



**COVID-19 MENTAL HEALTH**  
**(ทีม MCATT จ.ลำพูน)**



# แนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตาย

## (suicidal prevention program) ในวิกฤต COVID-19



กรมสุขภาพจิต  
Department of Mental Health

### ระดับบุคคล

#### มาตรการช่วยเหลือเยียวยาจิตใจระดับบุคคล 6 กลุ่มเป้าหมาย

1. ผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19)
2. ผู้ถูกกักกัน/ผู้ที่แยกสังเกตอาการ สถานการณ์ไวรัสโคโรนา
- 3.ญาติผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา / ผู้ถูกกักกัน/ผู้ที่แยกสังเกตอาการ
4. ผู้ป่วยจิตเวช
5. บุคลากรสาธารณสุข
6. ประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดไวรัสโคโรนา



#### เจ้าหน้าที่สาธารณสุข

ใช้แบบคัดกรองความวิตกกังวลต่อไวรัส COVID-19 กับกลุ่มเป้าหมายข้อที่ 1-4 ซึ่งประกอบด้วย การประเมินความวิตกกังวล/ST5/ 2Q/ 9Q

รายงานแบบสรุปการดูแลจิตใจกรณีสถานการณ์ COVID-19 ผ่าน Web App สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

#### บุคคลทั่วไป (ทั้งประชาชนและเจ้าหน้าที่)

เข้าไปทำแบบคัดกรองความวิตกกังวลต่อไวรัส COVID-19 ผ่าน Web App ประกอบด้วย ความวิตกกังวล (Anxiety) 5 ข้อ ความเครียด (ST5) ภาวะหมดไฟและ 2Q 9Q

สามารถแปลผลได้ทันที กรณีที่มีความเสี่ยงสูง จะมีคำแนะนำเบื้องต้น และมีช่องทางการติดต่อกลับผู้เชี่ยวชาญ สายด่วนสุขภาพจิต



# แนวทางการดูแลจิตใจ COVID-19 เขตสุขภาพที่ 1



เมนูแนวทางการดูแลจิตใจ COVID-19 เขตสุขภาพที่ 1

✎ แบบคัดกรองความกังวลต่อไวรัส  
COVID-19

✎ แบบสรุปการดูแลจิตใจใน  
สถานการณ์ COVID-19

✎ คู่มือปฏิบัติงานการดูแลจิตใจผู้  
ประสบภาวะวิกฤต

✎ แบบสำรวจความคืบ  
กันทางใจในชุมชน

✎ VDO

✎ INFO GRAPHIC



# แนวทางการป้องกันการฆ่าตัวตาย

## (suicidal prevention program) ในวิกฤต COVID-19



### ระดับชุมชน

#### มาตรการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันในกลุ่มชุมชน

#### โดยศูนย์สุขภาพจิตที่ 1

- 2 ไข -

4 สร้าง 2 ไข

- 2 ไข -



สื่อสาร "รวดเร็วทันเหตุการณ์ ถูกต้อง ชัดเจน"

ประชุม  
ชี้แจง

ประเมิน  
ความเข้มแข็ง  
ชุมชน

ทำคลิป  
VDO  
4สร้าง2ไข

รับสมัครพื้นที่

เผยแพร่คลิป  
4สร้าง2ไข

1. ประชุม  
เครือข่าย  
ผู้รับผิดชอบงาน  
MCATT ระดับเขต  
ผ่านกลุ่มไลน์  
MCATTCovid-19

2. ให้ชุมชนทำ  
แบบ Checklist  
14ข้อ ชุมชน  
ผ่าน QR code  
เริ่มประเมิน  
20 เม.ย.63

3. นำเสนอแนวทาง  
การดำเนินงาน  
ส่งเสริมสุขภาพจิต  
ประชาชนในชุมชน  
ด้วยหลัก 4สร้าง2ไข  
ในรูปแบบคลิป VDO

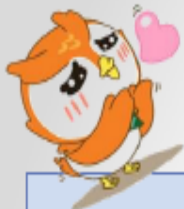
4. รับสมัคร  
พื้นที่เพื่อเรียนรู้  
ชุดเทคโนโลยี 4  
สร้าง 2 ไข โดย  
การเรียนผ่าน  
คลิป VDO

