

พัฒนาการของจิตเวชศาสตร์การนอนหลับในประเทศไทย

พิเชฐ อุดมรัตน์*

อาจารย์พิเศษ สาขาวิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

บทคัดย่อ

หากจุดกำเนิดของเวชศาสตร์การนอนหลับในประเทศไทย อยู่ที่มีห้องปฏิบัติการการนอนหลับขึ้นเป็นครั้งแรก ที่มหาวิทยาลัยมหิดล ในปี พ.ศ. 2527 แล้ว ดังนั้นจุดกำเนิดของอนุสาขจิตเวชศาสตร์การนอนหลับในประเทศไทย ก็น่าจะนับจากปีที่ได้เริ่มมีห้องปฏิบัติการการนอนหลับขึ้นในภาควิชาจิตเวชศาสตร์เป็นครั้งแรก ในเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2536 ที่มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ต่อมาในเดือนตุลาคมปีเดียวกัน ได้มีการอบรมระยะสั้นเรื่อง “การนอนหลับและความผิดปกติของการนอนหลับ” ขึ้นที่คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จนกระทั่งในปี พ.ศ. 2552 ได้มีการก่อตั้งสมาคมโรคจากการนอนหลับแห่งประเทศไทยขึ้น และต่อมาในปี พ.ศ. 2559 สมาคมฯ นี้ได้ร่วมมือกับ 4 ราชวิทยาลัยที่เกี่ยวข้องซึ่งรวมทั้งราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย ได้ยื่นเอกสารต่อแพทยสภาเพื่อขอเปิดการฝึกอบรมต่อยอดในอนุสาขาต่างๆ ที่เกี่ยวกับการนอนหลับ ซึ่งรวมทั้งจิตเวชศาสตร์การนอนหลับด้วย ในปี พ.ศ. 2563 ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ผ่านการตรวจประเมินให้เป็นสถาบันฝึกอบรมในอนุสาขานี้ และในปี พ.ศ. 2564 ได้มีแพทย์ประจำบ้านต่อยอดคนแรกในอนุสาขานี้ที่โรงพยาบาลรามาธิบดี เมื่อนับจนถึงเดือนธันวาคม พ.ศ. 2564 พบว่ามีจิตแพทย์ในประเทศไทยที่ได้ อนุสาขจิตเวชศาสตร์การนอนหลับเพียงแค่ 8 คน จากจำนวนจิตแพทย์ทั้งหมด 1,343 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 0.6 เท่านั้น ผู้เขียนจึงได้เสนอความเห็นต่างๆ เพื่อให้จิตเวชศาสตร์การนอนหลับของประเทศไทยได้มีความรุ่งเรืองมากขึ้นในอนาคต

คำสำคัญ จิตเวชศาสตร์การนอนหลับ ห้องปฏิบัติการการนอนหลับ ประเทศไทย

Corresponding author: พิเชฐ อุดมรัตน์

อาจารย์พิเศษ สาขาวิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

Email address: pudomratn74@gmail.com

วันรับ : 7 พฤษภาคม 2565 วันแก้ไข : 23 กรกฎาคม 2565 วันตอบรับ : 2 สิงหาคม 2565



The Development of Psychiatric Sleep Medicine in Thailand

Pichet Udomratn*

Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Prince of Songkla University

ABSTRACT

If the origin of sleep medicine in Thailand is based on the establishment of sleep laboratory at Mahidol University (MU) in 1984, then the origin of psychiatric sleep medicine or sleep psychiatry in Thailand should be based on the setting up of sleep laboratory within Department of Psychiatry at Prince of Songkla University (PSU) in 1993. Later, the first regional academic meeting on "Sleep and its Disorders" was held in October in the same year at Faculty of Medicine, PSU. In 2009, Sleep Society of Thailand (SST) was found. Together SST and 4 sleep training related Royal Colleges, including the Royal College of Psychiatrists of Thailand, had submitted the required documents to the Thai Medical Council (TMC) for further training of doctors to become sleep specialists. In 2016, TMC approved all 4 training programs, including the training on psychiatric sleep medicine as a sub-specialty. Department of Psychiatry, Ramathibodi Hospital, Mahidol University was the first institute to submit for accreditation on training in 2020 and in 2021 the first psychiatric resident was recruited at Ramathibodi Hospital. Up to December 2021, there were only 8 psychiatrists who received diploma certifying proficiency in medical practice for the sub-specialty of psychiatric sleep medicine compared with the total of 1343 psychiatrists or 0.6% of all psychiatrists in the country. Lastly, the author gives his personal suggestions to improve the situation of psychiatric sleep medicine for the brighter future in Thailand.

