

การบำบัดด้วยรูปแบบการปรับความคิดและพฤติกรรม ในผู้ติดสุรา
โรงพยาบาลชุมชน อำเภوخุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ

นพนิต เหล่าแค
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

บทคัดย่อ

การศึกษาคั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเป็นไปได้ของการใช้รูปแบบการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมในผู้ติดสุรา ในคลินิกบำบัดฟื้นฟูผู้ช้ยาและสารเสพติด โรงพยาบาลชุมชน โดยใช้รูปแบบการบำบัดการปรับความคิดและพฤติกรรม (Cognitive Behavioral Therapy : CBT Treatment Program) ของโรงพยาบาลอัญญารักษ์ขอนแก่น (2558) การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (Cognitive behavior therapy) เป็นการบำบัดทางจิตสังคมวิธีหนึ่งที่ใช้ในการบำบัดผู้ดื่ม/ติดสุราได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Longabaugh & Morgenstern, 1999) โดยพบว่าหลังการบำบัดผู้ติดสุรามีการลดปริมาณและความถี่ในการดื่มสุราหรือสามารถเลิกดื่มสุราได้ (นิชนันท์ คำลั่น, 2547; นิमित แก้วอาจ, 2549; ศิริพร ทองป่อ และคณะ, 2549; สุนันทา ปลั่งกลาง, 2550; Watt, Stewart, Birch, & Bernier, 2006) การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม เป็นการปรับเปลี่ยนแก้ไขความคิดที่บิดเบือน ความเชื่อที่ฝังลึกที่ไม่เหมาะสม ให้เป็นความคิดที่สมเหตุสมผล มีพฤติกรรมที่สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม รวมทั้งมีการใช้เทคนิคการปรับพฤติกรรมเพื่อลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาและมีพฤติกรรมที่เหมาะสม (Beck, 1995) ซึ่งการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมในผู้ดื่มสุรานั้นเป็นกระบวนการบำบัดที่เน้นปัญหาปัจจุบันของผู้ดื่มสุรา การศึกษาคั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยที่มีปัญหาจากการดื่มสุราปี 2560 จำนวน 71 ราย ประเมินด้วยแบบประเมิน AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test) พบเป็นผู้ติดสุรา(Alcohol Dependence) จำนวน 35 ราย คิดเป็นร้อยละ 49.29 ผลการศึกษาพบว่า 1) อัตราคงอยู่ในการบำบัดรักษา (Retention) ระยะฟื้นฟู 4 เดือน(ร้อยละ 70) คิดเป็นร้อยละ100 2) ร้อยละของผู้ป่วยหยุดดื่มสุราอย่างต่อเนื่อง 3 เดือนหลังบำบัดรักษา (Remission) (ร้อยละ50) หยุดเสพ 9 รายคิดเป็นร้อยละ 75 3) อัตราคงอยู่ในระบบการติดตามการรักษา (Retention) ระยะติดตาม 1 ปี (ร้อยละ 60) คิดเป็นร้อยละ100 มีแนวโน้มติดตามประเมินผลได้ครบ 1 ปี และ 4) ร้อยละของผู้ป่วยหยุดดื่มสุราอย่างต่อเนื่อง 1 ปีหลังบำบัดรักษา(ร้อยละ50) หยุดเสพ 9 ราย คิดเป็นร้อยละ 75

และยังพบว่า รูปแบบการบำบัดมีความเหมาะสมทั้งวิธีการและระยะเวลา ครอบครัวมีความพึงพอใจและมีความคิดเห็นที่สามารถนำทักษะที่ได้เรียนรู้ไปใช้ในการอยู่ร่วมกันกับผู้ป่วยและต่อตนเอง การศึกษาคั้งนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม มีความเป็นไปได้ในการนำไปบำบัดผู้ติดสุรา โดยดำเนินการให้เหมาะสมกับปัญหา ความต้องการของผู้ป่วยและครอบครัว

คำสำคัญ: ผู้ติดสุรา, การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม