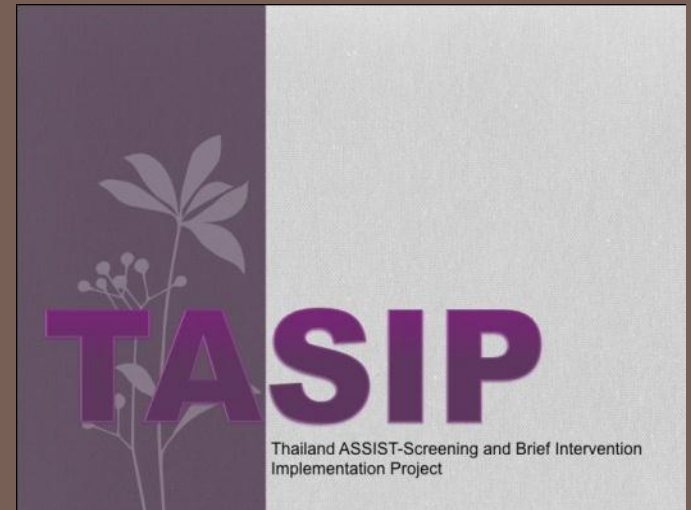


# ASSIST-LINKED BRIEF INTERVENTION

การบำบัดแบบย่อที่เชื่อมต่อผลจากASSIST



Thailand ASSIST-SBI Implementation Project

# วัตถุประสงค์

- อธิบายแนวทางการรักษาผู้มีปัญหาใช้สารเสพติด
- อธิบายความจำเป็นของการทำการบำบัดแบบย่อที่เชื่อมต่อการคัดกรองด้วย ASSIST
- อธิบายขั้นตอนของการบำบัดอย่างย่อที่เชื่อมต่อการคัดกรองด้วย ASSIST



# TASIP

Thailand ASSIST-Screening and Brief Intervention  
Implementation Project

# แนวทางการรักษาผู้มีปัญหาการใช้สารเสพติด

3

- บางคนหายได้เอง (แต่น้อยมากไม่ถึง 10%).
- ต้องมีระบบการตรวจประเมินการรักษาอย่างละเอียดครอบคลุมทุกด้าน
- ต้องใช้การรักษาหลายรูปแบบ หลายกิจกรรม หลายขั้นตอน
- ต้องใช้บุคลากรสหสาขาวิชาชีพที่มีความรู้ความชำนาญด้านการดูแลรักษาผู้ป่วยติดสารเสพติด ทำงานร่วมกันเป็นทีม
- ต้องรักษาต่อเนื่องเป็นระยะยาว 3-6 เดือนเป็นอย่างน้อย

# เป้าหมายการรักษาผู้ติดสารเสพติด

4

- พยายามลดปริมาณการใช้หรือ
- ลดความรุนแรงของการติดสารเสพติด
- รักษาภาวะแทรกซ้อนทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม
- ป้องกันการกลับไปติดใหม่และติดซ้ำ
- ฟื้นฟูสมรรถภาพจิตใจ หน้าที่การงานและสังคม

# วัฏจักรแห่งการเปลี่ยนแปลง (Stage of change) (Prochaska & DiClemente)

5

Relapse prevention

- ยาลดอาการอยาก เช่น naltrexone
- MATRIX Program

Motivation

- Dynamic
- Purposeful
- Intentional
- Positive
- Changeable

Recovery

หยุดถาวร ใช้ชีวิตในสังคม  
อย่างปกติสุข

CBT individual or group,  
MATRIX Program

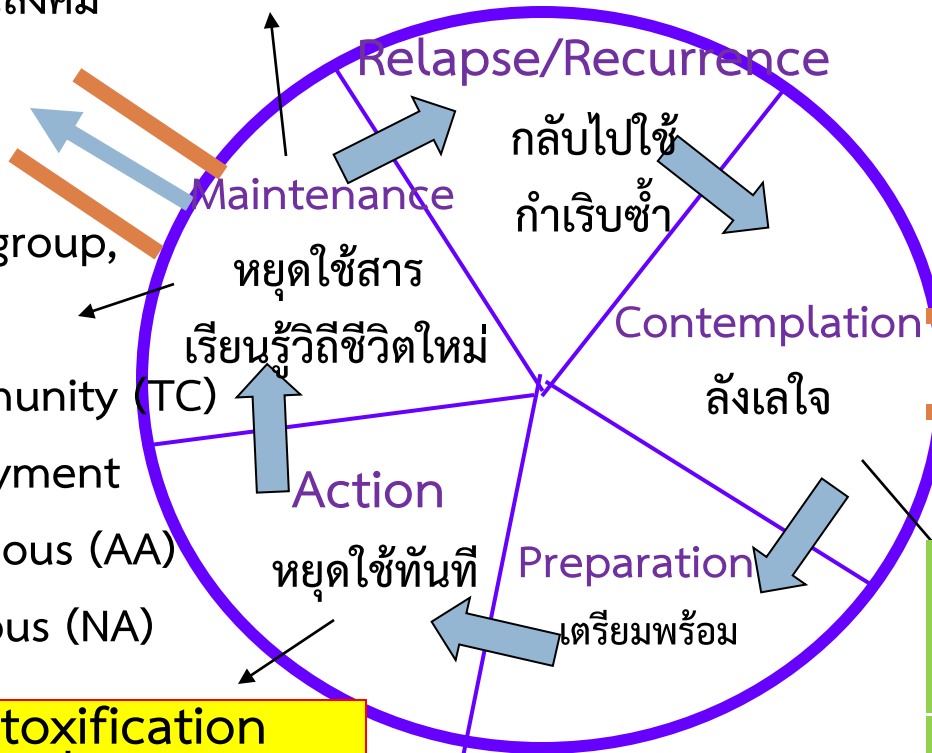
Therapeutic community (TC)

Supported employment

Alcoholic Anonymous (AA)

Narcotic Anonymous (NA)

Detoxification  
1-3 wks : treat  
withdrawal  
syndrome



Relapse/Recurrence

กลับไปใช้  
กำเริบซ้ำ

Maintenance

หยุดใช้สาร  
เรียนรู้วิถีชีวิตใหม่

Action

หยุดใช้ทันที  
เตรียมพร้อม

Preparation

เตรียมพร้อม

Contemplation

ลังเลใจ

Pre-contemplation

เมินเฉย

ไม่ตระหนัก

ปัญหา

Brief advice

Brief intervention

Motivational interviewing

Motivational enhancement  
Therapy

# ASSIST-linked Brief Intervention คืออะไร

- เป็นการให้คำปรึกษาพูดคุยกับผู้รับบริการแบบง่ายๆ และสั้นๆ เกี่ยวกับการแจ้งผลค่าคะแนนของ ASSIST และความหมายของมัน
- มีเป้าหมายกลุ่มที่ได้คะแนน ASSIST ในระดับความเสี่ยงปานกลาง
- ไม่ได้มุ่งหมายบำบัดผู้ที่มีความเสี่ยงสูงหรือผู้ติดสารเสพติด แต่อาจจะใช้การบำบัดแบบย่อนี้ช่วยชักจูงให้คนกลุ่มนี้เข้าสู่การบำบัดรักษาเฉพาะทางต่อไป
- สามารถอ่านข้อมูลจากแบบรายงานป้อนกลับ “ASSIST Feedback Report Card” ได้
- ใช้เวลาน้อย อาจจะเพียง 3 นาทีเท่านั้น (โดยทั่วไปประมาณ 5-10 นาที)
- อาจจะใช้เป็นพื้นฐานสำหรับการรักษาต่อเนื่องหรือการรักษาอื่นๆ ที่ทำร่วมกัน

