



หมอชวนรู้

“รู้จัก TMS”

แนวทางการรักษาโรคซึมเศร้า และโรคย้ำคิดย้ำทำ
ภายใต้คำแนะนำของจิตแพทย์

บทความโดย

คณะกรรมการด้านวิชาการเพื่อการใช้ยาอย่างสมเหตุผล แพทยสภา
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
ราชวิทยาลัยแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย และราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย



รู้จัก TMS - แนวทางรักษาโรคซึมเศร้า และโรคย้ำคิดย้ำทำ ภายใต้คำแนะนำของจิตแพทย์



TMS คืออะไร ?

- อุปกรณ์ทางการแพทย์ที่ใช้คลื่นแม่เหล็กกระตุ้นสมอง (Transcranial Magnetic Stimulation)
- ทำจากภายนอกศีรษะ
- ครั้งละ 5-30 นาที เสร็จแล้วกลับบ้านได้ทันที
- หนึ่งคอร์สทำประมาณ 20-30 ครั้ง



อุปกรณ์กระตุ้นสมอง
ด้วยคลื่นแม่เหล็กซ้ำ ๆ
(rTMS) ที่ใช้กับโรค
ทางจิตเวช

**TMS อีกทางเลือก เมื่อยาและจิตบำบัด
ยังได้ผลไม่ดีพอ**



TMS ได้ผลกับภาวะใดบ้าง ?

- โรคซึมเศร้า (ผู้ใหญ่และวัยรุ่น)
- โรคย้ำคิดย้ำทำ (ผู้ใหญ่)
- ภาวะพึ่งพาบุหรี่ (ผู้ที่ต้องการเลิกบุหรี่)

**ทั้ง 3 ภาวะนี้มีหลักฐานทางการแพทย์ชัดเจน
และผ่านการรับรองข้อบ่งใช้จาก อย.**

TMS อาจช่วยในบางภาวะ

- อาจช่วยลดอาการวิตกกังวลในผู้ป่วยโรคซึมเศร้า
ที่มีอาการนี้ร่วมด้วย

**หลักฐานทางการแพทย์อยู่ในระดับปานกลาง
อาจได้ผลในบางราย แต่ยังไม่แน่ชัด**





รู้จัก TMS - แนวทางรักษาโรคซึมเศร้า และโรคย้ำคิดย้ำทำ ภายใต้คำแนะนำของจิตแพทย์



2

โรคทางจิตเวชที่ยังไม่มีหลักฐานชัดเจนว่า TMS รักษาได้

> กลุ่มโรควิตกกังวล

- โรคตระหนก
- โรคกลัวแบบโฟเบีย
- โรควิตกกังวลไปทั่ว



> กลุ่มโรคของพัฒนาการทางระบบประสาท

- โรคสมาธิสั้น
- โรคออทิซึม

> กลุ่มโรคอื่น ๆ

- โรคนอนไม่หลับ
- โรคที่เกิดจากการใช้สารออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท เช่น แอมเฟตามีน กัญชา
- โรคจิตเภท
- โรคจากเหตุสะเทือนขวัญ



> กลุ่มโรคความเสื่อมของระบบประสาท

- ภาวะสมองเสื่อม

กลุ่มโรคข้างต้นมีหลักฐานทางการแพทย์ไม่มากพอ
จิตแพทย์ยังไม่รับรองให้ใช้รักษาโรคเหล่านี้ในปัจจุบัน



หมอชวนรู้



The Medical Council of Thailand



www.tmc.or.th



02-590-1886

โดยทั่วไป TMS ปลอดภัย ผลข้างเคียงไม่รุนแรง

- ไม่กระทบความจำ หรือร่างกายส่วนอื่น
- อาจปวดศีรษะและเจ็บบริเวณหนังศีรษะ
มีเสียงดังในหู หรือการได้ยินลดลงชั่วคราว
- อาจชักได้ในผู้มีประวัติลมชัก
ซึ่งแพทย์จะสอบถามและประเมินก่อนทุกครั้ง



TMS ไม่ทำให้สมองเสียหาย และผลข้างเคียงมักหายได้เอง



ใครควรเลี่ยง TMS?

- มีเครื่องกระตุ้นหัวใจ หรือโลหะ
ฝังในร่างกายส่วนบน เช่น บริเวณศีรษะ
ในช่องหู หรือหน้าอก
- ผู้มีประวัติลมชัก ต้องแจ้งแพทย์ก่อนทำ
- รอยสักบริเวณศีรษะหรือคอที่ทำด้วยหมึก
ซึ่งมีส่วนผสมของโลหะที่ติดกับแม่เหล็กได้
เช่น ธาตุเหล็ก



TMS ปลอดภัย แต่ต้องเหมาะสมกับร่างกายแต่ละคน

💡 สิ่งที่ควรถามแพทย์ ก่อนการตัดสินใจ

- ❗ วิธีนี้เหมาะกับโรคและอาการที่เป็นอยู่หรือไม่
- ⚠️ ต้องทำกี่ครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลานานเท่าใด
- 💰 ค่าใช้จ่าย และสิทธิรักษาครอบคลุมหรือไม่
- 🍎 สามารถลดหรือหยุดยาที่ใช้อยู่ได้หรือไม่



ควรปรึกษาแพทย์และร่วมตัดสินใจทุกครั้งก่อนรักษา



การเตรียมตัวก่อนทำ TMS



พักผ่อนและดื่มน้ำให้เพียงพอ



รับประทานยาเดิมตามแพทย์สั่ง



งดเหล้า บุหรี่ และสารเสพติด

เตรียมพร้อม เพื่อผลการรักษาที่ดีและปลอดภัย

✅ ข้อควรปฏิบัติระหว่างการรักษาด้วย TMS

- ✅ มาตามนัดอย่างต่อเนื่อง จนครบการรักษา
- ✅ สังเกตผลการรักษา และแจ้งให้แพทย์ทราบ
- ✅ จดบันทึกข้อสงสัย เพื่อปรึกษาแพทย์



TMS ปลอดภัยเมื่ออยู่ภายใต้คำแนะนำ
ของจิตแพทย์ หลักฐานบางโรคชัดเจน
บางโรคยังต้องศึกษาเพิ่มเติม
แพทย์สภานับสนุนการรักษา
ที่สมเหตุผลและคุ้มค่า