



The 22 nd Annual
International Mental
Health Conference 2023
(22nd AIMHC)

ENHANCING COLLABORATION FOR VIOLENCE AND SOCIAL WELL BEING

Add a short description here

Presented By Natthagorn Phichaicherd
MNS (Community Nurse Practitioner), PG, RN

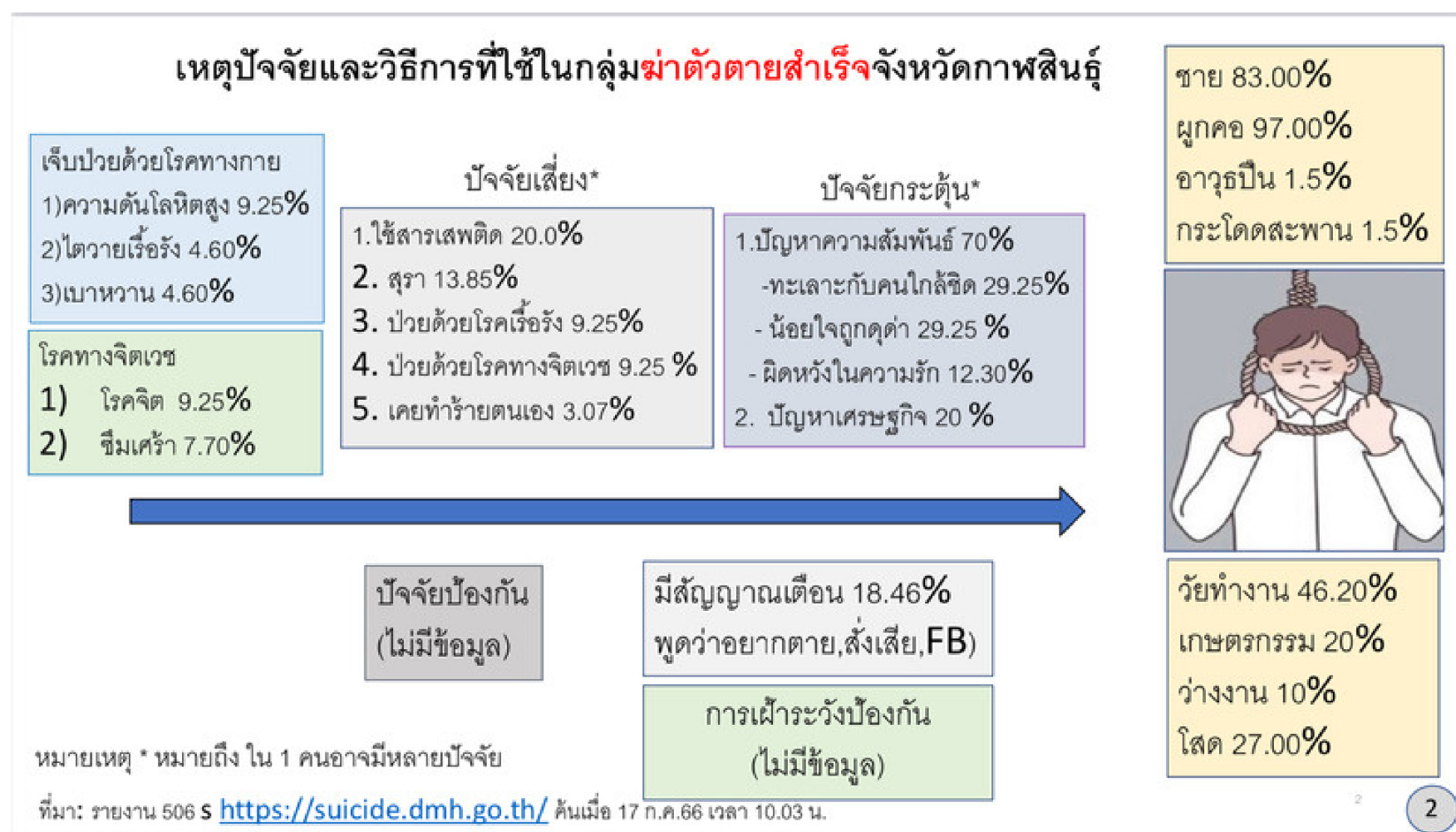
JUL 19, 2023

pichicherd.natthagorn@gmail.com

การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ เพื่อการป้องกันการฆ่าตัวตายและความรุนแรง