5. เริ่มเผยแพร่  
คลิป VDO 4  
สร้าง 2 ไข  
เครือข่ายในวันที่  
1 พ.ค.63

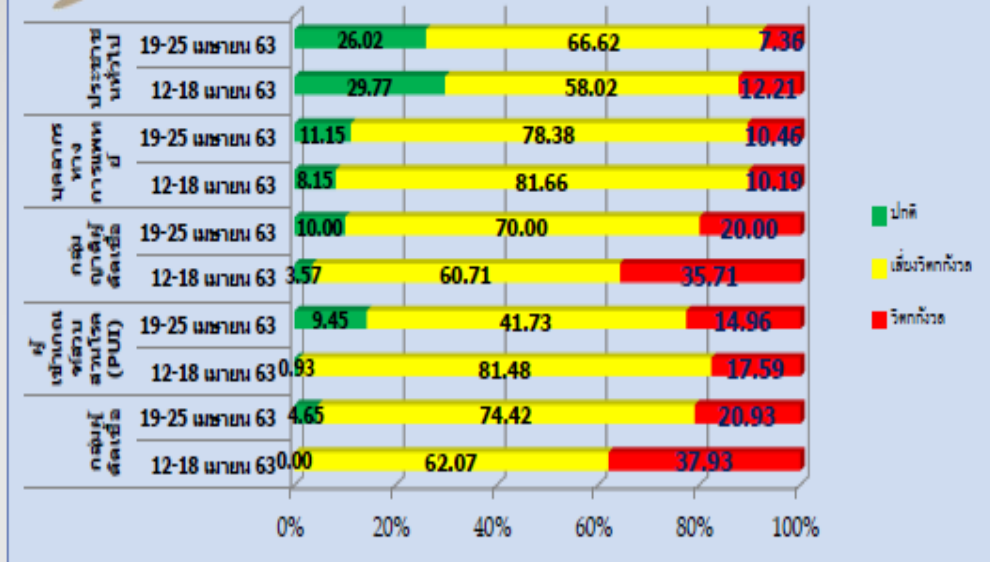
# กิจกรรมระดับชุมชน มาตรการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันชุมชน

- ▶ กิจกรรมที่ 1 ชี้แจง แนวทางการดำเนินงานสร้างเสริมภูมิคุ้มกันชุมชน Webex (30 เม.ย. 63)  
กลุ่มเป้าหมาย ผู้รับผิดชอบงานสุขภาพจิต รพท. รพช. รพ.สต. สสอ.
- ▶ กิจกรรมที่ 2 ประชาสัมพันธ์องค์ความรู้ ผ่านคลิป VDO (เริ่ม 23. เม.ย. 63)
- ▶ กิจกรรมที่ 3 ให้ชุมชนทำแบบ Check List 14ข้อ ชุมชน ผ่าน QR code (เริ่มประเมิน 20 เม.ย.63)  
กลุ่มเป้าหมาย พื้นที่เสี่ยง (ผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) ผู้ถูกกักกัน/ผู้ที่แยกสังเกตอาการ  
สถานการณ์ไวรัสโคโรนา ญาติผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา /ผู้ถูกกักกัน/ผู้ที่แยกสังเกตอาการ ผู้ป่วยจิตเวช )  
ทุกจังหวัด ช่วง 3 เดือนหลังจากเข้าสู่ภาวะปกติ ประเมินครบทุกพื้นที่
- ▶ กิจกรรมที่ 4 สรุปติดตามแลกเปลี่ยน ถอดบทเรียนระดับหมู่บ้าน (ส.ค. 63)
- ▶ กิจกรรมที่ 5 ในสถานการณ์ที่ปกติ พัฒนาพื้นที่ต้นแบบทุกจังหวัด จังหวัดละ 1 พื้นที่

