

การฆ่าตัวตาย อันวิบัติกรรม (suicide)

โดย รศ.พญ. สุจิตรา จรัสศิลป์

การฆ่าตัวตาย อันวินิบาตกรรม (suicide) แบ่งออกเป็น 2
พวก คือ high risk และ low risk category

อัตราการเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

suicide rates

Factor	High-risk category	Low-risk category
<u>Demographic</u>		
เพศ	ชาย	หญิง
	ผู้หญิงพยายามฆ่าตัวตายมากกว่า แต่ผู้ชายกระทำสำเร็จมากกว่าผู้หญิง	

Factor	High-risk category	Low-risk category
อายุ	ผู้ชาย อายุมากกว่า 45 ปี	
	ผู้หญิง อายุระหว่าง 25-55 ปี	
สถานภาพการสมรส	หม้าย , หย่าร้าง แล้วอยู่คนเดียวจะมี risk เพิ่มขึ้น 4-5 เท่าของคนที่ไม่แต่งงาน หม้ายจะมี risk สูงสุดในช่วง 1 ปีแรกของการเป็นหม้าย	โสด, คู่

Factor	High-risk category	Low-risk category
การทำงาน	ว่างงาน หรือ ปลดเกษียณแล้ว	ยังคงมีงานทำอยู่
ฐานะทางเศรษฐกิจ	ทั้งสูงมากและต่ำมาก และในผู้ที่มีการเปลี่ยนฐานะอย่างรวดเร็วทันที	ปานกลาง
สภาพที่อยู่อาศัย	คนเดียว	อยู่กับครอบครัว

Factor	High-risk category	Low-risk category
<p><u>Mental status exam</u></p>	<p>1. ผู้ป่วยมีอาการซึมเศร้ามาก โดยเฉพาะถ้ามี vegetative sign ของ depression เช่น เบื่ออาหาร, น้ำหนักลด, ความต้องการทางเพศลดลง, นอนหลับยาก, ตื่นขึ้นมาดึก ๆ และตื่นเช้ากว่าปกติ psychomotor retardation, ไม่มี future plan, รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า</p>	

Factor	High-risk category	Low-risk category
<u>Mental status exam</u>	<p>หมดหวัง, ไม่มีใครช่วยได้ และผู้ป่วยที่มี anxiety, anger และ agitation ร่วมด้วย</p> <p>2. ผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของความคิด โดยเฉพาะถ้าร่วมกับ</p> <p>2.1 มีอารมณ์ซึมเศร้า</p> <p>2.2 มีหูแว่วเป็นเสียงให้ฆ่าตัวเอง</p> <p>2.3 มี paranoid delusion</p>	

Factor	High-risk category	Low-risk category
<u>Clinical History</u>		
ประวัติครอบครัว	มีประวัติญาติในครอบครัวฆ่าตัวตาย โดยเฉพาะญาติที่เป็นโรคจิตทางอารมณ์	ไม่มี
การพูดว่าจะฆ่าตัวตาย	3 ใน 4 ของผู้ป่วยที่ฆ่าตัวตายสำเร็จจะมี	ไม่มี
หรือเคยพยายามลงมือทำมาก่อน	ประวัติเคยพยายามฆ่าตัวตายอย่างน้อย 1 ครั้ง มาก่อน	ไม่มี

Factor	High-risk category	Low-risk category
<u>วิธีที่ผู้ป่วยใช้</u>	แขวนคอ, ใช้ปืนยิงตนเอง, กระโดดจากที่สูง, กระโดดน้ำตาย, รับประทานยาอันตราย และปริมาณมาก	รับประทานยาเล็ก ๆ น้อยๆ ใช้มีดกรีดตนเอง
lethality of attempt	การพยายามซึ่งจะมีผลทำให้ผู้ป่วยตาย ถ้าไม่มีใครไปพบและพาไปรับการรักษา	ผู้ป่วยร้องขอความช่วยเหลือ
จดหมายลาตาย	มี	ไม่มี
พินัยกรรม	มี	ไม่มี

Factor	High-risk category	Low-risk category
recent loss	-มีการตายหรือแยกกันอยู่ของ คนรัก	ไม่มี
	-การสูญเสียสถานภาพ ทางการงาน, อวัยวะ,	
โรคทางร่างกาย	พิการ acute or chronic condition ในช่วงระยะเวลา 6 เดือนก่อนที่จะมีการฆ่าตัวตาย มีการเจ็บป่วยเรื้อรัง โดยเฉพาะมีอาการเจ็บปวด มาก	ไม่มี

Factor	High-risk category	Low-risk category
โรคทางจิตเวช	มีประวัติเป็นโรคทางจิตเวช เช่น มีความผิดปกติของ ความคิด, อารมณ์, พฤติกรรม หรือเป็นโรคประสาท	ไม่มี

การรักษา

การให้การดูแลรักษาผู้ป่วยที่พยายามฆ่าตัวตาย มีหลักดังนี้ คือ

1. รักษาอาการทางร่างกายในอยู่ในสภาพที่ดีก่อนเสมอ

1.1 ผู้ป่วยที่รับประทานยาเกินขนาดควรทำ gastric lavage ช่วยเร่งการขับยาทางปัสสาวะโดยให้ IV fluid , diuresis

1.2 ผู้ป่วยที่ทำร้ายตนเองได้รับบาดแผล ต้องรีบรักษาบาดแผลให้เรียบร้อยก่อน

2. ประเมินความเสี่ยงของการฆ่าตัวตาย เพื่อดูว่าผู้ป่วยอยู่ใน high risk group หรือไม่

3. ให้ความสนใจแก่ผู้ป่วย รับฟังเรื่อง que ผู้ป่วยพูดแสดงความรู้สึกเศร้าโศก เสียใจ ว่าเหว่ถูกทอดทิ้ง ต้องการความช่วยเหลือ ผู้รักษาต้องคิดอยู่เสมอว่า การที่ผู้ป่วยพูดถึงความรู้สึกอยากตาย หรือจะฆ่าตัวตายเป็นสิ่งที่ผู้ป่วยจะทำจริง ไม่ใช่เรื่องพูดเล่น
4. พยายามนำครอบครัว ญาติ พี่น้อง และเพื่อนฝูง มาร่วมในการช่วยเหลือผู้ป่วยเพื่อให้ผู้ป่วยมีความอบอุ่นใจ และได้เข้าใจถึงความรู้สึกห่วงใยของครอบครัว
5. ให้ยาที่เหมาะสมตามการวินิจฉัยโรค เช่น ยารักษาโรคจิต หรือ Antidepressant drugs หรือ Anxiolytic drugs และอธิบายให้ผู้ป่วยเข้าใจถึงสาเหตุของความคิ่ดอยากตาย เช่น ผู้ป่วยโรคซึมเศร้า (Depressive Illness) การคิดฆ่าตัวตายเป็นผลจากความรุนแรงของโรค ซึ่งสามารถรักษาให้หายได้

6. ผู้ป่วยที่มีอาการ severe depression ควรพิจารณาทำ ECT (Electroconvulsive therapy)
7. ควรรับผู้ป่วยไว้รักษาในโรงพยาบาล (admit) ภายใต้การดูแลอย่างใกล้ชิด เมื่อผู้ป่วยอยู่ใน condition ต่อไปนี้
 - 7.1 มีอาการทางจิต (psychosis) เช่น มีหูแว่ว ประสาทหลอน ได้ยินเสียงคนมาสั่งให้ทำร้ายตนเอง
 - 7.2 ผู้ป่วยซึ่งมี physical condition อยู่ในสภาพไม่ปกติ เช่น ยังต้อง record vital sign หรือ observe neuro sign เป็นต้น
 - 7.3 ผู้ป่วย high risk และต้องกลับไปอยู่ไม่มีญาติหรือเพื่อนบ้าน ใกล้เคียงช่วยเหลือ

7.4 ผู้ป่วยยังคงมี suicidal idea และอารมณ์ของผู้ป่วยยังคงไม่เปลี่ยนแปลง ทั้งที่ได้รับ intervention จากผู้รักษา, ครอบครัว, ญาติ และเพื่อน ๆ

8. ระวังการฆ่าตัวตายซ้ำอีก โดยให้ญาติเก็บของมีคม หรือระวังสิ่งอื่น ๆ ที่ผู้ป่วยอาจนำมาใช้ฆ่าตัวตายได้ ถ้าให้ผู้ป่วยกลับบ้านไม่ควรให้ยาในปริมาณมาก และควรให้ญาติเป็นผู้ดูแลการรับประทานยาของผู้ป่วย
9. ศึกษาปัจจัยทางสภาพแวดล้อมที่ทำให้เกิดปัญหา และหาทางแก้ไข
10. กระตุ้นให้ผู้ป่วยเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ เพื่อสร้างความภาคภูมิใจและรู้สึกรู้สึกว่าตนเอง มีค่า

The End