

ปัญหาสุขภาพจิตในชุมชน

สาเหตุการติดยาเสพติด

๑. สาเหตุที่เกิดจากความรู้อาจไม่ถึงขั้นการฉ้อโกง

จำแนกตามการออกฤทธิ์ต่อระบบประสาท แบ่งเป็น ๔ ประเภท

๑. **อยากทดลอง** เกิดจากความอยากรู้อยากเห็นซึ่งเป็นนิสัยของคนโดยทั่วไป และโดยที่ไม่คิดว่าตนจะติดสิ่งเสพติดนี้ได้ จึงไปทำการทดลองใช้สิ่งเสพติดนั้น ในการทดลองใช้ครั้งแรกๆ อาจมีความรู้สึกดีหรือไม่ดีก็ตาม ถ้ายังไม่ติดสิ่งเสพติดนั้น ก็อาจประมาณ ไปทดลองใช้สิ่งเสพติดนั้นอีก จนใจที่สุดก็ติดสิ่งเสพติดนั้น หรือ ถ้าไปทดลองใช้สิ่งเสพติดบางชนิด เช่น เฮโรอีน แม้จะเสพเพียงครั้งเดียว ก็อาจทำให้ติดได้

๒. **ความคึกคะนอง** คนบางคนมีความคึกคะนอง ชอบพูดอวดเก่งเป็นนิสัย โดยเฉพาะวัยรุ่นมักจะมีนิสัยดังกล่าว คนพวกนี้อาจแสดงความเก่งกล้าของตน ในกลุ่มเพื่อนโดยการแสดงการใช้สิ่งเสพติดชนิดต่าง ๆ เพราะเห็นแก่ความสนุกสนาน ตื่นเต้น และให้เพื่อนฝูงยอมรับว่าตนเก่ง โดยมีได้คำนึง ถึงผลเสียหาย หรือ อันตรายที่จะเกิดขึ้นในภายหลังแต่อย่างไร ในที่สุดตนเองก็กลายเป็นคนติดสิ่งเสพติดนั้น

๓. **การชักชวนของคนอื่น** อาจเกิดจากการเชื่อตามคำชักชวนโฆษณา ของผู้ขายสินค้าที่เป็นสิ่งเสพติดบางชนิด เช่น ยากระตุ้นประสาทต่างๆ ยาขยัน ยาม้า ยาบ้า เป็นต้น โดยผู้ขายโฆษณาสรรพคุณของสิ่งเสพติดนั้นว่ามีคุณภาพดีสารพัดอย่างเช่น ทำให้มีกำลังวังชา ทำให้มีจิตใจแจ่มใส ทำให้มีสุขภาพดี ทำให้มีสติปัญญาดี สามารถรักษาโรคได้บางชนิด เป็นต้น ผู้ที่เชื่อคำชักชวนโฆษณาดังกล่าวจึงไปซื้อตามคำชักชวนของเพื่อนฝูง ซึ่งโดยมากเป็นพวกที่ติดสิ่งเสพติดนั้นอยู่แล้ว ด้วยความเกรงใจเพื่อน หรือ เชื่อเพื่อน หรือ ต้องการแสดงว่าตัวเป็นพวกเดียวกับเพื่อน จึงใช้สิ่งเสพติดนั้น

๒. สาเหตุที่เกิดจากการถูกหลอกลวง

ปัจจุบันนี้มีผู้ขายสินค้าประเภทอาหาร ขนม หรือเครื่องดื่มบางรายใช้สิ่งเสพติดผสมลงในสินค้าที่ขาย เพื่อให้ผู้ซื้อสินค้านั้นไปรับประทานเกิดการติด อยากรมาซื้อไปรับประทานอีก ซึ่งในกรณีนี้ ผู้ซื้ออาหารนั้นมารับประทาน จะไม่รู้สึกรู้ว่าตนเองเกิดการติดสิ่งเสพติดขึ้นแล้ว รู้แต่เพียงว่าอยากรับประทานอาหาร ขนม หรือเครื่องดื่มที่ซื้อจากร้านนั้น ๆ กว่าที่จะทราบก็ต่อเมื่อตนเองรู้สึกผิดสังเกตุต่อความต้องการจะซื้ออาหารจากร้านนั้นมารับประทาน หรือต่อเมื่อ มีอาการเสพติดรุนแรง และมีสุขภาพเสื่อมลง

๓. สาเหตุที่เกิดจากความเจ็บป่วย

๑. คนที่มีอาการเจ็บป่วยทางกายเกิดขึ้นเพราะสาเหตุต่าง ๆ เช่น ได้รับบาดเจ็บรุนแรง เป็นแผลเรื้อรัง มีความเจ็บปวดอยู่เป็นประจำ เป็นโรคประจำตัวบางอย่าง เป็นต้น ทำให้ได้รับทุกข์ทรมานมาก หรือ เป็นประจำ จึงพยายามแสวงหาวิธีที่จะช่วยเหลือนตนเองให้พ้นจากความทุกข์ทรมานนั้นซึ่งวิธีหนึ่งที่ได้ง่ายคือการรับประทานยาที่มีฤทธิ์ระงับอาการเจ็บปวดนั้นได้ ซึ่งไม่ใช่เป็นการรักษาที่เป็นต้นเหตุของความเจ็บป่วย เพียงแต่ระงับอาการเจ็บปวดให้หมดไปหรือลดน้อยลงได้ชั่วคราว เมื่อฤทธิ์ยาหมดไปก็จะต้องกลับไปปวดใหม่ ผู้ป่วยก็จะใช้ยานั้นอีก เมื่อทำเช่นนี้ไปนานๆ เกิดอาการติดยานั้นขึ้น

๒. ผู้ที่มีจิตใจไม่เป็นปกติ เช่น มีความวิตกกังวล เครียด มีความผิดหวังในชีวิต มีความเศร้าสลดเสียใจ เป็นต้น ทำให้สภาวะจิตใจไม่เป็นปกติจนเกิดการป่วยทางจิตขึ้น จึงพยายามหาหรือสิ่งเสพติดที่มีฤทธิ์สามารถคลายความเครียดจากทางจิตได้ชั่วคราวหนึ่งมารับประทาน แต่ไม่ได้รับการรักษาที่ต้นเหตุเมื่อยาหมดฤทธิ์ จิตใจก็จะกลับเครียดอีก และ ผู้ป่วยก็จะเสพสิ่งเสพติด ถ้าทำเช่นนี้ ไปเรื่อยๆ ก็จะทำให้ผู้นั้นติดยาเสพติดในที่สุด

๓. การไปซื้อยามารับประทานเองโดยไม่ทราบสรรพคุณยาที่แท้จริงขนาดยาที่ควรรับประทาน การรับประทานยาเกินจำนวนกว่าที่แพทย์ได้สั่งไว้ การรับประทานยาบางชนิดมากเกินไป หรือรับประทานติดต่อกันนานๆ บางครั้งอาจมีอาการถึงตายได้ หรือบางครั้งทำให้เกิดการเสพติดยานั้นได้

๔.สาเหตุอื่นๆ

การอยู่ใกล้แหล่งขายหรือใกล้แหล่งผลิต หรือ เป็นผู้ขายหรือผู้ผลิตเอง จึงทำให้มีโอกาสติดสิ่งเสพติดให้โทษนั้นมากกว่าคนทั่วไป

เมื่อมีเพื่อนสนิทหรือพี่น้องที่ติดสิ่งเสพติดอยู่ ผู้นั้นย่อมได้เห็นวิธีการเสพ ของผู้ที่อยู่ใกล้ชิด รวมทั้งใจเห็นพฤติกรรมต่างๆ ของเขาด้วย และยังอาจได้รับคำแนะนำหรือชักชวนจากผู้เสพด้วย จึงมีโอกาสติดได้

๑. คนบางคนอยู่ในสภาพที่มีปัญหา เช่น ว่างาน ยากจน ค่าใช้จ่ายเพิ่มโดยมีรายได้ลดลง หรือคงที่มีหนี้สินมาก ฯลฯ เมื่อแก้ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ไม่ได้ก็หันไปใช้สิ่งเสพติด ช่วยผ่อนคลายความรู้สึก ในความทุกข์ยากต่างเหล่านี้ แม้จะรู้ว่าเป็นชั่วครู่ช่วยยามก็ตาม เช่น กลุ่มใจที่เป็นหนี้คนอื่นก็ไปกินเหล้า หรือ สูบกัญชาให้เมาเพื่อที่จะได้ลืมเรื่องหนี้สิน บางคนต้องการรายได้เพิ่มขึ้น โดยพยายามทำงานให้หนัก และ มากขึ้น ทั้ง ๆ ที่ร่างกายอ่อนเพลียมากจึงรับประทานยากระตุ้นประสาทเพื่อให้สามารถทำงานต่อไปได้ เป็นต้น ถ้าทำอยู่เป็นประจำทำให้ติดสิ่งเสพติดนั้นได้

๒. การเลียนแบบ การที่ไปเห็นผู้ที่ตนสนิทสนมรักใคร่หรือเพื่อน จึงเห็นว่าเป็นสิ่งน่าลอง เป็นสิ่งโก้เก๋ เป็นสิ่งแสดงความเป็นพวกเดียวกัน จึงไปทดลองใช้สิ่งเสพติดนั้นจนติด

๓. คนบางคนมีความผิดหวังในชีวิตตนเอง ผิดหวังในชีวิตครอบครัว หรือผิดหวังในชีวิตสังคม เพื่อเป็นการประชดตนเองหรือคนอื่น จึงไปใช้สิ่งเสพติดจนติด ทั้งๆ ที่ทราบว่าเป็นสิ่งไม่ดี ก็ตาม

สาเหตุสำคัญที่ทำให้ติดยาเสพติด

โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มวัยรุ่น คือ

๑. **จากการถูกชักชวน** การถูกชักชวนนี้อาจจะเกิดจากเพื่อนสนิทที่กำลังติดยาอยู่และอยากจะให้เพื่อนลองบ้าง ปัญหานี้มักจะเกิดกับเด็กที่มีปัญหาทางครอบครัวขาดความอบอุ่น ใจแตก เอาเพื่อนเป็นที่พึ่งนอกจากนี้ผู้ที่อยู่ในแหล่งที่มีการซื้อขายยาเสพติด ก็อาจได้รับการ ชักจูง คุณภาพของยาเสพติด ว่าดีต่าง ๆ นานา เช่น อาจจะบอกว่า เมื่อเสพแล้วจะทำให้ปลอดภัย โปร่ง เหมาะแก่การเรียนการทำงาน การชักจูงดังกล่าวอาจจะเกิดขึ้นในขณะที่ผู้ถูกชักจูง กำลังมึนเมา สุราเที่ยวเตร่กัน จึงทำให้เกิดการติดยาได้

๒. **จากการอยากทดลอง** อยากรู้อยากเห็น อยากจะรู้สึกรสชาติ อยากสัมผัส โดยคิดว่าคงจะไม่ติดง่าย ๆ แต่เมื่อ ทดลอง เสพเข้าไปแล้วมักจะติด เพราะยาเสพติดในปัจจุบัน เช่น เฮโรอีน จะติดง่ายมาก แม้เสพเพียงครั้งหรือสอง ครั้ง ก็ติดแล้ว

๓. **จากการถูกหลอกลวง** ยาเสพติดมีรูปแบบต่าง ๆ มากมาย ผู้ถูกหลอกลวงไม่ทราบว่าเป็นสิ่ง ที่ ตนได้กินเข้าไปนั้น เป็นยาเสพติดให้โทษร้ายแรง คิดว่าเป็นยาธรรมดาไม่มีพิษร้ายแรง อะไรตามที่ผู้หลอกลวงแนะนำผลสุดท้าย กลายเป็นผู้ติดยาเสพติดไป

๔. **เหตุทางกาย ความเจ็บป่วยทางกาย** เช่น ต้องถูกผ่าตัดหรือเป็นโรคปวดศีรษะ เป็นหืด เป็นโรคประสาทได้รับ ความทรมาณทางกายมากผู้ป่วยต้องการบรรเทา พยายามช่วยตัวเองมานานแต่ก็ไม่หาย จึงหันเข้าหา ยาเสพติด จนติดยาในที่สุด

๕. **จากความคึกคะนอง** บุคคลประเภทนี้คิดว่าตัวเองเป็นคนเก่งอยากลองซึ่งรู้แก่ใจว่า ยาเสพติดให้โทษเป็นสิ่งไม่ดีแต่ด้วยความที่คึกคะนองเป็นวัยรุ่นไม่เกรงกลัวอะไร ต้องการแสดง ความเด่นดั่งอวดเพื่อนว่าข้านี้คือพระเอก ขาดความยั้งคิดจึงเสพยา เสพติดและติดยาในที่สุด

๖. **จากสิ่งแวดล้อม** เช่น สถานที่อยู่อาศัยแออัด เป็นแหล่งสลัม หรือเป็นแหล่งที่มีการเสพยาและค้ายาเสพติด ภาวะทางเศรษฐกิจบีบคั้นจิตใจ เป็นต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่มีอิทธิพลเหนือจิตใจผลักดันให้ผู้ที่อยู่ในสภาพแวดล้อมดังกล่าว บางคนหันมาพึ่งยาเสพติดโดยคิดว่าจะช่วย ให้ตนเองหลุดพ้นจากสภาพต่าง ๆ ที่คับข้องใจเหล่านั้นได้

ประเภทของยาเสพติด

๑. **ออกฤทธิ์กดประสาท** เช่น ผีนมอร์ฟีน เฮโรอีน เซโคบาร์บิทาต (บาร์บิทูเรต) เหล้าแห้ง หรือโซโคบาล ทำให้ประสาทมึนชา สมอ อารมณ์ จิตใจ เฉื่อยชา
๒. **ออกฤทธิ์กระตุ้นประสาท** เช่น แอมเฟตามีน กระต้อม โคเคน พวักยาม้า ยาขยัน กระตุ้นเร่งประสาท ทำให้เกิดนิว ตื่นตัว กระวนกระวาย ประสาทไหวตัวอยู่เสมอ
๓. **ออกฤทธิ์หลอนประสาท** เช่น แอลเอสดี ทำให้เกิดประสาทหลอนเห็นภาพผิดไปจากปกติ
๔. **ออกฤทธิ์ผสมผสานกัน** ทั้งกดประสาท กระตุ้นประสาท และหลอนประสาท เช่น กัญชา

อาการ

๑. เด็กที่ติดยาเสพติดมีลักษณะอาการที่สังเกตเห็นได้หลายชนิด ทั้งทางด้านร่างกายและพฤติกรรม แสดงออกดังนี้
๒. หน้าตาเฉยเมยแบบคนที่มีความทุกข์
๓. ผอมซีด สุขภาพทรุดโทรม
๔. ความประพฤติเปลี่ยนไป ละเลยกิจวัตรประจำวัน ระเบียบวินัยลดหย่อน
๕. กลายเป็นคนเจ้าอารมณ์ หงุดหงิด ฉุนเฉียว ผิดปกติ โมโหง่าย
๖. มีลึกลับคมใน ชอบแยกตัวอยู่คนเดียวเงียบๆ
๗. เบื่อหน่ายงานและการเรียน ไม่มีแรง อ่อนเพลีย
๘. มักมียา อุปกรณ์แปลกๆ เก็บไว้ในห้องส่วนตัว
๙. อาจมีอุปกรณ์เกี่ยวกับยาเสพติด เช่น กระดาษ ตะกั่ว หลอดกาแฟ ไม้ขีด หลอดฉีดยา เป็นต้น
๑๐. ใช้เงินเปลืองผิดปกติ มีหนี้สิน บางครั้งขโมย
๑๑. สวมแว่นกันแดดตลอดเวลา เพื่อซ่อนแก้วตาที่ขาว เบิกกว้างหรือริบหรี่
๑๒. ใส่เสื้อแขนยาวตลอดเวลา เพื่อปกปิดรอยเข็มที่ฉีดยา
๑๓. มักชอบอยู่ในห้องเก็บของ ซ่อนตัวอยู่ในห้อง อยู่หลังส้วมเพื่อแอบสูบบุหรี่ เสพยา
๑๔. ถ้าอยู่ในห้องเรียน เด็กจะเกียจคร้าน ง่วงหงาวหาวนอน ตาหรี่ เพราะสู้แสงไม่ได้ เรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง

สาเหตุของการติดยาเสพติด

ทางด้านร่างกาย

- การจัดหาหรือซื้อสารเสพติดด้วยตนเองเนื่องจากมีอาการเจ็บปวดทางร่างกาย
- พวกรักษาตนเอง เช่น ประสบอุบัติเหตุแพทย์ให้ยาระงับปวดอยู่ชั่วขณะหนึ่ง ภายหลังได้ใช้ยาโดยไม่ปรึกษาแพทย์เพื่อช่วยตนเอง เลยทำให้ติดยาโดยไม่ตั้งใจ

ทางด้านจิตใจ

- พวกบุคลิกภาพผิดปกติ เช่น ต่อด้านสังคม ก้าวร้าว ชอบพึ่งพาผู้อื่น แยกตัวเองหรือซึมเศร้า
- พวกที่มีความกังวลใจ หวาดกลัว หรือป่วยเป็นโรคประสาทหรือโรคจิตมีอาการนอนไม่หลับ มักใช้ยาเสพติดระงับความรู้สึกจึงทำให้ติดได้

- สภาพครอบครัวแตกแยก พ่อแม่ไม่เข้าใจกัน เด็กขาดความอบอุ่น หรืออบรมเลี้ยงดูลูก ไม่ถูกต้อง หรือมีคนในครอบครัวติดสารเสพติด

ทางด้านสังคม

- ถูกเพื่อนชวน อยากรอง
- อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ใกล้ชิดกับพวกติดสารเสพติด
- ความกดดันทางสังคม เช่น มีปัญหาทางเศรษฐกิจ ไม่มีงานทำ

โทษของการติดยาเสพติด

โทษต่อร่างกายและจิตใจ

- ทำลายประสาทสมอง จิตใจเสื่อม ซึมเศร้า กังวล เลื่อนลอย และเป็นโรคจิตจากพิษยานั้นๆ
- เสียบุคลิกภาพ ขาดความสนใจตนเอง ขาดสติสัมปชัญญะ
- ร่างกายซูบซีด อ่อนเพลีย
- พิษยาทำลายอวัยวะต่างๆให้เสื่อมลง มีโรคแทรกได้ง่าย
- ประสบอุบัติเหตุได้ง่าย เพราะการควบคุมทางกล้ามเนื้อและระบบประสาทบกพร่อง

โทษต่อครอบครัว

- ขาดความรับผิดชอบต่อครอบครัวและญาติพี่น้อง
- เสียทรัพย์สินที่จะต้องซื้อยามาเสพ และรักษาตัว
- ขาดหลักประกันของครอบครัว ทำงานไม่ได้ ไม่เป็นที่วางใจ ของคนทั่วไป นำภัยมาสู่บุตร ภรรยา ญาติพี่น้อง

โทษต่อสังคม

- เป็นภัยต่อสังคม
- มีโอกาสเป็นอาชญากรประเภทลักขโมยได้ง่ายเนื่องจากมีรายจ่ายสูง

โทษต่อส่วนรวมและประเทศชาติ

- เป็นภัยอันตรายต่อผู้อื่น ชุมชนและประเทศชาติ เพิ่มงบประมาณของประเทศในการป้องกันปราบปรามและบำบัดรักษา
- ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจ และวัฒนธรรมของประเทศ

