

## ผลของการบำบัดความคิดและพฤติกรรมของผู้ป่วยบำบัดรักษายาเสพติด

### ที่เข้ารับการรักษาในระยะติดตามการรักษา

#### The Effects of the Cognitive Behavior Therapy for Drug Dependence Patients in after care Phase

#### บทคัดย่อ

#### บทนำ

การบำบัดความคิดและพฤติกรรม (Cognitive-behavioral therapy) เชื่อว่าการจัดการกับกระบวนการคิดใหม่ (Cognition Restructuring) ช่วยให้ผู้ป่วยมองโลกสอดคล้องกับความเป็นจริง เปลี่ยนแปลงความเชื่อเกี่ยวกับตนเอง (idiosyncratic thought) ประสบการณ์ชีวิตและการคาดการณ์ในอนาคตสามารถลดปริมาณการเสพยาและสารเสพติดลง และยังเพิ่มระดับของแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลง มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

#### วัตถุประสงค์

ศึกษาผลของโปรแกรมการบำบัดความคิดและพฤติกรรมต่อพฤติกรรมการกลับติดยาเสพติดที่เข้ารับการรักษาในระยะติดตามหลังการรักษา ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการบำบัดความคิดและพฤติกรรมร่วมกับการดูแลปกติและกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ

#### วิธีการศึกษา

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – experimental research) กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยยาเสพติดแอมเฟตามีนที่เข้ารับการรักษาในระยะติดตามหลังการรักษา ในสถาบันธัญญารักษ์ที่ยินดีเข้าร่วมการวิจัยรวมทั้งสิ้น 90 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 45 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 45 คน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการบำบัดความคิดและพฤติกรรมร่วมกับการดูแลตามปกติโปรแกรมผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน กิจกรรมกลุ่มทั้งหมด 9 ครั้ง เป็นกิจกรรมติดตามหลังการรักษาตามโปรแกรมการบำบัดความคิดและพฤติกรรม กลุ่มควบคุม จะได้รับการบำบัดรักษาตามแผนการติดตามระยะการติดตามตามปกติใช้ระยะติดตามหลังบำบัดรักษา 2 เดือน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งเป็น 3 ส่วน คือ ข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการเสพยาซ้ำแบบวัด และแบบประเมินคุณภาพชีวิต ตรวจสอบความเที่ยงโดยใช้วิธีตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach' Alpha Coefficient) ได้เท่ากับ .84 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ยและทดสอบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมป้องกันการเสพยาซ้ำคุณภาพชีวิต ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมทั้งก่อนและหลังการทดลอง ติดตามผล 1 เดือน ติดตามผล 2 เดือน ด้วยสถิติทดสอบของแมน – วิทนี (Mann – Whitney U test) ทดสอบความแตกต่างของการกลับไปติดยาซ้ำด้วยสถิติ ฟิชเชอร์ (Fisher exact probability test)

#### ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าคะแนนพฤติกรรมป้องกันการเสพยาซ้ำ ทั้งด้าน(1)การจัดการตัวกระตุ้นที่นำไปสู่การใช้สารเสพติด (2)การจัดการอารมณ์การเผชิญและแก้ไขปัญหา (3)การสื่อสารและการจัดการถูกวิพากษ์วิจารณ์ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01, .01, และ .01ตามลำดับ

2.ค่าคะแนนเฉลี่ยของคุณภาพชีวิตของกลุ่มทดลอง ภายหลังจากทดลองไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม แต่ในระยะติดตามผล 2 เดือน กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยของคุณภาพชีวิตน้อยกว่ากลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

3.การรายงานผลการติดตามหลังการบำบัดรักษาโดยการตรวจปัสสาวะหาสารเสพติดทั้ง 2 กลุ่ม หลังการทดลองเดือนที่ 1 และเดือนที่ 2 กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมการบำบัดความคิดและพฤติกรรมต่อพฤติกรรมการกลับติดยา และกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการบำบัดความคิดและพฤติกรรมต่อพฤติกรรมการกลับติดยา ไม่แตกต่างกัน ในการติดตามหลังการบำบัดรักษาในเดือนที่ 3 กลุ่มควบคุมกลับไปติดยา มากกว่ากลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุป

ผลโปรแกรมการบำบัดความคิดและพฤติกรรมต่อพฤติกรรมการกลับติดยา มีผลต่อการป้องกันการกลับติดยา โดยส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันการเสพยาเสพติดและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยบำบัดรักษายาเสพติดที่เข้ารับการรักษาในระยะติดตามการรักษาดีขึ้น ทำให้ยี่ดระยะเวลาในการกลับไปติดยาเป็นระยะเวลานานขึ้นผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตดีขึ้น