

ความหมายของการคัดกรอง สุขภาพจิตเด็กวัยเรียน



“เด็กวัยเรียน” ตรงกับคำศัพท์ภาษาอังกฤษว่า “school age” ในนิยามทั่วไป หมายถึง เด็กช่วงอายุระหว่าง 6 ถึง 12 ปี หรือเด็กนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษา เป็นช่วงวัยแห่งการเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เป็นวัยที่เด็กเริ่มเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ จากสังคมและสิ่งแวดล้อมนอกบ้านมากขึ้น ผ่านการเรียนรู้และการเล่น มีความรู้และพยายามทำสิ่งต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จ ให้ได้รับการยอมรับ ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการส่งเสริมและช่วยเหลือจากผู้ใหญ่และสังคมรอบตัวเพื่อให้เด็กมีการพัฒนาศักยภาพสูงสุด โดยไม่ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกด้อยค่าหรือไม่มีความสามารถ

ในหนังสือเล่มนี้ ใช้นิยามเด็กวัยเรียนตามข้างต้น ซึ่งปัจจุบันมีการดูแลสุขภาพจิตในช่วงวัยนี้อย่างเป็นระบบเพื่อให้เด็กมีการพัฒนาเต็มศักยภาพ การคัดกรองเป็นกระบวนการหนึ่งซึ่งนำมาใช้แพร่หลายทั้งในระบบการศึกษาและระบบสาธารณสุข ดังนั้น จึงควรมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการคัดกรองสุขภาพจิตเด็กวัยเรียน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายการพัฒนาเด็กวัยเรียนตามที่ตั้งไว้

การคัดกรอง

“การคัดกรอง” ตรงกับคำศัพท์ภาษาอังกฤษว่า “screening” หมายถึง กลยุทธ์ที่นำมาใช้ในการระบุความเสี่ยงต่อปัญหา ความผิดปกติ ความบกพร่อง หรือความพิการ ในกลุ่มประชากรทั่วไป ซึ่งอาจยังไม่ปรากฏอาการชัดเจน หรือเริ่มมีอาการแล้วแต่ยังไม่ได้เข้าสู่ระบบการรักษาพยาบาลในสถานบริการสาธารณสุข ดำเนินการโดยการตรวจทางคลินิก การตรวจทางห้องปฏิบัติการ หรือการทดสอบอื่น ๆ

เมื่อบุคคลได้รับการคัดกรองแล้วมีผลการคัดกรองเป็นบวก คือ จัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงต่อปัญหาหรือกลุ่มมีปัญหา ควรได้รับการประเมินเฉพาะด้านในขั้นตอนต่อไป จนได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ในที่สุด ช่วยให้สามารถแก้ไขหรือดูแลช่วยเหลือได้อย่างทัน่วงที เพื่อช่วยลดผลกระทบจากความผิดปกติ ความบกพร่อง หรือความพิการต่าง ๆ ที่มีโอกาสเกิดขึ้นตามมา

การคัดกรอง มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. การคัดกรองโรค (disease screening) คือ การคัดกรองว่าบุคคลใดป่วยเป็นโรคบางหากสงสัยว่าจะมีโรคจะทำการส่งตรวจเพื่อการวินิจฉัยต่อไป
2. การคัดกรองความเสี่ยง (risk screening) คือ การคัดกรองว่าบุคคลใดมีโอกาสเกิดปัญหาสุขภาพ หรือปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคบางขณะที่ยังไม่ได้ป่วยเป็นโรค หากพบจะดำเนินการให้คำแนะนำในการลดปัจจัยเสี่ยงนั้น

ซึ่งการคัดกรองความเสี่ยงเป็นเครื่องมือสำคัญในการกระตุ้นให้ประชาชนเกิดความตระหนัก และนำไปสู่แรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ดังนั้น การพัฒนาเครื่องมือในการคัดกรองควรเป็นเครื่องมือที่ประชาชนสามารถเข้าถึงได้ง่าย และใช้ทำการทดสอบด้วยตนเองได้

