

การดื่มสุรากับการฆ่าตัวตาย



โรงพยาบาลสวนปรุง
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

การดื่มสุราและการฆ่าตัวตาย

บรรณาธิการ

กองบรรณาธิการ

จารุณี รัตมีสุวิวัฒน์

โสฬวรรณ อินทสิทธิ์

ธัญญา ดีกล้า

อรพิมล ตันยศ

จัดทำ พิมพ์ เผยแพร่ และสงวนลิขสิทธิ์ โดย

โรงพยาบาลสวนปรุง กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
131 ถนนช่างหล่อ ตำบลห้วยยา อำเภอมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50100
โทรศัพท์ 0 53 90 8500 ต่อ 60340 โทรสาร 0 53 90 8595
www.suanprung.go.th

พิมพ์ครั้งที่ : 1

จำนวนที่พิมพ์ : 300 เล่ม

พิมพ์ที่ : บริษัท สยามพิมพ์นานาชาติ จำกัด

108 ซ.พงษ์สุวรรณ ต.ศรีภูมิ อ.เมืองเชียงใหม่ จ.เชียงใหม่
50200 โทรศัพท์ 081-8836720 www.siampimnana.com

คำนำ

การฆ่าตัวตายเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญที่ส่งผลเป็นวงกว้าง จำเป็นที่ต้องได้รับการเร่งรัดแก้ไขอย่างเร่งด่วน การฆ่าตัวตายมีความซับซ้อนเกิดจากหลากหลายปัจจัยและเปลี่ยนแปลงเป็นพลวัตตามช่วงเวลา จากการสังเกต ติดตาม วิเคราะห์ข้อมูลการฆ่าตัวตายในคนไทยและข้อมูลการศึกษาที่ผ่านมาในต่างประเทศ พบว่า การดื่มสุราเป็นปัจจัยเสี่ยงชนิดหนึ่งที่โน้มน้าวนำให้ฆ่าตัวตายได้มากกว่าคนทั่วไป และการดื่มสุราเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลและกระทำการฆ่าตัวตาย

การดื่มสุรามีความสัมพันธ์อย่างไรกับการฆ่าตัวตาย เป็นประเด็นที่น่าสนใจ เนื่องจากการดื่มสุราเป็นเรื่องใกล้ตัวที่พบเห็นได้ ทั้งในครอบครัว ชุมชน และสังคม ขณะที่ประชาชนทราบความเชื่อมโยงของการดื่มสุรากับการฆ่าตัวตาย และให้ความสนใจในประเด็นนี้ค่อนข้างน้อย

เอกสารเกี่ยวกับการดื่มสุรากับการฆ่าตัวตาย ฉบับนี้จะช่วยให้ท่านได้เห็นอุบัติการณ์การฆ่าตัวตายในผู้ดื่ม และผู้ติดสุรา และการป้องกันการฆ่าตัวตายในผู้ดื่มและผู้ติดสุรา

โรงพยาบาลสวนปรุง

2567

อุบัติเหตุการณ์ การฆ่าตัวตาย ในผู้ดื่มและผู้ติดสุรา

ลิขสิทธิ์โรงพยาบาลสวนปรุง

Copyright© by Suanprung Hospital



➤ การดื่มสุราเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญลำดับที่สองต่อการฆ่าตัวตาย รองมาจากการป่วยด้วยโรคซึมเศร้า

- มีรายงานต่างประเทศ ระบุว่า
- การดื่มสุราเพิ่มความเสี่ยงต่อการพยายามฆ่าตัวตาย สูงถึง 6.97 เท่า ยิ่งดื่มปริมาณมากจะมีความเสี่ยงมากยิ่งขึ้น
 - คนที่ดื่มปริมาณน้อยมีความเสี่ยงฆ่าตัวตาย 2.71 เท่า
 - คนที่ดื่มปริมาณมากมีความเสี่ยงฆ่าตัวตาย 37.2 เท่า

