


**บทความ**

**Review Article**

**บทบาทของพยาบาลจิตเวชในการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภทในชุมชน**

**Psychiatric Nurses' Roles on Mental Health Promotion for Schizophrenic Patients' Caregivers in Local Communities**

ศิริญพร บุสหงษ์\* ไพรพิพิชัย สันตะพันธุ์\* ทัตภณ พลไชย\*

Sirinporn Bussahong\* Proithip Santhapan\* Tattapon Palachai\*

\*วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สรรพสิทธิประสงค์ อุบลราชธานี 34000

\*Boromarajonani College of Nursing Sanpsithiprasong Ubon Ratchathani 34000

Corresponding author E-mail address: sirin\_bus@hotmail.com

Received: 28 February 2019

Revised: 17 April 2019

Accepted: 31 August 2019

**บทคัดย่อ**

โรคจิตเภทเป็นโรคที่มีความผิดปกติทางจิตอย่างเรื้อรัง มีอัตราการป่วยของผู้ป่วยโรคนี้เพิ่มมากขึ้นทุกปี นโยบายของกรมสุขภาพจิตให้ผู้ป่วยโรคจิตเภทกลับสู่ชุมชนภายใต้การดูแลจากครอบครัวและชุมชนโดยเริ่วที่สุด มุ่งเน้นกระบวนการการรักษาที่ส่วนร่วมของชุมชนและภาคีเครือข่าย แต่พบว่า การดูแลผู้ป่วยโรคจิตทำให้ผู้ดูแลรู้สึกท้อแท้ กังวล และเครียดกับสิ่งที่กำลังเผชิญอยู่ ดังนั้นการส่งเสริมสุขภาพจิตในกลุ่มผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภท จึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะหากผู้ดูแลมีสุขภาพจิตดียอมส่งผลให้การดูแลผู้ป่วยโรคจิต能夠มีคุณภาพดีตามมา บทความนี้นำเสนอประเด็นที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตของผู้ดูแล และบทบาทของพยาบาลจิตเวชในการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิต เพื่อพัฒนาและยกระดับจิตใจให้เข้มแข็ง พร้อมเชิญสถานการณ์ที่เข้ามาระบทภาระเทือนใจ สามารถจัดการความเครียด ตลอดจนปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขต่อไป

**คำสำคัญ:** สุขภาพจิต ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภท บทบาทพยาบาล

พุทธชินราชเวชสาร 2562;36(2):265-72.

**Abstract**

Schizophrenia is a chronic mental disease that the number of patients is increasing every year. According to the Department of Mental Health's policy, patients suffering from this disease should return to the community, cared by their families and communities as soon as possible and emphasized on participation of the local communities and the network partners. But taking care of schizophrenic patients make the caregivers felt discouraged, worried and stressful with what they were working on. Thus, mental health promotion for the caregivers of schizophrenic patients is also crucial. Because, if they have strong mental health, the treatment for the patients will be of good quality. This article presents issues on mental health of those who taking care of the schizophrenic patients and psychiatric nurses' roles on mental health promotion among the caregivers in order to develop and strengthen their mind, ready for any situations affecting their mind, manage stress and adjust themselves happily with the society.

**Keywords:** mental health, schizophrenic patients' caregivers, nurses' roles

Buddhachinraj Med J 2019;36(2):265-72.

**บทนำ**

โรคจิตเภทเป็นโรคทางจิตเวชที่พบบ่อย ผู้ป่วยโรคจิตเภทมีความผิดปกติทั้งด้านความคิด อารมณ์ การรับรู้ และพฤติกรรม จากสถิติผู้ป่วยจิตเภทที่มารับบริการในโรงพยาบาลของรัฐ ปีพ.ศ. 2558-2560 มีจำนวน 488,436 ราย 580,181 ราย และ 480,266 ราย ตามลำดับ<sup>1</sup> ปัจจุบันระบบบริการสุขภาพจิตมีนโยบาย กำหนดผู้ป่วยกลับสู่ครอบครัวให้เร็วที่สุด โดยแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2565) เน้นให้ผู้ป่วยกลับครอบครัว เพื่อให้ครอบครัวและชุมชน มีส่วนร่วมในการดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภทร่วมกับทีมสหวิชาชีพ ภาคีเครือข่ายชุมชน เพื่อให้สามารถควบคุมอาการ ไม่กลับเป็นซ้ำ และสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคม ตามอัตภาพ<sup>2</sup>

เมื่อผู้ป่วยโรคจิตเภทกลับมาอยู่ภายใต้การดูแล ของครอบครัว สมาชิกในครอบครัวต้องมีบทบาทเป็น ผู้ดูแลหลักอย่างน้อย 1 คน จากปัญหาการดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภทในชุมชน พبว่า การที่ผู้ป่วยยังมีอาการหลงทางจิตเหลืออยู่ ส่งผลให้สมรรถนะในการดูแลตนเอง ลดน้อยลง ผู้ดูแลต้องรับภาระในการดูแลผู้ป่วยทั้งการ ทุ่มเทเวลา การรับภาระค่าใช้จ่ายที่ต่อเนื่องอย่างยาวนาน ก่อให้เกิดความเห็นด้วยกันทั้งทางร่างกายและ จิตใจ ก่อให้เกิดผลกระทบด้านลบโดยตรงต่อผู้ดูแล ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์<sup>3</sup> การดูแลผู้ป่วย

จิตเภทต้องดูแลทั้งทางด้านการประกอบกิจวัตรประจำวัน การดำเนินชีวิตส่วนตัว ผู้ป่วยบางราย อาจต้องใช้เวลาในการดูแลมากถึง 24 ชั่วโมงต่อวัน สิ่งเหล่านี้จึงทำให้ผู้ดูแลเกิดความยุ่งยากใจ ห้อแท้ และ ขาดอิสระในการดำเนินชีวิต เกิดความเครียด ซึ่งเคร้า สิ้นหวังและมีความคิดฆ่าตัวตายตามมาได้<sup>4</sup> จากการ เยี่ยมครอบครัวผู้ป่วยโรคจิตเภทในชุมชน พบว่า ผู้ดูแล ผู้ป่วยโรคจิตเภทเกิดความเครียดและรู้สึกห้อแท้กับ โรคที่ผู้ป่วยเป็น ไม่รู้ว่าเมื่อไหร่ผู้ป่วยจะมีอาการดีขึ้น และยังกังวลถึงอนาคตตัวหากไม่มีผู้ดูแล ผู้ป่วย จะสามารถดำเนินชีวิตได้เองอย่างไร สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็น สิ่งที่รุ่มเร้าที่ทำให้ผู้ดูแลเกิดความรู้สึกอึดอัดในสิ่งที่ ต้องรับผิดชอบ ผู้ดูแลบางคนได้แต่ให้กำลังใจกับตนเอง และทำใจยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้น ความรุนแรงของโรค จิตเภท ไม่ได้ส่งผลกระทบต่อตัวผู้ป่วยเท่านั้น แต่ยัง ก่อให้เกิดผลกระทบต่อครอบครัวและโดยเฉพาะ อย่างยิ่งผู้ดูแล ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภท มีแนวโน้มที่ จะเกิดความผิดปกติและมีปัญหาทางจิตเวชได้<sup>5</sup>

สุขภาพจิตของผู้ดูแลจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เพราะหากผู้ดูแลมีสุขภาพจิตที่ดี ย่อมส่งผลให้ผู้ป่วย โรคจิตเภทได้รับการดูแลเอาใจใส่ดีไปด้วย บทความนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอประเด็นที่เกี่ยวข้องกับ สุขภาพจิตของผู้ดูแล และบทบาทพยาบาลในการส่งเสริม สุขภาพจิตของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภท เพื่อพัฒนาและ