Keywords: psychiatric sleep medicine, sleep laboratory, Thailand

Corresponding author: Pichet Udomratn

Email address: pudomratn74@gmail.com

Received 7 May 2022 Revised 23 July 2022 Accepted 2 August 2022

บทนำ

หากนับจุดกำเนิดของเวชศาสตร์การนอนหลับ (sleep medicine) ในประเทศไทยว่าเริ่มจากการตรวจ polysomnography (PSG) ขึ้นที่มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา ในปี พ.ศ. 2527 โดย รศ.ดร.นัยพินิจ คชภักดี ซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านประสาทวิทยาศาสตร์ที่มีชื่อเสียง¹ ดังนั้นแล้ว จุดกำเนิดของอนุสาขาสังเคราะห์ศาสตร์การนอนหลับ (psychiatric sleep medicine หรือ sleep psychiatry) ในประเทศไทย ก็น่าจะเริ่มนับจากปีที่ได้มีการจัดตั้งห้องปฏิบัติการการนอนหลับ (sleep laboratory) เพื่อดำเนินการตรวจ PSG ในผู้ป่วยเป็นครั้งแรกขึ้นที่ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ ในเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2536 ณ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์²

บทความพิเศษนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอพัฒนาการของจิตเวชศาสตร์การนอนหลับในประเทศไทยนับจากปี พ.ศ. 2536 มาจนถึงปัจจุบัน คือ กลางปี พ.ศ. 2565

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เป็นภาควิชาแรกที่เคยมีศูนย์ตรวจการนอนหลับอยู่ในภาควิชา

เดิมทีศูนย์นี้แรกเริ่มอยู่ในภาควิชาจิตเวชศาสตร์ เนื่องจากแนวคิดนี้เกิดจากความคิดของ อาจารย์บุญนำ วงศ์เชาวน์วัฒน์ ที่เป็นอาจารย์จิตแพทย์ของภาควิชาจิตเวชศาสตร์ อยู่ในขณะนั้น อาจารย์บุญนำ วงศ์เชาวน์วัฒน์ จบอเมริกันบอร์ดจากสหรัฐอเมริกา จึงนำเอาแนวคิดและประสบการณ์ที่ได้เห็นในประเทศสหรัฐอเมริกา มาผลักดันให้เกิดขึ้นที่คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (ม.อ.) ตามแผนเดิมในปี พ.ศ. 2528 นั้น อาจารย์บุญนำ วงศ์เชาวน์วัฒน์ เสนอให้มีหน่วยวิจัยชีวจิตเวชศาสตร์ (Biological Psychiatry Research Unit) และมีเครื่องตรวจ polysomnography (PSG) อยู่ในห้องปฏิบัติการการนอนหลับ เพื่อช่วยในการตรวจ เมื่อนำเสนอเรื่องนี้ในที่ประชุมกรรมการประจำคณะ อาจารย์บุญนำ วงศ์เชาวน์วัฒน์ เล่าให้อาจารย์ในภาควิชาฯ ได้ฟังว่า ถูกกรรมการซักถามถึงความคุ้มค่า และมีการถามบางท่านถามว่า “ทำไมโรงเรียนแพทย์ที่กรุงเทพฯ ไม่มี แล้วที่คณะแพทย์ ม.อ. ต้องมีด้วย?” (ซึ่งเป็นความคิดเห็นของกรรมการท่านหนึ่งเท่านั้น)

ผมจึงถูกภาควิชาส่งไปฝึกอบรมและดูงาน ณ ประเทศสหราชอาณาจักรและสหรัฐอเมริกา เมื่อ พ.ศ. 2531 - 2532 เพื่อหาคำตอบในเรื่องนี้ Supervisor ของผมที่เอดินบอร์ระ คือ

Dr. Colin Shapiro จึงให้ผม review เรื่อง Utility of Sleep Laboratory หรือประโยชน์ของห้องปฏิบัติการการนอนหลับ หลังจาก review เสร็จ ผมพบว่า sleep laboratory ไม่ได้มีประโยชน์เฉพาะโรคทางจิตเวช แต่ยังมีประโยชน์ในผู้ป่วย obstructive sleep apnea (OSA) และผู้ป่วยโรคทางกายอื่นๆ อีกหลายโรคที่มีอาการเกิดขึ้นขณะหลับ

ผมจึงได้นำเสนอเรื่อง “ห้องปฏิบัติการการนอนหลับกับอนาคตของจิตเวชศาสตร์ในประเทศไทย” ในที่ประชุมวิชาการประจำปีของสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทยในปี พ.ศ. 2532 และตีพิมพ์บทความดังกล่าวลงในวารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย ซึ่งวารสารเล่มนั้นจัดทำเป็นพิเศษ เนื่องในโอกาสครบ 100 ปีของจิตเวชศาสตร์ไทย³ นอกจากนี้ผมได้ส่ง review article ที่เขียนเป็นภาษาอังกฤษเรื่อง Utility of Sleep Laboratory ให้กับท่านคณบดีในขณะนั้น คือ ศาสตราจารย์นายแพทย์วิจารณ์ พานิช ซึ่งได้ส่งต่อไปยัง ศาสตราจารย์นายแพทย์ธาดา ยิบอินซอย เพื่อช่วยพิจารณาและให้ความเห็นในเรื่องดังกล่าว ในที่สุดทางคณะก็อนุมัติให้ภาควิชาได้ดำเนินการจัดตั้ง sleep laboratory ขึ้นได้ โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์สุรชัย เกื้อศิริกุล เป็นแพทย์ประจำคนแรกของศูนย์บริการตรวจรักษาและวิจัยปัญหาการนอนหลับ เพื่อให้การจัดตั้งศูนย์ฯ ได้มาตรฐาน และส่งเสริมความรู้ทางด้านเรื่องความผิดปกติของการหลับ-ตื่น (sleep-wake disorders) ในปี พ.ศ. 2536 ทางภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ม.อ. จึงได้ร่วมมือกับวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย (ชื่อในขณะนั้น) จัดการอบรมระยะสั้นส่วนภูมิภาค เรื่อง “การนอนหลับและความผิดปกติของการนอนหลับ (Sleep and its disorders)” ขึ้น ในวันที่ 19 - 22 ตุลาคม พ.ศ. 2536 โดยได้รับเกียรติจาก ฯพณฯ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข (ในขณะนั้น) คือ นายแพทย์อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม มาเป็นประธานในการเปิดการอบรมและปาฐกถาในเรื่อง “การนอนและปัญหาสาธารณสุข” และได้เรียนเชิญ Prof. Rosalind Cartwright จาก Sleep Disorders Service and Research Center, Rush- Presbyterian- St. Luke's Medical Center นครชิคาโก รัฐอิลลินอยส์ ประเทศสหรัฐอเมริกา มาเป็นวิทยากรด้วย โดยมีผู้เข้าร่วมประชุมเกือบ 200 คน และทางภาควิชาได้ขอให้วิทยากรคนไทยแต่ละคนช่วยเขียนเป็นบทความแล้วทางภาควิชา ดำเนินการรวบรวมจัดทำเป็นหนังสือขึ้น ซึ่งน่าจะเป็นหนังสือภาษาไทยเล่มแรกที่เกี่ยวข้องกับเรื่องการนอนหลับและความผิดปกติของการนอนหลับ⁴ รายละเอียดของบทความต่างๆ ในหนังสือเล่มนี้ได้แสดงไว้ใน ตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงชื่อบทและผู้นิพนธ์ในหนังสือเรื่อง การนอนหลับและความผิดปกติของการนอนหลับ

ชื่อบท	ผู้นิพนธ์	สถานที่ทำงาน
การนอนหลับ	สุรัชย์ เกื้อศิริกุล	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
สรีรวิทยาของการนอนหลับ	วรัญ ตันชัยสวัสดิ์	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ความง่วงนอนที่ผิดปกติ	สรยุทธ วาสิกนันนท์	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ลูกกับการนอน	พยอม อิงคตานุวัฒน์	คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
The International Classification of Sleep Disorders	วรัญ ตันชัยสวัสดิ์	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ปัญหาการนอนหลับ-ตื่น ที่พบบ่อย 20 ประการ	สรยุทธ วาสิกนันนท์ สุรัชย์ เกื้อศิริกุล	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
การตรวจสภาพการนอนหลับและความผิดปกติทางห้องปฏิบัติการ	สุรัชย์ เกื้อศิริกุล	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ผลกระทบของการทำงานเป็นผลัด	นกุล ตะบันพวงศ์	คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ความผิดปกติของการนอนจากการทำงานเป็นผลัด	พิเชฐ อุดมรัตน์	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ไหลตาย I	ปิยทัศน์ ทศนาวิวัฒน์	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ไหลตาย II	อรพรรณ เมธาธิกุล	สถาบันประสาทวิทยา
ไหลตาย III: ความสัมพันธ์กับการนอนหลับ	สุรัชย์ เกื้อศิริกุล	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ศูนย์บริการตรวจรักษาและวิจัยปัญหาการนอน	สุรัชย์ เกื้อศิริกุล	คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ในการอบรมครั้งนี้ รองศาสตราจารย์ ดร.นัยพินิจ ชุมภักดิ์ ได้มาร่วมการอบรมด้วย และได้เสนอให้ผู้เข้าร่วมการอบรมที่สนใจในเรื่องการนอนหลับรวมตัวกันเป็นสมาชิกผู้ก่อตั้ง Thai Sleep Research Society (TSRS)

ต่อมาในปี พ.ศ. 2537 ทางภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ม.อ. ได้จัดอบรมระยะสั้นเชิงปฏิบัติการเรื่อง “Polysomnographic Technology” สำหรับแพทย์และเจ้าหน้าที่เทคนิค (sleep technician) โดยมี Dr.Jane Dyonzak ซึ่งทำงานอยู่ที่เดียวกับ Prof.Rosalind Cartwright มาเป็นวิทยากร

นับจากนั้นได้มีแพทย์ประจำบ้านสาขาจิตเวชศาสตร์ บางสถาบัน ได้มาฝึกอบรมและดูงานที่ศูนย์ ในช่วง elective รวมทั้งมีบุคลากรทางการแพทย์ในประเทศที่สนใจได้มาดูงานในด้านนี้ที่ศูนย์ อยู่เสมอ

ต่อมา ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์สุรัชย์ เกื้อศิริกุล ได้โอนย้ายไปอยู่ที่กรุงเทพฯ ผมถูกมอบหมายให้เข้ามาดูแลศูนย์นี้แทน ผมจึงได้ดำเนินการปรับปรุงในหลายๆ เรื่อง เช่น

- เปลี่ยนรูปแบบจากเดิมมี sleep physician เพียงคนเดียว เป็นรูปแบบของคณะกรรมการที่มาจากหลายภาควิชา ทั้งอายุรแพทย์ระบบทางเดินหายใจ อายุรแพทย์ระบบประสาท โสต ศอ นาสิกแพทย์ กุมารแพทย์ และจิตแพทย์ เป็นต้น

- จัดเป็นแหล่งเรียนรู้และฝึกอบรมสำหรับแพทย์และ sleep technician ทั้งในระดับชาติและระดับนานาชาติ โดยที่ผ่านมามีแพทย์จากอินโดนีเซีย นักศึกษาแพทย์จากอิตาลี และบุคลากรในประเทศมารับการฝึกอบรมทั้งแบบระยะสั้น 5 วัน และระยะยาว 1 เดือน รวมทั้งแบบ elective 2 สัปดาห์