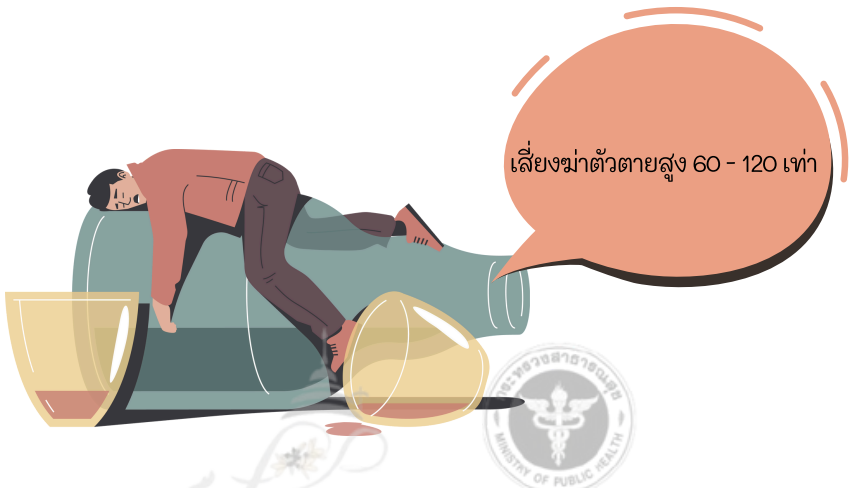
ลิขสิทธิ์โรงพยาบาลสวนปรุง

Copyright© by Suanprung Hospital

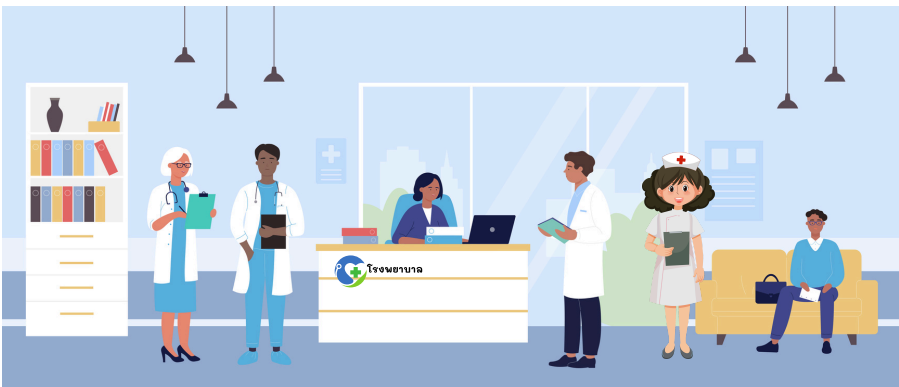
➤ คนไทยที่ดื่มสุรามีความเสี่ยงต่อการพยายามฆ่าตัวตาย สูงถึง 5.2 เท่าของคนที่ไม่ดื่ม

➤ การเสียชีวิตตลอดช่วงชีวิตที่มีสาเหตุการฆ่าตัวตายใน ผู้ติดสุรา เท่ากับ ร้อยละ 18

- ผู้ติดสุรามีความเสี่ยงฆ่าตัวตายสูง 60 - 120 เท่ากว่าคนทั่วไป



- ผู้ติดสุราที่มีภาวะซึมเศร้าที่เข้ารับการรักษามารับการรักษาในโรงพยาบาลถึงร้อยละ 40 มีประวัติพยายามฆ่าตัวตายในสัปดาห์ก่อนมาโรงพยาบาล และร้อยละ 70 มีการพยายามฆ่าตัวตายในช่วงหนึ่งของชีวิต



การฆ่าตัวตายใน ผู้ดื่มและผู้ติดสุรา

Suanprung +
Hospital

กรมสุขภาพจิต
DEPARTMENT OF MENTAL HEALTH

ลิขสิทธิ์โรงพยาบาลสวนปรุง

Copyright© by Suanprung Hospital



➤ การดื่มสุรา ฤทธิ์ของแอลกอฮอล์จะกดการทำงานของสมองส่วนที่เกี่ยวข้องกับการยับยั้งชั่งใจ เมื่อดื่มแล้วอารมณ์และความคิดทางลบที่ถูกเก็บไว้ จะแสดงออกมา เป็นความโกรธ น้อยใจ คิดทำร้ายตนเอง พยายามฆ่าตัวตายมาก



