



หม้อต้มเครื่องตุ๋นถูกไฟไหม้ฆ่าตัวตาย

22 ส.ค. 63 20:50



จังหวัดเชียงใหม่ ชายวัย 40 ปี ซึ่งเป็นชาวไทยภูเขาเผ่าม้ง เครื่องตุ๋นหม้อต้มค่าหม้อต้มราคาแพงกว่าหม้อต้มธรรมดา ทำให้ไม่มีเงินจ่ายหนี้สินจนเกิดปัญหาทะเลาะกับภรรยา ก่อนจะโพสต์เฟซบุ๊กสั่งเสียลูก 4 คน แล้วใช้น้ำมันราดตัวเองและรถกระบะ 2 คัน จุดไฟเผาฆ่าตัวตาย

Link ที่มาของข่าว : <https://www.thairath.co.th/clip/444267>

ข้อสรุป (Key message)

การสังเกตความเครียด การดูแลตนเองเมื่อรู้สึกเครียด และการรักษาอาการเครียด

1. สถานการณ์ ความสำคัญ ปัญหาที่พบ

1.1. บทวิเคราะห์จากเนื้อความข่าว

ที่จังหวัดเชียงใหม่ ชายวัย 40 ปี ชาวไทยภูเขาเผ่าม้ง ถูกไฟครอกและเสียชีวิตในที่สุด เนื่องจากเกิดภาวะเครียดสะสมจากราคาพืชผลทางการเกษตรตกต่ำ ซ้ำยังถูกโกงเงินค่าเหมามะเขือเทศ โดยมีผู้รับเหมามะเขือเทศจากสวนไปทั้งหมด ได้มะเขือเทศไปแต่ไม่นำเงินมาจ่าย จำนวนเงินประมาณ 250,000 บาท ไปแจ้งความที่สถานีตำรวจ แต่เรื่องไม่คืบหน้า จนเกิดปัญหาหนี้สินและปัญหากับครอบครัว การมีลูก 4 คนที่ต้องดูแล ทะเลาะกับภรรยา ก่อนจะโพสต์เฟซบุ๊กสั่งเสียลูก แล้วใช้น้ำมันราดตัวเองและรถกระบะ 2 คัน ก่อนจุดไฟเผาฆ่าตัวตาย

1.2. ข้อมูลทางวิชาการที่สำคัญ

ความเครียดสะสม เสี่ยงฆ่าตัวตาย ความเครียด (Stress) คือภาวะของอารมณ์ ความรู้สึก ที่ถูกบีบคั้น หรือกดดัน ซึ่งแต่ละบุคคลจะมีวิธีการปรับตัวให้ผ่านพ้นไปได้ ความเครียดที่หาทางระบายออกไม่ได้ จนส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน อาจเปลี่ยนเป็นโรคซึมเศร้า (Depressive disorder) หรือโรควิตกกังวล (Anxiety disorders) คนที่ไม่สามารถจัดการกับความเครียดได้ จนรบกวนการใช้ชีวิตประจำวันทั้งของตนเองและผู้อื่น ควรพบจิตแพทย์เพื่อรับการปรึกษาและรักษาอย่างถูกวิธี

ด้วยสภาพเศรษฐกิจและสังคมปัจจุบันมีการแข่งขันสูง ต่างต้องดิ้นรนหาเลี้ยงชีพ จนไม่มีเวลาพูดคุยกับครอบครัว รวมถึงเทคโนโลยีอันทันสมัยทำให้เกิดความนิยมสื่อสารกันผ่านเทคโนโลยีมากกว่าคุยกันแบบเห็นหน้าตา ส่งเสริมให้เกิดความเครียดสะสมมากขึ้น โดยไม่มีทางระบายออก จนอาจนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าและฆ่าตัวตายได้ในที่สุด

แนวทางการดูแลผู้ที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

1. เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายระดับน้อย พุดคุย เปิดโอกาสให้ระบายความรู้สึก จัดเจ้าหน้าที่ดูแลสังเกตอาการต่อเนื่อง สามารถทำกิจกรรมส่วนตัวได้ โดยไม่ต้องคอยตามตลอด เพียงแต่ต้องสังเกตเป็นระยะๆ จัดสภาพแวดล้อมให้ปลอดภัย เก็บอาวุธ ของมีคม และสิ่งของอันตราย และรายงานแพทย์และทีมผู้ดูแล
2. เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายระดับปานกลาง 1) พุดคุยเปิดโอกาสให้ระบายความรู้สึก เสริมความหวังทางด้านบวก และปรับมุมมองในการแก้ปัญหา ช่วยให้ผู้ป่วยมองเห็นทางแก้ปัญหาหลายๆทาง 2) ให้การดูแลใกล้ชิด เจ้าหน้าที่ที่สามารถดูแลร่วมไปกับผู้ป่วยอื่นๆ โดยจัดให้อยู่ใกล้เคาน์เตอร์พยาบาลที่สามารถมองเห็นได้ตลอดเวลา จัดสภาพแวดล้อมให้ปลอดภัย เก็บอาวุธ ของมีคม และสิ่งของอันตราย 3) มีป้าย precaution ติดไว้ที่หน้า Chart และ Kardex ส่งเวรให้ทราบทั่วกัน และรายงานแพทย์และทีมผู้ดูแล
3. เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายระดับรุนแรง 1) ให้การดูแลใกล้ชิด จัดเจ้าหน้าที่ดูแลใกล้ชิดหนึ่งต่อหนึ่ง โดยจัดให้อยู่ใกล้เคาน์เตอร์พยาบาลที่สามารถมองเห็นได้ตลอดเวลา จัดสภาพแวดล้อมให้ปลอดภัย เก็บอาวุธ ของมีคม และสิ่งของอันตราย 2) มีป้าย precaution ติดไว้ที่หน้า Chart และ Kardex ส่งเวรให้ทราบทั่วกัน 3) รายงานแพทย์และทีมผู้ดูแลทันที ***Warning sign suicide พุดคุยถึงการฆ่าตัวตาย มีปัญหาการกินหรือการนอนพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจน แยกตัว เตรียมตัวที่จะตายโดยจัดการภาระสุดท้าย ยกสมบัติส่วนตัวให้แก่ผู้อื่น เคยพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน ทำสิ่งที่เสี่ยงภัยโดยไม่จำเป็น เพิ่งมี/เคยมีการสูญเสียที่รุนแรงในชีวิต หมกมุ่นเรื่องความตายและการตาย บ่นอยากตาย ไม่สนใจรูปลักษณ์ภายนอกของตนเอง ***กลุ่มโรคทางกายที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายที่พบบ่อย ได้แก่ กลุ่มโรคเรื้อรัง (เอ็ดส์ มะเร็ง SLE ผู้พิการ)

3. ข้อเสนอแนะต่อกระทรวงสาธารณสุข

มีการรณรงค์ และประชาสัมพันธ์เชิงรุกในระดับหมู่บ้านชุมชน ผ่านหอกระจายข่าวและช่องทางการสื่อสารอื่นๆ ตลอดจนการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน ในหน่วยบริการทุกระดับทั่วทุกจังหวัด ทุกอำเภอเพื่อเชื่อมโยงกับการสร้างความเข้มแข็งของชุมชน ในการปรับตัวกับผลกระทบรับมือกับสถานการณ์วิกฤตเตรียมความพร้อมระบบบริการวิกฤตสุขภาพจิต เพื่อรองรับวิกฤตสุขภาพจิตอย่างมีประสิทธิภาพ

4. Reference และผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้อง

4.1. เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต.(2563). กรมสุขภาพจิต ชู ชีวิตวิถีใหม่ ลดความเครียดและการฆ่าตัวตายจากภาวะวิกฤต. การประชุมวิชาการสุขภาพจิต ชีวิตวิถีใหม่ “MCATT: New normal ERA”. แหล่งข้อมูล: <https://workpointtoday.com/health-11/>. ค้นเมื่อวันที่ 2 กันยายน 2563.
- กรมสุขภาพจิต(2563). แบบทดสอบด้านสุขภาพจิต, แบบประเมินซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย (รวมแบบประเมิน 2q 9q และ 8q). แหล่งข้อมูล:<https://www.dmh.go.th/test/download/view.asp?id=22>. ค้นเมื่อวันที่ 20 มีนาคม 2563.
- โกวิท นพพร.(2561). Mental Health ความเครียดสะสม เสี่ยงฆ่าตัวตาย. บทความสุขภาพ.โรงพยาบาลสมิติเวช. แหล่งข้อมูล: <https://www.samitivejhospitals.com/th/ความเครียดสะสม>. ค้นเมื่อวันที่ 2 กันยายน 2563.

4.2. ผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้อง

-

ในอนาคตอาจมีข้อมูลสนับสนุนทางวิชาการเพิ่มขึ้น โปรดติดตามต่อไป

RRHL Center

วันที่ตรวจสอบข่าว 2 กันยายน 2563