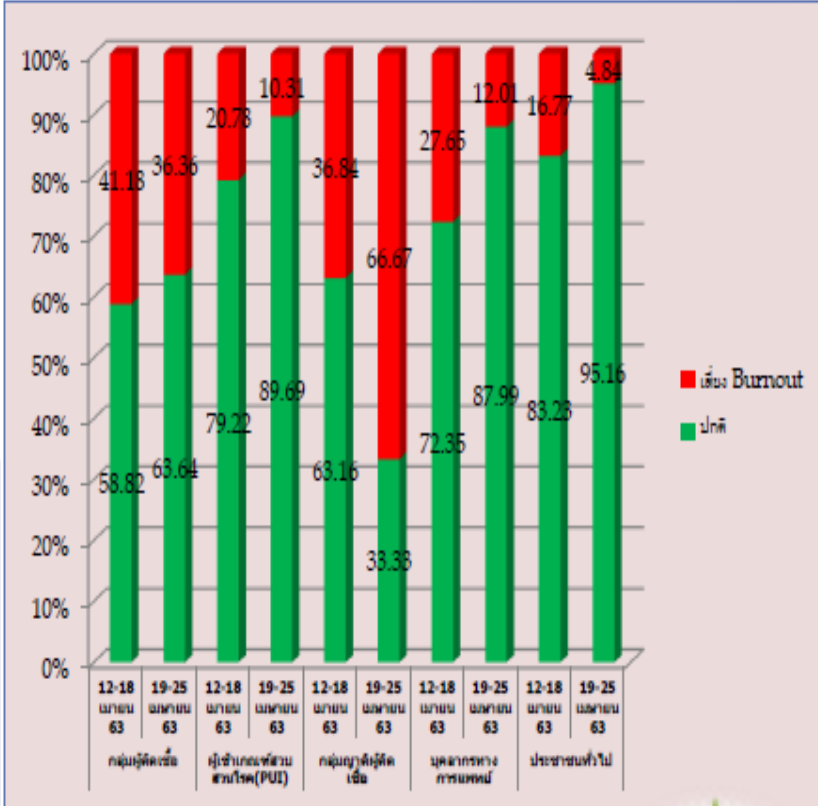
# COVID-19 MENTAL HEALTH REPORT HR1



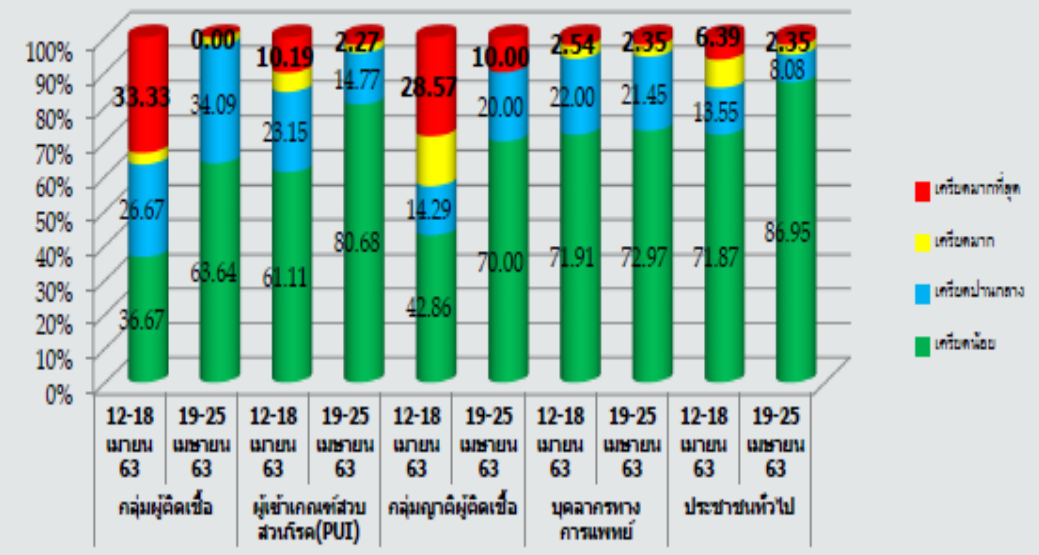
## แผนภูมิความวิตกกังวล



## แผนภูมิภาวะหมดไฟ Burn out



## แผนภูมิความเครียด

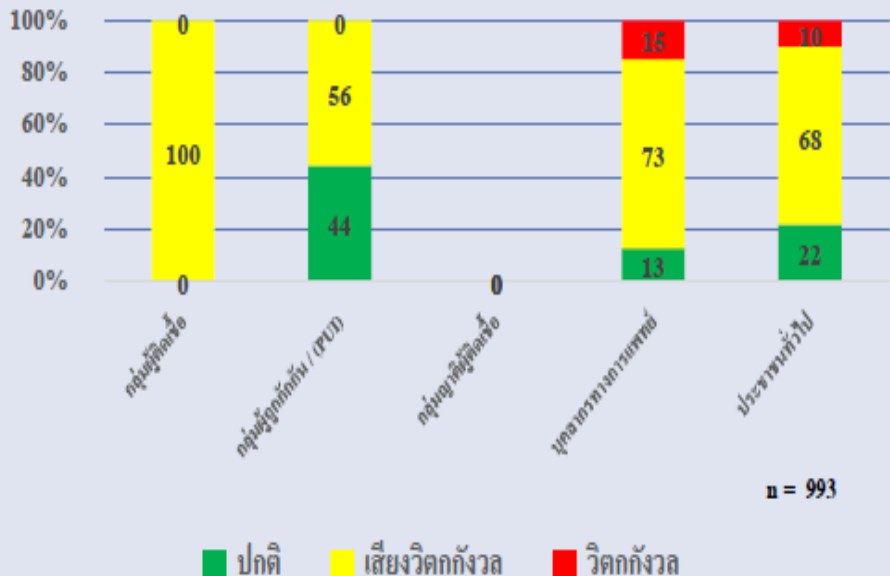


แหล่งข้อมูลและจัดทำโดย : website ศูนย์สุขภาพจิตที่ 1 (กรมสุขภาพจิต) ณ วันที่ 27 เมษายน 2563

