

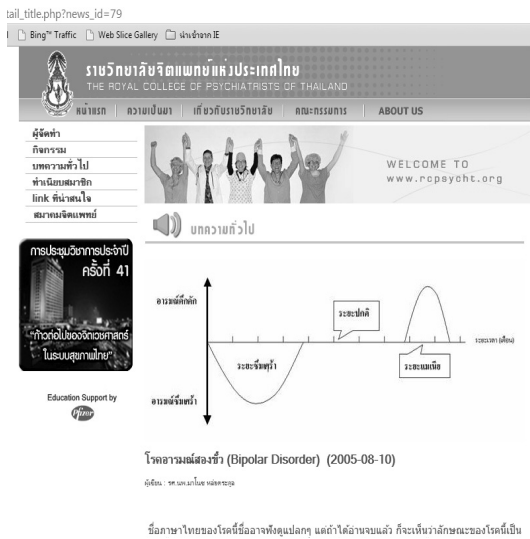
Bipolar Disorder

พ.ศ.ดร.สุภาวศ มีขนิมปุระ

ภาควิชาสรีรวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

สวัสดีค่ะ ฉบับนี้ IT zone จะขอแนะนำ ความรู้เรื่อง bipolar disorder โรคอารมณ์แปรปรวน หรือ อารมณ์สองขั้ว ผู้ที่มีอาการจะมีอารมณ์ไม่ปกติแตกต่างกันสุดขั้วจากซึมเศร้า เป็นคลุ้มคลั่งหรือเรียกว่าเมเนีย (mania) ได้ ลองมาดูนะค่ะว่าคนรอบๆตัวเราเป็นโรคนี้หรือเปล่า จาก website ของราชวิทยาลัยจิตแพทย์ แห่งประเทศไทย (http://www.rcpsycht.org/detail_title.php?news_id=79) เขียนบทความ โดย รศ.นพ.มาโนช หล่อตระกูล จากรูปจะเห็นได้ว่า ภาวะอารมณ์ของผู้ที่มีอาการจะมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงไปจากปกติเป็นช่วงๆ โดยอาจเป็นแบบซึมเศร้าตามด้วยช่วงเวลาที่เป็ปกติดี และจากนั้นอีกเป็นปีอาจเกิดอาการแบบเมเนียขึ้นมา แต่บางคนอาจเริ่มต้นด้วยอาการแบบเมเนียก่อน

ก็ได้ และอาจตามด้วยอาการด้านตรงข้ามหรืออาการปกติได้เช่นกัน โดยทั่วไปหญิงและชายมีโอกาสป่วยเป็นโรคนี้ได้พอๆ กัน ประมาณร้อยละ 1 พบเริ่มมีอาการครั้งแรกระหว่างช่วงอายุ 15-24 ปี โดยสาเหตุเกิดจากความผิดปกติทางสมองที่มีการทำงานของสมองและสารสื่อประสาทในสมองแปรปรวนไป อาจเกี่ยวข้องกับพันธุกรรมที่มีการถ่ายทอดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคได้ โดยเมื่อผู้ที่มีแนวโน้มเสี่ยงต่อการเกิดโรคเหล่านี้พบเหตุกดดันทางจิตใจ เช่น ตกงาน เครียด ออกหัก คนใกล้ชิดเสียชีวิต หรือมีการเสพยาใช้สารต่างๆ ก็จะไปกระตุ้นให้โรคที่แฝงเร้นอยู่นี้สำแดงอาการออกมาได้ โดยวิธีการรักษาจะให้ยา ร่วมกับการช่วยเหลือให้คำปรึกษาทางจิตใจ



