

# โรคสมาธิสั้นในเด็กและวัยรุ่น

รองศาสตราจารย์ ดร.ชะอรสิน สุขศรีวงศ์

ภาควิชาเภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ปัจจุบันมีเด็กไทยจำนวนไม่น้อย ที่มีปัญหาทางจิตเวชเด็ก ส่งผลให้พ่อแม่ผู้ปกครองหลาย ๆ คนรู้สึกกังวลและสงสัยเกี่ยวกับความแตกต่างของบุตรหลานของตนเอง ที่ไม่เหมือนกับเด็กอื่น ๆ ทั่วไป ถึงแม้ว่าจะพยายามทุ่มเทดูแลเลี้ยงดู และทำทุกสิ่งทุกอย่างให้ดีที่สุดแล้วก็ตาม ซึ่งปัญหาทางจิตเวชเด็กส่วนใหญ่แบ่งได้เป็น 4 กลุ่ม คือ

1. ปัญหาทางอารมณ์ ได้แก่ ความวิตกกังวล ความกลัว อาการซึมเศร้า อาการย้ำคิดย้ำทำ อาการทางร่างกายที่ทำให้นึกถึงว่าน่าจะมีสาเหตุมาจากจิตใจ
2. ปัญหาพฤติกรรม ซึ่งได้แก่ การดื้อดึง ทำหาย อาละวาด ก้าวร้าว การต่อต้านสังคม เช่น การขโมยของ วางเพลิง ยาเสพติด
3. ปัญหาพัฒนาการช้าในด้านต่าง ๆ ได้แก่ สมาธิ การเคลื่อนไหว การใช้ภาษา การเล่น การควบคุมการขับถ่าย การเรียน เช่น การอ่าน การเขียน การสะกดคำ
4. ปัญหาความสัมพันธ์ ที่อาจ เกิดจากเด็กเอง เช่น เด็กออทิสติก เด็กสมาธิสั้น ชนไม่อยู่นิ่ง หรือเกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างเด็กและผู้ปกครอง เช่น ความผิดปกติของความผูกพัน

อาการของโรคจิตเวชเด็กในแต่ละช่วงวัยจะแสดงออกแตกต่างกัน และไม่เหมือนอาการในวัยผู้ใหญ่ เพราะพัฒนาการของเด็กในแต่ละช่วงอายุไม่เหมือนกัน ซึ่งเด็ก และวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่มีความแตกต่างจากผู้ใหญ่ ทั้งในส่วนของ การเจริญเติบโตของสมอง ร่างกาย และจิตใจ โดยสมองของเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 5 ขวบ จะมีการเจริญเติบโตถึงร้อยละ 80 ของผู้ใหญ่ จากนั้นการเจริญเติบโต ก็จะช้าลง ซึ่งหากในช่วงดังกล่าวมีปัจจัยด้านลบมากระทบต่อการเจริญเติบโต ของสมอง ก็จะมีแนวโน้มทำให้เด็กเกิดปัญหาพัฒนาการช้า ผิดปกติ หรือเป็นโรคทางจิตเวชเด็กตามมาได้ ปัจจุบันปัญหาที่พบบ่อยในวัยเด็กอายุ ตั้งแต่แรกเกิดถึง 6 ขวบ คือ ปัญหาทางด้านอารมณ์ และพฤติกรรม เช่น ดื้อ เอาแต่ใจ ความกลัว ความวิตกกังวล มากกว่าปกติ ปัญหาพัฒนาการล่าช้า หรือผิดปกติ พูดช้า สติปัญญาต่ำกว่าปกติ รวมถึงโรคออทิสซึม ส่วนปัญหาที่พบบ่อยในเด็กวัยรุ่นเรียนอายุตั้งแต่ 12-16 ปี นั้น คือ ปัญหาเรื่องการเรียน สืบเนื่องจากเด็กเป็นโรคสมาธิสั้น หรือเป็นโรคที่มีความบกพร่องของสมองที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ ( Learning disorder) สติปัญญาต่ำกว่าปกติ รวมถึงปัญหาด้านอารมณ์ และพฤติกรรม ที่อาจเป็นผลต่อเนื่องมาจากปัญหา ในวัยเด็กเล็กที่ยังไม่ได้รับการแก้ไขที่เหมาะสม

สำหรับปัญหาที่พบบ่อยในช่วงวัยรุ่น อายุตั้งแต่ 12-18 ปี คือ ปัญหาการเรียนแบบส่อ ปัญหาการคบเพื่อน และปัญหาการปรับตัว ปัญหาทางจิตเวชเด็ก และวัยรุ่นนั้น ถ้าหากมีปัญหามากและซับซ้อนก็ต้องปรึกษากับแพทย์ หรือบุคลากรที่ทำงานทางด้านนี้ ซึ่งหากเด็กได้รับความช่วยเหลือ ที่เหมาะสมจะทำให้เด็กสามารถมีพัฒนาการตามวัยที่ปกติและมีพฤติกรรม อารมณ์ที่เหมาะสมแต่ถ้าเด็กไม่ได้รับการช่วยเหลือ ก็จะทำให้เด็กต้องเสียโอกาส อย่างเช่น ปัญหาเรื่องการเรียน ซึ่งปัจจัยหลักที่ ทำให้เด็กมีปัญหาในเรื่องเรียนจะเกิดจากตัวเด็กเอง