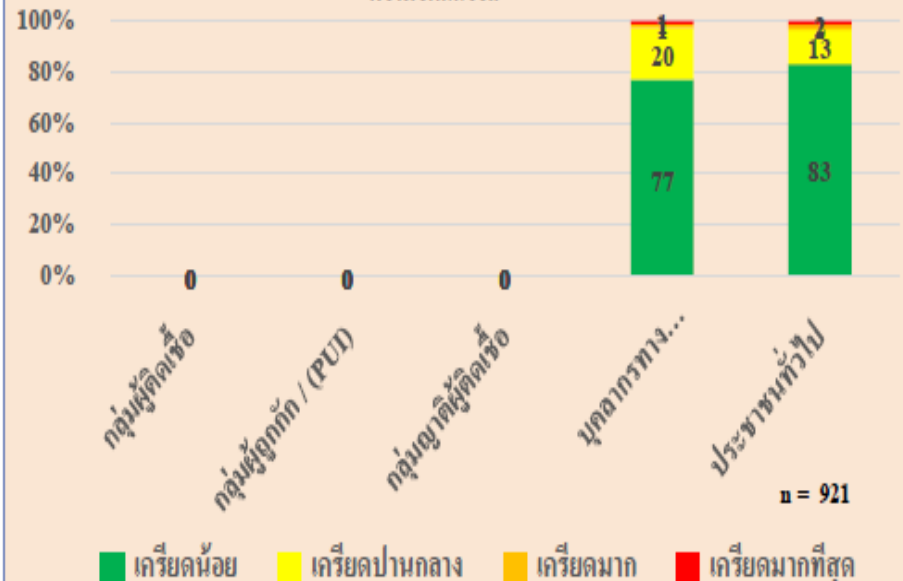


# รายงานการประเมินภาวะทางจิตในเขตสุขภาพที่ 1 จังหวัดลำพูน (แยกตามกลุ่ม)

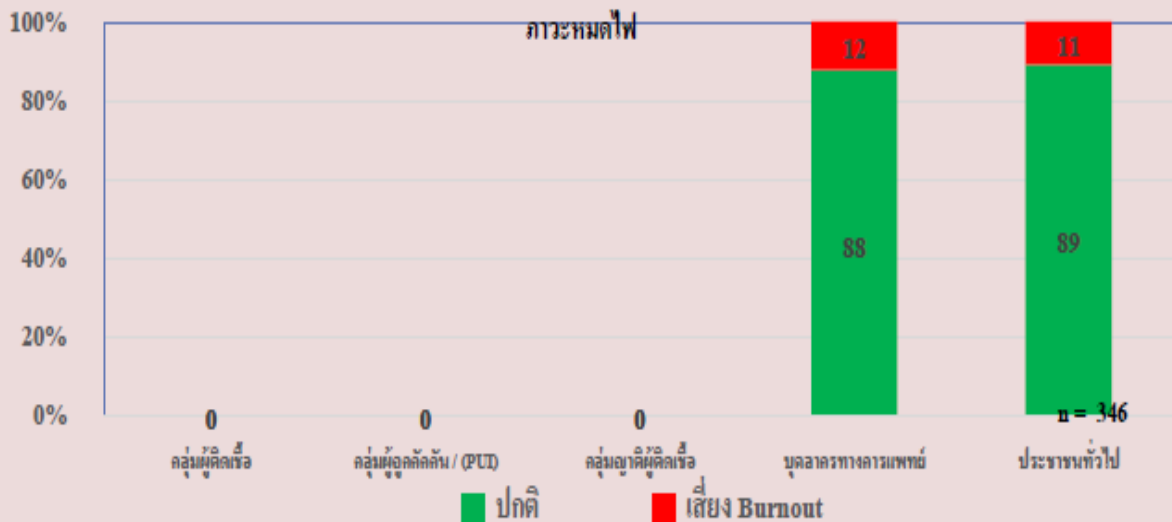
ความวิตกกังวล




ความวิตกกังวล



ภาวะหมดไฟ



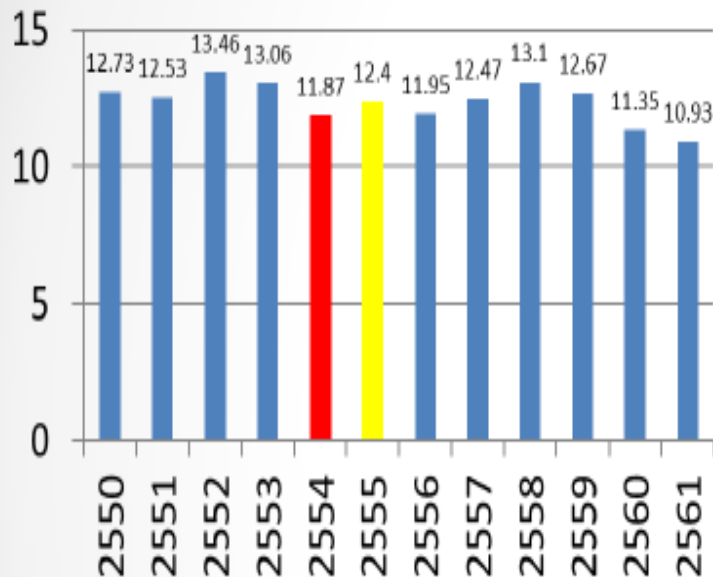


สถานการณ์การฆ่าตัวตาย  
ปี 2560 - 2563



อัตราการฆ่าตัวตาย ช่วงปี พ.ศ. 2550-2561  
 ของเขตสุขภาพที่ 1  
 10.93- 13.46 ต่อแสนประชากร

ที่มา [https://www.dmh.go.th/report/suicide/stat\\_prov.asp](https://www.dmh.go.th/report/suicide/stat_prov.asp)

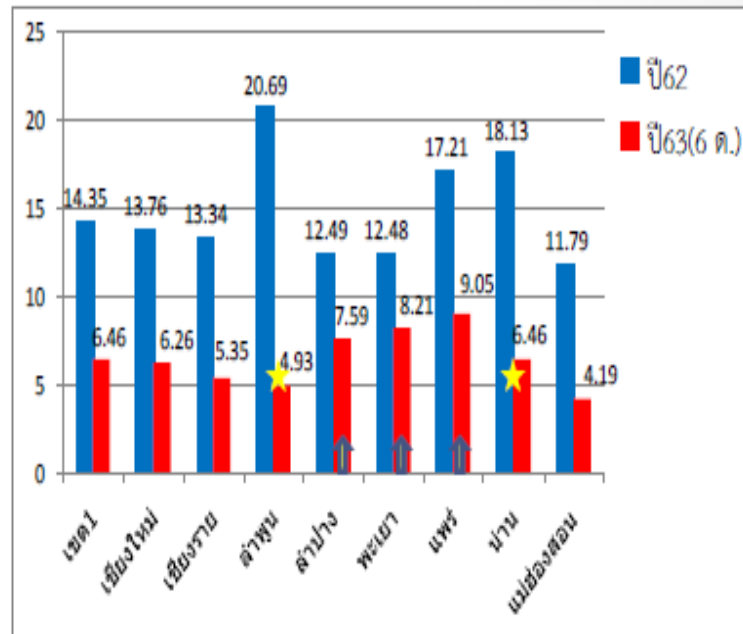


ปี 2554 วิกฤตน้ำท่วม

ปี 2555 หลังวิกฤตน้ำท่วม

อัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จต่อแสนประชากร ปี 62 - 63 (6 เดือน)

ที่มา ข้อมูลรายงานสุขภาพจิตจังหวัด



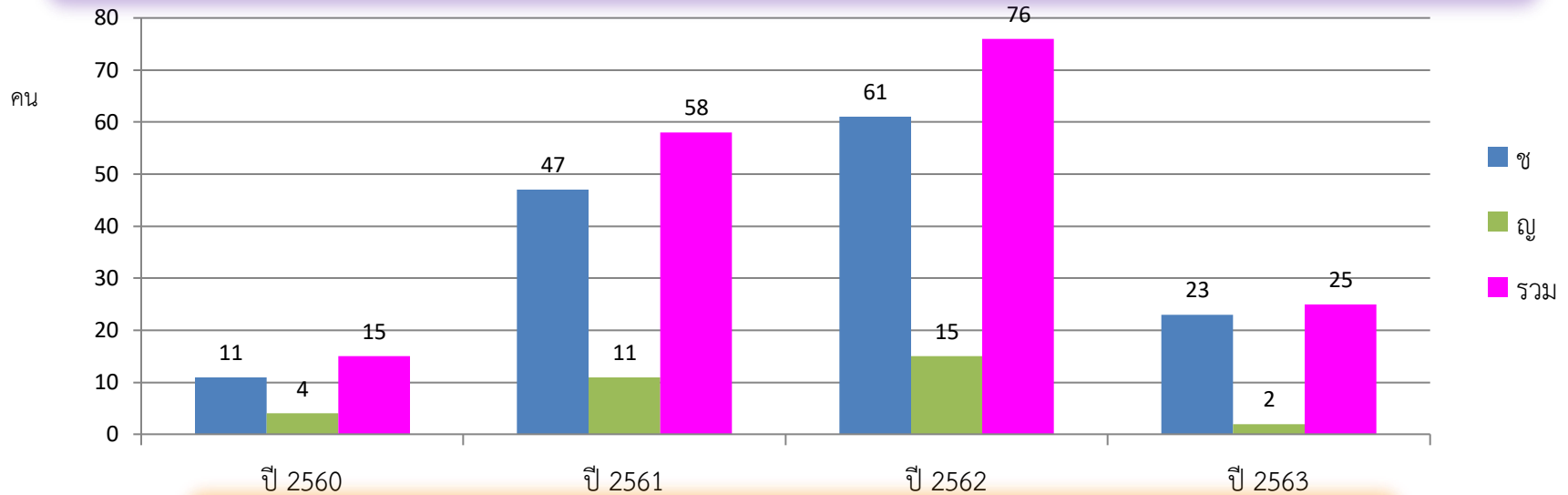
ปี 2562 จำนวน 800 คน = 14.43

ปี 2563 จำนวน 360 คน = 6.46 (6 ด.)

