ป้องกันตนด้วยปัญญาของตนเอง ดังนั้นรูปแบบของการสร้างภูมิคุ้มกันการเสพติดจึงควรผสมผสานสติปัฏฐาน 4 ร่วมกับรูปแบบทางการแพทย์หรือทางจิตเวช (medical or psychiatric model) เพื่อให้ผลการรักษาเกิดประสิทธิภาพดีที่สุดเพราะสามารถป้องกันปัญหาการเสพติดซ้ำได้อย่างถาวร

อย่างไรก็ตามงานวิจัยนี้ถือว่าเป็นงานบุกเบิกชิ้นแรกที่ศึกษาปรากฏการณ์เสพติดอินเทอร์เน็ตด้วยกรอบแนวคิดพระพุทธศาสนาในประเทศไทย แสดงให้เห็นว่าแนวทางการบำบัดพฤติกรรมเสพติดอินเทอร์เน็ตทั้ง 2 แนวคิดสามารถส่งเสริมกันและกันให้นำไปสู่แนวทางบำบัดรักษาที่ดีขึ้น แต่การเลือกใช้วิธีเหมาะสมในแต่ละช่วงอาการและรายกรณีเป็นสิ่งจำเป็น อีกทั้งต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกฝ่ายในสังคม ได้แก่ ตัวบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคม ที่ตระหนักถึงความสำคัญต่อปัญหาดังกล่าวและนำความรู้ความเข้าใจจากทั้ง 2 แนวคิดไปพัฒนาปรับปรุงวิธีบำบัดรักษาพฤติกรรมเสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างเหมาะสมต่อไป ดังนั้นควรนำผลวิจัยไปศึกษาเพิ่มในลักษณะกรณีศึกษา (case study) เพื่อเห็นแนวทางในการสร้างภูมิคุ้มกันได้ชัดเจนยิ่งขึ้น และจำเป็นต้องประยุกต์ให้สอดคล้องกับกรณีสถานการณ์ และบริบทเฉพาะถิ่นนั้นๆ เช่น กลุ่มเด็ก หรือกลุ่มวัยรุ่น ในโรงเรียน มหาวิทยาลัย สถาบันการศึกษา หรือชุมชนต่างๆ ที่มีบริบทแตกต่างกัน เป็นต้น

6. บทสรุป

พฤติกรรมเสพติดอินเทอร์เน็ตเกิดจากทั้งตัวบุคคลหรือสังคม หรือทั้ง 2 ปัจจัยร่วมกัน จุดสำคัญของการแก้ไขปัญหาพฤติกรรม คือ การทำให้ผู้ใช้อินเทอร์เน็ตสามารถอยู่กับการใช้อินเทอร์เน็ตได้โดยไม่กลับไปเสพติดซ้ำอีก แนวคิดจิตวิทยาเหมาะสมสำหรับบรรเทาความรุนแรงของอาการที่เกิดขึ้น ในขณะที่แนวคิดพระพุทธศาสนาเหมาะสมสำหรับป้องกันและแก้ไขมิให้กลับมามีพฤติกรรมเสพติดซ้ำอย่างถาวร ดังนั้นการเลือกใช้วิธีเหมาะสมในแต่ละรายกรณีและระดับความรุนแรงของอาการจึงเป็นสิ่งจำเป็น ทั้ง 2แนวคิดนั้นสามารถส่งเสริมกันและกันให้นำไปสู่แนวทางบำบัดรักษาที่ดีขึ้น ทั้งนี้จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกฝ่ายในสังคม ได้แก่ ตัวบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคม ที่ตระหนักถึงความสำคัญในปัญหาดังกล่าวและนำเอาความรู้ความเข้าใจจากทั้ง 2 แนวคิดไปพัฒนาปรับปรุงวิธีบำบัดรักษาพฤติกรรมเสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างเหมาะสมต่อไป

ในการนำผลวิจัยไปประยุกต์ใช้นั้นจะต้องพิจารณาใน 2 ประเด็น ดังนี้คือ

(1) การเสพติดอินเทอร์เน็ตมีปัจจัยสาเหตุเกิดจากทั้งบุคคลและสังคม จุดสำคัญคือ การทำให้บุคคลสามารถใช้ชีวิตอยู่กับอินเทอร์เน็ตในวิถีชีวิตประจำวันได้โดยไม่เสพติดอินเทอร์เน็ตหรือกลับไปเสพติดซ้ำอีก แม้วิทยาการในโลกยุคปัจจุบันยังคงนิยมบำบัดรักษาอาการเสพติดอินเทอร์เน็ตภายใต้กรอบแนวคิดจิตวิทยา แต่วิธีการดังกล่าวเหมาะสมสำหรับกรณีระงับหรือบรรเทาอาการทางกายและจิตอย่างรุนแรงโดยใช้วิธีทางการแพทย์บำบัดรักษาให้กายและจิตอยู่ในสภาวะสมดุลเสียก่อนถึงแม้จะมีความเสี่ยงสูงในการกลับไปเสพติดซ้ำอีก ในขณะที่การสร้างภูมิคุ้มกันการเสพติดอินเทอร์เน็ตตามหลักอริยสัจ 4 เหมาะสมสำหรับป้องกันแก้ไขบำบัดรักษากายและจิตในกรณีผู้มีสติสัมปชัญญะเพียงพอต่อการฝึกฝนตนเองเพื่อสร้างเกราะป้องกันตนด้วยปัญญาของตนเอง ดังนั้นรูปแบบของการสร้างภูมิคุ้มกันการเสพติดจึงควรผสมผสาน