

โรคติดการพนัน

GAMBLING DISORDER

นายแพทย์ทวีศักดิ์ ลีรัตนเรขา ... จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

การติดพนันเป็นโรคทางจิตเวชอย่างหนึ่ง คล้ายการติดสารเสพติด

บทนำ

การติดพนันเป็นปัญหาที่มีความรุนแรงมากขึ้นในปัจจุบัน เนื่องจากเข้าถึงได้ง่าย และมีการโฆษณาชวนเชื่อในทุก รูปแบบเพื่อจูงใจให้เล่นพนัน รูปแบบการพนันมีทั้งแบบมีที่ตั้ง และการพนันออนไลน์ ซึ่งเมื่อติดแล้ว จะส่งผลกระทบต่อ ทุกด้านในการดำเนินชีวิต

จึงมีความจำเป็นในการสร้างความตระหนักและให้ความรู้แก่ประชาชน เกี่ยวกับโรคติดการพนัน และผลกระทบที่ ตามมา รวมทั้งแนวทางการดูแลช่วยเหลือ

เกณฑ์การวินิจฉัย

การพนัน (gambling) หมายถึง อะไรก็ได้ที่มีลักษณะเป็นธุรกรรมการเงินที่เกี่ยวข้องกับผลลัพธ์ที่ไม่แน่นอน มี องค์ประกอบ 3 ส่วน คือ มีการวางเงินเดิมพัน มีเรื่องของโอกาสเข้ามาเกี่ยวข้อง และมีรางวัล ดังนั้น หากมีการวางเดิม พัน การเสี่ยงโชค และรางวัลถือเป็นการพนันทั้งสิ้น

โรคติดการพนัน (Gambling Disorder) ตามเกณฑ์การวินิจฉัยมาตรฐานสำหรับความผิดปกติทางจิตเวชต่างๆ ของ คู่มือ DSM-5-TR อธิบายถึงภาวะดังกล่าวว่า เป็นพฤติกรรมการณ์การพนันที่เป็นปัญหาอย่างต่อเนื่องและเกิดขึ้นซ้ำๆ ส่งผล ให้มีอาการบกพร่องหรือความทุกข์ทรมานอย่างมีนัยสำคัญทางคลินิก ซึ่งบ่งชี้โดยบุคคลดังกล่าวมีลักษณะดังต่อไปนี้ อย่างน้อย 4 ข้อ หรือมากกว่า (จากทั้งหมด 9 ข้อ) ในช่วงเวลา 12 เดือน ดังนี้

1. ต้องการพนันด้วยเงินที่เพิ่มมากขึ้น เพื่อให้ได้รับความตื่นเต้นที่ต้องการ
2. กระสับกระส่ายหรือหงุดหงิดเมื่อพยายามลดหรือเลิกเล่นการพนัน
3. พยายามควบคุม ลด หรือเลิกเล่นการพนันซ้ำแล้วซ้ำเล่า แต่ไม่ประสบผลสำเร็จ
4. มักหมกมุ่นอยู่กับการพนัน เช่น มีความคิดซ้ำแล้วซ้ำเล่าเกี่ยวกับการหวนคิดถึงประสบการณ์การพนันในอดีต การวางแผนการพนันครั้งต่อไป การคิดหาวิธีหาเงินมาเล่นการพนัน
5. มักเล่นการพนันเมื่อรู้สึกทุกข์ทรมาน เช่น หดหนทาง รู้สึกผิด วิตกกังวล ซึมเศร้า
6. หลังจากเสียเงินพนัน มักจะกลับมาอีกครั้งเพื่อเอาคืน (ไล่ตามเงินที่เสียไป)
7. โกหกเพื่อปกปิดเรื่องเล่นการพนัน
8. เสี่ยงหรือสูญเสียความสัมพันธ์ การงาน หรือโอกาสทางการศึกษา หรืออาชีพที่สำคัญ เนื่องจากการพนัน
9. ฟังพาผู้อื่น เพื่อหาเงินเพื่อบรรเทาสถานการณ์ทางการเงินที่ล้นหวังที่เกิดจากการพนัน

พฤติกรรมติดการพนันดังกล่าวข้างต้น ไม่สามารถอธิบายได้ด้วยอาการคลั่งไคล้หรือแมเนีย (mania) ในผู้ป่วยโรคไบโพลาร์ หรือโรคอารมณ์สองขั้ว

โรคติดการพนันแบ่งเป็น 2 รูปแบบ คือ

1. เป็นครั้งคราว (episodic) คือ มีอาการตรงตามเกณฑ์ในช่วงเวลามากกว่าหนึ่งครั้ง โดยมีช่วงที่อาการลดลงอย่างน้อยหลายเดือน
2. เป็นถาวร (persistent) คือ มีอาการต่อเนื่องตามเกณฑ์เป็นเวลาหลายปี

เกณฑ์การวินิจฉัยโรคติดการพนันตามเกณฑ์ DSM-5-TR ตรงกับรหัสการวินิจฉัย F63.0 ในระบบ ICD-11 ขององค์การอนามัยโลก

เกณฑ์ดังกล่าวให้กรอบมาตรฐานสำหรับผู้เชี่ยวชาญ ในการระบุและวินิจฉัยบุคคลที่ประสบปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการพนันอย่างมีนัยสำคัญ การวินิจฉัยที่ถูกต้องมีความสำคัญต่อการวางแผนการรักษาที่เหมาะสม เพื่อช่วยให้บุคคลนั้นเอาชนะความท้าทายที่เกี่ยวข้องกับโรคติดการพนันได้

ระดับความรุนแรง

ตามเกณฑ์การวินิจฉัยมาตรฐาน DSM-5-TR ระบุระดับความรุนแรงในปัจจุบันของโรคติดการพนัน เป็น 3 ระดับดังต่อไปนี้

- ระดับเล็กน้อย มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ 4 ถึง 5 ข้อ
- ระดับปานกลาง มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ 6 ถึง 7 ข้อ
- ระดับรุนแรง มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ 8 ถึง 9 ข้อ

การระบุระดับความรุนแรง เป็นแนวทางในการตัดสินใจรักษาได้ โดยในรายที่มีอาการรุนแรง อาจต้องได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างเข้มข้นขึ้น

นอกจากนี้ การทำความเข้าใจระดับความรุนแรงยังช่วยคาดการณ์ผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นต่อชีวิตในด้านต่างๆ ได้ เช่น ความมั่นคงทางการเงิน ความสัมพันธ์ และความเป็นอยู่โดยรวม

ระบาดวิทยา

อาการของโรคติดการพนันเริ่มได้ในทุกช่วงอายุ ผู้ชายมีแนวโน้มที่จะเริ่มเล่นการพนันในช่วงอายุน้อยกว่าผู้หญิง แต่ผู้หญิงอาจพัฒนาไปสู่ปัญหาการพนันได้เร็วกว่ามาก

อัตราการชุกของโรคติดการพนัน จากการศึกษาาระหว่างประเทศ พบประมาณร้อยละ 0.1–0.7 ในสหรัฐอเมริกา พบประมาณร้อยละ 0.2–0.3

จากรายงานสถานการณ์การพนันในสังคมไทย ปี พ.ศ. 2566 โดยศูนย์ศึกษาปัญหาการพนัน พบว่า คนไทยร้อยละ 82.2 มีประสบการณ์เคยเล่นการพนันในชีวิต โดยเริ่มเล่นพนันครั้งแรกที่อายุเฉลี่ย 22 ปี ร้อยละ 63.1 เล่นการพนันในปีที่สำรวจ โดยการพนัน 3 ลำดับแรก คือ สลากกินแบ่งรัฐบาล หวยใต้ดิน และไพ่พนัน

คนไทยเกือบทั้งหมดเคยพบเห็นช่องทางการเล่นพนัน แต่เกินครึ่งก็ยังมีทัศนคติว่า ไม่ควรให้มีการเล่นพนันอย่างถูกกฎหมาย ไม่ว่าจะเป็นการพนันทายผลฟุตบอล บ่อนกาสิโน หรือพนันออนไลน์ เพราะเชื่อว่าส่งผลให้คนเล่นพนันเพิ่มขึ้น

ในประเทศไทย ยังไม่มีผลศึกษาเรื่องโรคติดการพนันโดยตรง จึงยังไม่ทราบถึงขนาดของปัญหา และประชาชนส่วนใหญ่ยังไม่ทราบว่าสามารถรักษาได้ จึงยังมีผู้เข้ารับการรักษาบำบัดรักษาน้อย การตีตราจากสังคม (stigmatization) และความอับอาย มักทำให้ไม่กล้าแสวงหาความช่วยเหลือด้วย

ปัจจัยเสี่ยง

ปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับโรคติดการพนัน ประกอบด้วย

1. ปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า อายุที่น้อยกว่าและเพศชายเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ ผู้ที่มีปัญหาในการควบคุมตนเอง (self-control) หุนหันพลันแล่น (impulsivity) และมีระดับความเครียดสูง (higher level of stress) เป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญเช่นกัน
2. ปัจจัยจากครอบครัว พบว่า ผลการวิจัยในสหรัฐอเมริกา ระบุว่า 1 ใน 4 ของเยาวชนที่ติดพนันมาจากครอบครัวที่มีพ่อแม่เล่นพนัน แต่ปัจจัยภายในครอบครัวไม่ใช่ปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ
3. ปัจจัยจากเพื่อน พบว่า เพื่อนชักชวนให้ร่วมเล่นพนัน ทำให้อยากทดลอง และติดการพนันในที่สุด
4. ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม พบว่า ความไม่เท่าเทียมกันทางสังคม รายได้ต่ำ การว่างงาน และความยากจน มีความเชื่อมโยงกับโรคติดการพนัน และยังพบว่า เพศชายที่ระดับการศึกษาต่ำ มนุษย์สัมพันธ์ไม่ดี เป็นปัจจัยเสี่ยง ในขณะที่เพศหญิงที่ระดับการศึกษาสูง มนุษย์สัมพันธ์ดี เป็นปัจจัยเสี่ยง

ผลกระทบ

จากข้อมูลผู้รับการรักษาสายด่วนสุขภาพจิต พบว่า ผู้ที่มีปัญหาจากการพนัน จะมีปัญหาสุขภาพจิตในด้านสมาธิ ปัญหาการนอน รู้สึกเครียด รู้สึกไม่มีความสามารถในการเอาชนะปัญหา รู้สึกเศร้าหมอง ไม่มีความมั่นใจ และไม่มีความสุข

ผลกระทบจากโรคติดการพนัน มีดังนี้

- ผลกระทบด้านจิตใจ : มีความเครียด วิตกกังวล ซึมเศร้า และอาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิตอื่น ๆ การใช้สารเสพติด ความรุนแรงในครอบครัว ความคิดอยากตาย และการฆ่าตัวตาย ร้อยละ 17-24 ของคนติดพนันระดับรุนแรง มีการพยายามฆ่าตัวตายครั้งหนึ่งในชีวิต

- ผลกระทบด้านความสัมพันธ์ : ทำให้มีปัญหาด้านความสัมพันธ์กับครอบครัว เพื่อนฝูง และครอบครัวข้าง เนื่องจากเกี่ยวข้องกับการพนัน ปัญหาดังกล่าวอาจเกิดขึ้นจากการโกหกผู้อื่นซ้ำแล้วซ้ำเล่าเพื่อปกปิดเรื่องการพนัน หรือจากการขอเงินเพื่อนำไปเล่นการพนัน หรือชำระหนี้การพนัน
- ผลกระทบด้านการศึกษา : เล่นการพนันในช่วงเวลาเรียน หรือหมกมุ่นอยู่กับการพนัน ทำให้ขาดสมาธิในการเรียนรู้ ผลการเรียนตกต่ำ และอาจต้องออกจากระบบการศึกษาในที่สุด
- ผลกระทบด้านการทำงาน : เล่นการพนันในช่วงเวลาทำงาน หรือหมกมุ่นอยู่กับการพนัน ทำให้ขาดสมาธิในการทำงาน ขาดการตัดสินใจที่ดี ขาดทักษะในการทำงาน ประสิทธิภาพงานลดลง และอาจต้องออกจากงานในที่สุด
- ผลกระทบด้านเศรษฐกิจ : ทำให้สูญเสียเงินทองที่ควรจะนำไปใช้จ่ายในเรื่องที่เป็นประโยชน์ นำไปสู่ปัญหาหนี้สิน ความยากจน และปัญหาอาชญากรรมในที่สุด

แนวทางการดูแลช่วยเหลือ

การพนันส่งผลต่อผู้คนในรูปแบบต่าง ๆ กัน การพนันสามารถเปลี่ยนการทำงานของสมองส่วนที่เกี่ยวข้องกับการได้รางวัลหรือความตื่นเต้น การรักษาโรคติดการพนันสามารถช่วยย้อนกลับเส้นทางเหล่านี้ให้กลับมาทำงานตามปกติของสมองก่อนที่จะเล่นการพนันได้

มีเพียงบางคนที่สามารถเลิกเล่นการพนันได้ด้วยตนเองได้ ส่วนใหญ่ต้องการความช่วยเหลือเพื่อแก้ปัญหาการพนันของตนเอง การควบคุมหรือเลิกเล่นการพนันโดยตั้งใจด้วยตนเองมักไม่ประสบความสำเร็จเท่าการได้รับความช่วยเหลือสนับสนุนจากผู้เชี่ยวชาญ

ผู้ติดการพนันแต่ละคนมักตอบสนองต่อการบำบัดรักษาที่แตกต่างกัน จึงมีวิธีการบำบัดรักษาหลากหลายรูปแบบที่นำมาใช้ รวมถึง

- การบำบัดความคิดและพฤติกรรม (CBT; cognitive behavior therapy)
- จิตบำบัดแบบจิตวิเคราะห์ (psychotherapy: psychoanalysis)
- การบำบัดแบบกลุ่ม (group therapy)
- การบำบัดครอบครัว (family therapy)

นอกจากนี้ การสนับสนุนจากครอบครัวและเพื่อนฝูง มีความสำคัญต่อการฟื้นตัวจากการติดการพนันได้

ในปัจจุบัน ยังไม่มียาที่ได้รับการรับรองสำหรับรักษาโรคติดการพนันโดยตรง ยาที่ใช้จะช่วยรักษาอาการที่เกิดร่วมกัน เช่น ภาวะซึมเศร้า หรือความวิตกกังวล เป็นต้น ซึ่งช่วยให้การติดพนันดีขึ้นได้

การให้การปรึกษา (counseling) สามารถช่วยให้เข้าใจการพนัน และคิดว่าการพนันส่งผลต่อตนเองและครอบครัวอย่างไร นอกจากนี้ยังช่วยให้พิจารณาทางเลือกและแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วย

การสัมภาษณ์เชิงสร้างแรงจูงใจ (motivational interview) เป็นแนวทางให้การปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจภายใน และมุ่งมั่นในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยสำรวจตนเองและแก้ไขความลังเลใจต่าง ๆ พบว่าได้ผลดีเช่นเดียวกัน

การบำบัดรักษา ช่วยเหลือในเรื่อง การควบคุมตนเองในความอยากเล่นพนัน รักษาความสัมพันธ์ในครอบครัว จัดการกับความเครียดและปัญหาอื่น ๆ ใช้เวลาว่างอย่างสร้างสรรค์ จัดการเรื่องการเงินให้เข้าที่ รักษาการฟื้นตัว และหลีกเลี่ยงปัจจัยกระตุ้น

บทสรุป

โรคติดการพนัน (Gambling Disorder) เป็นพฤติกรรมการพนันที่เป็นปัญหาอย่างต่อเนื่องและเกิดขึ้นซ้ำ ๆ ส่งผลให้อาการบกพร่องหรือความทุกข์ทรมานอย่างมีนัยสำคัญทางคลินิก อ้างอิงตามเกณฑ์การวินิจฉัยมาตรฐาน DSM-5-TR ซึ่งตรงกับรหัสการวินิจฉัย F63.0 ในระบบ ICD-11 ขององค์การอนามัยโลก

โรคติดการพนัน ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตในทุกด้าน ทั้งด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ ด้านการศึกษา ด้านการทำงาน และด้านเศรษฐกิจ ทำให้มีความเครียด วิตกกังวล ซึมเศร้า และอาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิตอื่น ๆ การใช้สารเสพติด ความรุนแรงในครอบครัว ความคิดอยากตาย และการฆ่าตัวตาย

การบำบัดรักษามีหลายรูปแบบ เช่น การบำบัดความคิดและพฤติกรรม จิตบำบัดแบบจิตวิเคราะห์ การสัมภาษณ์เชิงสร้างแรงจูงใจ การบำบัดแบบกลุ่ม และการบำบัดครอบครัว เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

ธนภุช ลิขิตธรากุล, ภาสกร คุ่มศิริ, พัทธ์ธีรา ดิษยวรรณวัฒน์, ชลธิชา แยมมา และสันติภาพ นันทะสาร. (2563). ปัญหาสุขภาพจิตกับการเล่นการพนันของผู้รับบริการสายด่วนสุขภาพจิต 1323. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 65(2): 131-40.

พระราชบัญญัติ การพนัน พ.ศ. 2478. (1 กุมภาพันธ์ 2478). ใน: ราชกิจจานุเบกษา. เล่ม 52; หน้า 1978.

ศูนย์ศึกษาปัญหาการพนัน. (2566). *รายงานสถานการณ์การพนันในสังคมไทย ปี 2566*. จาก [https://www.gamblingstudy-th.org/American Psychiatric Association, \(2022\). Gambling Disorder. In: Diagnostic and statistical manual of mental disorders 5th ed, text revision \(DSM-5-TR\). Washington, DC: American Psychiatric Publishing; pp. 661-5](https://www.gamblingstudy-th.org/American Psychiatric Association, (2022). Gambling Disorder. In: Diagnostic and statistical manual of mental disorders 5th ed, text revision (DSM-5-TR). Washington, DC: American Psychiatric Publishing; pp. 661-5)

Moreira, D., Azeredo, A. & Dias, P. (2023). Risk factors for gambling disorder: a systematic review. *J Gambli Stud*, 39(2): 483-511.

Potenza, M. N. et al. (2025). Online gambling in youth. in: Christakis, D. A., Hale, L. (eds). *Handbook of children and screens*. Springer, Cham.

Rennert, L., Denis, C., Peer, K., Lynch, K. G., Gelemter, J. & Kranzler, H. R. (2014). DSM-5 gambling disorder: prevalence and characteristics in a substance use disorder sample. *Exp Clin Psychopharmacol*, 22(1): 50-6.

บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2568). *โรคติดการพนัน*. จาก

<https://www.happyhomeclinic.com/mh27-gambling-disorder.html>

(บทความต้นฉบับ เมษายน 2568)