

๑. ชื่อผลงาน การเสริมสร้างแรงจูงใจผู้ป่วยบำบัดยาเสพติดที่มีภาวะติดสุราและบุหรี่

๒. ชื่อผู้จัดทำ ๑. นางกฤติยา บัวทอง
๒. นางสาวมนสิชา ชุมแก้ว
๓. นางถนอมใจ ดิษฐรักษ์

๓. ที่มาของโอกาสพัฒนา

Motivation หรือแรงจูงใจเป็นกุญแจสำคัญของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์ ในทางการแพทย์ การบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติด ให้ความสำคัญในเรื่องแรงจูงใจที่กระตุ้นให้ผู้รับบริการตัดสินใจ เข้ารับการบริการบำบัดรักษา(Access)ให้ความร่วมมือในการรับการรักษา(Engagement)เข้ารับการรักษาจนครบกำหนด(Retention)ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเสพติด(Behavioral Change)

การสัมภาษณ์และการบำบัดเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ(Motivation Interview and Motivational Enhancement Therapy หรือ MI และ MET) เป็นรูปแบบการบำบัดซึ่งพัฒนาโดย Miller และคณะ(๑๙๙๑) โดยนำองค์ความรู้เรื่องของขั้นของแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม(Stage of Change) ของ James Prochaska และ Carlo Diclemente(๑๙๘๒) มาใช้ เพื่อผู้บำบัดได้มีท่าทีเหมาะสมตามขั้นต่างๆของแรงจูงใจโดยมีเป้าหมายเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจให้ผู้รับบริการที่ติดยาและสารเสพติดปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองได้ ขั้นของแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม แบ่งออกได้ ๖ ขั้นตอนได้แก่

- ๑.ขั้นเฝ้าเฉยปัญหา(Pre-contemplation)
- ๒.ขั้นลังเลใจ(contemplation)
- ๓.ขั้นตัดสินใจหรือเตรียมการ(Determination or preparation)
- ๔.ขั้นลงมือแก้ไข(Action)
- ๕.ขั้นกระทำต่อเนื่อง(Maintenance)
- ๖.ขั้นกลับไปติดซ้ำ(Relapse)

ซึ่งในแต่ละขั้นตอนจะหมุนเป็นวงจรได้หลายรอบว่าจะเข้าสู่ภาวะสมดุล คือการหยุดยาและสารเสพติดได้อย่างเด็ดขาด นอกจากในการเปลี่ยนแปลงตามวงจรนี้ การกลับมาที่มีพฤติกรรมเก่าหรือการกลับเสพยาเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นได้ การจำแนกขั้นตอนต่างๆของแรงจูงใจในการบำบัด จะช่วยให้ผู้บำบัดสามารถเลือกวิธีและทักษะที่เหมาะสมกับผู้รับการบำบัดตามขั้นตอนของผู้รับการบำบัดในแต่ละราย เพราะบางครั้งการที่ดูเหมือนผู้รับการบำบัดไม่มีความตั้งใจในการเปลี่ยนแปลง ซึ่งอาจเกิดจากการที่ผู้บำบัดเลือกวิธีที่ไม่เหมาะสมกับขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงของผู้รับการบำบัดในขณะนั้น(องค์ความรู้พื้นฐานการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาและสารเสพติดแบบผู้ป่วยนอกตามรูปแบบเมทริกซ์โปรแกรม กรมการแพทย์,๒๕๖๔)

กลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติด โรงพยาบาลป่าพะยอมมีผู้ป่วยที่เข้ามาบำบัดรักษายาเสพติดแบบผู้ป่วยนอกทุกรูปแบบการบำบัด ตั้งแต่ปี ๒๕๖๓-๒๕๖๕ เป็นจำนวน ๒๓,๒๔,๑๓ ราย ทั้งนี้พบว่าผู้ป่วยที่มาบำบัดสารเสพติดส่วนใหญ่มีการดื่มสุราและสูบบุหรี่ร่วมด้วย แต่ไม่ได้เล็งเห็นความสำคัญของการเลิกสุราและบุหรี่ เพราะมักคิดว่าสุราและบุหรี่เป็นสารเสพติดที่ถูกกฎหมาย ในความเป็นจริงสุราและบุหรี่ส่งผลให้เกิดการกลับไปเสพยาติดที่ผิดกฎหมายได้ เนื่องจากสุราและบุหรี่คือตัวกระตุ้นภายนอกที่ทำให้ผู้รับการบำบัดกลับไปใช้สารเสพติดซ้ำ จึงได้นำ

เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ เป็นแนวทางให้การปรึกษาโดยยึดผู้รับการบำบัดเป็นศูนย์กลาง (Client-centered counselling) เพื่อมุ่งหวังให้ผู้รับการบำบัดเกิดแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การลด ละ เลิก สุราและบุหรี่ ไปพร้อมๆกับการเลิกใช้สารเสพติดที่ผิดกฎหมาย

๔. ระยะเวลาดำเนินการ ต.ค.๖๓ - ก.ย.๖๕

๕. สรุปผลงานโดยย่อ

การสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ (Motivational Interviewing หรือ MI) โดยใช้กระบวนการสัมภาษณ์ที่ผู้บำบัดจะช่วยกระตุ้นให้ผู้รับการบำบัดได้กล่าวข้อความที่จิตใจตนเองออกมา (Self-Motivational Statement หรือ SMS) เพื่อให้ผู้รับการบำบัดได้เข้าใจตนเองมากขึ้น ทำให้ลดความขัดแย้งและแรงต้านจากผู้รับการบำบัด เกิดสัมพันธภาพที่ดีในการรักษา สร้างแรงจูงใจให้ผู้รับการบำบัดมาบำบัดอย่างต่อเนื่อง และแก้ไขปัญหาในกรณี que ผู้รับการบำบัดกลับไปเสพยาและสารเสพติดซ้ำหรือไม่ร่วมมือในการบำบัด พบว่าผู้รับบริการบำบัดยาเสพติดที่ใช้สุรา/บุหรี่ ร่วมด้วย ปี ๒๕๖๓-๒๕๖๕ สามารถเลิกได้ ร้อยละ ๑๐,๓๓.๓๓,๑๔.๒๙ และสามารถบำบัดยาเสพติดครบโปรแกรมร้อยละ ๔๗.๘๗,๕๘.๓๓,๖๑.๕๔ ตามลำดับ

๖. เป้าหมาย

๑. เพื่อสร้างแรงจูงใจให้ผู้รับการบำบัดมาบำบัดอย่างต่อเนื่อง
๒. เพื่อสร้างแรงจูงใจแก่ผู้รับการบำบัดยาเสพติดเกิดแรงจูงใจในการเลิกสุราและบุหรี่ร่วมด้วย

๗. ปัญหาและสาเหตุโดยย่อ

ผู้รับการบำบัดยาเสพติดเป็นผู้ที่ปัญหาการใช้สารเสพติดอื่น ๆ ร่วมด้วย จากสถิติการบำบัดยาเสพติด โรงพยาบาลป่าพะยอมตั้งแต่เดือนตุลาคม ๒๕๖๓ - กันยายน ๒๕๖๕ พบผู้บำบัดยาเสพติด ๒๓,๒๔,๑๓ ราย จบโปรแกรมการบำบัด ๑๑,๑๔,๘ ราย มีการใช้บุหรี่และหรือสุรา ๑๐,๑๒,๗ ราย ตามลำดับ เพื่อให้ผู้รับการบำบัดยาเสพติดมาบำบัดอย่างต่อเนื่อง ตลอดจนเกิดแรงจูงใจในการเลิกสุราและบุหรীর่วมด้วย จึงนำเทคนิคการสัมภาษณ์และการบำบัดเพื่อการเสริมแรงจูงใจมาใช้ในการบำบัด

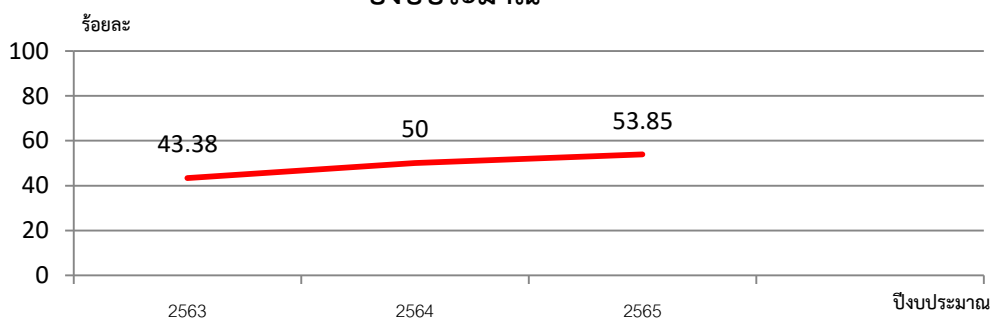
๘. การเปลี่ยนแปลง:

