

ภาวะซึมเศร้า

ในนักศึกษาอุดมศึกษาภาคอีสานน่าห่วง

ข้อเสนอเชิงนโยบายระดับชาติและพื้นที่
เพื่อบริการสุขภาพจิต แบบบูรณาการที่ต้องพิจารณา

ที่มาและความสำคัญ

ปัญหาสุขภาพจิตในเยาวชนและวัยรุ่น นับว่าเป็นปัญหาวิกฤตด้านสาธารณสุข โดยเยาวชน
ทั่วโลกราว 1 ใน 7 มีความผิดปกติทางสุขภาพจิตอย่างน้อยหนึ่งชนิด โรคซึมเศร้าวิตกกังวล
และกลุ่มความผิดปกติทางพฤติกรรม เป็นสาเหตุสำคัญของความบกพร่อง
ในการใช้ชีวิตของเยาวชนและวัยรุ่น



สถานการณ์ของปัญหาซึมเศร้าในกลุ่มวัยรุ่นที่เป็นนักศึกษาของไทย มีข้อมูลเบื้องต้นรายงาน
ประชากรไทย อายุ 15 ขึ้นไปทั่วประเทศจำนวน 50 ล้านคน เป็นผู้ป่วยซึมเศร้า 1.2 ล้านคน โดย
อัตราการป่วยซึมเศร้าของวัยรุ่น ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เขตสุขภาพที่ 7, 8, 9 และ 10
ระหว่างปี 2565-2566 อยู่ระหว่าง 17-23 คนต่อประชากรวัยรุ่น 1,000 คน และผลการวิจัยใน
กลุ่มตัวอย่างนักศึกษา 1,600 คน ใน 7 สถาบันพบมีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อยและปานกลาง
ร้อยละ 26.56 และมีร้อยละ 2.88 ซึมเศร้าระดับรุนแรง (ศิริราช อีมน้ำข้าวและคณะ, 2568)



ผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบายในระดับพื้นที่

สถาบันการศึกษา



- 1 ควรมี "ศูนย์ดูแลสุขภาพใจวัยรุ่น" ที่มีบุคลากรที่มีองค์ความรู้ในการคัดกรองและให้คำปรึกษาเมื่อ
นักศึกษามีความเสี่ยงต่อการมีภาวะซึมเศร้า
- 2 จัดให้ระบบสนับสนุนภายใน ที่เอื้อต่อการสร้างสมดุลระหว่างการเรียนรู้และสุขภาพจิตของนักศึกษา
(Wellness Center)
- 3 ให้ความสำคัญในการสร้างความตระหนักรู้ แก่นักศึกษา ให้ทำการตรวจคัดกรองสุขภาพจิตโดยใช้
โปรแกรม Mental Health Check-in ด้วยตนเอง
- 4 เสริมสร้างทัศนคติ ปรับความเข้าใจของนักศึกษาที่มีต่อโรงพยาบาลในการตรวจสุขภาพจิต
เพื่อสามารถคัดกรองได้มากขึ้น (early detection) และติดตามดูแลรวมถึงการรักษาที่เพิ่มขึ้น

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายระดับประเทศ

- 01 กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ และกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม
โดยคณะกรรมการแผนฯ จัดทำยุทธศาสตร์ความร่วมมือข้ามกระทรวงเพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าในกลุ่มนักศึกษา
- 02 กระทรวงสาธารณสุข และกระทรวง อว. พิจารณาจัดสรรงบประมาณสนับสนุนงานสุขภาพจิตสำหรับเครือข่าย
ทั่วประเทศงานสุขภาพจิต และสถาบันอุดมศึกษาอย่างชัดเจน
- 03 กระทรวงสาธารณสุข และกระทรวง อว. พิจารณาจัดสรรให้มีบุคลากรเฉพาะทาง เช่น นักจิตวิทยาและ
พยาบาลจิตเวชในสถาบันการศึกษา
- 04 กระทรวงดิจิทัลร่วมกับกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ และกระทรวง อว. พัฒนาระบบสารสนเทศ
สุขภาพจิตแบบรวมศูนย์ เพื่อเชื่อมโยงข้อมูลระหว่างกระทรวงต่างๆ และลดภาระงานซ้ำซ้อน
- 05 สถาบันการศึกษามีนโยบายให้มีการคัดกรองสุขภาพจิตนักศึกษาตั้งแต่แรกเข้าศึกษา และติดตามต่อเนื่อง
ตลอดระยะเวลาการเรียนตลอดหลักสูตร