การคัดกรองสุขภาพจิต

“การคัดกรองสุขภาพจิต” (mental health screening) เป็นการใช้ชุดเครื่องมือหรือการทดสอบแบบย่อและเฉพาะเจาะจง เพื่อระบุความเสี่ยงหรือโอกาสที่จะพบประเด็นเฉพาะทางสุขภาพจิต ปัญหาสุขภาพจิต หรือโรคทางจิตเวช ในประชากรกลุ่มเป้าหมาย

เป้าหมายของการคัดกรองสุขภาพจิต เป็นการค้นหาปัจจัยเสี่ยง ลักษณะพฤติกรรม หรืออาการในระยะเริ่มแรก ที่เป็นตัวทำนายความผิดปกติของจิตใจ อารมณ์ และพฤติกรรม แต่มีข้อควรระวัง คือ ไม่ใช่การวินิจฉัยโรค หรือบ่งชี้ว่ามีความผิดปกติ

เป็นกระบวนการในการคัดแยกประชากรออกเป็นกลุ่ม ๆ ตามประเด็นเฉพาะ ปัญหาสุขภาพจิต หรือโรคทางจิตเวชที่มี คือ กลุ่มผู้ป่วย/กลุ่มที่มีปัญหา กลุ่มเสี่ยง และกลุ่มปกติ เพื่อการส่งต่อตามขั้นตอน จนถึงการตรวจวินิจฉัยหาความผิดปกติทางจิตใจต่อไป หรือแนะนำให้กลุ่มเสี่ยงไปปรับปรุงแก้ไขพัฒนาตามขั้นตอนการป้องกันปัญหาสุขภาพจิต

มักใช้ชุดเครื่องมือคัดกรองสุขภาพจิตที่สามารถดำเนินการโดยบุคลากรวิชาชีพที่ได้รับการอบรมด้านการใช้เครื่องมือ นั้น ๆ นอกจากนี้ยังมีการคัดกรองที่ให้ผู้สงสัยหรือสนใจด้านสุขภาพจิต สามารถทำการทดสอบด้วยตนเอง หรือทางระบบออนไลน์ เพื่อเป็นข้อมูลตัดสินใจเบื้องต้นได้ที่จะเข้าบำบัดรักษา หรือใช้พัฒนาสุขภาพจิตด้านต่าง ๆ ต่อไป

การใช้เครื่องมือคัดกรองในทางสุขภาพจิต มีข้อแตกต่างจากทั่วไปอยู่บ้าง คือ ไม่มีการตรวจทางห้องปฏิบัติการ หรือเครื่องมือทดสอบที่วัดได้ชัดเจนเหมือนโรคทางกาย มีเพียงการใช้แบบสอบถาม (questionnaire) และการสังเกต (observation) ซึ่งมีการใช้ค่าคะแนนในแต่ละหัวข้อ แต่ละหมวด หรือคะแนนรวม เป็นเครื่องมือคัดกรองที่สำคัญ

นอกจากนี้ ผลการคัดกรองยังยากที่จะตัดสินที่คะแนนจุดตัด (cut off point) ไม่สามารถสรุปว่าเป็นหรือไม่เป็นโรค แต่หมายถึงความเสี่ยงของโรค ปัญหา หรือภาวะที่สนใจ และคะแนนยังสะท้อนให้เห็นถึงระดับความรุนแรงของภาวะดังกล่าวได้

การคัดกรองสุขภาพจิตอาจนำมาใช้เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเข้ารับการตรวจรักษาของผู้ป่วย เพื่อติดตามความก้าวหน้าในการรักษา ผลลัพธ์ และการเปลี่ยนแปลงของอาการ

การคัดกรอง การประเมิน การทดสอบ และการประเมินผล

มีความแตกต่างกันระหว่างคำว่า “การคัดกรอง” (screening) กับศัพท์คำอื่นที่มีความหมายใกล้เคียงกัน คือ “การประเมิน” (assessment) “การทดสอบ” (testing) และ “การประเมินผล” (evaluation) ในการนำมาใช้ในงานด้านสุขภาพจิต ถึงแม้ว่าจะใช้แทนกันได้ในบางกรณี แต่แต่ละคำก็มีความหมายเฉพาะแตกต่างกัน

