



โรงพยาบาลเกษตรสมบูรณ

มหกรรมคุณภาพ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ผลงานวิชาการ

สำหรับเครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

๑.ชื่อหน่วยงาน : กลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติด โรงพยาบาลเกษตรสมบูรณ์

๒.ชื่อผู้เสนอผลงาน : นางบัวทอง สถาน พยาบาลวิชาชีพ

นางสาวรัตติยา จันทา นักจิตวิทยา

นางสาวนิภาวรรณ แก้วเกตุศรี นักวิชาการสาธารณสุข

๓.ชื่อผู้ร่วมผลงาน -

๔.ต้องการเสนอผลงานเรื่อง : ผลการคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นในสถานศึกษา อำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ

๕.เบอร์โทรศัพท์ติดต่อ : ๐๘๕-๕๔๑๙๒๖๖

๖.ระบุประเภทผลงาน

๖.๑ ผลงานวิจัย

๖.๒ R๒R

๖.๓ การพัฒนาระบบงาน (CQI)/ผลงานเด่น (Best practice)

๖.๔ ผลงานสิ่งประดิษฐ์ (Innovations)

๖.๕ เรื่องเล่าเจ้าพลัง (Story Telling)

๗.รูปแบบผลงานที่นำเสนอ

๗.๑ บรรยาย

๗.๒ โปสเตอร์

๗.๓ อื่นๆระบุ.....

1. ชื่อเรื่อง ผลการคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นในสถานศึกษา อำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ

2. ชื่อหน่วยงาน กลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติด โรงพยาบาลเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ

3. รายชื่อผู้ศึกษา

1) นางบัวทอง สถาน พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โทรศัพท์ 085-541-9266

2) นางสาวรัตติยา จันทา นักจิตวิทยา โทรศัพท์ 094-503-2030

3) นางสาวนิภาวรรณ แก้วเกตุศรี นักวิชาการสาธารณสุข โทรศัพท์ 081-039-8821

4. บทนำ

โรคซึมเศร้า เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ แต่นักเรียน นักศึกษาส่วนใหญ่ยังไม่ได้รับการวินิจฉัยและรักษา โดยเฉพาะกลุ่มนักเรียนซึ่งพบโรคซึมเศร้าได้บ่อย กรมสุขภาพจิต เผยคนไทยเครียดมีปัญหาสุขภาพจิตเพิ่มขึ้น โรคซึมเศร้าเพิ่ม 1-2 % สถิติปี 2564 คนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปป่วยเป็นโรคซึมเศร้าถึง 1.5 ล้านคน สอดคล้องผลการศึกษาของ WHO ปี 2572 โรคซึมเศร้าเป็นปัญหาอันดับ 2 ทะยานภาวะโรคระดับโลก วัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างในสถาบันการศึกษาประมาณ 2 ใน 3 มีแนวโน้มจะมีปัญหาทางอารมณ์ไปจนถึง มีภาวะซึมเศร้า จึงควรได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน ทั้งการให้ความสำคัญ กับระบบคัดกรองสุขภาพจิตทั้งในสถาบันการศึกษา การพัฒนาระบบส่งต่อไปยังสถานบริการสาธารณสุขในพื้นที่ ใกล้เคียง รวมถึงต้องช่วยกันสร้างระบบป้องกันปัญหาสุขภาพจิต และจัดบริการด้านสุขภาพจิตในหมู่วัยรุ่นใน เขตบริการสุขภาพทั่วประเทศ (THAIHEALTH WATCH, 2021) กรมสุขภาพจิต (2564) ประเมินสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นไทยอายุต่ำกว่า 20 ปี กว่า 1.8 แสนราย ผ่านแอปพลิเคชัน Mental Health Check-in ตั้งแต่ 1 มกราคม 2563 - 30 กันยายน 2564 พบว่าวัยรุ่นมีความเครียดสูง 28% เสี่ยงซึมเศร้า 32% เสี่ยงฆ่าตัวตาย 22% ซึ่วัยรุ่นเครียดสูง เข้าสังคมลดลง ติดจอและเกมออนไลน์มากขึ้น ยังพบบางรายทะเลาะกับคนในครอบครัวนำไปสู่การฆ่าตัวตาย

