

ประเด็นทางจิตเวชศาสตร์ ในเพศหญิง

THE PSYCHIATRIC ASPECTS IN FEMALE



ศาสตราจารย์แพทย์หญิงชุตีมา หุ่มเรืองวงษ์

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาพ ปิณัญชนา ทับทอง, ศ.พญ. ชุตีมา หุ่มเรืองวงษ์
ออกแบบ วัชรินทร์ จำภาพันธุ์

ประเด็นทางจิตเวชศาสตร์ในเพศหญิง

The Psychiatric Aspects in Female

เผยแพร่ครั้งที่ 1 เมษายน 2564

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

ชุตินา หุ่มเรืองวงษ์.

ประเด็นทางจิตเวชศาสตร์ในเพศหญิง = The psychiatric aspects in female.-- กรุงเทพฯ :
ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2564.
331 หน้า.

1. จิตเวชศาสตร์. I. ปิณฑุชญา ทับทอง, ผู้วาดภาพประกอบ. II. ชื่อเรื่อง.

616.89

ISBN 978 - 616 - 582 - 091 - 2

จัดทำโดย ศ.พญ. ชุตินา หุ่มเรืองวงษ์ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จัดจำหน่ายโดย <https://www.chulabook.com/th/main-ebook>

ภาพประกอบ ปิณฑุชญา ทับทอง, ชุตินา หุ่มเรืองวงษ์

ออกแบบ วัชรินทร์ อาภาพันธุ์

* การจะนำส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ไปเผยแพร่หรือใช้การใดๆ ต้องได้รับอนุญาต
เป็นลายลักษณ์อักษร จาก ศ.พญ. ชุตินา หุ่มเรืองวงษ์ เท่านั้น

คำนำ

“เพศหญิง” ถือเป็นประชากรครึ่งหนึ่งของประชากรโลก ซึ่งมีความแตกต่างจากเพศชายทั้งในด้านกายภาพ ชีวภาพ และจิตสังคม ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมาประเทศต่างๆ ได้ให้ความสนใจในด้านสุขภาพจิตของผู้หญิงมากขึ้น จนนำไปสู่การศึกษาอย่างกว้างขวางทั้งในแง่จิตวิทยา และจิตเวชศาสตร์

มีงานวิจัยเกิดขึ้นมากมายในช่วงหลายปีหลังนี้ ที่มีคุณค่าและสามารถนำไปสังเคราะห์เป็นองค์ความรู้ทางด้านจิตเวชศาสตร์ในผู้หญิงได้ โดยที่ผ่านมา ในประเทศไทย ยังไม่เคยมีตำราที่เกี่ยวกับหัวข้อดังกล่าว ซึ่งหากสามารถแต่ง และเรียบเรียงให้เป็นตำราแล้ว จะทำให้เกิดประโยชน์ ในแง่ความเข้าใจการทำงานของสมอง การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ ในช่วงวัยต่างๆ ของเพศหญิง รวมทั้งปัญหาทางจิตเวช ที่พบได้บ่อยในเพศหญิง และแนวทางการดูแลรักษา สำหรับบุคลากรทางสุขภาพจิตและจิตเวช ที่จะสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับผู้ป่วยได้อย่างมีคุณภาพต่อไป

ผู้เขียน

สารบัญ

CONTENT

บทที่

หน้า

1	การทำงานของสมองที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ และพฤติกรรมในเพศหญิง	1
1.1	กายวิภาคของสมอง และหน้าที่ของสมองส่วนต่างๆ	1
1.2	Hypothalamic-Pituitary-Adrenal Axis (HPA-axis) และ การตอบสนองต่อความเครียด	12
1.3	ผลของฮอร์โมนเพศหญิงต่อการทำหน้าที่ของสมองส่วนต่างๆ	14
2	การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ในช่วงวัยรุ่น	27
2.1	พัฒนาการทางด้านอารมณ์และจิตใจในวัยรุ่นหญิง	27
2.2	ภาพลักษณ์ทางกาย (Body image) และปัญหาการกิน (Eating disorders)	34
2.3	การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและประเด็นทางจิตเวช	40
3	การเปลี่ยนแปลงอารมณ์ช่วงมีรอบเดือน	51
3.1	การเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ในแต่ละช่วงของรอบเดือน	53
3.2	ภาวะ Premenstrual syndrome (PMS) และ Premenstrual Dysphoric Disorder (PMDD)	54
3.3	การกำเริบของโรคทางจิตเวชที่สัมพันธ์กับรอบเดือน	60
4	การเปลี่ยนแปลงอารมณ์ในช่วงตั้งครรภ์	71
4.1	พัฒนาการทางด้านอารมณ์และจิตใจในช่วงตั้งครรภ์	71
4.2	โรคทางจิตเวชที่เกิดในช่วงตั้งครรภ์	74
4.3	ภาพรวมแนวทางการรักษา และ การใช้ยาทางจิตเวชในช่วงตั้งครรภ์	84
4.4	การรักษาด้วยไฟฟ้า (Electroconvulsive therapy: ECT) ในช่วงตั้งครรภ์	104

