



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วัยหมดประจำเดือน เป็นช่วงเวลาเข้าสู่วัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ ถึงแม้จะเป็นไปตามธรรมชาติ แต่ก็เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างมากในวัยนี้ การเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายที่เกิดขึ้นอย่างแรกคือการเสื่อมสภาพของรังไข่ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของ ระดับฮอร์โมน(Hormone) โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ฮอร์โมนเอสโตรเจน (Estrogen Hormone) ซึ่งผลการลดลงของ เอสโตรเจนมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางค่านร่างกายและจิตใจ เช่นการเปลี่ยนแปลงของระบบสืบพันธุ์ ระบบทางเดินปัสสาวะ ระบบประสาทอัตโนมัติ และเกิดอาการทางจิตใจ ได้แก่การเกิดอาการอ่อนเพลีย เบื่ออาหาร นอนไม่หลับ หงุดหงิดง่าย ซึมเศร้า การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนเอสโตรเจน ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพของในระยะยาว เช่นการเกิดโรคกระดูกพรุน โรคหัวใจและหลอดเลือด^(1,2,3)

การศึกษาปัญหาทางจิตใจของหญิงวัยหมดประจำเดือน ในปัจจุบันมีไม่น้อย ถึงแม้ว่าการวินิจฉัยโรคทางจิตเวช จะไม่มีการแยกโรคอารมณ์เศร้าในหญิงวัยหมดประจำเดือนไว้เฉพาะก็ตาม⁽⁴⁾ มีการศึกษาในประเทศไทยหลายการศึกษา เช่น การศึกษาของสมชัย ตรังไพศาล และคณะ⁽⁵⁾ ที่ศึกษาในคลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลสงขลานครินทร์ พบอัตราการเกิดอาการซึมเศร้าถึงร้อยละ 10.9 การศึกษาของ ประมวล สุขวัฒนา และคณะ⁽⁶⁾ พบว่าสตรีวัยหมดประจำเดือนชาวกรุงเทพมหานคร มีอาการซึมเศร้า ร้อยละ 27 การศึกษาของ สมหมาย คชนาม⁽⁷⁾ ศึกษาในหญิงชาวสุราษฎร์ธานี พบว่า มีอาการเศร้า ร้อยละ 8.1 จากการศึกษาของ สุมนา ชมพูทวีป และคณะ⁽⁸⁾ ทำการศึกษาแบบสำรวจ โดยสัมภาษณ์หญิงที่มาใช้บริการที่ศูนย์บริการสาธารณสุขสุขกรุงเทพมหานคร จำนวน 2371 คน พบการเกิดอารมณ์เศร้าในหญิงที่ประจำเดือนมาปกติจำนวนร้อยละ 2.7 ในกลุ่มประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอร้อยละ 8.7 และในกลุ่มที่หมดประจำเดือนแล้วร้อยละ 2.2

สำหรับการศึกษาในต่างประเทศนั้น มีอยู่หลายการศึกษาซึ่ง พบว่ามีอัตราการเกิด อารมณ์เศร้าตั้งแต่ ร้อยละ 16-68^(9,10,11,12,13,14,15) การศึกษาที่กล่าวมาทั้งหมดเป็นการรายงานอาการ ด้วยตนเองไม่ได้ใช้แบบวัดอารมณ์เศร้าที่เป็นมาตรฐาน ส่วนการศึกษาของ Hay AG และคณะ⁽¹⁶⁾ โดยใช้แบบวัดอารมณ์เศร้า MADRS (The Montgomery-Asberg Depression rating Scale) ศึกษา สตรีวัยหมดประจำเดือนที่มารับบริการที่คลินิกหมดประจำเดือนจำนวน 78 ราย พบอัตราความ ชุกของโรคซึมเศร้าร้อยละ 45 จะเห็นได้ว่าอาการซึมเศร่ายังคงเป็นปัญหาสำคัญของสตรีที่เข้าสู่วัย หมดประจำเดือน