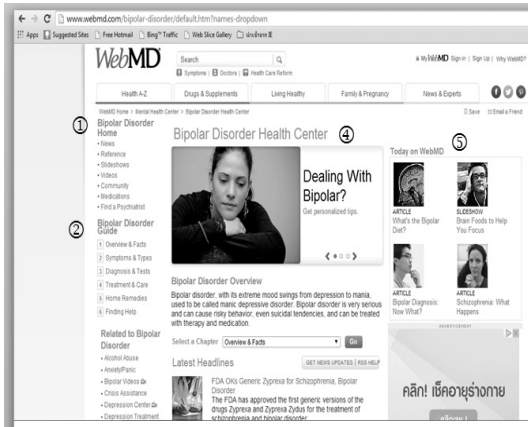
ในระยยะซึมเศร้า ผู้ที่มีอาการจะรู้สึกเบื่อหน่ายไปหมด จากเดิมชอบทำกิจกรรมอะไรที่ทำให้เพลิดเพลินใจก็จะไม่ทำ ไม่สนใจติดตาม เช่น อ่านหนังสือพิมพ์ ตัดละคร หรือดูข่าว สิ่งที่เคยทำให้ดีใจ กลับรู้สึกเฉยๆ บางคนจะมีอาการซึมเศร้าอารมณ์อ่อนไหวง่าย ร้องไห้เป็นว่าเล่น บางคนจะหงุดหงิด ขวางหูขวางตาไปหมด ทนเสียงดังไม่ได้ ไม่อยากให้ใครมารบกวน อาการเบื่อเป็นมากจนแม้แต่อาหารการกินก็ไม่สนใจ บางคนน้ำหนักลด ฮวบฮาบ อาจอยู่เฉยๆ ได้เป็นชั่วโมงๆ ความจำแยลง มักหลงๆ ลืมๆ เพราะใจลอย ตัดสินใจอะไรก็ได้ เพราะไม่มั่นใจไปเสียหมด เขาจะมองสิ่งต่างๆ ในแง่ลบไปหมด คิดว่าตัวเองเป็นภาระของคนอื่น ไม่มีใครสนใจตนเอง ถ้าตายไปคงจะดีจะพ้นทุกข์เสียที

สัญญาณอันตรายคือหากผู้ที่มีอาการมีทำที่บ่นอยากตาย ไม่รู้จะอยู่ไปทำไม หรือพูดทำนอง ผกาฝ่ง ลังเสีย ให้สนใจพยายามพูดคุยกับเขา และรีบพาไปพบแพทย์เพื่อรักษาโดยเร็ว

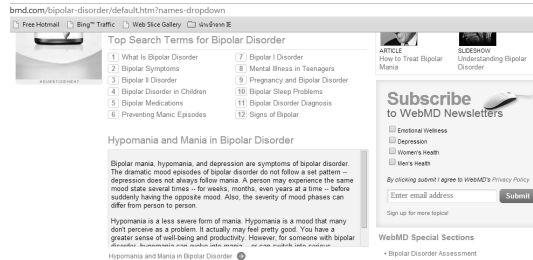
ในทางตรงกันข้าม ในระยยะคลุ้มคลั่งหรือเมเนีย อาการเปลี่ยนไปอีกชั่วหนึ่ง ผู้ที่มีอาการจะมั่นใจตัวเองมาก รู้สึกว่าตัวเองเก่ง ความคิดโอเดียดต่างๆ เล่นกระชูด เวลาคิดอะไรจะมองข้ามไป 2-3 ข้อตจนคนตามไม่ทัน การพูดจาจะลั่นไหลพูดเก่ง คล่องแคล่ว มนุษย์สัมพันธ์ดี เรียกว่าเจอใครก็เข้าไปทักไปคุย เห็นใครก็อยากจะช่วย ช่วงนี้เขาจะหน้าใหญ่ใจโต ใช้จ่ายเกินตัว พลังของเขาจะมีเหลือเฟือ นอนดึกเพราะมีเรื่องให้ทำเยอะ เยอะไปหมด ตีลิ้กตี่นแล้ว ตื่นมากก็ทำโน่นทำนี่เลยด้วยความที่เขาสนใจสิ่งต่างๆ มากมาย จึงทำให้เขาออกแวกมาก ไม่สามารถจดทนทำเรื่องใดเรื่องหนึ่งได้นานๆ เขาทำงานเยอะ แต่ก็ไม่เสร็จเป็นชิ้นเป็นอันสักอย่าง ความยับยั้งชั่งใจตนเองมีน้อยมาก เรียกว่าพอนึกอยากจะทำอะไรต้องทำทันที หากมีใครมาห้ามจะโกรธรุนแรง อาการในระยยะนี้หากเป็นมากๆ จะพูดไม่หยุด เสียงดัง เอาแต่ใจตัวเอง โกรธรุนแรงถึงขั้นอาละวาดถ้ามีคนขัดขวาง