คำว่า “การประเมิน” (assessment) เป็นกระบวนการใช้ชุดเครื่องมือหรือการทดสอบที่มีความละเอียดและครอบคลุมมากขึ้น เพื่อประเมินความผิดปกติด้านจิตใจที่มีความชัดเจนมากขึ้น สามารถระบุถึงปัญหาสุขภาพจิต และประเมินระดับความรุนแรงของปัญหาสุขภาพจิตหรือโรคทางจิตเวชในประชากรกลุ่มเป้าหมาย เพื่อเป็นข้อมูลในการช่วยวินิจฉัยโรค การตัดสินใจวางแผนการบำบัดรักษา การจัดการที่เหมาะสม และการช่วยเหลือที่ตรงตามความจำเป็นต่อไป ซึ่งมักดำเนินการโดยนักจิตวิทยา หรือบุคลากรวิชาชีพที่ได้รับการอบรมเฉพาะด้านในการใช้เครื่องมือประเมิน

การประเมินสุขภาพจิต ครอบคลุมถึงการประเมินระดับความสามารถของสมองและจิตใจในมิติต่าง ๆ เช่น ความจำ (memory) ภาษา (language) การแก้ไขปัญหา (problem solving) ความสามารถของสมองด้านการจัดการ (executive functioning) ความสามารถในการปรับตัว (adaptive functioning) ศักยภาพในการดูแลตนเอง (capacity for self-care) สภาวะทางจิต (psychological status)

การเลือกใช้เครื่องมือในการประเมินที่เหมาะสม อาจต้องพิจารณาจากผลการคัดกรองประกอบด้วย และการแปลผลการประเมินที่ครอบคลุม อาจต้องพิจารณาผลการคัดกรองร่วมกับข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้จากการประเมิน

การประเมินจะใช้ชุดเครื่องมือที่มีความละเอียดและครอบคลุมมากกว่าการคัดกรอง การคัดกรองจะรู้ถึงระดับความเสี่ยงต่อปัญหา ในขณะที่การประเมินจะรู้ถึงระดับความผิดปกติ และความรุนแรงของปัญหา การคัดกรองจะทำโดยบุคลากรวิชาชีพ หรือทดสอบด้วยตนเองก็ได้ ในขณะที่การประเมินมักทำโดยบุคลากรวิชาชีพเท่านั้น

การคัดกรองกับการประเมินจึงมีความแตกต่างกันทั้งในด้าน เป้าหมายที่ต้องการ ช้องช้ในการนำมาใช้ ระดับของความซับซ้อน และผลลัพธ์ที่ได้

ส่วนคำว่า “การทดสอบ” (testing) เป็นคำสามัญที่ใช้ได้ทั่วไปในหลายบริบท มีความหมายกว้าง ครอบคลุมทั้งการคัดกรองและการประเมิน โดยส่วนใหญ่ หมายถึง กระบวนการที่บุคลากรวิชาชีพ เช่น แพทย์ พยาบาล นักจิตวิทยา ผู้ให้การปรึกษา ครู ครูการศึกษาพิเศษ ฯลฯ ต้องการเรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับประชากรเป้าหมาย การทดสอบสามารถแสดงให้เห็นถึงจุดแข็ง จุดอ่อน ช่วยในการวินิจฉัยตามอาการ และสามารถให้ข้อมูลเกี่ยวกับระดับสติปัญญา ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา หรือพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

นอกจากนี้ยังมีคำว่า “การประเมินผล” (evaluation) ซึ่งเป็นกระบวนการที่มีความละเอียดและครอบคลุมมากที่สุด ประกอบด้วย การคัดกรอง การประเมิน และการทดสอบ ตามที่กล่าวข้างต้น ร่วมกับการสัมภาษณ์ประชากรเป้าหมาย ครอบครัว และผู้ที่เกี่ยวข้อง เพื่อรวบรวมข้อมูลประวัติ พื้นเพ ปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ทำให้ได้ข้อมูลครอบคลุมทุกมิติตามประเด็นเฉพาะหรือปัญหาสุขภาพจิต ผลลัพธ์ที่ได้สามารถ

นำไปใช้ในกระบวนการดูแลช่วยเหลือทั้งด้านการแพทย์ การศึกษา และกระบวนการทางศาล ซึ่งบุคลากรทีมสหวิชาชีพพร้อมกันดำเนินการ

