว่าปล่อยให้ปัญหาหรือความเจ็บป่วยลุกลามไปมากแล้ว