- ริเริ่มให้มีตำแหน่งนักวิทยาศาสตร์ด้านการนอน (sleep scientist) ทำหน้าที่เป็น sleep technician ทดแทนการใช้พยาบาล
- และก่อนที่ผมจะเกษียณ ผมได้เสนอให้ปรับโครงสร้างใหม่ โดยให้ศูนย์ฯ นี้ย้ายออกจากภาควิชาจิตเวชศาสตร์มาขึ้นตรงกับทางโรงพยาบาลสงขลานครินทร์แทน เพื่อพัฒนาเป็น Excellent Center for Comprehensive Care in Sleep Health ต่อไป ในอนาคต รวมทั้งได้เสนอให้มี OPD เป็นแบบ one stop service ที่แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการนอนหลับทุกสาขา รวมทั้งอาจารย์ทันตแพทย์ที่สนใจเรื่องโรคกัดฟันขณะหลับ ได้มาออก OPD กันคนละห้อง ในวันและเวลาเดียวกัน เพื่อความสะดวกในการส่งปรึกษาผู้ป่วยระหว่างกัน ทำให้ผู้ป่วยไม่ต้องรอพบแพทย์นานและได้รับการบริการในวันนั้น หลังจากที่ผมเกษียณอายุราชการจนถึงปัจจุบัน (พ.ศ. 2565) พบว่า ข้อเสนอแนะบางส่วนของผมได้รับการตอบสนองแล้ว เช่น การปรับโครงสร้างของศูนย์ตรวจการนอนหลับให้มาขึ้นตรงกับทางโรงพยาบาลสงขลานครินทร์ เป็นต้น

สมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทยกับจิตแพทย์

ในช่วงปลายปี พ.ศ. 2551 ได้มีการรวมตัวของกลุ่มแพทย์สาขาต่างๆ ที่มีความสนใจในเรื่องความผิดปกติขณะหลับ ในเวลาต่อมากลุ่มบุคลากรดังกล่าวได้เห็นพ้องกันว่าควรมีการก่อตั้งสมาคมวิชาชีพขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นศูนย์กลางในการให้ความสนับสนุนการฝึกอบรม รวมทั้งการทำวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความผิดปกติจากการหลับ สมาคมวิชาชีพดังกล่าวจึงได้ก่อตั้งขึ้นและจดทะเบียนอย่างเป็นทางการในวันที่ 9 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 โดยมีชื่อภาษาไทยว่า สมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย และชื่อภาษาอังกฤษว่า Sleep Society of Thailand โดยนายกสมาคมโรคจากการหลับฯ คนแรก คือ ศาสตราจารย์นายแพทย์ประพาฬ ยงใจยุทธ⁵ และจิตแพทย์คนแรกที่ได้รับเชิญให้ร่วมเป็นคณะผู้บริหารสมาคมโรคจากการหลับฯ คือ ศาสตราจารย์นายแพทย์พิเชฐ อุดมรัตน์

ในปี พ.ศ. 2553 สมาคมโรคจากการหลับฯ ได้จัดสอบเพื่อแสดงความรู้ความชำนาญว่าเป็นแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคจากการหลับ โดยสมาคมโรคจากการหลับฯ ได้รับความร่วมมือจากทาง American Association of Sleep Medicine ส่งข้อสอบมาให้ใช้ในการจัดสอบ ผมได้ร่วมเข้าสอบในครั้งแรกนี้ด้วยและปรากฏว่าผมสอบผ่าน จึงได้รับใบประกาศนียบัตรที่ 002 ลงวันที่ 1 ตุลาคม พ.ศ. 2553 จากสมาคมโรคจากการหลับฯ เพื่อแสดงว่าผมเป็นผู้มีความรู้ความชำนาญและเป็นแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคจากการหลับ

เมื่อศาสตราจารย์นายแพทย์ประพาฬ ยงใจยุทธ ครอบวาระการดำรงตำแหน่งนายกสมาคมโรคจากการหลับฯ แล้ว ผมเองก็หมดวาระการเป็นคณะผู้บริหารไปด้วย แต่ยังได้รับการแต่งตั้งให้เป็นที่ปรึกษาของสมาคมโรคจากการหลับฯ ต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน ส่วนจิตแพทย์ที่เข้าไปเป็นคณะผู้บริหารของสมาคมโรคจากการหลับฯ ในขณะนี้ คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์แพทย์หญิงทานตะวัน อริสุทธิวรกุล

