

บทบรรณาธิการ
Editorial article

หนึ่งทศวรรษวันไบโพลาร์โลก : เริ่มต้นที่ประเทศไทย แล้วกระจายไปทั่วโลก (One decade of the world bipolar day: starting from Thailand, then spreading worldwide)

พิเชฐ อุดมรัตน์, พ.บ.
บรรณาธิการกิตติมศักดิ์

Pichet Udomratn, M.D.
Honorary Editor

หากนับการจัดงานเปิดตัววันไบโพลาร์โลก ด้วยการกล่าวถึงวันดังกล่าวในที่สาธารณะเป็นครั้งแรก คือ ในที่ประชุมวิชาการประจำปีของ ISBD (International Society for Bipolar Disorders) เมื่อกลางเดือน มีนาคม พ.ศ. 2557 ณ กรุงโซล สาธารณรัฐเกาหลี ว่าเป็นจุดเริ่มต้น ของวันไบโพลาร์โลก (World Bipolar Day: WBD) เมื่อถึงปีนี้ (พ.ศ. 2567) ก็นับว่าครบ 10 ปีหรือ 1 ทศวรรษของ WBD พอดี

แต่ถ้าถามว่า ความคิดที่เสนอให้มีวันดังกล่าวเกิดขึ้น เมื่อใดและ พ.ศ. ใด ก็ต้องตอบว่า เกิดขึ้นก่อนหน้านั้นประมาณ 1 ปี คือ เมื่อวันที่ 22 สิงหาคม พ.ศ. 2556 ณ โรงแรม เซ็นทรัลแกรนด์ คอนเวนชั่น ลาดพร้าว กรุงเทพฯ เนื่องจาก ในขณะนั้นผมเพิ่งรับตำแหน่งเป็นประธาน (Chairman) ของ Asian Network of Bipolar Disorder (ANBD) จึงจัดให้มีการประชุม Council meeting ขึ้นที่กรุงเทพฯ และเชิญ Prof. Willem Nolen ซึ่งเป็นประธาน (President) ของ ISBD มาเข้าร่วมประชุม Council meeting ของ ANBD ด้วย

ในการประชุมวันนั้น ผมได้เสนอว่า ปัจจุบันมี โรคทางกายหลายโรคที่สำคัญ ซึ่งถูกจัดให้เป็นวันโลก (World Day) ของโรคนั้น ๆ เช่น วันเอชไอวี วันมะเร็งโลก วันนอนหลับโลก เป็นต้น แต่ในด้านสุขภาพจิตและ

จิตเวชศาสตร์ เรามีเพียงแค่ 2 วันเท่านั้น คือ วันสุขภาพจิตโลก (10 ตุลาคม) และวันป้องกันการฆ่าตัวตายโลก (10 กันยายน) ขณะที่เราก็คงทราบกันว่าโรคไบโพลาร์นั้นเป็นความเจ็บป่วยที่ ร้ายแรงแต่สามารถรักษาได้ ทำไมเราไม่มีวันไบโพลาร์โลก (World Bipolar Day: WBD) ด้วย ปรากฏว่าทุกคนใน ห้องประชุมได้เห็นพ้องต้องกันว่าเราควรจะมีวันดังกล่าว คำถามต่อมาก็คือ ผมถามที่ประชุมว่า เราจะเลือกวันไหน เป็นวันไบโพลาร์โลก โดยผมเสนอว่า เราควรเลือกวันเกิด ของ Vincent van Gogh ซึ่งตรงกับวันที่ 30 มีนาคม เป็นวัน ไบโพลาร์โลกจะดีหรือไม่ เนื่องจากเชื่อว่า Vincent van Gogh ได้รับความทุกข์ทรมานจากโรคไบโพลาร์ ซึ่งที่ประชุมเห็นชอบ กับข้อเสนอนี้ของผม โดยเฉพาะ Prof. Willem Nolen ชอบ ความคิดนี้มาก เพราะ ISBD จะจัดการประชุมประจำปี ที่ กรุงโซล ในกลางเดือน มีนาคม ปี ค.ศ. 2014 พอดี Prof. Nolen คิดว่า WBD จะทำให้การประชุม ISBD มีความสำคัญมากขึ้น เพราะจะมีการเปิดตัว WBD ในวันแรกของการประชุมดังกล่าว ดังนั้น ISBD จึงนำความคิดนี้ไปเสนอกับอีกองค์กรหนึ่ง คือ International Bipolar Foundation (IBPF) เพื่อให้สนับสนุน เรื่องนี้ ในที่สุดจึงมี 3 องค์กรเข้ามาเกี่ยวข้อง ได้แก่ ISBD, IBPF และ ANBD แต่เงินและการสนับสนุนส่วนใหญ่มาจาก ISBD และ IBPF ความคิดแรกของผมที่เสนอให้มีวันไบโพลาร์โลก

ติดต่อผู้พิมพ์ : พิชเชฐ อุดมรัตน์; email: pudomratn74@gmail.com

ด้วยวัตถุประสงค์จะให้สาธารณชนตระหนักและรับรู้ถึงความสำคัญของโรคไบโพลาร์ และเพื่อที่จะลดตราบาปของโรคนี้ด้วย

เราได้จัดกิจกรรมเนื่องในวันไบโพลาร์โลกครั้งแรกในประเทศไทย เมื่อวันที่ 27 มีนาคม พ.ศ. 2557 จัดโดยสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย ชมรมความผิดปกติทางอารมณ์แห่งประเทศไทย ชมรมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นแห่งประเทศไทย ชมรมจิตเวชศาสตร์ผู้สูงอายุและประสาทจิตเวชศาสตร์ไทย ชมรมเพื่อนไบโพลาร์ และเครือข่ายโรคไบโพลาร์ของทวีปเอเชีย โดยจัดเป็นกิจกรรมวิชาการจิตเวชน่ารู้สู่ประชาชน เรื่อง “เรียนรู้และเข้าใจโรคไบโพลาร์” ณ โรงแรมเชอราตันแกรนด์ สุขุมวิท กรุงเทพฯ ซึ่งได้รับความสนใจจากประชาชนและสื่อมวลชนเป็นจำนวนมาก และทำให้คำว่า โรคไบโพลาร์ เป็นที่รู้จักของสังคมไทย ในปี พ.ศ. 2557 นั้น นอกจากกิจกรรมข้างต้นที่กรุงเทพฯ แล้วยังมีการจัดกิจกรรมบรรยายทางวิชาการ เรื่อง โรคไบโพลาร์ ให้กับประชาชน ณ โรงพยาบาลสงขลา นครินทร์ และโรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราชนครินทร์ อีกด้วย นับจากนั้นเป็นต้นมา ก็ได้มีการจัดกิจกรรมเนื่องในวันไบโพลาร์โลกในประเทศไทยเป็นประจำทุกปี และกรมสุขภาพจิตได้เข้ามามีบทบาทสำคัญร่วมกับสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทยในการจัดกิจกรรมดังกล่าว

ขณะเดียวกันในปี พ.ศ. 2557 ก็ได้มีการจัดกิจกรรมเนื่องในวันไบโพลาร์โลกในหลายประเทศของทวีปเอเชีย ภายใต้การสนับสนุนจาก ANBD หลังจากนั้นก็ได้แพร่กระจายไปในประเทศต่าง ๆ ของทวีปอื่น ๆ จนถึงปี พ.ศ. 2564 วันไบโพลาร์โลกเป็นที่รู้จักกันดีในระดับนานาชาติ โดยเมื่อนับจากปี พ.ศ. 2557 จนถึงปี พ.ศ. 2564 พบว่า มีการจัดกิจกรรมที่ถูกบันทึกไว้ 136 กิจกรรม จาก 50 กว่าองค์กรใน 36 ประเทศทั่วโลก¹ ซึ่งเป็นสิ่งที่ ISBD ไม่ได้คาดคิดมาก่อนว่ากิจกรรมวันไบโพลาร์โลกนี้จะทำให้ทั่วโลกเกิดความสนใจและตระหนักรู้เรื่องโรคไบโพลาร์ได้มากมายขนาดนี้ จึงเห็นได้ว่าแนวคิดที่ตั้งต้นจากประเทศไทย สามารถทำให้เกิดการจัดกิจกรรมไปทั่วโลกและช่วยลดตราบาป (stigma) ต่อผู้ป่วยโรคนี้ได้

อย่างไรก็ตามกระแสในการจัดกิจกรรมเนื่องในวันไบโพลาร์โลกอาจจะลดน้อยถอยลงไปได้ในอนาคต ดังนั้นพวกเราที่เป็นบุคลากรสุขภาพจิตควรจะได้ร่วมมือร่วมใจกันเป็นประจําในการจัดกิจกรรมให้สม่ำเสมอทุกปี และควรณรงค์เชิญชวนให้ภาคประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมให้มากขึ้น เช่น การจัดให้มีการประกวดคำขวัญหรือ theme ของวันไบโพลาร์โลกในแต่ละปี เป็นต้น

มาช่วยกันทำให้วันไบโพลาร์โลก ซึ่งมีจุดเริ่มต้นจากประเทศไทยได้มีกิจกรรมกระจายไปยังนานาประเทศทั่วโลกเป็นประจำสม่ำเสมอทุกปีนะคะ

เอกสารอ้างอิง

1. Bhugra D. Pichet Udomratn. In: Bhugra D, editor. Psychiatrists on psychiatry: conversations with leaders. Oxford: Oxford University Press; 2023. p. 238-46.