

ผลของการดื่มแอลกอฮอล์ต่อสมอง



โรงพยาบาลสวนปรุง

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

ผลของการดื่มแอลกอฮอล์ต่อสมอง

พิมพ์ แพทย์แพร์ และสงวนลิขสิทธิ์โดย

โรงพยาบาลสวนปรุง กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

131 ถนนช่างหล่อ ตำบลหายยา อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ 50100

โทรศัพท์ 0 53 90 8500 โทรสาร 0 53 90 8595

www.suanprung.go.th

พิมพ์ครั้งที่ 1:

จำนวนที่พิมพ์: 70 เล่ม

พิมพ์ที่: โรงพยาบาลสวนปรุง

คำนำ

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมากและดื่มเป็นระยะเวลานาน จะทำให้เกิดปัญหาการติดแอลกอฮอล์ ซึ่งจะส่งผลเสียต่ออวัยวะต่างๆของร่างกาย โดยเฉพาะ “สมอง” ปัจจุบันพบว่าผู้ติดแอลกอฮอล์ทั้งที่เข้ารับการรักษาบำบัดรักษาในโรงพยาบาลหรือที่อาศัยอยู่ในชุมชนส่วนใหญ่จะมีปัญหาด้านการรู้คิด ซึ่งส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยทั้งการดำเนินชีวิตประจำวันและการหยุดดื่มแอลกอฮอล์

คู่มือผลของการดื่มแอลกอฮอล์ต่อสมองฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของโปรแกรมการฟื้นฟูการรู้คิดสำหรับผู้ติดแอลกอฮอล์ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ป่วย ครอบครัว ญาติ และผู้ดูแล มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลของการดื่มแอลกอฮอล์ต่อสมอง ซึ่งจะช่วยให้เกิดความตระหนักถึงผลเสียของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการดื่ม และหยุดดื่ม เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี ลดโอกาสเกิดโรคต่างๆ

โรงพยาบาลสวนปรุง

2565

ผลของการดื่มแอลกอฮอล์ต่อสมอง

ประกอบด้วยสาระเนื้อหา ดังนี้

1. ผลของแอลกอฮอล์ต่อสมอง
2. ภาวะพร่องการรู้คิดของผู้ติดแอลกอฮอล์
3. ผลกระทบของภาวะพร่องการรู้คิดต่อผู้ติดแอลกอฮอล์



ผลของแอลกอฮอล์ต่อสมอง

ฤทธิ์ของแอลกอฮอล์มีผลต่อระบบประสาทส่วนกลางโดยไปรบกวนระบบการทำงานของสารสื่อประสาทในสมองและมีผลต่อโครงสร้างสมอง

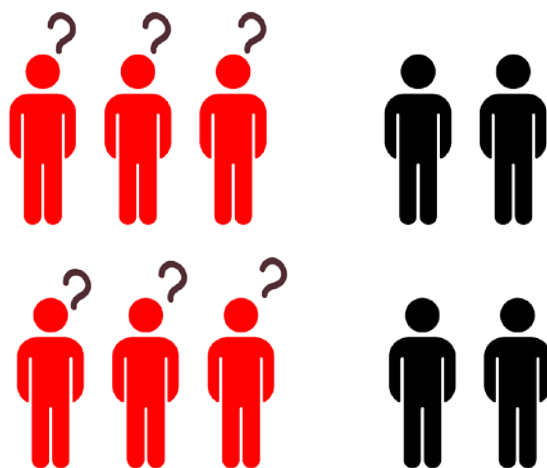
การดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมากเป็นเวลานาน ส่งผลให้ขนาดสมอง **บางส่วน** เล็กลง ทำให้ผู้ดื่มมีปัญหา **ความใส่ใจ ความจำ การจัดการและการตัดสินใจลดลง** เรียกว่า “ภาวะพร่องการรู้คิด”



ความชุกของภาวะพร่องการรู้คิดในผู้ติดแอลกอฮอล์

ผู้ติดแอลกอฮอล์ 10 คน

จะมีภาวะพร่องการรู้คิดอย่างน้อย 6 คน



ผู้ติดแอลกอฮอล์เสี่ยงต่อการเกิดโรคสมองเสื่อม
มากกว่าคนทั่วไปถึง 2.87 เท่า !!!

ภาวะพร่องการรู้คิด
ที่พบในผู้ติดแอลกอฮอล์

1. พร่องด้านความใส่ใจ



2. ความสามารถด้านความจำต่ำ

ทั้งความจำระยะสั้นและความจำระยะยาว และเสียความจำแบบไปข้างหน้ามากกว่าแบบย้อนหลัง ทำให้มีปัญหาในการทวนข้อมูลสำคัญต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ทั้งจากการฟังและการมองเห็น



3. พร่องความสามารถในการ “คิดเป็นภาพในใจ”



4. พร่องการยับยั้งชั่งใจ



5. มีความยากลำบากในการเรียนรู้



6. พร่องการเรียนรู้กฎกติกา



ผลกระทบของภาวะพร่อง
การรู้คิดต่อผู้ติดแอลกอฮอล์

เครียด รู้สึกคุณค่าในตนเองลดลง

เครียด รู้สึกคุณค่าในตนเองลดลง ในการเรียนรู้และ
ความสามารถในการคิด จำ ลดลง ทำอะไรก็ไม่ได้ ไม่สำเร็จ
เครียดรู้สึกคุณค่าในตนเองลดลง เป็นภาวะของครอบครัว

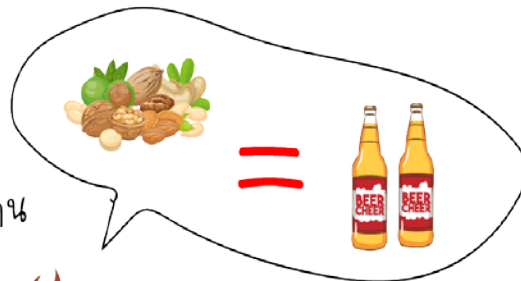


ขาดความยับยั้งชั่งใจ ควบคุมตนเอง
โดยเฉพาะเรื่อง "ดื่มสุรา"

ตัวอย่าง

- วันนี้ตั้งใจจะไม่ดื่ม แล้วมีเพื่อนมาชวน ก็ดื่มกับเพื่อน

จะไปซื้อเมล็ดพืชแต่ไปซื้อเหล้าแทน



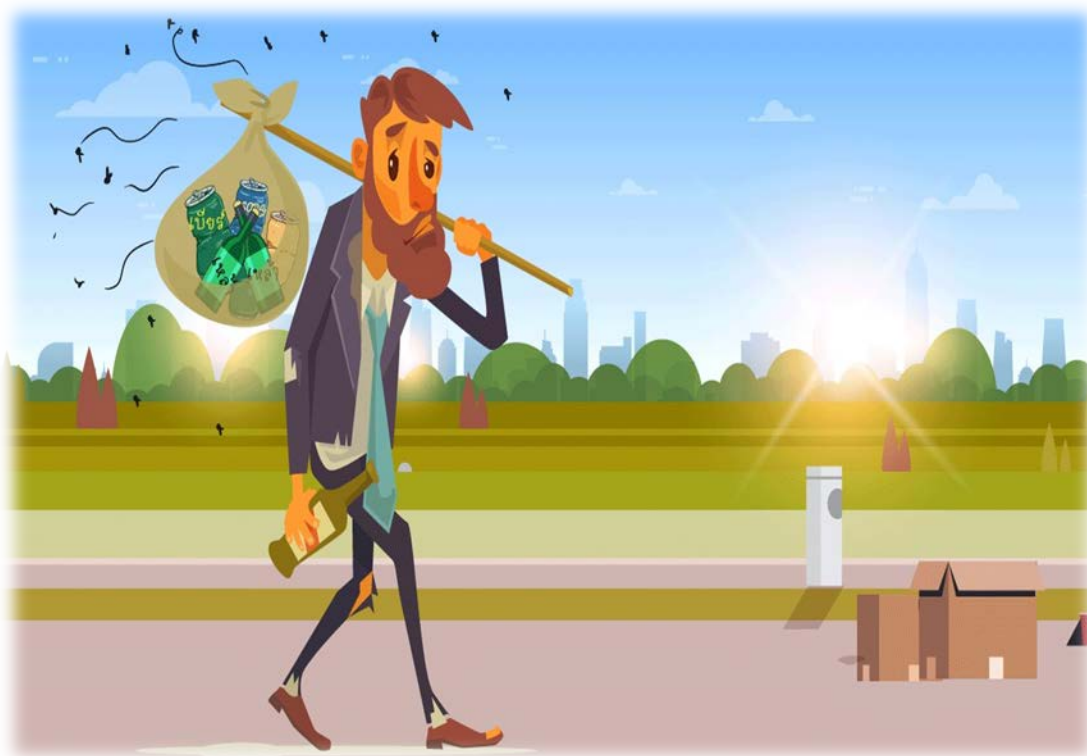
“ กลับไปดื่มสุราร้าสูง ”



เข้ารับการรักษาซ้ำในโรงพยาบาลเพิ่มขึ้น



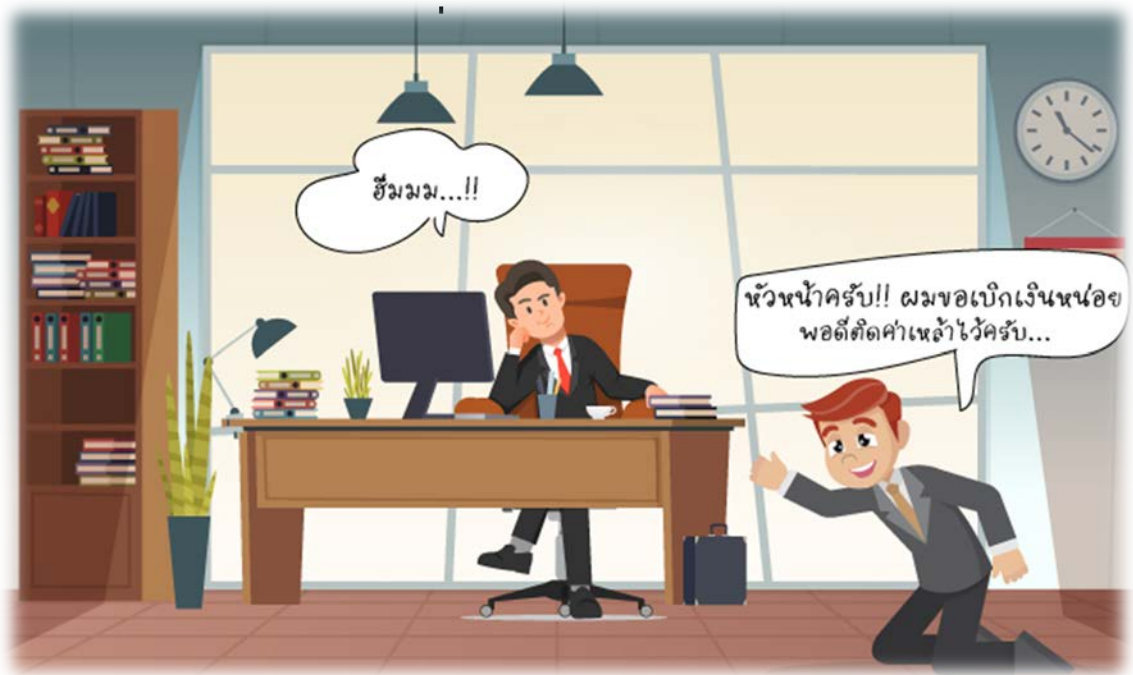
“ความสามารถในการดูแลตนเอง
ในชีวิตประจำวันลดลง”



ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง



มีปัญหาการเงิน ได้แก่ เงินไม่พอใช้ เป็นหนี้



มีปัญหาครอบครัว จากการดื่มสุรา



มีปัญหาการควบคุมอารมณ์



รายชื่อคณะทำงาน
ผลของการตีแผ่เอกสารลับต่อสังคม

นายแพทย์กิตติ์กวี	โพธิ์โน	ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสวนปรุง	ประธานคณะทำงาน
นางจารุณี	รัศมีสุวิวัฒน์	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	
นางดวงเดือน	นรสิงห์	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ	
นางวงเดือน	สุนันตา	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	
นางสาวสิริ	อุดมผล	นักจิตวิทยาคลินิกชำนาญการ	
นางสาวจิตติมณีน	สอนเกิด	นักสังคมสงเคราะห์ชำนาญการ	
นางอังคณา	สารคำ	นักกิจกรรมบำบัดชำนาญการ	
นางสาวสุพรรณิกา	ไชยวรรณ	โภชนาการชำนาญงาน	
นางสาวธัญญา	ดีกัลลา	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	
นางสาวอรวรรณ	แก้วแซม	นักจัดการงานทั่วไป	
นางสาวธัญชนก	มะโนกิจ	นักจัดการงานทั่วไป	

โรงพยาบาลสวนปรุง

131 ถ.ช่างหล่อ ต.ทนายา อ.เมืองเชียงใหม่ จ.เชียงใหม่ 50100

โทรศัพท์ : 0-53-90-8500 ต่อ 60340 โทรสาร: 0-53-90-8595

suanprung@suanprung.go.th



กรมสุขภาพจิต
DEPARTMENT OF MENTAL HEALTH