๑. มีการนำเทคนิคการสัมภาษณ์และการบำบัดเพื่อการเสริมแรงจูงใจมาใช้ในการบำบัดผู้บำบัดยาเสพติดทุกราย
๒. ผู้บำบัดยาเสพติดที่ดื่มสุราและสูบบุหรี่ ได้รับการสัมภาษณ์และการบำบัดเพื่อการเสริมแรงจูงใจทุกราย และตัดสินใจเลิกบุหรี่และสุราในระหว่างบำบัดยาเสพติด

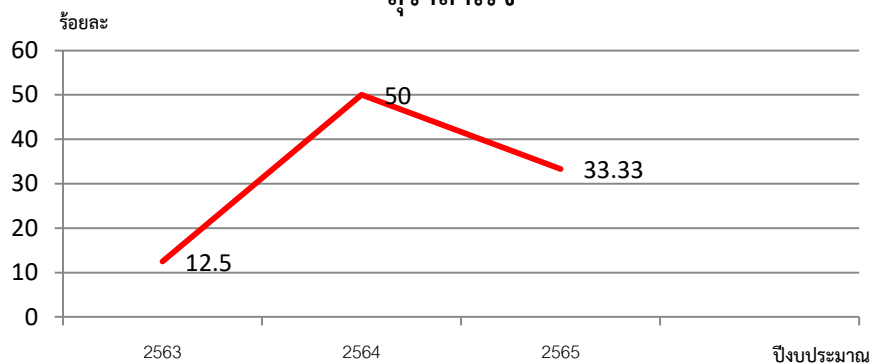
๙. การวัดผลและผลของการเปลี่ยนแปลง

ระยะเวลา	ผู้มาบำบัด ยาเสพติด(ราย)	ผู้มาบำบัด ยาเสพติด จบโปรแกรม (ราย)	ร้อยละ	ผู้บำบัดยาเสพติด ที่ใช้บุหรี่และสุรา จบโปรแกรม(ราย)	ผู้บำบัดยาเสพติด ที่สูบบุหรี่และสุรา แล้วเลิกได้(ราย)	ร้อยละ
ต.ค.๖๒ - ก.ย.๖๓	๒๓	๑๐	๔๓.๔๘	๘	๑	๑๒.๕๐
ต.ค.๖๓ - มี.ค.๖๔	๒๔	๑๒	๕๐.๐๐	๘	๔	๕๐.๐๐
ต.ค.๖๔ - ก.ย.๖๕	๑๓	๗	๕๓.๘๕	๖	๒	๓๓.๓๓
รวม	๖๐	๒๙	๔๘.๓๓	๒๒	๗	๓๑.๘๒

กราฟแสดงผู้บำบัดยาเสพติดจบโปรแกรมตาม ปีงบประมาณ



กราฟแสดงผู้บำบัดยาเสพติดจบโปรแกรมที่เลิกบุหรี่และ สุราสำเร็จ



๑๐. บทเรียนที่ได้รับ/โอกาสพัฒนา

แรงจูงใจ(Motivation) เป็นกุญแจสำคัญของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์ ผู้ให้การบำบัดควรให้ความสำคัญในการสร้างเสริมแรงจูงใจที่จะกระตุ้นให้ผู้รับการบำบัดตัดสินใจเข้ารับการบำบัดรักษา(Access) ให้ความร่วมมือในการรับการรักษา(Engagement) เข้ารับการรักษาจนครบกำหนด(Retention) ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเสพติด(Behavioral Change) สำหรับการสัมภาษณ์เพื่อสร้างแรงจูงใจ(Motivational Interviewing) เป็นรูปแบบการบำบัดซึ่งนำองค์ความรู้เรื่องขั้นของแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม(Stage of Change)มาใช้ เพื่อให้ผู้บำบัดได้มีท่าทีเหมาะสมตามขั้นต่างๆของแรงจูงใจ โดยเป้าหมายเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจให้ผู้รับการบำบัดปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองได้