



โลมาบำบัด (dolphin therapy)

นพ.ทวีศักดิ์ ลีรัตน์เรธา
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

โลมาบำบัด หรือการนำโลมามาช่วยในการบำบัด (dolphin therapy/ dolphin assisted therapy) เป็นอีกทางเลือกหนึ่งของการบำบัดด้วยสัตว์ แต่มีความยากลำบากมากขึ้น เนื่องจากไม่สามารถนำมาบำบัดที่บ้านเองได้ เช่นเดียวกับ อาซาบำบัด ช้างบำบัด และกระบือบำบัด อย่างไรก็ตาม โลมาก็เป็นสัตว์อีกชนิดที่นิยมนำมาใช้บำบัดอย่างแพร่หลาย

มีการนำเฉพาะเสียงของโลมา มาช่วยในการบำบัด จะเรียกว่า การบำบัดด้วยคลื่นเสียงความถี่สูง (ultrasonic therapy) ไม่ได้จัดเป็นโลมาบำบัด ต้องมีโลมาเข้าร่วมในการบำบัดด้วย ถึงเรียกว่า “โลมาบำบัด”

โลมาเป็นสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมที่มีความใกล้ชิดผูกพันกับมนุษย์ มีเสน่ห์ เป็นมิตร และมีสติปัญญาสามารถแสดงปฏิกิริยาตอบโต้อย่างลึกซึ้ง เป็นสัตว์ที่พยายามเข้ามาใกล้ชิดกับมนุษย์ และมนุษย์สามารถสัมผัสความรู้สึกนั้นได้เช่นกัน เวลาที่โลมาส่งเสียงออกมาเสมือนมีคลื่นพิเศษ เรียกว่า คลื่นเสียงความถี่สูง (ultrasonic) เข้าไปจนหรือปรับสมดุลคลื่นสมองของมนุษย์ เสียงของโลมานั้นมีคุณสมบัติพิเศษอย่างหนึ่งคือ ให้ความรู้สึกดีและมีความสุข นับว่าเป็นเสียงบำบัดใจ ที่มีพลังในการเยียวยา (healing power) สูง

โปรแกรม “โลมาบำบัด” ณ กรุงลิมา ประเทศเปรู มีการนำโลมาที่ผ่านการฝึกฝนมาเป็นอย่างดี ให้อาหารเข้าหาหญิงมีครรภ์ สัมผัสหรืออุ้มท้องโย้ ๆ ของว่าที่คุณแม่ และพูดคุยกับทารกในครรภ์ด้วยเสียงหัวเราะของพวกมัน ซึ่งคณบดีของวิทยาลัยออบสเตอร์เซียน กล่าวว่า เสียงหัวเราะความถี่สูงของโลมาช่วยกระตุ้นกิจกรรมทางสมองและระบบประสาทของทารกในครรภ์มารดาได้ แต่ยังคงศึกษาวิจัยเพิ่มเติมอีกเพื่อพิสูจน์ให้แน่ชัดถึงประสิทธิผลของการบำบัดด้วยวิธีนี้



คณะนักวิจัยจากมหาวิทยาลัยเลสเตอร์ ประเทศอังกฤษ พบว่า การเล่นกับปลาโลมาอย่างใกล้ชิดสามารถบำบัดรักษาโรคซึมเศร้าได้ดีกว่าการหยุดพักผ่อนหรือผ่อนคลายอย่างเต็มที่

งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาอาสาสมัครผู้ป่วยโรคซึมเศร้าระดับเล็กน้อยและปานกลาง 30 คนในประเทศฮอนดูรัส โดยแบ่งให้ครึ่งหนึ่งว่ายน้ำและเล่นกับโลมาปากขวดอย่างใกล้ชิดเป็นเวลา 2 สัปดาห์ ที่เหลืออีกครึ่งให้ใช้เวลาพักผ่อนเต็มที่ ท่ามกลางท้องทะเลและแสงแดด แต่ไม่มีโลมาเป็นเพื่อน ผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยทุกรายมีอาการดีขึ้น แต่กลุ่มที่อยู่กับโลมามีอาการดีขึ้นเป็น 2 เท่า เมื่อเวลาผ่านไป 3 เดือน ผู้ป่วยทุกคนก็ยังคงรู้สึกดี



นอกจากนี้ยังพบว่าโลมาบำบัดมีประโยชน์ในเด็กสมาธิสั้น ออทิสติก ตาวนซินโดรม วัยรุ่นติดยาเสพติด กระทั่งผู้ใหญ่ที่นอนไม่หลับ วิตกกังวล ซึมเศร้า เป็นโรคสมองเสื่อมอัลไซเมอร์ ฯลฯ

Salgueiro และคณะ (2012) ศึกษาวิจัยโปรแกรมการมีปฏิสัมพันธ์กับโลมา ในเด็กออทิสติก 10 คน สัปดาห์ละครั้ง ระยะเวลา 12 สัปดาห์ โดยมีกิจกรรมเล่นกับโลมา สัมผัสตัว ให้อาหาร และว่ายน้ำกับโลมา โดยมีครูฝึกคอยกระตุ้น พบว่า ช่วยให้พัฒนาการของเด็กดีขึ้นในทุกด้าน ทั้งด้านสติปัญญา ด้านภาษา และด้านการเคลื่อนไหว