สถานการณ์ในจังหวัดชัยภูมิ เด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี เสียชีวิตจากการทำร้ายตนเองสำเร็จในปี 2564 - 2566 รวมจำนวน 9 ราย ปี 2564 จำนวน 2 ราย ปี 2565 จำนวน 3 ราย ปี 2566 จำนวน 4 ราย ตามลำดับ ซึ่งเพิ่มขึ้นทุกปี ปัจจุบันปัญหาเด็กวัยรุ่น วัยรุ่นมีปัญหาทางด้านสุขภาพจิตสูง และในแต่ละวันจะมีข่าวสารเกี่ยวกับนักเรียน นักศึกษา ทำร้ายตัวเอง ซึ่งจังหวัดชัยภูมิก็พบข่าวสารนักเรียน นักศึกษาทำร้ายตัวเองในหลายอำเภอเช่นกัน และปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้เกิดขึ้นบ่อยครั้ง

คัดกรองปัญหาสุขภาพจิตเด็กวัยรุ่น วัยรุ่นในโรงเรียน และสถานศึกษาในอำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ ในปี 2565 มีนักเรียนเข้ารับการคัดกรองทั้งหมด จำนวน 336 คน พบว่ามีภาวะเสี่ยงด้านสุขภาพจิตรวมทั้งสิ้น จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 41.07 ซึ่งจะเห็นได้ว่าเป็นจำนวนที่ค่อนข้างสูง จากการ

สำรวจปัญหาและสาเหตุพบว่า วัยรุ่นมีความเครียดสูง จากมีปัญหาทางครอบครัว ปัญหาการเรียน ปัญญา กับเพื่อน ปัญหาการติดเกมส์ ติดจอ นำไปสู่พฤติกรรมเก็บตัว แยกตัว เศร้า และมีความคิดฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้น

กลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติด โรงพยาบาลเกษตรสมบูรณ์ จึงได้จัดกิจกรรมคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต เด็กวัยเรียน วัยรุ่นในโรงเรียน และสถานศึกษาในอำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ ซึ่งมีสถานศึกษาที่ได้รับการคัดกรองทั้งหมด 7 แห่งดังนี้ 1.โรงเรียนเกษตรสมบูรณ์วิทยาคม มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 956 คน 2.โรงเรียนบ้านหันวิทยา มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 277 คน 3.โรงเรียนบ้านเดื่อวิทยา มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 121 คน 4.โรงเรียนโนนกอภิวิทยา มีจำนวนนักเรียนที่เข้าทั้งหมด 490 คน 5.โรงเรียนบ้านเป่าวิทยา มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 857 คน 6.วิทยาลัยเทคโนโลยีอีสานบริหารธุรกิจ มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 24 คน 7.วิทยาลัยเทคโนโลยีไฮเทค ชัยภูมิ มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 53 คน รวมทั้งสิ้น 2,778 คน กลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติด โรงพยาบาลเกษตรสมบูรณ์ จึงได้ศึกษาวิจัยเชิงสำรวจเรื่อง การคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตเด็กวัยเรียน วัยรุ่นในโรงเรียน สถานศึกษาในอำเภอเกษตรสมบูรณ์ขึ้น

5.วัตถุประสงค์

1. เพื่อประเมินภาวะซึมเศร้าและภาวะเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นในสถานศึกษา อำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ
2. เพื่อทราบปัญหาสุขภาพจิตและความรุนแรงของวัยรุ่นในสถานศึกษา อำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ
3. เพื่อป้องกันการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นในสถานศึกษา อำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ

6. กลุ่มเป้าหมาย คือนักเรียนระดับมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาในอำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ 7 แห่งดังนี้