ความสัมพันธ์ระหว่างการเกิดอาการทางจิตใจในวัยหมดประจำเดือน มีความคิดเห็นที่ แตกต่างระหว่าง สูตินรีแพทย์และจิตแพทย์ สูตินรีแพทย์⁽¹⁷⁾ มีความคิดเห็นว่าการขาด ฮอร์โมน เอสโตรเจน คือการเจ็บป่วยชนิดหนึ่ง ซึ่งทำให้เกิดอาการในกลุ่มอาการหมดประจำ เดือนส่วนจิตแพทย์⁽¹⁸⁾ มีความคิดเห็นที่แตกต่างกันว่า ถึงแม้ปัญหาทางจิตเวชจะมากขึ้นกว่าปกติ ในช่วง 5 ปีก่อนหมดประจำเดือน แต่ปัญหาที่สำคัญที่ทำให้เกิดอาการคือ ปัญหาทางสังคม และปัญหาในครอบครัว ส่วนนักสังคมศาสตร์ทางการแพทย์⁽¹⁷⁾ มีความคิดเห็น ว่า อาการต่างๆ ในวัยหมดประจำเดือน ไม่ได้อยู่ที่ภายใต้การขาดฮอร์โมน แต่มีผลสะท้อนมาจากความคาดหวัง และทัศนคติของสังคม และวัฒนธรรมนั้นๆ และในปัจจุบันนี้ จะมองว่าอาการทางจิตใจเป็นผลก ระทบ ระหว่าง ฮอร์โมน และปัจจัยทางจิตใจ และสังคม ในแต่ละบุคคล

จากการศึกษาของ Stolan NL. และคณะ⁽¹⁹⁾ พบว่า การเปลี่ยนแปลงในสตรีวัยหมด ประจำเดือนมี 3 ลักษณะ คือ การเปลี่ยนแปลงทางชีวภาพ ได้แก่การเปลี่ยนแปลงของระดับ ฮอร์โมนทำให้มีอาการของระบบประสาทอัตโนมัติ เช่นอาการร้อนวูบวาบ เหงื่อออกง่าย และ อาการทางร่างกายที่เห็นได้ชัดเจนคือ ผิวหนังเหี่ยวย่น ช่องคลอดแห้ง อาการทางกระดูก การ เปลี่ยนแปลงทางจิตใจได้แก่ การเกิดความวิตกกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ทำให้ อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย สมาธิไม่มั่นคง และเกิดอารมณ์ซึมเศร้าได้ และการเปลี่ยนแปลงทางด้าน สังคมซึ่งมีผลมาจากปัญหาที่เกิดในครอบครัว การรับรู้ถึงการสูญเสียความสวยงามของร่างกาย การ มีปัญหาเรื่องสามีนอกใจไปมีหญิงอื่น การสูญเสียบทบาทเพศหญิงและบทบาทของมารดา ซึ่งสอดคล้องกับรายงานของ Stewart DE. และคณะ⁽²⁰⁾ ที่ว่าอาการในวัยหมดประจำเดือน มีสาเหตุ 3 ประการ ประกอบด้วย การลดลงของการทำงานของรังไข่ ปัจจัยทางจิตใจซึ่งขึ้นกับธรรมเนียม ชาติของลักษณะบุคลิกภาพ และปัจจัยทางสังคมสิ่งแวดล้อม

การศึกษาของ Hunter MS. ⁽²¹⁾ พบว่าปัจจัยที่สามารถทำนาย การเกิดอารมณ์เศร้าในหญิงวัยหมด และหญิงวัยกลางคนได้แก่ ประวัติอาการซึมเศร้าในอดีต เหตุการณ์ความเครียดในชีวิต สถานะภาพทางเศรษฐกิจและสังคม สถานะภาพสมรส ประวัติการทำงาน แหล่งสนับสนุนทางสังคม สภาวะสุขภาพทั่วไป ความเชื่อเกี่ยวกับภาวะหมดประจำเดือนและ ความรุนแรงของอาการระบบไหลเวียนเลือด

การเกิดความคิดปกติทางอารมณ์ในวัยหมดประจำเดือนเกิดจากสาเหตุประกอบกัน สามอย่างคือ หนึ่งการลดลงของฮอร์โมนเพศ โดยเฉพาะเอสโตรเจนและโปรเจสเตอโรน สองอาการด้านอารมณ์ปรากฏร่วมกับอาการด้านร่างกาย สาม อาการด้านอารมณ์มีผลมาจากเหตุการณ์ความเครียดในชีวิต ⁽²²⁾

