

### Abstract

Pain is not composed a single source but dynamic cause of affective, cognitive, and behaviors. Pain Catastrophizing is the cognitive maladaptation on pain that is individual different. Pain Catastrophizing effects on physiology of pain that augment intensity of pain and psychological distress so that reducing of pain catastrophizing could be an interesting of non-pharmacological modality for pain management. The main purpose of this article is to provide overview the concept of Pain Catastrophizing and future directions for pain research in Thailand.

**Keywords :** Pain, Pain catastrophizing

### บทคัดย่อ

ความคิดที่ไม่เหมาะสมเกี่ยวกับความปวด (pain catastrophizing) เป็นรูปแบบหนึ่งของความคิดที่มีการปรับตัวต่อความปวดที่ไม่เหมาะสมที่มีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล และสามารถส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาของความปวด ทำให้มีการรับรู้

ความปวดเพิ่มมากขึ้นได้ การลดความคิดที่ไม่เหมาะสมเกี่ยวกับความปวดจึงเป็นอีกแนวทางของการรักษาความปวดแบบไม่ใช้ยาที่น่าสนใจ บทความฉบับนี้เป็นบททบทวนเนื้อหาเกี่ยวกับความคิดที่ไม่เหมาะสมเกี่ยวกับความปวด และแนวทางการนำไปใช้ในการวิจัยความปวดในประเทศไทยได้ต่อไป

**คำสำคัญ :** ความปวด ความคิดที่ไม่เหมาะสมเกี่ยวกับความปวด

### บทนำ

สมาคมความปวดของประเทศสหรัฐอเมริกา ได้ประกาศให้ความปวดเป็นสัญญาณชีพที่ 5 ที่ผู้รับบริการต้องได้รับการประเมินเพิ่มเติมจากการประเมินสัญญาณชีพที่มีอยู่เดิม 4 ประการ ได้แก่ อุณหภูมิ ชีพจร การหายใจ และความดันโลหิต ในทุกครั้งที่มารับบริการสุขภาพ ไม่ว่าจะเรื่องใดก็ตาม<sup>1</sup> ผลจากการประกาศเน้นย้ำในเรื่องนี้ จำเป็นอย่างยิ่งที่บุคลากรทางการแพทย์ โดยเฉพาะพยาบาลซึ่งเป็นผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับผู้รับบริการมากที่สุดนั้น จำเป็นต้องเข้าใจแนวคิดความปวดได้อย่างครอบคลุม เพราะความปวดเป็นประสบการณ์

ของความไม่สบาย ทั้งความรู้สึกและอารมณ์ ที่สัมพันธ์กับความเป็นจริงของการถูกทำลายของเนื้อเยื่อ หรือมีโอกาสเกิดการถูกทำลายของเนื้อเยื่อ หรือถูกอธิบายคล้ายกับว่า มีการทำลายของเนื้อเยื่อ<sup>2</sup> ดังนั้นความปวดจึงมีความแตกต่างกันไปตามปัจเจกบุคคล นอกจากนี้ ความปวดยังมีมิติต่างๆ หลายมิติ ได้แก่ มิติการรับรู้ลักษณะความปวด (sensory component) มิติอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับความปวด (affective component) มิติความคิดที่เกี่ยวข้องกับความปวด (cognitive component) มิติพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับความปวด (behavioral component) และมิติสรีระที่