

พุทธศาสนากับจิตเวชศาสตร์ในประเทศไทย

เมื่อวันที่ 10 ตุลาคม 2550 พุทธศาสนิกชนชาวไทย ต่างโศกเศร้าเสียใจยิ่งนัก กับข่าวการถึงแก่กรรมภาพของพระพรหมมิ่งคลาจารย์ หรือที่พวกเรารู้จักกันดีในนามของหลวงพ่อบุญญานันทภิกขุ พระผู้ซึ่งมีวัตรปฏิบัติที่ดั่งงาม และสอนให้พุทธศาสนิกชนได้ยึดมั่นในแก่นแท้ของหลักพระพุทธศาสนาที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงกล่าวเอาไว้ และผ่านการพิสูจน์สำเร็จธรรมในคำสอนดังกล่าว มาเป็นเวลากว่า 2,550 ปีแล้ว แม้พุทธศาสนาที่เดิมถือกำเนิดในประเทศทางแถบซีกโลกตะวันออก แต่บัดนี้ได้แผ่ขยายไปสู่ซีกโลกตะวันตก ตั้งแต่ช่วงทศวรรษปี ค.ศ. 1850 เป็นต้นมา จนปัจจุบันเชื่อกันว่ามีผู้นับถือศาสนาพุทธในทวีปยุโรปกว่า 1 ล้านคน และในประเทศสหรัฐอเมริกาอีกประมาณ 3 ล้านคน¹ ไม่นับรวมแนวคิดอื่นๆ ทางตะวันตกที่ดูเหมือนจะนำเอาแนวทางของพระพุทธศาสนาไปประยุกต์ใช้ในทางจิตวิทยาหรือทางสุขภาพจิต เช่น Well being หรือ Wellness program ของ Prof.C.Robert Cloninger² เป็นต้น

ในประเทศไทย ก็ได้มีจิตแพทย์, นักจิตวิทยา, และบุคลากรทางสุขภาพจิตหลายคนที่สนใจในหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา โดยนำมาประยุกต์ใช้ในการทำจิตบำบัด หรือการรักษาทางด้านจิตใจในผู้ที่มีปัญหาทางสุขภาพจิต ดังตัวอย่างล่าสุดก็คือการประชุมวิชาการประจำปี 2550 นี้ ที่ ศ.พญ.นงพงา ลิ้มสุวรรณ และคณะจัดให้มีการบรรยายเรื่อง “จิตบำบัดแนวพุทธ : รัศมีพุทธช่วยได้” รวมทั้งบทความของ ศ.เกียรติคุณ นพ.จำลอง ดิษยวณิช, ศ.ดร.พริ้มเพรา ดิษยวณิช ในวารสารจดหมายเหตุทางแพทย์ แพทยสมาคมแห่งประเทศไทย³, และบทความของ นพ.ประทักษ์ ลิขิตเลอสรวง ในวารสารสมาคมนักจิตแพทย์แห่งประเทศไทย⁴ เป็นต้น

สำหรับเรื่องจิตบำบัดแนวพุทธนี้ สมาคมนักจิตแพทย์แห่งประเทศไทย ก็ได้เคยจัดอบรม เชิงปฏิบัติการเรื่อง “การประยุกต์ใช้พุทธศาสตร์ในจิตบำบัด : จิตบำบัดแนวพุทธ” (Mind and Insight Development) โดยมี นพ.ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ เป็นวิทยากร เมื่อวันที่ 4-5 กุมภาพันธ์ 2549 ณ โรงแรมมารีเออร์พอร์ทมาแล้ว ปรากฏว่าได้รับเสียงสะท้อนกลับ (feedback) จากผู้เข้ารับการอบรมในทางบวกเป็นจำนวนมาก และได้ทราบว่า ขณะนี้ทางราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย โดย ศ.นพ.นงพงา ลิ้มสุวรรณ และคณะ กำลังพัฒนาหลักสูตรจิตบำบัดแนวพุทธสำหรับประเทศไทย ขึ้นมาโดยเฉพาะ

เป็นที่น่าสังเกตว่าหลักมัชฌิมาปฏิปทาหรือทางสายกลาง (the middle path) ของพระพุทธศาสนานั้น คล้ายคลึงกับความพอประมาณ หรือพอเพียง อันเป็นหนึ่งในสามห่วงของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานแก่ปวงชนชาวไทย