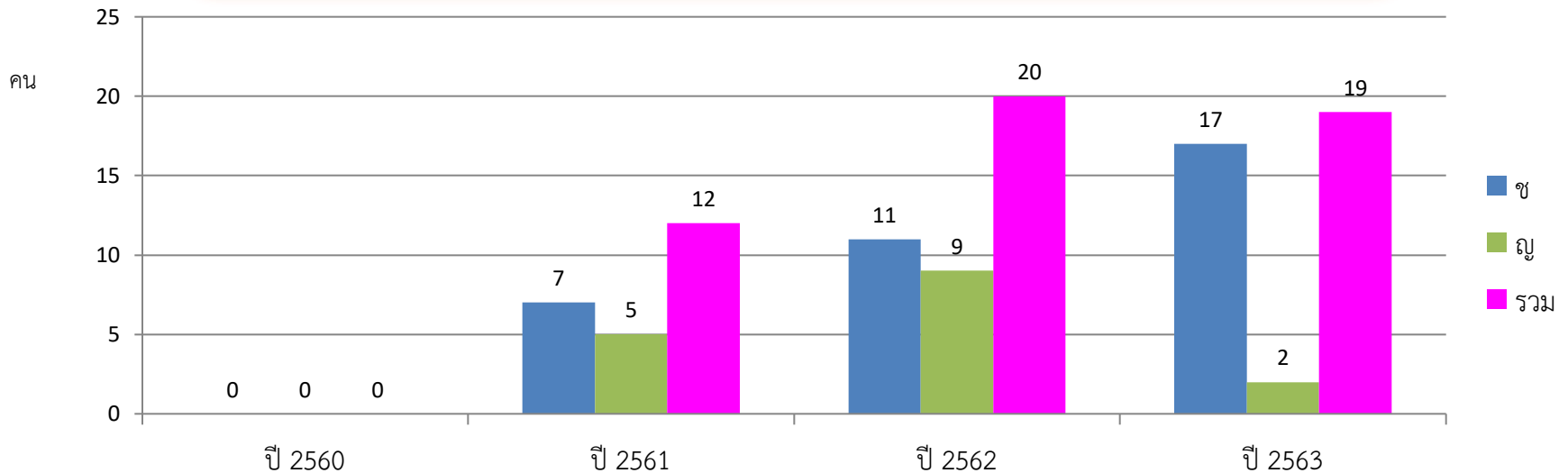
# ปัจจัยที่สัมพันธ์/เกี่ยวข้องกับ การฆ่าตัวตายปี 2561, 2562

2561	2562	ร้อยละ
ความสัมพันธ์		ร้อยละ
67.71%		
	74.05	น้อยใจถูกดูต่ำตำหนิ
		ทะเลาะกับคนใกล้ชิด
		ความรักหึงหวง
การเจ็บป่วยเรื้อรัง (กาย -จิต)		
52.1%	55.67	โรคทางจิตเวช
		ซึมเศร้า
		โรคจิต
มีประวัติทำร้ายตนเองซ้ำ		
10.52%	12.37	
สุรา		
29.64%	32.64	
		คะแนน AUDIT>16
		มีอาการมีนเมาระหว่างทำร้ายตนเอง
ยาเสพติด		
7.51%	10.57	คะแนน V2>27

## แผนภูมิแสดงจำนวนผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จ จังหวัดลำพูน ระหว่างปี พ.ศ. 2560 - 2563



## แผนภูมิแสดงจำนวนผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จจังหวัดลำพูน ช่วงเดือน กพ.-เมย.

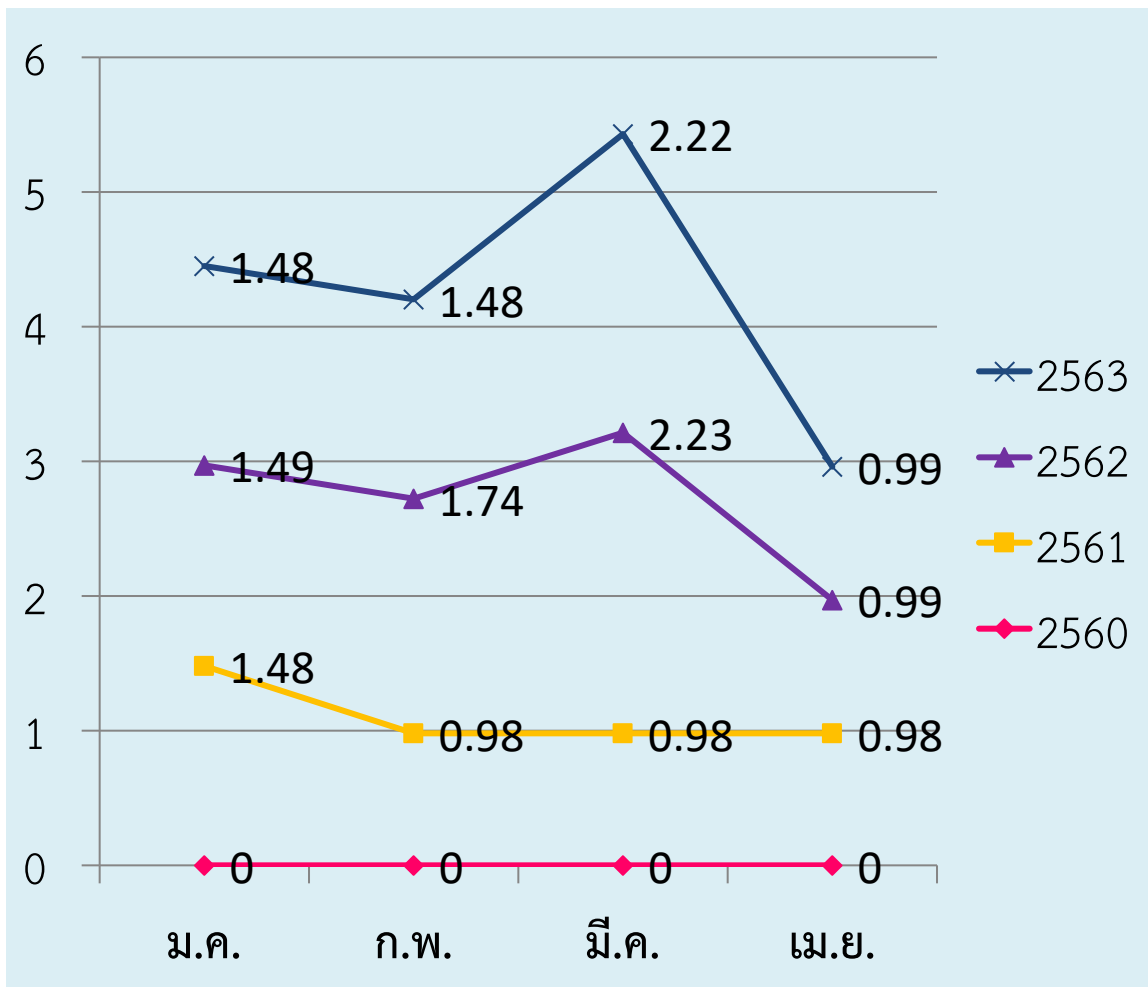




# กราฟเปรียบเทียบอัตราผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จต่อแสนประชากร

เดือน มกราคม – เมษายน ปี 2560 - 2563

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง  
กลุ่มงานควบคุมโรคติดต่อสุขภาพจิตและยาเสพติด



**แยก อัตราผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จ ดังนี้**

- โรคทางกาย ปี 60= 0 คน,ปี 61= 17คน ,  
ปี 62= 12 คน และปี 63= 13 คน
- โรคทางจิต ปี 60= 0 คน, ปี 61= 0 คน,  
ปี 62= 3คน และปี 63= 5 คน
- ด้านอื่นๆ ปี 60= 0 คน,ปี 61= 1 คน,  
ปี 62= 11 คน และปี 63 = 7 คน



กรมสุขภาพจิต  
กองส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต

Thank you