

สาระน่ารู้เกี่ยวกับยาเสพติด

การจูงใจเข้าสู่การบำบัดรักษา

การโน้มน้าวหรือจูงใจให้คนใกล้ชิดมาบำบัดรักษายาเสพติดนั้นกลับเป็นสิ่งที่ยากและต่างจากการโน้มน้าวทั่ว ๆ ไป เนื่องจากตัวยาเสพติดมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ, นิสัย, และพฤติกรรมของคนติดยาเสพติด การติดยาเป็นการเจ็บป่วยทางสมองเป็นกระบวนการที่ค่อย ๆ เกิดขึ้นจากการใช้ปริมาณยาที่เพิ่มมากขึ้น จนทำให้สมองส่วนการคิด สติปัญญาถูกทำลายไป ไม่สามารถควบคุมสมองส่วนที่ใช้อารมณ์และความรู้สึกได้ รวมถึงระดับสารสื่อประสาทในสมองมีการเปลี่ยนแปลงที่ผิดปกติ (ลชิตา ศรีธรรมชาติ, ๒๕๕๙) ดังนั้นหากคุณกำลังกังวลว่า คนที่คุณรัก ไม่ว่าจะเป็นเพื่อน, คนรัก, หรือคนในครอบครัว ไม่ไปบำบัดยาเสพติด ควรจะมีวิธีโน้มน้าวใจคนติดยาอย่างไร ให้เข้ารับการบำบัดรักษา เพราะการบำบัดจะช่วยให้ผู้บำบัดลดความกังวล เห็นโทษของสารเสพติด ซึ่งการบำบัดก็ช่วยให้ผู้บำบัดเข้าใจตนเอง ปรับตัวได้ดีขึ้นตามสภาวะสังคมสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไป ช่วยให้ผู้บำบัดเห็นว่าการไม่ใช้สารเสพติดทำให้ผู้บำบัดมีชีวิตที่เป็นอิสระ ไม่ต้องพึ่งสารเสพติด ไม่ถูกกักขัง ไม่ต้องกลัวหรือระแวงว่าจะถูกดำเนินคดีหรือไม่ รู้จักทำกิจกรรมสันตนาการทำให้งานไกลจากยาเสพติดและสามารถเข้าถึงความช่วยเหลือทางการแพทย์ได้เร็วขึ้น (อรรถพงษ์ ฉัตรดอน, ๒๕๖๔).

อย่างแรกที่คุณต้องรู้ คือ คนที่มีอาการติดยาเสพติดแต่ละคนจะมีอาการแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย เช่น สภาพจิตใจ, ชนิดของยาเสพติด, ระยะเวลาที่เสพยาเสพติด, และอื่น ๆ ดังนั้นต้องยอมรับในทุกสิ่งที่เกิดขึ้น หลีกเลี่ยงบทสนทนาที่ทำให้เขารู้สึกว่า บ้านไม่ใช่พื้นที่ของเขา โดยไม่ไปกล่าวโทษ หรือพูดถึงสิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว ซึ่งส่งผลให้เขาเลือกที่จะไม่เล่าเรื่องราวของตัวเองออกมา การยอมรับและทำความเข้าใจเกี่ยวกับอาการของเขา ระดับของอาการป่วย ข้อมูลเกี่ยวกับยาเสพติด การบำบัด และทางเลือกในการรักษา ยังมีข้อมูลมากเท่าไรยิ่งทำให้คุณมั่นใจและเข้าใจได้ดีมากขึ้นเท่านั้น (นรากร สารีเหล็ก, ๒๕๖๑) ด้วยภาพลักษณ์ของผู้ติดยาเสพติด ทำให้ไม่เป็นที่ยอมรับจากคนหลายกลุ่มในสังคม ดังนั้นหน้าที่หลักของคุณคือ การแสดงให้เห็นว่าคุณอยู่กับเขา เมื่อเขาสัมผัสได้ว่าทุกคนเข้าใจ ยอมรับในตัวเขา และพร้อมซัพพอร์ตเขา จะช่วยลดกำแพงระหว่างตัวคนติดยากับคนในครอบครัวลง ช่วยให้การพูดคุยกัน หรือโน้มน้าวใจคนติดยาให้เข้ารับการบำบัดยาเสพติดเกิดได้ง่ายขึ้น

