

# ไม่พูดในบางสถานการณ์

## SELECTIVE MUTISM

นายแพทย์ทวีศักดิ์ ลีรัตนเรขา ... จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

### บทนำ

ไม่พูดบางสถานการณ์ (Selective Mutism) คือการที่ไม่ยอมพูดในสถานการณ์บางอย่าง ทั้งที่สามารถพูดได้ปกติในสถานการณ์อื่น แต่ถึงแม้ว่าจะไม่พูด ก็มักจะมีการสื่อสารโดยวิธีอื่น เช่น ภาษาท่าทาง วาดรูป พยักหน้า ส่ายหัว

### ลักษณะอาการ

ลักษณะอาการที่พบส่วนใหญ่คือ ไม่ยอมพูดเลยที่โรงเรียน หรือไม่ยอมพูดเมื่ออยู่นอกบ้าน โดยเฉพาะกับผู้ใหญ่ คนที่ไม่คุ้นเคย แต่พออยู่ที่บ้านสามารถพูดกับพี่น้อง และพ่อแม่ได้ปกติ พบว่าเด็กมักมีลักษณะซ้ำๆ กลัวทำเรื่องน่าอายต่อหน้าคนอื่น มีพฤติกรรมเก็บกด (Behavioral Inhibition) อาจมีความบกพร่องในการสื่อสารอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น พูดติดอ่าง พูดไม่ชัด ปัญหาการเข้าใจภาษา

### ระบาดวิทยา

พบค่อนข้างน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 1 ของผู้มารับบริการคลินิกสุขภาพจิต) พบในเพศหญิง มากกว่าเพศชาย และพบว่าส่วนใหญ่มีระดับสติปัญญาอยู่ในเกณฑ์เฉลี่ยหรือสูงกว่า มักเริ่มมีอาการในช่วงที่เข้าโรงเรียน พบบ่อยช่วงอายุ 3-8 ปี และถ้าอายุ 12 ปีขึ้นไป แล้วยังมีอาการอยู่เหมือนเดิม มักมีการพยากรณ์โรคไม่ค่อยดีนัก

### สาเหตุ

มีความเชื่อใน 2 แนวทาง คือ มองว่าเป็นปัญหาความล่าช้าของพัฒนาการ หรือเป็นปัญหาด้านจิตใจ ในเรื่องของความวิตกกังวล ซึ่งมีลักษณะคล้ายอาการกลัวกิจกรรมทางสังคม (Social Phobia) ในผู้ใหญ่

ปัจจัยทางด้านร่างกาย และระบบประสาท จากผลการศึกษาพบว่า มีปัญหาพัฒนาการร่วมด้วย และตรวจพบมีคลื่นไฟฟ้าสมองแบบที่ยังไม่พัฒนาตามวัย (Electroencephalogram Immaturity)

ส่วนปัจจัยทางด้านจิตสังคม มีความเกี่ยวข้องด้วย เช่น พบว่ามีปัญหาทางจิตเวชในครอบครัวสูงขึ้น, มีพลวัตครอบครัวที่ผิดปกติ, ครอบครัวแตกแยก, ต้องแยกจากครอบครัวหรือสิ่งแวดล้อมเดิม, ถูกทำร้ายร่างกาย โดยเฉพาะการบาดเจ็บบริเวณปาก

### การดูแลรักษา

ขั้นตอนแรก คือต้องสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเด็กให้ได้ก่อน ให้ความสนิทสนมเพื่อให้เด็กผ่อนคลายความตึงเครียด สร้างบรรยากาศให้เด็กรู้สึกปลอดภัย ไร้กังวล ไม่บังคับเด็กให้พูด หรือไปเพิ่งเล็งกับการพูด จากนั้นก็ใช้วิธีพูดรวมเป็นกลุ่ม เพื่อให้เด็กรู้สึกว่ามีคนฟัง เช่น ให้ตอบพร้อมกัน ให้อ่านเพลงหมู่ ต่อไปเริ่มฝึกการเคลื่อนไหวของปาก เช่น

เป่าปาก เคี้ยวขนม และใช้เทคนิคการปรับพฤติกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะการให้แรงเสริมทางบวก (Positive Reinforcement) ทันทีกี่เริ่มส่งเสียง เริ่มกระซิบ หรือแม้เพียงแค่เริ่มขยับปากก็พอ

มีรายงานการใช้ยาที่ได้ผล คือ Fluoxetine พบว่า มีการพูดดีขึ้น เมื่อให้ยารักษาานาน 12 สัปดาห์ แต่เมื่อหยุดยา เด็กมักกลับมีอาการอีก ดังนั้นควรให้ยาในระยะเวลาที่นานพอ และให้การรักษาร่วมด้วย

บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). **ไม่พูด**ในบางสถานการณ์. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/sp06-mutism.htm>  
(บทความต้นฉบับ: พฤศจิกายน 2560)