ปี พ.ศ. 2550 จึงเป็นปีที่มีความหมายอย่างยิ่ง เพราะนอกจากจะเป็นปีมหามงคลที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีพระชนมายุครบ 80 พรรษาแล้ว ยังเป็นปีที่วงการจิตเวชศาสตร์ จะได้เริ่มพัฒนาจิตบำบัดแนวพุทธสำหรับประเทศไทย เพื่อให้เป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการดูแลรักษาทางด้านจิตใจสำหรับคนไทยในอนาคตต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. Morris T. What do Buddhists believe ? London : Granta Books, 2006.
2. <http://aidwellbeing.org>
3. Disayavanish C, Disayavanish P. A Buddhist approach to suicide prevention. J Med Assoc Thai 2007; 90(8): 1680 - 8.
4. ประทักษ์ ลิขิตเลอสรวง. จิตปัญญาบำบัด - แนวทางปฏิบัติเบื้องต้น. วารสารสมาคมนักจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2550; 52(3): 240 - 8.

บรรณาธิการแกลง

วารสารสมาคมฉบับนี้นับเป็นฉบับสุดท้ายของปีที่ 52 และเป็นฉบับพิเศษเพื่อเฉลิมพระเกียรติ เนื่องในโอกาสมหามงคล เฉลิมพระชนมพรรษา ๘๐ พรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๕๐ จึงมีคำถวายพระพร “80 พรรษามหาราชัน จิตแพทย์ร่วมกันร่วมใจถวายพระพร” พร้อมสารจากนายกสมาคมจิตแพทย์ฯ เรื่อง พุทธศาสนากับจิตเวชศาสตร์ในประเทศไทยที่ได้มีจิตแพทย์, นักจิตวิทยา, และบุคลากรทางสุขภาพจิตหลายคนที่มีใจในหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา โดยนำมาประยุกต์ใช้ในการทำจิตบำบัด หรือการรักษาทางด้านจิตใจในผู้ที่มีปัญหาทางสุขภาพจิต

บทความที่เป็นนิพนธ์ต้นฉบับมีถึง 11 เรื่อง ล้วนน่าสนใจทั้งหมด เนื้อหาเข้มข้นและทันสมัย ไม่ว่าจะเป็นเรื่อง การทดสอบความแม่นยำของเครื่องมือแบบคัดกรองโรคเครียดหลังประสบภัยพิบัติสำหรับคนไทย ของ สุวรรณา อรุณพงศ์ไพศาลและคณะ และการศึกษาความไวความจำเพาะของเครื่องมือ Morningness-Eveningness Questionnaire ของ พิเชฐ อุดมรัตน์และคณะ อีกทั้งการนำเครื่องมือ T-MEQ ไปใช้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างชนิดของบุคคลตามการจำแนกของ กับผลการปฏิบัติงานในคนงานกะ นอกจากนี้ยังมีเรื่องที่กำลังเป็นที่สนใจของสังคม คือ ความรุนแรงในครอบครัว เป็นผลงานของจิตแพทย์จาก รพ.รามธิบดี คือ คุณหมอดาวชมพู พัฒนประภาพันธ์ ได้สำรวจปัญหาสาเหตุ และผลกระทบด้านจิตใจจากความรุนแรงในครอบครัวของหญิงที่อยู่ในชุมชนเขตกรุงเทพมหานคร พบว่าใน 1 ปีที่ผ่านมา มีการทำร้ายร่างกายและจิตใจในครอบครัว สูงถึง 1 ใน 4 ของครอบครัวตัวอย่าง ปัจจัยที่สัมพันธ์มากที่สุดคือการใช้เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งผู้กระทำและผู้ถูกกระทำคือประมาณ ร้อยละ 47 และ 34 ตามลำดับ ผลกระทบรุนแรงที่สุด คือ รู้สึกวิตกกังวล เครียด นอนไม่หลับ คิดเป็นร้อยละ 79.1 ผลงานวิจัยที่น่าทึ่งจากเพื่อนร่วมวิชาชีพคือ พยาบาลจิตเวช สงมา 2 เรื่อง ได้แก่ การพัฒนาศักยภาพของพยาบาลวิชาชีพในศูนย์สุขภาพชุมชนในการใช้วิธีการปรับแนวคิดและพฤติกรรมแบบประยุกต์เพื่อลดภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ของคุณวัชณี หัตถพนม จากโรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์ และการให้คำปรึกษาครอบครัวผู้ป่วยจิตเภทตามแนวคิดของซาเทียร์ ของคุณพนิดา กองสุข จากโรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ และเภสัชกรสงมา 1 เรื่อง คือ ปัจจัยที่มีผลต่อความไม่ร่วมมือในการใช้ยาของผู้ป่วยในโรคจิตเภท ณ โรงพยาบาลสวนสราญรมย์ ของคุณนพวรรณ เอกสุวีรพงษ์ นับเป็นผลงานที่ช่วยให้สมาชิกได้ทบทวนความรู้เกี่ยวกับวิธีการบำบัดรักษาแบบ CBT, Satir Model ผลงานที่น่าติดตามอีกเรื่องหนึ่ง คือ ต้นทุนต่อหน่วยในการรักษาโรคสมาธิสั้นของโรงพยาบาลสวนปรุง ของคุณหม่อจกริน ปิงคลาศัย ทำให้พบว่าต้นทุนต่อหน่วยในการรักษาโรคสมาธิสั้นเท่ากับ 4526.06 บาทต่อปี โรงพยาบาลขาดทุน ถึง 1040.43 บาทต่อราย คิดอัตราคืนทุนได้เท่ากับ 0.77 เป็นที่น่าตกใจที่โรงพยาบาลจิตเวชขนาดใหญ่ยังขาดทุนสำหรับการรักษาโรคสมาธิสั้นทั้งๆ ที่ส่วนใหญ่ใช้ยาพื้นฐาน คือ Methylphenidate ผลงานอื่นๆ เช่น ความชุกของปัญหาสุขภาพจิตและปัจจัยที่สัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิตของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางจังหวัดขอนแก่น ของคุณหม่อรสรพรwitz ปรัชญคุปต์ ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์และพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นภาคใต้ตอนบน และการศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมการส่งเสริมค่านิยมและพฤติกรรมทางเพศในวัยรุ่นโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นภาคใต้ ของคุณหม่อวีระ ชูรุจิพร และคุณชญาพร ชูรุจิพร ก็น่าสนใจและชวนติดตามให้อ่าน ต้องขอขอบคุณผู้นิพนธ์ทุกท่านที่ได้ส่งผลงานมาให้ได้อย่างสม่ำเสมอ และดิฉันขออ้อมรับคำติชมที่ส่งมาให้

และพยายามแก้ไข ดิฉันหวังว่า วารสารฉบับนี้และฉบับต่อไป คงได้รับความสนใจจากหมู่สมาชิกสมาคมฯ และบุคลากรจากสถาบันต่างๆ อย่างต่อเนื่อง และขอบพระคุณทุกท่านในกองบรรณาธิการที่ได้พยายามอ่านบทความ และส่งความเห็นให้ผู้นิพนธ์ได้ปรับปรุงและแก้ไขทันกำหนดการตีพิมพ์จนผ่านมาได้ 4 ฉบับครบปี ปีหน้า ฟ้าใหม่ วารสารจะเริ่มต้นฉบับที่ 1 ปีที่ 53 คาดว่าจะออกทันต้นเดือนมีนาคม 2551 ท้ายสุดนี้วารสารฉบับสุดท้ายของปีที่ 52คงทำให้ท่านผู้อ่านได้รับความรู้และเกิดความคิดที่จะสานต่องานวิจัยเพื่อให้วงการทางจิตเวชได้พัฒนาดีขึ้นเรื่อยๆ ดิฉันและคณะทำงานในกองบรรณาธิการ ยังมีความยินดีและขอเชิญชวนสมาชิกส่งบทความที่ต้องการจะตีพิมพ์ เผยแพร่มาที่

รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงสุวรรณา อรุณพงศ์ไพศาล
ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
อ.เมือง จ.ขอนแก่น 40002
Tel. 043-348384
E-mail :suwaru@kku.ac.th
Mobile phone : 0817080165

สุวรรณา อรุณพงศ์ไพศาล
บรรณาธิการ
ธันวาคม 2550