# ASSIST-linked BI อิงบนหลักการของ...



1. **FRAMES** model of behaviour change (Sanchez-Craig & Miller)
  - ✦ **Feedback** ให้ข้อมูลเกี่ยวกับคะแนนของ ASSIST
  - ✦ **Responsibility** ความรับผิดชอบในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นของผู้ป่วย
  - ✦ **Advice** ให้การแนะนำอย่างง่ายเกี่ยวกับการลดละเลิกใช้สารเสพติด
  - ✦ **Menu of strategies** เสนอกลยุทธ์ต่างๆ เพื่อส่งเสริมการเลือก การตั้งเป้าหมาย และการควบคุมตนเองของผู้ป่วย
  - ✦ **Empathy** แสดงความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจต่อผู้ป่วยซึ่งจะเป็นองค์ประกอบสำคัญในการช่วยเหลือและสร้างแรงจูงใจให้กับผู้ป่วย
  - ✦ **Self-efficacy** ส่งเสริมศักยภาพของผู้ป่วย เพื่อให้เกิดความคิดในทางบวก มั่นใจ
2. Simple Motivational Interviewing techniques (Miller & Rollnick)

## Simple Motivational Interviewing : 5 หลักการสำคัญ READS

- ❑ **R**educe ambivalence & Roll with resistance ลดความลังเล ล้อตามไปกับความคิดผู้ป่วยพลิกการต่อต้านเป็นร่วมมือแทน
- ❑ **E**xpress empathy แสดงความเข้าใจ เห็นใจ ไม่ปฏิเสธหรือละเลยการตอบสนอง
- ❑ **A**void argument เลี่ยงการถกเถียง
- ❑ **D**ecisional balance technique and discrepancy identification อภิปรายเกี่ยวกับสิ่งที่ผู้ป่วยได้รับอรรถประโยชน์และผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงไม่ใช้สารเสพติด ชี้ให้เห็นความขัดแย้งระหว่างเป้าหมายชีวิตที่ต้องการ กับผลกระทบจากการใช้สารเสพติดที่เป็นอุปสรรคขวากหนาม
- ❑ **S**upport self-efficacy สนับสนุนให้เห็นความสำเร็จที่เคยทำมาและกระตุ้นให้เกิดความมั่นใจ มีจังหวะตามวัฏจักรการเปลี่ยนแปลง (Pacing) ช่วยให้ผู้ผู้ป่วยคิดโอกาสมุ่งสู่เป้าหมายสำเร็จถ้าไม่เสพสาร ต่างจากเสพยังไงโดยให้ผู้ผู้ป่วยกล่าวออกมาเอง (client's self-motivational statements-SMS)



- ใช้ทักษะการปรึกษาเพื่อให้เกิดการพูดคุยเน้นการเปลี่ยนแปลง
- ใช้เทคนิค OARS
  - ▣ Open ended questions คำถามปลายเปิด
  - ▣ Affirmations การย้าความ
  - ▣ Reflective listening การฟังแบบสะท้อนความคิด
  - ▣ Summarising การสรุปความ



# 10 ขั้นตอนของ ASSIST-linked BI



1. คุณอยากทราบคะแนนของแบบคัดกรองที่คุณเพิ่งทำไปหรือไม่...?
2. Feedback – ให้ข้อมูลโดยใช้บัตรข้อมูล
3. Advice -ให้คำแนะนำ
4. Responsibility -ย้ำความรับผิดชอบของผู้ป่วย
5. Concern about ASSIST score –ถามผู้ป่วยว่าเป็นห่วงคะแนน หรือไม่
6. Good things about using -ข้อดีของการใช้สาร
7. Less good things about using -ข้อไม่ค่อยดีของการใช้สาร
8. Summarise -สรุปความ
9. Concern about less good things –ความเป็นห่วงต่อข้อไม่ค่อยดีของการใช้สารและความเสี่ยงที่มากขึ้นถ้าใช้ต่อเนื่อง พร้อมทั้งความตั้งใจและความเชื่อมั่นในการเปลี่ยนแปลง
10. Take home information & booklet -ให้ข้อมูลและคู่มือกลับบ้าน

# 1. คุณอยากทราบคะแนนของแบบสอบถามที่คุณเพิ่งทำไปหรือไม่

- คำถามนี้จะเปิดประตูให้ผู้บำบัดสามารถให้การบำบัดแบบย่อได้
  - คนส่วนใหญ่จะสนใจคะแนนของตนเอง
  - การให้ผู้รับบริการเลือกว่าจะทำอะไรต่อไปจะช่วยลดแรงต่อต้านในการรักษาได้
  - เป็นการอนุญาตให้ผู้บำบัดสามารถให้ข้อมูลเกี่ยวกับคะแนนและความเสี่ยงและวิธีการลดความเสี่ยงแก่ผู้รับบริการ ซึ่งเป็นข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับผู้รับบริการโดยตรงและเฉพาะตัว