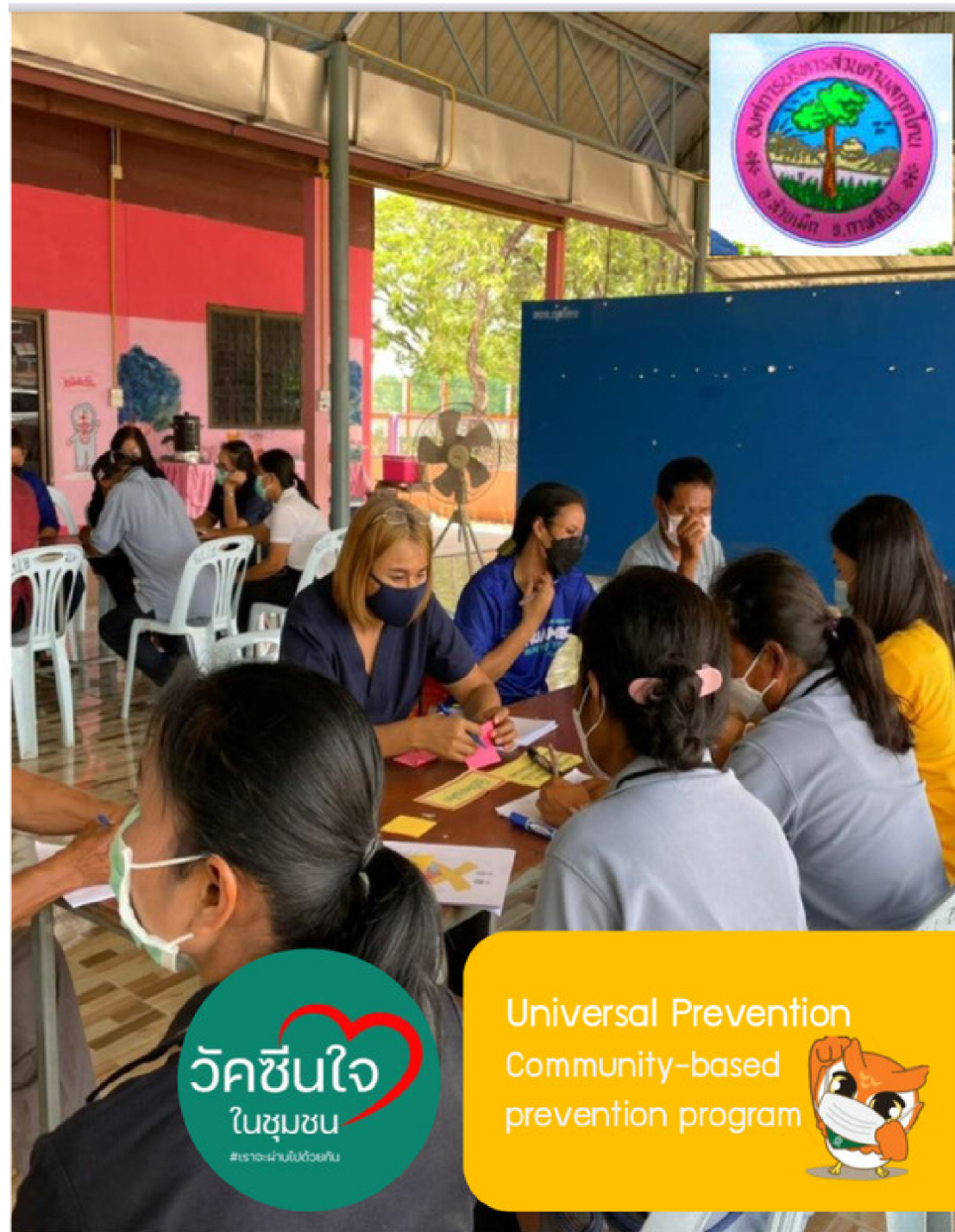
“เมล็ดพันธุ์แห่ง
การเริ่มต้นของ
การมีชีวิต”



Background of the Study

“การฆ่าตัวตาย
ไม่สามารถป้องกันได้”

[Back to Agenda](#)