การเติบโตของศูนย์ตรวจการนอนหลับในกรุงเทพฯ

นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2545 เป็นต้นมา ก็ได้เริ่มมีการจัดตั้งศูนย์ตรวจการนอนหลับขึ้นในโรงพยาบาลต่างๆ ทั้งในโรงพยาบาลของรัฐและเอกชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จนในปี พ.ศ. 2558 สมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย จึงได้จัดให้มีการตรวจและควบคุมคุณภาพ (Sleep Center Accreditation) ของศูนย์ตรวจการนอนหลับ เพื่อให้เป็นไปตามมาตรฐานสากลให้การตรวจบริการที่มีความปลอดภัย และมีประสิทธิภาพสูงสุด ปัจจุบันมีศูนย์ตรวจการนอนหลับที่ผ่านการตรวจประเมินจากสมาคมฯ แล้วอย่างน้อย 5 โรงพยาบาล¹ เช่น

1. โรงพยาบาลศิริราช
2. โรงพยาบาลรามาริบัติ
3. โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย
4. สถาบันโรคทรวงอก
5. โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า

จิตแพทย์ที่สนใจเรื่องจิตเวชศาสตร์การนอนหลับ ซึ่งส่วนใหญ่อยู่ในโรงเรียนแพทย์จึงได้เข้ามามีส่วนร่วมในการปฏิบัติงานในศูนย์ดังกล่าวข้างต้น

หลักสูตรการฝึกอบรมเป็นแพทย์ประจำบ้านต่อยอดอนุสาขจิตเวชศาสตร์การนอนหลับ

ด้วยการริเริ่มของสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย และด้วยความร่วมมือของ 4 ราชวิทยาลัยอันประกอบไปด้วย ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย ราชวิทยาลัยโสต ศอ นาสิกแพทย์แห่งประเทศไทย และราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย ทำให้เกิดการฝึกอบรมแพทย์ประจำบ้านต่อยอดในอนุสาขต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการนอนหลับ ได้แก่ อายุรศาสตร์การนอนหลับ กุมารเวชศาสตร์การนอนหลับ โสต ศอ นาสิกวิทยาการนอนหลับ และจิตเวชศาสตร์การนอนหลับ

ตารางที่ 2 แสดงรายชื่อและสถานที่ทำงานของจิตแพทย์ที่ได้รับ อว.อนุสาขาคีตเวชศาสตร์การนอนหลับ เรียงตามลำดับตำแหน่งทางวิชาการและอาวุโส

ชื่อจิตแพทย์	สถานที่ทำงาน	จังหวัด
ศ.เกียรติคุณ นพ.สุชาติ พหลภาคย์	โรงพยาบาลศรีนครินทร์	ขอนแก่น
ศ.เกียรติคุณ นพ.พิเชฐ อุดมรัตน์	โรงพยาบาลสงขลานครินทร์	สงขลา
รศ.นพ.จักรกฤษณ์ สุขยิ่ง	โรงพยาบาลรามาริบัติ	กรุงเทพฯ
รศ.พญ.จตุพร แสงกุล	โรงพยาบาลสงขลานครินทร์	สงขลา
รศ.นพ.สนทรรศ บุษราทิจ	โรงพยาบาลศิริราช	กรุงเทพฯ
ผศ.นพ.สุรัชย์ เกื้อศิริกุล	โรงพยาบาลเอกชน	กรุงเทพฯ
ผศ.พญ.ทานตะวัน อภิวิฑูรกุล	โรงพยาบาลรามาริบัติ	กรุงเทพฯ
อ.นพ.สมรักษ์ สันติเบญจกุล	โรงพยาบาลเอกชน	กรุงเทพฯ

ในปี พ.ศ. 2560 แพทยสภาจึงได้ออกหนังสืออนุมัติแสดงความรู้ความชำนาญในการประกอบวิชาชีพเวชกรรม อนุสาขาคีตเวชศาสตร์การนอนหลับให้กับจิตแพทย์ จำนวน 8 คน ดังรายชื่อใน ตารางที่ 2

หลังจากนั้นได้มีประกาศของแพทยสภา แต่งตั้งคณะอนุกรรมการฝึกอบรมและสอบ (อฝส.) เพื่อหนังสืออนุมัติและวุฒิบัตรในอนุสาขาคีตเวชศาสตร์การนอนหลับ ดังปรากฏรายนามใน ตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงรายชื่อและตำแหน่งของจิตแพทย์ที่เป็น อฝส. อนุสาขาคีตเวชศาสตร์การนอนหลับ

