

អាកប្បកិរិយានៃជំងឺផ្លូវចិត្ត
មួយចំនួនដែលបង្កបញ្ហា

Behaviors that cause concern

វត្តបំណងរួម

១. រៀបរាប់ពី អាកប្បកិរិយាបុគ្គលដែលមាន
លក្ខណៈកាចប្បហិង្សា

២. រៀបរាប់ពី អាកប្បកិរិយាបុគ្គលដែលមាន
លក្ខណៈវង្វេងប្តូរ ឡេះឡះ

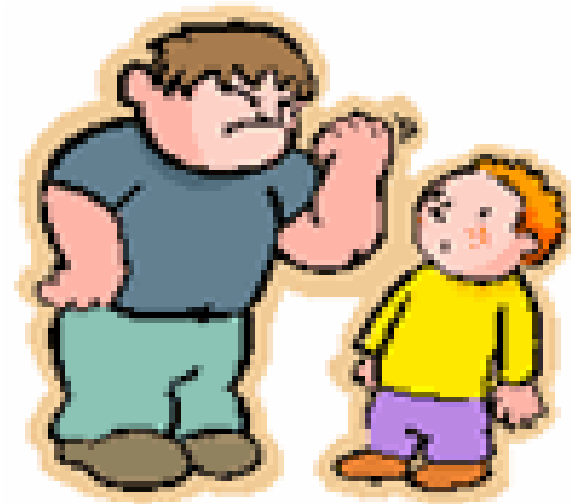
៣. រៀបរាប់ពី អាកប្បកិរិយាបុគ្គលដែលមានការ
សង្ស័យ មានជំនឿប្លែក ឬ ពួសពួង

វត្តបំណងរួម(ត)

៤. រៀបរាប់ពី អាកប្បកិរិយាបុគ្គលដែលគិតចង់សំលាប់ខ្លួនឬ ព្យាយាមសំលាប់ខ្លួន
៥. រៀបរាប់ពី អាកប្បកិរិយាបុគ្គលដែលមានការប្រកាច់
៦. រៀបរាប់ពីមនុស្សចាស់ ដែលមានបញ្ហាអាកប្បកិរិយា

វត្តបំណងទី១

រៀបរាប់ពីបុគ្គលដែលមាន
លក្ខណៈកាច ឬ ហិង្សា



Aggressive behavior

- Aggressive behavior is behavior that causes physical or emotional harm to others, or threatens to. It can range from verbal abuse to the destruction of a victim's personal property. People with aggressive behavior tend to be irritable, impulsive, and restless.

<http://www.healthline.com/health/aggressive-behavior>

Violence

- Using or involving the use of physical force to cause harm or damage to someone or something : showing violence. : caused by physical force or violence.

[www.merriam webster.com/dictionary/violent](http://www.merriam-webster.com/dictionary/violent)

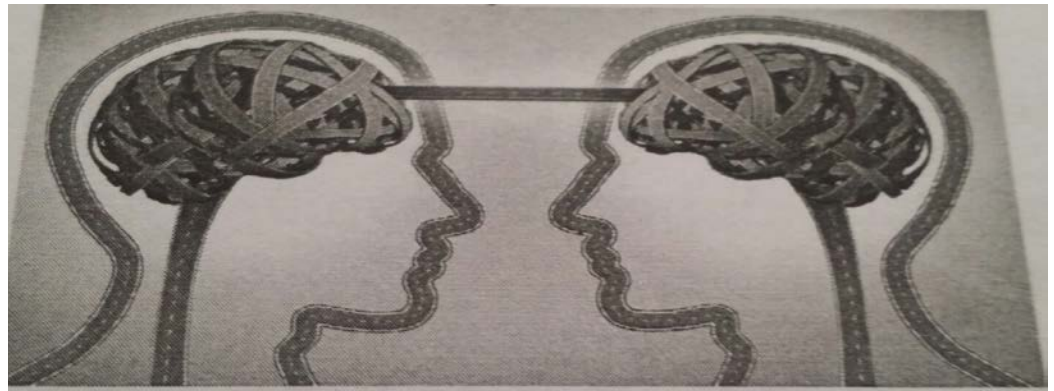
បុគ្គលដែលមានលក្ខណៈកាចប្តូរហឹង្សា

- លក្ខណៈកាចប្តូរហឹង្សាជាលក្ខណៈធ្វើអោយមនុស្ស មានការឈឺចាប់
- កាចដោយប្រើពាក្យសំដី



បុគ្គលមានលក្ខណៈកាចឬហឹង្សា(ត)

- កាចដោយស្រែកគំហក ឬសំដីគំរោះគំរើយ
- កាចដោយបំពានផ្នែករាងកាយ ដូចជាក្អិច វាយដំ ទះកំភ្លៀង
- ធ្ងន់ធ្ងរជាងនេះ ដូចជាប្រើអាវុធ ដំបង កាំបិត ឬ កាំភ្លើង



សំណួរ

ហេតុអ្វីមនុស្សមានជំងឺផ្លូវចិត្ត
មានលក្ខណៈកាច?

ចំលើយ

- កាចមិនកើតមានចំពោះតែជំងឺផ្លូវចិត្តទេ
- ស្តាប់ឮសំលេង (Auditory hallucination) ហើយខឹងដោយសារអ្នកជំងឺគិតថាសំលេងនោះនិយាយអាក្រក់ពីខ្លួន
- មានការជឿខុស Delusion ៖ គិតថា មានគេកំពុងរៀបចំផែនការសំលាប់ខ្លួន ធ្វើអោយភ័យ ដូច្នោះហើយ គាត់មានប្រតិកម្មតបវិញ ។

ចំលើយ(ភ)

- ត្រូវគេបញ្ឈប់ផែនការនិងការស្រមើស្រម៉យ៖

អ្នកជំងឺកំពុងមានផែនការដ៏ធំមួយ ហើយចង់ធ្វើអ្វីៗអោយមានការផ្លាស់ប្តូរយ៉ាងខ្លាំងក្នុងជីវិត តែគេប្រាប់ថាមិនទៅរួច។

វាកើតឡើងចំពោះជំងឺមេនេ (Mania).

ករណីសិក្សាជំងឺមេនេ] Case study about mania

ខ្ញុំធ្លាប់ទទួលបានអារម្មណ៍ថា បើខ្ញុំមានថាមពលខ្លាំង វាមិនត្រូវការដេកអ្វីទាំងអស់ តាមពិតខ្ញុំពិបាកដេកណាស់នៅថ្ងៃទាំងនោះ។ ខ្ញុំប្រញាប់ប្រញាល់ក្នុងការរៀបចំប្រធានបទ និង គំរោងផែនការជាច្រើន ។

- I used to feel as if I had so much energy that not need to sleep at all. In fact, I hardly sleep in those days. I would rush about with all my schemes and plans.

Case study about mania (cont)

- ប៉ុន្តែខ្ញុំមិនដែលធ្វើវាអោយចប់ពិតប្រាកដទេ ។ ខ្ញុំ ធ្លាប់ទប់កំហឹងមិនបាននៅពេលអ្នកណា ម្នាក់ព្យាយាមបញ្ឈប់ខ្ញុំ។ នៅពេលមួយនោះខ្ញុំ ធ្លាប់ មានជំលោះយ៉ាងខ្លាំងជាមួយដៃគូរកស៊ី ពីផែនការដ្ឋានរបស់ខ្ញុំ ។ But I never really managed to finish any of them properly. I used to lose my temper if any one tried to stop me. Once I got into big fighting with my business partner over one of my crazy scheme

Case study about mania (cont)

- ប៉ុន្តែនៅពេលខ្ញុំមានអារម្មណ៍ឡើងខ្លាំង ខ្ញុំមិនដែលទទួលស្គាល់ថា ខ្លួនឯងខុសទេ ។ ខ្ញុំពេលខ្លះទទួលអារម្មណ៍ថាខ្ញុំមានមហិមាពិសេស ដែលអាចព្យាបាលអ្នកដទៃបាន។ ចំណុចខ្សោយនៃជំងឺរបស់ខ្ញុំគឺត្រូវតែចាយលុយច្រើននៅពេលដែលគ្រួសារខ្ញុំ កំពុងតែគ្មានលុយ។
- But when I am high , I never realised how wrong I was. I even felt sometimes that I had special power to heal others. the worst thing about my illness how was I would spend so much money that I almost bankrupt the family.

ចំលើយ (cont)

- មិនអាចដឹកស្រាទាន់ពេល:



- នៅពេលអ្នកកំពុងញៀនស្រាឬផ្ទាំញៀនអ្នកមានអារម្មណ៍ថា មិនស្រួលក្នុងរាងកាយ ពីព្រោះតែត្រូវការសារធាតុទាំងនោះ



ដូច្នេះបើត្រូវ បាន គេបញ្ឈប់ នោះនាំអោយ

អ្នកខឹង និងទៅជាកាច

កាច ដោយមានការភ្លេចភ្នាំង

- អ្នកជំងឺ មានការលំបាកក្នុងចងចាំមិនដឹង ខ្លួនគាត់នៅឯណា?
- មិនចាំថ្ងៃណា ឬ ខែណា ឬអ្នកណាកំពុង និយាយជាមួយគាត់



អ្នកភ័យខ្លាច និងគិតថាអ្នកត្រូវ ការពារខ្លួន

ទៅជន ចំលែក នោះ:



អ្នកក្លាយជា ខឹង និង កាច

មូលហេតុនៃការភ្លេចភ្នំ

- ទទួលបានស្រពាច្រើនពេក
- ជាតិស្ករក្នុងឈាមថយចុះ
- រលាកខួរក្បាល
- ខួមខួរក្បាល

កាចដោយសារជំងឺផ្លូវចិត្ត

- មិនខុសពីមនុស្សជា
- អ្នកជំងឺផ្លូវចិត្តចាប់អន់ចិត្ត ហើយ ក្លាយជាខឹង
- ករណីធ្ងន់ធ្ងរបុគ្គលទៅជាកាចនិង ប្រើហិង្សា

តើត្រូវដោះស្រាយបញ្ហានេះយ៉ាងដូចម្តេច?

សំណួរសួរទៅ រក ក្រុមគ្រួសារ ឬ មិត្តភក្តិ

- តើបុគ្គលមានអាការៈមួយម៉េច ជាច្រើនថ្ងៃហើយ?
- តើមានអ្វី កើតឡើងជាក់លាក់ ដូចជាការឈ្លោះប្រកែកគ្នា ពីការផឹកស្រា
- អាការៈកាច ដោយមិនដឹងមូលហេតុ ក៏រកឃើញមានណាស់
- តើបញ្ហានេះកើត មានពីមុនដែរឬទេ ? ប្រសិនបើជាឆាប់កើតមាន

នោះវានឹងអាចកើតមានឡើងម្តងទៀត

សំណួរសួរទៅ រកក្រុមគ្រួសារ ឬ មិត្តភក្តិ (ត)

- តើបុគ្គលធ្លាប់មានជំងឺផ្លូវចិត្តពីមុនដែរឬទេ?
តើគាត់កំពុងព្យាបាលដែរឬទេ?
- តើបុគ្គលនោះ ជឿទុកចិត្តអ្នកណា?
បុគ្គលនោះនឹងធ្វើអោយអ្នកដែលខឹងនេះ ស្ងប់ចិត្តបាន។
- តើបុគ្គលនោះ មានញៀនស្រា ឬ ថ្នាំញៀនដែរឬទេ?

សំណួរសួរបុគ្គលដែលកាច

គួរសួរកហេតុផលដែលធ្វើអោយបុគ្គលកាច៖

- ស្នាក់នៅកន្លែងខឹងដែរឬទេ? ស្នាក់នៅ តើអ្នកគួរបន្តសំណួរទៀតទេ?
- តើកាត់កំពុងមាន Stress ?

សំណួរសួរបុគ្គលដែលកាច(ត)

- សង្កេតអាកប្បកិរិយាប្លែកៗ របស់បុគ្គលដែលកាច
- សួរគាត់ តើអ្នកគិតថា មានអ្នកដទៃ កំពុងនៅជុំវិញអ្នកទេ?
- ប្រសិនជាមាន តើមនុស្សកំពុងធ្វើអ្វី? តើពួកគេមាននិយាយអាក្រក់ ពីអ្នកដែរឬទេ?

 ចង់ដឹងថា

តើបុគ្គលនោះមានរោគសញ្ញាវិកលចរិតដែរឬទេ?

សំណួរសួរទៅ រក បុគ្គល ដែលកាច (ត)

- តើអ្នកធ្លាប់ឮមនុស្សនិយាយ អាក្រក់ពីអ្នក ដែរ រឬទេ?
- តើអ្នកមានសំលេងមនុស្សនិយាយ ក្នុងត្រចៀក អ្នក នៅពេលមិនមានមនុស្សនៅក្បែរដែរ រឬទេ?
- Hallucination មមាល ជាសញ្ញាសំខាន់បំផុតនៅក្នុងជំងឺរកលចំរើក
មានទំនាក់ទំនងដោយការប្រើ គ្រឿងញៀន ឬការផឹកស្រា

លំនាំក្នុងការសម្ភាសន៍

- ត្រូវ ដឹងសញ្ញាដែលហៀបនឹងកើតមានហិង្សា:
- និយាយខ្លាំងៗ ឬ មានលក្ខណៈបំពានបំពានគំរាមគំហែង
- ក្តាប់ដៃ
- ដកដង្ហើមញាប់
- ទះតុ ឬ វាយជញ្ជាំង

លំនាំក្នុងការសំភាសន៍ (ត)

- ប្រាប់អោយដឹងថា សំដីនិយាយរបស់បុគ្គលគ្មានន័យ ឬ និយាយយ៉ាងញាប់ដែលជាសញ្ញាបង្ហាញអោយដឹងថា រាងកាយទទួលជាតិពុលច្រើន ឬ ជាសញ្ញានៃជំងឺរីកលឿន
- ដឹងពីកូនរបស់សុរា ឬ ស្នាមមូលចាក់ថ្នាំ (សញ្ញានៃការប្រើថ្នាំញៀន)
- សង្កេតមើលដំណើរទ្រេតទ្រោត (បាត់លំនឹង) ឬ សំដីច្រអូសដែលជាសញ្ញា បង្ហាញពីការមានជាតិពុលក្នុងខ្លួន ឬ ដោយថ្នាំញៀន ។

លំនាំក្នុងការសម្ភាសន៍ (ត)

- លោកអ្នកត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ពីអារម្មណ៍របស់ខ្លួនឯង ប្រសិនបើ អ្នកមានអារម្មណ៍ភ័យខ្លាច អ្នកត្រូវបញ្ឈប់កិច្ចសម្ភាសន៍ **ដោយពិនិត្យ អោយច្បាស់ថា ទាំងអ្នក និង មនុស្សដែលអ្នកសម្ភាសន៍មានប្រក ចេញបានពីបន្ទប់ដូចគ្នា**
- អ្នកគប្បីនិយាយអោយច្បាស់ និងមានសំលេងស្រាល មិនត្រូវស្រែក ដាក់បុគ្គលដែលអ្នកសម្ភាសន៍នោះ បំណងអោយស្ងៀមស្ងាត់ឡើយ។

តើអ្វីដែលត្រូវ ធ្វើជាបន្ទាន់

- ជាដំបូងត្រូវព្យាយាមនិយាយ និងពន្យល់អោយបុគ្គលស្តាប់ អារម្មណ៍និងស្តាប់ការនិយាយរបស់គាត់
- មិនត្រូវប្រញាប់ធ្វើអោយស្ថានភាពស្ថិតក្រោមការគ្រប់គ្រងរបស់អ្នកភ្លាមទេ
- អ្នកត្រូវធ្វើយ៉ាងណាអោយគាត់ព្រម ទទួលខ្ញុំរង់ចាំអារម្មណ៍
- Lorazepam 1-2 mg
- Diazepam 5-10mg
- Antipsychotic Haloperidol 5 mg or chlorpromazine 50-100mg

តើអ្វីដែលត្រូវធ្វើជាបន្ទាន់ (ត)

- ប្រសិនបើគាត់មិនព្រមលេបថ្នាំ ហើយមានលក្ខណៈរំខានធ្ងន់ធ្ងរ នោះអ្នកត្រូវចាប់គាត់ចាក់ថ្នាំ
- ត្រូវត្រៀមថ្នាំជាមុន ដូចជា
- Diazepam 5-10mg I/M or I/V slow
- Haloperidol 5 mg -10 mg I/M
- chlorpromazine 25-100 mg I/V

តើ ពេលណាត្រូវ បញ្ជូន ?

- ប្រសិនបើសង្ស័យថា ការបង្កហិង្សានោះ
ជាប់ទាក់ទងនឹងភាពវង្វេងវង្វាន់ ឬ របួសក្បាល ឬ
ជំងឺខួរក្បាលដទៃទៀត
អ្នកត្រូវបញ្ជូនបុគ្គលនោះទៅមន្ទីរពេទ្យទូទៅ ។
ជាការប្រសើរ គប្បីមានបុគ្គលិកសុខភាពជូនគាត់ទៅ ។

អ្វីដែលត្រូវ ធ្វើជាបន្ត?

បញ្ជូនគាត់ទៅកាន់គ្រូពេទ្យ ឯកទេសវិកលវិទ្យា
ករណីគាត់មានជំងឺវិកលចរិត ដែលត្រូវការព្យាបាលបន្ត

វគ្គបំណងទី២

រៀបរាប់ពីបុគ្គលដែលមាន
លក្ខណៈវង្វេង ឬ ឡេះឡាស់

លក្ខណៈវង្វេង ឬ ឡេះឡាស់

- មិនអាចដឹងអ្វីៗ ដែលនៅជុំវិញគាត់
- មិនអាចចាំបាននូវអ្វី ដែលកើតឡើងថ្មីៗ
- មិនដឹងថ្ងៃនេះជាថ្ងៃអ្វី ឬ គាត់កំពុងនៅកន្លែងណា

មូលហេតុនៃការរំលោភ ឬ ឡេះឡាស់

- សំរាន្តពេលយប់មិនគ្រប់គ្រាន់
ហើយងងុយដេកនៅពេលថ្ងៃ
- អាចមានមមាស និង មានការសង្ស័យច្រើន

មូលហេតុនៃការរំលោភ ឬ ឡេះឡាស់(ត)

- ឥទ្ធិពលនៃថ្នាំមួយចំនួន ពិសេសចំពោះ មនុស្សចាស់

(ថ្នាំធ្វើទុក្ខ)

- ការផ្តាច់សុរា ចំពោះអ្នកញៀនសុរា

- ជំងឺខួរក្បាល ពិសេស Stroke

មូលហេតុនៃការរំលោភ ឬ ឡេះឡាស់(ត)

- ស្រវឹង ឬប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀនច្រើន
- គ្រុនក្តៅ ជំងឺឆ្លងឆ្លុះឆ្លុរ ខ្វះជាតិទឹកក្នុងខ្លួន ជំងឺអេដស៍ តំរង់នោម
ជំងឺល្ងើម
- ថប់បារម្ភ ឬ តានតឹងចិត្តខ្លាំង ដូចជាការភ័យរន្ធត់ដែលកើតមានភ្លាមៗ

តើ ត្រូវ រៀន ដោះស្រាយ បញ្ហា នេះ យ៉ាង ដូច ម្តេច?

សំណួរសួរទៅ រក គ្រួសារ និងមិត្តភក្តិ

- តើវាចាប់ផ្តើមដំបូងយ៉ាងដូចម្តេច? គ្រួសារមានការព្រួយបារម្ភ និងនាំអ្នកដឹងមកកាន់គ្លីនិកភ្លាមៗដែរ
- តើធ្លាប់កើតមានពីមុនដែរឬទេ? ប្រសិនបើធ្លាប់មានប្រវត្តិនៃការកើតបញ្ហានេះពីមុនមក បុគ្គលអាចមានជំងឺជាចំសរសៃឈាមក្នុងខួរក្បាលម្តងទៀត ឬដោយការប្រើសុរា

សំណួរសួរទៅរកគ្រួសារ និងមិត្តភក្តិ (ត)

- តើគាត់មានរបួសក្បាល ឬ ប្រកាច់ដៃរបួសទេ
នាពេលថ្មីៗនេះ ?

- តើគាត់សំរាន្តលក់ស្រួលដៃរបួសទេ? ពេលថ្មីៗនេះ

ភាពវង្វេងច្រើនតែ ពាក់ព័ន្ធជាមួយការរំខាននៃដំណេក

សំណួរសំរាប់សួររូបគុណដែលរំលែង

- ផ្ដើមដោយការណែនាំ ខ្លួនរបស់អ្នកជាមុន
ប្រាប់អ្នកដឹងថា តើ ទាំងអ្នក និង អ្នកដឹងកំពុងនៅកន្លែងណា ?
នៅមណ្ឌលសុខភាព ?
- តើអ្នកអាចប្រាប់បានទេថា ថ្ងៃនេះ ជាថ្ងៃអ្វី? ប្រាប់បានទេ
ថា តើយើងកំពុងនៅកន្លែងណា ? សំណួរនេះ សួរល្បួងមើល
ចង្អឹងរូបគុណនោះ រំលែងដែរឬទេ?

● តើអ្នកព្រួយបារម្ភ ពី សុវត្ថិភាពរបស់អ្នកដែរឬទេ ?

អ្នករងផ្ទុះអាចស្តាប់ឮសំឡេង ឬមើលឃើញអ្វីមួយ

ដែលធ្វើអោយគាត់ព្រួយបារម្ភ ។

ចំណុចដែលត្រូវស្វែងរកក្នុងពេលសំភាសន៍

- បុគ្គល ផ្ទះគំនិតមិនមូល ការចងចាំខ្សោយ គាត់មិនដឹងពេលវេលា នៅទីណា ? អ្នកឈ្មោះអ្វី (ទោះអ្នកបានប្រាប់គាត់ក្តី)
- ការនិយាយរបស់គាត់ ពិបាកស្តាប់យល់ ឬ មិនមានន័យអ្វីឡើយ
- គាត់មានជំនឿ មិនធម្មតា (delusion)

តើ ត្រូវ ធ្វើអ្វីជាបន្ទាន់

- ពិនិត្យ អោយដឹងថា អ្នកជំងឺ

មិនមានលក្ខណៈ ត្រូវសង្រ្គោះបន្ទាន់នោះទេ ដូចជាជំងឺឆ្លងនាវា ឬ

ដាច់ស្ថានភាពខ្លួន ឬ រូបសក្ខីភាព ឬ សញ្ញាដាច់សុភា

ដែលមានលក្ខណៈ ធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជាប្រកាច់

(លក្ខណៈទាំងនេះត្រូវបញ្ជូនទៅមន្ទីរពេទ្យជាបន្ទាន់)

តើត្រូវ ធ្វើអ្វីបន្ទាប់

- ប្រសិនជា បើបុគ្គលនោះ កំពុងប្រើថ្នាំច្រើនមុខ ត្រូវបន្ថយចំនួនថ្នាំ តាមលក្ខណៈសមស្របដើម្បី កាត់បន្ថយឧកាសដែលកើតមានលក្ខណៈ វង្វែង ដោយសារ ឧសថនោះ ។

វត្តិបំណងទី ៣

បុគ្គលដែលមានការសង្ស័យ មានជំនឿប្លែក ឬ
ពួសលេង

ការស្រមៃសំលេង

- នៅពេលដែលមនុស្សម្នាក់ ស្តាប់ឮសំលេងមនុស្សដទៃកំពុង និយាយ

ដោយគ្មានអ្នកណានៅជិតនោះ លក្ខណៈ បែបនេះ គេហៅថា **មមាល**

Auditory hallucination ។

- ជារឿយៗ សំលេងទាំងនោះ មានលក្ខណៈអវិជ្ជមាន ដែលនាំអោយ

បុគ្គលមិនសប្បាយចិត្ត ។

- **Illusion** = Mis intepretation
- **Hallucination** = **False Perception**
- **Delusion** = **False Belief**

ហេតុអ្វីបានជាមនុស្សមានលក្ខណៈបែបនេះ :

លក្ខណៈបែបនេះ វាមិនកើតមានញឹកញាប់ទេ

វាកើតឡើងចំពោះមនុស្សដែលមានជំងឺផ្លូវចិត្តធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជា :

- ជំងឺ ស្តីហ្សូប្រៀ ដែលមានប្រវត្តិជំងឺលើសពី ៦ ខែ
- ជំងឺរីកលចំរើនដោយសារគ្រឿងញៀន
- Manic depressive illness

តើ មនុស្សធម្មតាមាន ពួសំលេង ដែរ រឬទេ ?

- នៅក្នុងសហគមន៍ខ្លះ មានបុគ្គលមួយចំនួន អះអាងថា ពួកគេអាចនិយាយទាក់ទងជាមួយខ្មោច បិសាច បាន ដូច្នោះពួកគេអាចស្តាប់ពួសំលេង ខ្មោច បិសាច ឬព្រះអាទិទេព ។ ពួកគេក៏មានជំនឿថា ព្រះអាទិទេព ឬ បិសាចកំពុង ខឹង អ្នកណាម្នាក់ ។

តើ មនុស្សធម្មតាមាន ព្រួសំលេង ដែរ ឬទេ ?

- ការព្រួសំលេងនេះ គេមិនរកការព្យាបាលទេ
គេប្រើបទពិសោធន៍ទាំងនោះសំរាប់សុខភាពរបស់គេផ្ទាល់
និងជួយអ្នកដទៃដែលមានបញ្ហាផ្លូវចិត្តទៀតផង។
ការព្រួនេះមិនមែនជាការព្រួសំលេងដូចក្នុងជំងឺផ្លូវចិត្តទេ ។ យើងគិតថាជាជំងឺ
លុះត្រា តែវា រំខានទៅលើជីវិតបុគ្គល និងគ្រួសាររបស់គេ។

វគ្គបំណងទី៤

រៀបរាប់ពីអាកប្បកិរិយា
បុគ្គលដែលចង់សម្លាប់ខ្លួន
ឬព្យាយាមសម្លាប់ខ្លួន

ការសម្លាប់ខ្លួន

គឺជាការបញ្ចប់ជីវិតខ្លួនឯង។

ការសម្លាប់ខ្លួនចែកជា:

- មានគំនិតចង់សម្លាប់ខ្លួន
- ព្យាយាមសម្លាប់ខ្លួន
- សម្លាប់ខ្លួនបានសម្រេច

Suicide

- Suicide Thought or Idea
- Suicide Attempt
- Complete Suicide or Suicide death

ក្នុងនាទីបុគ្គលិកសុខាភិបាល

ត្រូវស្វែងយល់ពីបុគ្គលដែលចង់សម្លាប់ខ្លួន
ឬព្យាយាមសម្លាប់ខ្លួននិងផ្តល់ការការពារ

ហត់នឿយ គិតច្រើន
ស្មុគស្មាញមែនទេ? នេះនឹង
តែនឿយ



ហេតុអ្វីបុគ្គលចង់បញ្ចប់ជីវិតខ្លួនឯង?



Video clip on suicide

- <https://fb.watch/ooeaXwhBfz/>

- មានមនុស្សជាច្រើន នៅពេលខ្លះគិតថា
រស់នៅប៉ុណ្ណឹងល្អមហើយ

- ប៉ុន្តែក៏នៅមានមនុស្សជាច្រើនដែរ រដ្ឋបស្ថានភាព

លំបាកនានាក្នុងជីវិត ហើយពួកគេបន្តរស់តទៅទៀត ។

មូលហេតុចម្លងនៃការរងផ្លូវភេទយាត

- ជំងឺផ្លូវភេទកំចាត់ ជាមូលហេតុចម្លងនៃការរងផ្លូវភេទយាត ។

ជំងឺផ្លូវភេទកំចាត់អាចផ្ទេរអោយបុគ្គល

មានការរួមណែនាំផ្លូវភេទយាតខ្លាំង

ចុះតម្លៃការចាប់អារម្មណ៍ក្នុងជីវិត និង

សេចក្តីសង្ឃឹមចំពោះអនាគត។

មូលហេតុចម្លងនៃការធ្វើអត្តឃាត (ត)

- ការប្រើសុភាព និង ថ្នាំញៀន
- បញ្ហាសុខភាពរ៉ាំរ៉ៃ
- ជំងឺផ្លូវចិត្តធ្ងន់ធ្ងរ
- ទំនាក់ទំនងរស់នៅមិនល្អ

មូលហេតុចំបងនៃការធ្វើអត្តឃាត (ត)

- ភាពក្រីក្រ និងការលំបាកផ្នែកសេដ្ឋកិច្ច
- ការបាត់បង់មនុស្សជំនុំស្រឡាញ់ ការសោកសង្រេង
- គ្មានមិត្តភក្តិពិគ្រោះយោបល់ និង ថែកំរំលែកអារម្មណ៍

ភោទ និង ការធ្វើ អត្តយោគ

- ស្ត្រីមានការព្យាយាមសំលាប់ខ្លួន ច្រើនជាងបុរស
ពីព្រោះស្ត្រីភាគច្រើន មានជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្ត
- ការសំលាប់ខ្លួនបានជោគជ័យ ភាពច្រើនជាបុរស ។

- តើ ត្រូវ រៀន ដោះស្រាយ បញ្ហា នេះ យ៉ាង

ដូចម្តេច?

សំណួរទៅកាន់គ្រួសារ ឬ មិត្តភក្តិ

- តើមានអ្វីកើតឡើង?
- តើជាការប៉ុនប៉ងដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ដែរឬទេ?
- ប្រសិនជាមនុស្សម្នាក់គាត់ព្យាយាមចងក ឬ ដឹកថ្នាំពុល (ថ្នាំសំលាប់សត្វល្អិត) នោះជាការប៉ុនប៉ងបង្កគ្រោះថ្នាក់ ។
- តើបើគ្រាន់តែ យកប៊ុចស្នូតដៃ នោះមិនសូវមានគ្រោះថ្នាក់ទេ

សំណួរទៅកាន់បុគ្គលដែលសំលាប់ខ្លួន

តើមានអ្វីកើតឡើងចំពោះអ្នក ?

តើអ្នកមានគំនិតចង់សំលាប់ខ្លួនដែរឬទេ? ហេតុអ្វី?

តើអ្នកមានរៀបចំគំរោងដែរឬទេ?

ចាប់តាំងពីពេលណាមក?

តើអ្នកបានប្រាប់អ្នកដទៃពីគំរោងនោះដែរទេ ?

- ការរៀបចំគំរោងដោយប្រុងប្រយ័ត្ន
ដោយលាក់កំបាំងជាសំងាត់មានលក្ខណៈឆ្លងឆ្លុះ ។
- តើអ្នកមានអារម្មណ៍ធ្លាក់ទឹកចិត្តទេ ពេលថ្ងៃៗនេះ
តើអ្នកមិនចាប់អារម្មណ៍ក្នុងការរស់នៅមែនទេ?
ការសួររបៀបនេះ ផ្តោតទៅលើជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្ត

ការពិនិត្យបុគ្គលដែលប៉ុនប៉ងសំលាប់ខ្លួន

- ជាគោលការណ៍អ្នកត្រូវបញ្ជូនបុគ្គលដែលចង់សំលាប់ខ្លួនទៅមន្ទីរពេទ្យដែលនៅជិត (ប្រសិនបើអាច)
- ករណីចងក ចាក់នឹងវត្ថុអ្វីមួយ បាញ់ដោយកាំភ្លើង , កាត់ ឬដុត បែបនេះត្រូវសង្គ្រោះបន្ទាន់សិន មុនបញ្ជូនទៅមន្ទីរពេទ្យ អ្នកត្រូវពិនិត្យ ដង្ហើម សំពាធឈាម និង ជីពចរ។ ព្យួរស្បែក បើបុគ្គលមានសំពាធឈាមទាប។
- ករណីប្រើថ្នាំពុលសត្វល្អិតហួសកំរិត ឬ សារធាតុផ្សេងទៀត៖
- ត្រូវធ្វើអោយគាត់ក្អកតាមវិធី ជីកទឹកអំបិលប្រៃខ្លាំង
- ផ្តល់ទឹកកំហាប់នៃម្សៅឆ្ងៀង ដើម្បីស្រូបជាតិពុល

ការសំលាប់ខ្លួនអាចជាឧក្រិដ្ឋកម្ម

- នៅប្រទេសខ្លះការសំលាប់ខ្លួនជាបទឧក្រិដ្ឋ ជាករណីផ្ទុះច្បាប់ ឬ ករណីដែលនគរបាលត្រូវតាមដាន។
- បើអ្នកពិនិត្យដឹងថាការប៉ុនប៉ងសំលាប់ខ្លួនទាក់ទងនឹងភាពតានតឹងចិត្ត អ្នកពុំចាំបាច់រាយការណ៍ទៅប៉ូលិសទេ
- បើការប៉ងសំលាប់ខ្លួនរបស់ស្ត្រីទាក់ទងនឹងការធ្វើបាបរបស់ប្តី ឬ សាច់ថ្លៃ នោះអ្នកអាចរាយការណ៍បាន បើមានការយល់ព្រមពីប្រពន្ធ

ការជួយអ្នកដែលចង់សំលាប់ខ្លួន

- Reduce poverty
- Take away the availability of tools which clients can use to commit suicide.
- Reduce level depression of the client.
- Suicide counseling.
- Let client to think the reason that he/she want to live (divert thinking)

វគ្គបំណងទី ៥

រៀបរាប់ពីអាកប្បកិរិយាបុគ្គលដែល
មានការ ប្រកាច់

- ការប្រកាច់កើតឡើងពេលដែលបុគ្គលម្នាក់ស្តែងឡើងនូវអាកប្បកិរិយាប្លែកឬសន្តប់ក្នុងរយៈពេល២ ទៅ ៣នាទី
- សភាពខុសប្រក្រតីគឺគ្រាន់តែបាត់បង់ការដឹងអ្វីៗ មួយភ្លែត ឬមានចលនាផ្ទួនៗដូចជាជញ្ជក់មាត់។ ជំងឺប្រកាច់ឆ្លុះជ្រុះជាជំងឺដែលប្រកាច់កើតមានញឹកញាប់។ **ប្រសិនបើសូម្បីម្នាក់មានការប្រកាច់២ ដងក្នុងមួយខែនោះគេហៅថាជំងឺឆ្លុះជ្រុះ។**

ជំងឺឆ្លុតជ្រូកជាជំងឺផ្លូវចិត្តឬទេ?

- មិនជាជំងឺផ្លូវចិត្តទេ
- ជំងឺឆ្លុតជ្រូកត្រូវគេចាត់ទុកដូចជាជំងឺផ្លូវចិត្ត ពីព្រោះគេយល់ថាហេតុផលបង្កជំងឺឆ្លុតជ្រូកខ្លះដូចគ្នាជាមួយហេតុផលបង្កជំងឺផ្លូវចិត្តដែរ
- ជំងឺឆ្លុតជ្រូកអាចបង្កអោយមានការតានតឹងផ្លូវចិត្ត
- មនុស្សជំងឺឆ្លុតជ្រូកច្រើនកើតមានជំងឺវិកលចរិត ធ្លាក់ទឹកចិត្ត និង ធ្វើអត្តឃាត
- ការប្រកាច់ដោយរំជួលចិត្ត (Conversion Seizure) កើតមានដោយសារបញ្ហាផ្លូវចិត្ត

វត្តបំណងទី៦

រៀបរាប់ពីមនុស្សចាស់ដែលមានបញ្ហាអាកប្បកិរិយា



- លក្ខណៈវង្វេងច្រឡំ និងកាចអាចកើតមានចំពោះមនុស្សចាស់
- មានបងប្អូនអ្នកជំងឺខ្លះត្រូវបានថាមនុស្សចាស់បានប្រព្រឹត្តិផ្លូវភេទមិនសមរម្យ ឬទទួលបានដើរចេញក្រៅផ្ទះទោះបីជាគាត់មានលក្ខណៈវង្វេងវង្វាន់ក្តី
- អាកប្បកិរិយាផ្សេងទៀតគឺ មនុស្សចាស់ផ្តាច់ខ្លួនពីគេឯងនិងមិនចាប់អារម្មណ៍ជាមួយអ្វីៗឡើយ។ លក្ខណៈបែបនេះវាមិនមែនជាបញ្ហាទេ តែវាជាជំងឺផ្លូវចិត្តម្យ៉ាង។

ហេតុអ្វីបានជាមនុស្សចាស់មានលក្ខណៈបែបនេះ?

- មានហេតុផល៤យ៉ាង៖
- ១. ជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្ត៖ លក្ខណៈទូទៅរបស់មនុស្សចាស់គឺផ្តាច់ខ្លួនចេញពីគេក្នុងជីវិតរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ មិនចង់ទទួលបានអាហារ សំរាន្តមិនលក់ និងត្អូញត្អែរពីបញ្ហារាងកាយ។ មនុស្សចាស់ខ្លះចង់ធ្វើអត្តឃាត
- ២. ការរើរវាយ ឬរងគ្រោះរង្វាន់៖ មានសភាពស្រួចស្រាល ហើយអាកប្បកិរិយាអាចនឹងកើតឡើងភ្លាមរយៈពេល ២ទៅ៣ ថ្ងៃ ។ គាត់អាចមានមមាល និងជ្រួលជ្រាល

ហេតុអ្វីបានជាមនុស្សចាស់មានលក្ខណៈបែបនេះ?(ត)

- **៣. វិកលចរិត៖** កើតឡើងលើមនុស្សចាស់ដែលមានជំងឺវង្វេងវង្វាន់ភ្លេចភ្លាំង (Dementia) ដែលគាត់មានរោគសញ្ញា មមាល និង ចេះតែសង្ស័យ
- **៤. ជំងឺវង្វេងស្មារតី៖** កើតលើវ័យចាស់ពិសេសចាប់ពី ៦៥ ឆ្នាំឡើងទៅ ។ សញ្ញាដំបូងនៃជំងឺគឺបញ្ហានៃការចងចាំ។
- បុគ្គលិកសុខាភិបាលងាយចាប់អារម្មណ៍ពីជំងឺនេះដោយសារបញ្ហាអាកប្បកិរិយា។ ជំងឺវង្វេងស្មារតី (Dementia) ជាជំងឺដែលខ្វះខាតចុះថយសមត្ថភាពជាលំដាប់។ វាមិនមានការព្យាបាលអោយជាដាច់ទេ

ឯកសារសំអាង

- ទំណាក់កាលវេជ្ជបណ្ឌិតឯកទេសវិកលចរិត

- Where there is no psychiatrist.

Pages ៧៧ ដល់ ១១៦

<http://www.healthline.com/health/aggressive-behavior>

www.merriamwebster.com/dictionary/violence
updated