Universal Prevention
Community-based
prevention program



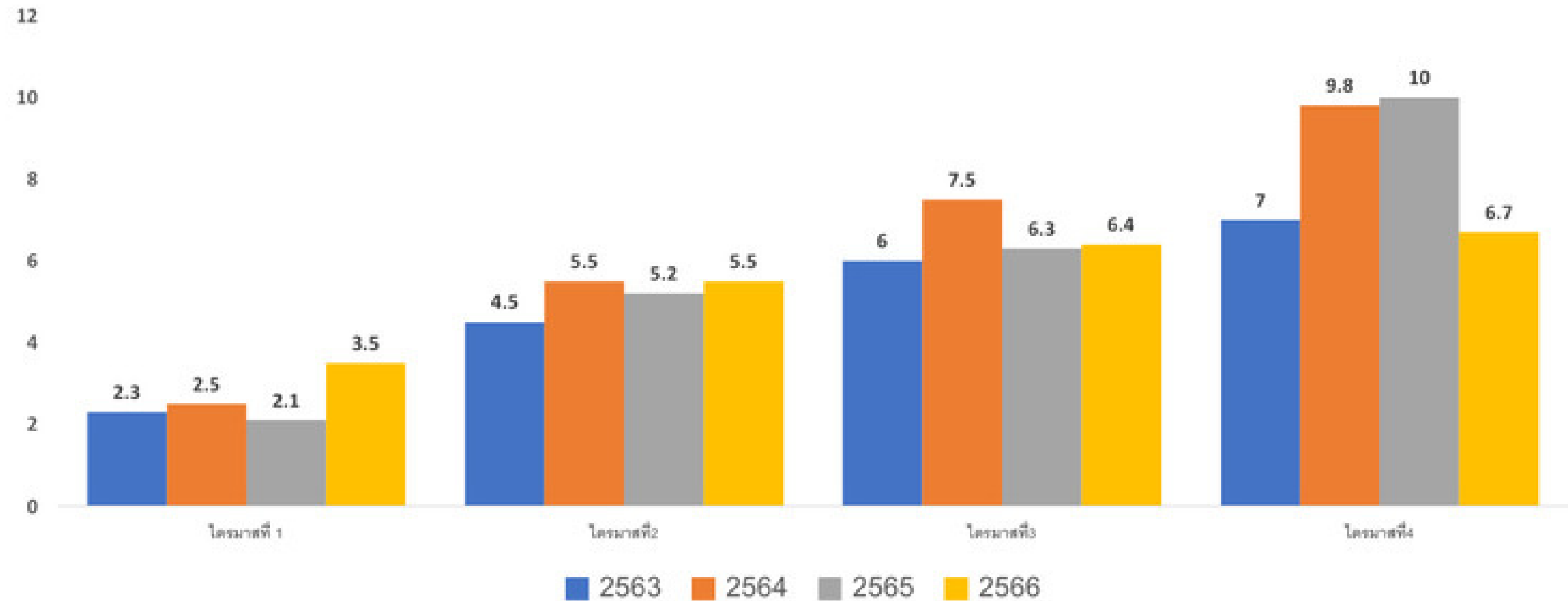
จัดประจําโดย กองสนับสนุนและพัฒนาระบบสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต
ในการทดลองหลักสูตร วัคซีนใจในชุมชน เพื่อการป้องกันการฆ่าตัวตาย

ANALYSIS

อัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จของ จ.กาฬสินธุ์ ปีงบประมาณ
2563-2566 จำแนกรายไตรมาส



ภาพ เปรียบเทียบอัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จแยกรายไตรมาส ปีงบประมาณ 2563- 2566



[Back to Agenda](#)

ที่มา: รายงาน 506 S <https://suicide.dmh.go.th/> ค้นเมื่อ 17 ก.ค.66 เวลา 10.03 น.

Developments



2020

General of
Care

2021

กลุ่มเปราะบาง
(ยาเสพติด)

Data System

2022

กลุ่มเปราะบาง
(*พฤติกรรม
รุนแรงปั่นป่วน)

*กลุ่มเสี่ยง
(สุรา, บุหรี่,
ครอบครัวที่เคยมี
คนฆ่าตัวตาย
สำเร็จ, ติดเตียง,
ซึมเศร้า)

การสอบสวนฯ

2023

กลุ่มเปราะบาง

กลุ่มเสี่ยง

*กลุ่มส่งเสริม ป้องกัน
(พัฒนาการ, วัยรุ่น,
ครอบครัวที่สูญเสียคน
ในครอบครัวใน
อุบัติเหตุ)

Active Surv.