นี่คงเป็นข้อมูลพื้นฐานให้ทราบเกี่ยวกับโรคอารมณ์แปรปรวนได้ส่วนหนึ่งหากต้องการศึกษาในรายละเอียดลองเข้าไปที่ website ของ webmd ตาม URL นี้ นะคะ <http://www.webmd.com/bipolar-disorder/default.htm?names-dropdown> ไปที่ Bipolar Disorder Health Center ดู ที่ column ด้านซ้ายมือ (1) Bipolar Disorder Home จะมีแหล่งสื่อรูปแบบต่างๆที่เราสนใจให้สืบค้นต่อไปเช่น ข่าว เอกสารอ้างอิง สไลด์ วีดิทัศน์ เป็นต้น Bipolar Disorder Guide (2) ก็จะเป็นข้อมูลด้านความรู้ทั่วไป การวินิจฉัย การ

รักษา เป็นต้น ส่วนที่ (๓) จะเป็นสิ่งที่สัมพันธ์กับ Bipolar Disorder คอลัมน์ที่อยู่ตรงกลางจะเป็น ส่วนข้อมูลของ Bipolar Disorder (๔) คอลัมน์ ที่อยู่ด้านขวา (๕) จะเป็น Today on WebMD จะเป็นเรื่องที่นำเสนอใจประจำวัน



สำหรับคอลัมน์ที่อยู่ตรงกลางหากเลื่อนลงไปด้านล่างของหน้าก็จะพบ Top Search Terms for Bipolar Disorder และ เนื้อหาที่น่าสนใจ



Health Solutions From Our Sponsors

- Exercise & Diabetes Plan
- High Triglycerides?
- Help for Alzheimer's
- Genetics Dyslexia?
- Managing IBS-C Symptoms
- Low T Medication
- GA Doctor Answers
- Learn About Triglycerides
- Obese/Overfit Knees Pain
- Long-Aging Insulin?
- Learn About Triglycerides
- Digestive Balance-Prebiotic
- ED Symptoms?
- Duggan's Disease?
- Manage Triglycerides
- Stages of Alzheimer's

More From WebMD: High Cost & No... | OA Basics | Ulcerative Colitis Diet | Crohn's Disease | Arthritis Assessment | Low Testosterone | Joint Replacement | IV Myths

คะหวังว่าท่านผู้อ่านคงพอจะได้ทราบแล้วว่า ตัวท่านหรือคนที่อยู่รอบๆตัวท่านมีอาการเข้าข่ายไหม และหากไม่แน่ใจว่าตนเองหรือคนใกล้ชิด เป็นหรือเปล่าก็ให้ไปพบแพทย์เพื่อปรึกษา ก่อน แต่หากท่านเป็นแล้วก็ควรติดตามการรักษาอย่างสม่ำเสมอ โดยญาติมีส่วนสำคัญมากในการรักษา ดังนั้นหากท่านเป็นญาติผู้ป่วยโรคอารมณ์แปรปรวน ก็ควรทำความเข้าใจอาการของผู้ป่วย สนับสนุนให้กำลังใจ เพราะจะเป็นการช่วยส่งเสริมให้ควบคุมอาการอารมณ์แปรปรวนของผู้ป่วยได้ ด้วยรักและปรารถนาดีแต่ท่านผู้อ่านทุกท่าน