- 1.โรงเรียนเกษตรสมบูรณ์วิทยาคม มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมดจำนวน 956 คน
- 2.โรงเรียนบ้านหันวิทยา มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 277 คน
- 3.โรงเรียนบ้านเดื่อวิทยา มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 121 คน
- 4.โรงเรียนโนนกอภิวิทยา มีจำนวนนักเรียนที่เข้าทั้งหมด 490 คน
5. โรงเรียนบ้านเป่าวิทยา มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 857 คน
- 6.วิทยาลัยเทคโนโลยีอีสานบริหารธุรกิจ มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 24 คน
- 7.วิทยาลัยเทคโนโลยีไฮเทค ชัยภูมิ มีจำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมทั้งหมด 53 คน

รวมทั้งสิ้น 2,778 คน

7. วิธีการศึกษา

รูปแบบการศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยใช้วิธีการสำรวจ (Survey Research) กลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง โดยผสมผสานเทคนิคการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยใช้สถิติ ร้อยละ เพื่อศึกษา สัดส่วนร้อยละของนักเรียน นักศึกษาที่มีปัญหาสุขภาพจิต ในโรงเรียนในสังกัด สพม. ชัยภูมิ สังกัด อบจ.ชัยภูมิ และสถานศึกษาอาชีวศึกษาในอำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ จำนวน 2,778 คน โดยใช้แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (PHQ-A) มีความน่าเชื่อถือและความแม่นยำในระดับที่น่าพอใจ โดยมีความเที่ยงตรงภายใน ในระดับดีมาก (Alpha coefficient = 0.92) ค่าเฉลี่ยของคะแนนรวม PHQ-A สูงขึ้นตามความรุนแรงของภาวะซึมเศร้าจากการวินิจฉัยของแพทย์ การวิเคราะห์ ROC เทียบระหว่างคะแนนรวม PHQ-A กับการวินิจฉัยของจิตแพทย์ แสดงค่าพื้นที่ใต้โค้ง เท่ากับ 0.88 พบจุดตัดของคะแนนที่ดีที่สุด คือ 8 (ค่าความไว ร้อยละ 76 และค่าความจำเพาะ ร้อยละ 81 (วิมลวรรณ ปัญญาว่อง และคณะ, รายงานการวิจัย เรื่อง การพัฒนาแบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น, 2561) โดยแบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นฉบับภาษาไทย (Thai version of the Patient Health Questionnaire for Adolescent: PHQ-A) พัฒนาขึ้นจาก PHQ-A ต้นฉบับภาษาอังกฤษ เป็นแบบประเมินที่ได้รับการยอมรับทางวิชาการและใช้อย่างแพร่หลายในการประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น 1 โดย PHQ-A ฉบับภาษาไทย ใช้ได้ในวัยรุ่นอายุ 11-20 ปี เป็นแบบประเมินตอบด้วยตัวเอง (self-report) ประกอบด้วยข้อคำถาม 9 ข้อ ถ้ามถึงอาการในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา คำตอบแบ่งระดับความรุนแรงเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ไม่มีเลย (not at all) คะแนนเท่ากับ 0 มีบางวัน (several days) คะแนนเท่ากับ 1 มีมากกว่า 7 วัน (more than half of the days) คะแนนเท่ากับ 2 และมีแทบทุกวัน (nearly every day) คะแนนเท่ากับ 3 เพื่อป้องกันผลบวกสูง (false positive) และเป็นค่ากลางที่นิยมใช้ในการวิจัยเพื่อคัดกรองภาวะซึมเศร้า 8,9,11 นอกจากนี้ยังได้เพิ่มข้อคำถามเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายอีก 2 ข้อ ได้แก่ ความคิดอยากฆ่าตัวตายในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา และเคยพยายามลงมือฆ่าตัวตายในตลอดช่วงชีวิต เพื่อประเมินความเสี่ยงฆ่าตัวตายให้ครอบคลุม โดยการศึกษาที่ใช้เกณฑ์ความเสี่ยงฆ่าตัวตาย ได้แก่ ตอบ PHQ-A ข้อที่ 9 คิดอยากตาย ได้ 1 คะแนน (มีบางวัน) ขึ้นไป หรือตอบว่า “ใช่” ในข้อคำถามด้านการฆ่าตัวตาย 2 ข้อ เพื่อนำมาเป็นข้อมูลสำคัญในการวางแผนให้การดูแลช่วยเหลือ ตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนในลำดับต่อไป และประเมินผลอย่างมีส่วนร่วมของผู้มารับบริการในทุกขั้นตอนตลอดกระบวนการ ในผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องและผู้วิจัย (ความชุกของภาวะซึมเศร้าและความเสี่ยงฆ่าตัวตายในวัยรุ่นไทย: การสำรวจโรงเรียนใน 13 เขตสุขภาพ, (วิมลวรรณ ปัญญาว่อง และคณะ, 2563)

8. การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เตรียมแบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (PHQ-A) ในรูปแบบคิวอาร์โค้ด และกระดาษ
2. ประสานผู้บริหารโรงเรียนเพื่อวางแผนเตรียมความพร้อมก่อนประเมินนักเรียนตามกลุ่มเป้าหมาย

3. ทำการสำรวจปัญหาสุขภาพจิตโดยใช้แบบประเมิน PHQ-A ในรูปแบบคิวอาร์โค้ด และกระดาษ โดยการอธิบายการใช้แบบประเมินแก่กลุ่มเป้าหมาย ให้ตอบแบบประเมินด้วยตนเองผ่านโทรศัพท์มือถือ และแบบกระดาษสำหรับนักเรียนที่ไม่มีโทรศัพท์มือถือ

4. รวบรวมข้อมูลที่ได้เพื่อบันทึกในโปรแกรม Microsoft Excel

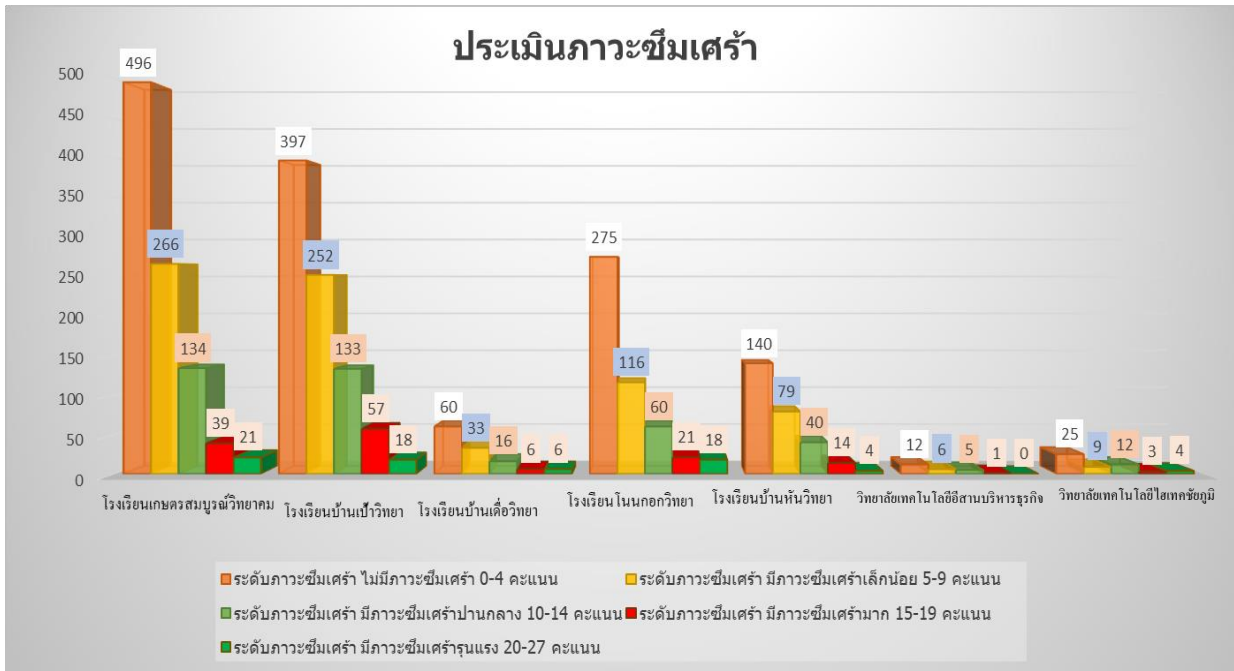
5. แปลผลแบบประเมินเพื่อแบ่งคะแนนตามระดับความเสี่ยง

