

# เปิดตัวแอปพลิเคชัน “APPEER” ส่งเสริมคนไทย ใส่ใจสุขภาพจิต รู้เท่าทันสภาวะของตนเอง



สมาคมสายใยครอบครัว ผนึก โรงพยาบาลศรีธัญญา กรมสุขภาพจิต และมูลนิธิไฟเซอร์ประเทศไทย จัดงานประชุมวิชาการ 2020 “การเสริมพลังและความหวังที่ยั่งยืน” พร้อมเปิดโลกออนไลน์ เดินหน้าพัฒนาแพลตฟอร์มดิจิทัล เปิดตัวแอปพลิเคชัน “APPEER” ยกระดับการให้บริการด้านจิตเวช ส่งเสริมคนไทย ใส่ใจสุขภาพจิต รู้เท่าทันสภาวะของตนเอง

นายแพทย์จุมภฏ พรหมสีดา รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต เป็นประธานในพิธีเปิดงานประชุมวิชาการ 2020 “การเสริมพลังและความหวังที่ยั่งยืน” Psychosocial Network Conference 2020 Sustainable Empowerment and Hope for the Lived Experience โดยความร่วมมือจาก สมาคมสายใยครอบครัว ร่วมกับ โรงพยาบาลศรีธัญญา กรมสุขภาพจิต และมูลนิธิไฟเซอร์ประเทศไทย เพื่อเผยแพร่ความรู้ สร้างความเข้าใจในการฟื้นฟูสมรรถภาพจากโรคจิตเวช พร้อมพบการเปิดตัวแอปพลิเคชัน “APPEER” เพื่อเพิ่มช่องทางการสื่อสารให้คนไทยเข้าถึงการบริการ และข้อมูลซึ่งเป็นประโยชน์ รวมถึงคำแนะนำด้านสุขภาพจิตเบื้องต้นได้สะดวก รวดเร็ว ทันใจ ใช้ง่าย เพียงปลายนิ้ว ณ โรงพยาบาลศรีธัญญา ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี

นายแพทย์จุมภฏ พรหมสีดา รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต กล่าวว่า “ปัจจุบันพบว่าปัญหาสุขภาพจิตเป็นภัยเงียบที่กำลังคุกคามสังคมไทย ทำให้มีจำนวนผู้ป่วยด้วยโรคจิตเวชเพิ่มสูงขึ้น โดยมีสาเหตุมาจากหลากหลายปัจจัย อาทิ สังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ความเร่งรีบในการใช้ชีวิต การเรียน การทำงาน ฯลฯ ส่งผลให้คนไทยเกิด

ความเครียดวิตกกังวล เกิดปัญหาทางสุขภาพจิต และเจ็บป่วย ตามมาด้วยการทำร้ายตนเองและเกิดปัญหาการฆ่าตัวตายในที่สุด โดยเฉพาะในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ที่ผ่านมา ซึ่งถึงแม้ในขณะนี้การระบาดของโรคในประเทศไทยจะคลี่คลายลงแล้วก็ตาม แต่คนไทยก็ยังคงเป็นกังวลเรื่องสุขภาพว่าเราจะได้รับเชื้อหรือไม่ รวมถึงผลพวงของวิกฤตดังกล่าวที่ส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจโดยรวมในประเทศไทย ทำให้คนไทยจำนวนมากเกิดภาวะความเครียดจาก ความกดดัน ความวิตกกังวล จากการว่างงาน และสภาพการเงินฝืดเคือง ซึ่งสิ่งที่จะต้องจับตาอย่างใกล้ชิดนับจากนี้ก็คือ ผลกระทบทางสุขภาพจิต ดังนั้นจึงจำเป็นต้องยิ่ง ที่คนไทยต้องให้ความใส่ใจ และตระหนักในเรื่องของสุขภาพจิต และโรคจิตเวชให้มากขึ้น”

“โดยงานประชุมวิชาการ 2020 “การเสริมพลังและความหวังที่ยั่งยืน” ในครั้งนี้ได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานพันธมิตร และภาคีเครือข่าย ทั้งสมาคมสายใยครอบครัว โรงพยาบาลศรีธัญญา กรมสุขภาพจิต และมูลนิธิไฟเซอร์ ประเทศไทย ซึ่งนับเป็นอีกหนึ่งความร่วมมือที่มีประโยชน์อย่างยิ่งในการสร้างความรู้ ความเข้าใจ และการยกระดับมาตรฐานการดูแลรักษาผู้ป่วยจิตเวช และผู้มีประสบการณ์ตรงให้ได้รับการเข้าถึงการบริการสุขภาพจิตที่มีคุณภาพ ทำให้ผู้ป่วยสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้ พร้อมทั้งจะคืนสู่สุขภาวะ และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ทั้งยังนำเอาเทคโนโลยีมาประยุกต์ใช้เพื่อรณรงค์เผยแพร่สร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตอย่างถูกต้อง ผ่านทางแอปพลิเคชัน “APPEER” รวมถึงการถ่ายทอดการประชุมครั้งนี้ผ่านระบบ Facebook Live ซึ่งตอบโจทย์นโยบายด้าน 4.0 สอดรับกับการดำเนินวิถีชีวิตใหม่ของคนในสังคมในยุค New Normal”

ดร.นพ.นิรุจน์ ประดับญาติ ผู้อำนวยการฝ่ายการแพทย์ บริษัท ไฟเซอร์ (ประเทศไทย) จำกัด และ รองประธานกรรมการ มูลนิธิไฟเซอร์ประเทศไทย เปิดเผยว่า “ทุกวันนี้เรามีชีวิตอยู่ในยุคที่เราต้องเผชิญกับความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยต่าง ๆ ซึ่งไม่ใช่แค่เพียงโรคภัยที่มีอยู่แล้วเท่านั้น แต่ยังรวมถึงโรคอุบัติใหม่ อย่างการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ซึ่งนับได้ว่าเป็นมหาวิกฤตทางสาธารณสุขโลก นำมาสู่การถดถอยทางเศรษฐกิจอย่างรุนแรง ส่งผลกระทบต่อภาคธุรกิจ และเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศไทย รวมถึงส่งผลกระทบต่อสังคมและวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของทุกคนในประเทศไทยอย่างที่ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน ความสามารถในการประเมินสุขภาพจิตของตนเองและคนรอบข้างในเบื้องต้น จึงเป็นแนวทางหนึ่งที่สำคัญที่จะช่วยรับมือและป้องกันปัญหาสุขภาพจิตที่อาจเกิดขึ้นตามมาได้ในอนาคต แอปพลิเคชัน “APPEER” จึงเป็นอีกหนึ่งเครื่องมือในการช่วยรณรงค์เผยแพร่สร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตทำให้ประชาชนสามารถเข้าถึง และนำข้อมูลสุขภาพของตนเองในรูปแบบดิจิทัลไปใช้ประโยชน์ได้โดยง่ายและสะดวก รวมถึงรู้เท่าทันสุขภาวะของตนเอง ตอบโจทย์วิถีชีวิต New Normal ด้วยเทคโนโลยีดิจิทัล ช่วยให้เข้าถึงผู้เชี่ยวชาญได้ง่าย ไม่ว่าจะใกล้หรือไกล และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าโครงการในครั้งนี้ ซึ่งเป็นอีกหนึ่งความร่วมมือครั้งสำคัญกับสมาคมสายใยครอบครัว และโรงพยาบาลศรีธัญญา กรมสุขภาพจิต จะเป็นประโยชน์ต่อทุกภาคส่วน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับพันธกิจหลักที่สำคัญของมูลนิธิไฟเซอร์ประเทศไทย ในฐานะองค์กรการกุศลที่ดำเนินงานอย่างอิสระ สนับสนุนโดย บริษัท ไฟเซอร์ (ประเทศไทย) จำกัด ที่มีความมุ่งมั่นเดินทางสร้างความแข็งแกร่งในความร่วมมือกับบุคลากรและสถาบันทางการแพทย์ต่าง ๆ และมหาวิทยาลัย รวมถึง

หน่วยงานภาครัฐ และชุมชนท้องถิ่นในการสนับสนุนการศึกษาด้านสุขภาพเพื่อให้คนไทยมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น”

นางสาวเพียรชนันท์ ลีอุดมวงษ์ นายกสมาคมสายใยครอบครัว กล่าวถึงบทบาทของสมาคมสายใยครอบครัวว่า “ภารกิจหลักของสมาคมตั้งแต่เริ่มก่อตั้งคือ การมุ่งมั่นเผยแพร่ความรู้ความเข้าใจเรื่องโรคจิตเวชและการคืนสู่สุขภาพให้กับผู้มีประสบการณ์ตรง ผู้ดูแล บุคลากรวิชาชีพ และสาธารณชน ผ่านหลักสูตรสายใยครอบครัว หลักสูตรพัฒนาสุขภาพะ ตลอดจนการทำงานเพื่อผู้ที่อยู่กับโรคจิตเวชร่วมกับองค์กรต่าง ๆ และการเป็นปากเป็นเสียง ทั้งยังจัดกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้ป่วยให้ตระหนักถึงการดำเนินชีวิตที่มีความหมายและเป็นประโยชน์ต่อสังคมอย่างต่อเนื่อง ด้วยความมุ่งหวังให้ผู้ป่วยจิตเวชได้มีความรู้ ความเข้าใจ สามารถคืนสู่สุขภาพและตระหนักถึงคุณค่าของตนเอง ผสานกับการเสริมพลังและความหวังให้ผู้ป่วยจิตเวชและผู้ดูแลได้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ทางสมาคมฯ ได้เปิดตัว แอปพลิเคชัน “APPEER” ซึ่งเป็นแอปพลิเคชันออนไลน์ที่มีฟังก์ชันที่สามารถใช้งานได้ง่าย โดยผู้ใช้งานสามารถใช้แพลตฟอร์มนี้เป็นสื่อกลางในการเข้าถึงข้อมูลความรู้ด้านการคืนสู่สุขภาพะ การบริการสุขภาพจิตแนวใหม่ที่กำลังพัฒนาระบบ Peer Support และการแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตของผู้มีประสบการณ์ตรง ที่เป็นความรู้ในรูปแบบของการคืนสู่สุขภาพะส่วนบุคคล (Personal Recovery) ในแอปพลิเคชัน “APPEER” ผู้ใช้จึงสามารถเข้าถึงระบบการให้คำปรึกษาแบบ Peer Counseling และแลกเปลี่ยนประเด็นทางสุขภาพจิตกับผู้เชี่ยวชาญได้โดยตรง ผ่านโปรแกรมนัดพบเพื่อนหนุนใจที่ให้คำปรึกษาข้อแนะนำต่าง ๆ และเชื่อมโยงเข้าสู่แหล่งสนับสนุนเพื่อการคืนสู่สุขภาพะส่วนบุคคล หรือสามารถฝากคำถามไว้ได้ มีแบบประเมินตนเองเบื้องต้น ซึ่งระบบจะประเมินผลให้โดยอัตโนมัติโดยใช้เวลาไม่นาน นอกจากนี้ ยังได้รวบรวมข่าวสาร กิจกรรมความเคลื่อนไหวต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ของสมาคมสายใยครอบครัว บทความสุขภาพจิตออนไลน์ รวมทั้งสื่อสุขภาพจิตที่น่าสนใจ และยังเป็นอีกหนึ่งช่องทางในการสร้างเสริมอาชีพ พัฒนารายได้ แก่ผู้ป่วยจิตเวชอีกด้วย ทั้งนี้ประชาชนผู้ใช้บริการทั่วไปสามารถดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน “APPEER” ได้แล้ววันนี้ฟรี! สำหรับระบบปฏิบัติการ iOS : สามารถดาวน์โหลดได้จาก App Store โดยค้นหาคำว่า Appeer สำหรับระบบปฏิบัติการ Android สามารถดาวน์โหลดได้จาก Play Store โดยค้นหาคำว่า Appeer”

อนึ่ง กรมสุขภาพจิต พร้อมยื่นเคียงข้างประชาชน และเดินหน้าดำเนินงานอย่างเข้มข้นต่อไป โดยมีเป้าหมายเพื่อลดผลกระทบด้านสุขภาพจิตของประเทศในระยะยาว ขณะเดียวกันหากประชาชนรู้สึกเครียด หงุดหงิด เบื่อหน่าย ท้อแท้ หรืออยากทำร้ายตัวเอง ควรรีบปรึกษาคนใกล้ชิดหรือผู้เชี่ยวชาญ และยังสามารถใช้บริการสายด่วนสุขภาพจิต 1323 ได้ฟรีตลอด 24 ชั่วโมง หรือ ติดต่อผ่าน แอปพลิเคชัน “APPEER” โดยสมาคมสายใยครอบครัว