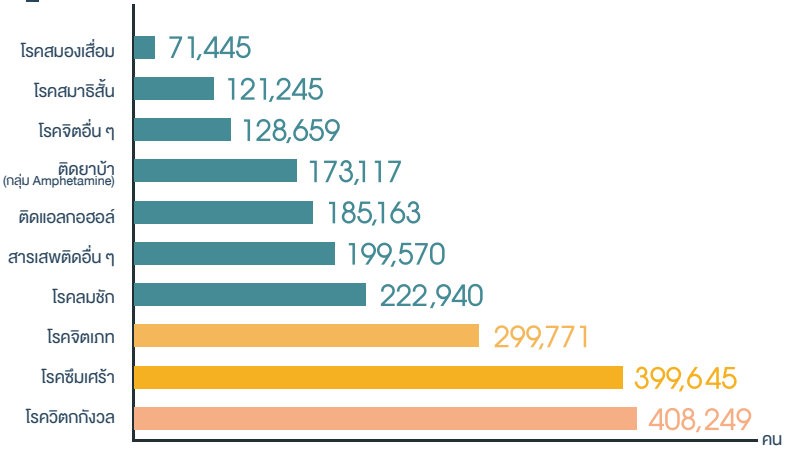
2 ปัญหาสุขภาพจิตของคนไทย

ปี 2566 คนไทยป่วยโรคซึมเศร้าและเข้ารับบริการถึง 4 แสนคน เพิ่มขึ้นกว่า 1.7 เท่า ในไม่ถึงทศวรรษ

จำนวนผู้เข้ารับบริการด้านจิตเวชในประเทศไทยเพิ่มขึ้นต่อเนื่อง สะท้อนปัญหาสุขภาพจิตในหลายมิติ เช่น ความเครียดสูง ความเสี่ยงซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนอายุ 18-24 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงสูง จำเป็นที่ทุกฝ่ายต้องร่วมมือกันเฝ้าระวัง สร้างเสริม (สุขภาพจิต) ป้องกัน (ปัญหาสุขภาพจิต) และดูแล (ผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต) อย่างเหมาะสม

10 กลุ่มโรคจิตเวชที่มีผู้ป่วยรับบริการมากที่สุด ปี 2566

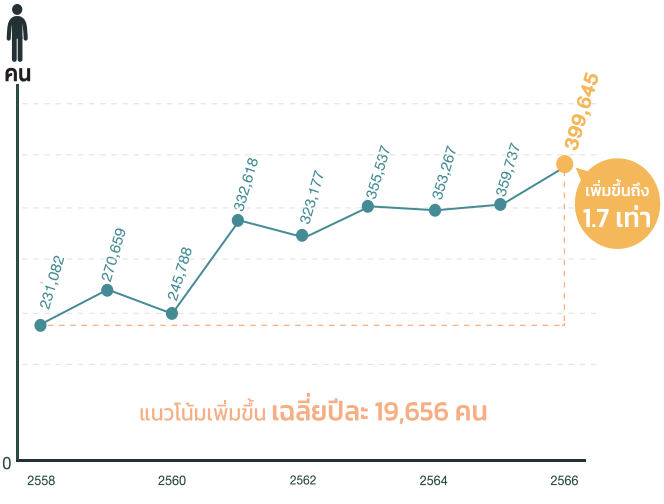


หมายเหตุ: จำนวนผู้ป่วยจิตเวชรับบริการทั้งหมด มีจำนวน 2.9 ล้านคนในปีงบประมาณ 2566
ที่มา: สถิติในการให้บริการโรคจิตเวชที่สำคัญ พ.ศ. 2566, กรมสุขภาพจิต

คนไทยกำลังเผชิญกับปัญหาสุขภาพจิตที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ข้อมูลจากกรมสุขภาพจิตระหว่างปี 2558-2566 พบผู้ป่วยเข้ารับบริการสุขภาพจิตที่เพิ่มขึ้น โดยปี 2566 มีผู้เข้ารับบริการถึง 2.9 ล้านคน โรคที่มีผู้รับบริการมากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ โรควิตกกังวล โรคซึมเศร้า และโรคจิตเภท