## 2. Feedback: การให้ข้อมูลสะท้อนกลับ

- ❑ เป็นองค์ประกอบสำคัญในการบำบัดแบบย่อ
- ❑ ใช้บัตรรายงานข้อมูลสะท้อนกลับของ ASSIST (ASSIST Feedback Report card) เพื่อทั้งผู้รับบริการและผู้บำบัดจะได้มีจุดสนใจที่เป็นขึ้นเป็นอัน
- ❑ บันทึกคะแนน ASSIST ของผู้รับบริการลงในหน้าแรกของบัตรรายงาน
- ❑ ภาที่ช่องความเสี่ยง ต่ำ ปานกลาง หรือสูง ในหน้าต่อไปสำหรับสารแต่ละตัวที่ผู้รับบริการใช้
- ❑ ชี้ที่สารแต่ละตัวและอธิบายว่าการใช้สารของผู้รับบริการสัมพันธ์กับความเสี่ยงสูง ปานกลางหรือต่ำ



- อธิบาย (อ่านให้ฟัง) ว่าความเสี่ยงปานกลางหมายความว่าอย่างไร อธิบายความหมายของการใช้สารแบบเสี่ยงสูงด้วย ถ้าจำเป็น
- ถือบัตรรายงานในลักษณะที่ผู้รับบริการสามารถอ่านได้ง่าย

สารเสพติด	คะแนน	ระดับความเสี่ยง	
a) ผลิตภัณฑ์ยาสูบ (บุหรี่ ยาเส้นแบบเคี้ยว ซิการ์ ฯลฯ)	21	0-3 4-26 27+	ต่ำ ปานกลาง สูง
b) เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (เบียร์ ไวน์ เหล้า)	8	0-10 11-26 27+	ต่ำ ปานกลาง สูง
c) กัญชา (กัญชาแห้ง ยางกัญชา น้ำกัญชา ฯลฯ)	6	0-3 4-26 27+	ต่ำ ปานกลาง สูง
d) โคเคน	0	0-3 4-26 27+	ต่ำ ปานกลาง สูง
e) ยากระตุ้นประสาทกลุ่มแอมเฟตามีน (ยาบ้า ยาไอซ์ ฯลฯ)	14	0-3 4-26 27+	ต่ำ ปานกลาง สูง
f) สารระเหย (กาว ทินเนอร์ เบนซิล ไนตรัส ฯลฯ)	0	0-3 4-26 27+	ต่ำ ปานกลาง สูง
g) ยาหล่อมประสาทหรือยานอนหลับ	0	0-3 4-26 27+	ต่ำ ปานกลาง สูง
h) สารหลอนประสาท	0	0-3 4-26 27+	ต่ำ ปานกลาง สูง

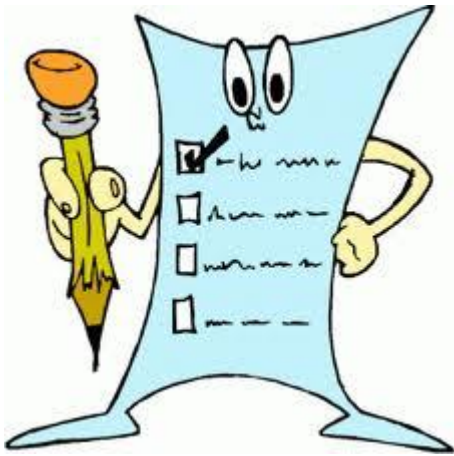
## 2. Feedback: การให้ข้อมูลสะท้อนกลับ

- เปิดบรรยายงานข้อมูลสะท้อนกลับหน้าที่มีข้อมูลของสารตัวที่ได้คะแนนสูงสุด (รองจากผลิตภัณฑ์ยาสูบ)

- พุดแบบนี้...

- “เนื่องจากการใช้ยาสูบของคุณจัดว่าอยู่ในระดับที่สัมพันธ์กับความเสี่ยงปานกลาง หากคุณยังใช้ยาสูบในลักษณะนี้ต่อไป...”

(อ่านความเสี่ยงที่เกิดจากการใช้ยาสูบจากรุนแรงน้อยที่สุดไปยังรุนแรงมากที่สุด)



<p>e. สารกลุ่มแอมเฟตา มีน</p>	<p>ความเสี่ยงของคุณที่จะได้รับอันตรายเหล่านี้อยู่ในระดับ...  ต่ำ <input type="checkbox"/> ปานกลาง <input checked="" type="checkbox"/> สูง <input type="checkbox"/>  การใช้แอมเฟตามีนเป็นประจำจะสัมพันธ์กับการเกิดภาวะต่อไปนี้</p>
	<p>นอนหลับยาก ความอยากอาหารลดลงและน้ำหนักตัวลดลง ร่างกายแห้งขาดน้ำ</p>
	<p>กล้ามเนื้อแข็ง ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ</p>
	<p>อารมณ์แกว่งไปมา วิดกกังวล ซึมเศร้า กระวนกระวาย ครั่นเครงมาก หัวใจวิตก ชี  สงสัยอย่างรุนแรง (หวาดระแวง)</p>
	<p>สั่น หัวใจเต้นไม่สม่ำเสมอ หายใจติดขัด</p>
	<p>พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง</p>
	<p>การติดต่อกับโลกความเป็นจริงสูญหายไป (อาการวิกลจริต) หลังจากใช้ปริมาณ  มากซ้ำๆ กัน</p>
	<p>เซลล์สมองถูกทำลายอย่างถาวร</p>
	<p>ตับถูกทำลาย เลือดออกในสมอง ตายฉับพลัน (จากยาอี) ในบางสถานการณ์</p>

### 3. Advice: การให้คำแนะนำ

- เป็นการสร้างตัวเชื่อมระหว่างการลดการใช้สารกับการลดอันตราย
- การแนะนำเป็นการบอกผู้รับบริการว่าการลดหรือการหยุดใช้สารจะลดปัญหาที่เกิดขึ้นทั้งในปัจจุบันและในอนาคต
- ผู้รับบริการมักจะไม่ตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สารของเขากับปัญหาที่เกิดขึ้นหรือกำลังจะเกิดขึ้น
- ควรให้คำแนะนำง่ายๆ เช่น “วิธีการที่ดีที่สุดที่จะลดความเสี่ยงหรือปัญหาที่เกิดขึ้นกับคุณอยู่ในตอนนี้ก็คือ การลดหรือหยุดใช้ยาบ้า”
- ไม่ควรแนะนำโดยการพูดว่า “คุณจำเป็นต้องทำอะไรสักอย่างเกี่ยวกับการใช้สารของคุณแล้วนะ” หรือ “ฉันเป็นห่วงเกี่ยวกับการใช้สารของคุณมากนะ”



# 4. Responsibility: ย้ำความรับผิดชอบ

- การรักษาความสามารถในการควบคุมตนเองได้เป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

- ผู้รับบริการเป็นคนรับผิดชอบการตัดสินใจของตนเอง – ผู้บำบัดต้องยอมรับและเคารพ

- พุดแบบนี้



- “คุณจะทำอะไรกับข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ยาบ้าที่ดิฉันเพิ่งบอกไปแล้ว ... ก็ขึ้นอยู่กับตัวคุณเองเป็นหลัก... ดิฉันเพียงแต่บอกให้คุณทราบว่าอาจจะเกิดอันตรายหรือความเสี่ยงอะไรได้บ้างหากคุณยังใช้ยาบ้าในลักษณะนี้ต่อไป”

## 5. Concern ค่ะแนของ ASSIST

- พลิกกลับไปทีหน้าแรกของบัตรรายงานข้อมูล และพูดแบบนี้  
“คุณยังคงรู้สึกเป็นห่วงคะแนยาบ้าของคุณมากไหม”



- การถามคำถามปลายเปิด จะช่วยให้ผู้รับบริการคิด และพูดความรู้สึกกังวลของตนเอง ออกมา
- ครั้งนี้อาจจะเป็นครั้งแรกที่ผู้รับบริการเคยพูดความกังวลเกี่ยวกับการใช้สารของตนเอง
- การพูดความรู้สึกกังวลของตนเองออกมาจะช่วยให้ผู้รับบริการเปลี่ยนความเชื่อและ พฤติกรรมได้
- เราจะเชื่อสิ่งที่เราเป็นคนพูดออกมาเอง

## 6. & 7. ข้อดี กับ ข้อไม่ค่อนยดี ของการใช้สาร

- ถามเกี่ยวกับข้อดีของการใช้สาร “คุณชอบอะไรบ้างในการใช้ยาบ้าของคุณ”
- หลังจากที่ผู้รับบริการพูดข้อดีของการใช้สารหมดแล้ว ก็ถามด้านลบบ้าง “แล้วมีอะไรที่ไม่ค่อนยดีบ้างไหมในการใช้ยาบ้าของคุณ”



- เป็นการทำให้ผู้รับบริการเกิดความขัดแย้งทางความคิดของตนเอง ระหว่างสิ่งที่เขากำลังทำอยู่กับสิ่งที่เขาต้องการจะเป็น
- ให้ผู้รับบริการชั่งน้ำหนักระหว่างข้อดีกับข้อไม่ค่อนยดีเกี่ยวกับการใช้สารของเขา -เป็นขั้นตอนแรกของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
- ครั้งนี้อาจจะเป็นครั้งแรกที่ผู้รับบริการได้พิจารณาและพูดเกี่ยวกับข้อดีและข้อไม่ดีของการใช้สารของตนเอง

# ผลทางลบของการใช้สารเสพติด

ถ้าผู้รับบริการนึกข้อไม่ค่อยดีไม่ออก ผู้บำบัดอาจจะช่วยแนะให้

- ด้านสุขภาพ – ร่างกาย หรือ จิตใจ
- ด้านสังคม – สัมพันธภาพกับคู่ครอง ครอบครัว เพื่อน หรือเพื่อนร่วมงาน
- ด้านกฎหมาย – ขับรถหลังใช้สาร อุบัติเหตุ ถูกจับ
- ด้านการเงิน – ปัญหาค่าใช้จ่าย
- ด้านอาชีพการงาน – ปัญหาการทำงาน การเรียน
- ด้านจิตวิญญาณ – คุณค่าของตนเอง ความรู้สึกผิด ความรู้สึกเต็มอึด



## 8. สรุปความ การฟังแบบสะท้อนความคิด



“ด้านหนึ่งก็คือ คุณชอบที่จะใช้ยาบ้ากับเพื่อนๆ ของคุณในงานปาร์ตี้ เพราะมันทำให้คุณมั่นใจและมีความสุข แต่ในทางกลับกัน คุณก็ใช้เงินไปมากกว่าที่คุณจะหามันมาได้ ซึ่งมันก็ทำให้คุณกังวล นอกจากนี้ คุณก็สังเกตเห็นว่าคุณโกรธง่าย หงุดหงิด หลังใช้ ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้ เดียวนี้มันเกิดรุนแรงขึ้นมาก เมื่อเทียบกับตอนที่คุณเริ่มใช้ยาบ้าใหม่”

- แสดงให้ผู้รับบริการเห็นว่า เราฟังและเข้าใจสิ่งที่เขาพูด (และเห็นใจ)
- ควรใช้การสรุปความบ่อยๆ เพื่อชี้ให้ผู้รับบริการเห็นความขัดแย้งทางความคิด ของเขาเอง
- พยายามดึงการสนทนาให้เข้าหาข้อไม่ค่อนยดีของการใช้สาร
- การสรุปความจะเป็นช่องทางให้ผู้บำบัดสามารถถามคำถามปลายเปิดต่อไปได้

## 9. ความกังวลเกี่ยวกับข้อไม่ค้อยดีของการใช้สาร

**concerned**

จากไม้บรรทัดตั้งแต่ 1 ถึง 10 คุณจะให้คะแนนความกังวลต่อข้อไม่ค้อยดีของการใช้ยาบ้าของคุณประมาณสักเท่าไร

**committed**

จากไม้บรรทัดตั้งแต่ 1 ถึง 10 คุณคิดว่า คุณตั้งใจว่าจะลดหรือเลิกใช้ยาบ้า มากน้อยเพียงไร

**confident**

- จากไม้บรรทัดตั้งแต่ 1 ถึง 10 คุณมีความมั่นใจว่าคุณจะทำได้สำเร็จมากน้อยเพียงไร

# 10. ให้ข้อมูลกลับบ้าน

- เป็นการเสริมคำแนะนำและผลการบำบัดแบบย่อที่นำไปให้เข้มข้นมากขึ้น
- สิ่งนี้อาจจะให้กลับบ้าน
  - บัตรรายงานข้อมูลสะท้อนกลับของผู้รับบริการ
  - แผ่นพับความรู้เกี่ยวกับสารเสพติดตัวที่ผู้รับบริการใช้
  - คู่มือดูแลตนเองเพื่อลดละเลิกสารเสพติด
  - บัตรแสดงความเสี่ยงจากการฉีดสารเสพติด (ถ้าจำเป็น)
- รวมทั้งให้เอกสารความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี
- เวลาให้เอกสารควรพูดแบบกลางๆ และให้เกียรติผู้รับบริการ  
ใช้การกล่าวถึงบุคคลที่สาม

“คนหลายๆ คนบอกว่า เอกสารเหล่านี้เป็นประโยชน์มาก เวลาที่เขาคิดจะลดการใช้สารเสพติดของเขา เพราะในเอกสารจะบอกวิธีการที่จะช่วยให้เขาสามารถลดการใช้สารของเขาได้”

# สังเกตการณ์ต่อต้านของผู้ป่วย

## การแสดงการต่อต้าน

- โต้เถียง
- ขัดคอ
- ไม่ยอมเชื่อมโยงว่าปัญหาที่มีอยู่เกิดจากการใช้สาร
- ปฏิเสธ ไม่สนใจปัญหา
- ไม่ยอมรับการดูแลรักษา

## วิธีลดการต่อต้าน

- พลิกแรงต่อต้าน
- เปลี่ยนจุดสนใจ
- เปลี่ยนคำพูด
- ย้ำว่าเป็นการใช้สารเป็นทางเลือกของผู้ป่วยและอยู่ภายใต้การควบคุมของผู้ป่วยเอง
- ยุติการบำบัด



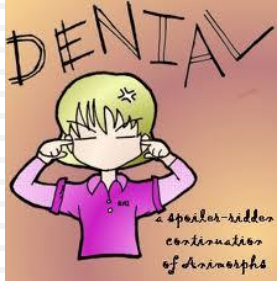
# ถ้าผู้รับบริการไม่มีความตั้งใจจะเปลี่ยนแปลง

## □ ยอมรับ

□ พยายามเข้าใจว่าการเปลี่ยนแปลงเป็นเรื่องยาก

□ ถามผู้รับบริการว่าเขาจะจัดการได้ไหมถ้ามีปัญหาอะไรเกิดขึ้น

□ ถามผู้รับบริการว่ามีอะไรอย่างอื่นอีกไหมที่จะช่วยเขาในการตัดสินใจ เช่น ใช้เวลาพูดคุยมากขึ้น ฯลฯ



เปิดประตูอ้าไว้เสมอ...

“โดยสรุป ตอนนี้อยู่เหมือนว่าคุณยังไม่พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้สารเสพติดของคุณ แต่ถ้าคุณอยากจะคุยเกี่ยวกับเรื่องนี้อีกเมื่อไร ในตอนไหนก็ตาม หรือเมื่อคุณเริ่มพบว่าการใช้ยาบ้าสร้างปัญหาให้กับคุณ คุณสามารถจะกลับมาหาผม/ดิฉันใหม่ได้เสมอ นะ แล้วเราค่อยคุยเรื่องนี้กันอีกทีก็แล้วกัน”

โปรดจำไว้ว่า

