

# กรมสุขภาพจิตเปิดตัวแอปใหม่

## วินิจฉัยอาการทางจิตเวชในเด็ก-วัยรุ่น

● กรมสุขภาพจิต เปิดตัวแอปพลิเคชัน CAMHS-Aid องค์ความรู้ “ลูกฉลาด หัวใจ เพราะความใส่ใจของพ่อแม่” พร้อมเผย 9 วิธีแนะนำเลี้ยงลูกฉลาด

นพ.เจษฎา โชคดำรงสุข อธิบดีกรมสุขภาพจิตเปิดเผยว่า กรมสุขภาพจิต ได้จัดทำองค์ความรู้ “ลูกฉลาด หัวใจ เพราะความใส่ใจของพ่อแม่” เป็นของขวัญพิเศษสำหรับคุณพ่อคุณแม่ โดยสามารถเข้าไปดาวน์โหลดได้ที่ [www.rajanukul.go.th](http://www.rajanukul.go.th) และ [www.prdmh.com](http://www.prdmh.com) รวมทั้ง ได้ร่วมมือกับวิทยาลัยนานาชาติ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง พัฒนาแอปพลิเคชัน CAMHS-Aid ขึ้น เพื่อช่วยบุคลากรในสถานพยาบาลในการวินิจฉัยอาการทางจิตเวชในเด็กและวัยรุ่น พร้อมให้คำแนะนำพ่อแม่ผู้ปกครอง สามารถดาวน์โหลดได้ทั้งในระบบแอนดรอยด์และไอโอเอสอีกด้วย

พญ.พรรณพิมล วิปุลากร รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต อธิบายว่า แอปพลิเคชัน CAMHS-Aid จะมีข้อคำถามให้เลือกรูปแบบ ใช่/ไม่ใช่ ไปเป็นลำดับขั้นจนได้การวินิจฉัยและแนวทางดูแลรักษา ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบกับ การตรวจของจิตแพทย์เด็ก พบว่า ช่วยวินิจฉัยโรคสมาธิสั้น มีแนวทางการติดตามการรักษาในกรณีที่ได้รับการวินิจฉัยโรคแล้ว 3 โรค

ได้แก่ 1.โรคสมาธิสั้น 2.โรคออทิสติก และ 3.สติปัญญาบกพร่อง เพื่อให้สามารถติดตามการรักษาและส่งต่อพบผู้เชี่ยวชาญตามความเหมาะสม รวมถึงการแปลเนื้อหาเป็นภาษาอังกฤษ เพื่อให้นำไปใช้ได้แพร่หลายขึ้นในเขตเศรษฐกิจอาเซียน

ด้าน พญ.อัมพร เบญจพลพิทักษ์ ผอ.สถาบันราชานุกูล กล่าวเพิ่มเติมว่า การสร้างความฉลาดให้แก่เด็ก คือการสร้างวินัยโดยการฝึกสมาธิ ฝึกการวางแผนล่วงหน้า ฝึกระเบียบวินัย ฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ฝึกความรับผิดชอบ และฝึกควบคุมตนเอง ถัดมาคือการเตรียมความพร้อมทักษะพื้นฐานด้านคณิตศาสตร์และการอ่าน ซึ่งจากการศึกษาในต่างประเทศ พบว่า เด็กที่ได้รับการเตรียมความพร้อมทักษะทั้ง 2 ด้านนี้มักจะเรียนได้ดีและพบวาทักษะด้านคณิตศาสตร์เกี่ยวข้องกับการทำนายความสามารถในอนาคตได้มากที่สุด ตามด้วยทักษะด้านการอ่านและสมาธิ

ทั้งนี้ ได้แนะ 9 เทคนิคช่วยให้ลูกเรียนเก่งได้แก่ 1.ยอมรับและเข้าใจในสิ่งที่เด็กเป็นทั้งข้อดีและข้อด้อย การให้ความเข้าใจเป็นความรักอย่างหนึ่งที่พ่อแม่ควรให้ลูกอย่างสม่ำเสมอ 2.ร่วมมือกันวางแผนเพื่อลูกแบ่งหน้าที่ช่วยเหลือกันในการดูแล

ลูกด้านต่างๆ เช่น การตรวจดูการบ้าน การพบปะคุณครู การพาลูกไปออกกำลังกาย 3.พ่อแม่และครูต้องเป็นทีมเดียวกันหมั่นพบปะพูดคุยกับครูอย่างต่อเนื่องเพื่อติดตามการเรียนและปัญหาของลูก 4.ให้ลูกค้นหาสิ่งใหม่ๆ ค้นหาสิ่งที่เด็กชอบ ช่วยให้ลูกกล้าคิดกล้าทำ เริ่มจากกิจกรรมนอกเหนือจากการเรียน แล้วให้เด็กได้ทดลองทำ

5.คอยให้กำลังใจ กำลังใจจากพ่อแม่เป็นสิ่งช่วยกระตุ้นให้ลูกพยายามในสิ่งที่ทำอยู่ แต่ไม่ควรปล่อยให้เด็กอยู่กับสิ่งที่ทำไม่ได้นานเกินไป 6.ลดการเปรียบเทียบถ้าต้องการให้ลูกเป็นอย่างไร ให้บอกลูกตรงๆ 7.ฝึกให้ช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันเช่น การแปรงฟัน ล้างหน้า อาบน้ำ แต่งตัว จัดเตรียมของไปโรงเรียน การใช้จ่ายเงิน 8.มอบหมายงานบ้านโดยมอบหมายความรับผิดชอบการทำงานบ้านง่ายๆ ตามวัย เพื่อให้เกิดความเคยชินและเรียนรู้เรื่องการช่วยเหลือคนอื่น ๆ และ 9.ฝึกระเบียบวินัยเพื่อให้รู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด อะไรทำได้และอะไรทำไม่ได้ ซึ่งผู้ใหญ่ทุกคนในบ้านควรพูดไปในทางเดียวกัน และเหตุผลที่อธิบายให้เด็กเข้าใจนั้นก็ควรสั้นและกระชับ เพื่อให้ลูกเกิดความเข้าใจด้วยตัวเอง