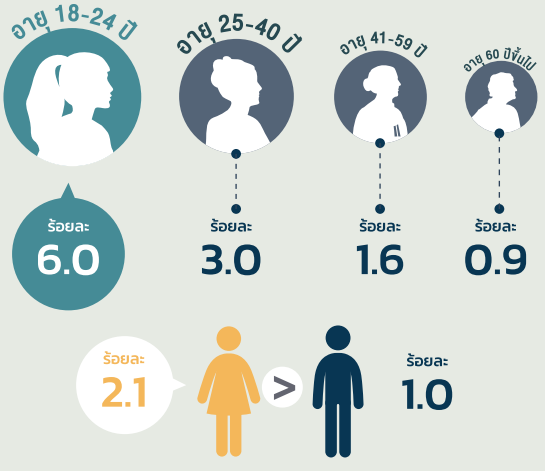
แม้จำนวนผู้ป่วยโรควิตกกังวลลดลงแต่ “โรคซึมเศร้า” กลับเพิ่มขึ้นต่อเนื่องถึง 1.7 เท่า จาก 231,082 คน ในปี 2558 เป็น 399,645 คนในปี 2566 **กลุ่มเสี่ยงสูงสุด คือ เยาวชนอายุ 18-24 ปี**
โดยมีความชุกชั่วชีวิตของโรคซึมเศร้า ถึงร้อยละ 6 และผู้หญิงป่วยมากกว่าผู้ชาย 2 เท่า

ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าที่เข้ารับบริการ ปี 2558-2566



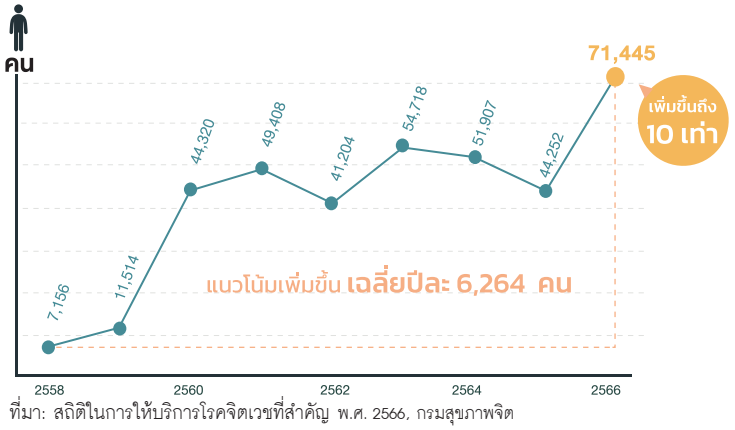
ที่มา: สถิติในการให้บริการโรคจิตเวชที่สำคัญ พ.ศ. 2566, กรมสุขภาพจิต

ความชุกโรคซึมเศร้าของคนไทย (9.6 แสนคน เคยเป็นโรคซึมเศร้าครั้งใดครั้งหนึ่งในชีวิต)



หมายเหตุ: ในที่นี้เป็น ความชุกชั่วชีวิต หมายถึง การเป็นโรคครั้งใดครั้งหนึ่งในชีวิต
ที่มา: ความชุกของความผิดปกติทางอารมณ์: การสำรวจระบาดวิทยาสุขภาพจิตของคนไทยระดับชาติ ปี พ.ศ. 2566, คลังความรู้สุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต

ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมที่เข้ารับบริการ ปี 2558-2566

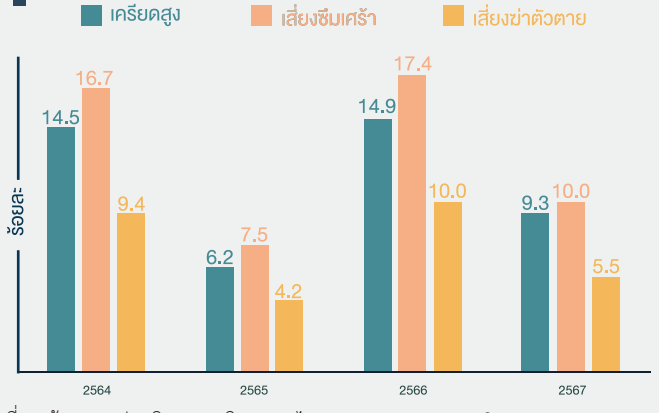


ที่มา: สถิติในการให้บริการโรคจิตเวชที่สำคัญ พ.ศ. 2566, กรมสุขภาพจิต

"โรคสมองเสื่อม" มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นชัดเจน โดยจำนวนผู้ป่วยเพิ่มขึ้นเกือบ 10 เท่า จาก 7,156 รายในปี 2558 เป็น 71,445 รายในปี 2566 ปัจจัยสำคัญ คือ การเข้าสู่สังคมสูงอายุโดยสมบูรณ์ของประเทศไทย โดยมีผู้สูงอายุมากกว่าร้อยละ 20 ของประชากร และเป็นกลุ่มเสี่ยงที่สำคัญของโรคนี้

