



ผลกระทบของกัญชา ต่อปัญหาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ



บทความโดย

ชมรมจิตเวชศาสตร์ผู้สูงอายุและประสาทจิตเวชศาสตร์ไทย
ราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย



หมอชวนรู้



The Medical Council of Thailand



www.tmc.or.th

ผลกระทบของกัญชาต่อปัญหาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ

กัญชามีสาร delta-9 tetrahydrocannabinol (THC) เป็นสารเสพติดที่ออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท ผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพ เช่น เศร้า วิตกกังวล ขาดความมั่นใจ ทางสังคม นอนไม่หลับ กินอาหารไม่อร่อย มีปัญหาการเคลื่อนไหวจากโรคพาร์กินสัน หรือ มีภาวะสมองเสื่อม อาจจะใช้กัญชาเพื่อมุ่งหวังที่จะลดอาการต่าง ๆ ข้างต้น ผู้สูงอายุบางคนอาจไม่ทราบปริมาณกัญชาที่ตนเองได้รับ และอาจไม่ทราบว่าตนเองกำลังได้รับสารจากกัญชาอยู่ ซึ่งอาจจะทำให้เกิดผลข้างเคียงที่รุนแรงหรือนำไปสู่ภาวะติดกัญชา หรืออาจนำไปสู่การใช้สารเสพติดชนิดอื่น ๆ ต่อไปได้ ดังนั้นการมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องจะช่วยลดการใช้กัญชาที่ไม่ตรงตามหลักฐานทางการแพทย์ และป้องกันการเกิดอาการที่ไม่พึงประสงค์ต่าง ๆ ได้



ผลกระทบของกัญชาต่อสุขภาพกายของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะเกิดผลข้างเคียงจากกัญชาได้ไวกว่าผู้ที่อายุน้อย อาการมักเกิดหลังได้รับกัญชาประมาณ 3 - 4 ชั่วโมง และความรุนแรงของอาการขึ้นอยู่กับปริมาณของสารที่ได้รับ โดยมีอาการแสดงตามระบบต่าง ๆ ดังต่อไปนี้



ระบบประสาท

มีอาการอ่อนแรง ง่วงซึม ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ หกล้ม และสับสน



ระบบการหายใจและการไหลเวียนโลหิต

ชีพจรเต้นผิดปกติ ความดันโลหิตเปลี่ยนแปลง หายใจลำบาก และหอบหืดกำเริบ



ระบบอื่น ๆ

ปากแห้ง คอแห้ง ความอยากอาหารเปลี่ยนแปลง ท้องอืด ท้องผูก และปวดท้อง

ผลกระทบของกัญชาต่อปัญหาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ

ผลกระทบของกัญชาต่อสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะเกิดอาการทางจิตเวชจากกัญชาได้ไวกว่าผู้ที่อายุน้อย เนื่องจากสมองของผู้สูงอายุมีความไวต่อกัญชามากขึ้น ร่วมกับการมีโอกาสเพิ่มขึ้นที่จะเกิดปฏิกิริยากับยาอื่นๆ ที่ผู้สูงอายุกินอยู่แล้ว และโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ ก็มีความเสี่ยงกับการเกิดปัญหาทางสุขภาพจิตอยู่ แต่เดิม และหากมีการใช้กัญชาในปริมาณมาก จะพบอาการทางจิตเวชได้บ่อยมากขึ้นและนานขึ้น เช่น ประสาทหลอนที่พบได้ถึงร้อยละ 15- 20 ของผู้สูงอายุที่ใช้กัญชา โดยผู้สูงอายุเพศหญิง มีความเสี่ยงมากกว่าเพศชาย การใช้กัญชาที่ไม่มี ข้อบ่งชี้ทางการแพทย์อาจจะเพิ่มอัตราการฆ่าตัวตาย การเกิดโรคซึมเศร้า และการบาดเจ็บจากการหกล้ม นอกจากนี้ยังลดการทำงานและความสามารถของสมองในด้านต่าง ๆ อีกด้วย



ผลของกัญชาต่อการนอนหลับในผู้สูงอายุ

ปัญหาการนอนหลับพบได้บ่อยเกินกว่าครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุ ได้แก่เข้านอนแล้ว หลับยาก หลับได้ไม่ต่อเนื่องหรือหลับๆ ตื่นๆ รู้สึกหลับไม่ลึก รู้สึก ไม่สดชื่นเมื่อตื่นนอนตอนเช้า หรือรู้สึกง่วงในช่วงกลางวัน ซึ่งส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน ทำให้ผู้สูงอายุ มีความจดจ่อ สมาธิ และความจำลดลง รู้สึกอ่อนเพลีย ทำให้เสี่ยงต่อการล้มและการเกิดอุบัติเหตุ สาเหตุมักเกิดจากหลายปัจจัย เช่น สิ่งแวดล้อมที่รบกวน การนอน การเสื่อมถอยของสมอง การเจ็บป่วยทางกาย ปัญหาสุขภาพจิต การปฏิบัติตัวด้านการนอนที่ไม่เหมาะสม การใช้ยาหรือสารที่มีฤทธิ์กระตุ้นระบบประสาท เช่น กาเฟอีน ในชาหรือกาแฟ



ในปัจจุบันยังไม่มีหลักฐานทางการแพทย์ที่เพียงพอที่จะยืนยัน ประสิทธิภาพและความปลอดภัยของกัญชาในการบรรเทาปัญหาการนอนหลับใน ผู้สูงอายุ แม้ว่าสารบางชนิดในกัญชาอาจมีฤทธิ์ผ่อนคลาย ลดอาการกระสับกระส่าย และทำให้รู้สึกง่วงได้ แต่ผลจากสารชนิดอื่นในกัญชาก็อาจทำให้เกิดอาการข้างเคียง เกิดอาการเมาหรือเป็นพิษ อาจเป็นอันตรายต่อทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตของ ผู้สูงอายุ ทำให้เกิดอุบัติเหตุ หรืออาการทางจิตที่รุนแรงได้





ผลกระทบของกัญชาต่อปัญหาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ

ผลของกัญชาในภาวะสมองเสื่อม

ภาวะสมองเสื่อม คือกลุ่มโรคที่การทำงานของสมอง ถดถอย โรคที่พบได้บ่อยและเป็นที่รู้จักมากที่สุด ในผู้สูงอายุคือโรคอัลไซเมอร์ โดยมีอาการที่เด่นชัด ที่สุดคืออาการหลงลืม ผู้ป่วยส่วนใหญ่มักมีอาการ ด้านอารมณ์และพฤติกรรมร่วมด้วย เช่น ก้าวร้าว วุ่นวาย มีปัญหาการนอน หลงผิด หรือหูแว่ว เป็นต้น

กัญชานั้นถูกกล่าวถึงบ่อยในการนำมาใช้รักษาภาวะ สมองเสื่อม แต่จากผลการศึกษาวิจัยที่มีคุณภาพพบว่า ปัจจุบันยังไม่มีงานวิจัยคุณภาพดีที่สนับสนุนประสิทธิภาพของกัญชาในการชะลอ และป้องกันภาวะสมองเสื่อม รวมถึงประสิทธิภาพในการรักษาอาการก้าวร้าว หรือกระสับกระส่ายในภาวะสมองเสื่อม



สรุป

แม้ว่าจะมีข้อแนะนำในการใช้กัญชาเพื่อบรรเทา อาการปวดในผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย แต่การศึกษาที่ผ่านมาส่วนใหญ่นั้นเป็นเพียง รายงานผู้ป่วยที่มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างไม่มาก และระเบียบวิธีวิจัยยังไม่มีคุณภาพที่ดีเพียงพอ ปัจจุบันจึงยังไม่มีหลักฐานที่ชัดเจนว่ากัญชา มีประสิทธิภาพดีและปลอดภัยในผู้สูงอายุที่มี ปัญหาการนอนหรือมีภาวะสมองเสื่อม ดังนั้นสมาคมทางการแพทย์ต่าง ๆ จึงไม่แนะนำ การใช้กัญชาในผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมหรือ มีปัญหาการนอน