การพูดถึงอนาคตของตัวเอง อนาคตเป็นดังความหวัง ลองโน้มน้าวให้ผู้ป่วยติดยาเสพติดเห็นว่าหากเขาไม่ไปบำบัดยาเสพติด เขาคงต้องสูญเสียอนาคตที่ดีไปแน่ เพราะการใช้สารเสพติด ร่างกายและจิตใจมีแต่จะทรุดโทรมลงไปเรื่อยๆ (กณณิกา สิทธิพงษ์, ๒๕๖๐). การแนะนำโน้มน้าวให้ผู้ติดยาเสพติดมองไปยังอนาคตข้างหน้าที่จะมีความหวังรออยู่เมื่อเขาสามารถเลิกเสพยาเสพติดได้ จะช่วยให้มีกำลังใจในการบำบัดอาการติดยาเสพติด และเมื่อบำบัดเสร็จจนหายแล้วได้ออกมาทำสิ่งที่เป็ความฝันให้สำเร็จ การพูดคุยเพื่อโน้มนำน้นนอกจากจะต้องให้เหตุผลที่ดีมากพอแล้ว สิ่งสำคัญคือไม่ควรใช้อารมณ์ หากครั้งแรกไม่สามารถโน้มน้าวได้ก็ควรพยายามไป

เรื่อยๆ จนกว่าจะเกิดการยอมรับหรือปรึกษาสถานที่บำบัดรักษายาเสพติดใกล้บ้านจะมีผู้เชี่ยวชาญให้คำปรึกษาได้ เป็นอย่างดี (Riscilla Henson, ๒๐๒๒).

ดังนั้นการมีส่วนร่วมของครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ เพราะเชื่อว่าครอบครัวเป็นสถาบันที่เป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาและอบรมสมาชิกในครอบครัวให้เติบโตเป็นประชากรที่มีคุณภาพเป็นภูมิคุ้มกันยาเสพติดที่ดี นอกจากนี้ครอบครัวยังมีบทบาทสำคัญในการดูแลสุขภาพที่มีอิทธิพลต่อความเชื่อ คุณค่าและพฤติกรรมด้านสุขภาพของสมาชิกในครอบครัว และผู้ติดยาเสพติดก็เช่นกันต้องการความรัก ความเอาใจใส่จากครอบครัว ต้องการกำลังใจ การให้ออกาส การให้อภัยซึ่งกันและกันและอยู่เคียงข้างกัน หากสามารถนำผู้ใช้สารเสพติดเข้าสู่ระบบบำบัดได้ก็จะช่วยเพิ่มโอกาสในเลิกสารเสพติดได้ เพราะการเข้าสู่กระบวนการบำบัดก็คือ การได้ลงมือปฏิบัติเพื่อเลิกสารเสพติด (อรรถพงษ์ ฉัตรดอน, ๒๕๖๔).

อ้างอิง

กัณณิกา สิทธิพงษ์. (๒๕๖๐). แรงจูงใจในการเลิกยาเสพติดของผู้ป่วยในโรงพยาบาลธัญญารักษ์ขอนแก่น. *วารสารการพัฒนาสุขภาพชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, ๕(๒), ๑๗-๓๘.

นรากร สารีแท้, (๒๕๖๑). ปัจจัยที่มีผลต่อความตั้งใจในการเลิกสารเสพติดของผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการบำบัดรักษาที่โรงพยาบาลธัญญารักษ์อุดรธานี *วารสารการพยาบาล สุขภาพและการศึกษา*, ๑(๓), ๓๕-๔๒.

ลชิตา ศรีธรรมชาติ. (๒๕๕๙). *ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมการดูแลผู้ป่วยของผู้ดูแลผู้ป่วยในศูนย์บำบัดยาเสพติด*. วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.

อรรถพงษ์ ฉัตรดอน. (๒๕๖๔). แรงจูงใจในการเลิกใช้สารเสพติดและคุณภาพชีวิตของผู้ที่เข้ารับการบำบัดสารเสพติดโรงพยาบาลปทุมธานี *วารสารแพทย์เขต*, ๔๐(๒), ๑๘๑ - ๑๙๒.

Riscilla Henson. (๒๐๒๒). *How to Help an Addict Who Doesn't Want Help*. [Online]. Available from <https://americanaddictioncenters.org/rehab-guide/how-to-help-an-addict-who-doesnt-want-help> [accessed ๒๕ April ๒๐๒๔]