Timeline

Concepts : ดูแลตั้งแต่ก่อนเกิดจนถึงเสียชีวิต

หญิงตั้งครรภ์

โปรแกรมเตรียมความพร้อม
ก่อนตั้งครรภ์

ANC HIGH RISK : คัดกรอง
Hb typing, Quadruple
test, Methamphetamine,
THC

RSA

ปฐมวัย

คัดกรองพัฒนาการ
กระตุ้นพัฒนาการ

วัยเรียน

สุขภาพช่องปากและฟัน
เพิ่มพื้นที่เล่น และพื้นที่
ปลอดภัย

วัยรุ่น

การพยายามทำร้ายตัวเอง/
ซึมเศร้า

Family planning

[Back to Agenda](#)

Timeline (con't)

Concepts : ดูแลตั้งแต่ก่อนเกิดจนถึงเสียชีวิต

วัยทำงาน

ยาเสพติด
และสารเสพติดรูปแบบใหม่

วัยผู้สูงอายุ

เสียงลึม, เสียงลึม, เสียงเศร้า, กินข้าวไม่เข้า

ADL < 11 : LTC
(CG and CM)
บัตรผู้พิการ

[Back to Agenda](#)

End of life : Palliative
Care

Actions

TOOLS

01

2Q PLUS
(รณุนทร์, 2018)

02

2Q PLUS AND
LOOK



ACTION 1 (2022)

1) แบบคัดกรอง 2Q Plus

ชื่อ..... อายุ..... ปี เลขบัตรประจำตัวประชาชน.....
บ้านเลขที่..... หมู่ที่..... ต. กุดโดน บ.อ.โพธิ์โพธิ์.....
แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q+)

1. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ ท่านรู้สึก หดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง หรือไม่?
☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

2. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ ท่านรู้สึก เบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน หรือไม่?
☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

3. ใน 1 เดือนที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ ท่านรู้สึก ใจจนไม่อยากจะมีชีวิตอยู่ หรือไม่?
☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ชื่อ 1.50..... อายุ 55 ปี เลขบัตรประจำตัวประชาชน 30.....
บ้านเลขที่..... หมู่ที่ 9..... ต. กุดโดน บ.อ.โพธิ์โพธิ์ 3621502259
แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q+)

1. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ ท่านรู้สึก หดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง หรือไม่?
☐ ใช่ ☒ ไม่ใช่

2. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ ท่านรู้สึก เบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน หรือไม่?
☐ ใช่ ☒ ไม่ใช่

3. ใน 1 เดือนที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ ท่านรู้สึก ใจจนไม่อยากจะมีชีวิตอยู่ หรือไม่?
☐ ใช่ ☒ ไม่ใช่

2) แบบคัดกรองพฤติกรรมการดื่มสุราและบุหรี่

ร.ร.	ชื่อ	นามสกุล	อายุ	เพศ	อาชีพ	ดื่มสุรา	ดื่มยาสูบ	ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	หมายเหตุ
1	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
2	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
3	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
4	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
5	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
6	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
7	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
8	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
9	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
10	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
11	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
12	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
13	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
14	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
15	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
16	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
17	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
18	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
19	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	
20	สมชาย	สมใจ	45	ชาย	เกษตรกร	ไม่ดื่ม	ไม่สูบ	ไม่ดื่ม	



ACTION 2 (2023)

2Q Plus : ชื่อ.....สกุล.....
เลขบัตรประจำตัวประชาชน.....
ที่อยู่ บ้านเลขที่.....หมู่.....ต. กุดโดน อ. ห้วยเม็ก จ. กาฬสินธุ์
เบอร์โทร.....

“ในช่วง 2 อาทิตย์ที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ด้วย” ท่านรู้สึก “หดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง” หรือไม่
☐ ไม่ใช่ ☐ ใช่

“ในช่วง 2 อาทิตย์ที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ด้วย” ท่านรู้สึก “เบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน” หรือไม่
☐ ไม่ใช่ ☐ ใช่