การคัดกรองสุขภาพจิตเด็กวัยเรียน

“การคัดกรองสุขภาพจิตเด็กวัยเรียน” คือ การคัดกรองเพื่อค้นหาปัญหาทางสุขภาพจิตหรือโรคทางจิตเวช ในเด็กวัยเรียน (ช่วงอายุระหว่าง 6 ถึง 12 ปี หรือ เด็กนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษา) ซึ่งในที่นี้ครอบคลุมถึงปัญหาพัฒนาการ สติปัญญา อารมณ์ จิตใจ พฤติกรรม การปรับตัว และการเรียน

ช่วงวัยเรียนเป็นวัยแห่งการเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เป็นวัยที่ร่างกายกำลังเจริญเติบโต มีความกระตือรือร้นในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ รอบตัว ชอบซักถาม ชอบทดลองทำสิ่งที่ท้าทายความสามารถ ชอบเล่นกับเพื่อนเป็นกลุ่ม ชอบการแข่งขัน ชอบออกกำลังกาย และแสดงออกในรูปแบบต่าง ๆ ต้องการให้คนรอบข้างสนใจ ยกย่องชมเชย รวมทั้งการยอมรับ

เด็กวัยเรียนจะใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ในโรงเรียน และรับเข้าบริการทางการแพทย์ที่หน่วยบริการสาธารณสุขระดับปฐมภูมิ ดังนั้น สถานที่เหมาะสมในการคัดกรองสุขภาพจิตในช่วงวัยนี้จึงควรทำในโรงเรียน หรือหน่วยบริการสาธารณสุขเมื่อเด็กมารับบริการ เพื่อคัดกรองความเสี่ยงและอาการในระยะเริ่มแรก ซึ่งเด็กจะได้รับผลกระทบจากการคัดกรองน้อยที่สุด สามารถดำเนินการได้ง่าย และต้นทุนไม่สูงเมื่อเทียบกับการคัดกรองในชุมชน

ข้อควรระวัง คือ เมื่อทำการคัดกรองสุขภาพจิตเด็กแล้วห้ามสรุปว่าเด็กเป็นโรคอะไร หรือมีปัญหาแน่นอน ต้องส่งตรวจประเมินเพิ่มเติมในเด็กกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มมีปัญหาต่อไป แต่ในระหว่างรอส่งต่อสามารถให้การดูแลช่วยเหลือเบื้องต้นได้เลย เพื่อมิให้เกิดความล่าช้า และสามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างทันท่วงที

รูปแบบการคัดกรองสุขภาพจิตเด็กวัยเรียน

การคัดกรองสุขภาพจิตเด็กวัยเรียนมีหลายวิธี หลายรูปแบบ สามารถทำได้ทั้งรูปแบบที่ไม่เป็นทางการ และเป็นทางการ หรือทำควบคู่กัน

1) การคัดกรองที่ไม่เป็นทางการ (informal screening) คือ การให้ครูสังเกตพฤติกรรมเด็กในห้องเรียน ว่ามีความยากลำบากในการเรียนอย่างไรบ้างเมื่อเปรียบเทียบกับเพื่อนในห้องเดียวกัน เช่น จดงานไม่เสร็จ เขียนสะกดผิดมาก ลายมืออ่านไม่ออก นั่งคุ้ย ไม่สนใจเรียน อ่านหนังสือไม่คล่อง ไม่ส่งงาน ฯลฯ และดูว่าผลการเรียนต่ำกว่าความสามารถที่แท้จริงของเด็กที่ครูสังเกตเห็นหรือไม่ เช่น เวลาพูดคุ้ยด้วย เด็กดูฉลาดคล่องแคล่ว มีไหวพริบแก้ไขปัญหาได้ดี แต่ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าความสามารถที่สังเกตเห็น

2) การคัดกรองที่เป็นทางการ (formal screening) คือ การใช้เครื่องมือคัดกรองชนิดต่าง ๆ ในการคัดกรองปัญหาการเรียน อาจเป็นแบบฉบับเดียวหรือหลายฉบับก็ได้ มีทั้งแบบให้เด็กประเมินตนเอง ให้ครูประเมิน และให้ผู้ปกครองประเมิน