Copyright© by Suanprung Hospital





➤ การดื่มสุราเป็นประจำ ดื่มต่อเนื่องในปริมาณมาก
 จำทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของสารเคมีในสมองที่มีผล
 ต่ออารมณ์และพฤติกรรม ผู้ดื่มจะมีความทุกข์ทรมานจิตใจ
 เพิ่มมากขึ้น อารมณ์เปลี่ยนแปลง หงุดหงิดง่าย โมโหง่าย
 หุนหันพลันแล่น การคิดและไตร่ตรองอย่างเป็นเหตุลดลง
 และตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยการทำร้ายตนเอง พยายามฆ่าตัวตาย

ปัจจัยเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ในผู้ดื่มและผู้ติดสุรา



กรมสุขภาพจิต
DEPARTMENT OF MENTAL HEALTH

ลิขสิทธิ์โรงพยาบาลสวนปรุง

Copyright© by Suanprung Hospital



➤ มีปัญหาความสัมพันธ์กับความใกล้ชิด



➤ ความเครียด เช่น เหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน



ไม่มีบ้าน



ตกงาน



หนี้สิน



ขายข้าวโพดไม่ได้ราคา

➤ ดื่มสุราเป็นประจำ



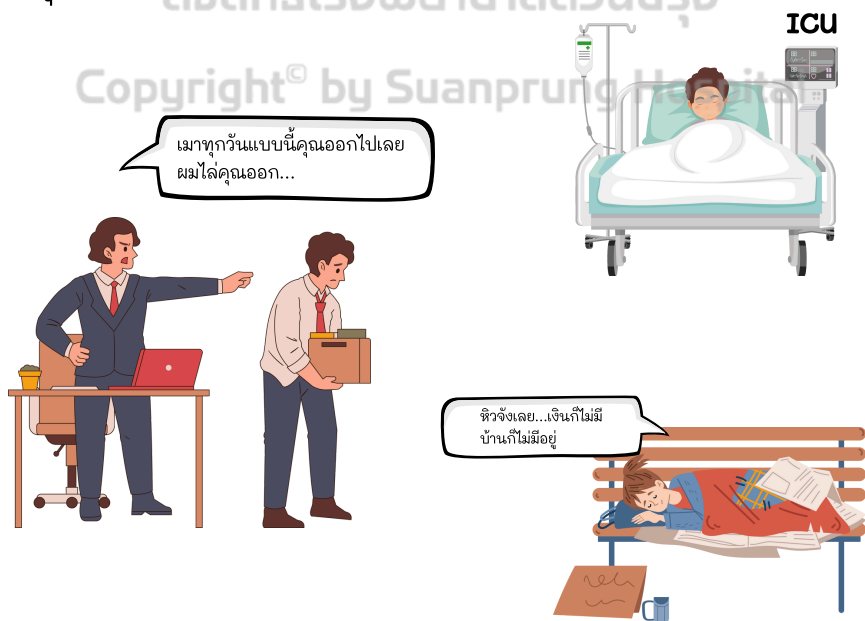
➤ มีภาวะซึมเศร้า โดดเดี่ยว ลึนหวัง



➤ มีบุคลิกภาพแบบหุ่นหันหลังแล้ว



➤ เผลอเกี่ยวกับปัญหาหรือเหตุการณ์ในชีวิตมากกว่า 2 เหตุการณ์



➤ เคยพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน



➤ เคยมีความคิดฆ่าตัวตาย



➤ เจ็บป่วยด้วยโรคจิตเวชอื่นๆ



ภาพหลอน



โรคอารมณ์สองขั้ว



โรคซึมเศร้า

การป้องกันการฆ่าตัวตาย ในผู้ดื่มและผู้ติดสุรา

Suanprung
Hospital

กรมสุขภาพจิต
DEPARTMENT OF MENTAL HEALTH

ลิขสิทธิ์โรงพยาบาลสวนปรุง

Copyright© by Suanprung Hospital



➤ ให้ความสำคัญของการประเมินสุขภาพใจด้วยตนเอง
โดยเฉพาะเมื่อรู้สึกทุกข์ใจ เครียด เศร้า



ลงทะเบียนตรวจเช็คการดื่ม
และสุขภาพใจด้วยตนเอง

ติดต่อขอรับคำปรึกษาปัญหาการดื่มและสุขภาพใจ **ทราบผลทันที**

Ino 1323 ฟรี (ตลอด 24 ชั่วโมง)

QR code for registration

Ministry of Public Health logo

Copyright © by Suanprang Hospital



Four informational cards with a panda mascot:

- เมื่อรู้สึกทุกข์** (When feeling distressed): Information about seeking help and support.
- มีการขึ้นเครื่องที่บ้านแล้ว** (Home care service available): Information about home care services.
- ดื่มไวน์หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์** (Drinking wine or alcohol): Information about alcohol consumption and its effects.
- ดื่มใบกระท่อม** (Drinking kratom): Information about kratom use.

➤ หน้าที่ปรึกษา พูดคุย บอกเล่าความไม่สบายใจ



สายด่วนสุขภาพจิต

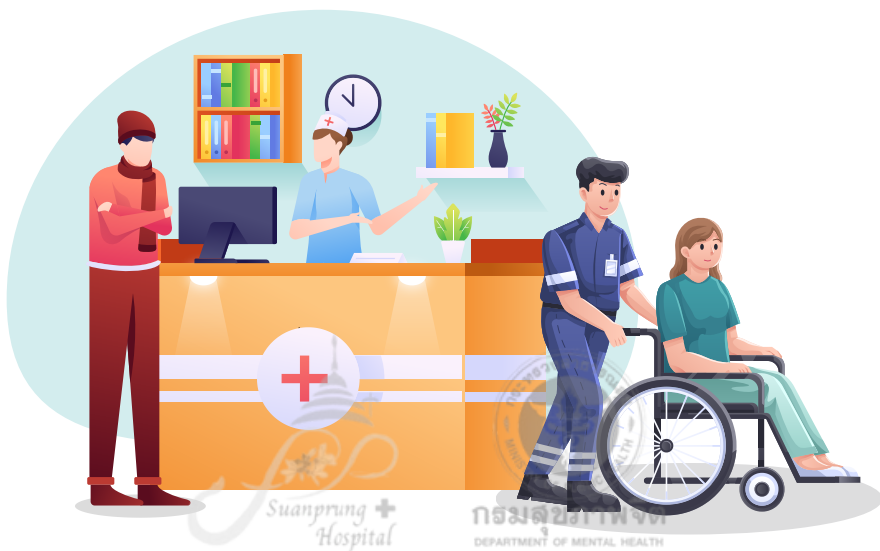


เพื่อน คนใกล้ชิด



แหล่งให้คำปรึกษา...ที่ผู้ให้
คนปรึกษาผ่านการอบรม
การให้คำปรึกษา

➤ เข้ารับบริการด้านสุขภาพจิตในโรงพยาบาลใกล้บ้าน



➤ บำบัดช่วยเหลือด้านจิตใจ



รายชื่อคณะทำงาน

การดื่มสุราและการฆ่าตัวตาย

นายแพทย์กิตต์กวี โพธิ์โน	ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสวนปรุง
นางจารุณี รัชมีสิริวัฒน์	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ
นางทิพศมัย ทายะรังษี	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ
นางสาวโสฬวรรณ อินทสิทธิ์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
นางสาวธัญญา ดีกล้า	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
นางสาวอรพิมล ตันยศ	นักวิเคราะห์นโยบายและแผนงาน
นางสาวธัญชนก มะโนกิจ	นักจัดการงานทั่วไป

ลิขสิทธิ์โรงพยาบาลสวนปรุง

Copyright© by Suanprung Hospital

โรงพยาบาลสวนปรุง

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

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

suanprung@suanprung.go.th



เว็บไซต์ โรงพยาบาลสวนปรุง



ลิขสิทธิ์โรงพยาบาลสวนปรุง

Copyright© by Suanprung Hospital