6. สรุปผลคะแนนและประสานโรงเรียนเพื่อวางแผนนำนักเรียนที่มีความเสี่ยงเข้ารับการดูแลรักษา

7. ติดตามประเมินผลการดำเนินงาน (ติดตามอุบัติการณ์ความเสี่ยงนักเรียนทำร้ายตนเอง)

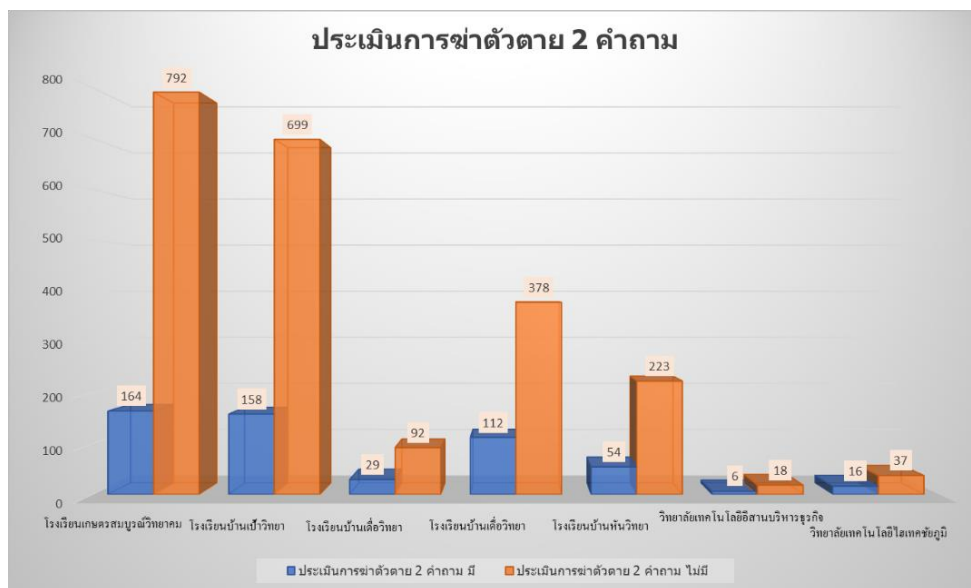
9. ผลการศึกษา

จากการศึกษาครั้งนี้มีสถานศึกษาที่ได้รับการคัดกรองทั้งหมด 7 แห่งดังนี้ 1. โรงเรียนเกษตรสมบูรณ์วิทยาคม จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วม 956 คน 2. โรงเรียนบ้านหันวิทยา จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วม 277 คน 3. โรงเรียนบ้านเตื่อวิทยา จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วม 121 คน 4. โรงเรียนโนนกกอกวิทยา จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วม 490 คน 5. โรงเรียนบ้านเป่าวิทยา จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วม 857 คน 6. วิทยาลัยเทคโนโลยีอีสานบริหารธุรกิจ จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วม 24 คน และ 7. วิทยาลัยเทคโนโลยีไฮเทค ชัยภูมิ จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วม 53 คน รวมทั้งสิ้น 2,778 คน พบว่าวัยรุ่นในสถานศึกษา อำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ มีภาวะเสี่ยงด้านสุขภาพจิตรวมทั้งสิ้นจำนวน 612 คน คิดเป็นร้อยละ 22.03 และมีระดับซึมเศร้ารุนแรง (PHQ-A 20 – 27 คะแนน) จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 2.56 โดยเรียงลำดับ พบว่าลำดับที่หนึ่งคือ วิทยาลัยเทคโนโลยีไฮเทค ชัยภูมิ ร้อยละ 7.55 ลำดับที่สองคือ โรงเรียนบ้านเตื่อวิทยา ร้อยละ 4.96 ลำดับที่สามคือ โรงเรียนโนนกกอกวิทยา ร้อยละ 3.67 ลำดับที่สี่คือ โรงเรียนเกษตรสมบูรณ์วิทยาคม ร้อยละ 2.20 ลำดับที่ห้าคือโรงเรียนบ้านเป่าวิทยา ร้อยละ 2.10 ลำดับที่หกคือโรงเรียนบ้านหันวิทยา ร้อยละ 1.44 และลำดับที่เจ็ดคือวิทยาลัยเทคโนโลยีอีสานบริหารธุรกิจ ร้อยละ 0.00 ตามลำดับ มีภาวะซึมเศร้ามาก (PHQ-A 15 - 19 คะแนน) จำนวน 141 คน คิดเป็นร้อยละ 5.08 โดยเรียงลำดับ พบว่าลำดับที่หนึ่งคือ โรงเรียนบ้านเป่าวิทยา ร้อยละ 6.65 ลำดับที่สองคือ วิทยาลัยเทคโนโลยีไฮเทคชัยภูมิ ร้อยละ 5.66 ลำดับที่สามคือ โรงเรียนบ้านหันวิทยา ร้อยละ 5.05 โรงเรียนบ้านเตื่อวิทยา ร้อยละ 4.96 โรงเรียนโนนกกอกวิทยา ร้อยละ 4.29 วิทยาลัยเทคโนโลยีอีสานบริหารธุรกิจ ร้อยละ 4.17 และโรงเรียนเกษตรสมบูรณ์วิทยาคม ร้อยละ 4.08 มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง (PHQ-A 10 - 14 คะแนน) จำนวน 400 คนคิดเป็นร้อยละ 14.40 โดยเรียงลำดับ พบว่าลำดับที่หนึ่งคือ วิทยาลัยเทคโนโลยีไฮเทคชัยภูมิ ร้อยละ 22.64 ลำดับที่สองคือ วิทยาลัยเทคโนโลยีอีสานบริหารธุรกิจ ร้อยละ 20.83 ลำดับที่สามคือ โรงเรียนบ้านเป่าวิทยา ร้อยละ 15.52 โรงเรียนบ้านหันวิทยา ร้อยละ 14.44 โรงเรียนเกษตรสมบูรณ์วิทยาคม ร้อยละ 14.02 โรงเรียนบ้านเตื่อวิทยา ร้อยละ 13.22 และโรงเรียนโนนกกอกวิทยา ร้อยละ 12.24 ตามลำดับ ดังรูปภาพที่ 1



รูปภาพที่ 1 กราฟแสดงผลการประเมินภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่นในสถานศึกษา อำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิแบ่งตามระดับความรุนแรง

จากการศึกษา พบว่าวัยรุ่นในสถานศึกษา อำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ ที่มีความเสี่ยงฆ่าตัวตาย ร้อยละ 19.40 โดยเรียงลำดับ พบว่าลำดับที่หนึ่งคือ วิทยาลัยเทคโนโลยีไฮเทคชัยภูมิ ร้อยละ 30.19 ลำดับที่สองคือ วิทยาลัยเทคโนโลยีอีสานบริหารธุรกิจ ร้อยละ 25.00 ลำดับที่สามคือ โรงเรียนบ้านเดื่อวิทยา ร้อยละ 23.97 ลำดับที่สี่โรงเรียนโนนกอวิทยา ร้อยละ 22.86 ลำดับที่ห้าโรงเรียนบ้านหันวิทยา ร้อยละ 19.49 ลำดับที่หกโรงเรียนบ้านเป่าวิทยา ร้อยละ 18.44 และลำดับที่เจ็ดโรงเรียนเกษตรสมบูรณ์วิทยาคม ร้อยละ 17.15 ตามลำดับ ดังรูปภาพที่ 2