กรมสุขภาพจิตได้พัฒนาเครื่องมือออนไลน์ "Mental Health Check In" สำหรับประเมินและคัดกรองความเสี่ยงปัญหาสุขภาพจิต ข้อมูลระหว่างปี 2564-2567 ชี้คนไทยมีความเสี่ยงเครียดสูง ซึมเศร้า และฆ่าตัวตายเปลี่ยนแปลงไปตามบริบทและสถานการณ์ของปีนั้นๆ โดยปี 2567 พบว่าร้อยละ 9.3 มีความเสี่ยงเครียดสูง ร้อยละ 10.0 เสี่ยงซึมเศร้า และร้อยละ 5.5 เสี่ยงฆ่าตัวตาย แม้ลดลงจากปี 2566 แต่ยังต้องดูแลสุขภาพจิตของประชาชนอย่างต่อเนื่อง

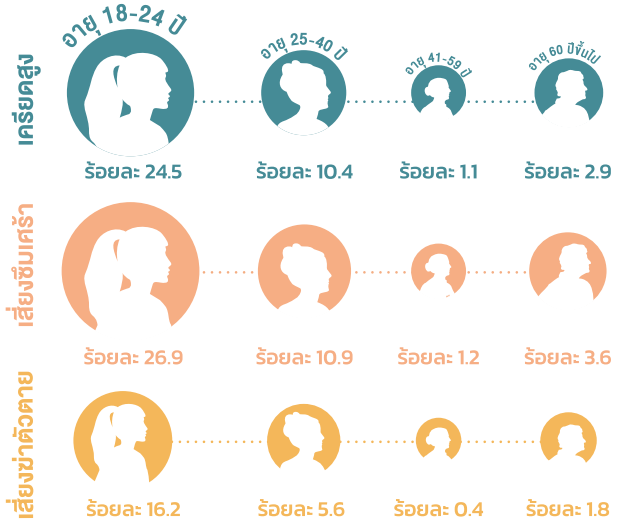
ความเสี่ยงทางสุขภาพจิตของคนไทย ปี 2564-2567



ที่มา: ข้อมูลการประเมินสุขภาพจิตของคนไทย พ.ศ. 2567, กรมสุขภาพจิต

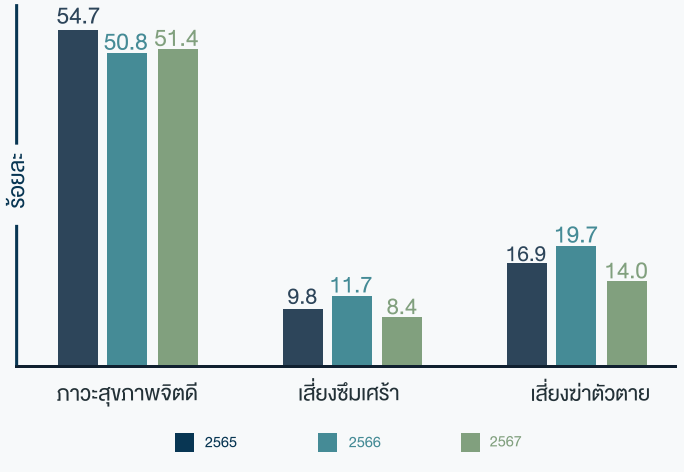
ในปี 2567 กลุ่มเยาวชนอายุ 18-24 ปี ยังคงมีความเสี่ยงสูง โดยร้อยละ 24.5 เสี่ยงเครียดสูง ร้อยละ 26.9 เสี่ยงซึมเศร้า และร้อยละ 16.2 เสี่ยงฆ่าตัวตาย ขณะที่เด็กและวัยรุ่นอายุต่ำกว่า 18 ปี มีภาวะสุขภาพจิตที่ดีเพียงร้อยละ 51.4 และร้อยละ 8.4 เสี่ยงซึมเศร้า ร้อยละ 14.0 เสี่ยงฆ่าตัวตาย

ความเสี่ยงทางสุขภาพจิต ตามช่วงวัย ปี 2567



ที่มา: ข้อมูลการประเมินสุขภาพจิตคนไทย พ.ศ. 2567, กรมสุขภาพจิต

สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นอายุไม่เกิน 18 ปี ปี 2565-2567



ที่มา: ข้อมูลการประเมินสุขภาพจิตของคนไทย พ.ศ. 2567, กรมสุขภาพจิต

> ข้อมูลนี้สะท้อนถึงความจำเป็นในการ**เสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงรุก**ในทุกวัย โดย**เฉพาะกลุ่มเปราะบาง** เช่น เด็ก เยาวชน และผู้สูงอายุ ที่ต้องได้รับการดูแลสุขภาพจิตอย่างเหมาะสมและทั่วถึง