สารบัญ

CONTENT

บทที่

หน้า

5	การเปลี่ยนแปลงอารมณ์ในช่วงหลังคลอด	119
5.1	พัฒนาการทางด้านอารมณ์และจิตใจของมารดาหลังคลอด	119
5.2	โรคทางจิตเวชที่เกิดในช่วงตั้งครรภ์	120
	1. Postpartum blues	121
	2. Postpartum depression	122
	3. Postpartum psychosis	124
5.3	การใช้ยาทางจิตเวชกับการให้นมบุตร	128
6	การเปลี่ยนแปลงอารมณ์ในช่วง Menopausal transition	151
6.1	พัฒนาการทางด้านอารมณ์และจิตใจในช่วงเปลี่ยนผ่านเข้าสู่วัยทอง	151
6.2	การเปลี่ยนแปลงของสมองในช่วงเปลี่ยนผ่านเข้าสู่วัยทอง	152
6.3	ภาวะซึมเศร้าในช่วงเปลี่ยนผ่านเข้าสู่วัยทอง	159
7	การเปลี่ยนแปลงอารมณ์ในช่วงวัยหลังหมดประจำเดือน (Postmenopause)	167
7.1	พัฒนาการทางด้านอารมณ์และจิตใจหญิงสูงวัย	168
7.2	โรคทางจิตเวชที่พบในหญิงสูงวัย	170
	1. โรคซึมเศร้าในหญิงหลังวัยหมดประจำเดือน (Depression in postmenopause)	170
	2. โรคจิตในหญิงหลังวัยหมดประจำเดือน (Psychosis in postmenopause)	175
8	ความแตกต่างทางด้านอารมณ์ระหว่างเพศชายและเพศหญิง	183
8.1	การทำงานของสมองทางด้านอารมณ์ในเพศหญิงและเพศชาย	183
8.2	โรคทางอารมณ์ในเพศหญิงและเพศชาย	189
8.3	การจัดการปัญหาในเพศหญิงและเพศชาย	194

สารบัญ CONTENT

บทที่

หน้า

9	โรคซึมเศร้าในเพศหญิง	207
9.1	ระบาดวิทยา	207
9.2	อาการ และ อาการแสดง	208
9.3	สาเหตุ	210
9.4	กลไกการเกิดโรค	217
9.5	การรักษา	224
10	โรควิตกกังวลในเพศหญิง	235
10.1	ระบาดวิทยา	235
10.2	อาการ และ อาการแสดง	236
10.3	สาเหตุ	241
10.4	กลไกการเกิดโรค	246
10.5	การรักษา	249
11	โรคจิตในเพศหญิง	261
11.1	ระบาดวิทยา	262
11.2	อาการ และ อาการแสดง	263
11.3	สาเหตุ	264
11.4	กลไกการเกิดโรค	268
11.5	การรักษา	271
12	การใช้ยาทางจิตเวชในเพศหญิง	283
12.1	เภสัชจลนศาสตร์ในเพศหญิง	283
12.2	การเลือกใช้ยาต้านโรคจิต (Antipsychotics) ในผู้ป่วยเพศหญิง	291
12.3	การเลือกใช้ยาต้านเศร้า (Antidepressants) ในผู้ป่วยเพศหญิง	295
12.4	การเลือกใช้อายัดกังวล (Anxiolytics) ในผู้ป่วยเพศหญิง	300
	ดัชนี (index)	311



บทที่ 1

การทำงานของสมองที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์และพฤติกรรมในเพศหญิง

บทนำ

เพศหญิงและเพศชายมีลักษณะทางกายวิภาคของสมองในภาพรวมที่ใกล้เคียงกัน อย่างไรก็ตาม ในแง่การทำงาน และรายละเอียดปลีกย่อยทางกายวิภาค พบว่า ในเพศหญิงมีความแตกต่างจากเพศชายพอสมควร

โดยในบทที่ 1 นี้ จะแบ่งเนื้อหาออกเป็น 3 ส่วนหลักๆ ได้แก่

- 1) การทบทวนความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับลักษณะทางกายวิภาคและหน้าที่ของสมองส่วนต่างๆ
- 2) กลไกการตอบสนองต่อความเครียดของสมองผ่าน Hypothalamic-Pituitary-Adrenal Axis (HPA-axis)
- 3) ผลของฮอร์โมนเพศหญิงต่อการทำหน้าที่ของสมองส่วนต่างๆ รวมถึง ความถนัดของสมองในทั้งสองเพศ

โดยจะลงรายละเอียดในแต่ละหัวข้อต่อไป

1

1.1 กายวิภาคของสมอง และหน้าที่ของสมองส่วนต่างๆ

สมองของมนุษย์ เป็นอวัยวะในระบบประสาทส่วนกลาง ประกอบไปด้วยเซลล์ประสาท (neurons) จำนวนมาก ถึงราว 100,000,000,000 เซลล์ ซึ่งมีลักษณะและหน้าที่แตกต่างกันไป โดยสามารถจำแนกชนิดได้มากถึง 200 กว่าชนิด⁽¹⁾ อย่างไรก็ตาม เซลล์ประสาทส่วนใหญ่ มักมีโครงสร้างหลักๆ ที่คล้ายคลึงกัน ได้แก่

1. ส่วนตัวเซลล์ (cell body หรือ soma)

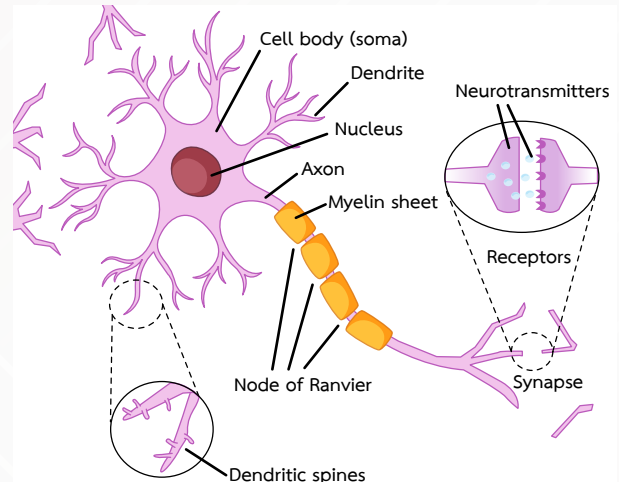
ซึ่งประกอบไปด้วยนิวเคลียส (nucleus) และ โยประสาทนำเข้า (dendrite) ซึ่งมีลักษณะแตกเป็นกิ่งก้านสาขา โดยมีหนาม (spines) เล็กๆ มากมาย ทำหน้าที่ในการรับกระแสประสาท จากเซลล์ประสาทอื่น เข้าสู่ตัวเซลล์

2. ส่วนใยประสาทนำออก (axon)

ลักษณะเป็นเส้นใยยาว คล้ายหางของเซลล์ประสาท ทำหน้าที่ส่งต่อกระแสประสาทไปยังเซลล์ประสาทอื่นๆ โดยผิวรอบนอกของส่วนใยประสาทจะมีปลอกไมอีลิน (Myelin sheath) ห่อหุ้มไว้เป็นปล้องๆ เพื่อให้มีการนำกระแสไฟฟ้าได้เร็วขึ้น (โดยนำกระแสไฟฟ้าในลักษณะก้าวกระโดด ผ่านจุดที่เป็นช่องว่างระหว่างปล้องที่เรียกว่า “Node of Ranvier”) โดย ส่วนปลายของใยประสาทนำออก (axon) จะไปบรรจบ ที่ใยประสาทนำเข้า (dendrite) ของอีกเซลล์หนึ่ง ซึ่งจุดที่บรรจบกันนั้น จะไม่ได้สัมผัสกันโดยตรง แต่จะเป็นช่องว่างแคบๆ เรียกว่า จุดประสานประสาท (synapse) ซึ่งบริเวณ synapse นี้ จะเป็นบริเวณ ที่มีการส่งต่อข้อมูลจากเซลล์ประสาทหนึ่ง

ไปยังอีกเซลล์ประสาทหนึ่ง ผ่านทางการปล่อยสารสื่อประสาท (neurotransmitters) ชนิดต่างๆ โดยการจับกับตัวรับ (receptors) ของสารสื่อประสาทชนิดนั้นๆ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงภายในเซลล์ และการส่งกระแสไฟฟ้าในเซลล์ต่อไป ดังแสดงใน **ภาพที่ 1.1**

ซึ่งโดยปกติแล้ว เซลล์ประสาทจะมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างไม่หยุดยั้ง โดยมีการสร้าง และ ทำลาย synapses อยู่เสมอ รวมทั้ง มีการปรับเปลี่ยนทางเดินของกระแสประสาท และ วงจร (circuits) ต่างๆ ให้เหมาะกับการใช้งานและการเรียนรู้ที่ได้รับซ้ำๆ โดยเซลล์ประสาทจะมีสารโปรตีนหลักชนิดหนึ่งเป็นอาหารที่ได้รับ การกล่าวถึงบ่อย ได้แก่ (Brain-Derived Neurotrophic Factor, BDNF) ทำหน้าที่กระตุ้นให้เซลล์ประสาทมีการสร้าง spines และ synapses มากขึ้น ในขณะที่ลดการตายของเซลล์ประสาทลง

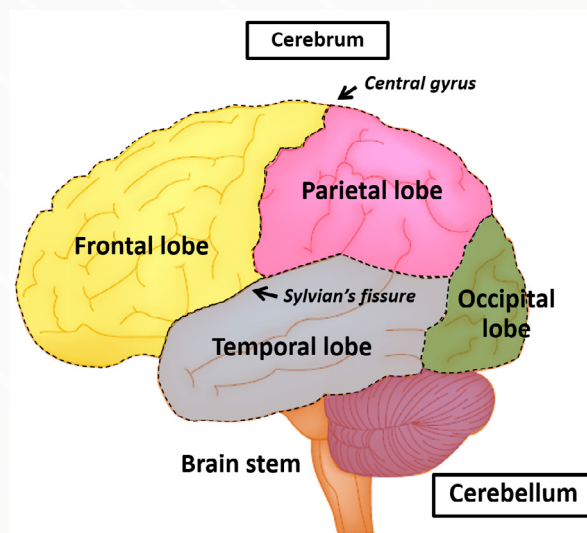


ภาพที่ 1.1 แสดงโครงสร้างหลักของเซลล์ประสาท (neurons)

โครงสร้างทางกายภาพของสมอง

2

โครงสร้างของสมอง เกิดจากการจัดเรียงตัวกันของเซลล์ประสาท (neurons) ชนิดต่างๆ เกิดขึ้นเป็นกลุ่มก้อน (nuclei) และวงจร (circuits) มากมาย ซึ่งทำหน้าที่แตกต่างกันไป โดยหากมองด้วยตาเปล่า จะพบว่าเนื้อสมองประกอบไปด้วยเนื้อเยื่อหลักๆ 2 ส่วนได้แก่ ส่วนที่เป็นสีเทา (grey matter) และส่วนที่เป็นสีขาว (white matter) โดยส่วนที่เป็นสีเทานั้นจะประกอบไปด้วย cell bodies, dendrites, และ synapses อัดกันหนาแน่น ในขณะที่ส่วนสีขาว จะประกอบไปด้วย axon และ Myelin sheet เป็นหลัก⁽¹⁾ ซึ่งเป็นส่วนที่ทำหน้าที่เชื่อมโยงข้อมูลไปยังสมองส่วนอื่นๆ นอกจากนี้ยังอาจแบ่งสมองตามโครงสร้างใหญ่ๆ ได้เป็น 3 โครงสร้าง ดังแสดงใน **ภาพที่ 1.2** ได้แก่



ภาพที่ 1.2 แสดงโครงสร้างหลักของสมอง

1. ก้านสมอง (brainstem)

เป็นส่วนเชื่อมระหว่างสมองและไขสันหลัง โดยก้านสมองจะประกอบด้วย 3 ส่วนย่อยๆ ได้แก่ 1) midbrain, 2) pons, และ 3) medulla oblongata โดยภายในก้านสมอง จะเป็นที่อยู่ของทางเดินประสาท (tracts, pathways) ต่างๆ ที่ส่งกระแสขึ้นมาจากไขสันหลัง และส่งคำสั่งลงมาจากสมอง

ก้านสมอง มีหน้าที่สำคัญเกี่ยวกับ ระดับความรู้สึกตัว การหายใจ และการเต้นของหัวใจ⁽²⁾ ซึ่งรอยโรคบริเวณ ก้านสมองอาจทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้ นอกจากนี้ก้านสมองยังเป็นบริเวณทางออก ของเส้นประสาทสมอง (cranial nerves) จำนวน 10 คู่ (จาก 12 คู่) เพื่อไปรับความรู้สึกและสั่งการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อบริเวณใบหน้าและลำคอ

2. สมองน้อย (cerebellum)

มีลักษณะเป็นสมองอันเล็กๆ อยู่ด้านหลัง มีหน้าที่ควบคุมการเคลื่อนไหว (coordination of movement) โดยรับสัญญาณมาจากไขสันหลังและสมองส่วนอื่นๆ โดยทำหน้าที่ประมวลผล เพื่อประสานงานกล้ามเนื้อหลายๆ ส่วนเข้าด้วยกัน เกิดเป็นการเคลื่อนไหวที่ละเอียด และแม่นยำ⁽³⁾ รอยโรคในสมองน้อย ทำให้เกิดปัญหาการทรงตัว เดินเซ หรือความแม่นยำในด้านการเคลื่อนไหว

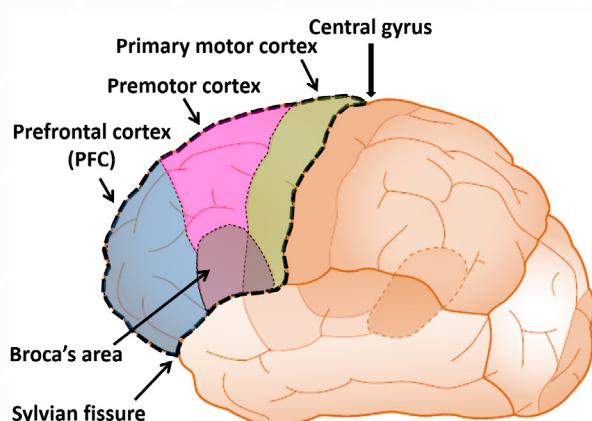
3. สมองใหญ่ (cerebrum)

สมองใหญ่ เป็นส่วนของสมองที่กินบริเวณพื้นที่มากที่สุด โดยในชั้นนอกของสมองใหญ่ จะมีรอยหยักจำนวนมาก โดยจะมีร่องแบ่งในแนวขวางเรียกว่า “Central gyrus” และร่องแบ่งแนวยาว ที่แบ่งสมองใหญ่ออกเป็น ซีกซ้าย-ขวา (left-right hemisphere)

โดยระหว่างสมองใหญ่ซีกซ้ายและขวา จะมีโครงสร้างที่เรียกว่า “corpus callosum” เป็นสะพานเชื่อมระหว่างสมอง 2 ซีก นอกจากนี้สมองใหญ่ยังมีร่องด้านข้างเรียกว่า lateral sulcus หรือ “Sylvian’s fissure” ซึ่งร่องต่างๆ ที่กล่าวมาเหล่านี้ ทำให้สมองใหญ่สามารถแบ่งได้เป็น 4 กลีบ (Lobes) หลักๆ ดัง **ภาพที่ 1.2**

3.1 Frontal lobe

เป็นส่วนของสมองใหญ่ กลีบที่อยู่ด้านหน้าสุดของสมอง กินพื้นที่จนถึง central gyrus (ซึ่งเป็นร่องที่กั้นแยกระหว่าง frontal lobe และ parietal lobe) โดย frontal lobe ยังสามารถแบ่งเป็น 4 ส่วนย่อยๆ ไหล่จาก central gyrus ไปทางด้านหน้า ดังแสดงใน **ภาพที่ 1.3** ได้แก่



ภาพที่ 1.3 แสดงโครงสร้างหลักของ Frontal lobe