รูปภาพที่ 2 กราฟแสดงผลการประเมินความเสี่ยงฆ่าตัวตาย ของวัยรุ่นในสถานศึกษา อำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ

10. สรุปและข้อเสนอแนะ

จากการดำเนินการสำรวจข้อมูลสุขภาพจิตนักเรียน ทำให้ทราบสถานการณ์ความรุนแรงของปัญหาสุขภาพจิตนักเรียนกลุ่มวัยรุ่นในสถานศึกษา ของอำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ และสามารถนำข้อมูลที่ได้มาวางแผนให้การดูแลช่วยเหลือนักเรียนในลำดับต่อไป คาดว่าจะมีการพัฒนารูปแบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนกลุ่มวัยรุ่น ในสถานศึกษาของอำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ และมีแนวทางป้องกันการฆ่าตัวตาย และส่งผลให้อัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จลดลง

11. เอกสารอ้างอิง

วิมลวรรณ ปัญญาว่อง โชชิตา ภาวสุทธิไพศิฐและรัตนศักดิ์ สันติธาดากุล. (2561). รายงานการวิจัย เรื่อง การพัฒนาแบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น. สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนสร้างเสริมสุขภาพ. (2564). ปัญหา ‘สุขภาพจิต’ ของวัยรุ่นไทย เมื่อความสัมพันธ์ เป็นสาเหตุ.

กรมสุขภาพจิต. (2564). สุขภาพจิตเด็กและเยาวชนในประเทศไทย จากผลกระทบของวิกฤตโควิด - 19 เนื่องในวันสุขภาพจิตโลก.

วิมลวรรณ ปัญญาว่อง, วท.ม., รัตนศักดิ์ สันติธาดากุล, วท.ด., และโชชิตา ภาวสุทธิไพศิฐ, พ.บ., วท. ม.

(2563). ความชุกของภาวะซึมเศร้าและความเสี่ยงฆ่าตัวตายในวัยรุ่นไทย: การสำรวจโรงเรียนใน 13 เขตสุขภาพ. สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์

ภาคผนวก

แบบประเมิน PHQ-A

แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น
(Thai version of The Patient Health Questionnaire for Adolescents: PHQ-A)

อายุ _____ ปี เพศ: ชาย หญิง วันที่ _____

คำชี้แจง: ในช่วง **2 สัปดาห์**ที่ผ่านมา คุณมีอาการต่อไปนี้บ่อยแค่ไหน? โปรดกาเครื่องหมาย "✓" ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของคุณมากที่สุด

	(0) ไม่มีเลย	(1) มีบางวัน	(2) มีมากกว่า 7 วัน	(3) มีแทบ ทุกวัน
1. รู้สึกซึมเศร้า หงุดหงิด หรือสิ้นหวัง				
2. เบื่อ ไม่ค่อยสนใจหรือไม่เพลิดเพลิน เวลาทำสิ่งต่างๆ				
3. มอนหลับยาก รู้สึกง่วงทั้งวัน หรือนอนมากเกินไป				
4. ไม่อยากอาหาร น้ำหนักลด หรือน้ำหนักกว่าปกติ				
5. รู้สึกเหนื่อยล้า หรือไม่ค่อยมีพลัง				
6. รู้สึกแย่กับตัวเอง หรือรู้สึกว่าตัวเองล้มเหลว หรือทำไม่ ดีเองหรือรอบคอบว่ามีดีจริง				
7. จัดจายกับสิ่งต่างๆ ได้ยาก เช่น ทำการบ้าน อ่านหนังสือ หรือดูโทรทัศน์				
8. ขูดหรือทำอะไรรำคาญมากจนคนอื่นสังเกตเห็นได้ หรือในทางตรงกันข้ามคือ กระตือรือร้นหรือ กระวนกระวาย จนต้องเตือนตัวเองให้มากกว่าปกติ				
9. คิดว่าถ้าตายไปเสียจะดีกว่า หรือคิดจะฆ่าตัวตาย ด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง				
รวมคะแนน				