วิธีการแก้ไข

๑. การแก้ไขเด็กติดยาเสพติด ต้องการกำลังใจจาก ผู้ปกครองและครูเป็นอย่างมาก ฉะนั้น ผู้ปกครองและครูจึงมีส่วนสำคัญในการช่วยเด็กของตนให้หายจากการติดยาเสพติดซึ่งมีวิธีปฏิบัติดังนี้
๒. สร้างบรรยากาศในครอบครัวให้มีความสุข พ่อแม่ควรปรองดองกัน จะทำให้เด็ก มีความมั่นคงทางจิตใจ รู้สึกอบอุ่น
๓. พ่อแม่และครูต้องให้ความเป็นกันเองกับเด็ก จะทำให้เด็กแน่ใจว่าผู้ใหญ่พยายาม ที่จะเข้าใจเขาพร้อมที่จะช่วยเหลือเขาเด็กจะรู้สึกเป็นกันเองที่จะพูดคุยถึงปัญหา ของตนโดยไม่มีการขอร้องและควรพูดจาซักถามสาเหตุ เวลาที่เสพติดนานแค่ไหน อย่าประนามดูต่ำเด็กและควรหาทางช่วยเหลืออย่างรีบด่วน
๔. อธิบายให้เด็กเข้าใจและรู้โทษตามกฎหมายที่จะได้รับจากการใช้ยาเสพติด
๕. ให้เด็กได้รู้โทษของยาเสพติด
๖. ร่วมมือกับครูประจำชั้นเพื่อหาทางแก้ไข เช่น จัดกลุ่มอภิปรายกับเด็กนักเรียน ถึงพิษภัยและโทษของยาเสพติด ครูที่สนใจปัญหาต่างๆเหล่านี้และรับฟังเด็กด้วยท่าทีที่เห็นใจ จะช่วยเด็กได้อย่างมาก

๗. จัดกิจกรรมที่เสริมสร้างพลังใจ อารมณ์ ความนึกคิดไปในทางที่มีความหมาย เช่น ชมรมกีฬา ชมรมดนตรี
๘. พาเด็กไปพบแพทย์ตามสถานที่รับรักษาผู้ติดยาเสพติด หรือสถานที่บางแห่งรักษาด้วยสมุนไพร เช่น ที่ถ้ากระบอง จังหวัดสระบุรี
๙. ควรแยกเด็กจากสิ่งแวดล้อมเดิมหรือให้ห่างจากเพื่อนที่ติดยาเสพติดด้วยกัน เพื่อป้องกันไม่ให้กลับไปเสพยาอีก
๑๐. อธิบายให้เด็กเข้าใจว่าการเลิกยาเสพติดนั้นอยู่ที่การตัดสินใจของเขาเอง เขาต้องรับผิดชอบชีวิตของเขาเอง เขาต้องรับผิดชอบชีวิตของเขาเอง การที่เขาเลิกยาเสพติดได้จะทำให้อนาคตของเขาดีขึ้น

การติดยาเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชน มักจะเนื่องมาจากครอบครัว ไม่เป็นสุขมีความขัดแย้ง หรือปล่อยปละละเลยจนถูกชักจูงไปเสพยาได้ง่าย หรือใช้ยาเสพติดเป็นทางออกของชีวิต การสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นในครอบครัว การให้ความรักความเข้าใจ แก่เด็กและเยาวชนบุตรหลานของท่าน อย่างมีเหตุผลที่ถูกต้องเหมาะสมก็จะเป็นการป้องกันปัญหาการติดยาเสพติดได้

นอกจากนั้นครูก็มีส่วนสำคัญในการช่วยเหลือเด็ก ถ้าครูให้ความสนใจต่อเด็กบ้างทักทาย ถามปัญหา ถึงแม้บางครั้งจะช่วยให้ไม่ได้ไม่มาก แต่ครูก็สามารถที่จะแนะนำเด็กในทิศทางที่ถูกต้องและควร จะหาใครให้ช่วยเหลือ
