

คณะพยาบาลศาสตร์เกื้อการุณย์ มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช

เกร็ดความรู้จากการประชุมวิชาการ

เรื่อง โครงการฝึกอบรมการทดสอบพัฒนาการเด็กปฐมวัยอย่างคัดกรอง

ในช่วง ๒๐ ปีที่ผ่านมา มีผลงานวิจัยมากมายหลายด้านได้ร่วมกันยืนยันว่าปัญหาสุขภาพทางกายจากโรค Non-Communicable Diseases (NCDs) ปัญหาสุขภาพจิต โรคจิต และพฤติกรรมที่เป็นปัญหาสำคัญต่าง ๆ ล้วนมีจุดเริ่มต้นตั้งแต่สภาวะแวดล้อมรอบตัวทารกในครรภ์มารดา จนกลายเป็นการสร้างเงื่อนไขและโปรแกรมการเจริญเติบโตของทารก (Fetal Programming) ที่มีบทบาทอย่างมากต่อพัฒนาการของระบบอวัยวะสำคัญต่าง ๆ ของทารก อาทิเช่น การขาดหรือการอดอาหารของมารดา (maternal starvation) หรือการขาดอาหารบางกลุ่มที่จำเป็นต่อพัฒนาการของทารกทำให้ทารกคลอดออกมามีน้ำหนักน้อยกว่าปกติ และมีความสัมพันธ์กับการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง ความดันโลหิตสูง และการเกิดเบาหวานประเภทที่ ๒ ในวัยผู้ใหญ่ นายแพทย์ David Barker (๑๙๓๙) ผู้นำเสนอโปรแกรมการเจริญเติบโตของทารก เสนอแนวคิดที่ว่าสาเหตุของการเกิดโรคเรื้อรังต่าง ๆ ในผู้ใหญ่ที่เคยเชื่อกันมาแต่ก่อนว่าเกิดจากความผิดปกติทางพันธุกรรมและพฤติกรรมเสี่ยงในวัยผู้ใหญ่ ความจริงรากเง้าหรือต้นน้ำของปัญหาอยู่ที่ในครรภ์มารดาและช่วงแรกในเด็กปฐมวัย ซึ่งผลงานวิจัยของ Barker และคณะฯ ยืนยันว่าภาวะโภชนาการและอาหารที่ทารกได้รับจากมารดาก่อนและหลังคลอด ขนาดและลักษณะของรกในครรภ์มารดา และการติดเชื้อหลังคลอด จะเป็นตัววางโปรแกรมและเงื่อนไขของการพัฒนาการของทารกทางโครงสร้างร่างกาย การทำงานของระบบเมตาบอลิซึมเป็นตัวกำหนดความเสี่ยงต่อโรคเรื้อรังในช่วงต่อมาของชีวิต

นอกจากนี้ยังมีการนำเสนอข้อมูลที่น่าสนใจคือ ปกติ Cortisol จะถูกทำลายได้โดยเอนไซม์ที่รก แต่การที่มารดาขาดสารอาหารจะทำให้เอนไซม์ที่รกไม่สามารถทำลาย Cortisol ได้ และสามารถผ่านเข้าสู่สมองของทารกในครรภ์ปริมาณที่มากกว่าปกติ ซึ่งเป็นสาเหตุให้สมองของทารกมีความไวมากกว่าปกติและเปลี่ยนแปลงการตอบสนองต่อความเครียดทำให้เสี่ยงต่อการเกิดอาการเครียด ซึมเศร้า หรือโรคจิตเภทในวัยที่โตขึ้น เพราะ Cortisol ในปริมาณที่มากกว่าปกติมีผลเสียอย่างมากต่อพัฒนาการของโครงสร้างเซลล์ประสาทในสมองส่วนที่เก็บความจำ Hippocampus และสมองส่วนหน้า Prefrontal cortex ซึ่งเป็นบริเวณของสมองที่ทำหน้าที่สำคัญที่สุด เป็นสมองส่วนหัวหน้าควบคุมการบริหารงานของสมอง (Chief Executive Functions of the Brain or “CEO of the Brain”) ที่มีความเกี่ยวข้องโดยตรงกับการควบคุมสติ ความสนใจ (focus of attentions) การมี working memory ที่ทำให้มีสติรู้ตัว สามารถรับรู้-คิด วิเคราะห์เหตุผล ความเฉลียวฉลาด ในการแก้ไขปัญหา สามารถวางแผน มีความรับผิดชอบ และสร้างทักษะในการควบคุมอารมณ์และความคิดให้เหมาะสม

ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีการเปลี่ยนโฟกัสและให้ความสำคัญเรื่องสุขภาพและโภชนาการของมารดาที่ตั้งครรภ์ ทารกแรกเกิด และเด็ก เพื่อป้องกันการเกิดความเสี่ยงโรคเรื้อรังในวัยผู้ใหญ่ โดยมีเป้าหมายการพัฒนาคนไทยในศตวรรษที่ ๒๑ คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านการควบคุมและทักษะทางอารมณ์ ด้านสติ-ปัญญา ความเฉลียวฉลาด ด้านภาษา วัฒนธรรม ทักษะการสื่อสาร ด้านสังคมและมนุษยสัมพันธ์ และด้านจิตวิญญาณ คุณธรรม จริยธรรม

เมื่อวันที่ ๒๐ กรกฎาคม ๒๕๖๓

เสนอโดย นางสาวจินตนา เกษมศิริ และนางสาวศิริพร ขาวสุรินทร์