

ข้อปฏิบัติสำหรับญาติในการดูแลบุคคลที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

1. มีผู้ดูแลเป็นเพื่อนอยู่ตลอดเวลา ถ้าเข้าห้องน้ำไม่ควรใส่กลอน
2. เก็บของมีคม ยา หรือสิ่งของที่อาจใช้ทำร้ายตนเอง
3. ถ้าต้องกินยาญาติควรจัดยาให้ กินทีละมื้อและไม่ควรให้ผู้ป่วยเก็บยาไว้เอง
4. จัดให้อยู่ห้องพักชั้นล่าง ถ้าจำเป็นต้องอยู่ชั้นบนต้องระมัดระวังการออกไปที่ระเบียงหรือหน้าต่าง
5. ไม่พูดคำหยาบหรือพูดประชดประชันหรือพูดท้าทายให้ทำร้ายตนเองอีก
6. สังเกตอารมณ์เศร้าจากสีหน้า ท่าทาง คำพูด การสูญเสีย ถ้าเปลี่ยนจากซึมเศร้าเป็นสดชื่นอย่างกะทันหัน ควรระมัดระวังให้มาก
7. ถ้านอนไม่หลับ / รับประทานอาหารได้น้อยหรืออารมณ์เศร้าไม่ดีขึ้นภายใน 1 สัปดาห์ ควรพาไปพบแพทย์หรือผู้ให้คำปรึกษา
8. ควรพาผู้ป่วยไปโรงพยาบาลตามนัดทุกครั้ง

“มีความทุกข์ เครียด ไม่สบายใจ

ไม่รู้จะอย่างไร จะตัดสินใจอย่างไร” ทั้งปัญหาส่วนตัว สุขภาพ ครอบครัว การเรียน/

การทำงาน ยาเสพติด

เชิญรับบริการให้คำปรึกษาได้ที่

กลุ่มงานการพยาบาลให้คำปรึกษา โรงพยาบาลพนา

โทรศัพท์ 045-163-114-5 ต่อ 146