



## การบำบัดทางเลือกในออทิสติก

นพ.ทวิศักดิ์ สิริรัตน์เรขา  
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

นอกจากแนวทางหลักที่ใช้ในการบำบัดรักษาข้างต้นแล้ว ในปัจจุบันยังมีแนวทางการบำบัดทางเลือกที่หลากหลาย สามารถเลือกใช้ควบคู่กับแนวทางหลัก ตามความเหมาะสมกับสภาพปัญหา และผลการตอบสนองที่ได้รับของเด็กแต่ละคน

สิ่งสำคัญที่ควรทำความเข้าใจคือ การบำบัดทางเลือกใช้เสริมแนวทางหลักให้มีประสิทธิผลเพิ่มขึ้น ไม่ใช่การนำมาใช้โดดๆ เพียงอย่างเดียวแล้วได้ผล การบำบัดทางเลือกดังกล่าวประกอบด้วย

1. ศิลปะบำบัด (Art Therapy)
2. ดนตรีบำบัด (Music Therapy)
3. เครื่องเอชอีจี (HEG; Hemoencephalogram)
4. การฝังเข็ม (Acupuncture )
5. การบำบัดด้วยสัตว์ (Animal Therapy)

### ศิลปะบำบัด (Art Therapy)

ศิลปะ คือหนทางแห่งการปลดปล่อยอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ตามความต้องการของเด็กแต่ละคน และช่วยพัฒนาศักยภาพในด้านการเรียนรู้ การเล่น และการแสดงออกต่างๆ

ศิลปะบำบัด คือ การใช้กิจกรรมทางศิลปะเพื่อค้นหาข้อบกพร่อง ความผิดปกติบางประการของกระบวนการทางจิตใจ และใช้กิจกรรมทางศิลปะที่เหมาะสม ช่วยในการบำบัดรักษา และการฟื้นฟูสมรรถภาพให้ดีขึ้นเพื่อ ลดปัญหาทางอารมณ์ พฤติกรรม และเสริมสร้างศักยภาพในด้านต่างๆ



ใช้สื่อ วัสดุ อุปกรณ์ และรูปแบบที่หลากหลาย เช่น ซีดี เขียน วาด ระบาย ตัดปะ ปั้น ถักทอ เพื่อเป็นทางเลือกที่จะระบายความรู้สึกนึกคิด จนสามารถเข้าใจ และจัดการกับความรู้สึกได้ สามารถสื่อสารกับผู้คนรอบข้างได้

การประเมินผลการดูแลรักษา เน้นที่กระบวนการ และกิจกรรมทางศิลปะ ไม่ได้เน้นที่ผลงานทางศิลปะ ซึ่งแตกต่างจากการเรียนศิลปะ ที่จะเน้นผลงาน และเพิ่มความสามารถทางศิลปะ



## ดนตรีบำบัด (Music Therapy)

ดนตรีบำบัด คือ ศาสตร์ที่ว่าด้วยการนำดนตรี หรือองค์ประกอบอื่นๆ ทางดนตรี มาประยุกต์ใช้ เพื่อปรับเปลี่ยน พัฒนา และคงรักษาไว้ซึ่งสุขภาพของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม โดยนักดนตรีบำบัด เป็นผู้ดำเนินการไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ผ่านทางกิจกรรมทางดนตรีต่างๆ อย่างมีรูปแบบโครงสร้างที่ชัดเจน มีหลักเกณฑ์ และระเบียบวิธีทางวิทยาศาสตร์

เป้าหมายของดนตรีบำบัดไม่ได้เน้นที่ทักษะทางดนตรี แต่เน้นในด้านพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ขึ้นอยู่กับความจำเป็นของแต่ละคนที่มารับการบำบัด สามารถประยุกต์ใช้ได้ ในหลายบริบท ทั้งที่บ้าน โรงเรียน และโรงพยาบาล





## เครื่องเอชอีจี (HEG; Hemoencephalogram)

เป็นเครื่องมือตรวจวัดการปรับเปลี่ยนกระแสการไหลเวียนของเลือดที่ผิวสมอง เพื่อแปลผลข้อมูล และป้อนกลับไปเป็นตัวนำทางเพื่อให้เด็กเกิดกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองว่าทำอย่างไร จึงจะสามารถสร้างความตั้งใจได้ โดยดูจากกระบวนการป้อนกลับที่ผ่านทางจอคอมพิวเตอร์ ที่เป็นลักษณะของกราฟแท่ง และอาจจะมีเสียงดนตรีเพื่อความเพลิดเพลิน

เมื่อเด็กได้รับการฝึกฝนให้เรียนรู้ในการนั่ง สร้างความตั้งใจ และสมาธิด้วยเครื่องเอชอีจีแล้ว เด็กก็จะสามารถเรียนรู้ได้ว่าขณะที่ตนเองนั่งเรียนอยู่ในชั้นเรียนควรจะทำอย่างไร จึงจะฟังคุณครูสอนในชั้นเรียนได้อย่างตั้งใจ และจะเข้าใจในการเรียนการสอนในที่สุด ทำให้ผลการเรียนดีขึ้น หากเด็กได้รับการฝึกฝนอย่างดีแล้วก็จะสามารถมีสมาธิ และตั้งใจเรียนได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องใช้เครื่องอีก

เฮอเชล ทูมิน (Hershel Toomin) ได้พัฒนาเครื่องเอชอีจี มากกว่า 20 ปี แต่การศึกษาวิจัยที่สนับสนุนในเรื่องนี้ยังมีไม่มาก ส่วนใหญ่อ้างอิงจากการวิจัยในเครื่องมือ Neurofeedback ซึ่งผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า สามารถช่วยในเรื่องสมาธิได้ดีขึ้น โดยเฉพาะผู้ป่วยในกลุ่มสมาธิสั้น และนอกจากนี้ยังได้ผลดีในกลุ่มอื่นๆ เช่น ออทิสติก แอลดี โรควิตกกังวล หรือแม้แต่คนปกติก็พบว่าช่วยเพิ่มความสามารถในการคิด

เครื่องเอชอีจี เริ่มนำมาใช้ในประเทศไทยตั้งแต่ปี พ.ศ. 2538 โดยได้มีการทำการศึกษาวิจัยเรื่องการใช้อุปกรณ์ ร่วมในการบำบัดเด็กออทิสติกและสมาธิสั้น พบว่าได้ผลเป็นที่น่าพอใจ คือ เด็กมีความตั้งใจเรียน และเข้าใจในบทเรียนมากขึ้น

## การฝังเข็ม (Acupuncture )

การฝังเข็ม เป็นวิชาแพทยศาสตร์แผนโบราณของจีน ที่ว่าด้วยองค์ประกอบของร่างกายสองส่วนคือ หยินและหยาง คนเราเจ็บป่วยก็เนื่องด้วยความไม่สมดุลในการทำงานของหยินและหยางในร่างกาย ดังนั้นการรักษาจึงมีหลักการอยู่ที่การปรับสมดุลของอวัยวะภายใน โดยการกระตุ้นจุดบนผิวหนังภายนอกผ่านเส้นเมริเดียน ในปัจจุบันเริ่มมีการฝังเข็มเพื่อเพิ่มสมาธิ และลดอาการชนมาก อยู่ไม่นิ่ง ในเด็กออทิสติก



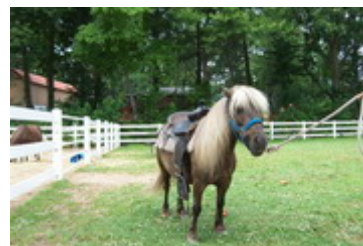
เมื่อเข็มแทงเข้าไปถึงตำแหน่งของจุดฝังเข็ม จะมีอาการปวดตื้อๆ หรือปวดหน่วงๆ และปวดร้าวไปตามทิศทางเดินของเส้นลมปราณ ตามทฤษฎีแพทย์แผนจีน เชื่อว่าการฝังเข็มทำให้ระบบลมปราณหมุนเวียนดีขึ้น และช่วยปรับสมดุลของร่างกาย



## การบำบัดด้วยสัตว์ (Animal Therapy)

มีการนำสัตว์มาร่วมในโปรแกรมการบำบัดอยู่หลายแบบ สัตว์ที่มีการนำมาใช้ได้แก่ โลมา (Dolphin) ม้าแคระ (Pony) และสุนัข เป็นต้น โดยต้องมีการคัดเลือกและฝึกฝนสัตว์มาเป็นอย่างดี พบว่าได้ผลเป็นที่น่าพอใจ

พบว่าสัตว์สามารถช่วยในเรื่อง การรับรู้สัมผัส เสริมสร้างสมาธิ เพิ่มความไว้วางใจผู้อื่น เพิ่มแรงจูงใจในการทำกิจกรรมต่างๆ อย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ยังช่วยให้เด็กเรียนรู้ในเรื่องสัมพันธภาพ และการตอบสนองทางอารมณ์ได้ดีขึ้นด้วย



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. การบำบัดทางเลือกในอหิวาต์. [Online] 2549; Available from: URL: <http://www.happyhomeclinic.com/au27-alternative.htm>