

การบำบัดทางเลือกในออทิสติก

AUTISM SPECTRUM DISORDER: ALTERNATIVE THERAPY

นายแพทย์ทวีศักดิ์ ลีรัตน์เรธา ... จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

เด็กออทิสติกแต่ละคน มีความพิเศษแตกต่างกัน

การบำบัดรักษาแนวทางหลักและทางเลือก มีความหลากหลาย

เรียนรู้ให้เข้าใจ เลือกใช้ให้เหมาะสม

ในการบำบัดรักษาออทิสติก นอกจากแนวทางหลักซึ่งมีความหลากหลายแล้ว ในปัจจุบันยังมีการบำบัดทางเลือกที่หลากหลายอีกเช่นเดียวกัน ซึ่งสามารถเลือกใช้ควบคู่กับแนวทางหลัก ตามความเหมาะสมกับสภาพปัญหา และผลการตอบสนองที่ได้รับของเด็กแต่ละคน วิธีการที่ได้ผลกับเด็กคนหนึ่งอาจไม่ได้ผลในเด็กอีกคนก็ได้

สิ่งสำคัญที่ควรทำความเข้าใจคือ การบำบัดทางเลือกใช้เสริมแนวทางหลักให้มีประสิทธิผลเพิ่มขึ้น ไม่ใช่การนำมาใช้โดด ๆ เพียงอย่างเดียวแล้วจะได้ผล

การบำบัดทางเลือกที่มีการนำมาใช้ในออทิสติก ที่จะกล่าวถึงในที่นี้ ได้แก่

1. ศิลปะบำบัด (Art Therapy)
2. ดนตรีบำบัด (Music Therapy)
3. ละครบำบัด (Drama Therapy)
4. เครื่องเอชอีจี (HEG; Hemoencephalography)
5. เครื่องทีเอ็มเอส (TMS; Transcranial Magnetic Stimulation)
6. การฝังเข็ม (Acupuncture)
7. โภชนบำบัด (Nutritional Therapy)
8. การบำบัดด้วยสัตว์ (Animal-assisted Therapy)
9. การบำบัดด้วยหุ่นยนต์ (Robot-assisted Therapy)

1) ศิลปะบำบัด (Art Therapy)

ศิลปะบำบัด คือ การใช้กิจกรรมทางศิลปะเพื่อค้นหาข้อบกพร่อง ความผิดปกติบางประการของกระบวนการทางจิตใจ และใช้กิจกรรมทางศิลปะที่เหมาะสม ช่วยในการบำบัดรักษา และการฟื้นฟูสมรรถภาพให้ดีขึ้นเพื่อ ลดปัญหาทางอารมณ์ พฤติกรรม และเสริมสร้างศักยภาพในด้านต่าง ๆ

ใช้สื่อ วัสดุ อุปกรณ์ และรูปแบบที่หลากหลาย เช่น สี ดินเหนียว วาด ระบาย ตัดปะ ปั้น ถักทอ ฯลฯ เพื่อเป็นทางเลือกที่จะระบายความรู้สึกนึกคิด จนสามารถเข้าใจ และจัดการกับความรูสึกได้ สามารถสื่อสารกับผู้อื่นรอบข้างได้

การประเมินผลการดูแลรักษา เน้นที่กระบวนการ และกิจกรรมทางศิลปะ ไม่ได้เน้นที่ผลงานทางศิลปะ ซึ่งแตกต่างจากการเรียนศิลปะ ที่จะเน้นผลงานและเพิ่มความสามารถทางศิลปะ

ข้อมูลเพิ่มเติม

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). ศิลปะบำบัดในเด็กพิเศษ. จาก https://www.happyhomeclinic.com/alt03-arttherapy_sp.htm

2) ดนตรีบำบัด (Music Therapy)

ดนตรีบำบัด คือ ศาสตร์ที่ว่าด้วยการนำดนตรี หรือองค์ประกอบอื่น ๆ ทางดนตรี มาประยุกต์ใช้เพื่อปรับเปลี่ยนพัฒนา และคงรักษาไว้ซึ่งสุขภาพของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม โดยนักดนตรีบำบัดเป็นผู้ดำเนินการไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ผ่านทางกิจกรรมทางดนตรีต่าง ๆ อย่างมีรูปแบบโครงสร้างที่ชัดเจน มีหลักเกณฑ์ และระเบียบวิธีทางวิทยาศาสตร์

เป้าหมายของดนตรีบำบัดไม่ได้เน้นที่ทักษะทางดนตรี แต่เน้นในด้านพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ขึ้นอยู่กับความจำเป็นของแต่ละคนที่มารับการบำบัด สามารถประยุกต์ใช้ในหลายบริบท ทั้งที่บ้าน โรงเรียน และโรงพยาบาล

ข้อมูลเพิ่มเติม

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). ดนตรีบำบัด พัฒนาศีวีต. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/alt05-musictherapy.htm>

3) ละครบำบัด (Drama Therapy)

ละครบำบัด คือ รูปแบบของการบำบัดที่นำศาสตร์ของละครมาประยุกต์ใช้อย่างเป็นระบบ ในกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงของบุคคลภายใต้ความสัมพันธ์ของการบำบัดรักษา โดยนักละครบำบัด (drama therapist) นำเสนอวิธีการที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเชิงบวกของจิตใจ อารมณ์ และพฤติกรรม เป็นศาสตร์ที่อยู่ภายใต้ร่มใหญ่ของศิลปะบำบัด

เป้าหมายของละครบำบัดมีได้ต้องการสร้างนักแสดง แต่เป็นการกระตุ้นและส่งเสริมการใช้จินตนาการ ใช้กระบวนการ และเทคนิคของละครเป็นสื่อกลางในการสำรวจตัวตน รู้จักการแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึกอย่างเหมาะสม เน้นการพัฒนาจากสิ่งที่สามารถทำได้ ใช้อุปมาเปรียบเทียบเพื่อไม่ให้เกิดความรู้สึกว่าถูกรุกล้ำพื้นที่ส่วนบุคคล ให้อิสระในการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ภายใต้สิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยและปราศจากการตัดสินหรือประเมินค่า

ข้อมูลเพิ่มเติม

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). ละครบำบัด. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/alt33-dramatherapy.html>

4) เครื่องเอชอีจี (HEG; Hemoencephalography)

เอชอีจี เป็นเครื่องมือตรวจวัดการปรับเปลี่ยนกระแสการไหลเวียนของเลือดที่ผิวสมอง เพื่อแปลผลข้อมูล และป้อนกลับไปเป็นตัวแทนทางเพื่อให้เด็กเกิดกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองว่าทำอย่างไร จึงจะสามารถสร้างความตั้งใจได้ โดยดูจากกระบวนการป้อนกลับที่ผ่านทางจอคอมพิวเตอร์ ที่เป็นลักษณะของกราฟแท่ง และอาจจะมีเสียงดนตรีเพื่อความเพลิดเพลิน

เมื่อเด็กได้รับการฝึกฝนให้เรียนรู้ในการนั่ง สร้างความตั้งใจ และสมาธิด้วยเครื่องเอชอีจีแล้ว เด็กก็จะสามารถเรียนรู้ได้ว่าขณะที่ตนเองนั่งเรียนอยู่ในชั้นเรียนควรจะปฏิบัติตัวอย่างไร จึงจะฟังคุณครูสอนในชั้นเรียนได้อย่างตั้งใจ และจะ

เข้าใจในการเรียนการสอนในที่สุด ทำให้ผลการเรียนดีขึ้น หากเด็กได้รับการฝึกฝนอย่างดีแล้วก็จะสามารถมีสมาธิ และตั้งใจเรียนได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องใช้เครื่องอีก

เครื่องเอชอีจี เริ่มนำมาใช้ในประเทศไทยตั้งแต่ปี พ.ศ. 2538 โดยได้มีการทำการศึกษาวิจัยเรื่องการใช้เครื่อง ร่วมในการบำบัดเด็กออทิสติกและสมาธิสั้น พบว่าได้ผลเป็นที่น่าพอใจ คือ เด็กมีความตั้งใจเรียน และเข้าใจในบทเรียนมากขึ้น สามารถช่วยในเรื่องสมาธิได้ดีขึ้น และพบว่าช่วยลดปัญหาพฤติกรรมในเด็กออทิสติกด้วย

ข้อมูลเพิ่มเติม

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2564). การบำบัดด้วยเครื่องเอชอีจี. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/alt09-heg.htm>

5) เครื่องทีเอ็มเอส (TMS; Transcranial Magnetic Stimulation)

ทีเอ็มเอส หรือ เครื่องกระตุ้นสมองด้วยสนามแม่เหล็กไฟฟ้าผ่านกะโหลกศีรษะ คือ เครื่องมือที่นำสนามแม่เหล็กไฟฟ้า มาใช้กระตุ้นเซลล์ประสาทในสมองผ่านกะโหลกศีรษะ ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนในการทำงานของสมอง ระบบประสาท และกล้ามเนื้อ มีความปลอดภัย สามารถรักษาแบบผู้ป่วยนอกแล้วเดินทางกลับบ้านได้เลย

ในปัจจุบันทางองค์การอาหารและยาของสหรัฐอเมริกา รับรองเพียงการนำมาใช้บำบัดรักษาโรคซึมเศร้าที่ไม่ตอบสนอง ต่อยา และอาการปวดศีรษะไมเกรนแบบมีอาการนำเท่านั้น ยังไม่รับรองการใช้ในโรคออทิสติก ดังนั้น การใช้ TMS ในออทิสติกจึงยังเป็นระยะของการศึกษาวิจัยเท่านั้น ยังไม่มีผลยืนยันที่ชัดเจน ไม่แนะนำให้นำมาใช้ในการบำบัดรักษาทางคลินิกเป็นการทั่วไป

การศึกษาวิจัยบางชิ้น พบว่าช่วยลดอาการหงุดหงิด ลดพฤติกรรมซ้ำ ๆ เพิ่มทักษะทางสังคม และเพิ่มการทำงานของสหสัมพันธ์ของตาและมือ ในออทิสติกได้ แต่ก็ยังไม่ชัดเจน เนื่องจากมีงานวิจัยค่อนข้างน้อย

ข้อมูลเพิ่มเติม

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2564). การรักษาด้วยทีเอ็มเอสในออทิสติก. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/alt31-tms.html>

6) การฝังเข็ม (Acupuncture)

การฝังเข็ม เป็นวิชาแพทยศาสตร์แผนโบราณของจีน ที่ว่าด้วยองค์ประกอบของร่างกายสองส่วน คือ หยินและหยาง คนเราเจ็บป่วยก็เนื่องด้วยความไม่สมดุลในการทำงานของหยินและหยางในร่างกาย ดังนั้นการรักษาจึงมีหลักการอยู่ที่ การปรับสมดุลของอวัยวะภายใน โดยการกระตุ้นจุดบนผิวหนังภายนอกผ่านเส้นลมปราณ ในปัจจุบันเริ่มมีการฝังเข็ม เพื่อเพิ่มสมาธิ และลดอาการชนมาก อยู่ไม่นิ่ง ในเด็กออทิสติก

เมื่อเข็มแทงเข้าไปถึงตำแหน่งของจุดฝังเข็ม จะมีอาการปวดตื้อ ๆ หรือปวดหน่วง ๆ และปวดร้าวไปตามทิศทางเดินของเส้นลมปราณ ตามทฤษฎีแพทย์แผนจีน เชื่อว่าการฝังเข็มทำให้ระบบลมปราณหมุนเวียนดีขึ้น และช่วยปรับสมดุลของร่างกาย

ข้อมูลเพิ่มเติม

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2564). การฝังเข็ม ศาสตร์ที่ยั่งยืน. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/alt08-acupuncture.htm>

7) โภชนบำบัด (Nutritional Therapy)

โภชนบำบัด คือ การใช้อาหาร อาหารเสริม และอาหารเพื่อสุขภาพ ซึ่งปรับให้เหมาะสมกับภาวะโรค หรือสภาวะสุขภาพของแต่ละบุคคล เพื่อรักษาหรือบรรเทาอาการของโรค เพิ่มโอกาสรอดชีวิต ลดเวลาอนโรงพยาบาล รวมถึงการป้องกันภาวะทุพโภชนาการระหว่างการบำบัดรักษาด้วย

อาหารเฉพาะโรคที่มีการนำมาใช้อย่างแพร่หลาย เป็นที่ยอมรับ เช่น อาหารสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน ผู้ป่วยโรคเก๊าท์ อาหารลดไขมัน อาหารลดโปรตีน อาหารเพิ่มโปรตีน ทั้งนี้รวมถึงอาหารที่เหมาะสมกับผู้ป่วยที่มีปัญหาการกลืน อาหารที่ให้ทางสายให้อาหาร (enteral) และการให้ทางเส้นเลือด (parenteral)

สำหรับผู้ป่วยกลุ่มออทิสติก พบว่ามีการใช้อาหารเฉพาะโรค หรืออาหารเสริมค่อนข้างบ่อย แต่ประสิทธิผลและความปลอดภัย ส่วนใหญ่ยังไม่มีความวิจัยที่สนับสนุนชัดเจน งานวิจัยส่วนใหญ่มีขนาดตัวอย่างน้อย และเป็นการวิจัยระยะสั้น น้อยกว่า 6 เดือน สารหลายตัวที่มีการนำมาใช้พบว่าไม่มีเพียงงานวิจัยเดียวที่สนับสนุน และข้อสรุปไม่ชัดเจน

ข้อมูลเพิ่มเติม

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). โภชนบำบัดในออทิสติก. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/alt41-nutritionaltherapy.html>

8) การบำบัดด้วยสัตว์ (Animal-assisted Therapy)

ในปัจจุบัน มีการนำสัตว์มาร่วมในโปรแกรมการบำบัดออทิสติกอยู่หลายชนิด และหลายรูปแบบ สัตว์ที่มีการนำมาใช้ได้แก่ โลมา ม้า โพนี่ ช้าง และสุนัข โดยต้องมีการคัดเลือกและฝึกฝนสัตว์มาเป็นอย่างดี พบว่าได้ผลเป็นที่น่าพอใจ

พบว่าสัตว์สามารถช่วยในเรื่อง การรับรู้สัมผัส เสริมสร้างสมาธิ เพิ่มความไว้วางใจผู้อื่น เพิ่มแรงจูงใจในการทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ยังช่วยให้เด็กเรียนรู้ในเรื่องสัมพันธภาพ และการตอบสนองทางอารมณ์ได้ดีขึ้นด้วย

ข้อมูลเพิ่มเติม

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2564). การบำบัดด้วยสัตว์. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/alt11-animaltherapy.htm>

9) การบำบัดด้วยหุ่นยนต์ (Robot-assisted Therapy)

ในปัจจุบัน มีการนำหุ่นยนต์มาร่วมในโปรแกรมการบำบัดรักษาออทิสติก โดยมีเป้าหมาย คือ การนำหุ่นยนต์มาช่วยในการดูแลและบำบัดรักษาทางการแพทย์ ไม่ใช่เข้ามาแทนที่มนุษย์ หุ่นยนต์ไม่ได้ถูกนำมาใช้เป็นนักบำบัด แต่เป็นเสมือนเครื่องมือในการบำบัดรักษา มากกว่า หุ่นยนต์มีบทบาทพื้นฐาน 3 เรื่อง คือ เป็นเพื่อน เป็นผู้ฝึกสอน และเป็นคู่หูในการเล่น

หุ่นยนต์เป็นสิ่งประดิษฐ์ที่ดึงดูดและกระตุ้นความสนใจจากเด็กออทิสติกได้ดี ส่วนใหญ่ให้ความสนใจหุ่นยนต์มาก และคงความสนใจได้นานด้วย หลายหน่วยงานวิจัยจึงมีการทดลองนำหุ่นยนต์มาเป็นตัวสื่อในการสร้างปฏิสัมพันธ์กับเด็ก หุ่นยนต์ให้ความเป็นกันเองและความอุ่นใจต่อเด็กได้มาก

ทักษะทางสังคมที่สามารถนำหุ่นยนต์มาช่วยในการพัฒนา ได้แก่ การเลียนแบบ (imitation) การผลัดกันเล่น (taking turns) และการคงความสนใจร่วมกัน (joint attention)

คุณลักษณะของหุ่นยนต์ที่มีความเหมาะสมกับการใช้งาน คือ ความน่าสนใจ ความคงทนและแข็งแรง มีการตอบสนองต่อการสัมผัส เสียง แสง และการเคลื่อนไหว น้ำหนักและขนาดพอเหมาะ และสามารถควบคุมใช้งานง่าย

หุ่นยนต์ที่มีการนำมาใช้งาน ได้แก่ หุ่นยนต์แมวน้ำ Paro และหุ่นยนต์ที่มีลักษณะคล้ายมนุษย์ ได้แก่ Nao Milo QRobot และฟ้าใส ซึ่งเป็นหุ่นยนต์ไทยที่ใช้ฝึกทักษะการเลียนแบบท่าทาง ทักษะการพูด และทักษะการคุยได้

ข้อมูลเพิ่มเติม

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2564). หุ่นยนต์บำบัด. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/alt10-robottherapy.htm>

เอกสารอ้างอิง

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2564). การบำบัดทางเลือก ในเด็กพิเศษ. (พิมพ์ครั้งที่ 2). สมุทรปราการ: ทีเอส อินเตอร์พรีนซ์.

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). คู่มือการดูแล เด็กออทิสติก. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ชุมชมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

Volkmar, F. R., Van Schalkwyk, G. I. & Van der Wyk, B. (2018). Autism spectrum disorder. In: **Lewis's child and adolescent psychiatry: a comprehensive textbook, 5th ed.** Martin, A., Volkmar, F. R. & Bloch, M., eds. Philadelphia: Wolters Kluwer, pp. 1164-1195.

World Health Organization. (2019). **WHO global report on traditional and complementary medicine 2019.** Geneva: WHO.

บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). การบำบัดทางเลือกในออทิสติก. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/au27-alternative.htm>

(บทความต้นฉบับ: มีนาคม 2549)