และจากการทำงานสาธารณสุขที่มีความก้าวหน้าขึ้น ทำให้สตรีที่เข้าสู่วัยหมดประจำเดือนมีอายุหลังวัยหมดประจำเดือนยาวนานมากขึ้น จะเห็นได้ว่าอายุขัยเฉลี่ยของสตรีไทย ในปี 2538-2543 ประมาณ 71.74 ปี เพิ่มขึ้นเป็น 74.11 ปี ในปี 2558-2563 ดังปรากฏในตารางที่ ⁽²³⁾

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 แสดงอายุขัยเฉลี่ยของประชากรไทย จำแนกตามเพศชายหญิง ปี พ.ศ.2538-2563

ในปี พ. ศ.	อายุขัยเฉลี่ย (ปี)	
	ชาย	หญิง
2538-2543	67.36	71.74
2543-2548	68.15	72.39
2548-2553	68.86	73.00
2553-2558	69.50	73.58
2558-2563	70.07	74.11

จะเห็นได้ว่าหญิงวัยหมดประจำเดือนจะมีชีวิตอยู่หลังหมดประจำเดือนนานถึง 20 ปี ซึ่งเป็นถึง 1 ใน 3 ของอายุเฉลี่ยโดยทั่วไป ผู้หญิงในวัยนี้ เป็นวัยที่พัฒนาขีดความสามารถและศักยภาพอย่างเต็มความสามารถ ในหน้าที่การงาน เป็นผู้บริหารระดับสูง และต้องรับหน้าที่เป็นแม่บ้าน รับบทบาททั้งภรรยาและมารดาที่ดีของสามีและบุตร เมื่อมีปัญหาร่างกายและจิตใจเกิดขึ้นในวัยนี้ คนที่เคยมีบุคลิกภาพที่ดี สุขุมเยือกเย็น มีความมั่นใจในตนเองสูงก็อาจกลายเป็นคนหงุดหงิด อารมณ์ฉุนเฉียว ระวังอารมณ์ไม่อยู่ ขาดความมั่นใจในตนเอง การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจจนเกิดอารมณ์เศร้าขมขื่นส่งผล กระทบต่อการดำรงชีวิตประจำวัน ด้านการทำงานและสัมพันธภาพกับบุคคลแวดล้อม และมีผลต่อหญิงวัยหมดประจำเดือนระยะยาวนานในช่วงชีวิตที่เหลืออยู่

แม้รัฐบาลไทยเห็นถึงความสำคัญของผู้หญิงในวัยนี้ ได้บรรจุแผนการดูแลผู้หญิงวัย 40-60 ปีไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 และต่อเนื่องในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 ทำให้เกิดการตื่นตัวในหมู่ผู้หญิงไทยในกลุ่มวัยดังกล่าว รวมทั้งได้เปิดสถาน

บริการด้านสุขภาพ ทั้งภาครัฐและเอกชน เพื่อให้คำปรึกษาแก่สตรีวัยหมดประจำเดือนโดยเฉพาะ
ขึ้น⁽²⁴⁾

ดังนั้นผู้วิจัยจึงให้ความสนใจต่อปัญหาดังกล่าว ตลอดจนปัจจัยที่มีพบร่วมกับการเกิด
อารมณ์เศร้า และความชุกของการเกิดอารมณ์เศร้าในหญิงวัยนี้ เพื่อป้องกันผลกระทบที่เกิดขึ้นนั้น
จะนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิตที่รุนแรงต่อไป และยังเป็นข้อมูลให้ผู้ปฏิบัติการดูแลผู้มารับบริการที่
คลินิกวัยหมดประจำเดือนได้นำไปผสมผสานในเรื่องของการรักษาพยาบาลเพื่อเป็นประโยชน์กับผู้
มารับบริการโดยตรง



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คำถามการวิจัย

1. มีปัจจัยทางจิตสังคมใดบ้าง ที่พบร่วมกับอารมณ์เศร้าของสตรีที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
2. มีความชุกของอารมณ์เศร้าของสตรีที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์มากน้อยเพียงใด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตสังคม ที่พบร่วมกับอารมณ์เศร้าของสตรีที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
2. เพื่อศึกษาความชุกของอารมณ์เศร้า ของสตรีที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

สมมติฐาน

1. มีปัจจัยด้านข้อมูลส่วนตัว ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพ สถานภาพสมรส สภาวะสุขภาพ การเจ็บป่วยด้วยโรคอารมณ์เศร้าของคนในครอบครัว ลักษณะการมีประจำเดือน ที่พบร่วมกับอารมณ์เศร้าของสตรีที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
2. มีปัจจัยด้านชีวภาพ เช่น ระดับฮอร์โมนเอสโตรเจน ความรุนแรงของกลุ่มอาการในวัยหมดประจำเดือน ที่พบร่วมกับอารมณ์เศร้าของสตรีที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
3. มีปัจจัยทางจิตสังคม เช่น ทศนคติต่อภาวะหมดประจำเดือน ลักษณะบุคลิกภาพ เหตุการณ์ความเครียดในชีวิต การสนับสนุนทางสังคม ที่พบร่วมกับอารมณ์เศร้าของสตรีที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อให้ได้ทราบว่า มี ปัจจัยใดบ้างที่พบบ่อยกับอาการเศร้าของสตรีที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
2. เพื่อทราบความชุกของอาการเศร้า ของสตรีที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
3. เพื่อเป็นแนวทาง ในการป้องกันการเกิดอาการเศร้าของสตรีที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยแบ่งตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยดังนี้

ตัวแปรอิสระ

ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรส รายได้ส่วนตัว สภาพสุขภาพ ประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคอารมณ์เศร้าในครอบครัว ลักษณะการมีประจำเดือน ระดับฮอร์โมนเอสโตรเจน ความรุนแรงของกลุ่มอาการวัยหมดประจำเดือน ลักษณะบุคลิกภาพ ทักษะการรับมือการหมดประจำเดือน การสนับสนุนทางสังคม เหตุการณ์ความเครียดในชีวิต

ตัวแปรตาม

อารมณ์เศร้า

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความชุก หมายถึง จำนวนผู้ป่วยเก่าและใหม่ ที่พบในประชากรที่ศึกษา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง

สตรีวัยหมดประจำเดือนตามนิยามของ องค์การอนามัยโลก คือสตรีที่ไม่มีประจำเดือน นานติดต่อกันนาน 12 เดือน โดยแบ่งเป็นระยะต่างๆดังนี้⁽²⁵⁾

ระยะก่อนหมดประจำเดือน (Premenopause) หมายถึง ผู้ที่มีประจำเดือนสม่ำเสมอ เป็นปกติ

ระยะใกล้หมดประจำเดือน (Perimenopause) หมายถึง ผู้ที่มีประจำเดือนไม่สม่ำเสมอ ขาดหายบ้างแต่ไม่ถึง 12 เดือน

ระยะหลังหมดประจำเดือน (Postmenopause) หมายถึง ผู้ที่มีประจำเดือนขาดหายไป นานเกิน 12 เดือน

สภาวะสุขภาพ หมายถึง การเจ็บป่วยเรื้อรังหรือการมีโรคประจำตัว

กลุ่มอาการของหญิงวัยหมดประจำเดือน หมายถึง กลุ่มอาการต่างๆที่เกิดขึ้นในหญิงวัยก่อนหมดประจำเดือน ระยะหมดประจำเดือน และระยะหลังหมดประจำเดือนจำแนก เป็นอาการทางระบบประสาทอัตโนมัติ อาการทางระบบทางเดินปัสสาวะ อาการทางระบบสืบพันธุ์ อาการทางจิตประสาท และอาการระบบอื่นๆ

อารมณ์เศร้า หมายถึง การวัดความรู้สึกและอารมณ์ในช่วงหนึ่งเดือน ที่ผ่านมาโดยใช้แบบวัด CES-D (Center for epidemiology study of depression) ถ้าผู้ทำแบบทดสอบมีคะแนนมากกว่า 16 คะแนนขึ้นไปถือว่ามีอารมณ์เศร้า

เหตุการณ์ความเครียดในชีวิต หมายถึง การวัดเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตในช่วงหนึ่งปีที่ผ่านมา โดยใช้แบบวัดเหตุการณ์ความเครียด ของสมจิตร์ นครพานิช ซึ่งสร้างโดยใช้แบบวัดเหตุการณ์ความเครียดในชีวิต (Social Readjustment Rating Scale) ของ โฮล์ม และ เรช (Holmes and Rahe) เป็นแนวทาง โดยแบ่งเป็น 5 ด้าน คือด้านสุขภาพ ครอบครัว เศรษฐกิจ การงาน และสังคม

การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การวัดการสนับสนุนทางสังคมโดยใช้ แบบวัด PRQ 85 Part 2 (The Personal Resource Questionnaire 1985) ซึ่งสร้างโดยแบรนต์และไวเนอร์ท (Brandt and Weinert) ประกอบด้วย 5 ด้านคือ ด้านความใกล้ชิดสนิทสนม ด้านได้รับการส่งเสริมให้มีการพัฒนา ด้านความรู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเอง ด้านการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและด้านมีผู้ให้ความช่วยเหลือและแนะนำ ประกอบด้วยคำถาม 25 ข้อ เป็นความทางบวก 20 ข้อ และ ทางลบ 5 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 7 ระดับ และแปลเป็นไทยโดย ชมนาด วรณพรศิริ

ทัศนคติต่อภาวะหมดประจำเดือน หมายถึง ความคิดเห็นของสตรีวัยหมดประจำเดือนที่มีต่อภาวะหมดประจำเดือน

ลักษณะบุคลิกภาพ หมายถึง การแบ่งบุคลิกภาพตามเกณฑ์ DSM. 4 (Diagnostic and Statistical manual of Mental Disorder Fourth Edition)⁽²⁶⁾ ได้ดังนี้

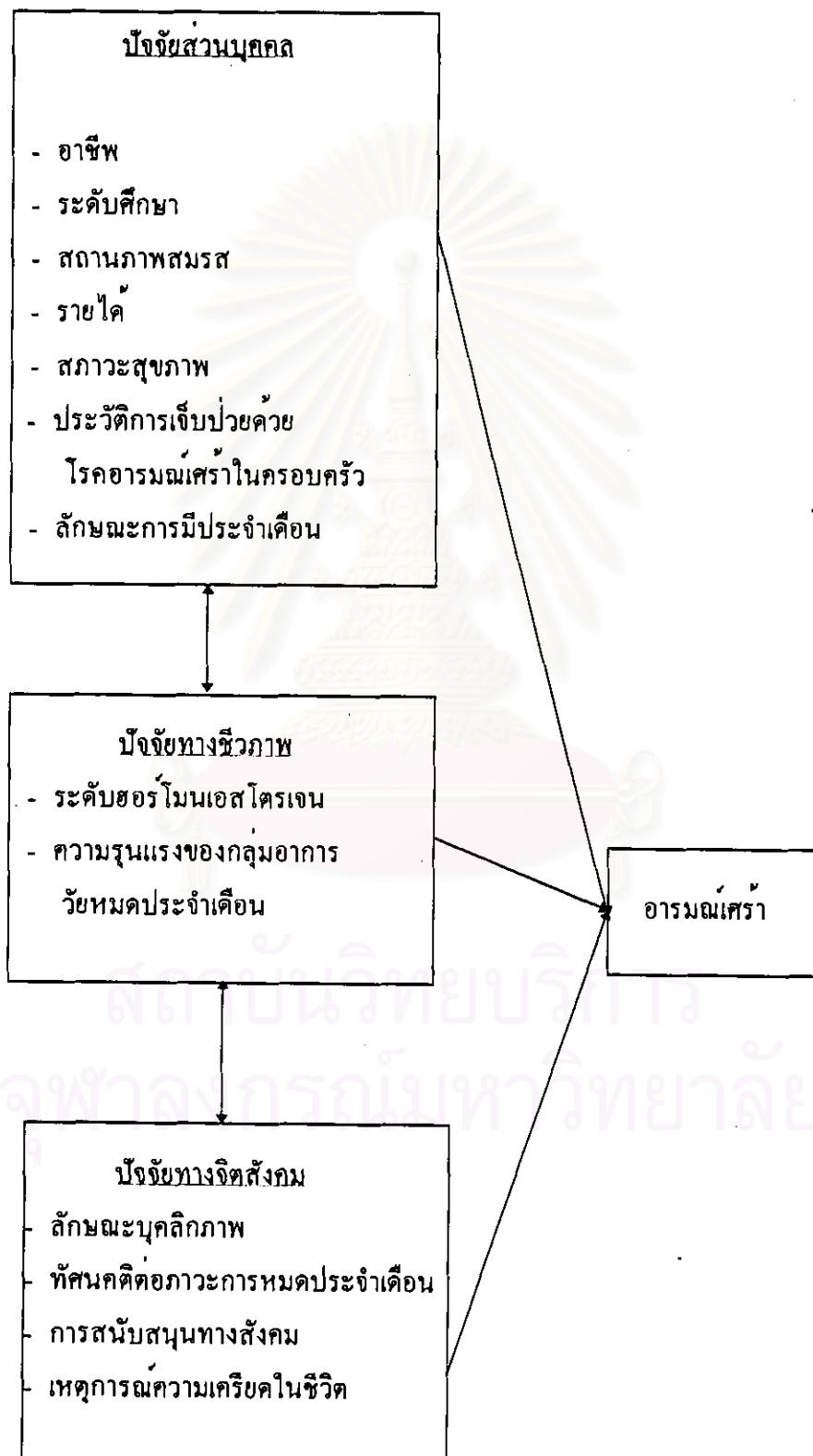
บุคลิกภาพปกติ (Stability) หมายถึงคนที่มีลักษณะนิสัยเข้ากับคนอื่นได้ง่าย ร่าเริง ปรับตัวรวดเร็ว

บุคลิกภาพแบบ Cluster A หมายถึง คนที่มีลักษณะนิสัยชอบเก็บตัว ไม่ชอบเข้าสังคม ชอบอยู่คนเดียว

บุคลิกภาพแบบ Cluster B หมายถึง คนที่มีลักษณะนิสัยอารมณ์ร้อน ฉุนเฉียวง่าย ชอบแสดงอารมณ์มากเกินความจริง

บุคลิกภาพแบบ Cluster C หมายถึงคนที่มีลักษณะนิสัยคิดมาก ขี้กังวล กลัวการเข้าสังคม ไม่กล้าแสดงออก ไม่มั่นใจในตนเอง

กรอบแนวคิดในการวิจัย

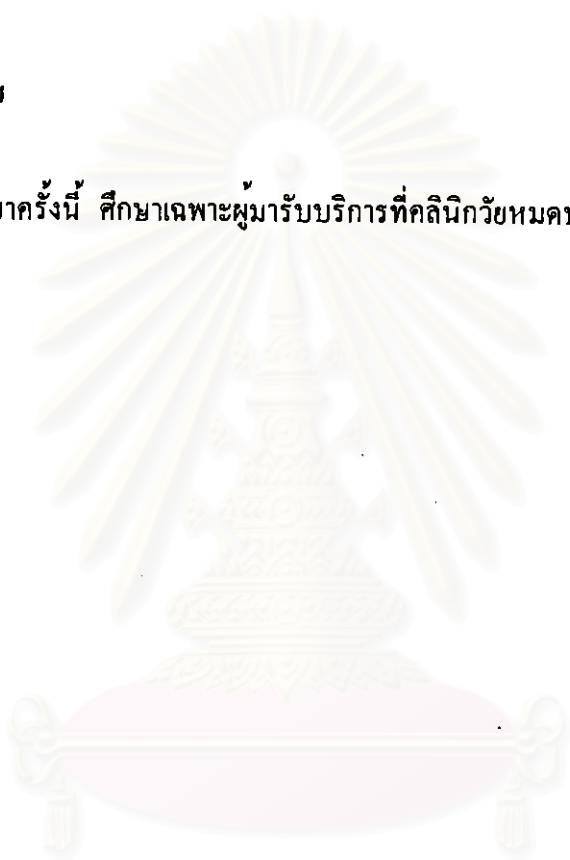


ข้อตกลงเบื้องต้น

ระดับฮอโมนเอสโตรเจน ที่นำมาศึกษาในการวิจัยนั้นศึกษาเฉพาะในรายที่ผู้มารับบริการพร้อมที่จะมารับการตรวจเท่านั้น

ข้อจำกัดในการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะผู้มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือนโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์เท่านั้น



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย