

แนวทางการป้องกันเยาวชนจากยาเสพติด

ดร.นพ.มุฮัมมัดฟาห์มี ตาละ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี



ทำไมต้องป้องกันเยาวชนจากยาเสพติด

- เยาวชนเป็นวัยที่มีแรงจูงใจสูง และกล้าเสี่ยงมากกว่าวัยอื่น (A. Evans and . Bosworth 1997)
- เยาวชนเป็นวัยที่กำลังสร้างตัวตน กำลังจะประกาศตนว่าเป็นอิสระจากการควบคุมจากผู้ปกครองหรือสังคม (L.D. Johnston et.al. ,2010)
- ผู้ใช้ยาเสพติดทุกคนมีวัตถุประสงค์ (มีเป้าหมาย) ในการใช้
 - ความสุข, ลดความเครียด, ลดความเจ็บปวด
 - ความรู้สึกของการเป็นอิสระภาพ, ความรู้สึกในการเป็นกบฏ
- ยาเสพติดได้เปลี่ยนสถานะจากสิ่งที่มีผิดอย่างชัดเจน เป็นสิ่งที่คลุมเครือ จากกระบวนการ **Normalization** ของอุตสาหกรรม (American Psychiatric Association, 1994)
- หากเยาวชนเริ่มใช้แล้ว มีโอกาสจะเป็นผู้ใช้นาน และผลเสียจากการใช้จะสูงมากกว่าวัยอื่น (NIDA, 2018)

แนวทางการป้องกันเยาวชนจากยาเสพติดที่เคยมีมา

- การเน้นถึงอันตรายของการใช้ยาเสพติด
 - เมื่อมีผู้ใช้มากขึ้น มีการแบ่งปันประสบการณ์การใช้ที่ไม่เกิดอันตราย
 - ปัจจุบัน หลายประเทศในโลกตะวันตก ได้ลดการพูดถึงอันตรายจากการใช้ยาเสพติด มาเป็นการรับมือกับอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้นได้ และลดความเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดอันตรายจากการใช้ยาเสพติดแทน
- สร้างความรู้สึกมีคุณค่าแก่เยาวชน เพื่อป้องกันไม่ให้เยาวชน “ลดตัว” ไปใช้ยาเสพติด
 - ข้อค้นพบปัจจุบัน แนวทางดังกล่าวไม่มีผลต่อการลดใช้ยาเสพติด
- **“Saying NO”** สมมติฐานคือ เยาวชนทุกคนไม่อยากใช้ยาเสพติด แต่ได้รับแรงกดดันจากเพื่อน
 - เพื่อนที่ชวนใช้ยาเสพติด เป็นคนสนิท มีโอกาสทำซ้ำหลายครั้ง และไม่ใช่ว่าคนที่ทำให้เกิดความลำบากใจในการทำตามคำขอ

ประเภทของการป้องกันยาเสพติด

- การป้องกันแบบครอบคลุมจักรวาล
 - ใช้สำหรับทุกคน โดยไม่พิจารณาความเสี่ยง เช่น ภาษี, กฎหมาย, ข้อบังคับ
- การป้องกันแบบเฉพาะเจาะจง
 - เน้นเป้าหมายที่กลุ่มเสี่ยง การให้ความรู้เยาวชนในโรงเรียน, การสุ่มตรวจสอบพื้นที่สถานบันเทิง
- การป้องกันแบบระบบข้อบ่งชี้
 - เป้าหมายคือกลุ่มคนที่มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้น เช่น การป้องกันการติดยาของผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการรักษาแล้ว

ประเภทของการป้องกันยาเสพติด

ตารางที่ 8.1 รูปแบบและลักษณะของงานป้องกัน : ตัวอย่างเพื่อการป้องกันสารเสพติด

	แบบครอบครัว	แบบกลุ่มเฉพาะ	แบบระบุข้อบ่งชี้
ด้านสิ่งแวดล้อม	การออกกฎหมายเพื่อห้ามใช้สารเสพติด	มุ่งเป้าบังคับใช้และดำเนินการเพื่อจัดการกับการค้าสารในพื้นที่ชุมชนที่มีความเสี่ยงสูง	ติดตั้งระบบติดตามอิเล็กทรอนิกส์ (Electronic tags) เพื่อจำกัดการเคลื่อนไหวของแต่ละบุคคล
ด้านพัฒนาการ	กลยุทธ์การจัดการพฤติกรรมในชั้นเรียนระดับประถมศึกษา	โครงการเยี่ยมบ้านกับหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยงหรือกลุ่มเปราะบาง	โปรแกรมให้การปรึกษารายบุคคลกับวัยรุ่นชายที่มีปัญหาในการควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตัวเอง
ด้านการให้ข้อมูลความรู้	การรณรงค์สื่อสารมวลชนในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อสร้างความตระหนักถึงอันตรายจากสารเสพติด	รูปแบบกิจกรรมที่ให้ข้อมูลความรู้โดยมุ่งเป้าไปที่กลุ่มเยาวชนด้อยโอกาสเพศชายที่อยู่ในกลุ่มที่มีวัฒนธรรมของตนเองชัดเจน	การให้ข้อมูลบรรทัดฐานสะท้อนกลับสำหรับผู้คัดกรองแล้วพบว่าใช้สารเสพติดแบบผิดแผนหรือเสี่ยงที่จะมีปัญหาจากการใช้สารเสพติด

ประสิทธิภาพของการป้องกันยาเสพติด

- หลักสูตรการป้องกันสารเสพติดในโรงเรียน
 - มีงานวิจัยรองรับมากที่สุด เนื่องจากสภาพแวดล้อมโรงเรียนเหมาะสมและสะดวกต่อการเก็บข้อมูลที่สุด การสร้างสมรรถนะและทักษะทางสังคม สามารถลดการใช้สารเสพติดได้ (Faggiano et al. 2014)
 - รูปแบบโปรแกรม เช่น การตั้งเป้าหมายในชีวิต การแก้ปัญหาเฉพาะหน้า การเพิ่มประสิทธิภาพในการตัดสินใจ ทักษะทางปัญญา เพิ่มการเห็นคุณค่าในตัวเอง จัดการกับความเครียดและวิตกกังวลได้ เพิ่มความกล้าแสดงออก และฝึกต่อต้านยาเสพติด
 - วิธีการนี้ช่วยชะลอให้เยาวชนเริ่มใช้ยาเสพติดช้าลง แต่มีผลน้อยในการเปลี่ยนความชุกของผู้ใช้ยาเสพติดโดยรวม

ประสิทธิภาพของการป้องกันยาเสพติด

- การเปลี่ยนแปลงการจัดการชั้นเรียนและสภาพแวดล้อมของโรงเรียน
 - โปรแกรมที่เปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมในห้องเรียนและในโรงเรียนมีประสิทธิภาพมากกว่าโปรแกรมที่พยายามเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละคน
 - ปรับปรุงระเบียบวินัยและบรรยากาศในโรงเรียน และการเสริมสร้างทักษะการจัดการชั้นเรียนของครู ซึ่งจะช่วยปรับปรุงพฤติกรรมในการทำงานของเด็ก และพัฒนาการที่สอดคล้องกันกับสังคม (**prosocial development**)
 - **Good Behavior Game (GBG)**: เกมสืในห้องเรียนที่สร้างขึ้นเพื่อพัฒนาพฤติกรรมเด็ก โดยการให้รางวัลสำหรับการมีปฏิสัมพันธ์เชิงบวก ลดพฤติกรรมเชิงลบ เช่น การรบกวนเพื่อน ไม่ตั้งใจเรียน
 - **GBG** ลดการใช้สารเสพติดในชีวิตได้มากถึง **50%** (Kellam et al. 2011)

ประสิทธิภาพของการป้องกันยาเสพติด

- การตรวจสอบสารเสพติดในโรงเรียน
 - การสุ่มตรวจยาเสพติดทำให้อัตราการใช้สารเสพติดที่รายงานด้วยตัวเองลดลง (Goldberg et al. 2007; James-Burdumy et al. 2011)
 - กระนั้นก็ตามเด็กที่ไม่ถูกสุ่มตรวจจะไม่รายงานการใช้สารเสพติดลดลง
 - ไม่พบหลักฐานที่น่าเชื่อถือที่สนับสนุนให้มีการสุ่มตรวจสารเสพติดในโรงเรียน **** American Academy of Pediatrics (Levy and Schizer 2015)
- การป้องกันการใช้สารเสพติดผิดกฎหมายโดยครอบครัวและชุมชน
 - โปรแกรมที่พัฒนาความสัมพันธ์ของผู้ปกครองกับลูก ผู้ปกครองใช้เวลากับลูกมากขึ้น (SFP10-14) ติดตามไป 6 ปี พบว่าลดการใช้กัญชาแอมเฟตามีน ในกลุ่มหนุ่มสาวได้ และทำให้สภาพจิตใจของเด็กดีขึ้น (Gates et al. 2006, Spoth et al. 2006, O'Connell et al. 2009)
 - การจัดการสิ่งแวดล้อม การใช้ข้อมูลข่าวสาร ร่วมด้วยเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพของการป้องกันเยาวชนไปใช้ยาเสพติด
 - แนวทางการป้องกันที่เน้นไปที่มารดา ไม่พบประโยชน์ในการลดผู้ใช้ยาเสพติด

ประสิทธิภาพของการป้องกันยาเสพติด

- วิธีการแบบสื่อสารมวลชน (Mass media approaches)
 - เดิมทีใช้การสื่อสารแบบเน้นย้ำอันตราย
 - ต่อมาเริ่มมีการใช้แนวทางบวก เช่น ยกย่องคนที่ประสบความสำเร็จโดยไม่ต้องใช้ยาเสพติด
 - ยังมีวิธีการอื่น ๆ เช่น โทรทัศน์ วิทยุ หรือ อินเทอร์เน็ตที่สื่อสารกับผู้ปกครอง
- **Hawks** และคณะ ได้ศึกษาแนวทางการสื่อสารพบว่า การใช้สื่อสารสาธารณะเพียงอย่างเดียวไม่ใช่วิธีที่มีประสิทธิภาพในการลดการใช้สารเสพติด
- ผลการศึกษาแบบ **Cochrane 23** การศึกษา จากเยาวชน 188,000 คน พบว่า การสื่อสารแบบมวลชนให้ประโยชน์น้อย มีเพียงบางการศึกษาที่อาจให้ประโยชน์เล็กน้อย บางการศึกษาพบว่าให้ผลลบโดยไม่ได้ตั้งใจ เช่น ทำให้เยาวชนสัมผัสกับคำว่า “ยาเสพติด” มากขึ้น

คำถามหลักอื่น ๆ เกี่ยวกับการป้องกันของผู้กำหนดนโยบาย

- โปรแกรมการป้องกันได้ถูกนำมาใช้และดำเนินการตามที่ตั้งใจไว้หรือไม่
- โปรแกรมที่ประเมินแล้วว่าน่าพึงพอใจในประเทศสหรัฐอเมริกาสามารถนำไปใช้กับประเทศอื่นได้หรือไม่
- โครงการที่มุ่งเป้ากับเยาวชนที่มีความเสี่ยงสูงมีประสิทธิภาพหรือไม่
- คุณภาพโดยรวมของหลักฐานวิชาการในการป้องกันสารเสพติดในเยาวชนเป็นอย่างไร