แต่ในปัจจุบันสามารถที่จะคัดกรอง และแยกแยะพัฒนาการของเด็กที่มีความเสี่ยง ที่จะพัฒนาเป็นโรคต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็น เด็กที่มีพัฒนาการล่าช้า หรือ เด็กออทิสติก เด็กที่มีความยากลำบากในการเรียนรู้ (LD) เด็กสมาธิสั้น

โดยพบว่า โรคสมาธิสั้นเป็นโรคทางจิตเวชในกลุ่มเด็กที่พบได้ประมาณร้อยละ 5 ของเด็กอายุ 8-11 ปีและ ร้อยละ 5-10 ของเด็กวัยเรียนโดยพบในเด็กชายมากกว่าเด็กหญิง 4-6 เท่า อาการสำคัญคือขาดสมาธิ อยู่นิ่งและหุนหันพลันแล่น ทำให้มีผลต่อพฤติกรรม อารมณ์ การเรียน และการเข้าสังคมกับผู้อื่น เด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้นไม่สามารถใช้ชีวิตในห้องเรียนได้เหมือนเด็กปกติ มักจะรบกวนชั้นเรียนเนื่องจากการที่ทำอะไรไม่ได้เท่ากับเพื่อน จะรู้สึกเศร้าและหงุดหงิด เมื่อไม่เป็นที่ชื่นชอบของเพื่อนร่วมชั้นจะไม่อยากไปโรงเรียน รู้สึกโดดเดี่ยวไร้ค่า ทำให้มีโอกาสเสี่ยงที่จะเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ ผลกระทบของผู้ป่วยโรคสมาธิสั้นที่ไม่ได้รับการประเมินและการบำบัดรักษานั้น มีความรุนแรงและเป็นปัญหาระยะยาวทั้งต่อตัวเด็ก ครอบครัวและสังคม

## สรุปสถานการณ์ปัญหาในปัจจุบันของประเทศไทย

### ภาคประชาชน

- ยังขาดความรู้ ความเข้าใจและตระหนักถึงปัจจัยเสี่ยงและการดูแลและผลกระทบของโรคสมาธิสั้น
- ขาดแคลนทุนทรัพย์ ขาดแหล่งสนับสนุนทางเศรษฐกิจ สังคม เพื่อการใช้จ่ายในการเดินทาง รักษาโรคสมาธิสั้นทั้งของผู้ป่วยและผู้ปกครอง

### ความขาดแคลนบุคลากร

- จำนวนจิตแพทย์เด็กมีจำนวนน้อย ประมาณ 150 คนต่อประชากรเด็กและวัยรุ่น 19.5 ล้านคน
- สหวิชาชีพซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการจัดบริการมีความขาดแคลนใกล้เคียงกัน

### บริการจิตเวชเด็กและวัยรุ่นกระจุกอยู่ในเขตเมือง

-มีสถานพยาบาลที่มีศักยภาพในการให้บริการทางด้านจิตเวชเด็กและวัยรุ่นน้อย ส่วนใหญ่อยู่ในเขตตัวเมือง หรือเป็นโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยหรือโรงพยาบาลในสังกัดกรมสุขภาพจิต

### ความล่าช้าและความยากในการเข้าถึงบริการ

- การประเมินผู้ป่วยใหม่แต่ละรายใช้เวลาในการประเมินตั้งแต่ 15-30 นาที
- ระยะเวลารอนัดในคลินิกจิตเวชเด็กและวัยรุ่นติด อันดับ 1 ใน 5 ของคลินิกที่มีระยะเวลารอนัดนาน
- การนัดผู้ป่วยรายใหม่ยาก และใช้เวลานานเนื่องจากต้องมีการดูแล การตรวจติดตามผู้ป่วยจิตเวชเด็ก และวัยรุ่นรายเก่าเป็นระยะไปจนผู้ป่วยอายุประมาณ 18 ปี ทำให้มีผู้ป่วยที่อยู่ในระบบจำนวนมากเมื่อเทียบกับจำนวนบุคลากรและสถานบริการ

โรคสมาธิสั้นเป็นโรคที่เกิดจากความผิดปกติในการทำงานของสมองที่ทำให้ผู้ป่วยมีความบกพร่อง ในการควบคุมสมาธิและการแสดงออกทางพฤติกรรม โดยเริ่มแสดงอาการตั้งแต่ในวัยเด็ก และส่วนใหญ่มัก เป็นต่อเนื่องไปจนถึงวัยรุ่นหรือวัยผู้ใหญ่ อาการของโรคสมาธิสั้นจะเปลี่ยนแปลงไปตามวัย โดยอาการ พฤติกรรมอยู่ ไม่นิ่งจะลดลงเมื่อผู้ป่วยโตขึ้น หากไม่ได้รับการรักษาช่วยเหลือที่ดีอาการความผิดปกติที่เป็น จะทำให้เกิดผลกระทบต่อผู้ป่วยทั้งในด้านการเรียน อาชีพ ครอบครัว และสังคม การรักษาผู้ป่วยโรคสมาธิสั้นจึงต้องอาศัยการ

ช่วยเหลือหลายวิธีร่วมกัน ที่สำคัญได้แก่การให้ความรู้เกี่ยวกับโรคแก่ผู้ปกครอง การให้ คำแนะนำในการจัด  
สิ่งแวดล้อมเพื่อช่วยเหลือผู้ป่วย การประสานงานกับทางโรงเรียนเพื่อให้การช่วยเหลือในชั้นเรียน และการใช้ยา  
เพื่อลดอาการด้านพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยสามารถควบคุม ตนเองและปรับตัวได้ดีขึ้นสามารถ  
ดำเนินชีวิตประจำวันได้