ชื่อจิตแพทย์	ตำแหน่งใน อฝส.
รศ.นพ.จักรกฤษณ์ สุขยิ่ง	ประธาน
ผศ.นพ.สุรัชย์ เกื้อศิริกุล	รองประธาน
ศ.เกียรติคุณ นพ.สุชาติ พหลภาคย์	อนุกรรมการ
ศ.เกียรติคุณ นพ.พิเชฐ อุดมรัตน์	อนุกรรมการ
รศ.นพ.สนทรรศ บุษราทิจ	อนุกรรมการ
ผศ.พญ.ทานตะวัน อภิวิฑูรกุล	อนุกรรมการและเลขานุการ

ในปี พ.ศ. 2563 ได้มีสถาบันที่แจ้งความจำนงค์จะขอรับการตรวจประเมิน เพื่อเป็นสถาบันฝึกอบรมแพทย์ประจำบ้านต่อยอด อนุสาขาคีตเวชศาสตร์การนอนหลับจำนวน 1 สถาบัน คือ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาริบัติ

มหาวิทยาลัยมหิดล ทาง อฝส. อนุสาขาคีตเวชศาสตร์การนอนหลับ จึงได้แต่งตั้งคณะผู้ตรวจประเมินประกอบด้วย ศาสตราจารย์เกียรติคุณนายแพทย์พิเชฐ อุดมรัตน์ เป็นประธาน โดยมี ศาสตราจารย์เกียรติคุณนายแพทย์สุชาติ พหลภาคย์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์สุรัชย์ เกื้อศิริกุล เป็นอนุกรรมการและมี รองศาสตราจารย์นายแพทย์สนทรรศ บุษราทิจ เป็นอนุกรรมการ และเลขานุการไปตรวจประเมินเมื่อวันที่ 21 กรกฎาคม พ.ศ. 2563⁶ ซึ่งผลปรากฏว่าโรงพยาบาลรามาริบัติผ่านการประเมิน และสามารถเปิดการฝึกอบรมได้

ในปี พ.ศ. 2564 ทางคณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาริบัติ จึงได้รับ นายแพทย์จตุรงค์ ศิริเชียรทอง เข้าเป็นแพทย์ประจำบ้านต่อยอด จึงนับว่า นายแพทย์จตุรงค์ ศิริเชียรทอง เป็นแพทย์ประจำบ้านต่อยอดคนแรกของประเทศไทย ในอนุสาขาคีตเวชศาสตร์การนอนหลับ

อนาคตของจิตเวชศาสตร์การนอนหลับในประเทศไทย

หากดูข้อมูลที่ได้จากในไลน์กลุ่มของคณะผู้บริหารสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย จะเห็นว่าตัวเลขของจำนวนจิตแพทย์ที่เป็นผู้เชี่ยวชาญในอนุสาขาคีตเวชศาสตร์การนอนหลับ เมื่อเทียบกับจำนวนจิตแพทย์ทั้งหมด ณ เดือนธันวาคม พ.ศ. 2564 ซึ่งมี 1,343 คน คิดเป็นร้อยละ 0.6 เท่านั้น สำหรับตัวเลข 1,343 คน ก็อาจนับรวมจิตแพทย์ที่เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านจิตเวชศาสตร์การนอนหลับเข้าไปด้วย ซึ่งถ้าหักออกไป 8 คน ก็ยังคิดเป็นร้อยละได้ 0.6 เหมือนเดิม ดังแสดงใน ตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงจำนวนแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการนอนหลับในทุกสาขา ณ เดือนธันวาคม พ.ศ. 2564

สาขาวิชา	อว.	วว.	สถานที่ปฏิบัติงาน		แพทย์เฉพาะทางในสาขาวิชา	
			รัฐบาล	เอกชน	คน	ร้อยละ
กุมารเวชศาสตร์การนอนหลับ	12	-	11	1	6,607	0.18
จิตเวชศาสตร์การนอนหลับ	8	-	6	2	1,343	0.6
โสต ศอ นาสิกวิทยาการนอนหลับ	45	-	ไม่มีข้อมูล	ไม่มีข้อมูล	1,798	2.5
อายุรศาสตร์การนอนหลับ	38	1	31	7	14,084	0.27
รวม	102	1			23,832	0.43