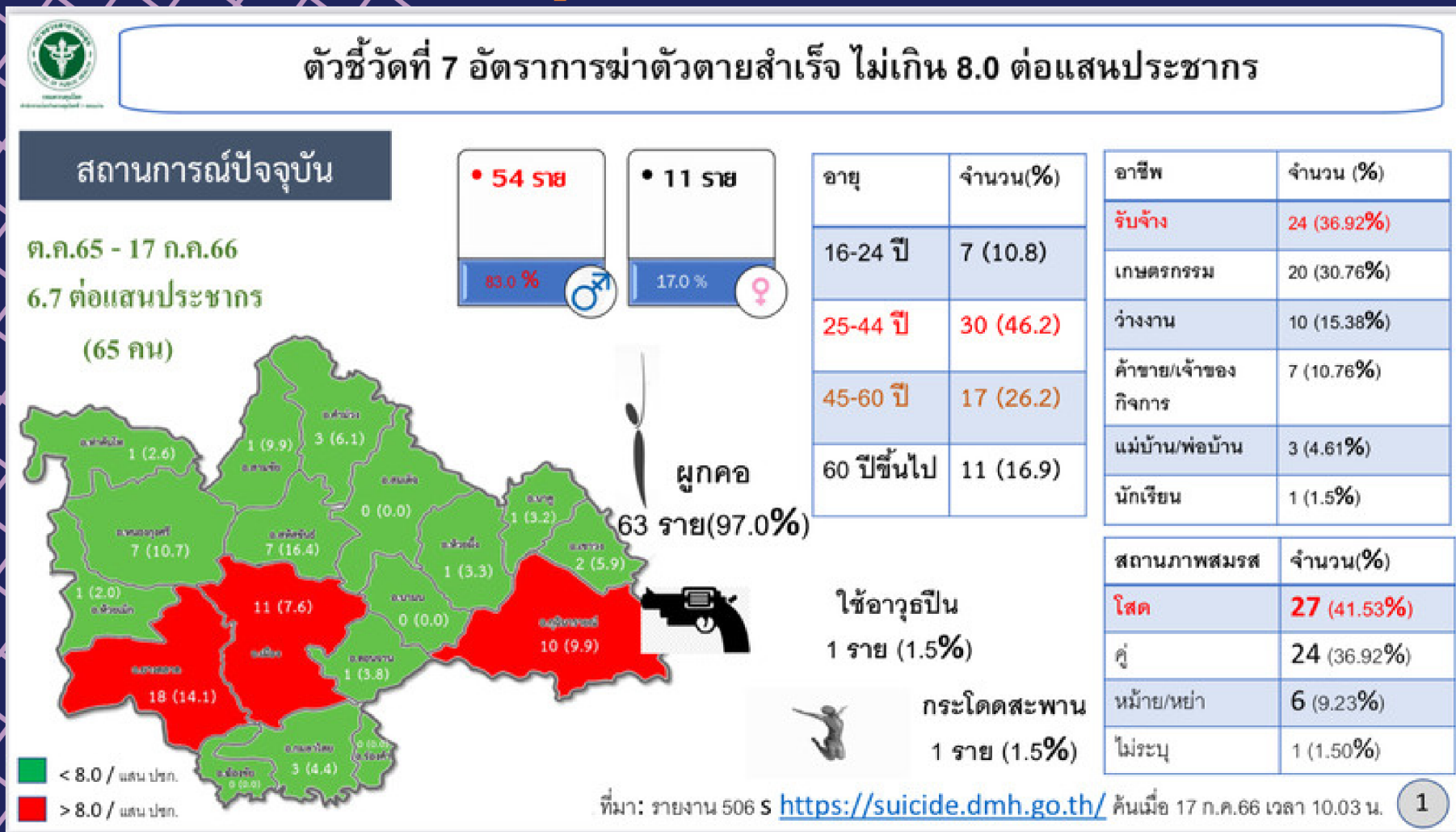
“ตลอดชีวิตที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ด้วย” ท่านรู้สึก “ทุกข์ใจจนไม่อยากจะใช้ชีวิตอยู่หรือไม่ หรือคิดว่าตายไปคงจะดี”
☐ ไม่ใช่ ☐ ใช่



Summary

OUTPUT/OUTCOME

IMPACT



ข่าวประชาสัมพันธ์
คปสอ.ห้วยเม็ก

นายแพทย์วิรัชคุณกร อ่อนประเสริฐ
ประธานคปสอ.ห้วยเม็ก

นายชุตติ ธีระวัชร
รองประธานคปสอ.ห้วยเม็ก

การอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรทีม 3 หมอ
ในพิธีเปิดการอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรทีม 3 หมอ
ในการเฝ้าระวังและป้องกันการฆ่าตัวตายในชุมชน
เมื่อวันที่ 13 กรกฎาคม 2566 ณ ห้องประชุม อบต.ห้วยเม็ก

Add your idea here

วันที่ 13 กรกฎาคม 2566
3 หมอ เฝ้าระวังการฆ่าตัวตาย

คปสอ.ห้วยเม็ก โดยนายชุตติ ธีระวัชร สาธารณสุขอำเภอห้วยเม็ก รองประธานคปสอ.ห้วยเม็ก ร่วมเป็นเกียรติในพิธีเปิดการอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรทีม 3 หมอ ในการเฝ้าระวังการฆ่าตัวตายในชุมชน มีนายทองคำการบริหาร ส่วนตำบลกุดโดน เป็นประธาน และคณะวิทยากรจากศูนย์สุขภาพจิตที่ 7 จังหวัดขอนแก่น สถานีตำรวจภูธรห้วยเม็ก โรงพยาบาลห้วยเม็ก สาธารณสุขอำเภอห้วยเม็ก ร่วมเป็นวิทยากรในครั้งนี้ โดยผู้เข้ารับการอบรมประกอบด้วย อสม.ตำบลกุดโดน เจ้าหน้าที่ อบต./สว.สต.รวมทั้งหมด 100 คน ณ หอประชุมโรงเรียนกุดโดนวิทยาคม เพื่อเสริมสร้างทัศนคติให้แก่ประชาชนทุกกลุ่มวัยและให้ชุมชนเข้มแข็งต่อไป

ศูนย์ประสานงานข้อมูล คปสอ.ห้วยเม็ก 080-7417549

อ่านแล้ว 12:44

วันนี้

😊

หมอมีคนลืฆ่าตัวตายจ้า 09:38

😊

09:38

09:39

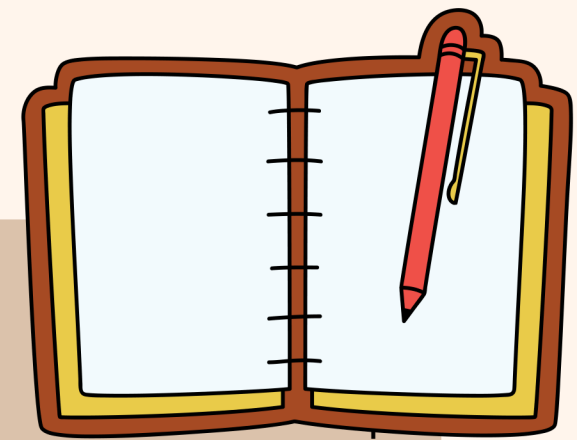
09:55

อาการเป็นจิ้งจิดครับ

โทรแบบเสียง 1:08

09:56

Conclusion



- การฆ่าตัวตาย มีสัญญาณเตือนเสมอ
- ความสัมพันธ์ระหว่าง MDD กับ Processed Food
- Tools เน้น Alert and Notification

[Review](#) > [Nutrients](#). 2022 Jun 21;14(13):2568. doi: 10.3390/nu14132568.

Ultra-Processed Food Consumption and Mental Health: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies

Melissa M Lane ¹, Elizabeth Gamage ¹, Nikolaj Travica ¹, Thusharika Dissanayaka ¹, Deborah N Ashtree ¹, Sarah Gauci ¹, Mojtaba Lotfaliany ¹, Adrienne O'Neil ¹, Felice N Jacka ¹ ² ³, Wolfgang Marx ¹

Affiliations + expand

PMID: 35807749 PMID: PMC9268228 DOI: 10.3390/nu14132568

[Free PMC article](#)

[Full text links](#)

[Cite](#)

Abstract

Since previous meta-analyses, which were limited only to depression and by a small number of studies available for inclusion at the time of publication, several additional studies have been published assessing the link between ultra-processed food consumption and depression as well as other mental disorders. We aimed to build on previously conducted reviews to synthesise and meta-analyse the contemporary evidence base and clarify the associations between the consumption of ultra-processed food and mental disorders. A total of 17 observational studies were included ($n = 385,541$); 15 cross-sectional and 2 prospective. Greater ultra-processed food consumption was cross-sectionally associated with increased odds of depressive and anxiety symptoms, both when these outcomes were assessed together (common mental disorder symptoms odds ratio: 1.53, 95%CI 1.43 to 1.63) as well as separately (depressive symptoms odds ratio: 1.44, 95%CI 1.14 to 1.82; and, anxiety symptoms odds ratio: 1.48, 95%CI 1.37 to 1.59). Furthermore, a meta-analysis of prospective studies demonstrated that greater ultra-processed food intake was associated with increased risk of subsequent depression (hazard ratio: 1.22, 95%CI 1.16 to 1.28). While we found evidence for associations between ultra-processed food consumption and adverse mental health, further rigorously designed prospective and experimental studies are needed to better understand causal pathways.

Keywords: NOVA; anxiety; major depressive disorder; mental disorders; meta-analysis; nutritional psychiatry; psychiatry; ultra-processed food.

THANK YOU

Q & A