โปรแกรมโลมาบำบัด ไม่ใช่แค่ไปว่ายน้ำเล่นกับโลมาเพียงอย่างเดียว แต่ยังต้องเรียนรู้เกี่ยวกับชีวิตโลมาในชั้นเรียนศิลปะ กระตุ้นความสนใจเกี่ยวกับโลมาก่อนลงสัมผัสจริง เมื่อลงน้ำไปเล่นกับโลมา ต้องพยายามประคองตัว รักษาสมดุลของร่างกายขณะอยู่ในน้ำให้ได้ ทำให้ได้ฝึกออกแรงกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ อย่างเต็มที่ โดยมีโลมาเป็นแรงจูงใจ เพราะถ้าทำไม่ได้ก็จะไม่ได้เล่นกับโลมาน่ารัก ซึ่งโลมาช่วยทั้งในเรื่องของการเสริมสร้างแรงจูงใจ และเสริมแรงเมื่อมีพฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการเกิดขึ้น

นอกจากนี้โลมายังสามารถช่วยพัฒนาความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตัวเอง การยอมรับตัวเอง ลดความตึงเครียด และทำให้เด็กพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ได้ดีขึ้น

โปรแกรมโลมาบำบัด เริ่มมีการนำมาใช้ในการบำบัดเด็กพิเศษ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2513 ในมลรัฐฟลอริดาทางใต้ ประเทศสหรัฐอเมริกา โดย Dave Nathanson นักจิตวิทยาคลินิก หลังจากนั้นก็เริ่มมีงานวิจัยสนับสนุนผลดีของโปรแกรมนี้มากขึ้น มีการพัฒนาและประยุกต์ใช้โปรแกรมในหลายประเทศ

เนื่องจากโปรแกรมโลมาบำบัดในแต่ละแห่งแตกต่างกัน มีตั้งแต่ว่ายน้ำเล่นกับโลมา ไปจนถึงมีการจัดรูปแบบและจำนวนวันที่แตกต่างกัน ตั้งแต่ 3 วันต่อเนื่อง 1 สัปดาห์ต่อเนื่อง จนถึงทุกสัปดาห์ จึงไม่สามารถเปรียบเทียบ และสรุปผลของโลมาบำบัดในกลุ่มเด็กพิเศษได้ชัดเจน เนื่องจากเป็นโปรแกรมการบำบัดระยะยาว และมีค่าใช้จ่ายสูง จึงต้องประเมินในมิติด้านความคุ้มค่าด้วยเมื่อเทียบกับโปรแกรมอื่น โลมาบำบัดถือว่าเป็นทางเลือกหนึ่งให้พิจารณา แต่ไม่ใช่ทางออกเดียวในการบำบัดรักษา

สิ่งที่ต้องระวังในโปรแกรมโลมาบำบัด คือ การบาดเจ็บจากการถูกฟาด กระแทก หรือกัดโดยโลมาได้ ถ้าโลมาไม่ได้รับการเตรียมความพร้อมเป็นอย่างดี และอาจมีโรคติดต่อทางผิวหนังได้

ในปัจจุบัน พบว่ามีเด็กพิเศษบางรายไปเข้าโปรแกรมโลมาบำบัดในต่างประเทศ แต่มีค่าใช้จ่ายสูง และในประเทศไทย ก็เริ่มมีเปิดให้บริการโลมาบำบัดแล้วเช่นเดียวกัน ซึ่งจะมาเพิ่มข้อมูลรายละเอียดต่าง ๆ ให้ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2550). การบำบัดทางเลือก ในเด็กพิเศษ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2555). คู่มือออทิสติก สำหรับผู้ปกครอง. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- Barna B. (2006). **Animal therapy boosts kids' health and hope.** [Online]. Available URL: <http://www.southflorida.com>
- Fiksdal BL, Houlihan D and Barnes AC. (2012). Dolphin-Assisted Therapy: Claims versus Evidence. **Autism Research and Treatment.** [Online]. Available URL: <https://doi.org/10.1155/2012/839792>
- Herzog H. (2011). **Does dolphin therapy work? Can swimming with flipper cure autism, depression and cancer?** [Online]. Available URL: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/animals-and-us/201110/does-dolphin-therapy-work>
- Island dolphin care center. (2006). **Dolphin time out 5-day therapy program.** [Online]. Available URL: <http://www.islanddolphincare.org>



Morrison ML. (2007). Health Benefits of Animal-Assisted Interventions. **Complementary Health Practice Review**. 12(1): 51-62

Salgueiro E, Nunes L, Barros A, Maroco J, Salgueiro AI & Santos ME. (2012). Effects of a dolphin interaction program on children with autism spectrum disorders – an exploratory research. **BMC Res Notes**. 5: 199.

บทความแก้ไขล่าสุด : พฤษภาคม 2564

บทความต้นฉบับ : หนังสือ “การบำบัดทางเลือกในเด็กพิเศษ” (2550)

ทวีศักดิ์ สิริรัตนเรขา. (2550). **การบำบัดทางเลือก ในเด็กพิเศษ**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตนเรขา. (2564). **โลมาบำบัด**. [Online]. Available URL: <https://happyhomeclinic.com/alt14-dolphintherapy.htm>

www.happyhomeclinic.com