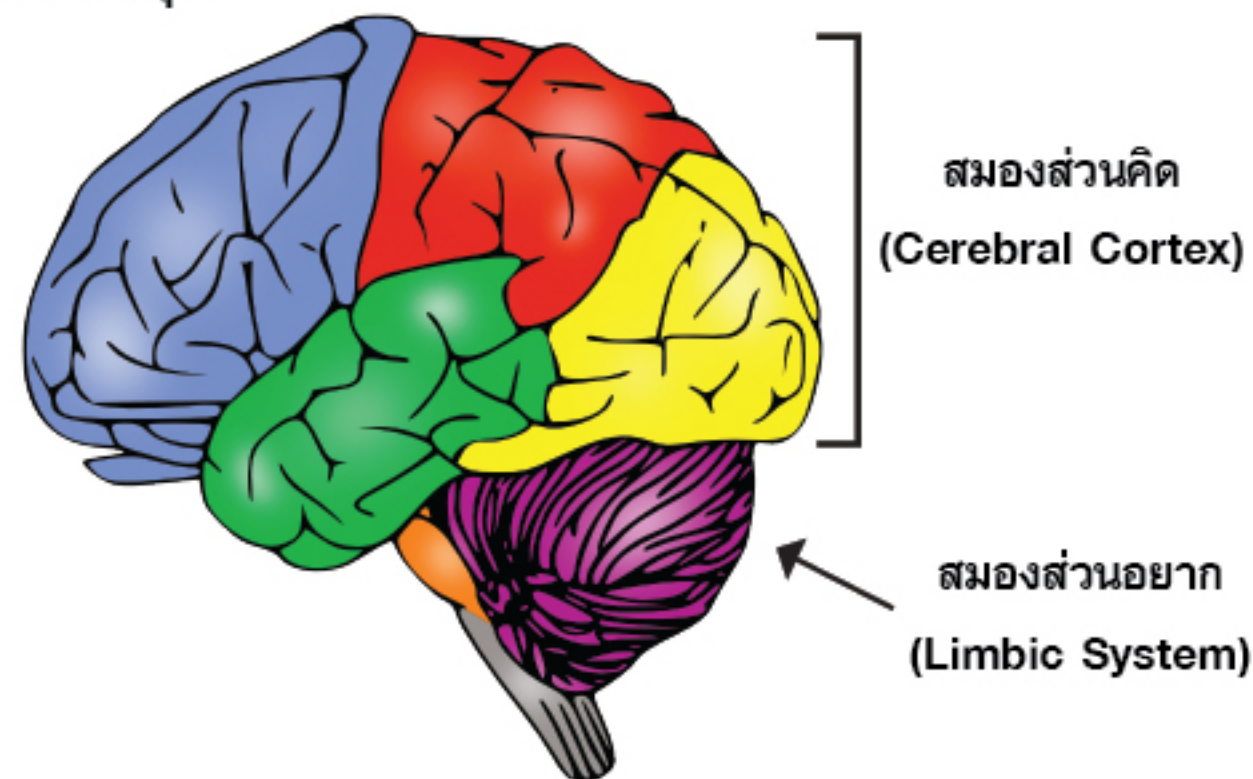


สมองมนุษย์



สมองติดยา...

ต้องใช้เวลาฟื้นฟู

สมองติดยาเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นทีละน้อยจากการใช้ยาและสารเสพติดอย่างต่อเนื่อง ซึ่งจะมีผลกับสมอง 2 ส่วน คือ

**สมองส่วนคิด (Cerebral Cortex)** ไม่สามารถทำงานได้อย่างปกติ

**สมองส่วนอยาก (Limbic System)** ยังคงมีความต้องการในการเสพอย่างรุนแรงและตลอดเวลา

ยาและสารเสพติดจะกระตุ้นให้เซลล์สมองหลั่งสารเคมีออกมาเพื่อให้เกิดอาการเคลิ้มเมาก็ทำลายเซลล์สมองไปเรื่อยๆ กัน ดังนั้น เมื่อเสพบ่อยขึ้น จะทำให้สมองทุกส่วนถูกทำลายมีความผิดปกติทางจิตและแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม



## สถานพยาบาล

- |                                                                      |                     |
|----------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 1. สถาบันบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดแห่งชาติบรมราชชนนี (สบยช.) | โทร 02-531-0080-8   |
| 2. โรงพยาบาลธัญญารักษ์เชียงใหม่                                      | โทร 053-298-082-4   |
| 3. โรงพยาบาลธัญญารักษ์แม่ฮ่องสอน                                     | โทร 053-613-051-5   |
| 4. โรงพยาบาลธัญญารักษ์ขอนแก่น                                        | โทร 043-424-500-2   |
| 5. โรงพยาบาลธัญญารักษ์อุดรธานี                                       | โทร 042-295-760     |
| 6. โรงพยาบาลธัญญารักษ์สงขลา                                          | โทร 074-302-450-499 |
| 7. โรงพยาบาลธัญญารักษ์ปัตตานี                                        | โทร 073-460-351-3   |
| 8. โรงพยาบาลในสังกัดกระทรวงสาธารณสุขทั่วประเทศ                       |                     |



[www.pmnidat.go.th](http://www.pmnidat.go.th)

**1165**

**สายด่วนบำบัดยาเสพติด**



กรมการแพทย์  
DEPARTMENT OF MEDICAL SERVICES

## การบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพ ตามรูปแบบ MATRIX PROGRAM สำหรับผู้ป่วยนอก



สถาบันบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดแห่งชาติบรมราชชนนี  
กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข  
60 ถนนพหลโยธิน ต.ประชาธิปไตย อ.ธัญบุรี จ.ปทุมธานี 12130  
โทร 0 2531-0080-8 โทรสาร 0 2531-0085  
[www.pmnidat.go.th](http://www.pmnidat.go.th)

# MATRIX PROGRAM

## สำหรับผู้ป่วยนอก

เป็นการบำบัดรักษาที่ประยุกต์มาจาก The Matrix Institute Outpatient Program โดย Matrix Institute มหาวิทยาลัย UCLA ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้ผ่านการวิจัยและพัฒนาให้เข้ากับบริบทของคนไทยตั้งแต่ปี พ.ศ.2543 เพื่อใช้ในการบำบัดผู้ติดยาและสารเสพติดโดยเฉพาะในกลุ่มผู้ติดสารกระตุ้นประสาท เช่น ยาบ้า ไอซ์ โคเคน ฯลฯ และไม่มีภาวะแทรกซ้อนทางจิตรุนแรง ใช้ระบบการนัดหมายมาเข้ากลุ่ม และกระบวนการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (Cognitive Behavior Therapy) ระยะเวลา 4 เดือน และมีการติดตามดูแลต่อเนื่องภายหลังการบำบัดรักษา ประมาณ 1 ปี

### วัตถุประสงค์เพื่อ....

- ส่งเสริมให้ผู้ป่วยได้เรียนรู้ถึงสาเหตุของการติดยาเสพติด
- ฝึกทักษะสำคัญต่างๆ ที่นำไปสู่ความสำเร็จในการเลิกยาเสพติดและการป้องกันการติดซ้ำ
- ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและแบบแผนการดำเนินชีวิตใหม่ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
- ให้ความรู้แก่ครอบครัวและญาติ ในเรื่องของยาและสารเสพติดทุกชนิดเพื่อให้การสนับสนุนช่วยเหลือให้ผู้ป่วยสามารถเลิกยาเสพติดได้อย่างถาวร

### กิจกรรมในการบำบัดรักษา

1

การให้คำปรึกษารายบุคคลและ/หรือครอบครัว  
(Individual/Conjoint Sessions)

การให้บริการปรึกษารายบุคคลแก่ผู้ป่วย ซึ่งในบางครั้งจะมีครอบครัวเข้าร่วมพูดคุยเพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกันในกระบวนการบำบัด โดยมีการเข้าร่วมกิจกรรมในช่วง 2 เดือนแรก สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวม 8 ครั้งและมีการประเมินก่อนจบโปรแกรม 1 ครั้ง รวมทั้งมีการช่วยเหลือกรณีผู้ป่วยกลับไปเสพยา



การให้บริการปรึกษารายบุคคล



การให้บริการปรึกษารายบุคคลร่วมกับครอบครัว

2

กลุ่มฝึกทักษะและการเลิกยาเสพติดระยะเริ่มต้น  
(Early Recovery Skill Group)

เป็นกลุ่มที่ให้ผู้ป่วยได้เรียนรู้วิธีการที่จะช่วยให้หยุดยาเสพติดในระยะเริ่มต้น ครอบคลุมถึงปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ยาตัวกระตุ้น และการจัดการกับความคิด อารมณ์ พฤติกรรม การเสพยา เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 8 ครั้ง ใน 1 เดือน



กลุ่มฝึกทักษะการเลิกยาเสพติด

3

กลุ่มป้องกันการกลับไปติดยาเสพติดซ้ำ  
(Relapse Prevention Group)

เป็นขั้นตอนที่สำคัญของการบำบัดโดยสร้างความรู้ความเข้าใจ ในทักษะการใช้ชีวิตเพื่อไม่ให้กลับมาติดยาซ้ำ เช่น การจัดการกับอารมณ์ของตนเองและการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ฯลฯ มีกิจกรรมกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 32 ครั้ง ใน 4 เดือน

4

กลุ่มการให้ความรู้ครอบครัว  
(Family Education)

เป็นการสร้างความรู้ ความเข้าใจแก่ผู้ป่วยและครอบครัว เพื่อเรียนรู้กระบวนการติดยาและกระบวนการเลิกยา โดยการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวม 10 ครั้ง

5

กลุ่มสนับสนุนทางสังคม  
(Social Support Group)

เป็นกลุ่มที่ช่วยให้ผู้ป่วยเรียนรู้การใช้ชีวิตในสังคม โดยไม่ใช้ยาและสารเสพติดสำหรับผู้ที่กำลังจะจบโปรแกรมได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์จากผู้ที่จบโปรแกรมไปแล้ว

### การติดตาม

เป็นการดูแลอย่างต่อเนื่องเพื่อช่วยเหลือระดับประคองสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้ผ่านการบำบัดยังคงสภาพการหยุดใช้ยาและป้องกันไม่ให้เกิดกลับไปเสพยาสามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีคุณภาพโดยมีระบบนัดหมายและระบบช่วยเหลือให้คำปรึกษาตามความเหมาะสมเป็นระยะเวลา 1 ปี



กลุ่มสนับสนุนทางสังคม



กลุ่มฝึกทักษะป้องกันการกลับไปติดยาซ้ำ