

**กรมสุขภาพจิตย้ำให้ช่วย สังเกต ดูแลคนใกล้ชิดที่ประสบภัยต่อเนื่อง หลังพายุปาบึกผ่านไป**

**กรมสุขภาพจิต เผย ผลการลงพื้นที่เยียวยาจิตใจผู้ประสบภัย โดยทีมสุขภาพจิตเอ็มแคท หลังเหตุการณ์พายุปาบึก ผ่านไป 4-5 วัน พบผู้ประสบภัยส่วนใหญ่มีกำลังใจ และมีสภาพจิตใจที่ดี อย่างไรก็ตามยังจำเป็นต้องติดตามดูแลต่อเนื่อง โดยเฉพาะหลังเกิดเหตุการณ์ผ่านไปแล้ว 2 สัปดาห์ เพราะการสนับสนุนช่วยเหลือจากหน่วยงานต่างๆ เริ่มลดลง ผู้ประสบภัยจะเข้าสู่วิถีการใช้ชีวิตที่ต้องแก้ไขปัญหาจากทรัพย์สินที่เสียหายด้วยตัวเอง แนะคนใกล้ชิดคอยดูแลกัน หากสังเกตเห็น มีอาการเปลี่ยนแปลงจากเดิม เช่น ซึมเศร้า เหงาหงอย เก็บตัวอยู่คนเดียว นั่งเหม่อลอย ให้รีบเข้าไปพูดคุย สอบถาม อย่าปล่อยให้ อยู่คนเดียว ถ้าไม่ดีขึ้นให้แจ้ง หรือส่งต่อเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ เพื่อให้การดูแลอย่างทันท่วงที**

นายแพทย์เกียรติภูมิ วงศ์รจิต อธิบดีกรมสุขภาพจิต เปิดเผยว่า จากรายงานของทีมสุขภาพจิตเอ็มแคท ( Mental Health Crisis Assessment and Treatment Team : MCATT) ซึ่งลงพื้นที่เยียวยาจิตใจผู้ประสบภัยพายุปาบึก เมื่อวานนี้ (7 มกราคม2562) พบผู้ประสบภัยส่วนใหญ่มีกำลังใจ และมีสภาพจิตใจที่ดี มีเพียงส่วนน้อยที่มีความเสี่ยงด้านสุขภาพจิต คือ เครียด วิตกกังวล นอนไม่หลับ โดยจุดคัดกรองประเมินปัญหาสุขภาพจิต ในพื้นที่ อ.ระโนด จ.สงขลา พบ 7 ราย และจุดคัดกรอง อ.ปากพนัง จ.นครศรีธรรมราช พบ 7 ราย ทั้งนี้การดำเนินงานของทีม คือ ให้การปฐมพยาบาล ให้สุขภาพจิตศึกษา ประเมินคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต หากพบกลุ่มเสี่ยง จะดูแลช่วยเหลือด้านจิตบำบัด และส่งต่อข้อมูลกลุ่มเสี่ยงให้กับหน่วยผู้รับผิดชอบในพื้นที่ติดตามดูแลต่อ

อย่างไรก็ตามทีมยังต้องติดตามคัดกรองกลุ่มเสี่ยงปัญหาสุขภาพจิตรายใหม่ต่อเนื่อง โดยเฉพาะหลังเกิดเหตุการณ์ไปแล้ว 2 สัปดาห์ เพราะการสนับสนุนช่วยเหลือจากหน่วยงานต่างๆ เริ่มลดลง ผู้ประสบภัยจะเข้าสู่วิถีการใช้ชีวิตที่ต้องแก้ไขปัญหาจากทรัพย์สินที่เสียหายด้วยตัวเอง ซึ่งนอกจากการคัดกรองโดยทีมสุขภาพจิตแล้ว ขอแนะนำให้ผู้ประสบภัยดูแลช่วยเหลือกันและกัน โดยใช้หลักการปฐมพยาบาลทางใจ 3 ส. คือ ส. 1 สอดส่องมองหา (look) ขอให้ช่วยกันสังเกต มองหาผู้ประสบภัยที่ต้องการความช่วยเหลือ เช่น ผู้ที่มีอาการซึมเศร้า เหงาหงอย เก็บตัวอยู่คนเดียว ชอบเหม่อลอย กินไม่ได้ นอนไม่หลับ ส.2. ใส่ใจรับฟัง (Listen) เพื่อพบอย่าปล่อยให้อยู่คนเดียว แต่ให้เข้าไปพูดคุยอย่างตั้งใจ รวมทั้งใช้ภาษากาย เช่น จับมือ โอบกอด เพื่อช่วยให้ผู้ประสบภัย คลายความทุกข์ในใจออกมา และ ส.3. ส่งต่อ (Link) หากอาการยังไม่ดีขึ้น เช่น มีอาการเศร้าซึมอย่างรุนแรง มีความคิดเบื่อโลก ให้ติดต่อ อาสาสมัครสาธารณสุขหรือ อสม.ในหมู่บ้าน หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เพื่อให้ได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสม สำหรับระบบบริการผู้ป่วยจิตเวชในพื้นที่ประสบภัย ขณะนี้หน่วยบริการในสังกัดกรมสุขภาพจิตในพื้นที่ ภาคใต้ ได้แก่ โรงพยาบาลสวนสราญรมย์ โรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราชนครินทร์ สถาบันสุขภาพจิตเด็กภาคใต้ ได้ดำเนินการตรวจสอบรายชื่อผู้ป่วย เพื่อดำเนินการจัดส่งยาให้อย่างต่อเนื่อง รวมทั้งได้จัดระบบพิเศษให้ผู้ป่วยจิตเวชเป็นผู้ป่วยใน ในภาวะวิกฤตเพื่อลดภาระในการดูแลผู้ป่วยจิตเวชของครอบครัวผู้ประสบภัย อธิบดีกรมสุขภาพจิตกล่าว

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\* 8 มกราคม 2562**