ดังนั้นหากจะเพิ่มจำนวนจิตแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการนอนหลับแล้ว ในความเห็นส่วนตัวของผมคิดว่า อาจจะต้องดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ให้มีสถาบันฝึกอบรมในอนุสาขานี้เพิ่มขึ้น
2. ดำเนินการจัดสอบเพื่อหนังสืออนุมัติในสาขานี้
3. รวบรวมกลุ่มจิตแพทย์ที่สนใจในเรื่องนี้จัดกิจกรรมทางวิชาการอย่างต่อเนื่อง และหากในอนาคตจำนวนจิตแพทย์กลุ่มนี้มีเพิ่มขึ้น ก็อาจจัดตั้งเป็นชมรมจิตเวชศาสตร์การนอนหลับแห่งประเทศไทย
4. ควรให้แพทย์ประจำบ้านสาขาจิตเวชศาสตร์ได้มีการหมุนเวียนแบบบังคับผ่าน (compulsory rotation) เพื่อให้ได้รับการฝึกอบรมเรื่องจิตเวชศาสตร์การนอนหลับเป็นเวลา 2 - 4 สัปดาห์ เช่นเดียวกับการบังคับผ่านจิตเวชศาสตร์เด็กและวัยรุ่น จิตเวชศาสตร์การเสพติด และจิตเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ

อย่างไรก็ตามในช่วงที่ผ่านมา ก็ยังมีจิตแพทย์บางท่านไปฝึกอบรมสาขานี้ในต่างประเทศ เช่น แพทย์หญิงปณตกริ ศรีสวาท จากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ไปฝึกอบรมที่ Sleep Disorders Center, Cleveland Clinic Foundation ประเทศสหรัฐอเมริกา ดังนั้นการเพิ่มจำนวนจิตแพทย์ผู้เชี่ยวชาญในด้านนี้ นอกจากการเปิดให้มาฝึกอบรมในสถาบันของประเทศไทยแล้ว ก็ควรส่งเสริมให้จิตแพทย์ไทยไปรับการฝึกอบรมในต่างประเทศด้วย โดยควรกำหนดกฎเกณฑ์ให้จิตแพทย์ที่ผ่านการฝึกอบรมในต่างประเทศสามารถมีคุณสมบัติ

เข้าสอบเพื่อหนังสืออนุมัติในอนุสาขานี้ได้ จะทำให้อาณาเขตของจิตเวชศาสตร์การนอนหลับในประเทศไทย รุ่งเรืองแจ่มใสขึ้นในอนาคต

เอกสารอ้างอิง

1. อรุณวรรณ พุทธิพันธ์. การพัฒนาเวชศาสตร์การนอนหลับในประเทศไทย (สืบค้นจาก <https://sst.or.th/sleep/%e0%b8%81%e0%b8%b2%e0%b8%a3%e0%b8%9e%e0%b8%b1%e0%b8%92%e0%b8%99%e0%b8%b2%e0%b9%80%e0%b8%a7%e0%b8%8a%e0%b8%a8%e0%b8%b2%e0%b8%aa%e0%b8%95%e0%b8%a3%e0%b9%8c%e0%b8%81%e0%b8%b2%e0%b8%a3%e0%b8%99%e0%b8%ad/> เมื่อวันที่ 8 กรกฎาคม พ.ศ.2565)
2. สุรัช เกื้อศิริกุล, พิเชฐ อุดมรัตน์. ศูนย์บริการตรวจรักษาและวิจัยปัญหาการนอนของโรงพยาบาลสงขลานครินทร์. สงขลานครินทร์เวชสาร 2545; 20 (ฉบับพิเศษ) : 236-241.
3. พิเชฐ อุดมรัตน์. ห้องปฏิบัติการการนอนหลับกับอนาคตของจิตเวชศาสตร์ในประเทศไทย. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2532; 34(3): 205-216.
4. ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. การนอนหลับและความผิดปกติของการนอนหลับ. สงขลา: คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, 2536.
5. สมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย. ประวัติสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย. (สืบค้นจาก <https://sst.or.th> เมื่อ 30 เมษายน พ.ศ.2565)
6. คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี. การตรวจประเมินหลักสูตรจิตเวชศาสตร์การนอนหลับ-คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี. (สืบค้นจาก <https://www.rama.mahidol.ac.th> เมื่อ 30 เมษายน พ.ศ.2565)