

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำร้ายตนเองและพยายามฆ่าตัวตาย ในผู้ป่วยโรคซึมเศร้าวัยผู้ใหญ่ตอนต้น : การศึกษาเชิงคุณภาพ

สุพิตรา สุชาวท ปส.ด*, กมลทิพย์ สงวนรัมย์ วท.ม*, สุภาภรณ์ ทองเบ็ญจมาศ วท.ม*, สุปราณี พิมพ์ตรา ปส.ด*, เกษราภรณ์ เคนบุปผา ปส.ด.*

*โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ กรมสุขภาพจิต

1 วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาทำความเข้าใจถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำร้ายตนเองและพยายามฆ่าตัวตาย ตามมุมมอง การรับรู้ของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าวัยผู้ใหญ่

2 ระเบียบวิธีวิจัย

เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ โดยใช้แนวการสัมภาษณ์เชิงลึก กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยอายุ 18 ปีขึ้นไป ที่ได้รับการวินิจฉัยเป็นโรคซึมเศร้าและมีประวัติทำร้ายตนเองร่วมกับพยายามฆ่าตัวตายภายใน 6 เดือนก่อนสัมภาษณ์ และมารับบริการที่โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ จำนวน 15 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis)

3 ผลการศึกษา

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความคิดสุดท้ายก่อนตัดสินใจฆ่าตัวตายตามการรับรู้ของผู้ป่วย

- **ปัจจัยภายนอก** คือคำพูดของคนในครอบครัว
- **ปัจจัยภายใน** คือความคิดอยากหนีปัญหา อยากให้ความรู้สึกเจ็บปวดหายไป ความรู้สึกดังหนวดกัด อยากทำให้เจ็บที่อื่นไม่ให้เจ็บที่หัวใจ อยากหนีชีวิตตัวเองใหม่ อยากตายไปแบบไม่ยากห่วยอะไร ไม่อยากเจอวันพรุ่งนี้ว่าจะทำอะไรและฆ่าตัวตายเพื่อเอาเงินประกันให้ครอบครัว



กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง 14 คน เพศชาย 1 คน อายุเฉลี่ย 26 ปี

- **วิธีการทำร้ายตนเอง** คือการกรีดแขน การใช้เข็มฉีดยาดูดเลือดจากแขน ชกกำแพง
- **วิธีการฆ่าตัวตาย** คือการกินยาเกินขนาด การผูกคอ



ภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่างจากวัยรุ่นสู่วัยผู้ใหญ่



ตัวอย่างคำบอกเล่าของกลุ่มตัวอย่าง

“ตอนนั้นก็คือหนูอยากตายไปเลย แบบไม่อยากห่วงอะไรทั้งสิ้น แบบอยากไปเลยให้มันรู้แล้วรู้รอด ตอนนั้นคือไม่อยากอยู่แล้ว ที่ทำไปไม่ใช่เพราะประชด หรือว่าแบบเป็นการคิดสั้นแบบในระยะเวลานั้น ๆ คือเหมือนแบบมันคิดอยากทำมานานแล้ว พอมีเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นวันนั้น มันยังทำให้หนูตัดสินใจได้ชัดเจนว่าแบบกล้าที่จะลงมือทำนะ ต่ แล้วหนูก็คิดว่าแบบทำวางแผนอะไรแบบว่าอย่างแบบบริหารจัดการร่างกายอะไรแบบนี้ ต่ หนูคิดว่าถึงตัวหนูอยู่เองไม่มีประโยชน์อย่างน้อยร่างกายหนูยังมีประโยชน์อยู่ ทุกวันนี้หนูก็ยังคิดว่าหนูเป็นภาระของคนที่บ้านอยู่ หนูไม่มีอะไรที่หนูคิดว่ามันน่าภูมิใจเลยซักอย่าง เขาบอกหนูว่าหนูไม่ใช่คนเก่ง หนูเป็นคนโง่” (ID05)

“รู้สึกผิดกับตัวเองมาก จนถึงทุกวันนี้ก็ยังไม่ใช่อกัยตัวเอง เรารู้สึกว่าเราวางแผนผิดพลาดไปหมดเลย ล้มเหลว แล้วเราก็แบบไม่ใช่อกัยตัวเองไม่ได้ มีความตั้งใจที่จะแบบทำยังงี้ก็ได้ให้จบชีวิตลง ไม่อยากอยู่ แต่ที่รู้ว่าตัวเองสร้างปัญหาไว้แล้วก็แบบว่าเหมือนไม่รู้ว่าจะทางออกมันอยู่ที่ไหนนะ ความคิดครั้งสุดท้าย ก็คือต้องลงมือให้สำเร็จ” (ID 10)

ตอนนั้นก็เหมือนกดดัน เหมือนกับครอบครัวก็พูดว่าหนูเกิดมาทำไมอะไรประมาณนี้ ต่ เขาพูดเหมือนไม่อยากให้หนูเกิดมา หนูเสียใจมากไม่คิดว่าตัวเองจะพูดคำนี้ออกมา อันนี้คือคำสุดท้ายที่หนูแบบ หนูอยากฆ่าตัวตายตาย เขาไม่ได้อยากให้หนูเกิดมา หนูก็ตายไปเสียก็คงดีอะไรประมาณนี้ ต่ (ID07)

“ไม่มีความคิดอะไร ไม่มีความคิดอะไร มีแต่ความตาย ใช้ หลับตาที่จะมืด ลืมตาที่จะมืด ไม่ได้เกิดอะไร ความคิดคือมีแต่ว่าจะตาย ๆ ตอนนั้นยังไม่ได้ยินเสียง เหมือนกับว่าความรู้สึกเราอย่างนี้ ต่ มันเป็นความรู้สึกข้างในนะ ต่ ที่มันเหมือนแบบว่ากูต้องตาย ๆ มันเป็นประมาณนี้ ต่ คือต่อให้เรามีสติแต่ในขณะนั้น มันก็ยังวนอยู่กับความตายอยู่ ต่ ก็คือต้องตายให้ได้” (ID06)

4 สรุปผล

ปัจจัยเกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตายตามการรับรู้ของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า มีทั้งปัจจัยภายนอกและภายในจิตใจ ข้อเสนอแนะจากการศึกษา ควรมีการช่วยเหลือให้ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสามารถเผชิญกับความทุกข์ใจและแก้ไขปัญหได้อย่างเหมาะสม ร่วมกับการสื่อสารที่มีคุณภาพจากคนในครอบครัวเพื่อป้องกันการฆ่าตัวตาย

คำสำคัญ : ซึมเศร้า การฆ่าตัวตาย การทำร้ายตนเอง



ติดต่อผู้พิมพ์ สุพิตรา สุชาวท ssstboon@gmail.com