ใน **1 เดือน**ที่ผ่านมา มีช่วงไหนที่คุณมีความคิดอยากตาย หรือไม่อยากมีชีวิตอยู่บ้างจริงหรือไม่
 ใช่ ไม่ใช่

ตลอดชีวิตที่ผ่านมา คุณเคยพยายามที่จะทำให้อัตนตาย หรือลงมือฆ่าตัวตายหรือไม่
 ใช่ ไม่ใช่

แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น
(Thai version of The Patient Health Questionnaire for Adolescents: PHQ-A)

ผู้พัฒนา นางสาววิมลวรรณ ปัญญาอรัง, พญ. โชติฉา ภาณุสุทธิโพธิธู
และนายรัตนศักดิ์ สันติชาติกุล

หน่วยงาน สถาบันสุขภาพเด็กและวัยรุ่นวราชนครินทร์

ปีที่พัฒนา พ.ศ. 2561

กลุ่มเป้าหมาย วัยรุ่น อายุ 11-20 ปี

วิธีการใช้
แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น พัฒนามาจาก The Patient Health Questionnaire for Adolescents (PHQ-A) เป็นแบบประเมินแบบ self-report ประกอบด้วยข้อคำถาม 9 ข้อ เพื่อบอกความรุนแรงของอาการของภาวะซึมเศร้าในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา แบ่งเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ไม่มีเลย มีบางวัน มีมากกว่า 7 วัน และมีแทบทุกวัน คะแนนรวม ตั้งแต่ 0 - 27 คะแนน

นอกจากนี้ ผู้พัฒนาเครื่องมือ ได้เพิ่มข้อคำถามอีก 2 คำถาม กรณีวัยรุ่นที่มีความเสี่ยงฆ่าตัวตาย และทำร้ายตัวเอง โดยไม่ต้องคิดคะแนน

การให้คะแนน
การให้คะแนน ตามระดับความถี่ของอาการที่เกิดขึ้น ประกอบด้วย ไม่มีเลย 0 คะแนน, มีบางวัน 1 คะแนน, มีมากกว่า 7 วัน 2 คะแนน, มีแทบทุกวัน 3 คะแนน

การแปลผล

คะแนนรวม	ระดับภาวะซึมเศร้า	คำแนะนำ
0 - 4	ไม่มีภาวะซึมเศร้า	ขณะนี้ยังไม่พบภาวะซึมเศร้าที่ชัดเจน
5 - 9	มีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย	ควรหากิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายอารมณ์ หรือปรึกษาบุคคลใกล้ชิดที่ไว้ใจ
10 - 14	มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง	ควรปรึกษาแพทย์ เพื่อวินิจฉัยและบำบัดรักษา
15 - 19	มีภาวะซึมเศร้ามาก	
20 - 27	มีภาวะซึมเศร้ารุนแรง	

หมายเหตุ: หากพบความเสี่ยงต่อการคิดฆ่าตัวตาย จากข้อ 9 หรือ 2 ข้อคำถามเพิ่ม วัยรุ่นควรได้รับการประเมินความเสี่ยงการฆ่าตัวตายและแนวทางการฆ่าตัวตาย แม้คะแนนรวมจะไม่ถึงเกณฑ์ก็ตาม

การใช้แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นเพื่อประกอบการวินิจฉัยโรคซึมเศร้า
แบบประเมิน PHQ-A อาจนำมาใช้ประกอบการวินิจฉัยโรคซึมเศร้าได้ โดยอ้างอิงตามเกณฑ์การวินิจฉัยโรคซึมเศร้า คือ ดำมีการให้ 2 คะแนน (มีมากกว่า 7 วัน) 5 ใน 9 ข้อขึ้นไป และหากข้อ 9 (ความคิดอยากตาย) มีคะแนน 1 คะแนนขึ้นไป ให้นับรวมด้วย โดยหนึ่งในนั้นจะต้องมี ข้อ 1 (อารมณ์เศร้า) หรือ ข้อ 2 (หมดความสนใจ) รวมอยู่ด้วย



ภาคผนวก

รูปภาพกิจกรรมคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต

