



บทความออนไลน์

เครียด กังวล ทุกข์ใจ จะหันหน้าไปปรึกษาใคร ระหว่าง 'จิตแพทย์' หรือ 'นักจิตวิทยา'

เมื่อชีวิตมืดแปดด้าน หาทางออกไม่ได้ ไร้คนรอบกายให้พึ่งพา ทางเลือกที่ดีที่สุดจึงเป็นการเข้ารับการรักษาจากผู้เชี่ยวชาญ

ค่านิยมการพบจิตแพทย์ในสังคมไทย ได้เริ่มเปลี่ยนแปลงไปที่ละเล็กละน้อย จากการมองว่าคนที่ไปหาจิตแพทย์หรือนักจิตวิทยาต้องเป็นคนบ้าแน่ๆ กลายเป็นเรื่องปกติที่เวลาใครเครียดหรือทุกข์ใจ ก็มักจะไปพบพวกเขา เพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างตรงจุด

แต่การจะเริ่มเข้ารับการรักษา หลายคนก็ยังมีข้อสงสัยอยู่ว่าควรไปหาใครดี เพราะในสายอาชีพนี้มีทั้ง 'จิตแพทย์' (psychiatrist) และ 'นักจิตวิทยา' (psychologist) แล้วอาการอย่างเรา ไปเข้าเคำกับการพบผู้เชี่ยวชาญในด้านไหนกันแน่

The MATTER จึงอยากชวนทุกคนมาเข้าใจทั้งสองอาชีพถึงขอบเขตการทำงานที่แตกต่างกัน เพื่อเป็นแนวทางคร่าวๆ ว่าเราควรจะไปพบใครดี



เครียด กังวล ทุกข์ใจ ควรหันหน้าไปพึ่งใคร

ระหว่าง

จิตแพทย์

หรือ

นักจิตวิทยา

<p>1 มีหน้าที่วินิจฉัยและรักษาโรคทางจิตเวช หรือโรคที่เกิดจากความผิดปกติของสารสื่อประสาทในสมอง</p>	<p>มีหน้าที่ประเมินปัญหาด้านจิตใจ และพฤติกรรม</p>
<p>2 สามารถให้คำปรึกษาและทำจิตบำบัด</p>	<p>สามารถให้คำปรึกษาและทำจิตบำบัด</p>
<p>3 สามารถสั่งจ่ายยา</p>	<p>ไม่สามารถสั่งจ่ายยา</p>
<p>4 มักใช้ยาเป็นแนวทางในการรักษาโรค เพื่อปรับระดับสารเคมีในสมองของผู้ป่วย</p>	<p>มักใช้การพูดคุย แบบทดสอบ หรือ ทำจิตบำบัดเพื่อปรับพฤติกรรม อารมณ์ และความนึกคิดของผู้ป่วย</p>
<p>5 เหมาะกับผู้ป่วยที่มีอาการผิดปกติทางร่างกายหรือสมอง อาจรุนแรงจนควบคุมตัวเองได้ยาก และนำไปสู่อาการนอนไม่หลับ คิดสั้น หรือ ใช้สารเสพติด จึงต้องอาศัยยาเข้ามาช่วยควบคุม</p>	<p>เหมาะกับผู้ป่วยที่มีอาการผิดปกติทางด้านจิตใจ หรือมีพฤติกรรมที่ทำให้การใช้ชีวิตประจำวันยากลำบาก จึงต้องการการพูดคุยและขอคำปรึกษาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้น</p>

**หมายเหตุ : แต่ไม่ว่าจะเข้าพบใคร พวกเขาก็เข้าใจหลักการดำเนินงานของสมอง อารมณ์ และความคิดของมนุษย์กับสิ่งๆ จึงสามารถให้คำแนะนำคำปรึกษา หรือพูดคุยเพื่อบำบัด (talk therapy) ได้

หรือหากยังสับสนอยู่ เบื้องต้น ผู้ป่วยจะได้รับการวินิจฉัยโดยเจ้าหน้าที่ที่จุดคัดกรอง ผ่านการซักถามประวัติและอาการ เพื่อดูว่าต้นเหตุของความผิดปกติเกิดขึ้นจากร่างกายหรือจิตใจ และควรเข้าพบใครมากกว่ากัน ระหว่างจิตแพทย์และนักจิตวิทยา



อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยบางรายอาจได้เข้ารับรักษาทั้งจิตแพทย์และนักจิตวิทยา โดยจิตแพทย์จะช่วยวินิจฉัยโรคและ
จ่ายยาเพื่อช่วยปรับสารในสมอง จากนั้นก็จะส่งต่อนักจิตวิทยาทำการบำบัดหรือพูดคุย เพื่อปรับเปลี่ยน
พฤติกรรมควบคู่ไปด้วย

อ้างอิงข้อมูลจาก

know-are.com

pobpad.com

สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย

ที่มา <https://thematter.co/social/differences-between-psychologist-and-psychiatrist/115854>

